

*Diese Datei beinhaltet verschiedene während des Referats vorgesehene Zusatzinformationen, Anregungen und Übungen sowie eine Inhaltsübersicht und eine Literaturliste. Z. T. war vorgesehen, diese Blätter an den entsprechenden Stellen des Referats den Teilnehmern auszuhändigen oder die Texte vorzulesen. Ich habe sie hier in e i n e r Datei zusammengefasst.*

# Aus der Praxis – für die Praxis

(Untertitel: Grau, teurer Freund, ist alle Theorie – oder doch nicht?)

1. Der Status Quo – die Probleme nehmen zu
2. Vom Nutzen des Humors
3. Bewegung im Quadrat – vom Einzelnen und der Gruppe; von Erziehung und Unterricht
4. Kommunikation ist alles – Schulz von Thun und die Humanistische Psychologie
5. Psychologie im Klassenzimmer – die Sichtweise der Individualpsychologie Alfred Adlers und Rudolf Dreikurs'
6. Transaktionsanalyse und Lehrer – Schüler – Beziehung (die Tiefenschau der TA Eric Bernes und seiner Nachfolger)
7. Das Gordonprogramm – Aktives Zuhören, Ich – Botschaft und Problemlösungsstrategien
8. Neurolinguistisches Programmieren – das Metamodell
9. Ein kurzer Abstecher zur RET: Problemlösen kognitiv: die Rational - emotive - Therapie von Albert Ellis
10. Problemlösen im NLP
11. TZI – Balance in der Gruppe: die Themenzentrierte Interaktion Ruth Cohns
12. Erziehung schwieriger Kinder - die Sichtweise des Psychoanalytikers und Erziehers Fritz Redl
13. Gruppenentwicklung im Klassenraum und anderswo (Gene Stanford)
14. Die kognitive Verhaltensmodifikation (Redlich und Schley)
15. Erziehungsschwierigkeiten im Unterricht (Norbert Havers)
16. NLP und Unterricht – Michael Grinders nonverbale Interventionsstrategien

# Die „Energie - zurück“ – Übung

(Dauer: ein paar Minuten – die hast du doch Zeit, oder?)

## 1. Wann hat so eine Übung Sinn?

1.1.1. Du bist schon müde und ausgelaugt

1.1.2. Du hast noch Arbeit vor dir, stehst vor einer Prüfung oder willst noch sonst etwas unternehmen

## 2. Was brauchst du zur Vorbereitung?

2.1.1. Was gibt dir Kraft und Ausdauer? Was ist dir angenehm und wichtig? Denk kurz nach!

## 3. Was musst du im 1. Teil der Übung tun?

3.1.1. Setz dich auf einen Sessel (oder lehn dich an eine schräge Wand oder leg dich auf den Boden oder auf ein Bett)

3.1.2. Streck die Beine locker aus, lass die Arme angenehm schwer seitlich herunterhängen, den Kopf leicht nach vor fallen und schließ möglichst die Augen

3.1.3. Atme vorwiegend über den Bauch, nicht über Brust und Schlüsselbeine!

3.1.4. Konzentrier dich auf deinen Atem: ca. 2 Sek. durch die Nase einatmen; sodann ca. 4 – 5 Sek. durch den Mund ausatmen; dann ca. 2 Sek. pausieren

3.1.5. Während du ausatmest beginnst du dir jetzt folgenden Satz bildlich vorzustellen oder zu hören, wie ihn jemand spricht:

***ALLES, WAS MICH BELASTET, FLIESST AUS MIR HERAUS UND LÖST SICH IN LUFT AUF***

3.1.6. Verwende das folgende Bild, wenn du den Satz ein paar Mal wiederholst, bis du sicher bist, dass deine Müdigkeit vollständig aus deinen Zehen geflossen und aus deinen Fingerspitzen getropft ist und dass deine störenden Gedanken verfliegen sind

## 4. Und so geht der zweite Teil:

4.1.1. Du setzt (oder stellst) dich aufrecht hin und drehst die Handflächen in eine aufnehmende Position nach oben

4.1.2. Luft - Sauerstoff - ist die Energiequelle unseres Lebens. Die Atmung fließt ruhig weiter, du konzentrierst dich jetzt aber auf das Einatmen

4.1.3. Dabei siehst oder hörst du den folgenden Satz:

***ALLES POSITIVE VERSTÄRKT SICH UND ICH NEHME ES IN MICH AUF***

4.1.4. Fühl, wie es deine Gedanken schaffen, dich in eine positive Stimmung zu versetzen und dir wieder Kraft für deine Vorhaben verschaffen!

4.1.5. Nach ein paar Wiederholungen streckst du dich langsam durch, atmest noch einmal tief ein und öffnest die Augen. Du bist jetzt erholt, erfrischt und bereit zu neuen Taten!

# Kurzentspannung und geistige Mobilisierung

In bequemer Sitzposition die Arme locker hängen lassen:

“Alles, was mich heute belastet hat,  
fließt aus mir heraus und löst sich in  
Luft auf“

Viermal - auf das Ausatmen konzentriert - in Gedanken vor sich  
hin sprechen

In „aktiver“ Sitzposition – Arme liegen auf den Oberschenkeln,  
die Handflächen sind nach oben gedreht:

„Alles Positive verstärkt sich und ich  
nehme es in mich auf!“

Viermal – auf das Einatmen konzentriert – in Gedanken vor  
sich hin sprechen

# Mein Glücksmoment

Während du in einer bequemen Position sitzt, erlaubst du dir, die Augen zu schließen.

Du nimmst deinen Körper bewusst wahr...

An manchen Stellen spürst du die Unterlage,

spürst, wie sie dich trägt,

wie du getragen wirst.

Du spürst vielleicht auch deine Kleidung

und nimmst so viele Geräusche wahr, wie du gerade möchtest.

Du spürst auch die Luft im Raum

Und es gibt jetzt nichts, was du tun oder sein musst.

Du löst dich und wirst ganz still.

Dein Herz schlägt kräftig und regelmäßig in seinem vertrauten Rhythmus,

indem du dich ganz geborgen fühlst.

Eine Weile achtest du auf deinen Atem,

spürst die Luft an deinen Nasenflügeln vorbei streichen;

ganz leicht und kühl.

Und du fühlst dich richtig wohl.

Während du einatmest, füllt sich dein Körper mit Lebenskraft und frischer Energie.

Und beim Ausatmen wird deine Entspannung immer tiefer und tiefer.

Und während die Entspannung sich weiter ausbreitet,

kommt dir vielleicht jetzt eine Erinnerung

an ein besonders schönes Erlebnis aus der Vergangenheit,

ein Ereignis, das vielleicht schon länger zurückliegt

oder vielleicht auch gar nicht so lange,

das aber so schön war, dass du den Wunsch hast,

es noch einmal zu genießen  
und dabei alles noch einmal - mit deinen Augen - zu sehen,  
was du gesehen hast,  
alles zu hören, was damals zu hören war,  
alle Gefühle noch einmal zu erleben,  
die du damals gefühlt hast;  
vielleicht gab es auch einen typischen Geruch oder Geschmack  
in diesem Erlebnis,  
den du wachrufen kannst,  
um das alles noch einmal zu genießen –  
mit allen Sinnen.

Und indem du diese angenehme Situation wieder erlebst,  
hast du vielleicht den Wunsch,  
sie für eine Weile fest zu halten.

Und du drückst jetzt deinen Zauberpunkt  
und du hältst ihn so lange,  
bis du meine Stimme wieder hören wirst...

Jetzt, nachdem du dieses Erlebnis voll auskostet hast,  
bereitest du dich schön langsam darauf vor, wieder in diesen Raum zurückzukommen.

Ich werde jetzt langsam von 5 rückwärts zählen,  
und ich möchte, dass du deine Augen erst öffnest,  
wenn ich bei „1“ angekommen sein werde.

Du wirst dich dann frisch, munter und gestärkt fühlen.

5      4      3      2      1

## Hinweise:

- Droschkenkutscherhaltung erklären (Individuelle Abweichungen nach Möglichkeit akzeptieren!)
- Begriff „Zauberpunkt“ klären und den ZP für sich festlegen lassen (Kuppe des Mittelfingers)
- Den Lieblingsort überlegen
- Den Unterschied zwischen „Das Bild (den Film) sehen“ und „Im Bild (im Film) sein“ klären. Unterschied zwischen „etwas sehen“ und „etwas mit seinen eigenen Augen sehen“
- Musik zum „Adlerflug“ etc. gegebenenfalls erläutern
- Mittun, was angesagt wird: sich der sprechenden Person voll und ganz anvertrauen
- Begriffe klären: z. B.: Position = Haltung; Kräfte und Fähigkeiten; Energie; Zuversicht; Nasenflügel; behaglich; das Hier und Jetzt; intensiv; Refugium = Zufluchtsort; Trance = Zustand, in dem man sich in sich zurückzieht; u. s. w.
- Umgang mit Störungen systematisieren (siehe ZL II, S. 89 ff)
  
- Möglichkeit des jederzeitigen Ausstiegs (=Augen auf), wenn unangenehme Bilder erscheinen oder man sich ängstigt! Ganz ruhig dasitzen und die anderen keinesfalls stören!
- Nach dem Öffnen der Augen „Faust machen“, dehnen und strecken, dann erst aufstehen!

**Hier liegt**

**<Ich kann nicht >**

**begraben!**

Ruhe in  
Frieden!

Die gar nicht trauernden  
Hinterbliebenen

<Ich kann>, <Ich werde > und <Ich  
werde sofort>

# Liebe Freunde!

Wir versammeln uns heute, um die Erinnerung an „Ich kann nicht“ zu ehren. Während er mit uns auf der Welt war, berührte er das Leben eines jeden, einige mehr als andere. Sein Name wurde unglücklicherweise in jedem öffentlichen Gebäude genannt: in Schulen und Krankenhäusern, auf Ämtern und sogar im Parlament.

Wir haben „Ich kann nicht“ mit dieser Inschrift eine letzte Ruhestätte gegeben. Er wird überlebt von seinen Brüdern und Schwestern „Ich kann“, „Ich werde“ und „Ich werde sofort“. Sie sind leider noch nicht so in aller Munde wie ihr verstorbener Verwandter und sicherlich nicht so machtvoll. Vielleicht werden sie eines Tages mit eurer Hilfe in der Welt ein größeres Zeichen setzen.

Möge „Ich kann nicht“ in Frieden ruhen und möge jeder Anwesende sein Leben in die Hand nehmen und vorwärts gehen in seiner Abwesenheit!

**p. s.:** Die Übung stammt aus dem Buch „Hühnersuppe für die Seele“ (siehe Lit.-Verz.), S. 116 ff.

**Kurz gesagt schreibt jeder Schüler eine Liste von Dingen auf, die er nicht zu können glaubt. Dann werden die Zettel eingesammelt und vom Lehrer vor den Schülern, z. B. mittels Reißwolf, vernichtet...Ab sofort gilt nur mehr „Ich kann noch nicht“, „Ich kann noch nicht so gut“ oder auch „Ich will eigentlich nicht“ u. ä.**

---

## Himmel und Hölle – der eigentliche Unterschied

Ein Mann sprach mit Gott über Himmel und Hölle. Gott sagte zu ihm: »Komm, ich will dir die Hölle zeigen.« Sie betraten einen Raum, in dem eine Gruppe von Leuten um einen riesigen Topf mit Essen saß. Jeder einzelne sah ausgehungert, verzweifelt und geschwächt aus. Alle hielten einen Löffel in der Hand, mit dem sie zwar aus dem Topf schöpfen konnten, aber sein Stiel war länger als ihre Arme, so daß sie ihn nicht zum Mund führen konnten. Sie litten alle entsetzlich.

»Komm, nun will ich dir den Himmel zeigen«, sagte Gott nach einer Weile. Sie betraten einen anderen Raum, der dem ersten genau glich – der Topf mit Essen, die Gruppe von Leuten, dieselben langstieligen Löffel. Aber alle, die da saßen, sahen glücklich und wohlgenährt aus.

»Das verstehe ich nicht«, sagte der Mann. »Warum sind sie hier alle so glücklich und im anderen Raum so elend daran, obwohl doch in beiden alles gleich ist?«

Gott lächelte. »Ganz einfach«, erwiderte er. »Die hier haben einmal gelernt, dem anderen zu essen zu geben.«

# Gruppenarbeit (Inhomogene Gruppen)

1. Die Einteilung der Gruppen wechselt nach jeder Gruppenarbeit; sie erfolgt durch Austeilen von Spielkarten. Es gibt sieben Gruppen (Asse, Zweier, Dreier, Vierer, Fünfer, Sechser und Siebener). Bei mehr als 28 Schülern werden noch bis zu 2 Karten mit anderer Rückseite ausgeteilt, u. zwar ein Zweier und ein Dreier!\* *Dauer: ca. 3'.*

Innerhalb der Gruppe bestimmen dann die Schüler, wer in den neuen Gruppen nunmehr ein Einser, Zweier, Dreier bzw. Vierer ist. Allerdings kann der Lehrer hier eingreifen, indem er z. B. verhindert, dass z. B. unter den Einsern zu viele schwache oder zu viele gute Schüler sind! Entsteht eine 5er – Gruppe, so bleiben den Zugeteilten\* ihre Nummern. *Dauer: ca. 2'*

*Die jeweils 4 vorläufig noch nicht nummerierten Beispiele werden im Regelfall in der Zwischenzeit an die Tafel angeschrieben (Buch, Seite, Nummer etc.) oder es werden nun Arbeitsblätter mit den 4 Beispielen ausgeteilt. Bei den Beispielen handelt es sich überwiegend um Beispiele, die der Anwendung eines bereits erarbeiteten Stoffgebiets dienen sollen. Gearbeitet wird von den Schülern auf einem Notizblockzettel, dann eventuell im HÜ – Heft. Eine Möglichkeit ist es nämlich, die Beispiele als HÜ fertig zu stellen.*

2. Jeder verschafft sich nun einen Überblick über sein Beispiel bzw. seine Beispielgruppe (ca. 3')
3. Nunmehr trennen sich die Gruppen und die Einser, Zweier, Dreier usw. bilden selbständig 2 parallel arbeitende Untergruppen zu 3 bzw. 4 Schülern. Dort besprechen sie das jeweilige Beispiel und jedes Kind löst es auf seinem Zettel (ca. 8').
4. Nun kommen die ursprünglichen Gruppen wieder zusammen und jeder erklärt der Reihe nach den anderen Gruppenmitgliedern sein Beispiel. (ca. 16')
5. Erst wenn alle Gruppenmitglieder alle Beispiele verstanden haben, darf jeder Schüler beginnen, alle 4 Beispiele ins HÜ – Heft zu schreiben, wobei die Gruppe notfalls helfen darf. Fertigstellung notfalls daheim; eventuell durch zusätzliche Beispiele ergänzt! (Restzeit)
6. Alternativ zu 6. könnte von jeder Gruppe ein Schüler ausgelost werden, ein Beispiel – nicht das von ihm zu Beginn behandelt wurde, sondern eines, das er sozusagen „aus zweiter Hand“ von einem Mitschüler berichtet bekam! - zu präsentieren. Die ganze Gruppe könnte dann die Note, die dieser Schüler erzielt, bekommen!

*Nummernkärtchen von 1 - 7 jeder Gruppe austeilen. Die Nr.1 – 4 präsentieren. Innerhalb der Gruppe 3 hat z. B. der oder die beiden Dreier das vierte Beispiel, der Vierer das 1. Beispiel usw. zu präsentieren.*

# Literaturliste

*1) Unmittelbar in dieser Reihenfolge für das Referat verwendete Literatur*

- Herbert Stadler:**  
**Verhaltensauffälligkeit und Lehrerkompetenz**  
 (Eigenverlag – herbert.stadler@wbn.wien.at) Zusammengefasste Erfahrungen eines erfolgreichen Praktikers!
- Jochen und Monika Grell:**  
**Unterrichtsrezepte**  
 (Beltz – Verlag) War und ist für mich quasi noch immer ein Brevier!
- Friedemann Schulz von Thun:**  
**Miteinander reden 1**  
 (alles bei rororo) Der 1. Teil des Klassikers von Schulz v. Thun - alle 3 Bände sind ein absolutes Muss, wenn man über Kommunikationspsychologie mitreden können will!
- Rudolf Dreikurs:**  
**Psychologie im Klassenzimmer**  
 (Klett - Verlag) Die praktische Anwendung von Alfred Adlers Individualpsychologie
- Ian Stewart, Vann Joines:**  
**Die Transaktionsanalyse**  
 (Herder – Verlag) Kindheits-, Erwachsenen- und Eltern – Ich sind heute bekannte Begriffe – wenn auch oft missverstanden; ebenso wie „Ich bin O.K. – du bist O.K.“ oder die „Spiele der Erwachsenen“. Vor allem für die Selbstsicht des Lehrers höchst aufschlussreich; aber auch, um ein Kind, das Probleme hat, vielleicht einmal anders sehen zu lernen!
- Thomas Gordon:**  
**Lehrer – Schüler – Konferenz**  
 (Verlag Hoffmann und Campe) Ein hervorragendes, komplettes Programm, obwohl es meiner Erfahrung nach mit der ganzen Klasse nicht einfach umzusetzen ist!
- Alexa Mohl:**  
**Der Zauberlehrling**  
 (Junfermann – Verlag) Die beste Einführung ins NLP, die ich kenne! Der 2. Band heißt: „Der Meisterschüler“
- Bernd H. Kessler, Burkhard Hoellen**  
**Rational-emotive Therapie in der klinischen Praxis** (Beltz – Verlag) Die erste Kognitive Verhaltenstherapie! Von den NLP – Erfindern – obwohl vieles davon eingebaut wurde - leider verschwiegen; von Schulz von Thun aber sehr wohl gewürdigt! Enthält einen interessanten Teil zur Arbeit mit Kindern!

- Ruth Cohn:**  
**Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion**  
(Klett – Verlag)
- Es geht um die Balance zwischen ICH, WIR und ES, mit der wir in unseren Klassen ja ständig zu tun haben!
- Fritz Redl:**  
**Erziehung schwieriger Kinder**  
(Piper – Verlag)
- Eine große Lichtgestalt der Erziehung!  
„Vor der Psychoanalyse kommt die Psychosynthese“ müsste sein Buch eigentlich heißen. Fritz Redl hat Gruppenzusammenhänge durch die Brille des Erziehungspraktikers untersucht und wertvolle Schlüsse daraus gezogen!
- Gene Stanford:**  
**Gruppenentwicklung im Klassenraum und anderswo**  
(Westermann)
- Das beste Buch zum Thema „Die Schulklasse als Gruppe“, das ich kenne!  
Enthält viele hilfreiche Übungen!
- Alexander Redlich, Wilfried Schley:**  
**Kooperative Verhaltensmodifikation im Unterricht**  
(U&S Pädagogik)
- Die Autoren haben aus der klassischen Verhaltensmodifikation ein für die Schule umsetzbares Konzept entwickelt, das sehr hilfreich ist, wenn man die Zeit dafür aufbringen kann! Etwas für Klassen- vorstandsstunden oder den Gegenstand „Soziales Lernen“. Das 2. Buch heißt „Hauptschulprobleme“
- Norbert Havers:**  
**Erziehungsschwierigkeiten in der Schule**  
(Beltz-Verlag)
- Nach Kounins Untersuchungen. Absolut nützlich.
- Michael Grinder:**  
**NLP für Lehrer**  
(VAK – Verlag)
- Hier geht's um die Umsetzung der Erkenntnisse des NLP für Lehrer. Der Lehrer Michael Grinder ist der Bruder eines der Begründer des NLP.
- Michael Grinder:**  
**Ohne viele Worte**  
(VAK – Verlag)
- Nonverbale Muster für erfolgreiches Unterrichten (3 Videos dazu vorhanden!)  
Die Techniken bedürfen aber – wie immer – der entsprechenden Grundeinstellung.
- Canfield, Hansen:**  
**Hühnersuppe für die Seele**  
(Goldmann – Verlag)
- Es gibt noch mehrere Bände  
"Hühnersuppe" - auch speziell für Kinder und Jugendliche. Ein wirklich positives, anregendes und leicht lesbares Buch!

## 2) Weitere Literatur zum Thema – alles keine graue Theorie!

**Frederic Vester:**  
**Denken, Lernen, Vergessen**  
 (dtv)

Muss man gelesen haben. Der leider vor 3 Jahren verstorbene Autor versteht es wie wenige, wissenschaftliche Erkenntnisse fruchtbringend aufzubereiten – hier etwa zum Thema Lernen!

**Robert Ornstein:**  
**Multimind**  
 (Junfermann – Verlag)

Sollte man kennen, ehe man sich mit NLP beschäftigt!

**Amy und Thomas Harris:**  
**Einmal o. k., immer o. k.**  
 (Rowohlt – Verlag)

Ein Alterswerk zur TA – voller Weisheit und Menschlichkeit!

**Irenäus Eibl-Eibesfeldt:**  
**Wider die Misstrauensgesellschaft –  
 Streitschrift für eine bessere Zukunft**  
 (Piper – Verlag)

Von manchen Milieutheoretikern bewusst missverstanden. Wir können die Biologie aber nicht einfach ignorieren!

**Wolfgang Schömb:**  
**Entspannt konzentriert - Stressbewältigung  
 und Leistung; Zen im Alltag**  
 (Oesch – Verlag)

Zuletzt etwas für uns selbst; vor allem für jene, die weder Zeit noch Lust haben, stundenlang zu meditieren!

**Michael Grinder:**  
**Absolute Spitzenklasse – Gruppendynamik in  
 Schulklassen**  
 (Synergieia, Köln)

Die hochinteressante Fortsetzung von „Ohne viele Worte“ (siehe oben!)

Auf Ihren Besuch auf Website würde ich mich freuen!

[www.dufrabanz.at](http://www.dufrabanz.at)

Zuletzt noch etwas zum Nachdenken:

## Wir ↔ unsere Kinder

### Goldene Regeln für den Umgang mit Kindern

1. **Verwöhne mich nicht.** Ich weiß ganz gut, daß ich nicht alles, was ich verlange haben kann. Ich teste dich ja nur.
2. **Hab keine Angst, mit mir bestimmt umzugehen.** Ich ziehe es vor, dann weiß ich woran ich bin.
3. **Zwinge mich nicht.** Das lehrt mich, daß nur Macht zählt. Ich reagiere besser auf Anleitung.
4. **Sei nicht wechselhaft.** Das verwirrt mich, und ich versuche desto mehr, alles zu erreichen, was ich will.
5. **Mach keine Versprechungen.** Es könnte sein, daß du sie nicht einhalten kannst. Das erschüttert mein Vertrauen zu dir.
6. **Falle nicht auf meine Herausforderungen hinein,** wenn ich etwas sage oder tue, nur um dich aus der Fassung zu bringen. Dann werde ich nämlich versuchen, noch mehr solche Siege zu erringen.
7. **Sorge dich nicht zu sehr, wenn ich sage "Ich hasse dich".** Ich meine es ja nicht so, ich möchte nur, daß es dir leid tut, wenn du mir etwas angetan hast.
8. **Mach nicht, daß ich mich kleiner fühle, als ich bin.** Dann werde ich mich nämlich wie ein toller Kerl benehmen.
9. **Tu nichts für mich, was ich selber auch tun könnt.** Ich fühle mich sonst wie ein Baby und werde dich weiter in meinen Dienst stellen.
10. **Befasse dich nicht zu sehr mit meinen schlechten Gewohnheiten,** das veranlaßt mich nämlich, sie zu behalten.
11. **Korrigiere mich nicht vor anderen Leuten.** Es beeindruckt mich viel mehr, wenn du ruhig und allein mit mir sprichst.
12. **Versuche nicht mein Benehmen während eines Streites zu besprechen.** Aus bestimmten Gründen kann ich zu dieser Zeit nicht so gut zuhören, und meine Mitarbeit ist noch schlechter. Du kannst ja handeln, aber besprechen sollten wir es später.
13. **Versuche nicht zu predigen.** Du wirst dich wundern, wie gut ich weiß, was richtig und was falsch ist.
14. **Nörgle nicht.** Um mich zu schützen muß ich tun, als ob ich taub wäre.
15. **Sag mir nicht, daß meine Fehler "Sünden" sind.** Ich muß lernen Fehler zu machen, ohne zu glauben, daß ich darum schlecht bin.
16. **Verlange keine Erklärungen für mein falsches Benehmen.** Ich weiß wirklich nicht, warum ich es getan habe.
17. **Stelle meine Ehrlichkeit nicht in Frage.** Ich bekomme leicht Angst und erzähle Lügen.
18. **Vergiß nicht, daß ich gerne Experimente mache.** Ich lerne davon, also laß mich doch.
19. **Schütze mich nicht vor den Folgen.** Ich muß aus Erfahrung lernen.
20. **Schenke meinen kleinen Leiden nicht so viel Aufmerksamkeit.** Es könnte sein, daß ich sonst eine schwache Gesundheit zu schätzen lerne, weil sie mir Aufmerksamkeit einbringt.
21. **Entzieh dich nicht, wenn ich etwas wirklich wissen will.** Sonst wirst du merken, daß ich aufhöre zu fragen und mir meine Antworten woanders suche.
22. **Beantworte dumme und bedeutungslose Fragen nicht.** Ich möchte dich nur mit mir beschäftigen.
23. **Denk nicht, es sei unter deiner Würde, dich bei mir zu entschuldigen.** Eine ehrliche Entschuldigung erzeugt in mir warme Gefühle dir gegenüber.
24. **Deute nie an, daß du perfekt oder unfehlbar bist.** Du wärest ein zu großartiges Vorbild für mich.
25. **Sorge dich nicht, daß du zu wenig Zeit für mich hast.** Was zählt ist, WIE wir diese Zeit verbringen.
26. **Werde nicht ängstlich, wenn ich mich fürchte.** Denn dann werde ich noch furchtsamer. Zeig mir lieber Mut.
27. **Vergiß nicht, daß ich ohne Verständnis und Ermutigung nicht gedeihen kann.** Aber das brauche ich dir doch gar nicht zu sagen. Behandle mich, wie du einen Freund behandelst, dann werde auch ich dein Freund sein. Denke daran, daß ich mehr von einem Vorbild als von einem Kritiker lernen kann.

Text entnommen aus:  
Studygroup Leaders, Manual Chicago  
übersetzt von Regula Amund-Jensen, Heidelberg