



„Jedes Kind ist ein Schatz“



Humanismus in der Antike

Nach Sokrates sind alle Menschen **auf der Suche nach Glück**. Dieses Glück können sie aber nur erreichen, wenn ihre Lebensweise der Natur ihrer Seele entsprach. Glücklichsein war somit keine Folge äußerer Umstände sondern **eine der Lebensführung**. Doch um ein wahrhaft gutes Leben zu führen, musste der Mensch **wissen, was die Natur des Guten** war. Man musste also nach Maßgabe der **Vernunft** handeln und in allen Handlungen das darin enthaltene **Wesen der Tugend** entdecken.

(www.matrixwissen.de)



Humanistische Psychologie (Wikipedia)

Bei der Humanistischen Psychologie handelt es sich um eine psychologische Schule. Ihrem Anspruch nach trägt sie mit dazu bei, dass sich **gesunde, sich selbst verwirklichende und schöpferische Persönlichkeiten** entfalten können.

Vertreter/innen

- Carl Ransom Rogers – Psychologe; Psychotherapeut
- Abraham Harold Maslow – Psychologe
- Virginia Satir – Familientherapeutin



„Das Individuum verfügt potentiell über unerhörte Möglichkeiten, um sich selbst zu begreifen und seine Selbstkonzepte, seine Grundeinstellung und sein selbstgesteuertes Verhalten zu verändern; dieses Potential kann erschlossen werden, wenn es gelingt, ein **klar definiertes Klima förderlicher psychologischer Einstellungen** herzustellen.“
(Carl Rogers)

Solch ein Klima entsteht durch Grundhaltungen in der psychosozialen Arbeit.

Kongruenz, Empathie, Akzeptanz



Kongruenz (Echtheit)

grundlegendste, zugleich am schwierigsten zu realisierende Grundhaltung, sich seiner selbst und der Gefühle zum großen Teil bewusst sein

*Je mehr man in der Beziehung **man selbst ist**, jemand, der keine professionelle Front oder persönliche Fassade aufrichtet, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass der andere Mensch in konstruktiver Weise sich verändern und wachsen wird.* (nach Rogers, 1982)

Kinder haben ein sehr feines Gefühl, was mit Erwachsenen ist, ob diese echt sind oder nicht



Kongruenz (Echtheit)

Kongruent zu sein ist **ein Schatz**.

Sie spüren, wenn ein Mensch kongruent ist, ...

... ob jemand seinen Job gerne macht

... ob jemand das Produkt selbst gut findet

... ob Ihnen jemand wirklich interessiert zuhört

... ob jemand Sie ehrlich lobt

...

Kinder spüren, ob Sie „ganz da sind“



Entwicklung von Kongruenz (Echtheit)

- ✓ den **eigenen Schatz** kennen und vermehren
- ✓ Beim Zugang zu eigenen Ressourcen kann ich die **Schätze in anderen besser entdecken** und zum Strahlen bringen
- ✓ Loben und wertschätzen **aus dem Herzen** heraus
- ✓ **Feedback** nehmen, um sich selbst besser zu erkennen
- ✓ Aber auch die **eigenen ungeklärten**, verdrängten, nicht bewältigten **Themen** kennen, mir ggf. Hilfe holen, sie zu bearbeiten
- ✓ dann kann ich ungeklärte Themen **bei anderen besser verstehen** und begleiten, um sie zu lösen oder zu vermitteln, wenn ich überfordert bin (Wirkung von Armut)



Kongruenz (Echtheit)

1. Schreiben Sie **vier Aussagen** über sich selbst auf, deren „Echtheit“ nicht sofort zu sehen ist!
Eine der Aussagen soll **falsch** sein.
2. Finden Sie sich in Kleingruppen mit **vier Personen!**
3. **Lesen** Sie in der Kleingruppe die vier Aussagen laut **vor**, die Gruppe soll **herausfinden**, welche der Aussagen falsch ist.
4. Sprechen Sie in der Gruppe darüber. **Woran** zu **erkennen** war, welche Aussage falsch war (wenn es herausgefunden wurde). Reflektieren Sie darüber, **wie Sie sich fühlten** beim Verlesen der wahren und der falschen Aussagen!



Akzeptanz (bedingungsfreie Wertschätzung)

Fähigkeit, dem Kind **grundlegend positiv** entgegenzutreten, es in seinem „So-Sein“ ohne jegliche Vorbedingung anzunehmen.

„Dies bedeutet, dass Veränderung wahrscheinlicher ist, wenn man eine positive, akzeptierende Einstellung erleben kann gegenüber dem, was der andere zu diesem Zeitpunkt ist. ... Es ist eine nicht Besitz ergreifende Besorgtheit.“ (nach Rogers, 1982)



Akzeptanz (bedingungsfreie Wertschätzung)

- Wie sehr schätze ich mich selbst wert? Ist diese Wertschätzung an Bedingungen geknüpft?
- Wo und wie übergehe ich meine Grenzen und nehme mich nicht so wichtig?
- Wie sehr, unter welchen Bedingungen kann ich andere Menschen wertschätzen ?
- Kann ich nur Dinge wertschätzen, über die ich selbst verfüge, ein Verhalten das ähnlich ist wie meines?
- Wie begegne ich Menschen, die ganz anders denken, sich ganz anders verhalten? (Eltern)



Entwicklung von Akzeptanz (bedingungsfreie Wertschätzung) - ein ressourcenorientierter Blick hilft

Reframing

1. Finden Sie sich erneut in den Kleingruppen!
2. *Benennen Sie jeweils im Wechsel* eine Eigenschaft, die Sie an sich selbst nicht mögen.
3. Die anderen Kleingruppenteilnehmer versuchen, das Positive an dieser Eigenschaft zu benennen



Empathie (einführendes Verstehen)

ErzieherIn bemüht sich, die **Erlebnisse und Gefühle** des Kindes **präzise und sensibel zu erfassen**.

Durch die Brille des anderen sehen, „in seine Haut schlüpfen“ und „in dessen Welt zu Hause sein“

... genau die Gefühle und persönlichen Bedeutungen, die der andere erlebt, spüren und das auch mitteilen

(nach Rogers, 1982)



Empathie (einführendes Verstehen)

- In welche Kinder/ Eltern kann ich mich gut hineinversetzen?
- Unter welchen Bedingungen gelingt mir Empathie gut? Was brauche ich dazu?
- Wann/ bei wem fällt mir Empathie schwer? Was kann ich dann tun, um wieder empathisch zu spüren?



Gesundheit Berlin Brandenburg
Landeskoordination Schatzsuche
Dr. Iris Schiek
Tel. 0331-88762017
schiek@gesundheitbb.de

Elternprogramm zur Förderung des seelischen
Wohlbefindens von Kindern in Kindertageseinrichtungen