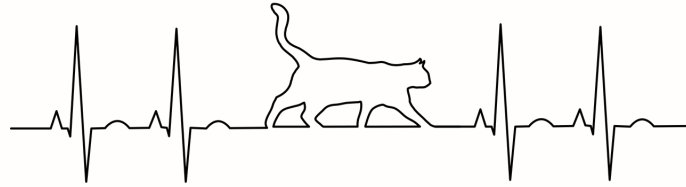


Streicheleinheiten für die Seele

(Das Anerkennungsbedürfnis)



Gemütlich sitzt Julia auf ihrem Sofa und liest in einem Buch. Streuner ihre Katze kommt mit einem eleganten Sprung auf das Sofa gesprungen und legt sich sofort neben sie. Wie von alleine fängt Julia an Streuner zu streicheln. Diese quittiert die gewährten Streicheleinheiten mit einem wohligen Schnurren.

Frage: Was bewirken Streicheleinheiten bei unserem Gegenüber?

Jeder von uns strebt nach Anerkennung. Es ist eines der Grundbedürfnisse. Erfüllt wird dieses in der Regel über die sogenannten Streicheleinheiten. Es geht neben der körperlichen Zuwendung, die selbstverständlich auch in Frage kommt, insbesondere um sozial-emotionale Kommunikation.

Über die Streicheleinheiten breitet sich in unserem Gegenüber ein angenehmes Gefühl aus. Dieses ist unerlässlich für die gelungene Bindung gerade im zwischenmenschlichen Austausch und damit auch beim Lernen.

Frage: Wie können wir dieses angenehme Gefühl der Anerkennung in unserer Umwelt erzeugen?

Sie können Streicheleinheiten beispielsweise in folgender Form gewähren:

- Echtes Lob
- Aufmerksamkeit
- anerkennende Blicke
- Bestätigung
- Dank
- Worten der Anerkennung
- Zuwendung
- Umarmung
- Schulterklopfen
- Zeit miteinander verbringen



Frage: In welchem Zusammenhang stehen Streicheleinheiten und Fehler?

Es besteht ein direkter Zusammenhang zwischen beiden. In einer Fehlersituation wird gerade unser Streben nach Anerkennung eben nicht erfüllt.

Nach einem Fehler kommt es zu Bewertungen durch die Umwelt in einer ganz anderen Form. Jetzt geht es um:

- Achselzucken
- Abwertender Blick
- Verbaler Kritik
- Misstrauen
- Nichtbeachtung
- oder ähnlichen Verhaltensweisen.

Neben diesen gibt es in seltenen Fällen auch physische Ausbrüche wie:

- Hieb
- Ohrfeige
- Schlag

Gerade wenn die Umwelt mit der Fehlersituation überfordert ist, kann es zu solchen Verhaltensweisen kommen.

Welche Gefühle mit den vorgenannten Bewertungen eines Fehlers einhergehen, das ist bekannt.

Frage: Wie hoch ist das Bedürfnis nach Zuwendung?

Nach wissenschaftlichen Untersuchungen liegt der Anteil bei:

7 Streicheleinheiten pro Tag



Gewähren Sie wann immer es ihnen möglich ist Streicheleinheiten. Damit steigern Sie das Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl in anderen.

