



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Wenn Beziehung trägt

Wie aus gelebter Salutogenese das Kooperationsfeld-Modell entstand

Sieben Jahre lang haben wir im **Zentrum für Salutogenese Süd** versucht, Salutogenese nicht nur zu vermitteln, sondern zu leben: in Ausbildungen, Seminaren, Projekten, Kooperationen und unzähligen Begegnungen mit Menschen. Dabei haben wir vieles gestaltet, manches erreicht und an einigen Stellen auch Grenzen erfahren.

Im Rückblick wurde uns deutlich, dass unsere wichtigste Erkenntnis nicht in einzelnen Projekten lag, sondern in einer grundlegenden Erfahrung:

Kooperation entsteht nicht nur durch das, was wir tun – sondern auch durch das, was zwischen Menschen wachsen darf.

Diese Erfahrung begleitete uns schließlich auch zum Salutogenese-Symposium vom **1. bis 3. Mai 2026 in Passau**, veranstaltet von der Österreichischen Gesellschaft für Lebensberatung (ÖGL), dem Zentrum für Salutogenese in Bad Gandersheim, Xunds Grauholz und Petra Keiten.

Dort stand die Frage im Mittelpunkt:

„Wie können wir salutogen mitgestalten – in vorwiegend pathogenen Überstrukturen?“

Für uns war diese Frage jedoch keine neue.

Sie begleitet uns bereits seit der Gründung des Zentrums im Jahr 2019.

Rückblickend wurde uns bewusst, dass unsere Erfahrungen weit über den Aufbau eines Zentrums hinausgingen. Sie führten uns zu einer noch grundsätzlicheren Frage:

Wie entsteht Kooperation eigentlich?

Und für viele von uns in helfenden Berufen vielleicht ebenso wichtig:

Wie können wir salutogen mitgestalten, ohne uns dabei zu verausgaben?

Die Antwort, die wir gefunden haben, begann nicht mit einer neuen Methode, sondern mit einer veränderten Wahrnehmung von Beziehung.

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Sieben Jahre gelebte Salutogenese

Als wir das Zentrum für Salutogenese Süd gründeten, verband uns eine gemeinsame Vision: Salutogenese im süddeutschen Raum sichtbar zu machen und Menschen einen Ort zu bieten, an dem Gesundheit, Entwicklung und Kooperation im Sinne der Salutogenen Kommunikation gelebt werden können.

Wir – Markus Übelhör, Maria Sailer und Sandra A. Kunz – brachten unterschiedliche berufliche Hintergründe mit und verbanden unsere Erfahrungen aus Therapie, Pädagogik, Theologie und Organisationsentwicklung.



Es entstanden Ausbildungen in Salutogener Kommunikation - SalKom®, Gesundheitsseminare, Supervisionen, Übungsgruppen, öffentliche Vorträge, Projekte zur Demokratieförderung sowie zahlreiche Angebote für unterschiedliche Berufsgruppen. Während der COVID-Pandemie entwickelten wir kurzfristig Seminare zur Stärkung von Selbstbestimmung und Gesundheit, später folgten Angebote zu friedensstiftender Kommunikation und weiteren gesellschaftlich relevanten Themen.

Neben diesen gemeinsamen Projekten entstanden neue Initiativen wie der YouTube-Kanal *Studio S*, der salutogen-systemische Therapieansatz **SaluThera®**, regelmäßige Vernetzungsangebote für Salutogenese-Interessierte sowie zahlreiche Kooperationen.

Diese Jahre waren geprägt von Kreativität, Engagement und der Freude, Salutogenese in unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen praktisch werden zu lassen.

(Abb. 1: Das Zentrum für Salutogenese Süd – gemeinsame Projekte und Begegnungen)

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Wenn Gestaltung allein nicht ausreicht

So bereichernd diese Zeit war, sie brachte auch Grenzen mit sich.

Nicht alle Angebote fanden genügend Resonanz. Manche Veranstaltungen mussten abgesagt werden. Wirtschaftlich konnte sich das Zentrum nicht so entwickeln, wie wir es erhofft hatten.

Mit dem Ausscheiden von Maria Anfang 2026 wurde deutlich, dass wir an einem Wendepunkt angekommen waren.

Aus wirtschaftlicher Sicht dürfen wir diesen Abschnitt durchaus als Scheitern bezeichnen.

Diese Erfahrung wollten wir weder beschönigen noch verdrängen.

Gleichzeitig entstand im Rückblick eine andere Frage:

War das wirklich die ganze Geschichte?

Denn während wir auf Teilnehmerzahlen, Projekte und wirtschaftliche Tragfähigkeit blickten, war etwas anderes beinahe unbemerkt gewachsen.

Was zwischen Menschen entstanden war

Über Jahre hinweg hatten wir Beziehungen aufgebaut.

Wir hatten miteinander gearbeitet, voneinander gelernt, Erfahrungen geteilt und Vertrauen entwickelt.

Und genau daraus entstanden plötzlich Möglichkeiten, mit denen wir nicht gerechnet hatten.

Eine Schule fragte an, ob wir ihr gesamtes Lehrerteam in salutogener Kommunikation begleiten würden.



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Weitere Kooperationen entwickelten sich.

Nicht, weil wir sie gezielt geplant hatten.

Sondern weil über Jahre hinweg Beziehungen gewachsen waren.

Vertrauen war entstanden.

Und aus diesem Vertrauen heraus eröffneten sich neue Möglichkeiten. Vertrauen wirkt.

Erst dadurch wurde uns bewusst:

Nicht alles, was entsteht, ist das Ergebnis gezielter Planung.

Manches wird erst sichtbar, wenn wir offen werden für das, was sich im Beziehungsgeschehen bereits entwickelt hat.

Unsere Erfahrung lässt sich heute in einem Satz zusammenfassen:

Wenn Mitgestalten durch die Fähigkeit zu empfangen ergänzt wird, können aus gewachsenen Beziehungen und Vertrauen neue Möglichkeiten der Begleitung und Entwicklung entstehen.

Dieser Gedanke wurde zum Ausgangspunkt einer theoretischen Weiterentwicklung.

Das Kooperationsfeld-Modell – eine Perspektiverweiterung salutogenen Denkens

Im Laufe unserer Zusammenarbeit entstand der Eindruck, dass sich manche Erfahrungen mit den bisherigen Begriffen der Salutogenese nur teilweise beschreiben lassen.

Kohärenz, Stimmigkeit und Sinn bleiben zentrale Grundlagen salutogenen Denkens. Gleichzeitig entstand für uns die Frage, ob Stimmigkeit nicht nur im Menschen selbst, sondern auch **zwischen Menschen** entsteht.

Aus dieser Überlegung entwickelte sich das **Kooperationsfeld-Modell**.



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Es versteht sich als Perspektiverweiterung salutogenen Denkens.

Im Mittelpunkt steht die Annahme, dass Kooperation kein Zustand ist, den Menschen herstellen müssen, sondern ein lebendiger Prozess, der sich im Beziehungsgeschehen fortlaufend neu organisiert.

Das Kooperationsfeld entsteht aus dem Zusammenspiel von Wahrnehmung, biografischer Erfahrung, Werten, Vertrauen und Handeln.

Stimmigkeit wird dabei nicht ausschließlich als individuelle Leistung verstanden, sondern auch als eine Qualität, die im gemeinsamen Beziehungsgeschehen entstehen kann.



(Abb. 2: Das Kooperationsfeld-Modell)

Kooperation als Beziehungsgeschehen

Im Zentrum des Modells stehen drei grundlegende Bewegungsqualitäten:

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Gestalten, Empfangen und Begleiten.

Gestalten bedeutet, Impulse einzubringen, Verantwortung zu übernehmen und Entwicklung anzustoßen.

Empfangen beschreibt die Fähigkeit, wahrzunehmen, was sich bereits zeigt – Resonanz aufzunehmen und offen zu werden für Möglichkeiten, die nicht geplant waren.

Begleiten verbindet beides. Es bedeutet, Beziehung zu halten, Unterschiede zu integrieren und Entwicklung zu unterstützen, ohne sie vollständig kontrollieren zu wollen.

Diese Qualitäten verstehen wir nicht als feste Rollen, sondern als Bewegungen innerhalb eines Kooperationsfeldes. Menschen wechseln fortlaufend zwischen ihnen. Salutogene Kooperation entsteht dort, wo diese Beweglichkeit erhalten bleibt.

Feldbewusste Re-Orientierung

Kooperation verläuft jedoch nicht immer offen.

Missverständnisse, Konflikte, Enttäuschungen oder äußere Belastungen können zu Verengungen führen.

Gerade deshalb erscheint uns die Fähigkeit zur **feldbewussten Re-Orientierung** bedeutsam.

Sie beschreibt die Möglichkeit, innezuhalten, das eigene Beteiligtsein am Beziehungsgeschehen bewusst einzuordnen und sich neu auszurichten.

Die Frage verändert sich dadurch.

Nicht mehr nur:

"Was möchte ich?"

Sondern:

"Wie möchte ich hier im Feld sein?"

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Brauche ich im Moment mehr Nähe oder mehr Distanz?

Ist jetzt Gestalten gefragt?

Oder eher Empfangen?

Begleiten?

Schutz?

Rückzug?

Gerade in überwiegend pathogenen Überstrukturen kann diese Form der bewussten Re-Orientierung zu einer salutogenen Antwort werden.

Vertrauen und Entwicklung

Das Kooperationsfeld-Modell beschreibt außerdem, dass Kooperation nicht linear verläuft.

Entwicklung entsteht in wiederkehrenden Wechselwirkungen.

Ein Impuls erzeugt Resonanz.

Resonanz verändert Beziehung.

Beziehung eröffnet neue Möglichkeiten.

Diese wiederum führen zu neuen Erfahrungen.

Kooperationsfelder organisieren sich dadurch fortlaufend selbst.

Die Grundlage dafür bildet Vertrauen.

Nicht als moralische Forderung, sondern als Beziehungsqualität.

Wo Vertrauen wachsen kann, entsteht mehr Offenheit für Resonanz, Unterschiedlichkeit und gemeinsames Lernen.

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Entwicklung zeigt sich dabei auf unterschiedliche Weise:

- aus Freude und Resonanz,
- aus gelingender Kooperation,
- durch Irritation oder Krise,
- und immer wieder durch bewusste Re-Orientierung.

Vielleicht liegt genau darin eine Antwort auf die Leitfrage des Symposiums.

Salutogenes Mitgestalten bedeutet nicht nur, mehr zu tun.

Es bedeutet, eine andere Qualität von Präsenz zu entwickeln.

Die Beziehungsdynamik im Feld wahrzunehmen.

Zu erkennen, was gerade gefragt ist.

Den eigenen Platz bewusst und stimmig zu wählen.

Und das gemeinsame Geschehen immer wieder neu mitzugestalten.

Ausblick

Wir verstehen das Kooperationsfeld-Modell nicht als abgeschlossene Theorie.

Es ist der Versuch, Erfahrungen aus gelebter salutogener Praxis begrifflich zu fassen und für den fachlichen Dialog zugänglich zu machen.

Vielleicht zeigt sich genau dort Salutogenese als Beziehungsgeschehen.

Nicht nur im einzelnen Menschen.

Sondern auch im lebendigen Zwischenraum, in dem Menschen sich begegnen, Vertrauen wachsen kann und Entwicklung gemeinsam entsteht.

Wenn dieser Beitrag dazu anregt, Kooperation stärker als Beziehungsgeschehen zu betrachten und gemeinsam weiterzudenken, hat er seinen Zweck erfüllt.



ZENTRUM FÜR SALUTOGENESE SÜD

Mehr zum Kooperationsfeld-Modell sowie eine ausführliche Darstellung der Theorie und der Grafik finden sich auf der Homepage des Zentrums für Salutogenese Süd:

<https://www.salutogenese-sued.de/salutogenese/>

Markus Übelhör und Sandra Kunz

info@salutogenese-sued.de

Zentrum für Salutogenese Süd
Kapuzinerstr. 22 | 94032 Passau
TEL.: +49 851 - 92 90 916 | MAIL: info@salutogenese-sued.de

stimmig kommunizieren – gesund entwickeln

www.salutogenese-sued.de