

## Beziehungskompetenz nach Joachim Bauer<sup>1</sup>

Anerkennung, Zugewandtheit und Vertrauen sind der neurobiologische Treibstoff der Motivationssysteme. Die wichtigsten Komponenten gelingender zwischenmenschlicher Beziehung sind:



© Grafik: M. Schweiger

### 1. Sehen und Gesehenwerden

Mit Hilfe des optischen Aufbereitungs- und Interpretationssystems STS<sup>2</sup> (sulcus temporalis superior) nimmt der Mensch ständig intuitiv wahr, in welcher Weise er als Person von den ihn umgebenden Menschen wahrgenommen wird. Kleinste Signale geben ihm Aufschluss darüber, ob ihm ein „Ansehen gewährt“ wird oder nicht. Die Sprache hat für diesen Sachverhalt beredete Ausdrücke: „Er hat sein Ansehen verloren“, „Sie steht in hohem Ansehen!“, „Man würdigt ihn keines Blickes“, „Sie hat mir einen wohlwollenden / verzeihenden / vernichtenden / strafenden / anerkennenden Blick zugeworfen“ usw. Nichtbeachtung bzw. Beschämung ist ein Beziehungs- und Motivationskiller ersten Ranges und Ausgangspunkt für aggressive Impulse, wohingegen man inzwischen weiß, dass schon ein positiver Blickkontakt die Motivationssysteme aktiviert (→ „Sie hat mir ein Lächeln geschenkt!“ Der Dopaminspiegel steigt messbar an). Schüler haben – aufgrund ihres noch großen Bedürfnisses nach Spiegelungsprozessen mit Erwachsenen – ein sehr sensibles Wahrnehmungsvermögen, ob sie den Erwachsenen „einen Blick wert“ sind oder ob sie kaum wahrgenommen werden. Im Schulalltag kann – bei entsprechender Bewusstheit über diesen Tatbestand – sehr viel Beziehungsförderndes geschehen; es braucht nur ein wenig Achtsamkeit und Übung. Kinder nehmen wahr, wie sie von Erwachsenen wahrgenommen werden, weil sie unbewusst eine Auskunft über sich selbst erwarten:

<sup>1</sup> Leicht verändert und mit Beispielen aus der Schule ergänzt nach: Joachim Bauer, Prinzip Menschlichkeit, Hamburg 2007<sup>5</sup>, S. 178 – 182 und S. 190 -197

<sup>2</sup> Erläuterung des STS in: J. Bauer, Warum ich fühle, was du fühlst, Heyne 2006, S. 51 - 56

- „Lass mich spüren, dass ich da bin!“
- „Zeig mir, durch die Art, wie du auf mich reagierst, wo ich gut bin und wo ich mich verbessern muss. Zeig mir, wer ich bin.“
- „Zeig mir, was ich werden kann, was meine Potentiale sind (was du mir zutraust). Die im Pädagogen durch ein Kind hervorgerufene Resonanz ist „self fulfilling prophecy“.
- Der Erziehungsprozess (die „Beziehung“) besteht in dem, was wir in Kindern wahrnehmen und in dem, was wir zurückgeben – wie soll das passieren bei 30 Kindern in der Klasse?

Ein Lehrer, der für seine Schüler wohlwollende Blicke hat, ermutigt sie dadurch, sich zu zeigen. Allerdings müssen Schüler auch lernen, sich anschauen zu lassen. Wer sich immer versteckt, wird auch nicht wahrgenommen. Wenn Lehrer mit ihren Schülern einüben, sich zu zeigen, wirkt dies ebenfalls Beziehung stiftend.

## **2. Gemeinsame Aufmerksamkeit**

Sich dem zuzuwenden, wofür sich eine andere Person interessiert, ist die einfachste Form der Anteilnahme und hat ein erhebliches Potential, Verbindung herzustellen. Solange Schüler das Gefühl haben, dass sie sich ausschließlich für das interessieren müssen, was ihnen die Lehrer vorgeben, ergibt sich daraus nicht das Gefühl einer *gemeinsamen* Aufmerksamkeit. Zeigt ein Lehrer gar kein Interesse an dem, was seine Schüler bewegt, wird dies als Geringschätzung erlebt. Auch wenn nicht konzentriert zugehört wird, wenn sich ein Schüler seinem Lehrer mitteilen will, wirkt das dämpfend auf die Motivation, sich weiter für die Beziehung (zum Lehrer) zu engagieren: der Schüler zieht sich emotional und oft mit einem beschädigten Selbstwertgefühl zurück.

## **3. Emotionale Resonanz**

Gemeint ist die Fähigkeit, sich zu einem gewissen Grade auf die Stimmung eines anderen einzuschwingen oder andere mit der eigenen Stimmung anzustecken. Wem diese Fähigkeit nicht von Natur aus geschenkt ist, kann durch etwas innere Achtsamkeit zumindest verhindern, dass durch *Nichtbeachtung* dieses Elements in Beziehungen Schaden entsteht. Einem Schüler, der gerade vom Tod seines Haustieres berichtet, unvermittelt und in trockenem Ton zu sagen, dass wir schließlich alle einmal sterben müssen, wäre ein Beispiel fehlender Resonanz. Wenn ein Kind seiner Lehrerin von seinen Ängsten erzählt, sollte die Lehrerin das Kind nicht freundlich lächelnd anstrahlen. Weil strahlendes Lächeln nicht zum Gefühl der Angst passt, wird das Kind das Lächeln so deuten, dass die Lehrerin für sein Gefühl kein Verständnis hat. Mitfühlende Betroffenheit, die sich in einer stimmigen Mimik und Gestik zum Ausdruck bringt, ohne allerdings ganz im Mitleid aufzugehen, wäre hier ein Zeichen gelungener emotionaler Resonanz. Wer eine traurige Geschichte lachend erzählt, verliert bei den Zuhörern Sympathie, wie entsprechende Untersuchungen gezeigt haben. Eine besondere Form sozialer Resonanz ist das gemeinsame Lachen. Dean Mobbs und Allan Reiss aus Stanford konnten zeigen, dass Witze, Humor und das damit verbundene Lachen an eine Reaktion des Kernstücks der Dopamin-Achse gekoppelt ist. Die Dopamin-Achse erhält von den Emotionszentren des Gehirns Informationen darüber, ob in der Außenwelt Objekte vorhanden sind, für die es sich lohnt, aktiv zu werden. Alles, was zwischenmenschliche Resonanz und soziale Verbundenheit erzeugt, scheint für die Bildung dieses Glücksbotsstoffes gut zu sein: Selbst das gemeinsame Singen, aber eben auch gemeinsames Lachen stimuliert die Oxytozin-Produktion. Menschen, mit denen wir gute Erfahrungen machen, aktivieren unsere Motivationssysteme. Sie rufen Sehnsucht nach mehr hervor: Die stärkste und beste Droge für den Menschen ist der Mensch.

#### **4. Gemeinsames Handeln**

Etwas ganz konkret miteinander zu machen, ist ein meist völlig unterschätzter, tatsächlich aber in hohem Maße Beziehung stiftender Aspekt. Jeder Lehrer, der mit seiner Klasse einmal eine Klassenaktion, eine Fahrradtour oder einen Landschulheimaufenthalt durchgeführt hat, weiß dies. Trotzdem werden solche Aktionen oft als pädagogischer Luxus angesehen oder zum plumpen Erziehungsmittel degradiert. Erziehung braucht – dies wird an diesem Punkt sehr deutlich – ein großes Engagement. Bequemlichkeit verträgt sich mit guter Beziehungsgestaltung grundsätzlich schlecht. Erfahrene Kollegen, die sich dieser wichtigen Beziehung stiftenden Komponente bewusst sind und dementsprechend arbeiten, sagen: „Pro Schuljahr sollten drei bis vier Klassenaktionen durchgeführt werden.“ Kleinere Formen gemeinsamen Handelns sind Gruppenspiele, bei denen der Lehrer mitmacht. Wenn die Schüler ihren Lehrer bei solchen Aktivitäten erleben, wird dies auch ihre Bereitschaft steigern, die schulische Lernarbeit als gemeinsame Aufgabe zu sehen, was sich unmittelbar positiv auf die Beziehung auswirkt.

#### **5. Grundsätzliche Kooperationsbereitschaft und das angeborene Bedürfnis nach Fairness**

In verschiedenen intelligenten Simulationsexperimenten fand man heraus, dass der Mensch prinzipiell auf Kooperation und Fairness angelegt ist, allerdings mit einer interessanten Einschränkung: Kooperation ist nur dann eine optimale Strategie, wenn der Mensch im Falle einer Nichtkooperation des Partners, Gleiches mit Gleichem zu vergelten bereit ist. Dieses „Zurückzahlen“ steht allerdings ganz im Dienst des Grundbedürfnisses nach Beziehung und Bindung und ist diesem unter- bzw. nachgeordnet. Demnach lautet die universale Erfolgsstrategie für gelingende Beziehungen so:

1. Sei freundlich (sei primär und als Erster bereit zu kooperieren).
2. „Schlage“ bei Unfreundlichkeit „zurück“ (reagiere auf den Versuch, dich zu übervorteilen bzw. auszunutzen)<sup>3</sup>.
3. Sei nicht nachtragend (versuche es, nachdem du „zurückgeschlagen“ hast, erneut mit Kooperation). Wie wichtig dieses Grundprinzip für die Lehrer ist, kann ermessen, wer sich klar macht, dass gerade im Umbruch befindliche Jugendliche Partner brauchen, die jugendliche Suchbewegungen nicht als persönliche Provokation empfinden, sondern verstehen, dass der Heranwachsende verlässliche Partner braucht, die ihm durch ihr Verhalten spiegeln, welches Wege und welches die Irrwege sind. Da diese Begleitung dem Lehrer enorm viel Kraft abverlangt, muss der Lehrer auch für seine physische und psychische Gesunderhaltung sensibilisiert werden. Andererseits trägt eine gut entwickelte Beziehungskompetenz bereits dazu bei, den Stress, der aus belasteten Beziehungen erwächst, zu vermindern oder gar nicht erst aufkommen zu lassen.

Unser Gehirn scheint so zu funktionieren, dass es nichtkooperative Fairness nicht nur verachtet, es möchte sie sogar bestraft sehen. Es wäre interessant zu untersuchen, wie viele Lehrer durch ungeschickte Beziehungsgestaltung unbewusst und ohne es zu wollen, bei ihren Schülern – genauso unbewusst – das Bedürfnis auslösen, den Lehrer für seine als unfair empfundene Beziehungsgestaltung zu bestrafen. Dies ist

---

<sup>3</sup> „Zurückschlagen“ heißt für uns Pädagogen: Grenzen ziehen und einfordern. Dies muss so gestaltet sein, dass es weder mit Kränkungen noch mit Beschämungen verbunden ist. Pädagogische Grenzziehungen sind auch keine Rache- sondern bewusst gestaltete Erziehungsakte, die auf dem Boden eines grundsätzlichen Wohlwollens dem Kind und Jugendlichen gegenüber zu vollziehen sind.

sicher ein im Dunkeln sprudelnder Quelltopf für alle möglichen Schwierigkeiten, die Schüler ihren Lehrern machen.

## 6. Das Verstehen von Motiven und Absichten

Dieser Punkt ist die „Königsklasse“ der Beziehungskunst und gelingt nur, wenn auch die anderen fünf Komponenten eingelöst sind. Motive, Absichten oder Abneigungen richtig zu erkennen und anzusprechen, ist entscheidende Voraussetzung dafür, bei anderen Potentiale zu entfalten. Um jemanden zu verstehen, bedarf es nicht nur einer guten Beobachtungsgabe und intuitiver Fähigkeiten, sondern vor allem auch des Gesprächs. Wo Beziehungen zwischen Lehrern und Schülern schwierig sind und man den Rat gibt, doch einmal miteinander zu sprechen, hört man von Schülern oft den von einem resignierten Achselzucken begleiteten Stoßseufzer: „Mit ihm oder ihr kann man gar nicht reden!“ Alltägliche Hetze, eine Überfülle von (auch organisatorischen) Aufgaben lassen oft keinen Raum für diese so wichtige Komponente der Beziehungsgestaltung.

Eine verständliche Sparmaßnahme unseres Gehirns ist, dass es sich immer wieder neues Verstehen erspart und stattdessen anderen Menschen Motive und Absichten nach einem *Schema* unterstellt. Das Ergebnis im Hinblick auf *aktuelle* Beziehungen ist dann nicht selten verheerend. Diese Gefahr ist besonders für Lehrer groß, weil sie Jahr für Jahr mit immer ähnlichen Problemen aber doch jedes Mal wieder mit „neuen“ Menschen zu tun haben.

Für alle sechs Komponenten gilt: Wechselseitigkeit bzw. Komplementarität sind unverzichtbar. Jede Beziehung sollte ein zweiseitiger Weg sein. Die „Gegenspur“ im Auge zu behalten heißt, den anderen zu sehen, ihm dies auch zu zeigen, ein Stück weit seine Befindlichkeit zu erkennen und sich auf ihn einzulassen. Auf der eigenen Spur des Weges sollte sich aber – dies ist durchaus nicht immer der Fall! – ebenfalls jemand befinden: man selbst. Auch man selbst sollte darauf achten, gesehen, d.h. als Person erkannt zu werden.

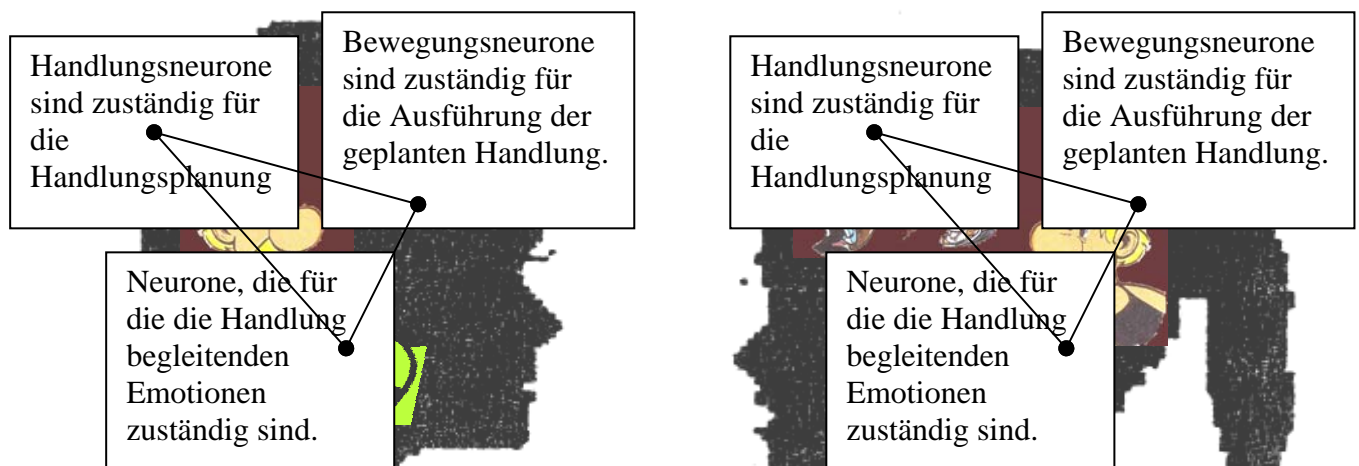
**Zur Person:** Joachim Bauer, 56, ist als Universitätsprofessor und Oberarzt an der Abteilung Psychosomatische Medizin der Uni-klinik Freiburg tätig. Bauer hat über viele Jahre als Neurobiologe geforscht. Er ist Facharzt für Innere Medizin, Psychiater und Psychotherapeut. Seine Spezialgebiete sind depressive Erkrankungen, psychosomatische Erkrankungen und das Burnout-Syndrom. Bauer führt seit mehreren Jahren Schulprojekte durch, die von der Bundesregierung (Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin) sowie von der Max-Traeger-Stiftung gefördert werden. Für seine neurobiologischen Forschungen erhielt er 1996 den renommierten Organon-Preis der Deutschen Gesellschaft für Biologische Psychiatrie.

Literatur von Joachim Bauer zum Vertiefen und Erweitern der Thematik:

Warum ich fühle, was du fühlst, Heyne Taschenbuch 2006,  
Lob der Schule, Hoffmann und Campe 2007  
Prinzip Menschlichkeit, Heyne Taschenbuch 2008

## Das System der Spiegelneurone

### Was Spiegelneurone leisten



**Die Beobachtung einer Handlung lässt im Gehirn des Beobachters genau jene Neuronen feuern, die auch feuern würden, wenn er diese Handlung selbst ausführen würde. Außerdem werden auch jene Neuronen aktiv, die zuständig sind für das die Handlung begleitende Körperempfinden. Diese Nervenzellnetze nennt man Spiegelneuronen**

Das System der Spiegelnervenzellen stellt ein überindividuelles neuronales Format dar, durch das **ein gemeinsamer zwischenmenschlicher Bedeutungsraum** erzeugt wird.

Das System der Spiegelneuronen ist die neurobiologische Grundlage der menschlichen Beziehungen.

- Mit Hilfe der Spiegelneuronen organisiert das Individuum Handlungen und codiert es Emotionen.
- Spiegelneuronen sind Nervenzellen, die dann aktiv werden, wenn (via Wahrnehmung – auch der fünf Sinne) miterlebt wird, wie ein anderes Individuum handelt, empfindet oder fühlt.
- Mit Hilfe von Spiegelneuronen werden emotionale Zustände übertragen.
- Mit Hilfe der Spiegelneurone sind wir in der Lage intuitiv etwas über das Befinden oder die Motive anderer zu erfahren.
- Spiegelneurone sind die Grundlage für „emotionale Ansteckung“ (emotional contagion)

→ Dieser Vorgang ist ein präreflexives Geschehen, das durch empathisches Training weiterentwickelt werden muss.

→ Die Spiegelneurone im Kind werden aktiviert durch die Art und Weise, wie der Lehrer mit ihm interagiert (Vorbild).

Kinder nehmen wahr, wie sie von Erwachsenen wahrgenommen werden, weil sie unbewusst eine Auskunft über sich selbst erwarten.

Die Aktivierung der Spiegelneurone kann uns faktisch verändern. Die gute (oder schlechte) Laune eines Mitmenschen kann zu unserer eigenen werden. Freude, Schmerz, Angst, Ekel eines anderen kann in uns selbst diese Gefühle erzeugen.

Ohne das Spiegelzellensystem gäbe es kein intuitives Verstehen, keine Empathie, keine „Übertragung“ von Gefühlen und keine Ahnungen, wie sich Menschen in naher Zukunft vermutlich verhalten werden.

Der Vorgang der Spiegelung passiert simultan, unwillkürlich und ohne jedes Nachdenken!

Die Aufgabe des optischen Aufbereitungs- und Interpretationssystems (**STS = Sulcus temporalis superior**) besteht in nichts anderem, als die Bewegungen von gesehenen Lebewesen zu interpretieren: Körperbewegungen, Gesichtsausdruck, Mundbewegungen, **Blickbewegungen**

Das spontane Einschwenken auf einen gemeinsamen Aufmerksamkeitsfokus ist ein ständiges, fast unwiderstehliches Alltagsphänomen hinter dem das STS steckt, fachsprachlich: Joint attention

Eine besondere Variante der „joint attention“ ist die direkte Begegnung im Blick, die unmittelbarste Form, mit der sich Menschen anzeigen, dass sie dem anderen eine Bedeutung geben und dadurch mit ihm in innerem Kontakt stehen.

#### Was Spiegelneurone leisten

Sobald ein anderer Mensch in unsere Wahrnehmung tritt, spielt er in unserem Gehirn auf der Klaviatur unserer Spiegelneuronen.



#### Literaturempfehlung:

Joachim Bauer, Warum ich fühle, was du fühlst, Heyne- Verlag, Hamburg 2006

Joachim Bauer, Lob der Schule, Hoffmann und Campe, Hamburg 2007

## **Einige Anmerkungen zur Bedeutung körpersprachlicher Signale für die zwischenmenschliche Kommunikation**

Schon Friedrich Schiller schrieb in seiner medizinischen Dissertation über den Zusammenhang von Körper und Geist Folgendes:

*"Durch eben diesen Nervenzusammenhang, welcher, wie wir hören, bei der Mitteilung der Empfindungen zu Grund liegt, werden die geheimsten Rührungen der Seele auf der Außenseite des Körpers geoffenbart und die Leidenschaft dringt selbst durch den Schleier des Heuchlers." <sup>4</sup>*

Was Schiller hier formuliert, ist nichts anderes als die alte Erkenntnis, dass es fast unmöglich ist, körpersprachlich zu lügen.

**Wir sind neurobiologisch darauf geeicht, körpersprachliche Signale ernster zu nehmen als verbale.**

Heute wissen wir, dass jeder Mensch neurobiologisch darauf "geeicht" ist, intuitiv und unbewusst die körpersprachlichen Signale seiner Mitmenschen wahrzunehmen und zu entschlüsseln. Diese Wahrnehmung erfährt eine präreflexive Bewertung, aus der man dann seine Schlüsse zieht, wie der andere seine Beziehung zu einem selbst definiert und ob das für einen selbst eine Gefahr (Ärger, Stress) oder ein Vergnügen in Aussicht stellt. Das wiederum steht in einem stetigen Rückkopplungsprozess zu meiner eigenen Beziehungsdefinition und zu meinem Verhalten, das ich an den Tag lege, woraus der andere wiederum seine Schlüsse zieht usw.

**Das „echte“ und das „falsche“ Lächeln**

In neuen Forschungen hat man herausgefunden, woran man intuitiv und unterbewusst ein falsches von einem herzlich gemeinten Lächeln unterscheiden kann:

"Ein falsches Lächeln - zu dem man sich aus gesellschaftlichen Gründen zwingt - stimuliert lediglich die Jochbeinmuskeln im Gesicht, die, wenn man die Lippen schürzt, die Zähne entblößen. Im Gegensatz dazu mobilisiert ein "echtes" Lächeln zusätzlich die Muskeln um die Augen herum. Diese lassen sich nicht willentlich, mittels des kognitiven Gehirns, zusammenziehen. Der Befehl dazu muss aus dem primitiven, tief liegenden limbischen System kommen. Deshalb lügen Augen nie: Die Kräuselung um sie herum zeigt, ob ein Lächeln echt oder falsch ist. An einem herzlichen, einem echten Lächeln merken wir intuitiv, ob unser Gesprächspartner sich genau in diesem Augenblick in einem Zustand der Harmonie zwischen dem, was er denkt, und dem, was er fühlt, zwischen Kognition und Emotion befindet." <sup>5</sup>

<sup>4</sup> Engelmann/Kaiser, Möglichst Schiller - Ein Lesebuch, Reihe Hanser bei dtv

<sup>5</sup> David Servan-Schreiber, Die neue Medizin der Emotionen, Goldmann 2006, S. 46

### **Das „Liebeslaboratorium“ in Seattle**

"An der Universität Seattle gibt es ein Love Lab, wo sich Ehepaare von Prof. Gottman emotional unter die Lupe nehmen lassen können. Prof. Gottman kann aus der exakten Video-Analyse eines Streits zwischen einem Ehepaar mit einer Wahrscheinlichkeit von über 90 % vorhersagen, ob die Ehe halten wird oder in den nächsten Jahren mit einer Scheidung zu rechnen ist. Bei den Ehepaaren im Love Lab genügt ein Wort zuviel, ein verächtliches Zucken um den Mundwinkel, das einem nicht ganz aufmerksamen Beobachter kaum auffällt - und schon stieg der Blutdruck. Eine wohl platzierte Spitze, gewürzt mit einer Spur Verachtung und der Herzschlag des Adressaten schnellte auf über 110 Schläge pro Minute hoch." <sup>6</sup>

### **Die Stimme – ein hochrelevanter Kommunikationskanal - signalisiert in Kombination mit Gestik und Mimik wie der Lehrer - oft unbewusst - die Beziehung zu seinen Schülern definiert.**

Ein weiterer, für die zwischenmenschliche Kommunikation hochrelevanter, nonverbaler Bedeutungsträger ist die Stimme. Schon kleinste Signale geben darüber Auskunft, wie sich der Sprecher gerade fühlt, wie er die Beziehung zum Gesprächspartner definiert und was er ihm – oft genug unter- oder unbewusst – mitteilen will. Ein Seufzer zwischen den Sätzen, eine mit leicht weinerlichem Unterton vorgetragene Mitteilung appelliert an den Zuhörer eventuell: „Hab Mitleid mit mir – ich hab´s grade so schwer!“ Eine leise Stimme, kraftlos und ohne Spannkraft, könnte die Botschaft enthalten: „Ich kann nicht mehr!“ Eine leise Stimme, gekoppelt mit einer angespannten, kontrollierten Mimik könnte auf eine innere Spannung hindeuten, vielleicht eine Aggressivität, die bewusst zurückgehalten wird.

Der allseits bekannte „Unterton“ in der Stimme ist fast noch eindeutiger zu entschlüsseln als der viel sagende Blick. Genau wie mit bestimmten Blickverhalten gekoppelte Gesichtsausdrücke, können auch mit Hilfe zahlreicher Stimmvariationen eine breite Palette von Gefühlen kommuniziert werden, die zumeist Beziehung definierende Funktion haben oder auf der Ebene der Selbstmitteilung liegen.

### **Wer im Konfliktfall immer den Deckel der Sachlichkeit auf die Schlangengrube der Gefühle presst, verliert an Glaubwürdigkeit**

Schüler, die ja in einem besonderen Abhängigkeitsverhältnis zu ihren Lehrern stehen, haben einen äußerst feinen „Radar“ für die Entschlüsselung der unausgesprochenen Mitteilungen, die allein in der Lehrerstimme liegen. Ein nicht verbal geäußertes Ärger, eine Enttäuschung, eine Irritation zeigen sich oft im Tonfall, gekoppelt mit einem bestimmten Blickverhalten. Die hinter Worten verborgenen wahren Gefühle erkennen die Schüler oft mit schlafwandlerischer Sicherheit. Sie erfahren daraus mehr über die wahre Einstellung ihrer Lehrer ihnen gegenüber, als aus den rational gesteuerten verbalen Verlautbarungen. Der Lehrer, der sich im Konfliktfall nur auf das bezieht, was er in Worten gesagt hat, verliert an Glaubwürdigkeit. Die Schüler entschlüsseln die nonverbalen Signale zielsicher und leiten daraus ab, wie es um die Beziehung bestellt ist, und sie wissen, dass sie Recht haben.

### **Es sind die Feinheiten, auf die es ankommt**

Es sind also die winzigen körpersprachlichen Feinheiten, für die wir uns sensibilisieren müssen, um hinter die groben Worte blicken zu können, so dass wir immer besser erkennen, wie das Gesagte eigentlich gemeint war.

---

<sup>6</sup> Ders. ebenda S. 220f



## Neueste Erkenntnisse der Motivationsforschung

Früher unterschied die Motivationsforschung zwischen motivationalen Anreizen, die von außen auf das Individuum (extrinsisch) einwirken und solchen, die von ihm selber, also von innen (intrinsisch), kommen. Diese relativ formale Unterscheidung wird jedoch den komplexen grundlegenden Gegebenheiten, die die Forschung in den letzten Jahren ans Tageslicht gefördert hat, nicht gerecht.

Seit mit Hilfe der modernen Hirnforschung (seit ca. 1990) tief in die neuronale Struktur und Funktionsweise des Hirns Einblick genommen werden kann, ergaben sich ganz neue Erkenntnisse. Spitzer betont in seinem Buch „LERNEN“<sup>7</sup> (2002), dass der Mensch von Natur aus immer motiviert sei. Einen Menschen motivieren zu wollen sei ungefähr dasselbe, wie wenn man jemanden Hunger beibringen wolle, so Spitzer. „Die Frage lautet nicht: Wie kann ich jemanden motivieren? Es stellt sich vielmehr die Frage, warum viele Menschen so häufig demotiviert sind.“ Was, so müsse man sich fragen, bringt die angeborenen, äußerst effizienten Motivationssysteme des Hirns in Gang, was dämpft sie oder bringt sie gar „zum Absturz“?

Joachim Bauer legt in seinem Buch, Prinzip Menschlichkeit“<sup>8</sup> eindrücklich dar, dass jede Art von Motivation (auch die so genannte intrinsische) auf gelingenden Beziehungen beruht und somit auf diese angewiesen ist. „Jede Form von zwischenmenschlicher Resonanz und erlebter Gemeinschaft scheint die Motivationssysteme zu erfreuen.“<sup>9</sup>

### **Alles, was der Lehrer an Motivationshilfen auf der methodischen Ebene arrangieren kann, ist dieser grundlegenden Gesetzmäßigkeit nachgeordnet.**

Ist die Beziehung zwischen Lehrer und Schülern intakt, lassen sich die Schüler durch einen gelungenen Einstieg ins Thema, durch angemessene Problemstellungen, durch ein lernfreundliches Vorgehen (z.B. durch die Berücksichtigung der Gedächtnissysteme<sup>10</sup>), ansprechend gestaltetes Übungsmaterial, durch ein breites Spektrum anregender Arbeitsmethoden (z.B. die WELL-Methoden von Prof. Wahl, Weingarten), durch die Möglichkeit, sich als selbstwirksam zu erleben, mehr oder weniger willig auf die von ihnen geforderte Arbeit ein, während sie sich der Arbeit entziehen oder Widerstand leisten, wenn die Beziehung zum Lehrer belastet oder gar abgerissen ist. Hierzu noch einmal Joachim Bauer: „Es gibt letztlich keine Motivation ohne Beziehung. Die intrinsische Motivation kommt aus Beziehungen zu Menschen!“<sup>11</sup>

Abraham Maslows<sup>12</sup> „Bedürfnispyramide“ stellt das Bedürfnis nach sozialer Zuwendung und Akzeptanz auf Stufe 3 (nach Stufe 1: Körperliche Grundbedürfnisse und Stufe 2: Materielle Sicherheitsbedürfnisse). Entsprechend den neuen Erkenntnissen, wie sie von J. Bauer referiert werden, sind jedoch physiologische Grundbedürfnisse **und** sozio-psychologische Grundbedürfnisse gleichrangig zu bewerten. So weiß jeder moderne Lehrer, dass Kinder trotz bester materieller Versorgung nicht lernfähig und lernbereit sind, wenn ihre sozio-psychologischen Grundbedürfnisse nicht ebenfalls befriedigt werden. Die physiologische Versorgung ist eine notwendige, aber keine hinreichende Bedingung für erfolgreiches Lernen. Auf der anderen Seite gibt es viele Beispiele dafür, dass gelingende zwischenmenschliche Beziehungen bis zu einem gewissen Grad die Vernachlässigung auf der physiologischen Ebene kompensieren können.<sup>13</sup>

---

<sup>7</sup> Manfred Spitzer, Lernen, Heidelberg/Berlin 2002, S. 192f

<sup>8</sup> Joachim Bauer, Prinzip Menschlichkeit, Hamburg 2007<sup>5</sup>

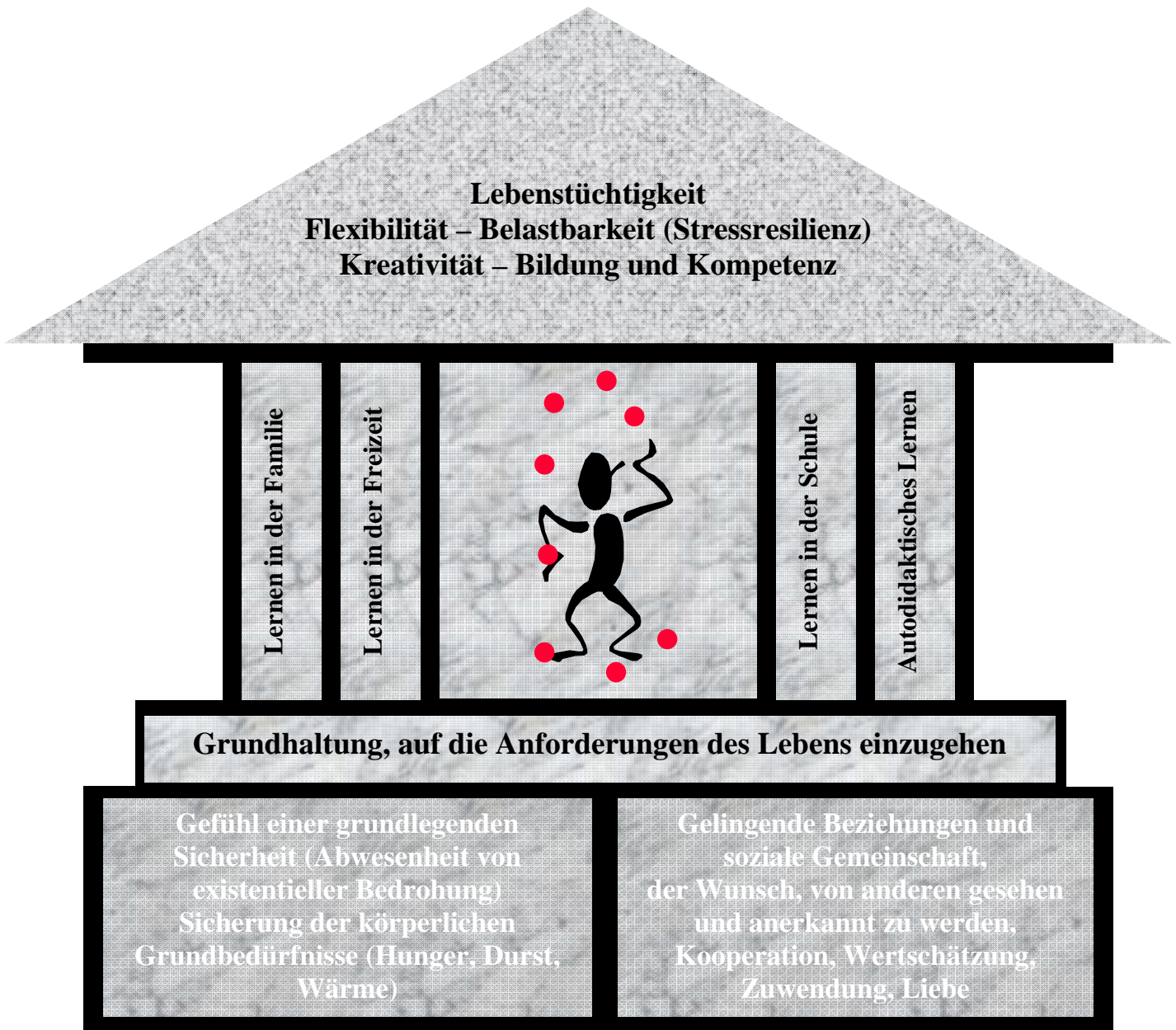
<sup>9</sup> Ders. ebenda S. 42

<sup>10</sup> Hans Markowitsch unterscheidet in seinem Buch *Dem Gedächtnis auf der Spur*, Darmstadt 2002, vier Gedächtnissysteme: Das Wissensgedächtnis, das episodische Gedächtnis, das prozedurale Gedächtnis und das Priming Gedächtnis.

<sup>11</sup> Joachim Bauer, Vortrag beim BELZ-Forum „Lernen lernen“ in Bad Wörishofen am 12. April 2008

<sup>12</sup> Abraham Maslow, US-amerikanischer Psychologe (1908 – 1970)

<sup>13</sup> Wie wichtig die zwischenmenschliche Zuwendung ist, zeigt der tragische Versuch des mittelalterlichen Stauferkaisers Friedrich, Kinder nach der Geburt ohne Ansprache zu lassen und ihnen außer der physiologischen Grundversorgung nichts zu gewähren. Er wollte herausfinden, welches die "Ur"-sprache des Menschen ist. Die Kleinen starben alle!



© M.S.

Nur wenn die beiden grundlegenden Bedürfnisse einigermaßen gesichert sind, ergibt sich daraus eine Grundhaltung, mit deren Hilfe das Individuum angemessen auf die Anforderungen des Lebens eingehen kann. Dieses Fundament ist für alle Lernprozesse von zentraler Bedeutung.

**Den Zusammenhang von Motivation und Aggression** stellt J. Bauer wie folgt dar: „Die ursprüngliche Funktion der Aggression besteht – dafür liegen wissenschaftlich gesicherte Daten vor – in der Bewahrung der Unversehrtheit des eigenen Organismus und in der Abwehr von Schmerz.“<sup>14</sup> Da das Gehirn zwischen „social pain“ und „physical pain“ kaum einen Unterschied macht, fühlt sich der Mensch durch „social pain“ in seiner biologischen Unversehrtheit genauso bedroht wie von „physical pain“, was darauf hinweist, dass Bindung und soziale Akzeptanz ebenso unverzichtbar sind, wie die Sicherung rein körperlicher Bedürfnisse (Nahrung, Kleidung, Sicherheit). „Soziale Isolation wird vom Körper ... nicht nur psychisch, sondern auch neurobiologisch als Schmerz erlebt und mit einer messbaren biologischen Stressreaktion beantwortet.“<sup>15</sup>

<sup>14</sup> Joachim Bauer, Prinzip Menschlichkeit, Hamburg 2007<sup>5</sup>, S. 77

<sup>15</sup> Ders. ebenda, S. 79

### **Zwölf Hinweise zum Auftreten von Lehrkräften<sup>16</sup>**

Aus urheberrechtlichen Gründen kann hier nur auf das Werk von J. Bauer verwiesen werden, in dem hilfreiche Hinweise für Lehrerinnen und Lehrer gegeben werden, wie sich eine gute Beziehungsgestaltung auf der Ebene des Verhaltens konkretisiert.

---

<sup>16</sup> Joachim Bauer, Lob der Schule, Hoffmann und Campe Verlag GmbH, Hamburg 2008<sup>4</sup>