

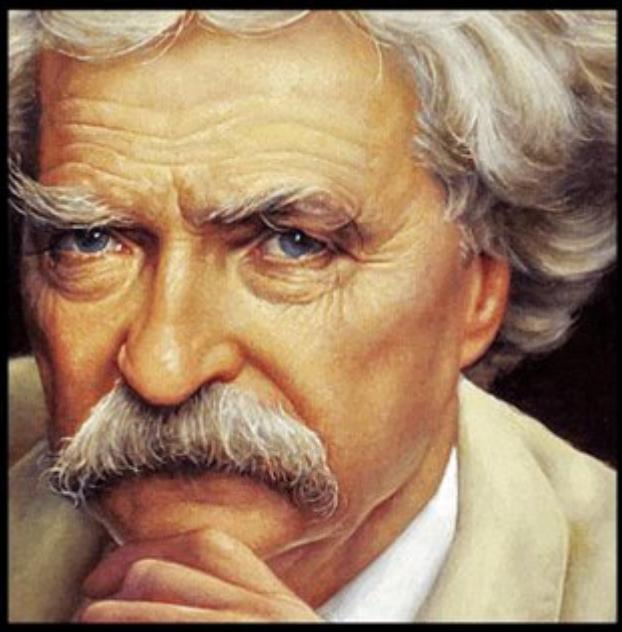
Liebe, Neugier, Spiel

# Liebe Neugier Spiel

Bildung evangelisch  
13.Oktober 2025

Rainer Schwing

[www.praxis-institut.de/sued/](http://www.praxis-institut.de/sued/)



Liebe, Neugier, Spiel

"Von zwei Dingen war ich ziemlich überzeugt.  
Erstens,  
dass ein Mann, um Lotse auf dem Mississippi zu sein,  
mehr lernen musste, als man einem einzelnen erlauben sollte;  
und zweitens,  
dass er alle 24 Stunden alles wieder neu lernen musste."

Maria Aarts

Niederländische Pädagogin

Arbeitete mit autistischen Kindern  
befähigte Eltern, mit ihren Kindern  
guten Kontakt zu bekommen.

Begründung der Marte Meo Methode  
in über 50 Ländern.

In Schulen, Psychiatrien, Altersheimen, Frühförderung, Therapie, ....



# **„Die eigene Goldmine entdecken“**

Maria Aarts

Kinder unterstützen,  
eigene Impulse zu erkennen,  
zu benennen und sie einzuordnen

Folgen, und dann führen

Gefühlsregulation setzt Gefühlswahrnehmung voraus

Kinder, die so unterstützt werden, erlernen Selbstwirksamkeit





Liebe, Neugier, Spiel

- ▶ Die eigene Goldmine entdecken  
Fähigkeits-Entwicklung von Kindern
- ▶ Wie geht Lernen: Der Popstar in der Neurobiologie
- ▶ Gefühle? Warum Gefühle? Welche Gefühle?  
Neuro-biologische Erkenntnisse und systemische Praxis
- ▶ Systemische Ausblicke:  
Folgerungen fürs Lernen

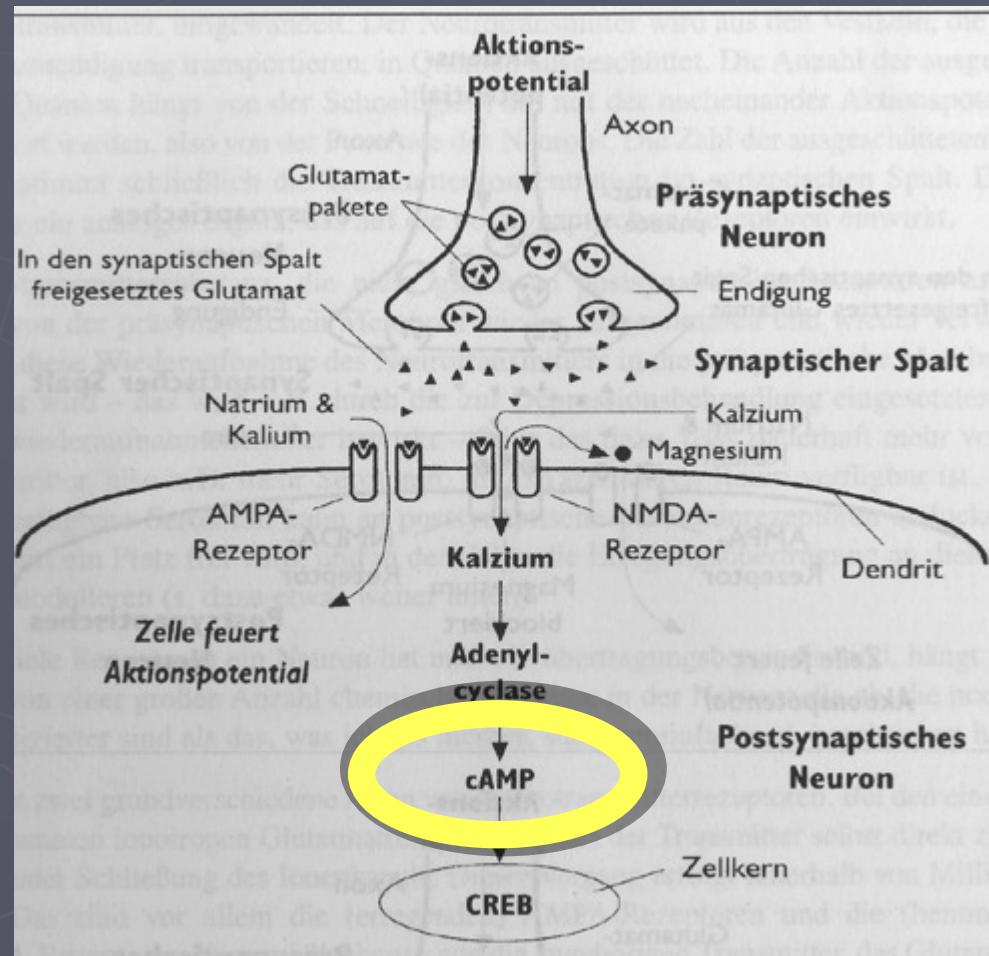


Jonathan Borba, on unsplash

## Langzeitpotenzierung

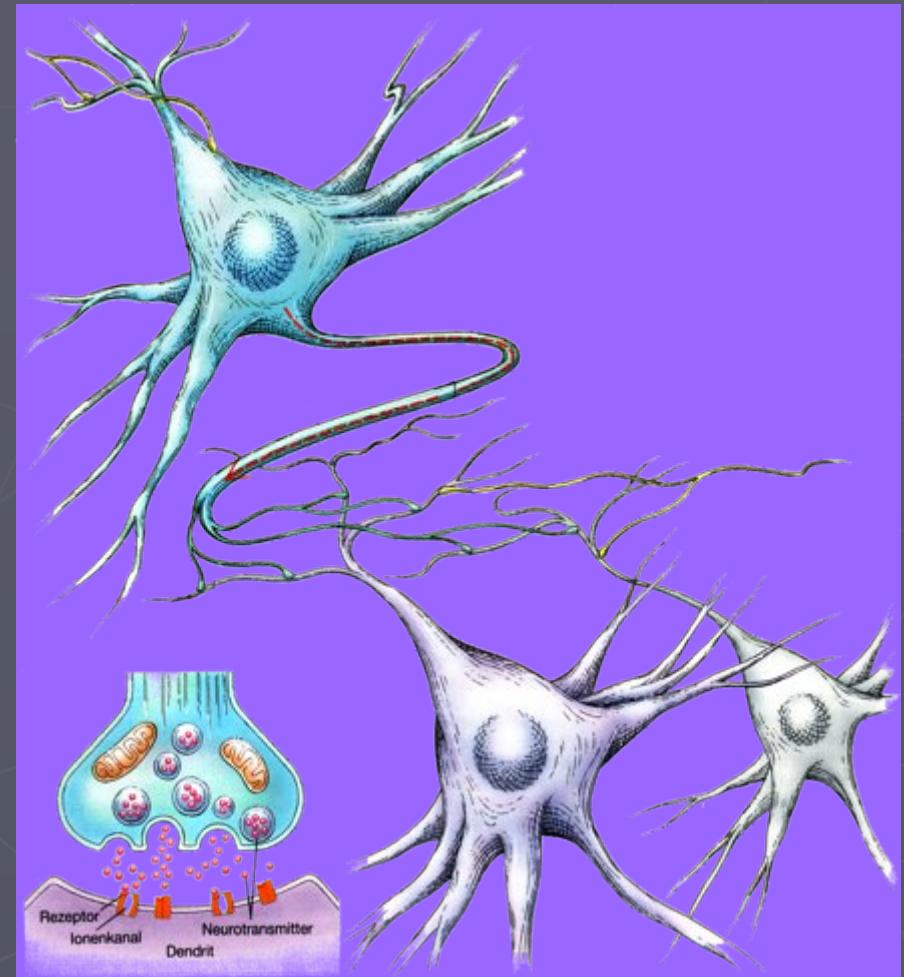
### Repetitive synaptische Aktivierung (sec – min)

- ▶ Stabilisiert synaptische Verbindung
- ▶ Nach >1 Minute  
Wachstum neuer Synapsen



Aus Spitzer 2007

- ▶ Reagibilität:  
Langzeitpotenzierung
- ▶ Neue Synapsen
- ▶ Neue Dendriten
- ▶ Neue Neuronen  
adulte Neurogenese  
z.B. im Hippocampus
- ▶ neuronale Schaltkreise



## Lernen und Veränderung:

### Neuroplastizität

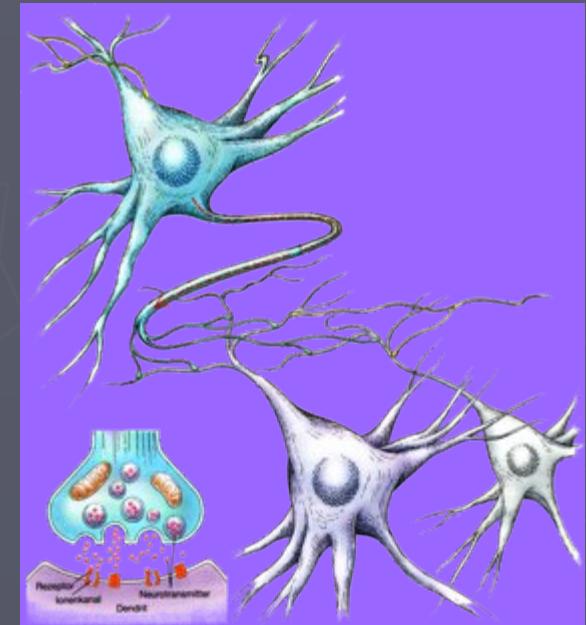
#### ► Erfahrung:

- Taxifahrer in London
- Jugendliche und ihre Daumen

#### ► Zeit:

- 5 Tage: Klavier üben  
spezifischer Bereich im motor. Kortex vergrößert (2-3X)
- Cross-modale Plastizität:  
5 Tage: maskierte freiwillige Vpnen lernen Braille  
Visueller Kortex verarbeitet akustischen und taktilen input  
(Alvaro Pascual Leone)

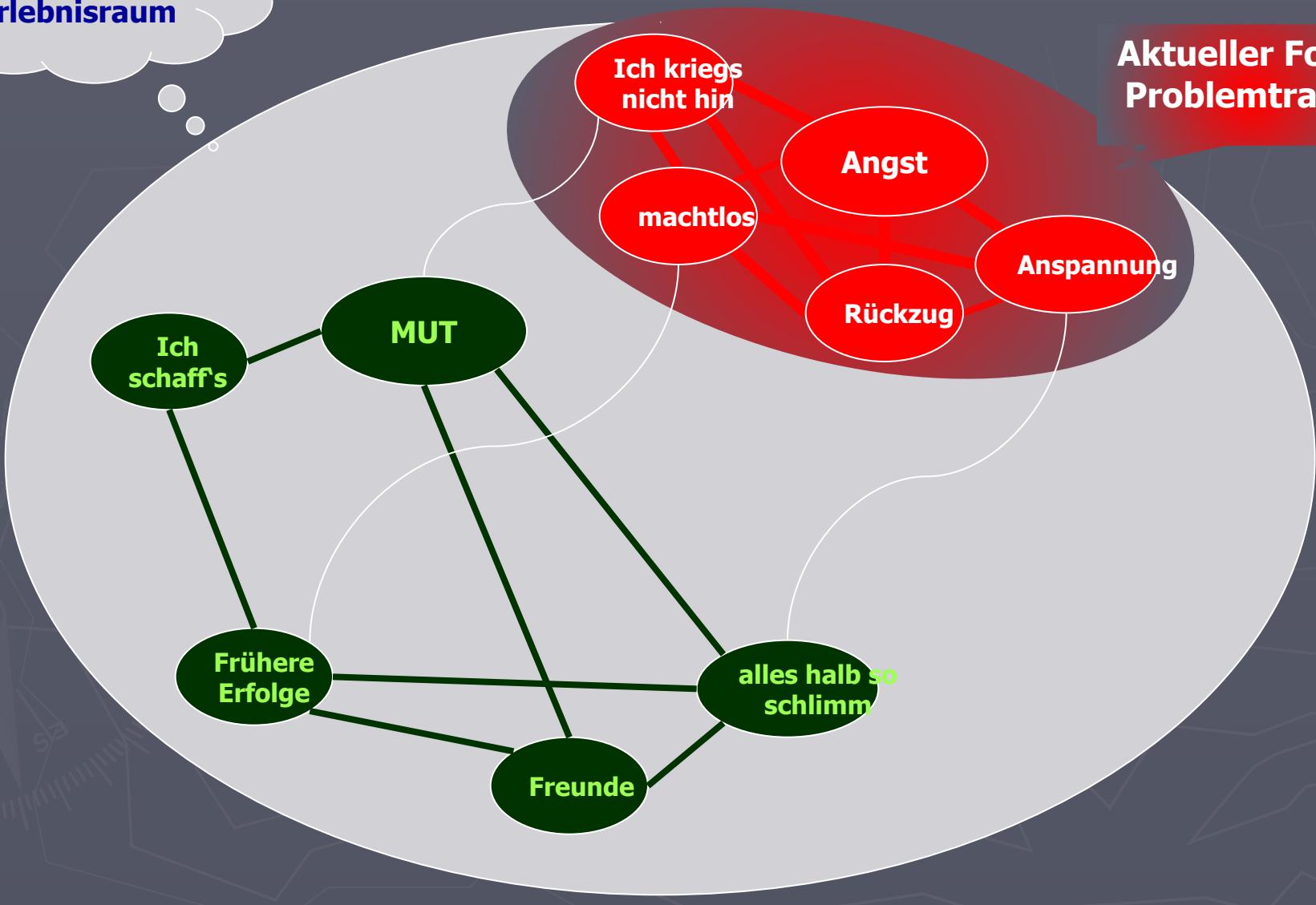
Liebe, Neugier, Spiel



Liebe, Neugier, Spiel

Potenzieller  
Erlebnisraum

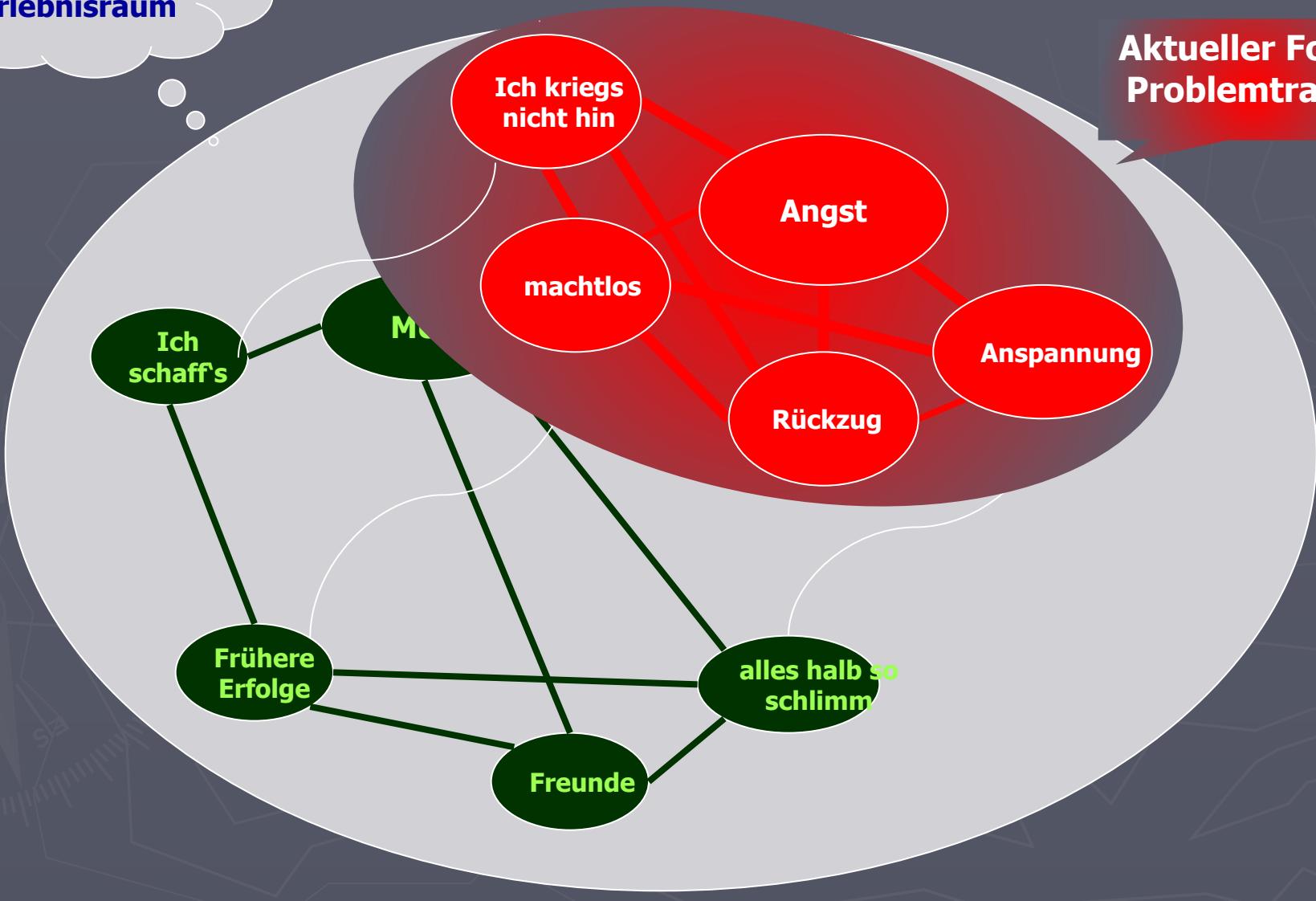
Aktueller Fokus  
Problemtrance



Liebe, Neugier, Spiel

Potenzieller  
Erlebnisraum

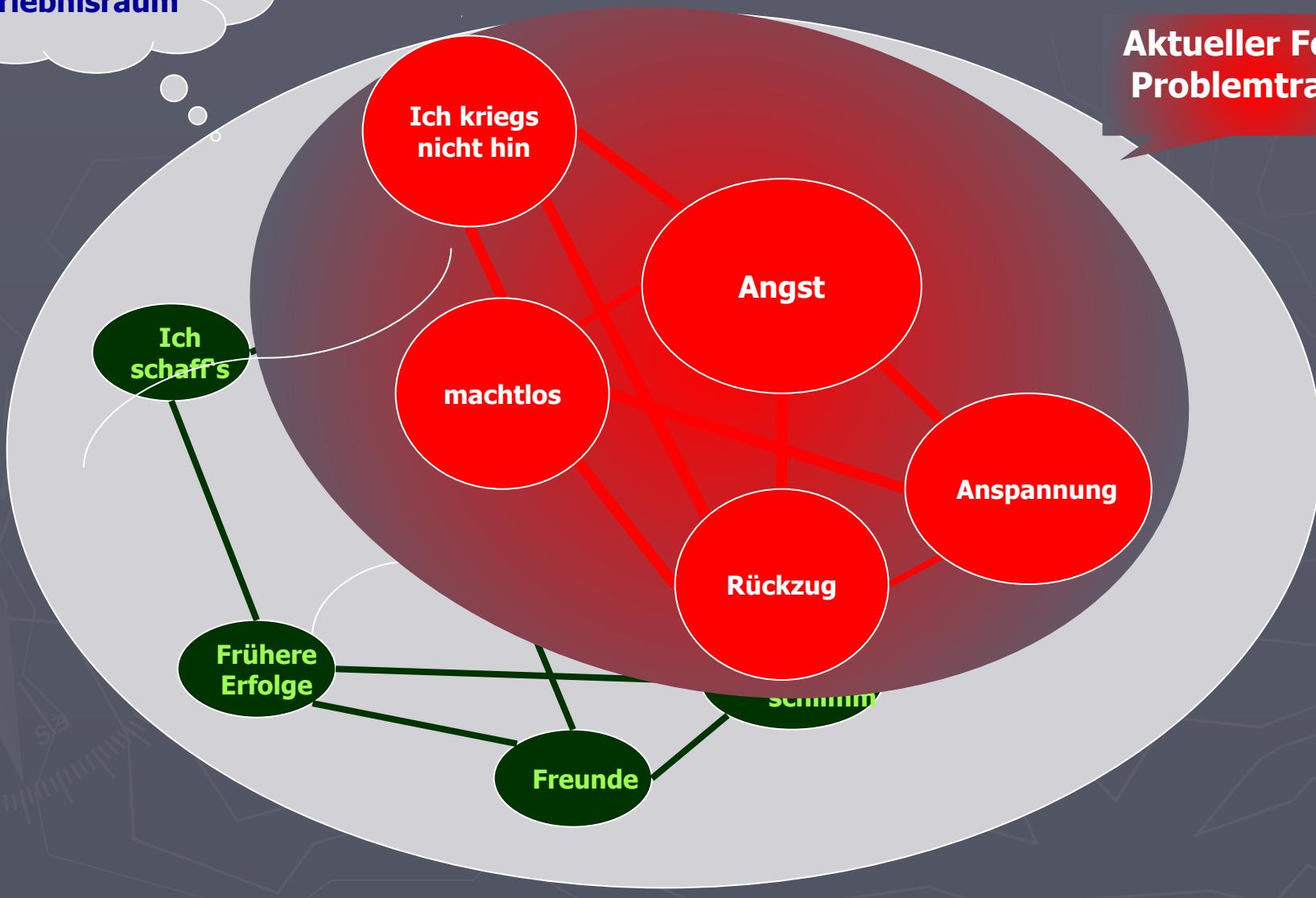
Aktueller Fokus  
Problemtrance



Liebe, Neugier, Spiel

Potenzieller  
Erlebnisraum

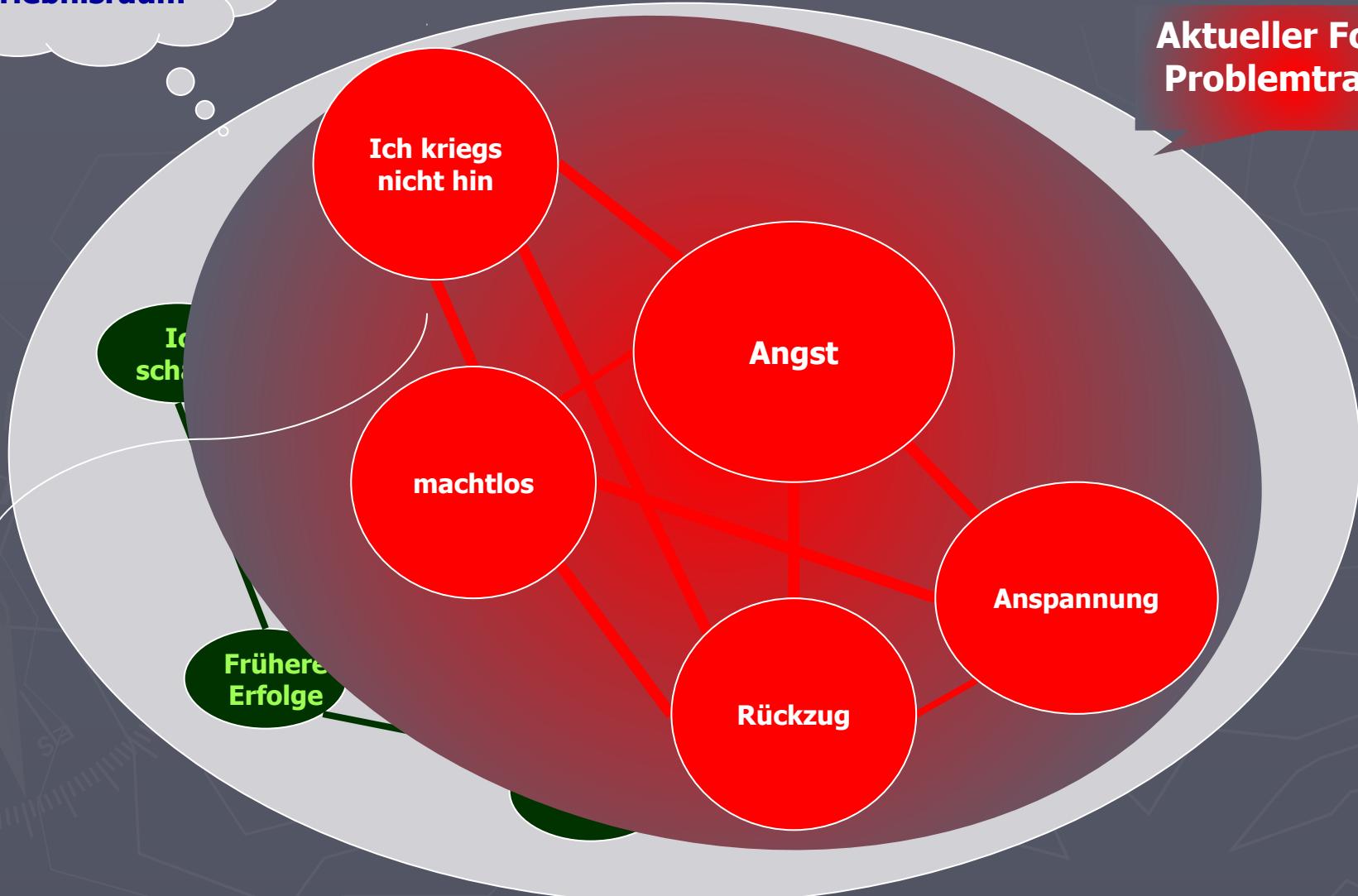
Aktueller Fokus  
Problemtrance



Liebe, Neugier, Spiel

Potenzieller  
Erlebnisraum

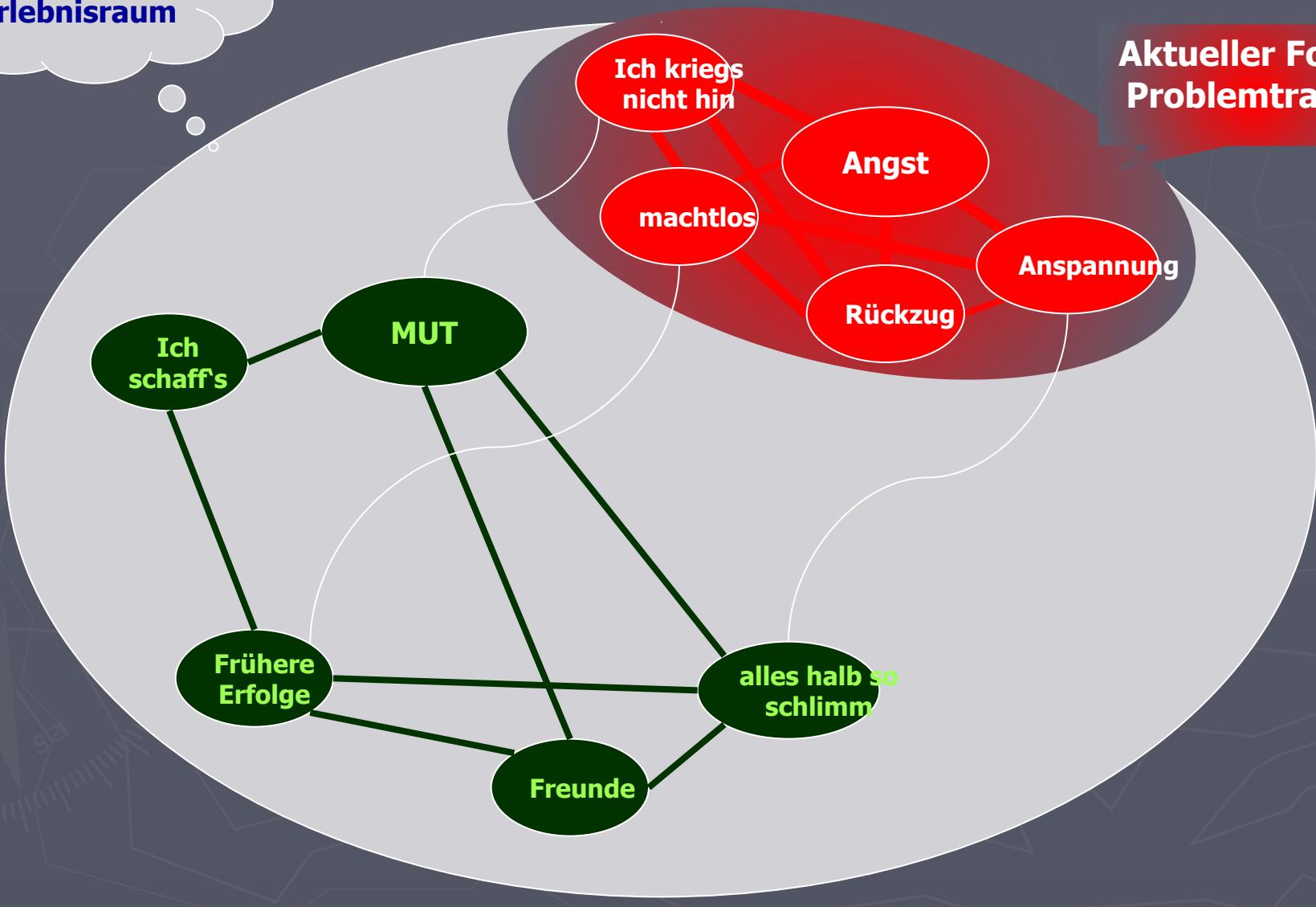
Aktueller Fokus  
Problemtrance



Liebe, Neugier, Spiel

Potenzieller  
Erlebnisraum

Aktueller Fokus  
Problemtrance



Liebe, Neugier, Spiel

## Übung 10 Fragen Maria Aarts



Bilder: privat und Susanne Jutzeler auf pixabay

## folgen und führen

### Vier Arten des Zuhörens

- Claus Otto Scharmer

### Downloaden

hört das, was wir schon kennen oder wissen, was übereinstimmt mit unseren Erfahrungen und Urteilen.

Wir sind geneigt, auf das Gesagte mit der eigenen Geschichte zu reagieren.

„Ach ja, dass kenne ich auch, das war bei mir so....!“

## folgen und führen

### Vier Arten des Zuhörens

- Claus Otto Scharmer

#### **Faktisches Hinhören**

fokussiert sich auf Fakten oder Sichtweisen, die ich noch nicht kenne.

Fokus ist weiterhin meine eigene Weltkonstruktion.

„Das ist spannend, was Sie erzählen, wie ist das genau....“

## folgen und führen

### Vier Arten des Zuhörens

- Claus Otto Scharmer

### **Empathisches Hinhören**

Ich versetze mich in die Situation des Gegenübers

Ich will erfassen, wie die Person gegenüber ihre Welt sieht, sie erlebt, was sie bewegt, wie sie sich in ihrer Welt bewegt.

„Das hört sich sehr aufregend an, wie war das für Sie?“

## folgen und führen

### Vier Arten des Zuhörens

- Claus Otto Scharmer

#### **Generatives Hinhören**

Ich fokussiere auf das Potential der Person gegenüber, ich höre auf das Bestmögliche, zukünftige, was sich im Gegenüber entfalten will.

Durch diese Art des Hinhörens unterstütze ich suchen und finden im Gegenüber.

Diese Art von Gesprächen bleiben uns lange in Erinnerung, weil etwas neues entstanden ist.

„Spannend, ... wie genau? ... was dann? ... wo oder wann hauptsächlich?....“

## folgen und führen

### Vier Arten des Zuhörens

- Claus Otto Scharmer

### **Generatives Hinhören**

Und genau dieses Zuhören stärkt den Selbstwert

Und nicht undifferenziertes Loben:

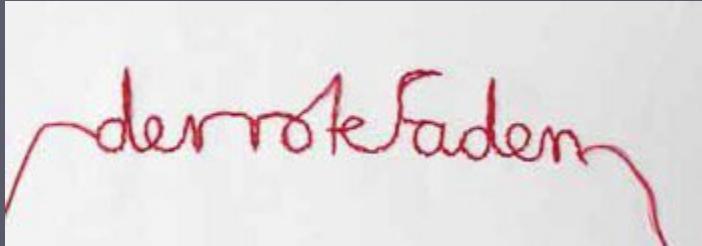
- Warme liebe volle Zuwendung
- Interesse
- Validieren
- Bemühen loben und nicht Ergebnisse
- Fehler sind Lernchancen

# Spielfähigkeit

Maria Aarts: Marte Meo

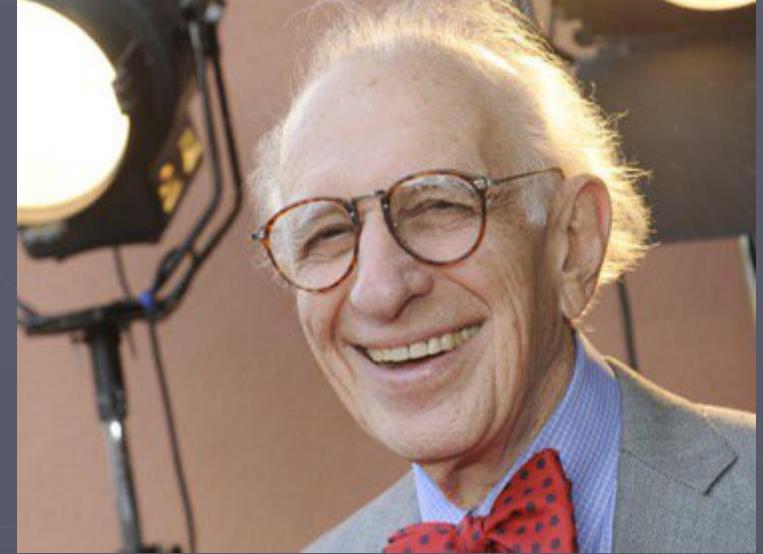
Liebe, Neugier, Spiel

- ▶ Das Kind entwickelt Spielideen und Spielhandlungen
- ▶ Ein Kind ist in der Lage, seine eigenen Initiativen zu benennen
- ▶ Es lädt andere aktiv ein.
- ▶ Spiel-Töne und emotionale Äußerungen
- ▶ Ein Kind kann Initiativen anderer wahrnehmen .... Danke sagen
- ▶ „Taking Turns“, Geben und Nehmen lernen und kooperativ sein
- ▶ Probleme lösen, Zutrauen entwickeln und mit Frustration umgehen



Liebe, Neugier, Spiel

- ▶ Die eigene Goldmine entdecken  
Fähigkeits-Entwicklung von Kindern
- ▶ Wie geht Lernen: Der Popstar in der Neurobiologie
- ▶ Gefühle? Warum Gefühle? Welche Gefühle?
- ▶ Systemische Ausblicke:  
Folgerungen fürs Lernen



**„Die Einspeicherung in das Langzeitgedächtnis  
geschieht dann besonders gut,  
wenn die Inhalte wichtig sind,  
wenn sie emotional geladen sind  
und wenn sie oft wiederholt werden.“**

## Lernen und Veränderung: Neuroplastizität

Liebe, Neugier, Spiel

neue Erfahrungen ermöglichen  
für Wiederholungen sorgen

Erfahrungsabhängige  
neuronale Plastizität

**Besonders stark bei  
emotionaler  
Beteiligung**

..... bei achtsamer  
Aufmerksamkeit

..... bei Freiwilligkeit

..... bei Aktivierung  
multipler neuronaler  
Systeme

# Lernen und Veränderung: Neuroplastizität

Liebe, Neugier, Spiel



was ist denn das schon wieder?

..... bei Aktivierung  
multipler neuronaler  
Systeme

MIT HERZ UND HAND,  
UND ALLEN SINNEN

Liebe, Neugier, Spiel

„... und damit alles sich leichter einpräge, möge man alle möglichen Sinnestätigkeiten heranziehen..“  
(Comenius 17. Jh.)

Das Gehirn speichert keine isolierten Fakten, sondern Konstellationen  
(Hüther 2008)

handlungsbezogenes Lernen führt schneller und nachhaltiger zu Ergebnissen, da

- ▶ multiple neuronale Systeme gleichzeitig aktiviert werden
- ▶ Bahnungen insbesondere in den Konvergenzonen (z.B. PFC) intensiv gefördert werden

(Schiepek 2007)

MIT HERZ UND HAND,  
UND ALLEN SINNEN

Liebe, Neugier, Spiel

„... und damit alles sich leichter einpräge,  
möge man alle möglichen Sinnestätigkeiten heranziehen“

(Didacta magna, Comenius 17. Jh.)

handlungsbezogenes Lernen

Ok,  
Zurück zu den Gefühlen



**„Die Einspeicherung in das Langzeitgedächtnis  
geschieht dann besonders gut,**

.....

**wenn sie emotional geladen sind**

....."

**Jaak Panksepp:**

## **emotionale Systeme**

- ▶ **FEAR**                    Angst / Gefahrenabwehr
- ▶ **CARE**                  Bindung: fürsorgliche Liebe
- ▶ **SEEKING**                Neugier, Erkundung
- ▶ **PLAY**                    Freude / Spiel
- ▶ **RAGE**                    Wut, Behauptung
- ▶ **LUST**                    Lust, Sexualität
- ▶ **PANIC / SEPARATION DISTRESS**            Panik durch Trennung



**Jaak Panksepp:**  
**emotionale Systeme**

Warum ist das wichtig?



Weil Lernen besonders stark stattfindet,  
wenn diese Gefühle aktiviert sind



Liebe, Neugier, Spiel

Margaret Mead

Was waren die ersten Anzeichen von Zivilisation?

## Margaret Mead

ein gebrochener und wieder verheilter Oberschenkelknochen

In der Tierwelt bedeutet ein Beinbruch den sicheren Tod  
man kann nicht mehr vor Gefahren fliehen,  
nicht mehr zum Fluss gehen, um zu trinken,  
und auch nicht mehr jagen. Man ist dem Schicksal ausgeliefert.  
Kein wildes Tier überlebt lange genug,  
damit ein Knochen wieder zusammenwachsen kann.□□□

## Margaret Mead

ein gebrochener und wieder verheilter Oberschenkelknochen

Ein verheilter Oberschenkelknochen ist hingegen ein Zeichen dafür,  
dass jemand Zeit und Fürsorge aufgebracht hat:  
dass die Verletzte oder der Verletzte in Sicherheit gebracht,  
gepflegt und versorgt wurde, bis Heilung eintrat

► CARE  
**Bindungssystem, fürsorgliche Liebe**

Liebe, Neugier, Spiel



## Liebe ist ein biologisches Bedürfnis

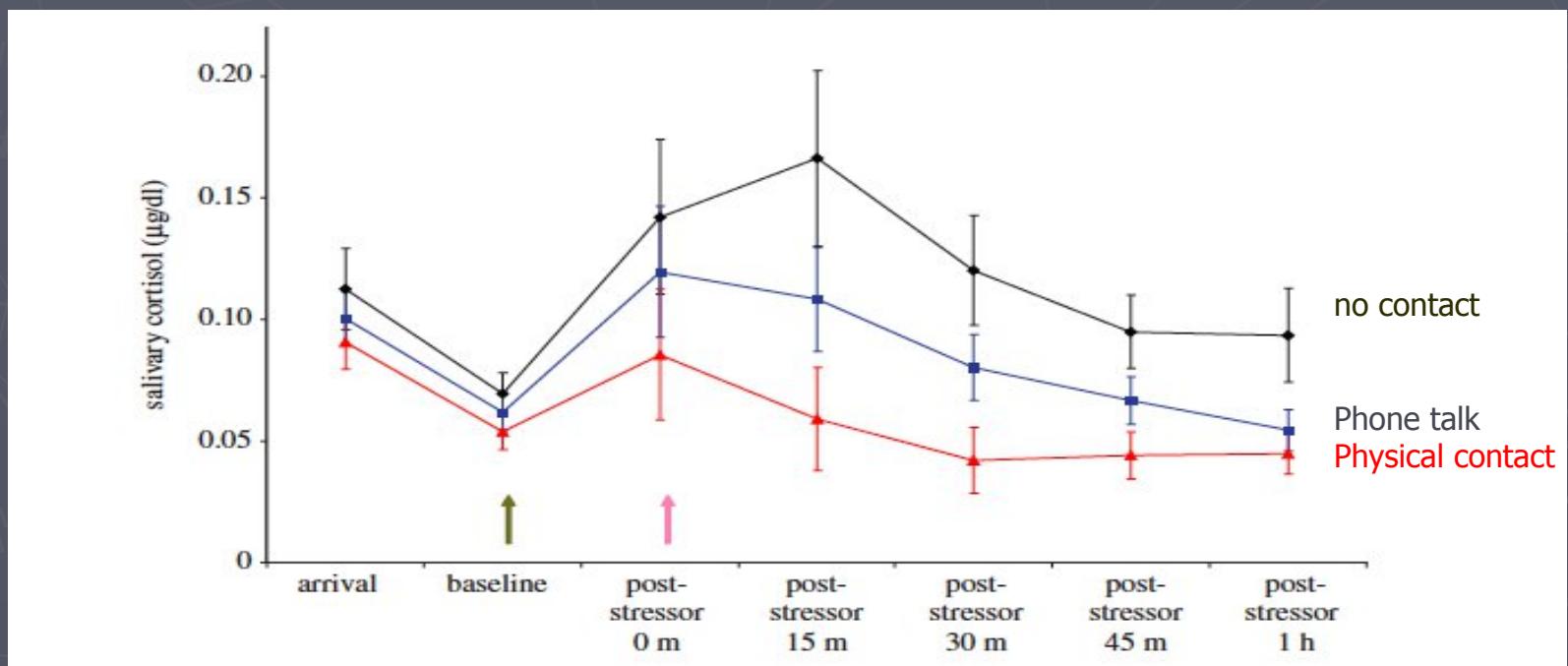
### 1. Hände halten verringert neurobiologischen Stress

(Coan et.al. 2006)

speziell bei vertrauter und guter Beziehung

### 2. Mit Bindungsperson reden reduziert Stress (cortisol, oxytocin)

(Seltzer 2010 University of Wisconsin-Madison)



## Liebe ist ein biologisches Bedürfnis

**Bei Paaren: wenn sie sich in der Partnerschaft geliebt fühlen**

- **Haben sie weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen**
- **Weniger Zwölffingerdarm Geschwüre**
- **Bessere Überlebensraten bei Brustkrebs**
- **weniger Infektionen, Magen-Darm-Probleme,  
verringertes Schmerzempfinden, verbesserte  
Wundheilung**

(Medalie u.a. 1976, 1992, Reynolds u.a. 1994, Levenson u.a. 1993)

Liebe, Neugier, Spiel

Liebe ist ein biologisches Bedürfnis

**Männer:**

**Rauchen, Bluthochdruck, Stress?**

**Kein Problem!**

*..... wenn Ihre Frau Sie liebt (und Sie das mitkriegen!)*

**Frauen:**

**Sorgen Sie sich nicht, wenn Ihr Mann Sie liebt  
(und das zeigen kann, und Sie es bemerken!)**

**Sie bleiben gesünder; Und wenn Sie mal krank werden,  
überstehen Sie es besser!**

# Innere und äußere Netzwerke Soziale Netzwerke

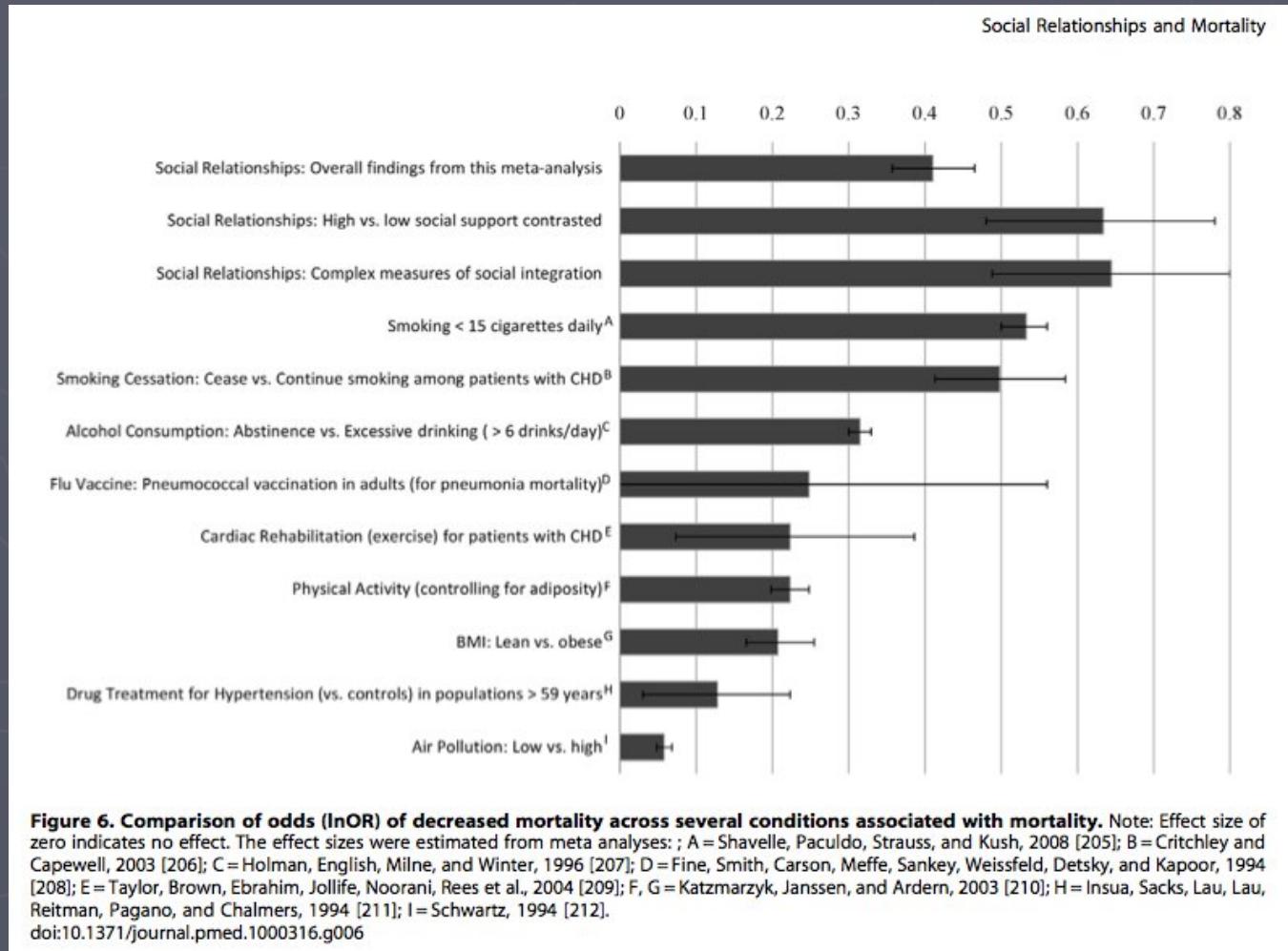
Liebe, Neugier, Spiel

## Metastudie

→ 148 Studien

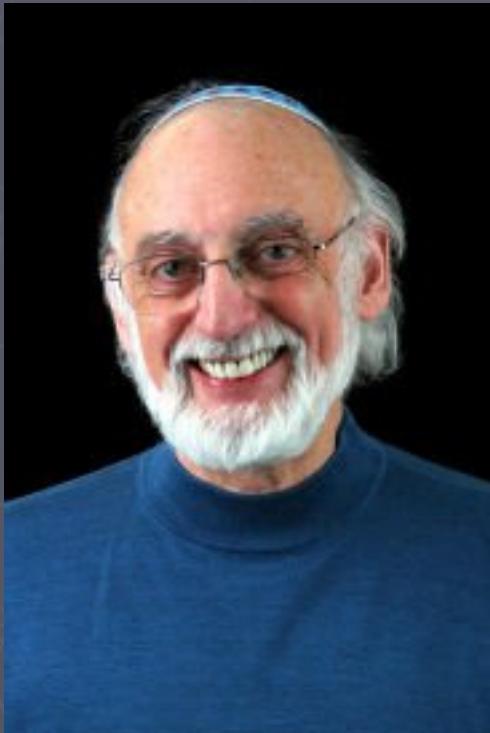
→ 308.000 TN

Holt-Lunstad 2010)



Liebe, Neugier, Spiel

## Auf zum nächsten Emotionalen System



JOHN M. GOTTMAN

# Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe



ullstein

## Wann scheitern Paarbeziehungen? (John Gottmann 2005)

- 1. Kritik an der Person statt Beschwerden über Verhalten**
- 2. Verachtung: Verhöhnen, Sarkasmus, abschätziger Humor**
- 3. grober Auftakt in Konfliktgesprächen**
- 4. Überflutung**
- 5. gescheiterte Rettungsversuche**

**Paare machen keine Pause,  
wenn sie streiten**

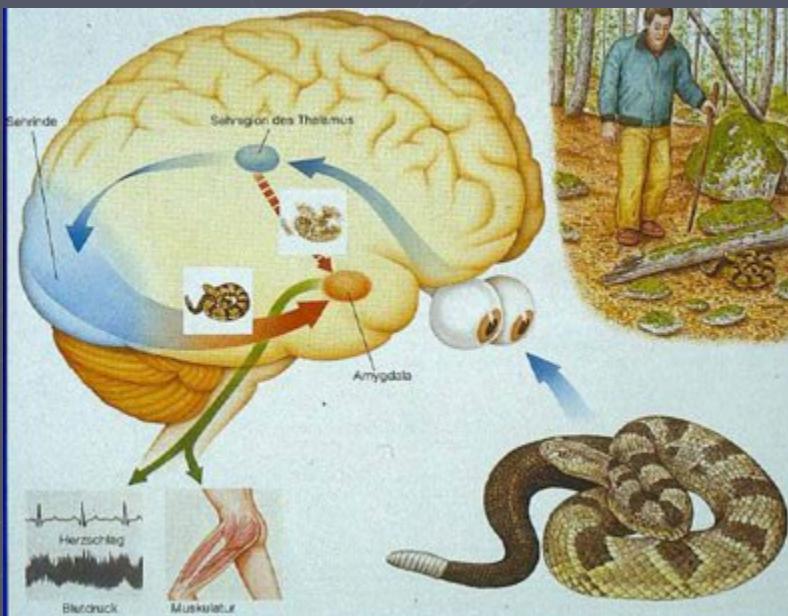
Liebe, Neugier, Spiel

## Wann scheitern Paarbeziehungen? (John Gottmann 2005)

**Was ist da los,  
was ist der gemeinsame Nenner?**

## Wann scheitern Paarbeziehungen? Ein Blick ins Gehirn hilft

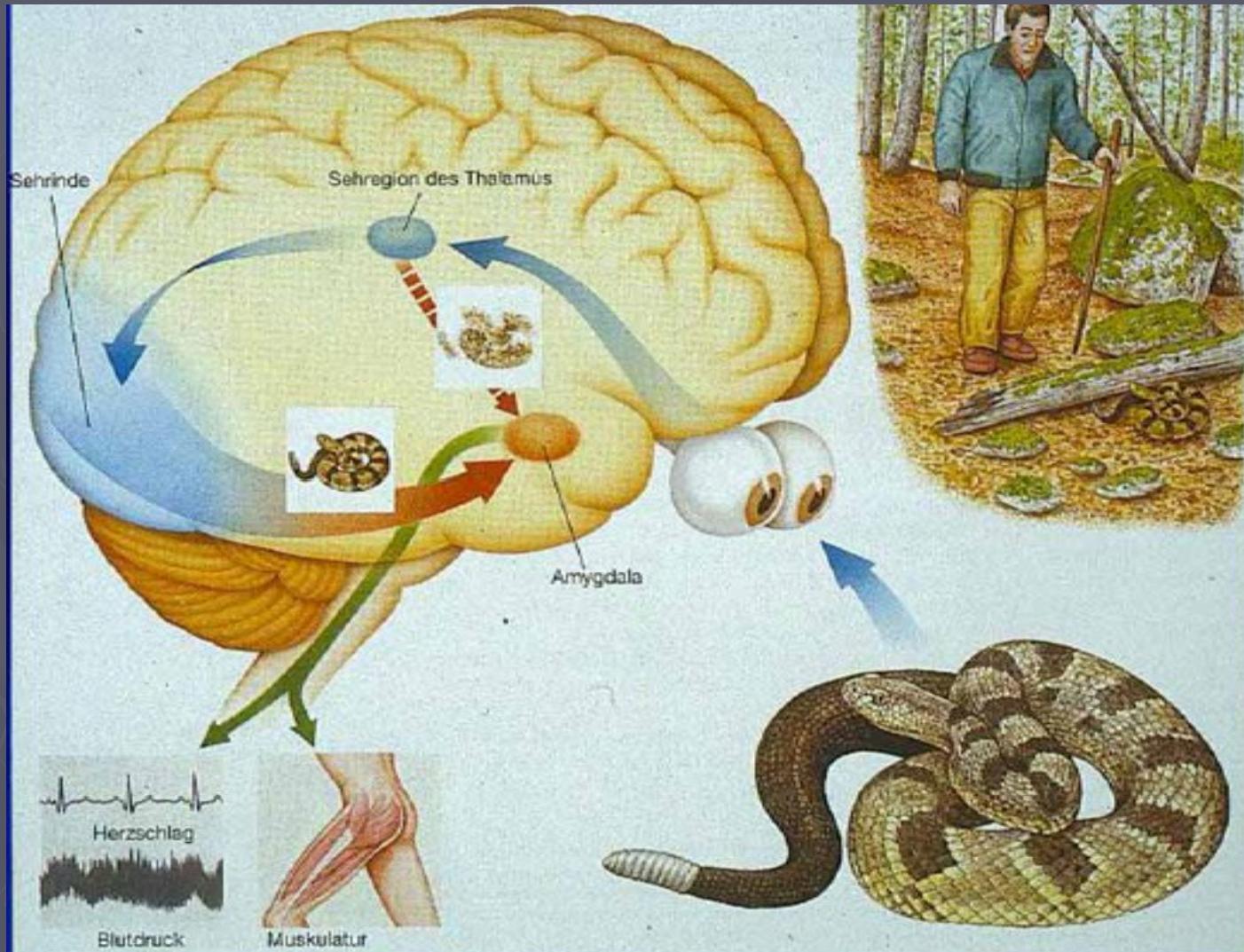
**Was ist da los,  
was ist der gemeinsame Nenner?**





► FEAR  
Angst / Gefahrenabwehr

Liebe, Neugier, Spiel



Ledoux 1996

High road  
– low road

Liebe, Neugier, Spiel



Festigung

Auflösung

Adrenalin

Gefahr  
Belastung

Cortisol

Angst  
Stress

Kontrollierbar  
Herausforderung

Unkontrollierbar  
Überforderung

Liebe, Neugier, Spiel

Festigung

Bei jeder Neu-Erinnerung:  
Reaktivierung des Alarmsystems

Cortisol, Noradrenalin  
Verstärken Speicherung  
Siegel 2014, Drexler u.a. 2015

Kontrollierbar  
Herausforderung

Auflösung

Gefahr  
Belastung

Angst  
Stress

Cortisol

Unkontrollierbar  
Überforderung



Liebe, Neugier, Spiel

# Selbstwirksamkeit

**subjektive Kompetenzüberzeugung,**

eine schwierige Aufgabe  
auch bei Widerständen  
erfolgreich  
lösen zu können.

(n. Schwerdtfeger)



# Anregungen für die Praxis

Liebe, Neugier, Spiel

1. **Fordern: maßgeschneidert**
2. **Fördern: maßgeschneidert -> Lernen /Spaß am Lernen  
Zutrauen / Erfolge / Feiern**



Günter Schiepek · Heiko Eckert · Brigitte Kravanja

# Grundlagen systemischer Therapie und Beratung

*Psychotherapie als Förderung  
von Selbstorganisationsprozessen*

(Reihe: »Systemische Praxis«, Band 1)

2013, ca. 110 Seiten,

ca. € 24,95 / CHF 35,50

■ ISBN 978-3-8017-2475-7

■ E-Book ca. € 21,99 / CHF 29,99



G. Schiepek



H. Eckert



B. Kravanja

foto: FotoGruber, Salzburg

**Beispiel: Suizidnachsorge durch Bergsteigen** (Sturm u.a. 2012)

# Wirkfaktor: Bewältigungserfahrung

(Grawe 1999)

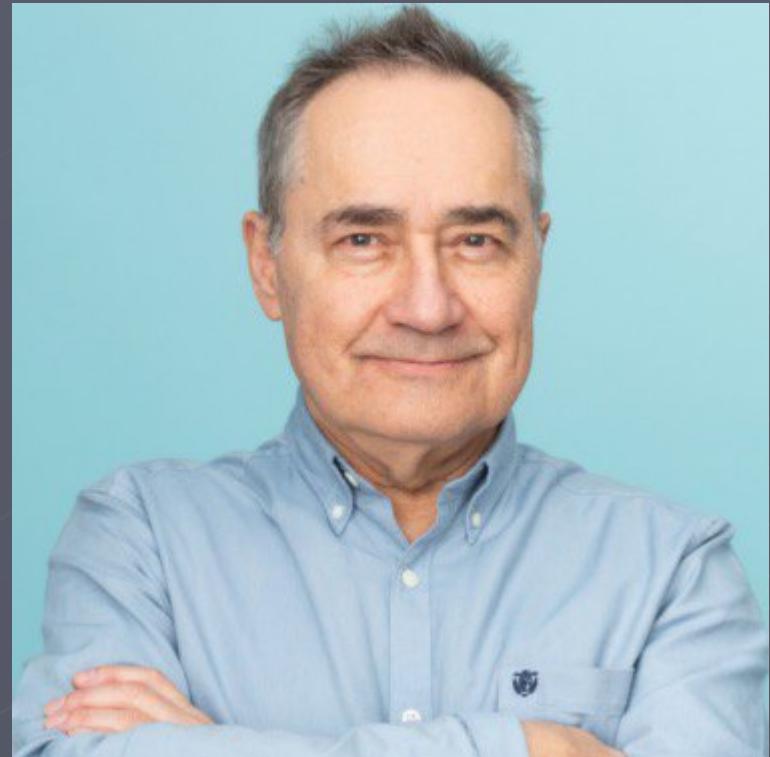
- ▶ Mit Kindern passende Herausforderungen suchen,
- ▶ die Sinn machen, zu Interesse passen
- ▶ die in kleinen Schritten mit hoher Wahrscheinlichkeit Erfolge ermöglichen.
- ▶ Den **Spuren des Erfolgs** folgen
  - positiv fördernde Begleitung des Beraters
  - Hilfe bei Auswahl, Dosierung der Veränderungsschritte
  - Training benötigter Fertigkeiten
  - Feiern der Erfolge
  - Ben Furman „Ich schaffs“: Nägelkauender Chinesischer Junge

Liebe, Neugier, Spiel

Ben Furman  
Kinder- und Jugendpsychiater

Ich schaff's / Kids skills

Datum: 15.11.2025 | Ort: Nürnberg

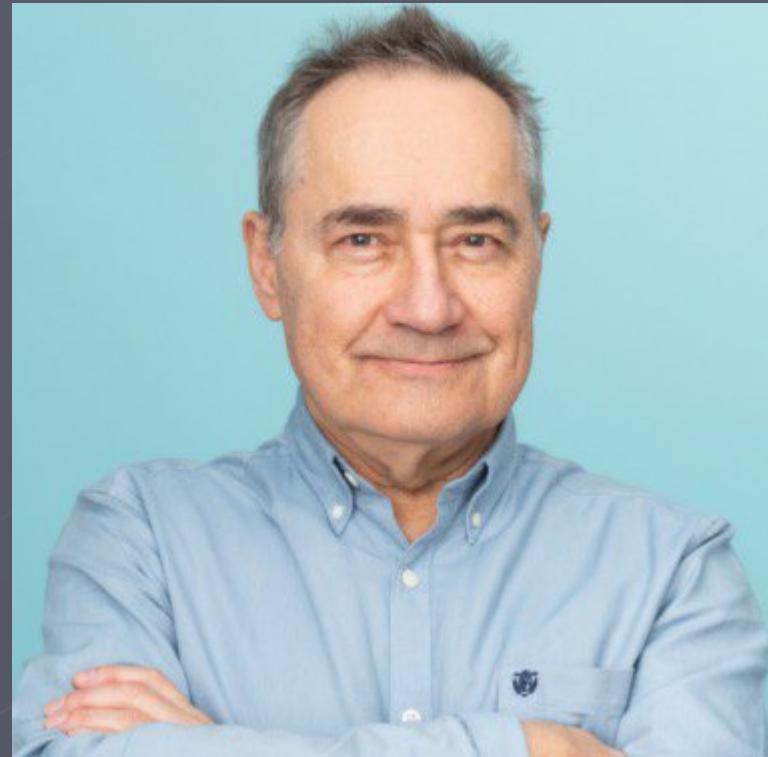


[https://www.praxis-institut-sued.de/fachtag/veranstaltung/  
1806-loesungsfokussiert-arbeiten-in-schulen-ein-neuer-weg-fuer-bildung-und-zusammenarbeit](https://www.praxis-institut-sued.de/fachtag/veranstaltung/1806-loesungsfokussiert-arbeiten-in-schulen-ein-neuer-weg-fuer-bildung-und-zusammenarbeit)

Liebe, Neugier, Spiel

Ben Furman  
Kinder- und Jugendpsychiater

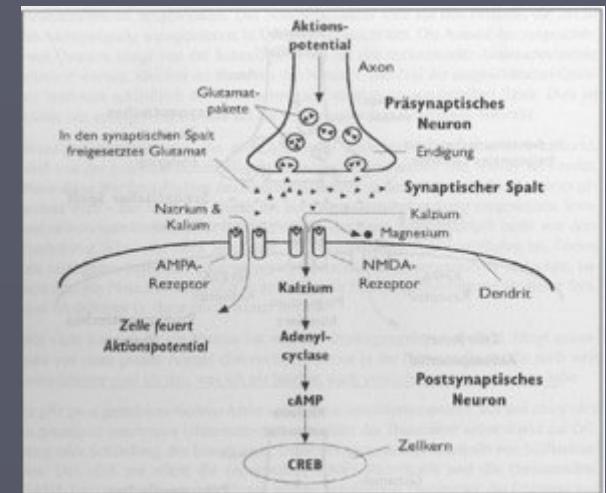
Ich schaff's / Kids skills

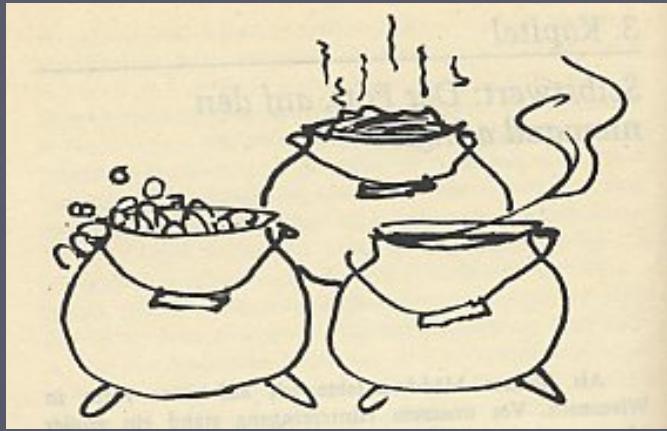


## Cheer – leading.... Oder Wirkungsfeedback

in Anlehnung an Walter / Peller 95 und Durrant 96

- ▶ „Wie kams denn dazu, dass Du das machen wolltest?“
- ▶ „Wie hast Du denn genau gemacht?“
- ▶ „Gab es Stolpersteine, wie hast du die überwunden?“
- ▶ „Wie erklären Sie sich das denn, dass das möglich wurde?“
- ▶ „Wie hast Du gefeiert, was Du geschafft hast?“
- ▶ „Das ist ja großartig!“





Liebe, Neugier, Spiel

„Ich gelangte zu der Überzeugung, dass der entscheidende Faktor für das was, sich in einem Menschen abspielt, die Vorstellung vom eigenen Wert ist, die jeder mit sich herumträgt – also sein Pott.“

Virginia Satir, 1972



► **SEEKING**  
**Neugier, Erkundung**

Liebe, Neugier, Spiel

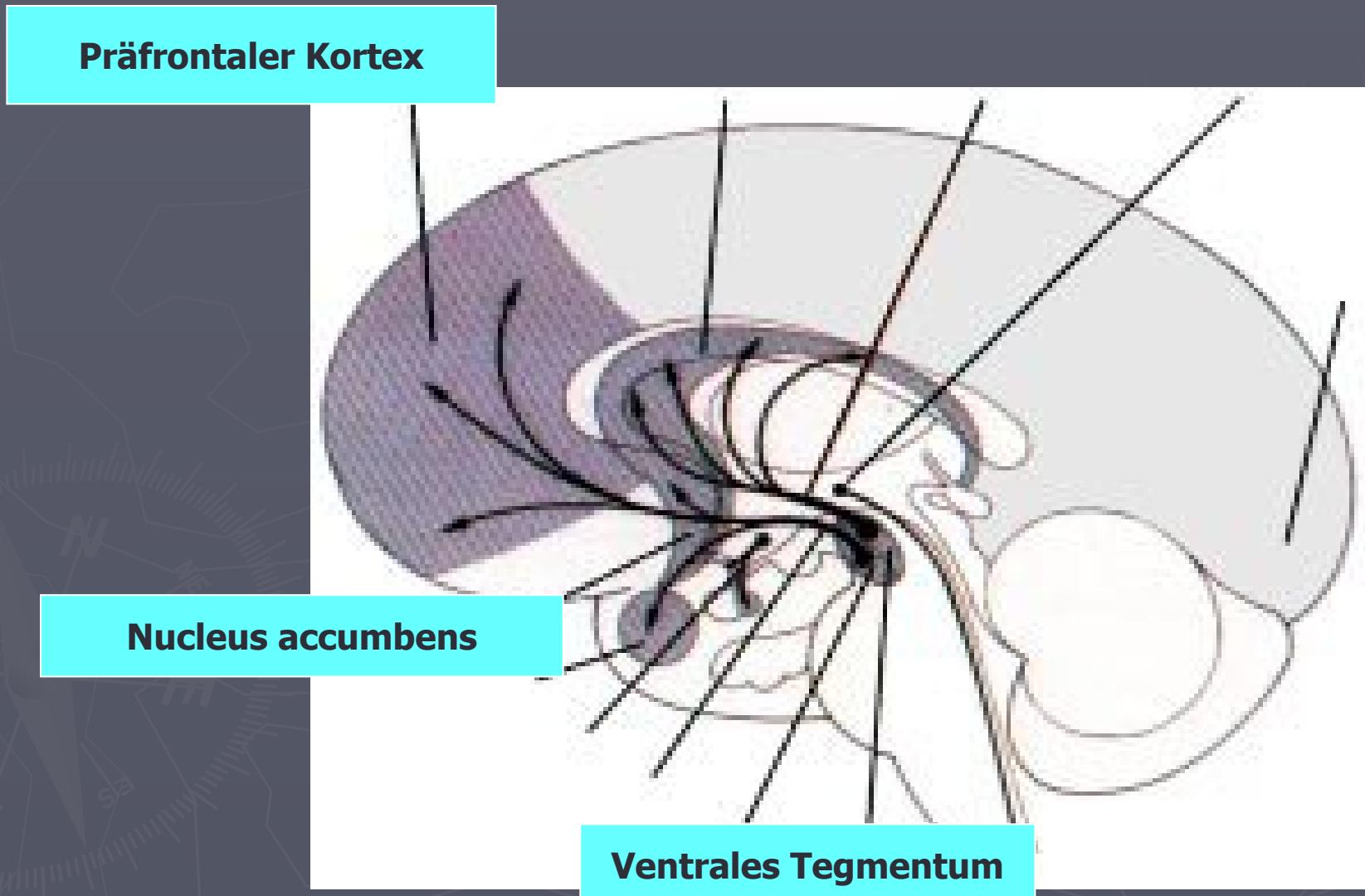


**Qualität braucht Neugier.**

Qualitäts Management Center im Verband der Automobilindustrie

► **SEEKING**  
**Neugier, Erkundung**

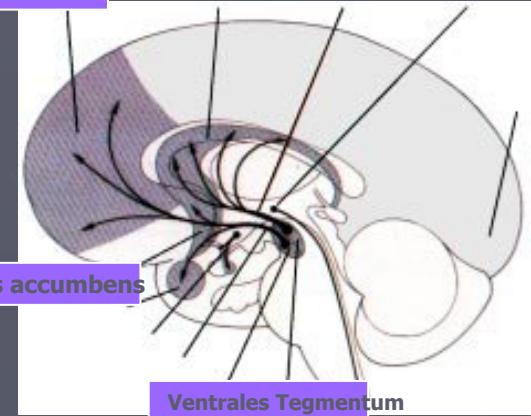
Liebe, Neugier, Spiel



(Aus Spitzer 2007)

Liebe, Neugier, Spiel

Präfrontaler Kortex



## Dopamin und Lernen

- ▶ Dopamin-System wird aktiviert wenn etwas überraschendes Neues geschieht; auch durch Schokolade, schöne Musik, freundliche Blicke, nette Worte.
- ▶ führt zu Ausschüttung von Opioiden im Nucleus accumbens.
- ▶ erleichtert die synaptische Bahnung im präfrontalen Cortex (Spitzer 2007)
- ▶ verstärkt die Neurogenese (Stammzellen-Teilung) in subventriculärer Zone und Hippocampus (Höglinger u.a. 2004)

► **Spiel**

Liebe, Neugier, Spiel



Liebe, Neugier, Spiel



## **Lernen und Umlernen in Beratung und Pädagogik**

Wird begünstigt bei

Humor, Spaß, Lachen und körperlicher Aktivierung

- Rollenspiel
- Problemsituationen darstellen,
- Übertreibungen, Absurdes, Freches einbauen
- anregen, über sich selbst lachend zu lernen
- Lösungen ausprobieren
- Lachen und Aktivität sorgen für größere Nachhaltigkeit
- Das Neue wird gemeinsam ausprobiert
- Miteigentümerschaft an der gefundenen Lösung erleichtert die Umsetzung in das Alltagsleben.

# Anregungen für die Praxis

## Verantwortung und sich ausprobieren (soziale Projekte)

Kanadische Studie (Schreier, u.a. 2013)



Jugendliche, wurden nach Zufall einer Gruppe zugeteilt, die in Grundschulen anderen Schülern halfen.

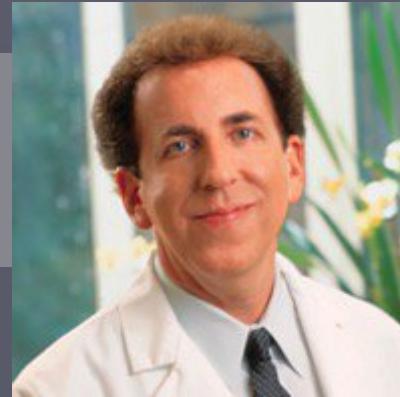
Bereits nach zwei Monaten (!!!)  
bessere Cholesterin-Werte,  
bessere Interleukin-6 Werte (Entzündungsmarker)  
einen geringeren Body-Mass-Index  
als die Kontrollgruppe,  
alles Prädiktoren für Herz-Kreislauferkrankungen!

# Anregungen für die Praxis

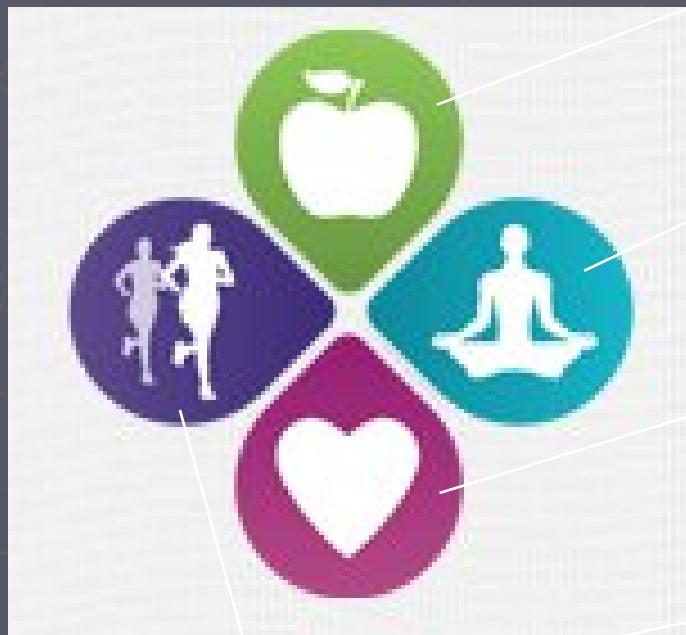
Liebe, Neugier, Spiel

1. **Fordern: maßgeschneidert**
2. **Fördern: maßgeschneidert -> Lernen /Spaß am Lernen**  
**Zutrauen / Erfolge / Feiern**
3. **Neugier, Verblüffung, Spiel, Humor ->**
4. **Verantwortung und sich ausprobieren** (soziale Projekte)
5. **Soziale Kontakte und Interaktionsfähigkeiten**
6. **Selbststeuerung und Affektregulation**
7. **Liebe**

## Die vier Dimensionen von Gesundheit und Wohlbefinden



Liebe, Neugier, Spiel



**Ernährung  
v.a. pflanzlich**

**Stressmanagement  
Meditation**

**Soziale  
Netzwerke**

**Bewegung  
Kraft**

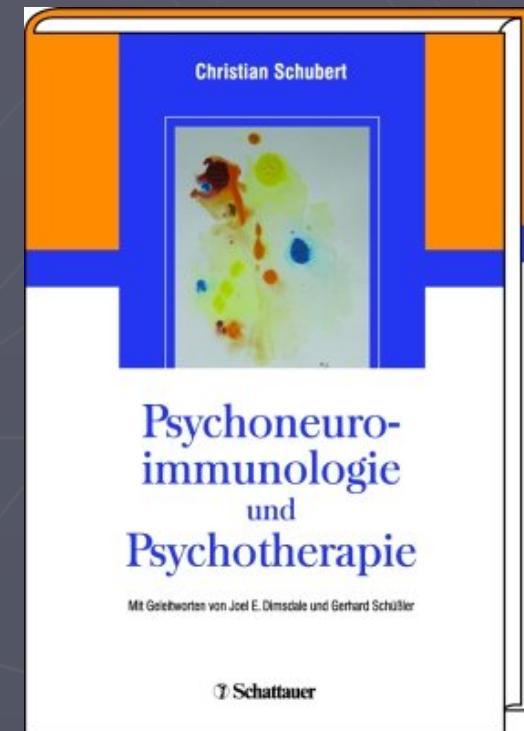
<http://ornishspectrum.com/proven-program/the-research/>

Liebe, Neugier, Spiel



## Psychoneuroimmunologie

- Optimismus
- Selbstwirksamkeit
- Soziale Bindungen
- Positive Gefühle
  - Dankbarkeit, Fröhlichkeit, Begeisterung und Stolz



# Was heißt das für Schule?

Liebe, Neugier, Spiel

## Ein paar positive Erfahrungen

Über Schule wird ja gern gelästert

Aber es gibt viel begeisterte Lehrer\*innen, die neues ausprobieren.

Und das ist nicht so neu, sondern schon vor 50 Jahren  
vorgekommen.

1. Donau-Projekt
2. Singen im Latein-Unterricht
3. Child in Time (Deep Purple)  
und „In der Halle des Bergkönigs“ Edvard Grieg

# Franz Leuninger Schule, Mengerskirchen

Liebe, Neugier, Spiel

Ein paar Stichworte

- ▶ Jahrgangsteams,
- ▶ pro Jahrgang einen Flur für Austausch und gemeinsames lernen
- ▶ Multidisziplinäres Team
- ▶ Assistentinnen aus der Gemeinde
- ▶ Individuelle Lernplanung
- ▶ Ganztagsbetreuung mit vielen Aktivitäten: soziales Lernen
- ▶ Früher waren viele sozial schwache Familien in M., heute ziehen junge Familien dahin, damit die Kinder auf diese Schule gehen können

<https://www.deutscher-schulpreis.de/preistraeger/franz-leuninger-schule/portraet>

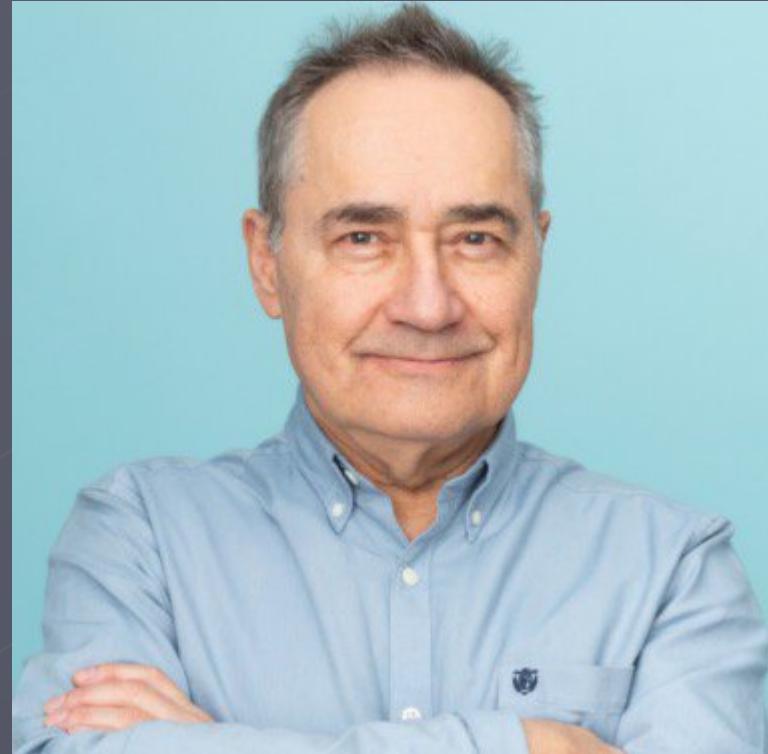
<https://www.bildungsforum-mengerskirchen.de/wer-ist-das-bildungsforum/schulen/franz-leuninger-schule.html>

Liebe, Neugier, Spiel

Ben Furman  
Kinder- und Jugendpsychiater

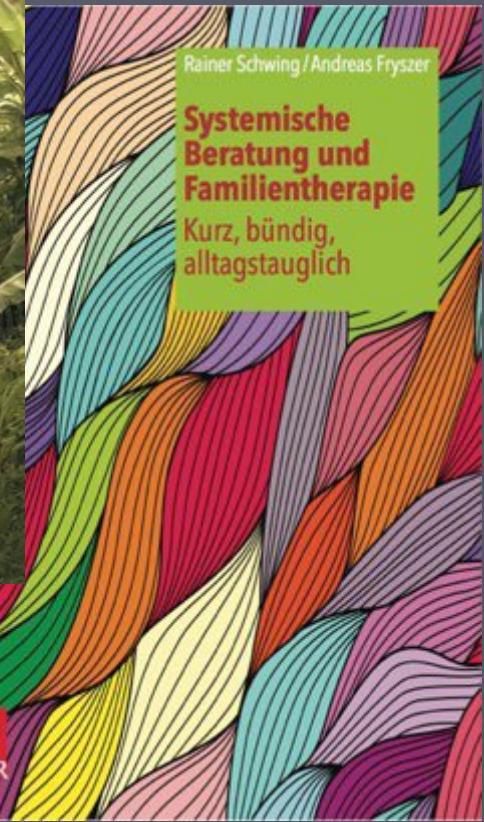
Ich schaff's / Kids skills

15.11.2025  
Nürnberg



[https://www.praxis-institut-sued.de/fachtag/veranstaltung/  
1806-loesungsfokussiert-arbeiten-in-schulen-ein-neuer-weg-fuer-bildung-und-zusammenarbeit](https://www.praxis-institut-sued.de/fachtag/veranstaltung/1806-loesungsfokussiert-arbeiten-in-schulen-ein-neuer-weg-fuer-bildung-und-zusammenarbeit)

Liebe, Neugier, Spiel



Danke für Ihre Aufmerksamkeit