

# Selbst- und Sozialkompetenz ist lehr- und lernbar

*Empirische Ergebnisse aus drei Jahrzehnten Forschung an Schulen zeigen starke positive Effekte*

*von Gundl Kutschera et.al.*



*Mit standardisierten Methoden konnte gezeigt werden, dass nach der systematischen Förderung der Sozialkompetenz 91 Prozent der Schulkinder und Jugendlichen gerne in die Schule kommen, die Lernergebnisse verbessert, Ängste und Alpträume reduziert werden, Kinder zufriedener und wieder erheblich lieber mit ihren Eltern zusammen sind. Die Kinder fühlen sich selbstbewusster und begleiten Langzeitstudien signifikant häufiger ihre eigenen, individuellen Wege. Kinder lernen wortreicher und weniger aus Gruppendruck – z.B. welche Freunde zu ihnen passen – und lernen ein „Nein“ zu akzeptieren. Die erworbenen Kompetenzen erhöhen die Lebensqualität, erzeugen positive Effekte für die Familie, Gemeinschaft und Arbeitswelt und reduzieren den Konsum von Drogen, anderen Süchten und Gewalt.*

*Die erstaunlich starken Effekte konnten in Untersuchungen an über 100 Schulen in Deutschland und der Schweiz immer wieder bestätigt werden.*





nen Vermittlung von Selbst- und  
gehen, ihnen das Lernen Spaß  
er ihre eigene Ordnung finden  
sich gesünder und finden nach  
e. Sie entscheiden eigenverant-  
- erhöhen ihre Frustrationstole-  
individuelles Glück, Lebenser-  
sind gleichzeitig Prävention vor

und Kindergärten in ganz Öster-

---

Seit 1972 arbeitet das Aus- und Weiterbildungsinstitut Kutschera systematisch mit Eltern, Kindern und Lehrenden zusammen. Gemeinsam wird erforscht, wie eine Schule gestaltet werden kann, in der sich Kinder und Lehrende wohl fühlen und effektiv lernen können.

---

Die jahrelangen Erfahrungen zeigen zu Beginn der Interventionen bei allen Beteiligten eine große Unsicherheit und oft Ratlosigkeit im Umgang mit den zunehmenden Problemen des Schulalltages. Es sind nicht so sehr psychologische Motive, die Barrieren darstellen, sondern überwiegend ist es ein Mangel an Information. Verzweifelte Eltern bekennen sich: „Ich weiß, ich bin schuld, aber niemand sagt mir, was ich tun kann“ – Lehrende beklagen sich darüber, dass sie immer mehr Kinder in den Klassen haben, die dem normalen Unterricht kaum folgen können oder auf massive Art stören. Einerseits sind der Sinn und die Zuversicht für die Zukunft oft nicht vorhanden, andererseits fehlen praktische Anweisungen bzw. methodische Werkzeuge für den Alltag, die einen Schutzrahmen sowie Ansatzpunkte liefern, sich zu entfalten. Es gibt Unterricht und Zeugnisse für viele Fächer – für Selbst- und Sozialkompetenz jedoch nicht.

Das Institut *Kutschera* forscht seit 1986 im Rahmen der „Resonanz-Stiftung“ in Deutschland, des „Resonanz-Vereins“ und der TAK (Talentakademie) in Österreich, wie das Wissen von den vielen Theorien und Konzepten in den Bereichen Kommunikation und Psychotherapie in einer Weise operationalisiert werden kann, dass es für Eltern, Lehrende, Schulkindern in möglichst kurzer Zeit gelehrt und gelernt werden kann – die vielen theoretischen Erkenntnisse sollen „erlebbar“ werden.

Durch das Training von Selbst- und Sozialkompetenz wird darüber hinaus mittelbar der Erwerb jeglicher Sachkompetenz verbessert. Wenn Kinder Zugang zu ihren inneren

Stärken erlangen und mit Zuversicht ausgestattet werden, sind sie in der Schule erfolgreicher und werden im weiteren Leben einen besseren Platz finden, sich zu entfalten. Es liegt an den Eltern und Lehrenden, die Kinder stark zu machen, ihnen eine positive Einstellung zu vermitteln, so dass sie sich auf jegliche Art von Herausforderung in Schule und Leben freuen. Es braucht ein neues Fach „soft-skills“ und eigene dafür fundiert ausgebildete Lehrende. Denn es verspricht wenig Erfolg, wenn z.B. Mathematiklehrer Konfliktmanagement unterrichten, und - am Beispiel Deutsch erklärt - Viele können gut Deutsch sprechen, aber nur wenige können es unterrichten. Dazu braucht es eine fundierte Ausbildung.

Das Curriculum für den Unterricht von Selbst- und Sozialkompetenz und die Methode der Evaluation werden am Beispiel der Europahauptschule Mödling beschrieben. Anhand weiterer Ergebnisse wurde es über Jahre hinaus verifiziert und für weitere Schultypen differenziert. Ziel war und ist es, die unüberschaubare Methodenvielfalt auf wissenschaftlich fundierte Modelle zu reduzieren und methodisch soweit zu vereinfachen, dass sie für Kinder, Lehrende und Eltern nachvollziehbar und mühelos anwendbar sind.

#### *Unterrichtsdesign: Selbst- und Sozialkompetenz in der Schule*

Das Pilotprojekt „Unterricht von Selbst- und Sozialkompetenz“ wurde im Schuljahr 2002/03 an der Europahauptschule (EHS) Mödling unter der Leitung von Direktorin Sabine Moldan erstmals in größtem Rahmen erfolgreich umgesetzt und evaluiert. Ziel war und ist es,

ein standardisiertes Ablaufmodell für den Unterricht zu schaffen und dieses laufend wissenschaftlich zu evaluieren. Die Wiederholbarkeit der Ergebnisse sollte zusätzlich dadurch gewährleistet werden, dass alle eingesetzten Trainer und Trainerinnen über eine 5- bis 7-jährige Ausbildung verfügen. Zur zusätzlichen Qualitätssicherung müssen alle Trainer und Trainerinnen jährliche Fachtrainings absolvieren. Im außerschulischen Bereich haben bereits über 16.000 Personen in Österreich, Deutschland und der Schweiz diese Aus- und Weiterbildungsseminare des Instituts *Kutschera* besucht.

Die Ergebnisse werden durch eine Pre- und Post-Vollerhebung mittels eines standardisierten Fragebogens evaluiert. Das Selbst- und Sozialkompetenz-Curriculum verfügt über einen prozessualen Charakter und wird seither laufend individuell an weitere Schultypen angepasst. Folgende Hypothesen liegen den Untersuchungen zugrunde:

- Wenn Kinder neben den akademischen Fächern auch Selbstbewusstsein und Sozialverhalten lernen, werden sie in allem erfolgreicher, begeisterter und motivierter sein.
- Eine Erhöhung der Selbst- und Sozialkompetenz korreliert positiv mit den fachlichen Fähigkeiten.
- Eine Erhöhung der Selbst- und Sozialkompetenz verbessert auch andere Lebensbereiche.

Die Themenschwerpunkte des Selbst- und Sozialkompetenz-Unterrichts sind:

- Sinn und Zuversicht für die Zukunft
- Mut, die eigenen versteckten Potenziale zu nutzen – „die eigene Sonne zum Strahlen zu bringen“
- Kennenlernen der „Macht der Gedanken“
- Lösungsorientiertes Denken
- „Dualismen des Lebens“ in Balance bringen
- Konfliktlösung
- Gleichwertiges Miteinander: Definieren und Füllen der fünf Rollen (Individuum, Mann/Frau, Hierarchie, Spielen, Umfeld)

Mit diesen Fähigkeiten sollen sie sich und das Gelernte gut präsentieren können, neben der Schule Hobbys finden, die sie begeistern, Visionen für ihre zukünftigen Partnerschaften entwickeln, einen besseren Zugang zur Gesundheit für Körper, Geist und Seele finden. Sie sollen lernen, mit Lehrpersonen, Eltern und anderen Autoritäten selbstsicher und respektvoll umzugehen, Lerndefizite wie Lese- oder Rechtschreibschwäche<sup>1</sup>, Dyskalkulie<sup>2</sup>, Konzentrationsstörungen<sup>3</sup> oder ADHS<sup>4</sup> sollen korrigiert werden.

Zusätzliche Fragestellung ist, wie das Lehren von Sozialverhalten und Selbstbewusstsein in den üblichen und vertrauten Unterricht integriert werden kann. Eine weitere Herausforderung für alle Akteursgruppen

dabei ist, dass sich die hoch interaktiven Trainingsmethoden stark vom gewohnten Unterricht unterscheiden.

### Zeitliches Setting

Drei zeitliche Möglichkeiten des Unterrichts wurden im Pilotprojekt Mödling in kleineren Settings getestet. Dabei hat sich Blockunterricht für zwei Schulklassen am Beginn des Schuljahres in der Mitte und am Ende des Schuljahres als besonders erfolgsversprechend erwiesen. Seither wurde diese Form bereits in mehr als 100 weiteren Schulen<sup>5</sup> erfolgreich angewandt. Durch das standardisierte Inventar sind alle bisher evaluierten Ergebnisse vergleichbar.

### Methodik

Einer der beiden eingesetzten Fragebogen wurde vom Institut *Kutschera* in Zusammenarbeit mit den Soziologen Dr. Michael Waidhofer und Prof. Dr. Klaus Zapotozsky (Universität Linz) und mit 1.000 Teilnehmenden von Ausbildungsgruppen des Instituts *Kutschera* entwickelt. Er ist Ergebnis einer Selektion von soziologischen, psychologischen, pädagogischen, sozialpsychologischen und kommunikations- und verhaltenswissenschaftlichen Modellen<sup>6</sup>, die über mehr als zehn Jahre didaktisch und methodisch aufbereitet wurden. Ein weiterer Fragebogen dient der Erhebung von Gesundheitsaspekten, welcher von Prof. Dr. Petra Kollip (Universität Bielefeld) auf Grundlage von Studien mit 2.000 Studierenden entwickelt wurde.

Alle Teilnehmenden (Eltern, Lehrende, Schulkinder, Trainerinnen und Trainer) füllen zu Beginn und am Ende dieselben standardisierten Fragebögen aus. Ein halbes Jahr später findet ein erstes Follow-up statt. Die Auswertung der Fragebögen erfolgt anhand Integration der Ergebnisse in die laufende Arbeit.

Die Follow-up-Studien übertrafen die Ergebnisse unmittelbar nach dem Ende der Projektwoche deutlich. Dies ist darauf zurückzuführen, dass ein großer Teil des Gelernten Zeit er-





fordert, in das alltägliche Verhalten integriert zu werden.

### Ergebnisse der Pilotstudie Mödling

Insgesamt konnten 460 Fragebögen ausgewertet werden (davon 198 von Kindern, 159 davon vollständig). Die befragten Kinder bzw. Jugendliche waren im Alter zwischen 7 und 17 Jahren. Von den 159 Kindern waren 90 Jungen und 69 Mädchen. 98 Prozent der Kinder gaben an, mit ihrer Mutter zu wohnen; 71 Prozent der 159 Kinder lebten auch mit ihrem Vater gemeinsam. Im Folgenden werden die verschiedenen Themenschwerpunkte kurz erläutert und die wichtigsten Ergebnisse und Veränderungen beschrieben – die insgesamt betrachtet - erstaunlich hohe Effekte ergeben.

### Selbstkompetenz

Selbstkompetenz heißt, die eigene „Resonanz“ zu finden und zu leben. Kindern kann keine Garantie für ihre berufliche und persönliche Entwicklung gegeben werden. Sie können jedoch mit Selbstkompetenz gestärkt werden, innerlich ausgeglichen und gefestigt werden – dann erhalten sie das Vertrauen, den eigenen Platz in der Zukunft finden zu können. Folgende Ergebnisse erbrachten die einzelnen Items:

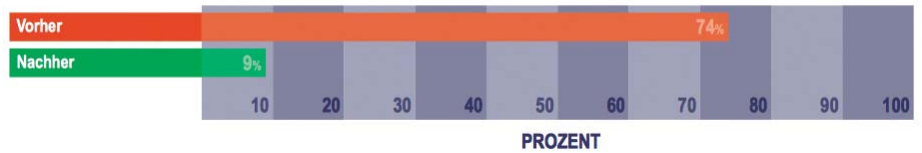
- „Ich freue mich auf das Erwachsenwerden“ stieg von 46 % auf 60 %.
- „Ich fühle mich als Kind frei und geborgen“ stieg von 20 % auf 50 %.
- „Ich habe Ängste“ sank von 74 % auf 9 %.

### Eigenverantwortung

Wenn sich Kinder mit sich und in ihrem Körper wohl und ausgeglichen fühlen, steigt ihr Selbstwert; in weiterer Folge steigen auch Eigenverantwortung und ihre sozialen Fähigkeiten. Sie sind weniger auf das Feedback und die Anerkennung anderer angewiesen, um Entscheidungen treffen zu können und wissen selbst, was ihnen gut tut.

- „Ich kann selbst einschätzen, ob es mir bei einem Test/Schularbeit gut oder schlecht gegangen ist und muss nicht auf die Noten der Lehrer warten“

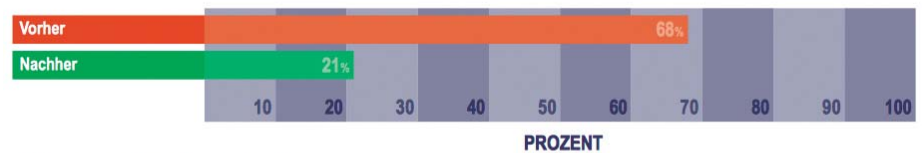
### ICH HABE ÄNGSTE



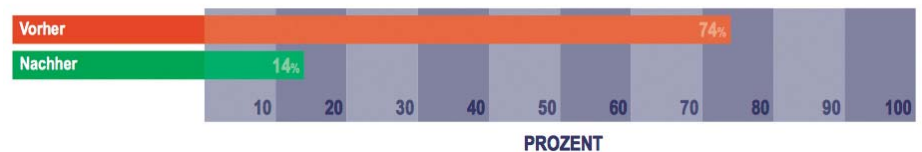
### ICH MAG MICH SO, WIE ICH BIN



### ICH HABE KOPFSCHMERZEN



### ICH HABE OFT ALBTRÄUME



stieg von 64 % auf 76 %.

- „Ich mag mich so, wie ich bin“ stieg von 53 % auf 100 % (siehe Grafik).
- „Ich bin mit meinen Schulnoten zufrieden“ stieg von 19 % auf 75 %.
- „Mich kann kaum etwas aus der Ruhe bringen“ stieg von 28 % auf 43 %.

### Gesundheit

Die Anzahl der Kinder ohne Krankheitssymptome stieg von 10 Prozent auf 30 Prozent an. Im unteren Bauchbereich war eine Verringerung der Beschwerden von 38 Prozent auf 19 Prozent festzustellen. Beschwerden im Bereich Wirbelsäule sanken von 11 Prozent auf 4 Prozent.

- „Ich achte auf meine Gesundheit“ stieg von 59 % auf 69 %.
- „Ich habe Kopfschmerzen“ sinkt von 68 % auf 21 %.
- „Ich habe oft Alpträume“ sank von 74 % auf 14 %.

### Sozialkompetenz

Das Ansteigen des Selbstwertes korreliert positiv mit gefestigtem Sozialverhalten. Zur sozialen Kompetenz werden dabei alle Fähigkeiten ge-

zählt, welche in zwischenmenschlichen Beziehungen helfen, eine Balance zwischen den eigenen Interessen und denen der Mitmenschen zu finden. Dazu gehören z.B. Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit.

Leben die Schulkinder gesund, innerlich gefestigt und ausgeglichen, dann sind sie in signifikant geringerem Maße dem aggressiven Verhalten (Sticheleien, körperlicher Gewalt bzw. Mobbing/Bullying<sup>7</sup>) anderer ausgeliefert. Sie haben gelernt, dass dieses aggressive Verhalten nichts mit ihnen selbst zu tun hat, sondern mit der Unausgeglichenheit des Aggressors. Dieser Schritt, die Person von ihrem Verhalten zu trennen<sup>8</sup>, ist essenziell für soziale Kompetenz und ermöglicht einen respektvollen Umgang miteinander, der nicht mehr von der Tagesfassung der Personen dominiert wird. Ausdruck dieser Erkenntnisse sind Äußerungen wie z.B.: „Dem geht's heute wieder sehr schlecht!“, und auch dem Lehrer oder der Lehrerin wird ein schwerer Tag eingeräumt: „Lasst sie doch in

Ruh', sie ist halt mal schlecht drauf! Das hat nichts mit dir zu tun!" Die Kinder lernen also, bewusst auf die Selbstkundgabe-Ebene<sup>9</sup> der Mitmenschen zu achten.

### Gruppendruck und Mobbing

Gruppendruck und Mobbing lassen sich durch das Training erheblich verringern, wie im einzelnen folgenden Ergebnisse veranschaulichen:

- „Mitschüler reden nicht hinter meinem Rücken oder spielen mir Streiche“ stieg von 53 % auf 62 %
- „Ich werde komisch angeschaut/ausgelacht“ sank von 68 % auf 57 %.
- „Mitschüler sind körperlich aggressiv zu mir“ sank von 66 % auf 58 %.
- „Mein Leben ist geordnet“ stieg von 2 % auf 54 %.

### Selbstbewusstsein als Junge oder Mädchen

Folgende vier Items zeigen die Messergebnisse hinsichtlich der Steigerung des Selbstbewusstseins:

- „Ich werde als Junge/Mädchen wahrgenommen“ stieg von 77 % auf 87 %.
- „Ich komme cool rüber“ stieg von 36 % auf 49 %
- „Ich kann mich führen/umsorgen lassen“ stieg von 61 % auf 67 %
- „Ich kann gut für andere da sein“ stieg von 65 % auf 71 %.

### Beziehung zu den Eltern

Auch die innerfamiliären Effekte bestätigen den Erfolg des Curriculums. Die Zufriedenheit mit der Beziehung zur Mutter stieg von 89% auf 93%, die Zufriedenheit mit der Beziehung zum Vater stieg von 77% auf 83%.

### Weitere Effekte der Ergebnisse

Über die oben anhand einzelner Items dargestellten Studienergebnisse können mittelbare Effekte abgeleitet werden, die erheblichen und nachhaltigen Einfluss auf Leistungsergebnisse, Zufriedenheit, Glück und Lebenserfolg der Schulkinder haben.

### Mehr Leistung durch den „Resonanz-Zustand“

In jedem Sport ist es wichtig, dass einzelne Fähigkeiten gelernt und geübt werden. Im Wettkampf müssen diese einzelnen Teile als Ganzheit verfügbar sein. Dasselbe gilt für Prüfungen im schulischen Kontext. Es ist wichtig, dass das Gelernte nicht mehr (mühsam und lückenhaft) linear in einzelnen Teilen abgerufen werden muss, sondern als Ganzheit zur Verfügung steht. Sportler bzw. Sportlerinnen kennen diesen entspannten und zugleich höchst konzentrierten Zustand – den so genannten Resonanz-Zustand<sup>10</sup>, der Voraussetzung für jede Form einer Höchstleistung ist. Die Kinder lernen im Selbstkompetenz-Training, über diesen Resonanz-Zustand für ihre persönliche Höchstleistungen zu verfügen, um so bei Referaten, Prüfungen, etc. ihr Bestes geben zu können. Gleichzeitig bekommen sie Lernstrategien, damit Üben und Lernen mehr Spaß macht und sie sich täglich über die Fortschritte freuen können – ähnlich lustbetont wie beim Sport und beim Lernen eines Instruments.

### Drogenprävention

Da Drogen aller Art (Alkohol, Tabletten und harte Drogen) Kindern und

Jugendlichen heutzutage relativ leicht zugänglich sind, ist es wichtig, dass sie lernen mit diesem „Angebot“ umzugehen. Alle trainierten Fähigkeiten sind dafür wesentliche Faktoren in der Drogenprävention. Die Schulkinder können selbst entscheiden, dass sie Drogen nicht brauchen und trotzdem einer Gruppe zugehören. Ihre Entscheidungen werden nicht von „peer pressure“ beeinflusst.

Wenn Kinder lernen, bewusst, reflektierten Kontakt mit ihrem Resonanz-Gefühl zu haben, brauchen sie auch nicht mehr die Hilfe von anderen Personen oder Ersatzmittel, um „sich zu spüren“. Sie lernen, sich in ihrem Körper wohl zu fühlen. Ein weiterer wichtiger Schritt in diese Richtung wird gesetzt, wenn die Kinder lernen, verschiedene Gefühle für sich zu definieren und Strategien zu entwickeln, diese zu leben: Was heißt glücklich sein? Was heißt Liebe?

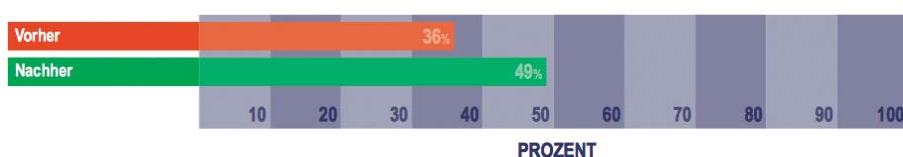
### Frustrationstoleranz und Elternarbeit

Die Frustrationstoleranz bei Jugendlichen und Kindern sinkt im Zuge jüngerer gesellschaftlicher Entwicklungen<sup>11</sup>, viele können mit Enttäuschungen oder einem „Nein“ kaum noch umgehen, bei 16- bis 18-Jährigen ist eine beunruhigende Tendenz zum Egoismus zu erkennen. Ohne geschützten, vorgegebenen Rahmen (Regeln) und bei nachlässiger Erziehung lernen Kinder, dass sie nur „lang genug jammern und sich unmöglich benehmen“ müssen, um ihre Ziele zu erreichen. Für diese Kinder und Jugendlichen bleibt es im Verlauf des Lebens schwer, ein „Nein“ zu ertragen. Deshalb ist es wichtig, auch die Eltern in das Programm zu inkludieren, damit sie gestärkt werden, „nein“ zu sagen und Regeln mit Konsequenzen zu setzen. Die Eltern lernen, Person und Verhalten zu trennen und wissen, dass das Kind immer in Ordnung ist, aber das Verhalten viel schneller sanktioniert werden muss. Die Erfahrung der Jahrzehnte zeigen, dass die Kinder

#### MEIN LEBEN IST GEORDNET



#### ICH KOMME COOL RÜBER



und Jugendlichen lernen können, dass ein konsequentes „Nein“ Zeichen von Zuwendung und Fürsorge sein kann.

Eigene ausgebildete Lehrer und Lehrerinnen für Selbst- und Sozialkompetenz – Trainer und Coaches

Coaching mit jungen Menschen ist nicht neu – Spitzensport ohne Coach ist schon lange undenkbar. Auch beim „Lernen in Resonanz“ ist das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele wichtig. Damit Kinder aktive und mündige Mitglieder der Gesellschaft werden können, ist es notwendig, ihnen als „Rüstzeug“ neben den akademischen Fächern auch soft skills wie Selbst- und Sozialkompetenz mitzugeben. Dafür muss auch die Rolle von Eltern und Erzieher/innen erweitert werden. Auch sie können im Umgang mit Kindern neue Möglichkeiten lernen. Die Forschungsergebnisse zeigen, dass das Lernen von Selbst- und Sozialkompetenz am nachhaltigsten ist, wenn Lehrpersonen und Eltern das Programm ebenfalls durchlaufen.

„Lernen in Resonanz“ eignet sich auch für Kinder und Jugendliche, die unter anderem an ADHS, Verhaltensauffälligkeiten, Autoaggressions- und Autoimmunreaktionen, Essstörungen, Hypersensibilität, Schulängsten und problematischem Verhalten leiden. Oft haben auch hochbegabte Kinder Probleme im Sozialverhalten. Wenn diese Kinder in Zukunft Führungspositionen übernehmen sollen, ist es sehr wichtig, dass sie Selbst- und Sozialkompetenz erwerben, um ihre Begabungen in adäquater Weise nutzen zu können. Zusätzlich sind viele Kinder mit Lernstörungen latent hochbegabt oder überdurchschnittlich kreativ – und langweilen sich im Unterricht. Im Training lernen sie, ihre Fähigkeiten besser in den Unterricht einzubringen.

Anmerkungen und Quellen:

1) Vgl. Mann, Christine (2010): *Strategiebasiertes Rechtschreiben*. Weinheim und Basel: Beltz  
2) Vgl. De Smedt, B.; Verschaffel, L.; Ghesquiere, P. (2009): *The predictive value of numerical magnitude comparison for individual differen-*

*ces in mathematics achievement*. *Journal of Experimental Child Psychology*, 103, S. 469–479.

3) Vgl. Lauth, Gerhard; Schlottke, Peter (2002): *Training mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern*. Weinheim: Beltz.

4) Vgl. Naumann, Kerstin (2000): *Multimodale Therapie und deren Evaluation bei Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätsstörungen*. In: Skrodzki Klaus und Mertens Krista (Hrsg.) *Hyperaktivität: Aufmerksamkeitsstörung oder Kreativitätszeichen?* Dortmund: Borgmann publishing, S. 211–220.

5) Die Liste liegt im Institut vor und kann gern angefordert werden.

6) Z.B. Aronson, Bandura, Ebbinghausen, Ericsson, Goffman, Heider, Herzberg, Lewin, Milgram, Schultz von Thun, Sherif, Watzlawick, Zimbardo u.v.m.

7) Vgl. Essau, Cecilia; Conrad, Judith (2004): *Aggression bei Kindern und Jugendlichen*. München: UTB.

8) Vgl. Adler, Eric (2012): *Schlüsselfaktor Sozialkompetenz: Was uns allen fehlt und wir noch lernen können*. Berlin: Ullstein.

9) Vgl. Schulz von Thun, Friedemann (1981): *Miteinander reden: Störungen und Klärungen*. Reinbeck bei Hamburg: Rohwolt.

10) Vgl. Kutschera, Gundl (1994): *Tanz zwischen Bewusstsein und Unbewusstsein: NLP-Arbeits- und Übungsbuch*, Paderborn: Junfermann.

11) Vgl. Petermann, Franz und Ulrike (2010): *Training mit Jugendlichen: Aufbau von Arbeits- und Sozialverhalten*. Göttingen et al.: Hogrefe.



Autorin:

Dr. Gundl Kutschera

(Soziologin, Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin; Gründung und Leitung des Instituts Kutschera seit 1983).

Kontakt:

Email: [gundl@kutschera.org](mailto:gundl@kutschera.org)

MitautorInnen:

Mag. Clemens Deifel

(Soziologe, Studium Sozialwirtschaft)

Mag. Andrea Kutschera, MSc

(Soziologin, Mediatorin)

Mag. Stefan Kutschera

(Soziologe, Studium Publizistik und Kommunikationswissenschaften)

Stefanie Erker, MSc

(Supervisorin, Mediatorin)