SERIE: HALTUNG & SELBSTREGULATION · PDF 4

Innen stark.
Haltung für den Arbeitsalltag.

Fünfzehn Leitsätze für eine klare, präsente Haltung in der Beziehungsarbeit.

Matteo Lencioni · Pädagoge, Systemischer Berater, Psychologe · 20 Jahre Einrichtungsarbeit · Kinder- und Jugendhilfe Bayern

Beziehungsarbeit zehrt. Sie verlangt Präsenz, Geduld und die Fähigkeit, auch dann ruhig zu bleiben, wenn ein Kind eskaliert. Eine klare innere Haltung ist die Voraussetzung dafür – und sie lässt sich bewusst pflegen. Diese Leitsätze erinnern an das, was in der Arbeit wirklich trägt.

> ***"Meine Haltung zählt mehr als meine Worte. Kinder spüren, woraus ich handle – lange bevor sie es hören."***

Fünfzehn Leitsätze für deine Haltung

Worte, die täglich erinnern
→ Ich bleibe in meiner Mitte, auch wenn um mich herum Chaos herrscht.
→ Ich darf meinem Gefühl vertrauen – es ist eine Information.
→ Ich bin nicht hier, um perfekt zu sein – sondern um präsent zu sein.
→ Ich wirke – auch wenn ich es im Moment nicht sehe.
→ Ich darf ruhig atmen, auch wenn es laut wird.
→ Meine Haltung zählt mehr als meine Worte.
→ Ich gebe Halt – auch in rauer See.
→ Ich bin wirksam, gerade weil ich nicht alles kontrolliere.
→ Heute darf ich weich und klar zugleich sein.

→ Ich darf Fehler machen und trotzdem wachsen.

Und weiter

→ Ich bin verbunden – mit mir und mit denen, die mich brauchen.

→ Ich begegne mir heute mit Freundlichkeit.

→ Ich sehe mit dem Blick für das, was unter dem Verhalten liegt.

→ Ich bleibe bei mir – und gebe gerade dadurch Halt.

→ Jeder Tag ist ein neuer Anfang – auch nach schwierigen Tagen.

Diese Sätze sind kein Ersatz für fachliche Reflexion oder Supervision. Sie sind eine tägliche Erinnerung an die Haltung, aus der wirksame Arbeit entsteht.

Reflexionsfragen

1. Welcher dieser Sätze beschreibt die Haltung, die du dir für deinen Alltag wünschst?

_ _

2. In welchen Momenten verlierst du den Zugang zu dieser Haltung?

_ _

3. Was hilft dir, nach einem schwierigen Tag wieder zu dir zurückzufinden?

_ _

Fachberatung & Begleitung

→ Einzelberatung und Coaching für Fachkräfte und Eltern.

→ Systemische Fallbegleitung und Supervision.

→ 20 Jahre Einrichtungspraxis – konkret, klar, anwendbar.

→ Anfragen: www.matteo-lencioni-beratung.de