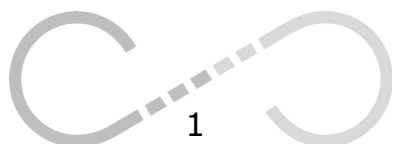


## Die psychischen Grundbedürfnisse und ihre Bedeutung für den schulischen Kontext

Karin Weyer  
Diplom-Psychologin  
Susanne Stroppel  
Diplom-Psychologin

Luxemburg 2009



## Inhalt

Inhalt 2	
1 Theoretische Grundlagen.....	2
1.1 Grundbedürfnis: Bindung.....	4
1.1.1 Definition.....	4
1.1.2 Bindungsbedürfnis beim Säugling und Kleinkind.....	4
1.1.3 Entstehung einer sicheren Bindung.....	4
1.1.4 Bedeutung einer sicheren Bindung.....	5
Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu psychischer Gesundheit .....	5
Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu Lernen und Entwicklung.....	6
Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu einem stabilen Selbstwertgefühl....	7
1.2 Grundbedürfnis: Orientierung und Kontrolle.....	8
1.2.1 Definition.....	8
1.2.2 Das Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle .....	8
Schulisches Lernen braucht einen Rahmen des Wohlbefindens. Wenn Lernen von Inhalten gelingen soll müssen die Grundbedürfnisse genügend erfüllt sein. Jede Pädagogik, jede Didaktik macht auf dieser Basis mehr Sinn und verspricht erfolgreicher zu sein.....	9
Auswahl Literatur.....	10

### 1 Theoretische Grundlagen

Damit ein Kind sich gut entwickeln kann, müssen seine körperlichen und seelischen Grundbedürfnisse ausreichend befriedigt werden. Sich gut entwickeln bedeutet aus psychologischer Perspektive einerseits Fähigkeiten und Kompetenzen zu erwerben und weiterzuentwickeln und andererseits ein stabiles Selbstwertgefühl aufzubauen. Remo Largo betont, dass das Kind die Bereitschaft, sich zu entwickeln mitbringe. Es brauche nicht „gefördert“ zu werden. Was es allerdings brauche seien Erwachsene, die sein körperliches und seelisches Wohlbefinden gewährleisten. (vgl. Largo 2004, S. 17).

*Körperliche* Grundbedürfnisse sind u.a. Essen und Trinken, Schutz vor Kälte, trockene und saubere Bekleidung sowie medizinische Versorgung. Hierfür ist in Industrienationen in der Regel ausreichend gesorgt. Wir konzentrieren uns daher im Folgenden auf die seelischen Grundbedürfnisse.

**Seelische Grundbedürfnisse** sind „Bedürfnisse, die bei allen Menschen vorhanden sind und deren Verletzung oder dauerhafte Nichtbefriedigung zu Schädigungen der

psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens führen.“ (Grawe 2004, S. 185). Grawe (2004, S. 183 ff.) benennt vier zentrale psychische Grundbedürfnisse: **Bindung, Orientierung und Kontrolle, Selbstwerterhöhung** sowie das Bedürfnis nach **Unlustvermeidung**.

Alle vier Grundbedürfnisse haben angeborene neuronale<sup>1</sup> Grundlagen, die es dem Säugling und Kleinkind von Anfang an ermöglichen, seine eingeschränkten Verhaltensmöglichkeiten so einzusetzen, dass diese Grundbedürfnisse möglichst befriedigt werden. Ein Säugling schreit, saugt, strampelt, nimmt Blickkontakt auf oder wendet den Blick ab, wendet sich mit dem Körper zu oder ab, um seine Bedürfnisse z.B. nach Nähe zu seiner vertrauten Bindungsperson, nach Zuwendung, nach Körperkontakt, nach einer Pause, nach Schlaf oder nach Nahrung zu signalisieren. In dem Maße wie diese Bedürfnisse befriedigt werden, verstärken sich die damit verbundenen Nervenverbindungen und entwickeln sich zu immer fester miteinander verbundenen sog. neuronalen Netzen. Konkret bedeutet das: Jedes Mal, wenn es gelingt, das Kind zu beruhigen, kommt es in einen entspannten Zustand, in welchem es sich wohl, sicher und geborgen fühlt. Dabei werden die mit Entspannung und Geborgenheit verbundenen Nervenverbindungen jedes Mal verstärkt und so mit der Zeit immer stabiler und fester ausgebaut. Ein Kind, das im Zusammensein mit seiner Bezugsperson wiederholt die Erfahrung macht, dass seine Bedürfnisse prompt befriedigt werden, wird sich später schneller und leichter entspannt, sicher und geborgen fühlen. Es hat für den Zustand „Entspannung, Sicherheit, Geborgenheit“ gute neuronale Voraussetzungen.

Umgekehrt erlebt ein Kind massiven Stress, Angst und Bedrohung, wenn die Bezugsperson auf sein Weinen oder Schreien gar nicht, zu spät oder nicht angemessen reagiert.

Wenn sich diese Erfahrung wiederholt, steht ein solches Kind häufiger unter Stress, erlebt viel Anspannung und Beunruhigung. Auch hier kommt es auf neuronaler Ebene jedes Mal zu einer Verstärkung der Nervenverbindungen, welche für das Erleben von Stress, Angst und Belastung vorgesehen sind. Solche Kinder werden in ihrem weiteren Leben insgesamt deutlich mehr Stress, Angst und Erregung erleben, da die neuronalen Voraussetzungen hierfür bereits früh „gebahnt“ und ausgebaut wurden.

Wenn ein Kind in seiner Familie diese Bindungssicherheit nicht genügend erlebt so wird es auch als Schulkind weiter versuchen sein Bedürfnis zu befriedigen. Einerseits ist also in gewissem Masse eine Kompensation möglich. Andererseits begegnet das Kind dem Erwachsenen aber schon mit dem gelernten Bindungsstil. Dies birgt die Gefahr, dass ein ungünstiger Bindungsstil sich verfestigt.

Sicherheit (in der Bindung/Beziehung) ist eine Grundvoraussetzung von Wohlbefinden und das wiederum ist DIE Voraussetzung für Lernen.

Gerald Hüther vergleicht die Nervenverbindungen in unserem Gehirn mit Wegen in einer Landschaft. Ähnlich wie häufig benutzte Wege immer breiter werden, wachsen nie begangene Wege zu unwegsamen, kaum mehr sichtbaren Pfaden zu. Genauso führen wiederholte Erfahrungen zum Ausbau der entsprechenden Nervenverbindungen, während für seltene Erlebenszustände die zugrunde liegenden Nervenverbindungen verkümmern (vgl. Hüther, 1998, S. 9, Grawe, 2004, S. 273). Das bedeutet, dass bereits sehr früh die neuronalen Voraussetzungen dafür geschaffen werden, ob Menschen viel Angst und Stress erleben (weil das die gebahnten Wege im Gehirn sind) oder ob sie sich häufig und leicht entspannt, sicher und geborgen fühlen. Relevant wird

---

<sup>1</sup> Neuronale: auf der Ebene einzelner Nervenzellen und zunehmend komplex miteinander vernetzter Nervenbahnen, welche über Erregungs- und Hemmungsprozesse miteinander verbunden sind.

das auch im Umgang mit Stress. Menschen, die eine „Bahnung“ für Stress und Angst haben, reagieren auf kleine Belastungen mit einer großen Stressreaktion. Gleichzeitig fällt es ihnen schwerer, sich „herunterzuregulieren“, da die hierzu benötigten Nervenverbindungen „verkümmert“ sind.

Anders gesagt wir lernen immer. Bei zu hohem Stress und Angst lernen wir aber nichts anderes als Angst.

Nur Sicherheit und Wohlbefinden ermöglichen es überhaupt sich auf anderes auch den Lernstoff zu konzentrieren.

Im Folgenden beschreiben wir die Grundbedürfnisse (Bindung, Kontrolle, Selbstwerterhöhung und Unlustvermeidung). Dabei benennen wir mögliche und wahrscheinliche Folgen, wenn diese Bedürfnisse verletzt werden oder dauerhaft unbefriedigt bleiben. Dabei stützen wir uns auf neueste Erkenntnisse entwicklungs- und neuropsychologischer sowie lerntheoretischer Forschung.

## 1.1 Grundbedürfnis: Bindung

### 1.1.1 Definition

Bindung ist definiert als dauerhafte und dyadische<sup>2</sup> Verbundenheit mit anderen Menschen. Das Bedürfnis nach Bindung beschreibt also das Bedürfnis eines Kindes, eine dauerhafte Beziehung zu einem emotional nahe stehenden Erwachsenen einzugehen. (Ziegenhain et al, 2004, S. 43)

### 1.1.2 Bindungsbedürfnis beim Säugling und Kleinkind

Da Säuglinge und Kleinkinder ohne Fürsorge und Schutz einer erwachsenen Person keine Überlebenschance haben, sind sie ausgestattet mit einem „angeborenen Bedürfnis, die körperliche Nähe einer Hauptbezugsperson zu suchen und aufrechtzuerhalten“ (Bowlby, 1969, 1973, 1975, 1976, 1983, 1988, zitiert nach Grawe 2004, S. 192). Konkret bedeutet dies: Um sein Überleben zu sichern, kann ein Säugling bzw. Kleinkind nicht alleine, also nicht ohne eine ausreichend vertraute Person, sein. Eine Verletzung des Bindungsbedürfnisses bei Säuglingen und Kleinkindern löst massive Angst- und Stressreaktionen aus. Die Vertrautheit zwischen Kind und Bindungsperson entwickelt sich durch gemeinsame Erfahrungen. Vertrautheit bedeutet u.a., die gegenseitigen Eigenarten und Gewohnheiten zu kennen. Dem Kind ermöglicht dies, die Signale, die es einsetzt, um seinen jeweiligen Bedürfnissen Ausdruck zu verleihen, dem Verhalten der Bindungsperson anzupassen und darauf auszurichten. Die Bindungsperson wiederum lernt nach und nach, zwischen den unterschiedlichen Signalen des Kindes zu unterscheiden. Dies ermöglicht ihr, adäquat auf dessen Bedürfnisse einzugehen. Ein Kind einfach nur zu kennen und zu mögen, reicht also nicht aus, um diesen Grad an Vertrautheit zu entwickeln (Largo und Czernin 2006, S. 124).

### 1.1.3 Entstehung einer sicheren Bindung

Damit Kleinkinder eine sichere Bindung (Übersicht zu den unterschiedlichen Bindungsstilen finden Sie z.B. bei Ziegenhain et al, 2004) zu einer Bezugsperson entwickeln können, muss diese dem Kind folgende Beziehungserfahrungen ermöglichen:

---

<sup>2</sup> Als Dyade bezeichnet man eine *Zweiergruppe* oder *Zweierbeziehung*, die unterschiedlich eng bzw. ausschließlich sein kann.

- **Feinfühligkeit der Bezugsperson** erkennt meine Stimmungen, weiss um meine Situation
- **Verfügbarkeit der Bezugsperson** (vgl. Largo u. Czernin, 2006, S. 59)
- **Konstanz der Betreuung** (vgl. Largo u. Czernin, 2006, S. 139)
- **Zeiten (entspannter) Zweisamkeit**

#### **1.1.4 Bedeutung einer sicheren Bindung**

##### **Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu psychischer Gesundheit**

Seine Bindungsperson dient einem Säugling bzw. Kleinkind als personifizierte emotionale Sicherheitsquelle. Immer wenn ein Säugling bzw. Kleinkind z.B. Angst oder Schmerzen hat, führt dies zum Erleben einer psychischen und körperlichen Stressreaktion und geht unmittelbar mit einer Aktivierung des Bindungsbedürfnisses einher. „Ein Kleinkind, konfrontiert mit emotional verunsichernden Situationen, die es nicht alleine bewältigen kann, signalisiert das Bedürfnis nach Schutz und Unterstützung. Es zeigt Bindungsverhalten. Damit bemühen sich Kleinkinder aktiv, überwiegend körperliche Nähe zur Bindungsperson herzustellen, um dadurch Sicherheit zu erhalten: Sie weinen, folgen ihr nach oder strecken die Arme nach ihr aus, kuscheln sich bei ihr ein oder klammern sich an. Diese Aktivierung des Bindungssystems wird von starker innerer Erregung begleitet, messbar im Anstieg der Herzfrequenz. Diese innere Erregung dauert so lange an, bis der Kontakt zur Bindungsperson wieder hergestellt ist und das Kind aus dem Kontakt erneut Sicherheit gewonnen hat.“ (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall 1978, zitiert nach: Ziegenhain et al, 2004, S. 44). Findet es im Schoß einer Bindungsperson Zuflucht, kommt es im Gehirn zur Ausschüttung von Botenstoffen, die für Beruhigung sorgen und „schlagartig [das] zuvor aktivierte Muster von Angst oder anderen negativen Emotionen“ hemmen (Grawe, 2004, S. 197). Macht ein Kind diese Erfahrung wiederholt, kommt es zur sog. „Bahnung“ dieser Reaktion i.S. einer Verstärkung der „neuronalen Struktur“, sprich: Die Nervenbahnen, die für Beruhigung zuständig sind, werden verstärkt. Im Erleben des Kindes bedeutet dies: Es macht die Erfahrung, dass unangenehme oder bedrohliche Gefühle abklingen. Infolge ist ein solches Kind leichter zu beruhigen. Seine negativen Gefühle können zunächst durch die Bezugsperson leichter wieder herunterreguliert werden, was im Rahmen einer sicheren Bindungsbeziehung zunehmend in die Fähigkeit der emotionalen Selbstregulation übergeht. Es gelingt dem Kind dann mit zunehmender Reife, negative Gefühle wie Angst, Schmerz oder Trauer auch dann zu bewältigen, wenn die vertraute Bindungsperson nicht unmittelbar anwesend ist. Fehlt eine positive Bindungsbeziehung, kommt es auf neuronaler Ebene nicht zur Bahnung dieser Reaktionsbereitschaft. Im weiteren Verlauf wird die Entwicklung der Fähigkeit zu emotionaler Selbstregulation beeinträchtigt. Solche Kinder lernen es nicht ausreichend, mit negativen Gefühlen, wie z.B. Trauer, Schmerz oder Angst umzugehen. Ihnen fehlt die verlässliche Erfahrung, dass die innere Anspannung und Beunruhigung nachlassen und sie wieder in einen entspannten und geborgenen Zustand zurückfinden. Diese Unfähigkeit, negative Emotionen zu regulieren, ist kennzeichnend für fast alle psychischen Störungen (vgl. Grawe, 2004, S. 197).<sup>3</sup>

Ein Schulkind braucht nicht dauernd eine Bindungsperson in unmittelbarer Nähe, aber es braucht die Möglichkeit des Zugriffes. Die Lehrperson sollte also Merkmale einer solchen Bindungsperson aufweisen. Je kleiner die Kinder umso mehr. Und im Schulalltag von vielen Kindern spielen sich kleinere und grössere Dramen ab. Hier ist es wichtig, dass das Kind die Erfahrung macht, dass es Hilfe bekommt wenn es sie braucht

<sup>3</sup> Zudem haben die im Zusammenhang mit positiven Bindungsbeziehungen ausgeschütteten chemischen Stoffe eine stark hemmende Wirkung auf aggressives Verhalten (vgl. Grawe, 2004, S. 197).

nicht nur wenn es danach fragt. Es gibt Kinder die haben schon gelernt nicht mehr zu fragen und die die seelischen Verletzungen mit sich selber ausmachen. Nicht weil sie das wollen, sondern weil sie nicht mehr glauben, dass Erwachsene ihnen helfen werden.

### **Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu Lernen und Entwicklung Bindung, Stress und gelerntes Vermeidungsverhalten**

Mit dem Bedürfnis nach „Lustgewinn und Unlustvermeidung“ benennt Grawe (2004, S. 260) ein weiteres zentrales psychisches Grundbedürfnis. Diesem Grundbedürfnis zugrunde liegt laut Grawe die sog. „Gut-Schlecht-Bewertung, welche als „ständig aktiver Monitor des psychischen Geschehens“ (Grawe, 2004, S. 160) immer im Hintergrund aktiv ist. Dies bedeutet: Alle Erfahrungen, die ein Mensch macht, werden automatisch dahingehend bewertet, ob das was gerade passiert die zentralen Bedürfnisse befriedigt.

Unlusterfahrung bedeutet: ein wichtiges Bedürfnis wird nicht befriedigt. Für einen Säugling bzw. ein Kleinkind geht dies mit dem Erleben von Stress einher. Auf der körperlichen Ebene kommt es zu einer Aktivierung des sympathischen Nervensystems und infolge zur Ausschüttung von Stresshormonen.

Wichtig ist es uns, an dieser Stelle darauf hinzuweisen, dass es nicht darum geht, Kinder von jeglichem Stress fernzuhalten. Grawe (2004, S. 243) weist explizit darauf hin, dass Kinder Erfahrungen im Umgang mit Stress machen müssen, um genau das zu lernen. Dabei sei es jedoch wichtig, **„positive Kontrollerfahrungen in begrenzten Stresssituationen zu machen“**. Es geht also nicht darum, ein Kind vor jeglicher Belastung zu schützen. Die belastende Erfahrung darf für ein Kind nur nicht überfordernd sein. Überfordernd ist eine Stresssituation dann nicht, wenn das Kind die Erfahrung macht, dass es sie bewältigen kann.

Größere Belastungen aktivieren also immer das Bedürfnis nach Nähe zu einer Bindungsperson. Auch bei Erwachsenen ist das so. Bei richtig schlimmen Sachen versuchen auch wir sofort unsere Lieben anzurufen, gar hinzufahren. Bei weniger schlimmen Dingen ist es schön es Abends der Partnerin, dem Partner zu erzählen und auch in den Arm genommen zu werden. Das hilft auch uns den Stress wieder abzubauen.

Wenn keine Bindungsperson zur Verfügung steht, erlebt das Kind überwältigende Angst und Stress. Dies wird das Kind in Zukunft zu vermeiden versuchen. Eine zentrale Vermeidungsstrategie ist es, eigene Bedürfnisse und damit zusammenhängende Gefühle nicht mehr zu spüren und zu zeigen.

Solche Kinder erscheinen trotz hoher innerer Belastung äußerlich eher unauffällig. Dem gegenüber lassen Kinder mit positiven Bindungserfahrungen (sog. sicher gebundene Kinder) bei einer Verletzung ihres Bindungsbedürfnisses deutlich sichtbare Zeichen von Stress erkennen (Unruhe, Quengeln, Weinen, angespannte Körperhaltung). Einfacher gesagt bedeutet dies: **Sicher gebundene Kinder zeigen, wenn es ihnen nicht gut geht. Unsicher gebundene Kinder haben bereits gelernt, nicht mehr zu zeigen, wenn sie belastet sind und erscheinen trotz hoher innerer Belastung eher unauffällig** (sog. „coole Typen“). Die wiederholte oder einmalig massive Verletzung des Bindungsbedürfnisses führt also dazu, dass sich solche Kinder oft erst einmal wenig auffällig verhalten. Dadurch werden sie häufig in ihren Bedürfnissen übersehen und völlig falsch eingeschätzt. Ihre vermeintliche Ruhe und „Genügsamkeit“ sind eher auf einen vermeidenden Bindungsstil als auf Entspannung und Wohlgefühl zurückzuführen.

Stresshormone, insbesondere Cortisol, wirken sich ungünstig auf das Lernen und das Behalten aus (vgl. Spitzer, 2007, S. 167-169). Damit beeinträchtigen sie die kindliche Entwicklung in kognitiv-emotionaler, sozialer als auch motorischer Hinsicht. Kinder mit einer chronischen hohen inneren Belastung, wie z.B. die sog. „Coolen Typen“ sind somit in ihrer Entwicklung benachteiligt.

Weiter von Bedeutung für Lernen und Entwicklung ist, dass ein Kind über eine emotionale Sicherheitsquelle in Form einer vertrauten und zuverlässigen Bindungsperson verfügt. Es hat dann eine „sichere Basis“, von der aus es die Welt erkunden und erobern kann. Solche Kinder sind neugieriger, erkundungsfreudiger. Sie können mehr wagen – denn sie verfügen ja zur Not über einen „sicheren Hafen“ in den sie zurückkehren können. Sie wenden sich Neuem deutlich aufgeschlossener zu und lernen dadurch mehr. Zudem ist das Gehirn solcher Kinder, wie oben bereits beschrieben, in einem entspannten und damit in einem lernbereiten Zustand.

Langfristig trauen sich belastete Kinder ohne „sichere Basis“ deutlich weniger zu. Sie können ihre Wünsche z.B. gegenüber Lehrer/innen nicht so gut zum Ausdruck bringen und wagen es eher nicht, um Hilfe zu bitten (vgl. Grawe, 2004, S. 208). Dadurch kommt es zu weiteren Benachteiligungen dieser Kinder. (vor allem auch was später das schulische Lernen anbelangt). Diese Kinder bleiben hinter den zu erwartenden Leistungen zurück.

### ***Positive Bindungserfahrungen als Schlüssel zu einem stabilen Selbstwertgefühl***

Der Selbstwert bzw. das Selbstwertgefühl ist nach William Mc Dogall definiert durch die Überzeugung, wertvoll und kompetent zu sein sowie von anderen gemocht zu werden (in Grawe, 2004, S. 250). Es entwickelt sich „in Interaktion mit anderen Menschen“ (Grawe, 2004, S. 250). „Emotionstheoretiker gehen davon aus, dass sich im ersten halben Jahr etwa 30 000 Lächelinteraktionen zwischen Säugling und Erwachsenen ereignen. In dieser Zeit pflegt der Säugling mit einem Lächeln auf ein Gesicht eines Mitmenschen zu reagieren, was meistens wiederum mit einem Lächeln beantwortet wird. Das – so meinen Entwicklungspsycholog/innen – gibt dem Kind das noch unbewusste Gefühl, ein erfreulicher Mensch in einer erfreulichen Welt zu sein, ein Mensch der Freude auslöst. Dieses freudige Interesse, das ein Kind bekommt – wenn es das bekommt – steht im Dienste der Bindung und des Vertrauens und könnte den existenziellen Kern der Persönlichkeit festigen.“ (Krause 2001, S. 941, zitiert in Frank, 2007, S. 121).

„Die Qualität der emotionalen Bindung des Kindes an seine Bezugsperson ist eng verknüpft mit seinem Selbstbild (Ainsworth u.a., 1978). Ein Kind, das in seiner Beziehung zu den Eltern (bzw. anderen Bezugspersonen) Wertschätzung und Verlässlichkeit erfährt, wird sich selbst als wertvoll und kompetent erleben.“ (Laucht, 2003, S. 65f).

Wenn die Bedürfnisse eines Kindes von seiner Bezugsperson nicht oder nur sehr unzureichend befriedigt werden, gibt es nach Sullivan (nach Grawe, 2004, 252) „in der Denkwelt eines Kindes zwei Alternativen: Ich bin gut und die Bezugsperson ist schlecht oder ich bin schlecht und die Bezugsperson ist gut.“ Für ein kleines Kind, das existentiell von seiner Bezugsperson abhängig ist, ist die erste Alternative die schlechtere. Es wäre dann einer schlechten Bezugsperson hilflos ausgeliefert. Die zweite Alternative ist vergleichsweise besser. Hier hat es Einfluss. Es kann sich und sein Verhalten ändern. Somit bleibt ein gewisses Gefühl der Kontrolle.

Ein kleines Kind, dessen Bezugsperson seine Bedürfnisse nicht befriedigt wird also dazu neigen, sich selbst als Grund dafür wahrzunehmen und sich schlecht und wertlos fühlen. Dazu kommt, dass ein Kind, dessen Bedürfnisse nicht oder nur unzureichend befriedigt werden, häufig ein „schwieriges“ Kind ist. Im Kontakt zu Gleichaltrigen und Erwachsenen erlebt es dadurch oft Zurückweisung und Kritik. Das Gefühl eines solchen Kindes, selbst wertlos oder „schlecht“ zu sein (der Wertlosigkeit und „Schlechtigkeit“ eines solchen Kindes) wird so verstärkt.

Im ersten Teil der theoretischen Grundlagen haben wir bis jetzt das Grundbedürfnis nach Bindung dargestellt. Weiter haben wir die Bezüge zu psychischer Gesundheit, zu Lernen und Entwicklung und zum Selbstwert erläutert. Im folgenden zweiten Teil der theoretischen Grundlagen beschreiben wir das Grundbedürfnis nach Orientierung und Kontrolle.

## 1.2 Grundbedürfnis: Orientierung und Kontrolle

### 1.2.1 Definition

Nach Epstein ist das Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle das grundlegendste Bedürfnis des Menschen (Epstein, 1990; zitiert in Grawe, 2004, S. 230). Die realen Lebenserfahrungen gehen notwendigerweise entweder mit der Erfahrung einher, dass man erreicht, was man jeweils angestrebt hat, oder dass man es nicht erreicht. Man macht also notwendigerweise positive oder negative Kontrollerfahrungen. „Man kann auf Kontrolle nicht verzichten, wenn man überleben will, wenn man irgendein Bedürfnis befriedigen will“ (Grawe, S. 231).

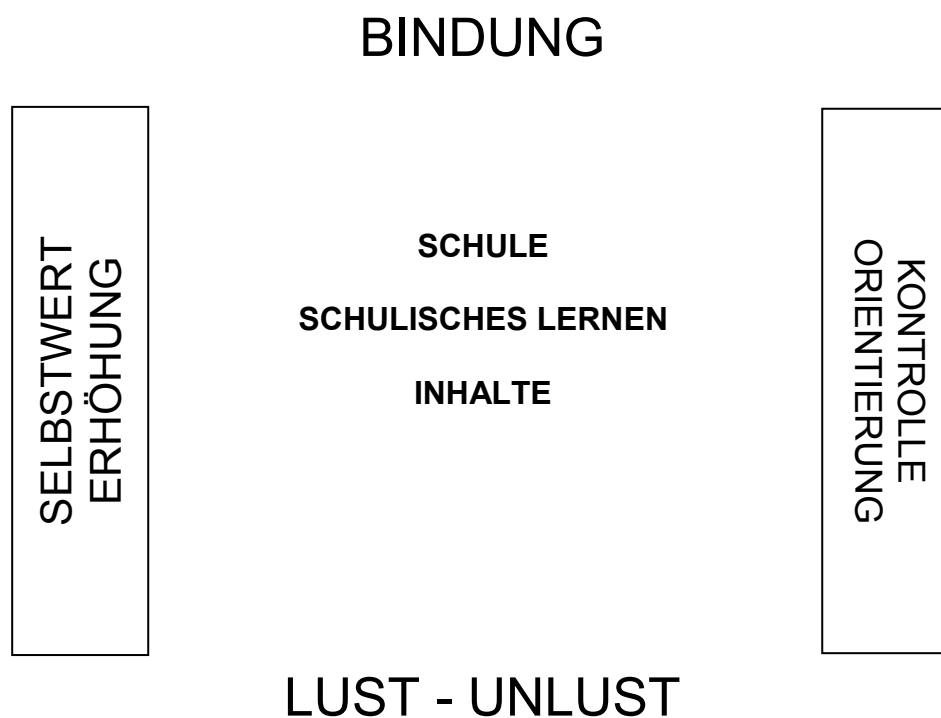
### 1.2.2 Das Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle

Ein Säugling oder Kleinkind drückt ein Bedürfnis über z.B. Schreien, Weinen, Lautieren oder Zeigen aus. Es macht notwendigerweise die Erfahrung, dass es erreicht, was es angestrebt hat oder dass es dies nicht erreicht. Es macht also positive oder negative Kontrollerfahrungen. Auf der Basis dieser sich wiederholenden Erfahrungen, entwickelt das Kleinkind positive oder negative Kontrollüberzeugungen. Das bedeutet, es entwickelt eine Grundüberzeugung bezüglich seiner Möglichkeit, Einfluss auf seine Umgebung zu nehmen. Das Kind lernt, „ob Voraussehbarkeit und Kontrollmöglichkeit besteht, ob es sich lohnt, sich einzusetzen und zu engagieren“ (Grawe, 2004, S. 231). Damit sind sich **wiederholende positive Kontrollerfahrungen elementar wichtig, um später im Leben eigene Ziele verfolgen zu können**. Sich wiederholende positive Kontrollerfahrungen schaffen damit die Grundlage für die Selbständigkeits- und Autonomieentwicklung eines Kindes.





Schulisches Lernen braucht einen Rahmen des Wohlbefindens. Wenn Lernen von Inhalten gelingen soll müssen die Grundbedürfnisse genügend erfüllt sein. Jede Pädagogik, jede Didaktik macht auf dieser Basis mehr Sinn und verspricht erfolgreicher zu sein.



## Auswahl Literatur

Ainsworth, Mary D.S. et al: Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ (Lawrence Erlbaum), 1978.

Brisch, Karl Heinz / Hellbrügge, Theodor (Hrsg.): Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern. Stuttgart: Klett-Cotta, 2003.

Frank, Renate (Hrsg.): Therapieziel Wohlbefinden. Ressourcen aktivieren in der Psychotherapie. Heidelberg: Springer Medizin Verlag, 2007.

Grawe, Klaus: Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe, 2004.

Hüther, Gerald: Wie aus Stress Gefühle werden. Betrachtungen eines Hirnforschers. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht. 1998.

Largo, Remo H. / Czernin, Monika: Glückliche Scheidungskinder. Trennungen und wie Kinder damit fertig werden. München: Rowohlt 2006.

Largo, Remo H.: Babyjahre. Die frühkindliche Entwicklung aus biologischer Sicht. München: Rowohlt 2004.

Laucht, Manfred: Vulnerabilität und Resilienz in der Entwicklung von Kindern. Ergebnisse der Mannheimer Längsschnittstudie. In: Brisch, Karl Heinz / Hellbrügge, Theodor (Hrsg.): Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern, S. 53-71. Stuttgart: Klett-Cotta, 2003.

Nuber, Ursula: Der lange Schatten der Kindheit. In: Psychologie heute (Januar 2005), S. 20-27.

Spitzer, Manfred: Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens. München: Spektrum 2007.