

## **AUFMERKSAMKEIT – ACHTSAMKEIT – ANERKENNUNG** WAS KINDER WIRKLICH BRAUCHEN

**XI. Kongress für Erziehung und Bildung am  
5./6. November 2010 an der Universität Göttingen**

### **Wie Kinder die Welt sehen**

Kinder werden als Entdecker geboren. Mit großen Augen blicken sie unmittelbar nach der Geburt in die Welt. Ein Kind spiegelt sich in den Augen der Eltern und sucht zu erkunden, ob es in dieser Welt willkommen ist. Durch diese frühen existenziellen Spiegelungsprozesse wird die Entwicklung der Persönlichkeit und die Ausbildung des kindlichen Gehirns angeregt – in prosozialer Weise, wenn diese Spiegelungen ermutigend wirken.

### **Aufmerksamkeit**

Viele Faktoren haben Einfluss auf das Wohlergehen und die Lernfreude eines Kindes. Eine sichere und positive emotionale Beziehung ist die Grundlage für gelingende Bildungsprozesse. Hirnforscher gehen sogar davon aus, dass die Qualität der Beziehung den Aufbau der neuronalen Schaltkreise prägt. Die so entstehenden Muster der neuronalen Verbindungen sind ein Spiegelbild der Gefühlsreaktionen der Bindungspersonen (Eltern, Erzieherinnen, Lehrkräfte). Daran wird deutlich, wie groß die Verantwortung von Erwachsenen für die Ausdifferenzierung des kindlichen Gehirns ist. Eine wichtige Voraussetzung für eine gelingende Entwicklung besteht darin, diesen interaktiven Prozessen eine größere Aufmerksamkeit zu schenken, als das bisher der Fall war. Mit einem aufmerksamen Blick können negative Entwicklungen erkannt und auch beeinflusst werden. Vernachlässigung, Beschämung, Kälte, Druck und Überforderungen aller Art, aber auch Verwöhnung und Unterforderung sind Formen und Folgen eingeschränkter Aufmerksamkeit. Diesen Erfahrungen können Kinder in der Familie, im Kindergarten oder der Schule ausgesetzt sein. Gerade kleine Kinder haben in der Regel noch keine Muster für eine konstruktive Bewältigung ausbilden können. Sie werden von diesen Erfahrungen überrollt und es besteht die Gefahr, dass ihr Stresssystem aktiviert wird. Damit wird eine gesunde Entwicklung ernsthaft gefährdet.

In der heutigen Zeit kommt außerdem das Phänomen der Reizvielfalt hinzu. Durch die Nutzung neuer Kommunikationsmedien sind mannigfaltige Informationen im Alltag gegenwärtig. Diese neuen Medien haben sich ihren Platz in vielen Familien, in KITAs und Schulen erobert. Es ist nicht nur zu fragen, in welcher Weise sie uns das Leben leichter machen, sondern auch, welche potenziellen Gefahren mit ihnen verbunden sind.

Kinder und Jugendliche verbringen heute viele Stunden im Internet und vor dem Fernseher. Die Besorgnis ist groß, dass diese Reizvielfalt Auswirkungen auf neuronale Informationsverarbeitungsprozesse hat und auch die Persönlichkeit verändert. Es könnte sein, dass Kinder und Jugendliche die Fragen nach dem, was wirklich wichtig für sie ist, nicht mehr in der erforderlichen Dringlichkeit stellen können. Wenn sie die Filter für das, was für ihre Entwicklung bedeutsam ist, nicht ausbilden konnten, dann sind sie einer von außen gesteuerten Informationsflut, auf die sie keinerlei Einfluss haben, schutzlos ausgeliefert. Die so entstehende Überaktivierung kann dazu führen, dass die wichtigste Steuerungsinstanz für ihr Selbst, die emotionale Achtsamkeit, zerstört wird. Vor diesem Hintergrund ist die Ausbildung zu einem verantwortlichen Umgang mit den modernen Medien zwingend. Lernen können wir von den Jugendlichen, die sich bereits selbständig und kreativ mit den neuen Medien auseinandergesetzt haben und diese auch auf konstruktive Weise anwenden. Diese Fähigkeiten gilt es zu nutzen und gemeinsam mit ihnen die Medienkompetenz zu erweitern.

Heute geht die Gefahr von einem Schulsystem aus, das von den Schülern und Schülerinnen die Aneignung von immer mehr Stoff in immer kürzerer Zeit verlangt. Dieses System raubt dann nicht nur die Aufmerksamkeit der Schüler, sondern auch die der Lehrer. Wenn Lehrkräfte nicht mehr die Kraft haben, aus ihren Überforderungssituationen auszusteigen und ihre Selbstreflexion, ihre Selbstwirksamkeit, ihre Beziehungsfähigkeit zu mobilisieren, dann werden sie kraftlos und öfter im weiteren Verlauf krank. Die Aufmerksamkeit für die eigenen Bedürfnisse und für die zwischenmenschlichen Beziehungen geht verloren.

### **Emotionale Achtsamkeit**

Kindergärten und Schulen sollten daher Orte sein, an denen sich Lehrende wie Lernende wohl fühlen. Angebote und Herausforderungen sollten zum Lernen, zur selbsttätigen Auseinandersetzung anregen. Dabei sollten Fehler erlaubt und Umwege möglich sein.

Achtsamkeit und gegenseitige Wertschätzung sollten das Verhalten aller Personen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, auszeichnen. Schule sollte ein Ort sein, in dem das Lernen ansteckend wirkt. Eine wohlwollende Resonanz auf die vielen Lernbemühungen sollte den schulischen Alltag kennzeichnen. So entsteht eine Atmosphäre spielerischer und mutiger Lern-Freude. Sie ist der stärkste Faktor, der eine grundlegende und andauernde Lernmotivation stützt. Freude am Lernen und eine hohe Lernmotivation stellen sich besonders dann ein, wenn Kinder ihre Lernprozesse vorwiegend selbst gestalten können. Nur freie Entscheidungen ebnen den Weg zur Autonomie. Das gilt von Geburt an und setzt sich durch die gesamte Kindheit und Jugend fort.

Daran scheint es in der heutigen Zeit zu mangeln. Eltern, Erzieherinnen und Lehrkräfte, die sich - aus welchen Gründen auch immer - in einer Überforderungssituation befinden, können nicht nur sich selbst, sondern auch das Kind aus dem Blick verlieren. Ein Kind muss sich aber, damit es sich gut entwickeln kann, in seiner individuellen Besonderheit wahrgenommen fühlen. Die dafür erforderliche Kompetenz beschreiben wir mit dem Begriff: emotionale Achtsamkeit.

Oft sind es die eigenen Überforderungen, die Eltern, Erzieherinnen und Lehrkräfte auf die Kinder übertragen. Das trifft besonders dann zu, wenn die Erwachsenen selbst nicht in der Lage sind, sich vor Überforderungen zu schützen, wenn ihnen die Achtsamkeit für die eigene Befindlichkeit verloren gegangen ist. Nun käme es verstärkt auf eine gelingende Selbstfürsorge an. Statt den Blick auf die Bedürfnisse des eigenen Selbst zu richten, suchen viele Jugendliche und Erwachsene Entlastungen im Gebrauch moderner Medien mit dem Wunsch „abzuschalten“ und merken nicht, wie sehr sie sich neuen Belastungen aussetzen. Wird die Nutzung moderner Medien für sie unkontrollierbar, dann kann es dazu führen, dass sie sich in den virtuellen Welten verlieren. Im schlimmsten Fall führt es zu einer unstillbaren Sucht, die Erwachsene und Kinder gleichermaßen treffen kann. Wenn Eltern, Erzieherinnen und Lehrkräfte den Blick für ihr Selbst und für das Kind verlieren, dann entsteht eine bedrohliche Situation. Ein Fehlentwicklungstrend deutet sich bereits an:

Im permanenten Beobachten und Dokumentieren, im Sammeln von Informationen, soll angeblich der Schlüssel liegen, mit dem die Entwicklung eines Kindes gemessen und positiv beeinflusst werden kann. Darin zeigt sich aber eher der Versuch durch Orientierung im

Äußeren die innere Orientierungsunsicherheit zu überwinden. Wenn das Wissen darüber verloren geht, was ein Kind seinem Wesen nach ist, dann helfen noch so viele Beobachtungen und Informationen nichts. Das Unvollständige ist es, was unser Menschsein ausmacht. Was wir am wenigsten brauchen ist die Besessenheit nach Überprüfung und Dokumentation. Die Unsicherheit darüber, was ein Kind braucht, liefert erst die Aufmerksamkeit dafür, was es wirklich braucht. Für die Gestaltung unseres Lebens und für gelingende Bildungsprozesse benötigen wir Kreativität, Geduld, manchmal Langsamkeit, Nachdenklichkeit, Reflexionsfähigkeit, Unabhängigkeit und gegenseitige Freundlichkeit – und auch die Fähigkeit zur Selbstabgrenzung, Selbstbeschränkung und Selbstdisziplin. Wenn wir diese Fähigkeiten aufgeben, besteht die Gefahr, dass wir uns nicht nur den unersättlichen Bürokratien kritiklos ausliefern, sondern auch den Ingenieuren von Computerprogrammen und den Verführungen der gesamten Konsumindustrie.

### **Anerkennung**

Unser Handeln findet seine Motive im Streben nach Autonomie, nach sozialer Anerkennung und dem Antrieb zur Wirksamkeit. Fehlende Anerkennung mindert die Selbstwirksamkeitsüberzeugung und ohne diese wird die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, stark eingeschränkt. Für Erzieherinnen geht es zum Beispiel darum, welche Anerkennung sie für ihre Arbeit von ihrem Arbeitgeber und der Öffentlichkeit erfahren. Dabei geht es um Wertschätzung ihrer sehr anstrengenden Arbeit. Das Maß der Anerkennung zeigt sich auch in der Entlohnung, die sie für ihre Arbeit erhalten.

Es geht auch um Anerkennung innerhalb eines Kolleginnen-Teams. Dabei geht es darum, ob die einzelnen Teammitglieder sich in ihrer Unterschiedlichkeit akzeptieren können. Lebensumstände und unterschiedliche Qualifikationen fordern einerseits Rücksichtnahme und Unterstützung, andererseits muss ein offenes Gespräch möglich sein, wenn es unterschiedliche Bewertungen vom Leistungsvermögen einzelner Gruppenmitglieder gibt.

Eine Kultur der Anerkennung zeichnet sich aus durch „Liebe“ in Gestalt von Zuwendung und respektvoller Distanz. Sie hat ihre rechtliche Grundlage in den Menschen- und Kinderrechten. In ihrem Kern geht es um „Solidarität“ in dem ernsthaften Bemühen um Fairness, sozialen Ausgleich und Inklusion. Das Bewusstsein, Teil einer solchen

Anerkennungskultur zu sein, stärkt das (Selbst-) Vertrauen der Kinder und Jugendlichen ebenso wie das der Erwachsenen in unsere soziale Gemeinschaft.

Ihre komplexen Aufgaben werden Erzieherinnen, Lehrerinnen und Lehrer vor allem dann erfüllen können, wenn sie im Team ihre Ideen entwickeln, Probleme benennen und gemeinsam nach Lösungen suchen. Wie ein roter Faden zieht sich bei einer Analyse erfolgreicher Schulmodelle die Erkenntnis, dass es neben den erforderlichen Rahmenbedingungen vor allem auf das Engagement und die Beziehungs- und Teamfähigkeit der handelnden Personen ankommt, die sehr wohl wissen, dass sie bei ihrer Suche nach Antworten auf aktuelle Fragen Kooperationspartner brauchen. Es kommt auf die Leistungsbereitschaft des Einzelnen ebenso an wie auf die Fähigkeit, in einem Team gemeinsame Ideen erfolgreich umzusetzen.

Dabei spielen gegenseitige Anerkennung, die Fähigkeit zu emotionaler Achtsamkeit und die Aufmerksamkeit für das, was wirklich wichtig ist, die alles entscheidende Rolle.

Göttingen, 08. Februar 2010

Dr. Karl Gebauer

Dipl. Päd. Ulrich Geisler

Prof. Bernd Fittkau

Prof. Hermann Veith