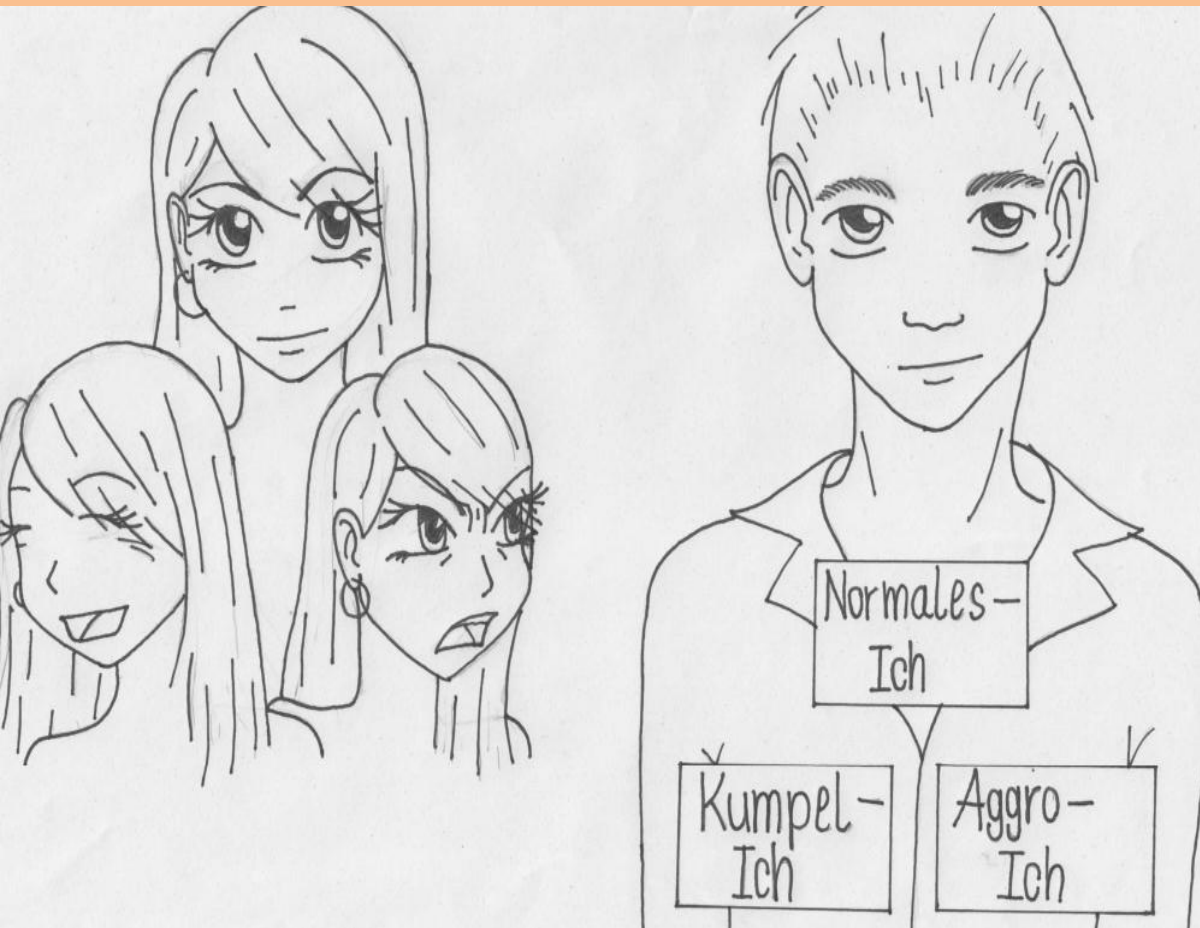


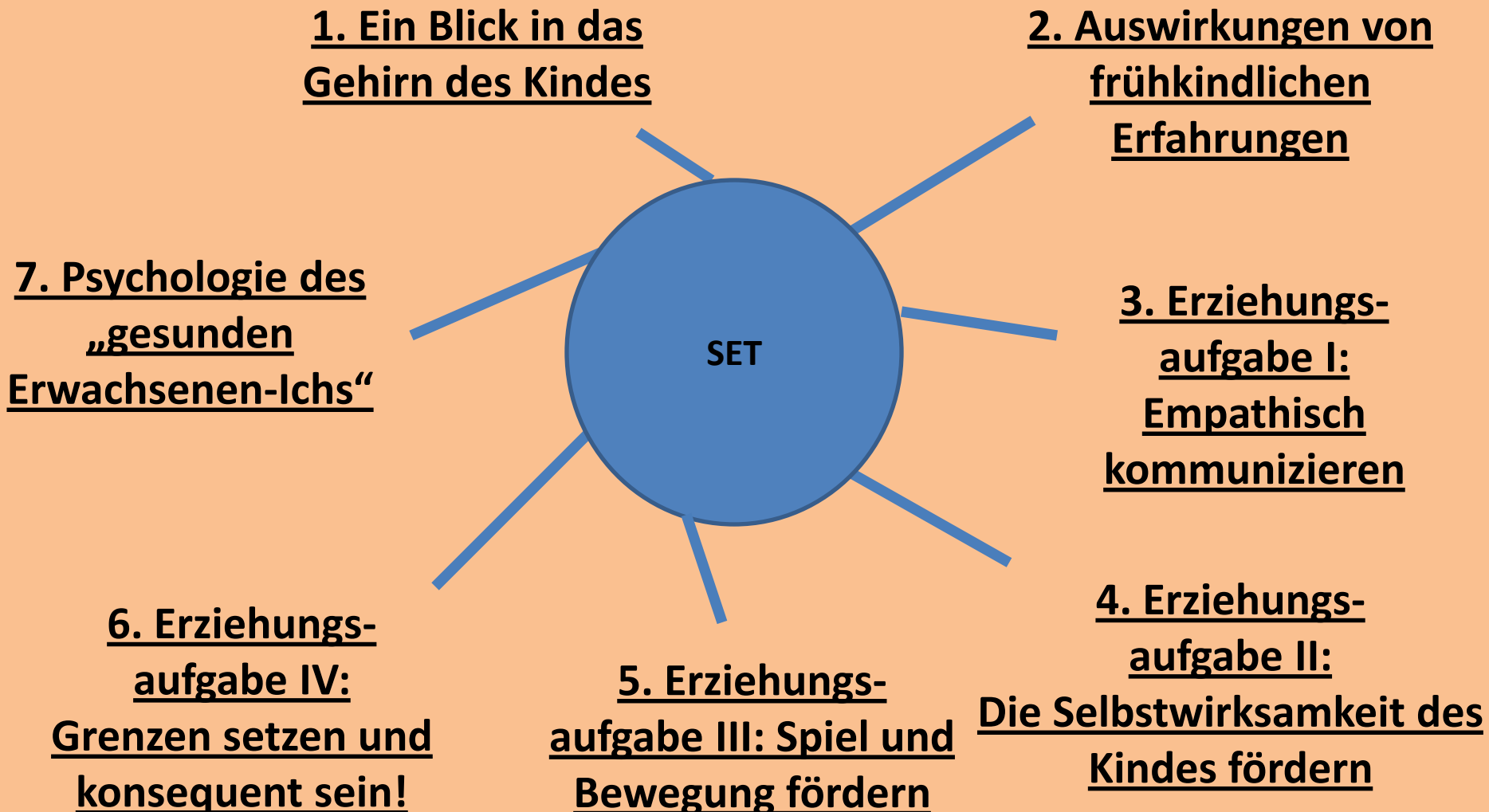
Schemapädagogisches Elterntraining (SET)



„Alles Lehren und Lernen ist eingebettet in ein interaktives und dialogisches Beziehungsgeschehen.“

– Joachim Bauer

Bausteine des Schemapädagogischen Elterntrainings (SET)

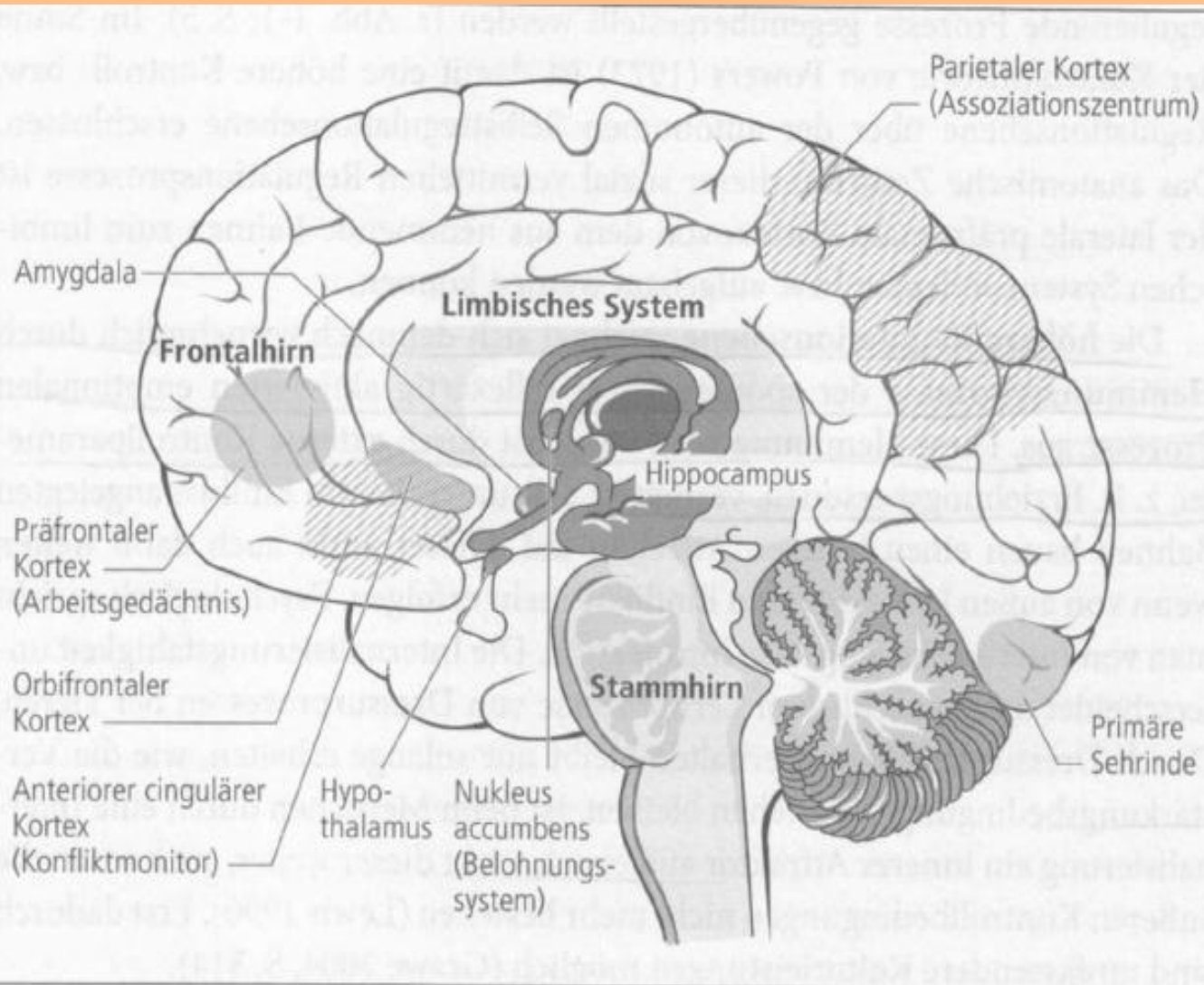


Input 1: Ein Blick in das Gehirn des Kindes

... Die ersten Lebensjahre sind die wichtigsten im ganzen Leben!



Entwicklung des Gehirns



Die Entwicklung des Gehirns verläuft von „unten“ nach „oben“
- Nachgelagertes Wachstum des Neocortex (ab dem 2. Lebensjahr)

-
Wichtig:

EMOTIONALE
Prägung erlebt in den ersten Lebensjahren einen Höhepunkt

-
Unser „unbewusstes Selbst“ entsteht...

Abb. 1-6: Wichtige Regulationszentren im Gehirn (nach Spitzer M, Bertram W. Braintertainment. Expeditionen in die Welt von Geist und Gehirn. Stuttgart: Schattauer 2007)

Pränatale Prägung



„Social brain-These“ - Das Gehirn „verdrahtet“
sich während des Wachstums in den ersten
Lebensjahren so, **wie das soziale Umfeld es
vorgibt**

Weitere neurobiologische Erkenntnisse zur kindlichen Entwicklung

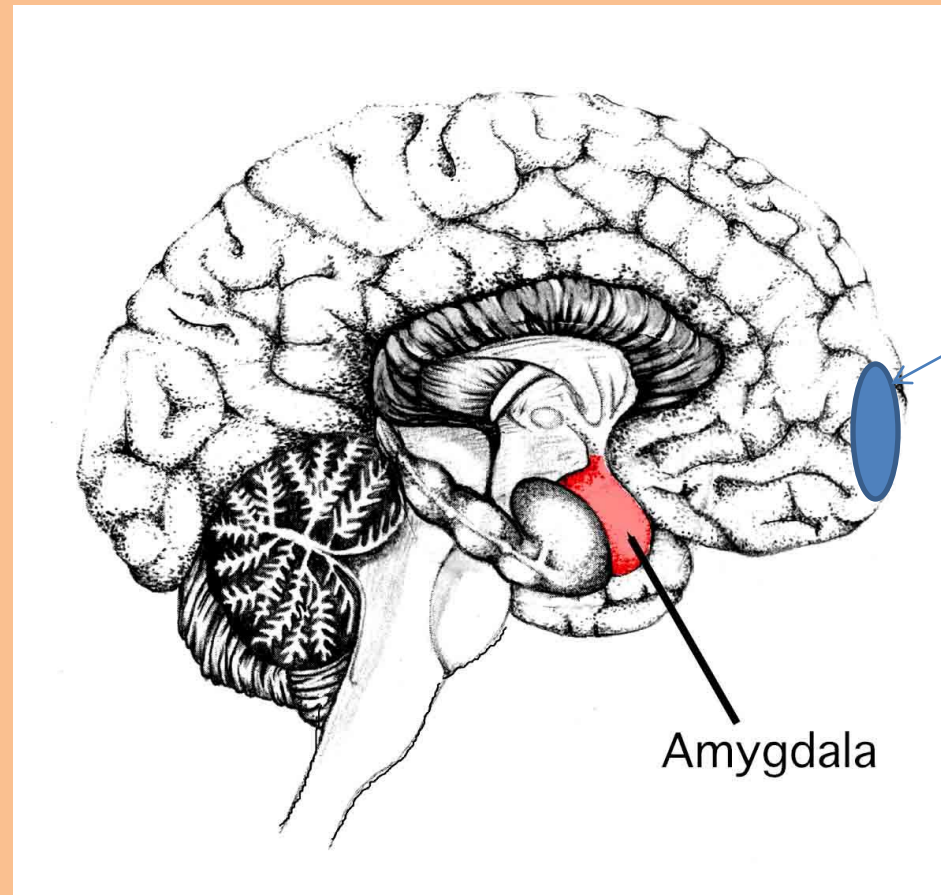
Ab dem 3. Lebensjahr wachsen diejenigen Hirnareale (langsam) heran, die für die Emotionskontrolle zuständig sind

„Die Trampelpfade auf der Wiese...“

- Wege werden zu „Bahnungen“

Das emotionale Feedback des sozialen Umfelds wird unbewusst in das Selbstkonzept integriert, zu subjektiven Erwartungsmustern

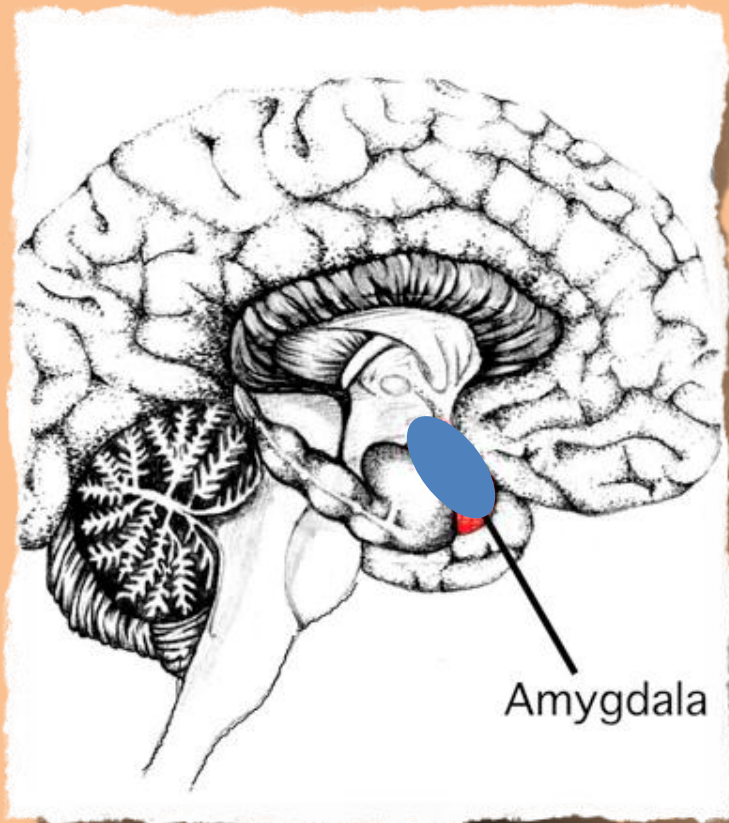
Folgen häufiger Amygdala-Aktivierungen in der Kindheit...



Stirnhirn
(für Affekt-
Kontrolle
zuständig)

Stichwort: „Jetzt rei Dich mal zusammen!“

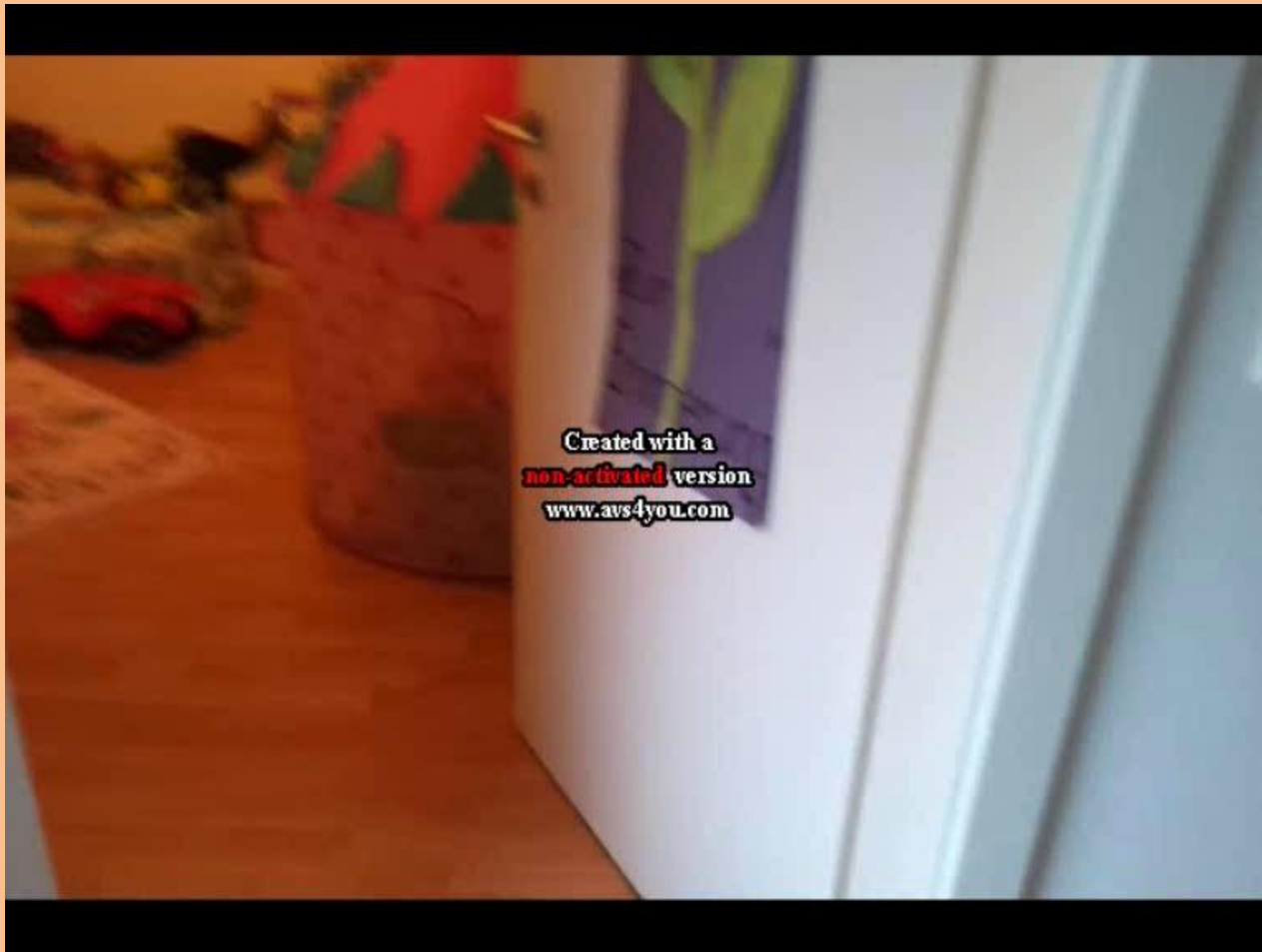
1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes



Sitz der Amygdala

1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

Beispiel 1 Amygdala-Aktivierung...



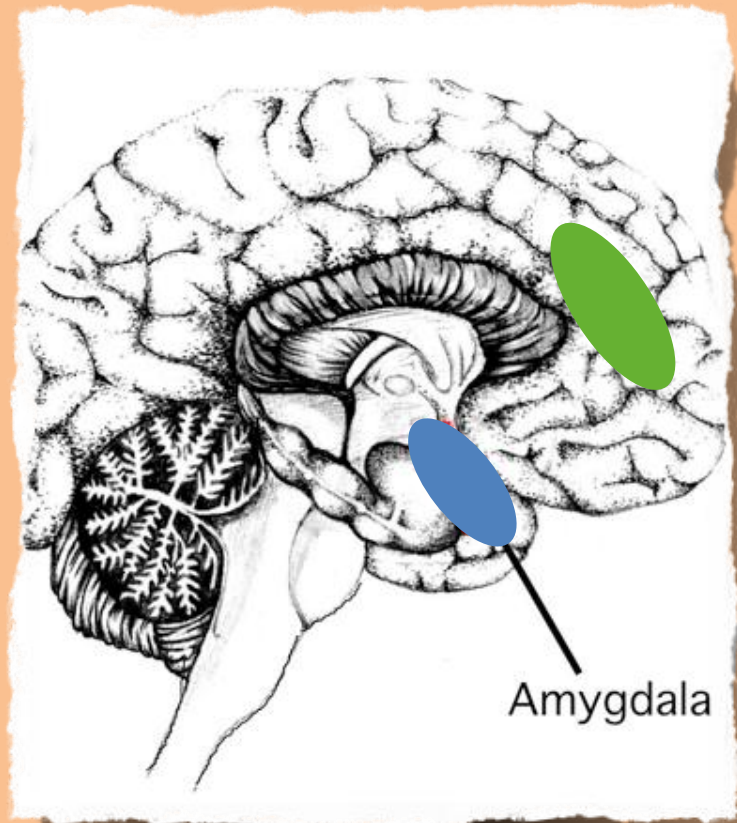
1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

Beispiel 2 Amygdala-Aktivierung...



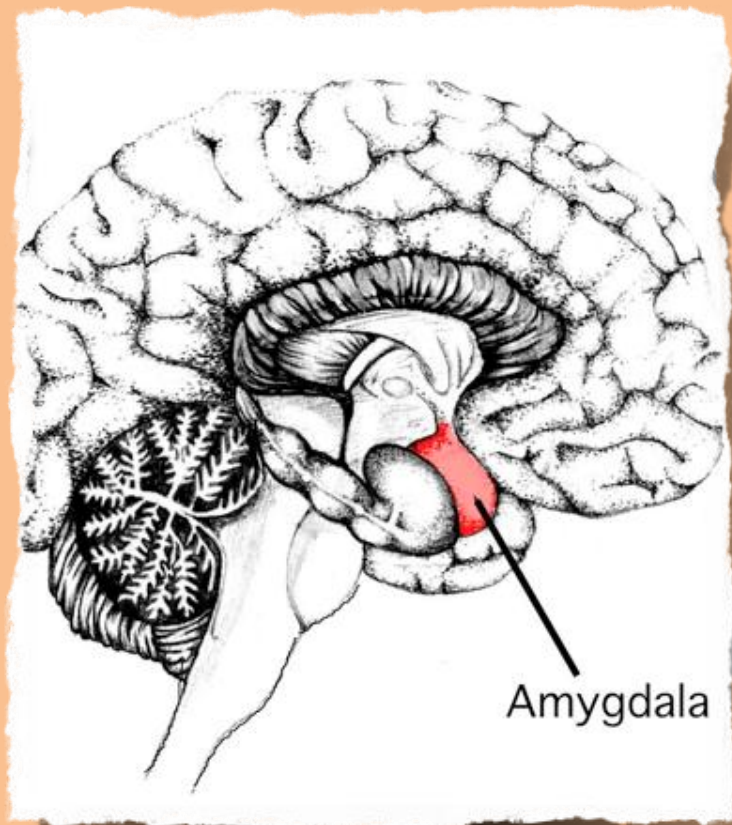
1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

Das Stirnhirn ist für die Emotionskontrolle verantwortlich...



1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

Emotionskontrolle muss man mithilfe einer einfühlsamen „spiegelnden“ Kommunikation lernen!



Ein emotionskontrolliertes Umfeld sorgt für die Ausprägung von emotionskontrollierenden Hirnarealen...

1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

...zum Beispiel so...



Weitere neurobiologische Erkenntnisse...

Unser „Autopilot“ entlastet bewusste
Entscheidungskriterien
(Schubladendenken)

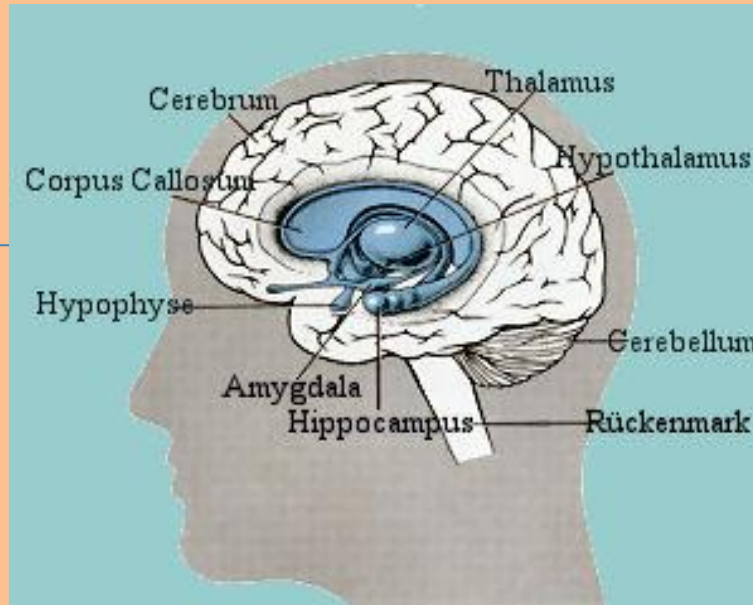
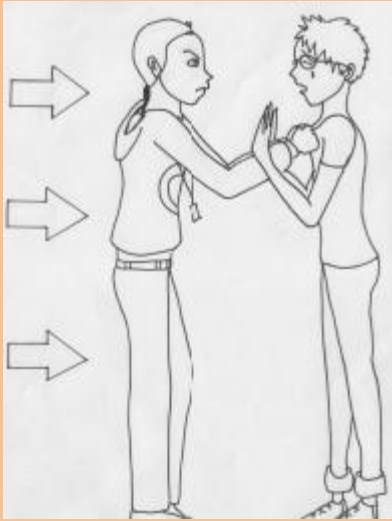
3% der Nervenendigungen im Gehirn
führen nach „draußen“, 97% sind
Verknüpfungen zu anderen
Nervenzellen

„Wir sehen, was wir kennen“...

Kinder erleben häufig eine „erinnerte
Gegenwart“ – früh gebildete
Assoziationen „schätzen“ emotional die
gegenwärtigen Beziehungen ein

1. Ein Blick in das Gehirn des Kindes

Die Informationsverarbeitung im Alltag ist überwiegend unbewusst...



- **BEWUSSTE** (kognitive) Prozesse/Motivationen
- **Bewusstes SELBST**
-- **Extrinsische Motive**



- **UNBEWUSSTE** (affektive) Prozesse/Motivationen
- **Unbewusstes SELBST**
- **Infantil-egoistische Perspektive** (u.U. neg. Beziehungserwartungen)

Prinzip: „Früher Opfer, später Täter...“

Fazit

1. Negative Emotionen des Kindes nicht spiegeln – Vorbild für Emotionskontrolle sein!
2. Positive Emotionen spiegeln!
3. Merke: Emotionskontrolle ist erst ab dem 3. Lebensjahr möglich...
4. ... und muss mithilfe der Eltern erlernt werden

Ende Input 1: Einmal durchatmen...



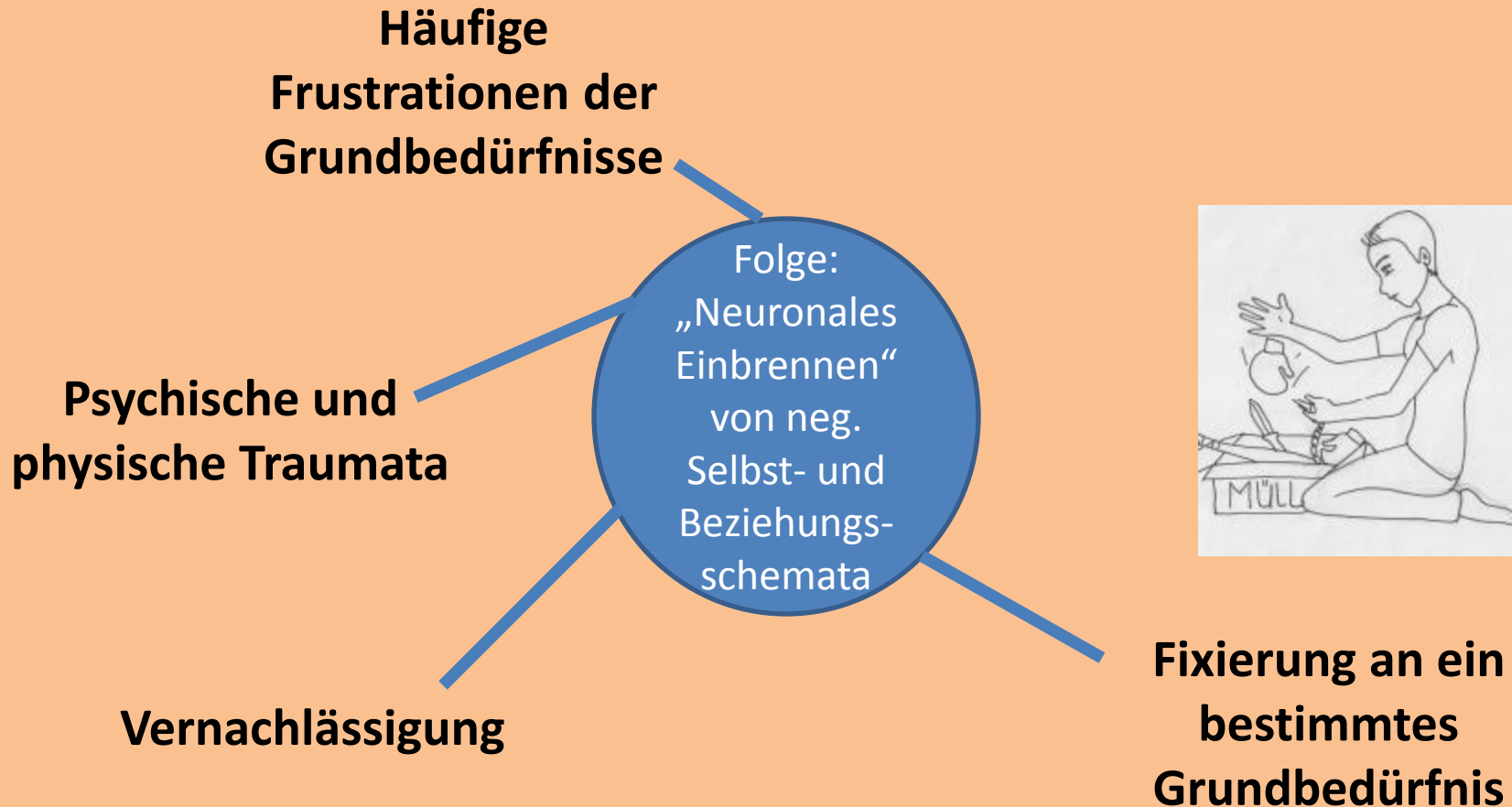
Fragen?

Input 2: Auswirkungen von frühkindlichen Erfahrungen

... Das Gehirn des Kindes saugt die soziale Umwelt wie ein Schwamm auf!



Entstehung von nachteiligen innerpsychischen Mustern (Schemata)



Grundbedürfnis Bindung

1. Der Mensch kommt „zu früh“ auf die Welt und ist daher auf die soziale Umwelt angewiesen
2. Der Säugling ist schutz- und hilflos
3. Das Bedürfnis Bindung ist vor allem im 1. Lebensjahr wichtig
4. Emotionale Kommunikation („Spiegeln“) ist ebenfalls wichtig

➤ Merke: Der Bindungsstil der Eltern beeinflusst den eigenen Bindungsstil später (in Partnerschaft und eigener Elternschaft)

Beispiel 1 Hilflosigkeit...



Beispiel 2 Hilflosigkeit...



Beispiel Bindungsorientierte Kommunikation



Grundbedürfnis Anerkennung

Anerkennung ist ein fundamentales
Grundbedürfnis...

... und im ganzen Leben relevant!

Grund: Wir sind von Natur her auf
Kommunikation mit der sozialen Umwelt
programmiert

- Merke: Zu viel (und zu wenig) Anerkennung im Kindesalter führt manchmal dazu, dass man später extrem auf Anerkennung angewiesen ist!

Beispiel 1 Grundbedürfnis Anerkennung



2. Auswirkungen von frühkindlichen Erfahrungen

Beispiel 2 Grundbedürfnis Anerkennung



Grundbedürfnis Selbstwert/Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit (Motto „Ich kann etwas SELBST“) wird früh erlernt

Das Kind „erschafft“ von sich aus Situationen, in denen es etwas „bewirkt“

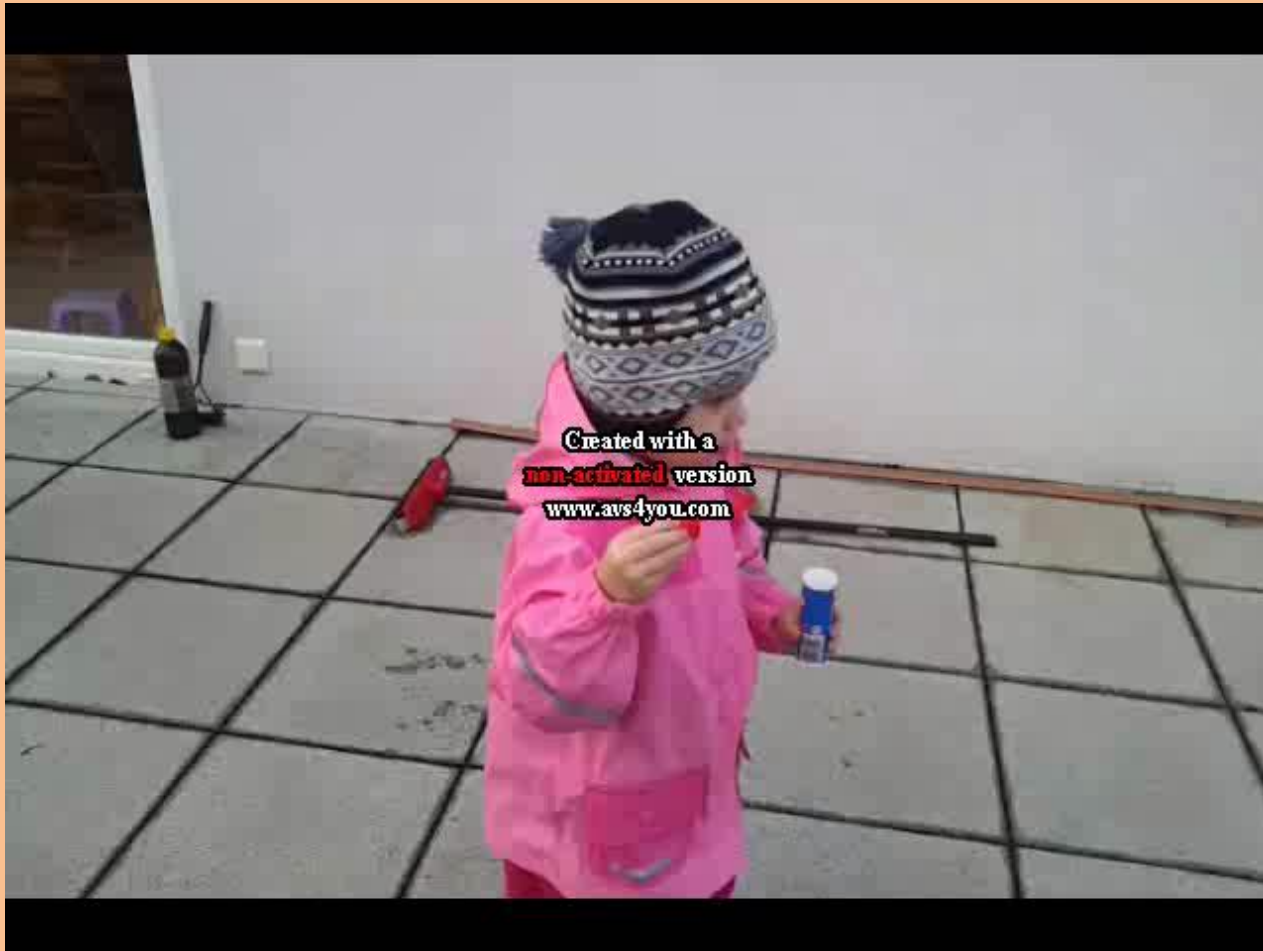
Erfolgreiche Versuche werden früh in das Selbstkonzept eingebaut

- Merke: Je mehr Selbstwirksamkeit das Kind erfährt, desto selbstwirksamer wird es später im Erwachsenenalter sein.
- Also: Viel selbst machen lassen, Aufgaben geben!

Beispiel 2 Bedürfnis Selbstwirksamkeit



Beispiel 3 Bedürfnis Selbstwirksamkeit



Beispiel 4 Bedürfnis Selbstwirksamkeit



Fazit

Die Bedürfnisse des Kindes sollten erkannt und **durchschnittlich** erfüllt werden

Merke: Frustrierte Grundbedürfnisse bleiben trotzdem ein Leben lang relevant!

Die Rückmeldung des sozialen Umfelds in den ersten Lebensjahren prägen das Selbstbild des Kindes/Erwachsenen

- Merke: Die ersten Lebensjahre sind die wichtigsten im Leben, sie konstruieren für das Kind die „subjektive Brille“ und das Selbstbild!

Ende Input 2: Einmal durchatmen...



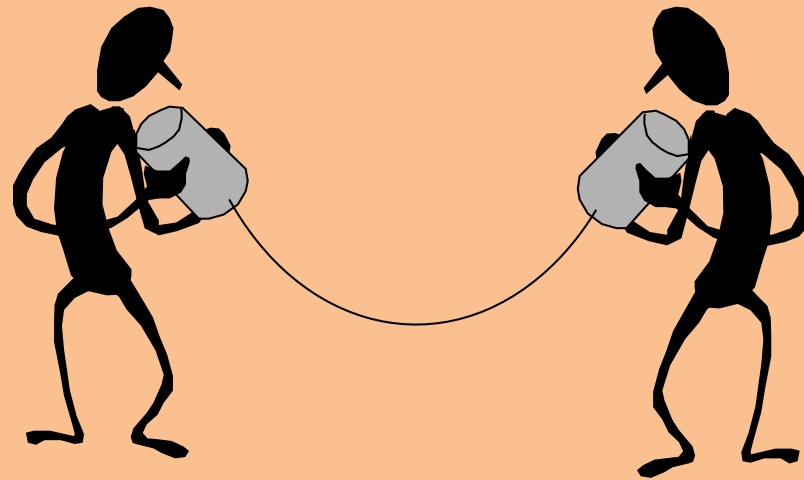
Fragen?

Input 3: Erziehungsaufgabe I: Empathisch kommunizieren

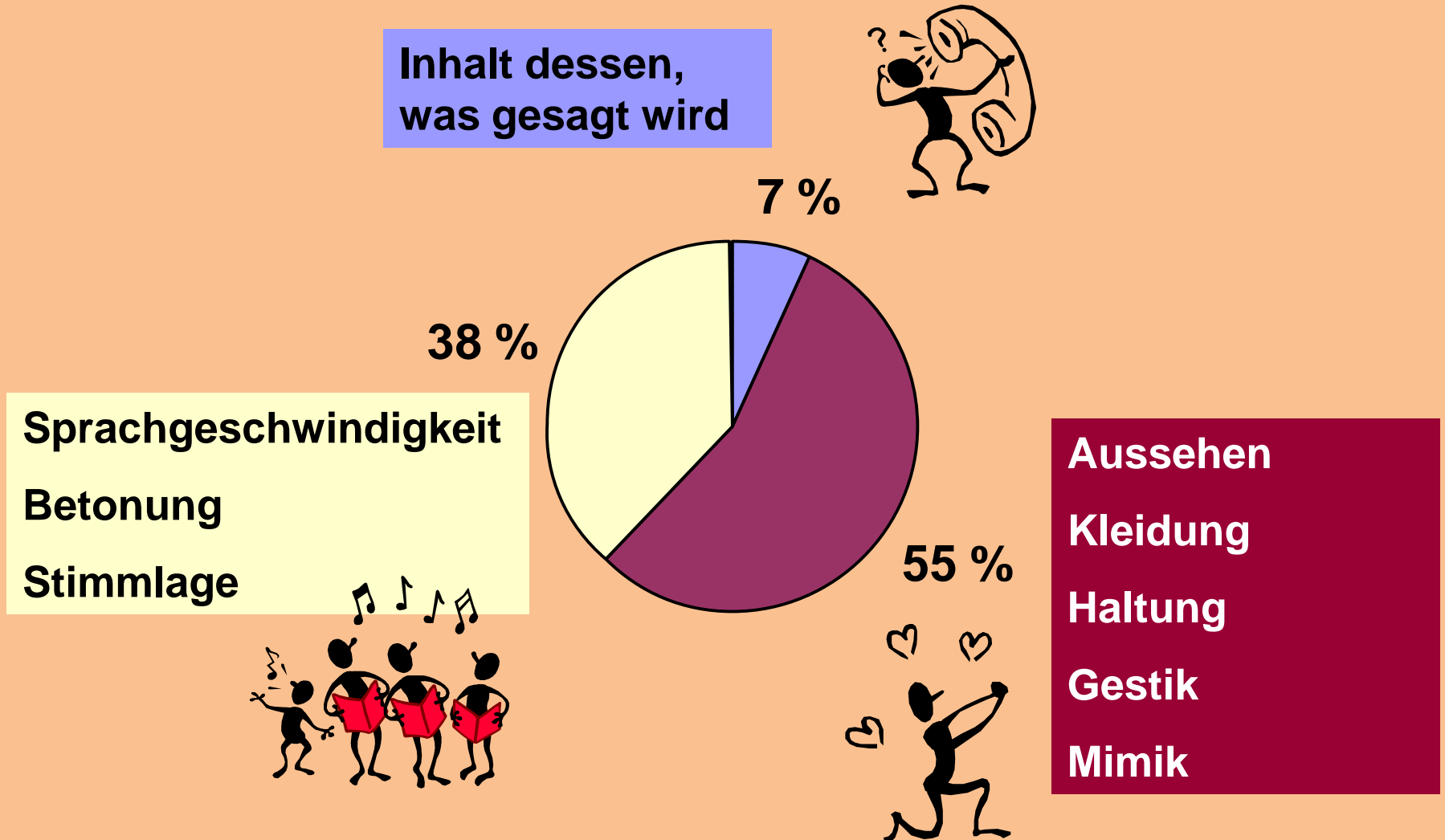
Empathie muss
erlernt werden!



Grundlagen der Kommunikation



Das Verhältnis zwischen Verbalem und Nonverbalem



Die vier Seiten einer Nachricht von Friedemann Schulz von Thun

„ Du, da vorne ist grün.“

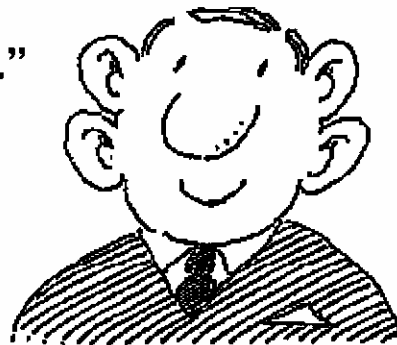
Sachinhalt

Worüber ich
informiere

Beziehung

Was ich von dir
halte und wie wir
zueinander stehen

„ Die Ampel ist grün.“



**„ Du brauchst meine
Hilfeleistung!“**

Selbstoffenbarung

Was ich von mir
selbst kundgebe

Appell

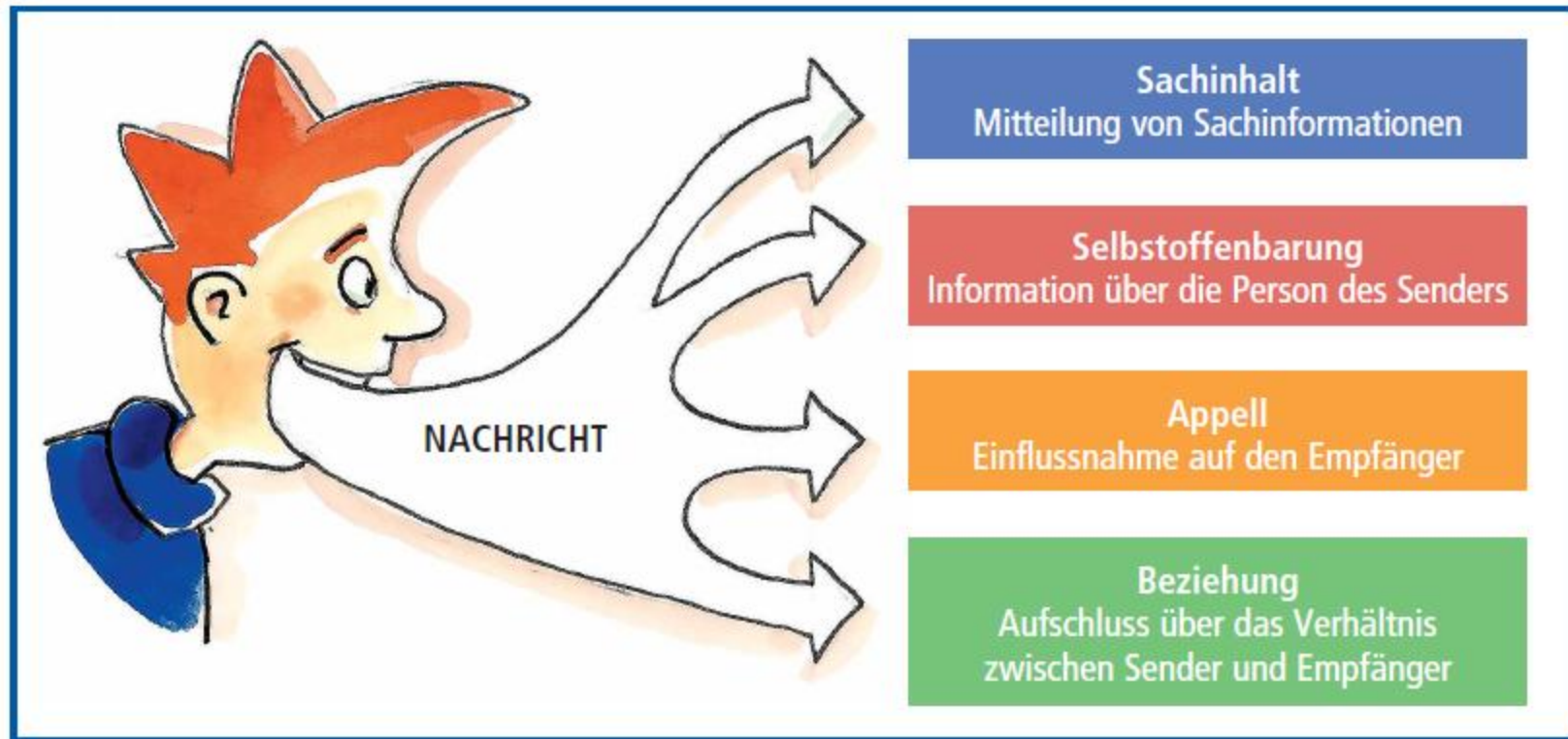
Wozu ich dich
veranlassen möchte

„ Ich habe es eilig!“

„ Gib Gas!“

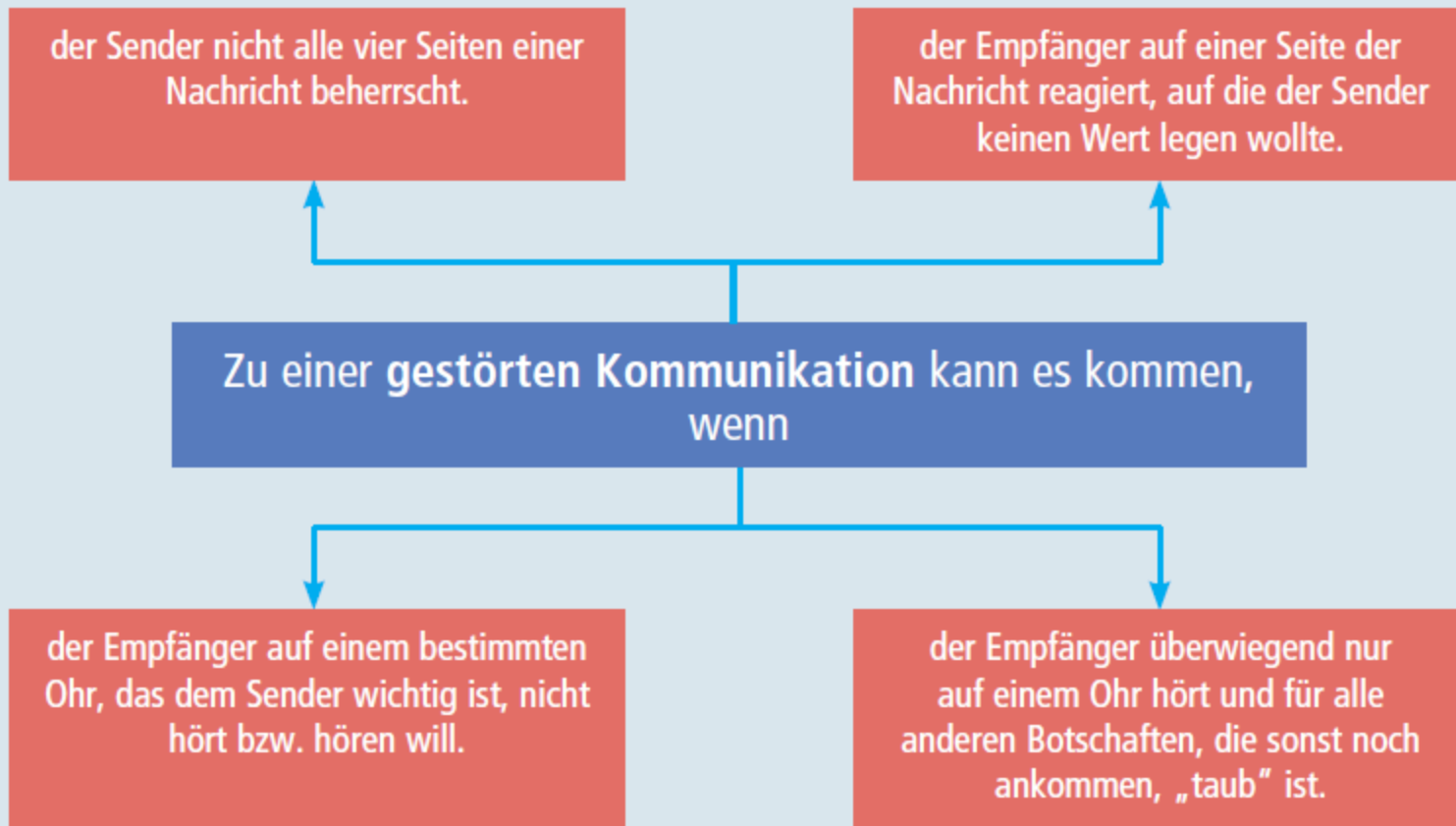
Warum wir uns so häufig missverstehen 1...

Die vier Seiten einer Nachricht nach *Friedemann Schulz von Thun*:



Warum wir uns so häufig missverstehen 2...

Störungen in der Kommunikation (nach Schulz von Thun):



Fazit

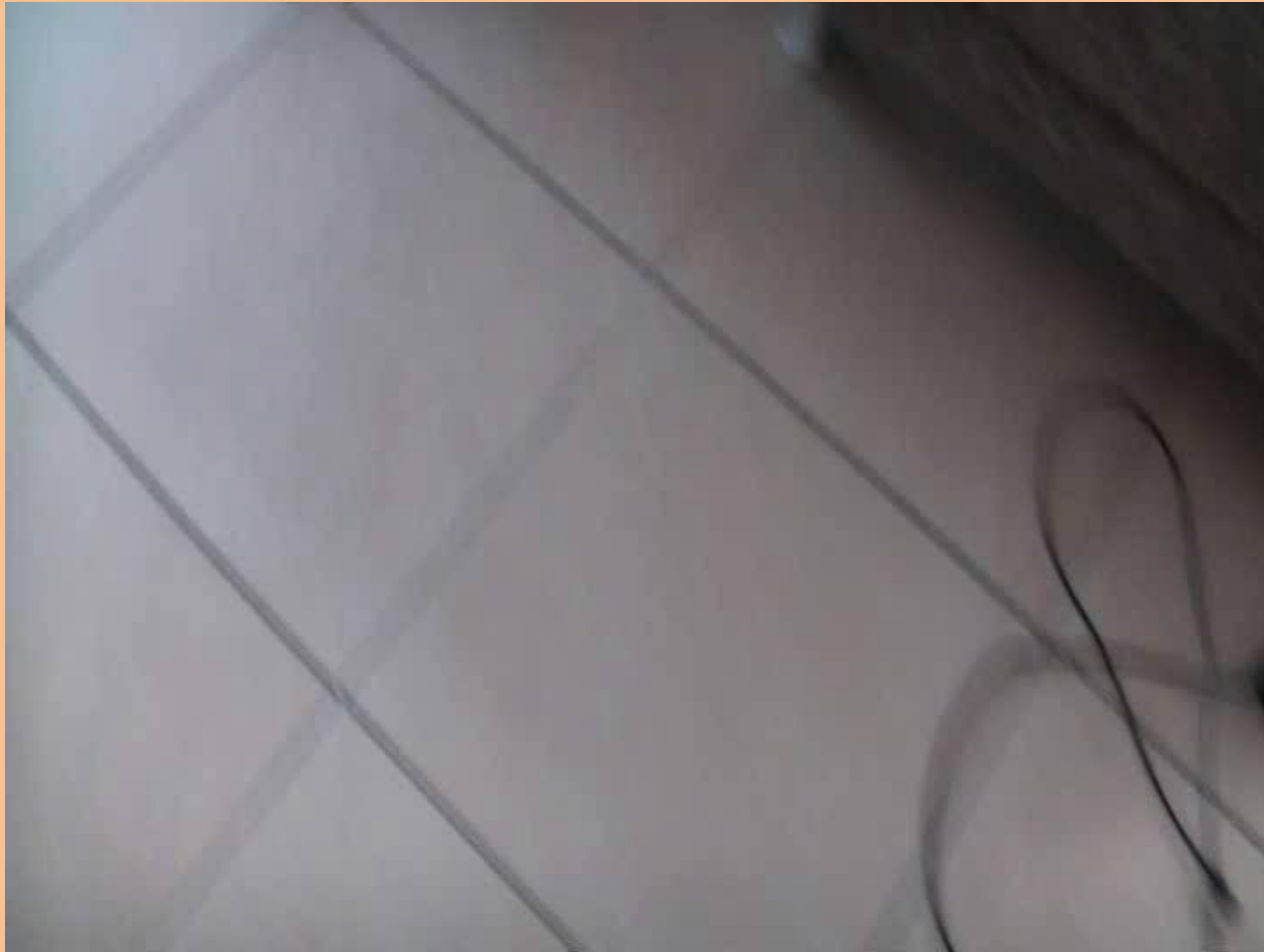
Kommunizieren Sie überwiegend in der „Erwachsenensprache“, nicht in der Babysprache

Kommunizieren Sie (meistens) authentisch (ohne Sarkasmus, ohne Ironie)

Verwenden Sie Ich-Botschaften, wenn Sie das Verhalten des Kindes kritisieren

- Merke: Auch der elterliche Kommunikationsstil wird vom Kind psychisch verinnerlicht und prägt später hinaus maßgeblich den eigenen Kommunikationsstil

Beispiel Erwachsenensprache



Grundlagen des Einfühlungsvermögens – Die Spiegelneuronen

Ohne Spiegelneuronen kein Mitleid,
keine emotionale Anteilnahme am
Anderen

Spiegelneuronen müssen mithilfe der
Bezugspersonen angeregt werden

Eine emotionale, empathische
Kommunikation ist dabei unabdingbar

- Merke: Unser Gehirn folgt in der Kindheit den Motto „Use it or lose it“; das gilt vor allem für die Spiegelneuronen

Beispiel 1 Spiegelhafte Kommunikation



Beispiel 2 Spiegelhafte Kommunikation



Beispiel 3 Spiegelhafte Kommunikation



Ende Input 3: Einmal durchatmen...



Fragen?

Input 4: Erziehungsaufgabe II: Die Selbstwirksamkeit des Kindes fördern



Selbstwirksamkeit

... ist ein wichtiger Bestandteil des Selbstkonzepts („Ich kann dies und das!“)

Selbstwirksamkeit wird in der Kindheit erlernt

Die naturgegebene kindliche Neugier motiviert zur Selbstwirksamkeit

- Merke: Je kompetenter das Kind wird, desto mehr Selbstkompetenzen hat es im ganzen Leben!

Beispiel 1 Selbstwirksamkeitssituationen



Beispiel 2 Selbstwirksamkeitssituationen



Beispiel: Achtung: Zu viel Selbstwirksamkeit

Benny: Kannst Du meine Schuhe zubinden?

Vater: (liest weiter Zeitung)

Benny: Papa, du musst mir die Schuhe zubinden.

Vater: Oh, ja, Moment, bitte.

Benny: PAAAPAAAA! BIND MIR MEINE SCHUHE ZU!

Vater: Wie oft habe ich dir schon gesagt, dass du nicht quengeln sollst? Also, welchen Schuh machen wir zuerst?

Fazit

Dem Heranwachsenden kindgerechte Aufgaben vorgeben und selbst(!) lösen lassen

Nie während einer Schaffenssituation stören!

Keine „Wenn – dann“ Prognosen stellen (etwa „Wenn du da jetzt hochkletterst, fällst du runter!“)

- Merke: Auch schmerzvolle Erfahrungen gehören zum Lernprozess!

Ende Input 4: Einmal durchatmen...



Fragen?

Input 5: Entwicklungsaufgabe III: Spiel und Bewegung fördern

