

Das Emotionale Beziehungskonto

Das Emotionale Beziehungskonto ist eine Metapher für das Vertrauen, das in einer Beziehung herrscht.

Einzahlungen auf dieses Konto sind Handlungen, die dieses Vertrauen stärken, Abhebungen sind Handlungen, die das Vertrauen schwächen.

Zum einen ist es wichtig und wertvoll, als Lehrkraft selbst gute und angemessene Beziehungen zu den jungen Menschen aufzubauen und zu pflegen.

Zum anderen sollen auch die Schülerinnen und Schüler lernen, gute und vertrauensvolle Beziehungen zu führen.

Möchte man mit den Schülerinnen und Schülern am Bewusstsein arbeiten, dass für eine gute Zusammenarbeit und Interaktion Vertrauen notwendig ist, so kann man sie zum Beispiel auffordern, dass sie (für sich, in Einzelarbeit, in Stille) über eine Beziehung im schulischen oder privaten Kontext nachdenken, die im Moment schwierig ist.

Zuerst sollen die betreffende Person benennen.

Anschließend überlegen sie sich, was Einzahlungen für diese Person sein könnten. Welche Handlungen empfindet die andere Person so, dass sie Vertrauen gewinnt? Das kann zum Beispiel Zuverlässigkeit, eine notwendige Entschuldigung, eine konkrete Hilfe, Pünktlichkeit, Zuhören etc. sein.

Und welche Handlungen sind für diese Person vermutlich eine Abhebung? Schlechtes Reden? Unzuverlässigkeit?

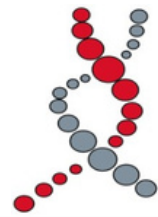
Schließlich nimmt sich jede/r vor, in der kommenden Woche daran zu arbeiten, dass das Vertrauen in dieser Beziehung gestärkt wird.

Um das gut nachvollziehen zu können und für sich selbst sichtbar zu machen, kann ein Scoreboard von großer Hilfe sein.



Scoreboard

für WWZs (wirklich wichtige Ziele)
WIGs (wildly important goals)



© F. Wild

Habit 2

SOZIAL WIRKLICH WICHTIGES ZIEL:

Warum ist das (für mich) wichtig?

Habit 3

STRATEGIEN, um mein ZIEL zu erreichen:

1

Ich _____

2

3

SCOREBOARD FÜR STRATEGIEN

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
W1							
W2							
W3							
W4							
W5							
W6							
W7							
W8							
W9							

Das Ende
im Sinn

SELBSTREFLEXION

Inwiefern bin ich mit meinem Verhalten zufrieden? Inwiefern nicht?

Wie habe ich meine Ziele konsequent verfolgt (siehe Scoreboard)?

Wobei hätte ich besser auf mein Ziel fokussiert sein können?

Was hätte ich noch machen können, um mein Ziel zu erreichen?
