

# Ausbildung „Lehrer/Lehrerin für soziale Kompetenzen“ im Jahr 2023

## **Der Lehrplan (Curriculum)**

Der nachfolgende Lehrplan skizziert wesentliche Lernziele der Ausbildung. Abweichungen oder Erweiterungen, die sich aus der Dynamik des thematischen Arbeitens mit der Ausbildungsgruppe ergeben, sind möglich.

Erstes Seminar: 7./ 8. Januar 2023

### **Das Ideal einer starken Individualität mit erweiterter sozialer Kompetenz - als Antwort auf unsere Zeit**

*„Wie kann die seelische Not der Gegenwart überwunden werden?“<sup>1</sup>*

*Diese Frage stellte Rudolf Steiner in seinem bekannten Vortrag vom 10. Oktober 1916. Seine Aussagen beziehen sich auf die Entwicklung unserer heutigen Kulturepoche - über viele Jahrhunderte in die Zukunft. Daher sind seine Aussagen aktuell.*



#### **Teil 1: Der Blick auf die irdischen Verhältnisse im Bereich des Sozialen**

Wo mangelt es, was fehlt, welchen bedenklichen Zeitumstände zeigen sich heute im Sozialen? Beispiele: Egoismus, wachsende Ängste, Spaltungen, Einsamkeit und Isolation, Mangel an Inhalten in Begegnungen... Gemeinsames Erforschen und Aufbau eines umfassenden Bildes.

#### **Teil 2: Die geistige Sichtweise und die Ausbildung sozialer Kompetenzen**

Was ist heute notwendig?

Die drei großen Ideale für unsere Kulturepoche nach Rudolf Steiner: Uneingeschränktes Verständnis für den anderen Menschen, (religiöse) Toleranz und lebendiges Erkennen der geistigen Wirklichkeit. Ausgewählte Aussagen aus dem Werk von Heinz Grill.

#### **Teil 3: Die Entwicklung einer starken Individualität zwischen Geist und Welt**

Was heißt es, dass der Einzelne eine Position findet, in welcher er/sie einen Kulturbeitrag für die Entwicklung leisten kann?

#### **Der Begriff „Soziale Kompetenzen“ in Psychologie und Pädagogik.**

Wie ist der Begriff „Soziale Kompetenzen“ heute allgemein geprägt, welche Trainingsansätze gibt es? Ein Überblick.

#### **Das Studienbuch**

Das Studienbuch als täglicher Begleiter zur Reflexion auf dem Weg der geistigen Entwicklung

<sup>1</sup> Quelle: Rudolf Steiner: Richtkräfte im Chaos. Rudolf Steiner Verlag.

Zweites Seminar: 4./ 5. Februar 2023

## Die Kompetenz der Empathie in Theorie und Praxis

*„Man muss sich Hineinversetzen-Können in die anderen. Jenes Hineinversetzen-Können, jene wichtige Fähigkeit, die allgemein als sogenannte Empathie bezeichnet wird, ist eine bedeutende Seelenqualität.“*

Heinz Grill



### Wie wird Empathie heute innerhalb der Psychologie verstanden?

Ausgewählte, interessante Aspekte aus dem Buch „Empathie“ von Monika Hein.<sup>2</sup>  
Grenzen und Missverständnisse von Empathie.

### Die Kraft und der Mangel an Empathie in unserer modernen Kultur

Wo beobachten wir heute in unserer Kultur einen Mangel an Empathie?  
Wo zeigt sich die Kraft der Empathie?

### Soziales Verständnis als zentrale Notwendigkeit für unsere Zeit

Nach Rudolf Steiner ist unsere derzeitige Kulturepoche dadurch geprägt, dass das soziale Verständnis zwischen Menschen in Zukunft immer schwieriger wird. Empathie ist hier ein wichtiger Baustein, um das soziale Verständnis zwischen Menschen zu fördern.  
Wie kommt Rudolf Steiner zu seiner Aussage?

### Soziales Training – Verschiedene Übungen

Aktives Zuhören

Anknüpfen am anderen – eine Übung von Heinz Grill

„Wie kommt der andere dazu so zu sein oder so zu tun?“ - eine Übung von Rudolf Steiner

Sich Aussagen anhören, die der eigenen Meinung konträr gegenüberstehen.

Vier Arten des Zuhörens aus dem Buch „Professionelle Gesprächsführung“ von Dr. Weisbach

Drittes Seminar: 4./ 5. März 2023

## Menschen idealer denken – eine Seelenübung

*„Sieht man den Menschen nach den Eigenschaften und Verhaltensweisen, wie er ist, so wird man seiner (Menschenwürde) nicht gerecht, sieht man ihn aber nach den Möglichkeiten seiner Entfaltung, nach dem was er werden kann, so wird man seiner Würde gerecht.“*

*Johann Wolfgang von Goethe*



### **Die Seelenübung „Wie erlangt man Ideale im Leben?“<sup>3</sup>**

- Wie kann ich einen anderen Menschen in seiner Entwicklung konkret fördern? Praktische Schritte zur Umsetzung. Ausgewählte Fallbeispiele.

### **Den anderen Menschen erforschen**

Lernen andere Menschen wahrzunehmen, ihnen fragend und forschend zu begegnen.

Was wünscht sich die Seele des anderen?

Wir entwickeln ein Vorstellungsbild über wesentliche Werte oder Tugenden, welche die menschliche Seele – nach einem spirituellen Menschenbild – entfalten möchte.

### **Unterscheidung: Positives Denken und konstruktives Denken**

Unterscheidung zwischen positivem Denken (im Bereich der Selbsthilfe und Esoterik) und konstruktivem Denken im Sinne der Seelenübungen

Heute kennen viele das sogenannte „Positive Denken“. Wo liegen die wesentlichen Unterschiede zu jenem konstruktiven Denken, um andere Menschen in ihrer Entwicklung zu fördern?

### **Exkurs: Die Kinderkonferenz in der Waldorfpädagogik**

Welche Wirkungen entstehen, wenn mehrere Menschen forschend und konstruktiv an ein Kind denken? Gespräch mit einem Lehrer/ einer Lehrerin aus der Waldorfschule.

---

3 Quelle: Heinz Grill: Übungen für die Seele. 9. Seelenübung. Synergia Verlag.

Viertes Seminar: 31. März - 2. April 2023 (in Italien)

## **Inhaltsreich kommunizieren**

*„Dieses Denken mit Inhalten, die universale und dennoch praktische Gültigkeit haben, fördert die Wärmeätherkräfte im Sinne einer Ruhe im Herzen, es heilt sogar das Herz, und im Weiteren erhebt es in ganz besonderem Maße die Lichtätherkräfte, die gesunde Antriebe schenken und den Menschen beispielsweise vor Depressionen oder vielerlei anderen leiblichen Problemen bewahren.“*



*Heinz Grill*

### **Was ist ein universaler Inhalt?**

Sehr ausführliche Unterscheidung mit verschiedenen Beispielen

Welche Aussage enthält einen Inhalt? Welche Aussage ist inhaltslos?

Entwicklung von konkreten Kriterien, um dies zu unterscheiden.

Welche positiven Wirkungen entstehen, wenn es in einer Begegnung gelingt einen universalen Inhalt auszudrücken?

### **Beispiele für Nicht – Inhalte**

Qualitäten wie Leichtigkeit, Toleranz oder Freude sind kein Inhalt, sondern Ergebnisse eines vorhergehenden Handelns. Eine gute Bemühung drückt ein Wollen oder Wünschen aus - ist jedoch kein Inhalt („Ich möchte ein guter Mensch sein.“). An alltäglichen Aussagen von Menschen werden wir herausarbeiten, was es heißt, dass kein Inhalt vorhanden ist.

### **Soziales Training**

Vorbereitung und Training einen universal gültigen Inhalt in ein Gespräch hineinzuführen (in Kleingruppen)

## **Bindungen und energetische Ungleichgewichte in Begegnungen**

*„Die Beobachtung, wie das Bewusstsein durch Bindungen fixiert und verschattet wird, lässt wieder neue Möglichkeiten mit aufbauenden Perspektiven aufkommen“*

Heinz Grill

### **Studium: Das Wesen der Bindung**

Mit dem Begriff Bindungen sind hier ungünstige, entwicklungshemmende Strukturen innerhalb des menschlichen Seelenlebens gemeint, die weit verbreitet und vielfältig sind. Textarbeit und Auseinandersetzung mit dem Begriff Bindung.<sup>4</sup>

### **Kollektive und individuelle Bindungen**

Welche kollektiven Bindungen, welche individuellen Bindungen können wir in unserer Kultur wahrnehmen? Kollektive Bindungen entstehen beispielsweise, wenn der Einzelne suggestive Ängste oder einseitige politische Ideologien übernimmt, die durch Massenmedien verbreitet werden.

### **Soziales Training: Konstruktiver Umgang mit Bindungen in der Kommunikation**

Beispiele: Wahrheitsansprüche, Passive Erwartungshaltungen, Moralisierungen, Projektionen, Schuldzuweisungen, Belehrungen, Ängste...

### **Was ist konkret notwendig, um eine Bindung zu überwinden?**

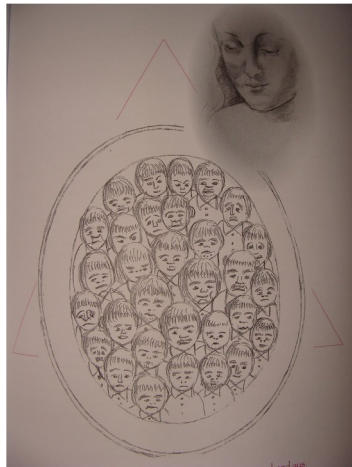
Bindungen sollten nach Edward Bach nicht bekämpft werden, sondern dadurch überwunden werden, dass der Mensch jene Tugend entwickelt, die das Gegenbild zur Bindung darstellt. Allgemein ist es für jeden, der nach Entwicklung strebt notwendig, ein Bewusstsein für Bindungen zu entwickeln und mit gesunder Selbstkritik an der Überwindung dieser Strukturen zu arbeiten.

### **Typische energetische Ungleichgewichte in Begegnungen - Fallbeispiele**

Im alltäglichen Leben zeigt sich häufig das Phänomen, dass in Begegnungen eine Person energetisch aufbaut, die andere dafür abbaut. Hieraus entstehen gesundheitliche Belastungen. Wie können solche Ungleichgewichte erkannt und überwunden werden?

---

4 Vgl: Heinz Grill: Die Bindung als Wesenheit. In: Die 7 Lebensjahrsiebt und die 7 Chakren. Synergia – Verlag.



*Die Skizze zeigt bildhaft das Gruppenbewusstsein, welches das Individuelle ausschließt.  
Ein mutiger, individueller Standpunkt ist nicht erwünscht.*

### **Der individuelle Standpunkt in Unterscheidung zum Gruppenbewusstsein**

Was ist mit einem individuellen Standpunkt im sozialen Leben genau gemeint?

Was ist – im Gegensatz dazu – ein sogenanntes Gruppenbewusstsein, bei dem der einzelne Mensch noch keinen eigenständigen Standpunkt gebildet hat?

Textarbeit: „Die Stärkung des individuellen Denkens führt zu Gemeinschaftsgefühlen“

Interessante Aussagen von Rudolf Steiner zum Gruppenbewusstsein

### **Überheblichkeit – Unterwürfigkeit – Begegnung auf Augenhöhe**

Innerhalb menschlicher Begegnungen zeigen sich drei Formen von Begegnung: Jemand stellt sich über den anderen, jemand gibt sich zu sehr auf und „unterwirft“ sich. Oder – dies wäre das Ideal – es gelingt eine „Begegnung auf Augenhöhe“.

### **Vorbildliche Beispiele für den mutigen Standpunkt im sozialen Leben**

Daniele Ganser, Peter Selg sowie weitere Beispiele aus Geschichte und Gegenwart. Welche positiven Wirkungen entstehen durch einen mutigen Standpunkt?

### **Soziales Training**

Anhand einer mit Ängsten belegten Alltagssituation übt sich der Einzelne – mit mentaler Vorbereitung – einen individuellen Standpunkt auszudrücken.

## Das rechte Urteil in Begegnungen (Teil 1)



*Darstellung der Justitia, der Göttin der Gerechtigkeit. Die Waage symbolisiert die Fähigkeit das Für und Wider gegeneinander abzuwiegen und ein unabhängiges, gerechtes Urteil zu bilden. Auch in menschlichen Begegnungen ist es eine wertvolle Kompetenz möglichst richtige und sachliche Urteile zu bilden.*

### **Die richtige Sinneswahrnehmung als Grundlage der Urteilsbildung**

Die Fähigkeit unsere Mitmenschen mit unseren Sinnen aktiv wahrzunehmen – in angenehmer unaufdringlicher Weise. Erkennen, wie sich beständig moralisierende Bewertungen in die Sinneswahrnehmung mischen. Eine Beobachtungsübung in einem Lokal oder in der Fußgängerzone.

### **Soziales Training: Die Sinneswahrnehmung auf Details**

Üben beispielsweise die Mimik oder Hand – Gestik eines Menschen zu beobachten

### **Der Umgang mit Sympathie- und Antipathiegefühlen**

*„Wie urteilen wir denn heute, wenn wir einem Menschen gegenüber treten? Er ist uns sympathisch oder antipathisch? ...Man stellt sich vor: so und so sollte der Mensch eigentlich sein; wenn man dann sieht, er ist in dem oder jenem anders, dann fällt man über ihn ein Urteil. Ehe nicht diese Art des Sympathisch oder Antipathischfindens aus Vorurteilen, aus besonderen Liebhabereien heraus, die man über diesen oder jenen Menschencharakter hat, aufhört, und ehe sich nicht verbreitet die Gesinnung, den Menschen zu nehmen, wie er ist, kann nicht vorwärtsgeschritten werden in wirklicher praktischer Menschenkenntnis.“<sup>6</sup>*

*Rudolf Steiner*

### **Welche Kriterien lege ich meiner Urteilsbildung zugrunde?**

Die Entwicklung von Urteilen anhand von konkreten Kriterien bildet den wesentlichen Schlüssel zur rechten Urteilsbildung gegenüber anderen Menschen.

Wie entwickle ich konkret ein Kriterium für das Beurteilen anderer? Verschiedene Beispiele anhand von Artikeln oder Videos von anderen Menschen.

---

6 Rudolf Steiner: Wie kann die seelische Not der Gegenwart überwunden werden? Rudolf-Steiner-Verlag. S. 23.

## **Der Umgang mit Angriffen**

*„Es bringt in der Regel nichts, wenn Sie auf einen Angriff mit einem Gegenangriff reagieren. Die Emotionen schaukeln sich auf und es wird immer schwerer, das Ganze unter Kontrolle zu halten. Versuchen Sie den Teufelskreis von Angriff und Verteidigung/Gegenangriff zu vermeiden.“*

*Albert Thiele<sup>7</sup>*

### **Verbale Angriffe und Diffamierungen als gesellschaftliches Phänomen**

Verbale Angriffe und Diffamierungen aus ideologischen Gründen sind heute weit verbreitet. Wir finden, besonders seit Corona, diese unsachlichen Formen immer mehr in den Massenmedien. Auch in Unternehmen werden zum Teil Personen gezielt negativ behandelt oder gemobbt, dass die Person „am Besten“ von sich aus kündigt. Ja, und auch in den persönlichen Begegnungen haben unsolide Vorwürfe oder Angriffe mit spaltenden Tendenzen zugenommen. Der Einzelne benötigt hierzu gute Kenntnisse sowie die Kompetenz konstruktiv damit umzugehen. Wo beobachten oder erleben wir heute konkret verbale Angriffe oder Diffamierungen?

### **Drei Prinzipien zum Umgang mit Angriffen**

Sich nicht rechtfertigen – keinen Gegenangriff – den Angriff für eine eigene inhaltliche Aussage nützen. Diese drei Prinzipien werden sorgfältig durchdenken, damit diese zu einer sozialen Kompetenz werden können, die in der Praxis anwendbar ist.

### **Soziales Training**

Im sozialen Training wird deutlich, dass wir bei Angriffen meist mit Rechtfertigung oder Gegenangriff reagieren. Hier reagieren wir fast immer tendenziell ungünstig. Welche mentalen Schritte sind für eine konstruktive Reaktion notwendig?

Praktische Schritte, die für eine konstruktive Reaktion hilfreich sind (z.B. Nachfragen, um Zeit für seine Reaktion zu gewinnen)

---

<sup>7</sup> Albert Thiele: Die Kunst zu überzeugen. Faire und unfaire Dialektik. Springer Verlag.



Neuntes Seminar: 19./ 20. August 2023

## **Rhetorik – Überzeugende Redebeiträge gestalten**

*„Zum Verstande der Zuhörer reden Sie durch die Komposition,  
zum Herzen der Zuhörer reden Sie durch Ihre Erfahrung.  
Das ist es, was man wie eine goldene Regel betrachten soll.“<sup>8</sup>*

*Rudolf Steiner*



### **Soziales Training – Eine Kurzrede halten**

Vorbereitung und Halten einer Kurzrede (5 Min.), in der eine überzeugende inhaltliche Aussage zum Ausdruck kommen soll. Auswertung und Reflexion. Auf Wunsch – Aufnahme mit Kamera. Konstruktive Kritik für die individuelle Redefähigkeit.

### **Bausteine für eine überzeugende Rede**

Von einem konkreten Inhalt ausgehen – Was heißt das?

Welches Gefühl möchten wir zum Ausdruck bringen – das entwickelte Gefühl wirkt auf die Zuhörer

Einen Redebeitrag gut durchgestalten – wie geht das?

Aus der Erfahrung sprechen – reale Erfahrungen in die Rede einbauen

Der logische Gedankenaufbau einer Rede – Wie geht das?

### **Praktische Anregungen zum Umgang mit Redeangst oder Schüchternheit**

Bei vielen Menschen besteht eine Scheu, vor anderen oder einer größeren Personengruppe einen Redebeitrag zu geben.

---

<sup>8</sup> Rudolf Steiner: Anthroposophische soziale Dreigliederung und Redekunst. Sechs Vorträge gehalten in Dornach vom 11. bis 16. Oktober 1921. Rudolf Steiner Verlag.

Zehntes Seminar: 16./ 17. September 2023

## **Das rechte Urteil in Begegnungen – Teil 2**

*„Das Einzigartige dieser Ebene, die ich als rechte Urteilsbildung bezeichne, ist, dass wir wirklich nur die positiven Eigenschaften des anderen zu uns nehmen und die negativen tatsächlich von uns weisen. (...) Die negativen Eigenschaften werden wir mit einem gesunden Blick nicht aufnehmen.“*

*Heinz Grill*



### **Der Wert die positiven Fähigkeiten von anderen zu erforschen**

Indem wir die besonderen und positiven Fähigkeiten von anderen Menschen erforschen und mit anschaulichen Vorstellungen lebendig werden lassen entstehen hochinteressante Wirkungen: Wertschätzung, Verbindung sowie ein Stück weit der Wunsch, die positive Fähigkeit selber hervorzubringen.

### **Der Umgang mit dem Negativen oder Böartigen bei anderen**

Die mutige und richtig gebildete Anschauung von negativen oder böartigen Tendenzen führt dazu, dass wir eine gesunde Distanz gewinnen und das Bewusstsein geschützt ist, diese Einflüsse aufzunehmen.

### **Soziales Training**

Positive Fähigkeiten von anderen Menschen oder bekannten Persönlichkeiten herausarbeiten und treffend beschreiben lernen.

### **Das Phänomen Moralisieren**

Um anderen Menschen freilassend und aufbauend begegnen zu können, ist es notwendig, die weit verbreitete moralisierende Haltung zu erkennen und zu überwinden.

Was ist eine moralisierende Haltung?

Praktische Anregungen, um die moralisierende Haltung im Alltag zu verwandeln

Elftes Seminar: 20. - 22. Oktober 2023 (in Italien)

## **Inhaltliche Freizeitgestaltung mit Freunden und Bekannten**



*Riva del Garda*

### **Inhaltliche Freizeitgestaltung**

Erweiterte soziale Kompetenz schließt die Fähigkeit mit ein, natürliche Freizeitaktivitäten mit anderen Menschen so gestalten zu lernen, dass diese Aktivitäten einen sinnvollen Inhalt sowie eine Ordnung erhalten.

### **Wanderung – Besuch in Riva del Garda - Restaurantbesuch**

An dem Wochenende werden wir als Lernschritt drei Freizeitaktivitäten inhaltlich gestalten.

Welche mentalen Vorbereitungen bzw. Vorsätze sind notwendig, damit eine aufbauende Freizeitgestaltung gelingt?

Typische Schwierigkeiten und praktische Fragestellungen für die Umsetzung  
Übertragung der Lernerfahrungen für die Planung von Freizeitaktivitäten in Deutschland

### **Das Phänomen Konsumhaltung und ihre Überwindung durch inhaltliches Gestalten**

*„Unter Konsum kann hier im weitesten Sinne eine Passivität verstanden werden, die die Impulse der Außenwelt nur nach innen verschluckt, ohne sie zu beantworten oder damit in Beziehung zu treten.“ (H. Grill)*

Zwölftes Seminar: 18./19. November 2023

## **Prüfungswochenende und Thema nach Wahl**

### **Schriftliche Prüfung**

Es erfolgt eine schriftliche Prüfung (60 Minuten) in denen der Übende einige Fragen zu den behandelten Themen der Ausbildung beantwortet. Die Auswahl der möglichen Fragen erhalten die Ausbildungsteilnehmer im Vorfeld.

Durch die schriftliche Prüfung kann der/die Einzelne lernen, die Inhalte der Ausbildung gut verständlich für andere zu kommunizieren. Die Prüfung ist von der Anforderung leicht zu bewältigen.

### **Thema nach Wahl**

Der Ausbildungskurs wählt sich für dieses Wochenende ein Thema zur Vertiefung, um die Ausbildung abzurunden.

Dreizehntes Seminar: 16./17. Dezember 2023

## **Ausbildungsabschluss: Reflexion und Zukunftsperspektiven**

### **Reflexion**

Welche wesentlichen Lernerfahrungen und Fortschritte sind innerhalb der Ausbildung entstanden?

### **Zukunftsperspektiven**

Wie möchte ich die erworbenen sozialen Kompetenzen in der Zukunft umsetzen?  
Zeit für Entwicklung von individuellen Idealen für die nahe Zukunftsperspektive

### **Verleihung der Ausbildungszertifikate**

Zur Verleihung der Ausbildungszertifikate kann jeder Teilnehmer befreundete Menschen einladen. In einer Abschlussfeier mit kleinen inhaltlichen Beiträgen werden wir die Ausbildung abschließen. Das Zertifikat „Lehrer/Lehrerin für soziale Kompetenzen“ wird verliehen.

## Anhang: Studienliteratur

Die beiden Bücher sind für die Ausbildung Voraussetzung. Im Verlauf der Ausbildung erfolgen einzelne Literaturempfehlungen, die sich jeder auf freiwilliger Basis erwerben kann.

### **Heinz Grill: Übungen für die Seele.**

Die Entwicklung eines reichhaltigen Gefühlslebens und die Erlangung erster übersinnlicher Erkenntnisse.

3. erweiterte Auflage 2022, Synergia Verlag.

ISBN: 9783906873336.

€ 23,50.



### **Rudolf Steiner: Richtkräfte im Chaos.**

Wie kann die seelische Not der Gegenwart überwunden werden?

Rudolf Steiner Verlag. ISBN 978-3-7274-5264-2.

€ 11.-

