

Petra Saltuari

# Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge im (kunst-)pädagogischen Kontext Schule

Schule ist ein Ort, an dem die unterschiedlichsten Menschen zusammenkommen, mit dem Ziel, Lernstoff zu vermitteln, zu erhalten und Bildung zu erfahren beziehungsweise erfahrbar zu machen. Dieser Prozess beinhaltet viele Herausforderungen, sowohl für die Lehrenden als auch für die Lernenden. Um in diesem Prozess gesund zu bleiben und bestenfalls Freude am Lehren und Lernen zu erhalten, könnte es hilfreich sein, zu fragen, was es dafür braucht. In Zeiten von Corona, Krieg in Europa und Klimakrise ist das Lehren noch herausfordernder, da es durch Ängste und Unsicherheiten zusätzlich belastet ist. Dieser Artikel befasst sich mit meinem aktuellen Forschungsschwerpunkt, der sich auf die Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge von Lehrkräften im Bereich Schule bezieht. Denn die eigene Stabilität und das eigene Wohlbefinden sind maßgeblich daran beteiligt, ein Lernklima zu erschaffen, in dem es den Lernenden möglich ist, Inhalte nachhaltig aufzunehmen und zu speichern. Die Kunst und das bildnerische Gestalten können dazu einen großen Beitrag leisten. Der im Folgenden umrissene Forschungsprozess ist noch nicht abgeschlossen, gerne möchte ich aber Einblick bieten in das Forschungsdesign und den aktuellen Stand. Den Ausgangspunkt bildet die Forschungsfrage: Wie wirkt sich der bildnerische Ausdruck in Verbindung mit Funktioneller Entspannung auf das persönliche Stresserleben von Lehrerinnen und Lehrern aus? Zu einem späteren Zeitpunkt wäre es möglich, die folgenden Forschungsfragen zu untersuchen: Wie wirkt sich der bildnerische Ausdruck in Verbindung mit Funktioneller Entspannung auf das persönliche Stresserleben von Schülerinnen und Schülern aus? Gibt es einen Zusammenhang über die Interaktion? Inwieweit wirkt sich die Selbstregulierung der Lehrkräfte auf die Atmosphäre bzw. das Lernverhalten der Lernenden aus? Angesichts der oben geschilderten Szenarien lasten gerade heute viel Verantwortung und Druck auf den Lehrkräften. Die Anforderungen sind vielfältig. Die eigene Regulation bestimmt die Kapazität, wie Lehrkräfte den Ängsten und Problemen der Schülerinnen und Schülern begegnen können. Für einen guten Umgang mit sich selbst in fordernden Zeiten insbesondere im (kunst-)pädagogischen Kontext Schule ist es sehr wichtig, selbst immer wieder in einen ausgegli-

chenen und entspannten Zustand – sowohl körperlich als auch seelisch/psychisch – zurückzufinden. Körperliche Beschwerden wie Rückenschmerzen, Magendrücken, Kopfschmerzen, Verspannungen, Erschöpfung hängen oft zusammen mit Konflikten, zu wenigen Pausen und Ruhezeiten. Wenn wir diese Warnsignale nicht wahrnehmen und übergehen, nicht gut genug und fürsorglich damit umgehen, können sich Stressfolgeerkrankungen entwickeln bis hin zu Zynismus oder gar Burnout. Nicht nur, dass wir nicht mehr gut arbeiten können, die eigene Gesundheit ist damit in Gefahr. Um gut für andere Menschen da sein zu können, müssen wir zunächst ausreichend gut für uns selbst da sein. Diese Haltung vermittelt sich dann auch unbewusst an unser Gegenüber und unterstützt den Lernprozess. Dieses Phänomen wird unter anderem beschrieben in dem von Hartmut Rosa und Wolfgang Endres 2016 veröffentlichten Buch „Resonanzpädagogik. Wenn es im Klassenzimmer knistert“ (Rosa/Endres 2016). Der momentane Stand in der Burnout-Forschung beschreibt Burnout als eine Folgeerscheinung von längerfristigem (Dis-) Stress und kann zu unterschiedlichen psy-

chosomatischen Folgeerkrankungen führen wie beispielsweise Erschöpfung, Zynismus, Verlust von Kreativität, Schlafstörungen und weiteres (Schaarschmidt o. J.; Hiller/Marwitz 2006; Randoll 2012). Es gibt auch bereits beunruhigende Untersuchungsergebnisse, die Erschöpfungszustände bei Kindern und Jugendlichen beschreiben (Schulte-Markwort 2015). Die Befindlichkeit der Lehrkräfte wirkt sich auch indirekt auf die Schülerinnen und Schüler über Resonanzphänomene und die sogenannten Spiegelneuronen aus (Bauer 2006, 2013, 2019). Spiegelneuronen sind bestimmte Nervenzellen (Neuronen) im Gehirn, die aktiviert werden, wenn man eine Handlung durchführt, sie beobachtet oder auch nur über sie nachdenkt. Spiegelneuronen werden auch als Simulations- oder Empathieuronen bezeichnet, sie ermöglichen es, dass wir uns gegenseitig einfühlen können, uns aber auch bewusst und unbewusst imitieren. Das bildnerische Gestalten bietet die Möglichkeit, an Ressourcen anzuknüpfen, quasi „aufzutanken“. In Verbindung mit der eigenen Körperwahrnehmung durch beispielsweise die Funktionelle Entspannung nach Marianne Fuchs als tiefenpsychologisch fundiertes Körpertherapieverfahren können

1 | Tonobjekt 1 „rau und weich“, Bild 1



## Exkurs: Funktionelle Entspannung nach Marianne Fuchs

Die Funktionelle Entspannung versteht sich als körperzentrierte psychodynamische Psychotherapiemethode. Sie geht von einem ganzheitlichen Menschenbild aus, in dem das Körpererleben im Zentrum steht. Darüber sollen eine bessere Selbstakzeptanz und eine Befähigung zur Selbstregulation vermittelt werden. Beides sind wichtige Voraussetzungen für subjektives Wohlbefinden und gelingende Beziehungen. Die Selbstheilungsfähigkeit des Körpers dient als Modell für psychische selbstregulatorische Prozesse, die mit Funktioneller Entspannung angestoßen werden. (Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung)

das Arbeiten mit Ton zu einer erheblichen Reduktion von Stress und Angst und zu einer Verbesserung der Stimmung der Probandinnen und Probanden führt.

Das Forschungsprojekt „Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge im (kunst-)pädagogischen Kontext Schule“ geht der Frage nach, wie sich das Konzept der Funktionellen Entspannung plus Gestaltung auf das Stresserleben von Lehrenden auswirkt. Die Funktionelle Entspannung versteht sich als körperzentrierte und psychodynamische Methode, bei der ein vertiefendes Körpererleben in Verbindung mit der eigenen Lebensgeschichte im Vordergrund steht (Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung 2022). Gefühle und Ressourcen sollen so zugänglich gemacht werden, um ein Verständnis für die Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche zu entwickeln (ebd.). Dazu zählen die Entwicklung einer selbstfürsorglichen Grundhaltung gegenüber den körpereigenen Signalen, um so die eigene Selbstakzeptanz und Fähigkeiten der Selbstregulation zu stärken (ebd.). Körperliches Empfinden, emotionales Erleben, psychisches Befinden und soziale Beziehungen hängen zusammen und werden Teil sein dieses Prozesses mit dem Ziel der Spannungsregulation auf der körperlichen Ebene neben dem Ausdruck auf der bildnerischen Ebene. Die subjektive Wirkung des bildnerischen Ausdrucks in Verbindung mit Funktioneller Entspannung auf das persönliche Stresserleben ist Forschungsgegenstand.

Qualitative Forschungsmethoden in Verbindung von quantitativen und qualitativen Methoden (Fragebögen, Interviews, Interpretation der bildnerischen Objekte etc.) bilden die Basis.

## Forschung zum Ist-Zustand

Um eine Aussage über eine Wirkung oder Veränderung machen zu können, ist es notwendig, den Ausgangspunkt festzustellen. Hierfür suchte und suche ich einige Lehrerinnen und Lehrer, die dazu bereit waren bzw. sind, sich in diesen Prozess zu begeben, auf das Thema und auf sich selbst einzulassen. Zu Beginn der ersten Arbeitsphase mit den Probandinnen und Probanden sollten diese kurz in sich hineinspüren, wie es ihnen als „Lehrkörper“ in ihrem Schulalltag geht. Die Körperempfindungen sollten hierbei zunächst wahrgenommen und im Anschluss in eine Tonfigur, die nicht unbedingt eine menschliche Figur darstellen muss, umgesetzt werden; dies sollte weniger kopfgesteuert, sondern eher intuitiv geschehen. Eine Bewertung des künstlerischen Ausdrucks der Figur steht dabei nicht im Vordergrund beziehungsweise sollte keine Rolle spielen.

Die Frage, die zum Gestaltungsimpuls gestellt wurde („Wie geht es mir in meinem Schulalltag als Lehrkörper?“), beschreibt zunächst einen momentanen Ist-Zustand, der durch das Material Ton ausgedrückt und dann in Worte gefasst wird. Das Material Ton schafft haptisch bereits eine Verbindung zum Körperlichen als dreidimensionales Material im Gegensatz zur Zeichnung oder dem gemalten Bild. Außerdem lädt dieses Material dazu ein, Emotionen aufzunehmen und auszudrücken, die zum Teil vorbewusst oder unbewusst sind.

Die Tonobjekte werden im Anschluss von mir fotografiert, analysiert und interpretiert, die narrativen Interviews aufgezeichnet und transkribiert, mit der Qualitative Inhaltsanalyse (Mayring 2015) zunächst sequenziert, codiert und analysiert beziehungsweise interpretiert. Um die subjektive Verfälschung möglichst gering zu halten, habe ich sowohl für die Interpretation der Tonobjekte als auch der Interviews unterschiedliche Menschen hinzugezogen, vor allem auch Studierende des fachdidaktischen Seminars „Qualitative Forschungsmethoden in der Kunstpädagogik“, die an dem von mir erhobenen Material quasi übten.

Auf den Abbildungen 1 bis 4 sind zwei entstandene Tonobjekte zu sehen. Als Richtlinie für die Fotoanalyse und Interpretation dient der Text von Georg Peez „Fotoanalyse nach Verfahrensprinzipien der Objektiven Hermeneutik“ (Peez 2006) und die Fotoanalyse nach Beck (2003). Die formulierten „Regeln“ sind als interpretationsleitende Fragen zu sehen, um möglichst relevante Aspekte für eine Analyse zu beleuchten. Exemplarisch möchte ich nun ausschnitthaft anhand von zwei Beispielen Einblick in den Prozess der Untersuchung geben. Die dargestellten Fotos sind direkt nach dem Interview, das im Anschluss an die Gestaltung stattfand, aufgenommen worden.

wir eine gute Selbstregulation erreichen und Zugang zu den eigenen Ressourcen und mehr Selbstfürsorge im Alltag erhalten (siehe auch Oepen 2015; Lahmann u. a. 2017). Creative Arts oder Kunsttherapien knüpfen an aktuelle und verkörperte Stresstheorien an und gelten als innovativer Weg zur Vermeidung von Stress und zur Verbesserung der Stressbewältigung (Martin u. a. 2018). In einer vergleichenden Studie aus dem Jahr 2018 verzeichnen Martin u. a. bei über 80 % der berücksichtigten Studien eine signifikante Reduzierung von Stress im Rahmen kreativer Therapien (ebd., S. 14). Dabei konnte nachgewiesen werden, dass vor allem aktive Kunstinterventionen wie Zeichnen oder

2 | Tonobjekt 1 „rau und weich“, Bild 2



**Beispiel 1** (Abb. 1 u. 2)

Bei dem Tonobjekt I handelt es sich um ein nicht-figürliches, eher organisch und abstrakt wirkendes Objekt, das länglich auf dem Tisch liegt. Auffällig sind die Hohlräume, die in das Objekt gedrückt wurden. Es gibt glattere und brüchigere Stellen, teilweise sind Druckstellen und Unebenheiten zu sehen, manche Stellen wurden mit Wasser geglättet. Diese Stellen stehen in Kontrast zu den brüchigen Stellen. Das im Anschluss an die Gestaltung geführte narrative Interview bezieht sich auf die Gestaltung, die auf die Frage hin „Wie geht es mir in meinem Schulalltag als Lehrkörper?“ entstanden ist.

Gesammelte Assoziationen der Studierenden, quasi die Forschungsgruppe, zu diesem Tonobjekt sind u. a. „Krümmung“, „klein machen“, „abwehren“, „sich schützen“, „Embryonalhaltung“, „etwas verstecken“. Zu den Hohlräumen, die durch das Eindringen des Tons entstanden sind, kommen Worte wie „Stress“, „Stresserleben“, „körperlicher und psychischer Druck“, „Verbindung von Innen und Außen“. Zu dem „Innen und Außen“ entsteht die Interpretation, dass Privatleben und Berufsleben in Konflikt zueinander stehen sowie das Eindringen von beruflichem Stress in das Privatleben. Durch Druck von außen auf das Tonobjekt wird das Innere teilweise ansichtig. Eine Interpretation könnte sein, dass z. B. nach einem stressigen Alltag mit vielen Menschen in der Öffentlichkeit des Berufes, Druck durch Lernende und Eltern sowie der Institution Schule der Wunsch nach Rückzug in die „Höhle“ oder ins „Schneckenhaus“ ersehnt wird, der Druck aber auch bis dorthin kommt.

Manche Stellen wurden mit Wasser geglättet; das könnte bedeuten, den Anforderungen entsprechen zu wollen. Andere Stellen wurden mit Unebenheiten und Fingernagelabdrücken so belassen. Dies könnte darauf hindeuten, dass eine gänzliche Anpassung entweder nicht gewünscht wird oder nicht gelingt.

Ergänzend dazu ein Ausschnitt aus dem Interview: „Der Versuch, das Ganze hübsch zu machen ... es wundert mich, dass ich den so schnell aufgegeben habe (...) ich glaube, im wirklichen Leben habe ich den nicht so schnell aufgegeben ... den Versuch, es hübsch zu machen ... so dass es von außen hübsch aussieht, aber das Raue tatsächlich verborgen ist. Innen. Aber es ist wichtig, dass es nicht so aussieht, als gäbe es das Raue nicht oder als wäre es etwas Harmonisches.“ (Transkript Z. 22–28)

Im Interview kommt „das Glatte“ und „Das Raue“ immer wieder zur Sprache und die Verbindung, das Dialektische zwischen beiden: „... da ist viel Reibung drin ... und viel Gewicht in dem Rauem. (...) ohne das Glatte wäre das nicht zu ertragen, ohne das Weiche allein. Aber das Weiche allein (...) gibt's nicht. Das gibt es einfach nicht. Ich weiß nicht, ob





3 u. 4 (o.) | Tonobjekt 2 „sitzende Figur“, Rück- u. Seitenansicht

5 | Tonobjekt 3 „Oktopus“

6 | Zeichnung nach einem Angebot der Funktionellen Entspannung; Wachskreide, A4-Papier

es auch langweilig wär? Ja, ich glaube, das wäre auch fad so.“ (Transkript Z. 52–55)

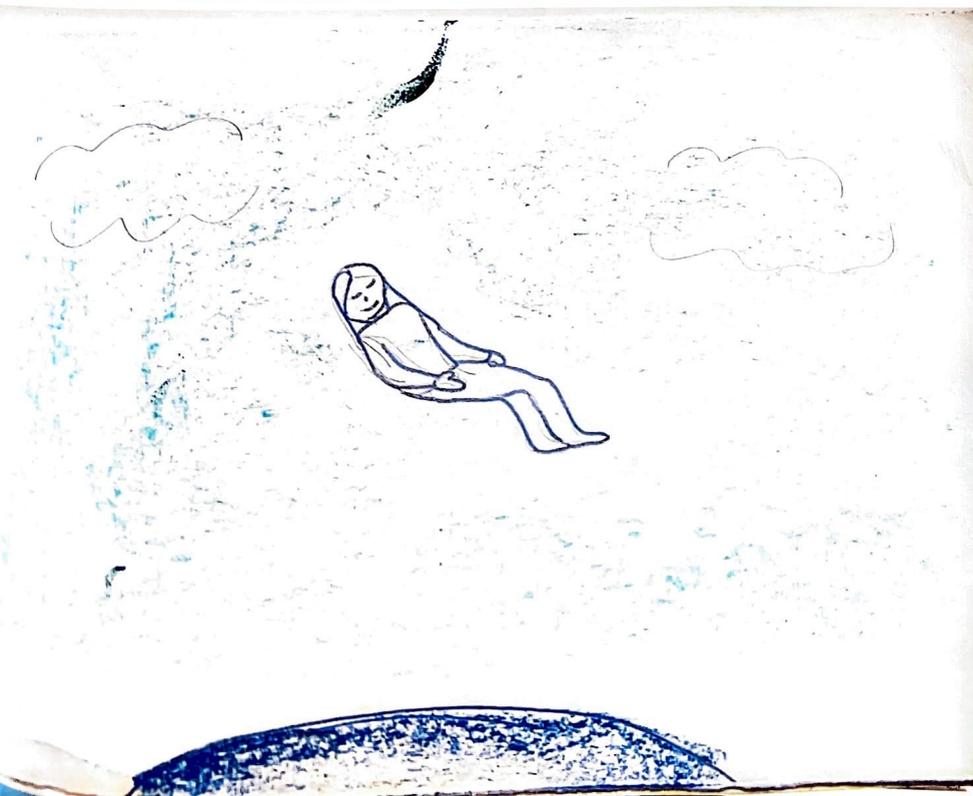
In diesem Teil wird das Raue zunächst als etwas Negatives beschrieben, das „nicht zu ertragen“ wäre ohne das Glatte. Aber ohne es wäre es auch „fad“, es gehört dazu. In einer weiteren Textstelle bezieht sich der Interviewte direkt auf den Schulalltag und bringt die Begriffe rau und weich wieder ins Spiel: „Also, ich habe da so eine Vorstellung vom Unterrichten, vom Umgang miteinander, und dann kam diese TÜV-Zeit (Referendariat). Bei der es um irgendwelche Werte ging. Und da war die Empfindung ganz stark (...) die reden über was ganz anderes. Und für die ist das weich, was ich hart finde. (...) Also die Ausbilder. Nicht die Schüler. Und auch nicht die Kollegen, das war doch wichtig. Dass man sich, dass man so eine gemeinsame Einschätzung von rau und weich finden konnte.“ (Z. 112–119)

Eine prägnante Aussage des Befragten war, dass das Raue nicht ohne das Weiche existiert und umgekehrt: „Das Raue ohne das Weiche schaffe ich nicht“ (Z. 63). Die beiden Seiten spielen eine zentrale Rolle und erfordern Übersetzungsarbeit vom Visuellen hin zum Alltagsgeschehen und Empfinden des Interviewten.

So ist das Raue etwas, was die befragte Person belastet, ihr Angst bereitet. Es trägt „Geschichte in sich“ (Z. 16–17). Das Raue zu glätten sei eine schmerzhaft Erfahrung (Z. 38–39). Beide Seiten wurden einzeln betrachtet und es wurde betont, dass es die eine Seite ohne die andere nicht gäbe. „Das Weiche ist eine Verbindung von Arbeit und Leben. Das Weiche ist alles, was in Balance ist. Alles, was im Fließen ist zwischen Arbeit und Freizeit. Oder Arbeit und dem übrigen Leben.“ (Z. 253–255) Es geht um die Balance zwischen Beruflichem und Privatem. Der Interviewte erkannte, dass sein Job zwar ein gesicherter ist, es aber keine Begrenzung an die Arbeit gibt: „Wir haben (einen) gesicherten Job und auf der anderen Seite ist es so, dass der Anspruch, der in der Arbeit steckt, eben einer ist, der keine Begrenzung hat.“ (Z. 211–212)

### Beispiel 2 (Abb. 3–6)

Bei Tonobjekt 2 ist eine figürliche Darstellung zu erkennen, eine menschliche Figur, die mit geöffneten Beinen in einem breiten Stand steht oder hockt, und einen Halt oder eine Stütze durch eine Art Tablett hat beziehungsweise auf diesem sitzt. Die Arme ragen nach oben, ein Kopf ist nicht wirklich zu erkennen, es sei denn auf der linken Seite des Fotos (Abb. 3) ist kein zweiter Arm gemeint,



sondern ein über die Schulter blickender Kopf. Die Haltung wirkt nicht sehr entspannt und zentriert, aber darum bemüht, eine Stabilität zu erlangen und zu erhalten.

Das im Anschluss an die Gestaltung geführte narrative Interview bezieht sich ebenfalls auf die Gestaltung, die auf die Frage hin „Wie geht es mir in meinem Schulalltag als Lehrkörper?“ entstanden ist. Gesammelte Assoziationen aus der studentischen Forschungsgruppe zu diesem Tonobjekt sind u. a. „Spannung“, „Aufmerksamkeit“, „Vorbereitung“, „Präsenz“, „Anstrengung“, „Halt im Sitzen“, „Bitte um Hilfe von oben“, „Balance halten“ und „Balanceakt“.

Ausschnitte aus dem Interview: „(...) die (Erkrankung) hat mir eigentlich gezeigt, dass es, dass ich immer gucken muss, dass ich erstmal für mich Sorge, bevor ich arbeite. Also wenn es mir nicht gut geht, dann muss ich aufhören.“ (Transkript Interview 01, Z. 316)

Aus dieser Textstelle kann man entnehmen, dass sich die interviewte Person mit As-

pekten der Selbstfürsorge und Strategien des Umgangs mit beruflichen Beanspruchungen befasst. Eine körperliche Erkrankung habe sie gelehrt, zunächst für sich selbst zu sorgen und die eigenen Grenzen zu wahren.

„Also, trotzdem ich dasitze, habe ich nicht das Gefühl, mich so niederzulassen.“ (Z. 35) In diesem Zitat wird deutlich, dass die Interviewte sich selbst spürt und auch einen Unterschied wahrnimmt zwischen „dasitzen“ und „sich niederlassen“, das eine könnte mehr den körperlichen Zustand beschreiben, das andere mehr den seelischen Zustand im Sinne von seinen Platz einnehmen und sich dem Halt im Außen anvertrauen und entspannt zu sein.

### Erstes Fazit

Die beiden Beispiele erlauben nur einen kleinen Einblick in die aktuelle Forschung und geben noch keine konkreten Ergebnisse wieder. Weitere Schritte des Forschungsvor-

habens sind: Die bereits interviewten Lehrpersonen werden zum einen Angebote der Funktionellen Entspannung und gestalterische Interventionen durchlaufen und zum Abschluss noch einmal eine Skulptur aus Ton gestalten, um danach mögliche Veränderungen im Erleben als Lehrkörper festzuhalten.

Geplant ist eine Gruppe von Lehrerinnen und Lehrern, die an zehn Sitzungen Funktioneller Entspannung nach dem Stresspräventionsmanual „Gelassen im Alltag“ von Dorothee Schweitzer, Ingrid Herholz und Sabine Wurzbacher teilnehmen und begleitet ein gestalterisches Tagebuch führen.

Ein Beispiel für einen Input mit der zu Beginn einer Sitzung angebotenen Sequenz aus der Funktionellen Entspannung sah wie folgt aus: „Heute wollen wir nochmal mit dem Material Ton eine Gestaltung vornehmen, wie zu Beginn. Hierfür lade ich Sie ein, noch einmal in die Wahrnehmung des Körpers zu gehen, wie wir das in den vergangene Stun-



den gemacht haben, dass Sie mit dem Ausatmen den Körper zum Boden wahrnehmen und vielleicht die Fußzehen so ein Stück in den Boden greifen lassen oder in die Schuhe, die Schuhsohle.“

Im anschließenden Gespräch nach der Gestaltung mit Ton antwortete die Lehrerin: „Ich habe ein Bild im Kopf von einem Baum, der Wurzeln schlägt. Und jemand der an einem Baum sitzt und liest und den Schatten genießt.“ (Abb. 7 u. 8)

Als Zwischenfazit lässt sich bereits beobachten, dass sowohl das Gestalten mit Ton, das begleitende gestalterische Tagebuch als auch die Funktionelle Entspannung einen anscheinend regulierenden und haltgebenden Effekt haben, die Selbstwahrnehmung und auch Selbsterkenntnis sowie die eigene Selbstwirksamkeit stärken.

Falls Sie selbst Interesse haben, an dieser Forschung teilzunehmen, melden Sie sich bitte unter der Mail-Adresse in den Angaben zur Autorin am Ende des Beitrags.

**Dr. Petra Saltuari** ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich Didaktik am Institut für Kunstpädagogik der Goethe-Universität Frankfurt am Main, Kunsttherapeutin und Körpertherapeutin für Funktionelle Entspannung. E-Mail: [petra@saltuari.de](mailto:petra@saltuari.de) | [www.petra-saltuari.de](http://www.petra-saltuari.de)

Fotos: Petra Saltuari

## Literatur

- Arbeitsgemeinschaft Funktionelle Entspannung. [www.afe-deutschland.de](http://www.afe-deutschland.de)
- Bauer, Joachim: Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. München 2006.
- Bauer, Joachim: Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. München/Zürich 2013.
- Bauer, Joachim: Wie wir werden, wer wir sind. Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz. München 2019.
- Beck, Christian: Fotos wie Texte lesen. Anleitung zur sozialwissenschaftlichen Fotoanalyse. In: Ehrenspeck, Yvonne/Schäffer, Burkhard (Hg.): Film- und Fotoanalyse in der Erziehungswissenschaft. Ein Handbuch. Opladen 2003. S. 55–71.
- Fuchs, Marianne: Funktionelle Entspannung. Theorie und Praxis eines körperbezogenen Psychotherapieverfahrens. Berlin 2013.
- Herholz, Ingrid/Johnen, Rolf/Schweitzer, Dorothee (Hg.): Funktionelle Entspannung. Das Praxisbuch. Stuttgart 2009.
- Hillert, Andreas/Marwitz, Michael: Die Burnout-Epidemie oder: Brennt die Leistungsgesellschaft aus? München 2006.
- Lahmann, Claas/Gebhardt, Maria/Sattel, Heribert/Dinkel, Andreas/Pieh, Christoph/Probst, Thomas: A Randomized Controlled Trial on Functional Relaxation as an Adjunct to Psychoeducation for stress. In: *Frontiers in Psychology* 2017. [www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01553/full](http://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01553/full)
- Martin, Lily/Oepen, Renate/Nottensteiner, Alina/Bauer, Katharina/Mergheim, Katja/Gruber, Harald/Koch, Sabine: Creative Arts Interventions for Stress Management and Prevention. A Systematic Review. *Behavioral Science* 8/2018. [www.mdpi.com/2076-328X/8/2/28](http://www.mdpi.com/2076-328X/8/2/28)
- Mayring, Philipp: Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 12. überarbeitete Auflage. Weinheim 2015.
- Oepen, Renate: Kunsttherapie zur Steigerung des Wohlbefindens in Prävention und Gesundheitsförderung. Eine explorative Studie. Berlin 2015.
- Peez, Georg: Fotoanalyse nach Verfahrensprinzipien der Objektiven Hermeneutik. In: Niesyto, Horst/Marotzki, Winfried (Hg.): Bildinterpretation und Bildverstehen. Methodische Ansätze aus sozialwissenschaftlicher, kunst- und medienpädagogischer Perspektive. Wiesbaden 2006. S. 121–142.
- Randoll, Dirk: Bildungserfahrungen an Waldorfschulen. Empirische Studie zu Schulqualität und Lernerfahrungen. Wiesbaden 2012.
- Rosa, Hartmut/Endres, Wolfgang: Resonanzpädagogik. Wenn es im Klassenzimmer knistert. Weinheim/Basel 2016.
- Schaarschmidt, Uwe: AVEM: Ein Instrument zur interventionsbezogenen Diagnostik beruflichen Bewältigungsverhaltens. O. J. [www.psychotherapie.uni-wuerzburg.de/termine/dateien/Schaarschmidt180407\\_AVEM.pdf](http://www.psychotherapie.uni-wuerzburg.de/termine/dateien/Schaarschmidt180407_AVEM.pdf)
- Schulte-Markwort, Michael: Burnout-Kids. Wie das Prinzip Leistung unsere Kinder überfordert. München 2015.

7 u. 8 |  
Tonobjekt 4 „sitzende Figur an Baum gelehnt“,  
Frontal- und Seitenansicht

