

# Ohne Beziehung keine Motivation

## *Der Glückscocktail der aus Psychologie Biologie macht*

Wie kann man junge Menschen verstehen und motivieren? Zu dieser Frage lud der BLLV Oberallgäu am 20. November in den Saal der Sparkasse Allgäu in Sonthofen ein. Zahlreiche Lehrerinnen und Lehrer von der Grundschule bis zum Gymnasium sowie Musikschulen und interessierte Eltern erwarteten darauf eine Antwort. Der Hirnforscher und Arzt Professor Dr. Joachim Bauer von der Universität Freiburg erläuterte die Bedeutung der pädagogischen Beziehung aus Sicht der Hirnforschung. Damit in einem Menschen Motivation

Referent. Der größte Anreiz Leistung zu zeigen ist eine gute Beziehung zu Eltern und Lehrer. „Ohne Beziehung keine Motivation!“ Neurobiologisch kann Bauer diesen Vorgang einfach erklären. Erfährt ein Kind in einer Beziehung Beachtung, schüttet das Gehirn die Botenstoffe Dopamin, Opioide und Oxytozin aus – ein Glückscocktail, dessen Freisetzung Wohlbefinden bedeutet. Die Motivation und Anstrengungsbereitschaft diesen Glückszustand beizubehalten lässt die Menschen aktiv werden.

zeigen und auch mal ‚Nein‘ zu sagen, gehöre natürlich dazu“, so der Arzt. Und woher bekommt der Körper seinen Glückscocktail wenn es an Bestätigung und Anerkennung in einer Beziehung mangelt? „Auch aktives Sporttreiben und das Musizieren können den Körper dazu anregen, die Botenstoffen auszuschütten.“, verrät Prof. Bauer. „Deshalb sind an guten Schulen Musik und Sport wichtige Bereiche.“

Mit zwei Stimmgabeln verglich der Neurobiologe Bauer die Beziehungsarbeit, die von Führung und Verständnis geprägt sein sollten. Er klingt die eine Gabel so überträgt sich der Schall auf die zweite Gabel und versetzt diese in Schwingung. Deren Schall erreicht dann wieder die erste Stimmgabel. In einer erzieherischen Beziehung verhält es sich sehr ähnlich. Bauer erklärte, dass dafür sogenannte Spiegelneuronen verantwortlich sind, die uns unbewusst von menschlichen Vorbildern lernen lassen. Der tonangebende Erzieher überträgt so seine Fertigkeiten und Werte. Die Kinder und Jugendlichen wiederum – angeregt durch diese Resonanz - spiegeln dies und geben Rückmeldung. „Führen und Verstehen“ nennt Bauer dieses Verhalten. Dass für diese Vorbildfunktion eine gute Beziehung Voraussetzung ist, verstehe sich von selbst.



Herbert Sedlmair (1. Vorsitzender BLLV Oberallgäu, Prof. Dr. Bauer und Josef Rothärmel (Sparkasse Allgäu)

und Anstrengungsbereitschaft entstehen kann, müssen im Gehirn Motivations-Botensstoffe produziert werden. Wie kann der Körper dazu angeregt werden diese Stoffe zu produzieren und auszuschütten? „Durch Beachtung, Anerkennung und Zuwendung“, so der

„Welchen Tipp können Sie mir geben, wenn es in der Pubertät schwieriger wird?“, will eine Zuhörerinnen wissen. „Bleiben Sie auf Kurs“ rät Prof. Bauer. Beziehungsarbeit bedeutet nicht in eine Kuschelpädagogik zu wechseln. „Die Sicht der Dinge den jungen Menschen aufzu-