

# Gesundheitsgeheimnis: Beziehungen stärken

Auf Einladung des Pädagogischen Beirates der Kreissparkasse und der Europaschule Erkelenz referierte Dr. med. Joachim Bauer aus Freiburg über das Thema „Erziehung und Schule aus Sicht der Hirnforschung“.

VON IRIS BARTH

**ERKELENZ** Dass jeder Mensch im Grunde durch Wertschätzung und Anerkennung für einen anderen Menschen wichtig sein will, machte Bauer in seinem Vortrag in der Erkelenzer Stadthalle vor zahlreichen Pädagogen aus Schule und Kindergärten von Beginn an deutlich. Dass dies die Basis für Gesundheit ist, veranschaulichte er in seinem Referat. Auf einer Leinwand präsentierte er die wesentlichen Punkte und untermauerte sie mit Schaubildern und Statistiken.

Seine wissenschaftliche Rede gliederte er unter dem Gesichtspunkt „Gesund bleiben durch gelingende Beziehungen“ in drei wesentlichen Aspekte: Erstens „Die Motivationssysteme des Gehirns“ – Beziehung als Grundlage zur Motivation, zweitens „Verstehen und führen: Die Bedeutung von Resonanz für die pädagogische Beziehung“ – Was ist der Kern einer pädagogischen Beziehung? Und drittens „Aggression – Gewaltprävention durch Respekt und Fairness“ unter dem Aspekt des Nährbodens der Aggression und deren Gegenmaßnahmen. Seit 15 Jahren arbeitet seine Arbeitsgruppe international im Bereich der Lehrertätigkeit. Ein Einzelfaktor für

## PROF. DR. BAUER

### Erkenntnisse über die Spiegelneuronen

**Buchautor** Dr. med. Joachim Bauer, Jahrgang 1951, arbeitet als Internist, Psychiater und Facharzt für psychotherapeutische Medizin an der Uniklinik in Freiburg. Er ist Professor für Psychoneuroimmunologie. Sein Buch „Warum ich fühle, was Du fühlst“ über das Geheimnis der Spiegelneuronen stand auf den Bestsellerlisten.

die Lehrergesundheit kristallisierte sich heraus: Wenn die Beziehung im Klassenzimmer nicht stimmt, werden Lehrer krank. „Wenn wir wissen, dass dieser Einzelfaktor der Auslöser ist, müssen wir den Lehrer stärken, vor der Erkrankung“, stellte der Hirnforscher klar. Mit einem Schaubild zeichnete er nach, wie psychologische Empfindungen biologische Prozesse durch das Gehirn auslösen. „Lebensfreude, Anstrengungs- und Arbeitsbereitschaft werden durch einen Botenstoff-Cocktail aus Dopamin, Opioiden, Oxytozin ans Gehirn ausgelöst“, erläuterte der Mediziner. Der erste Stress-Test begänne schon mit dem ersten

Tag im Kindergarten, veranschaulichte Bauer die Situation aus Sicht eines Kindes, welche Abläufe im Gehirn stattfinden und welche biologischen Prozesse in Gang gesetzt würden. „Soziale Ausgrenzung, Demütigungen bewertet das Gehirn wie körperlichen Schmerz.“ Die Reaktion auf Demütigung oder Ausgrenzung – das habe also auch neurobiologische Gründe – ist Motivationsverlust und Aggression. Er betonte, dass eine gute Schule nicht zu kopflastig sein dürfte: Bewegung, Sport und Musik müssten einen angemessenen Platz bekommen, sie seien zentrale Auslöser für „gute Stimmungen“. Kinder und Jugendliche hätten ein Grundbedürfnis nach Beziehung. Sie wollen sich in ihren erwachsenen Bezugspersonen spiegeln. Der unbewusst an erwachsene Bezugspersonen gerichtete Auftrag des Kindes und Jugendlichen sei: Lass mich spüren, dass ich da bin. Zeige mir, wo meine Stärken und Schwächen liegen. Um das zu erfahren, brauchen Kinder Beziehungen, sowohl mit Eltern als auch mit Lehrpersonen. Wenn sie diese nicht bekämen, sei die Folge Disziplinlosigkeit und Aggression.

Zu Beginn führte der Sprecher des Pädagogischen Beirates, Franz Josef Dahlmans, ins Thema ein.



Prof. Dr. Joachim Bauer referierte in der Stadthalle Erkelenz. 2011 beauftragte das Kultusministerium Baden-Württemberg ihn mit einer landesweiten Gesundheitspräventionsmaßnahme für schulische Lehrkräfte. RP-FOTO: JÜRGEN LAASER