




6. Fachtagung der AG-Praxisanleiter

Wir starten durch! Neue Chancen mit der Generalistik
Wir informieren - wir planen - wir gestalten!




Man hat sie oder man hat sie nicht? Soziale Kompetenz im Stationsalltag

Melanie Schwarzbach



Definition

- **Forschung:** Vielzahl unterschiedlicher & sich zum Teil widersprechender Definitionsversuche.
 - **Alltagspsychologie:** Soziale Kompetenz ist die Fähigkeit, durchsetzungs- und beziehungsfähig zu sein (Asendorpf, 2015).
 - **Kanning (2002):** Fünf Kriterien der sozialen Kompetenz
 - Soziale Wahrnehmung
 - Verhaltenskontrolle
 - Durchsetzungsfähigkeit
 - Soziale Orientierung
 - Kommunikationsfähigkeit
- Es bietet sich an von sozialen Kompetenzen zu sprechen.



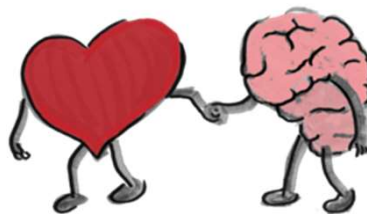


Differenzierung

- **Wichtig:** Differenzierung zwischen sozialen Kompetenzen und sozial kompetentem Verhalten.
- **Kompetenz** liegt „im Verborgenen“ und ermöglicht, dass wir uns in einer konkreten Situation auch wirklich **sozial kompetent** verhalten können (Kanning, 2002).
 - Vorhandene Kompetenz ist keine Garantie!
- **Folge:** eine Beobachtungssituation erlaubt keine Aussage zur sozialen Kompetenz meines Gegenübers.
 - Gefahr: Sich-selbst-erfüllende-Prophezeiung
- Es braucht **mehrere Beobachtungssituationen**, um den Einfluss der Situation von der Kompetenz zu trennen.
- Sozial kompetentes Verhalten setzt einen **sozialen Bezugspunkt / soziale Akzeptanz** voraus.



Sind soziale Kompetenzen angeboren?





Entscheidend: die ersten Jahre

- Jahren des Heranwachsens: entscheidenden Grundlagen für Gesundheit, soziale und berufliche Kompetenz werden gelegt.
- Wichtigste Einflussgröße: Resonanzsystem
 - Resonanzen sind lebenswichtig!
 - Bezugspersonen dienen in den ersten zwei Lebensjahren als „externes Selbst“
 - Ab dem ersten Geburtstag beginnt ein Ringen um Autonomie.
- Bindung (Beziehungsfähigkeit) und Autonomie (Durchsetzungsfähigkeit) bedingen sich! → schon hier entstehen also die Grundlagen unserer Fähigkeit zur sozialen Kompetenz.



Selbstwerdung: Ausbildung des Selbst-Netzwerkes

- Ort der Selbstwerdung sitzt im unteren Stirnhirn → bei der Geburt noch unreif und nicht funktionsfähig.
- Neurobiologischer Reifungsprozess in den ersten zwei Lebensjahren.
 - Dafür braucht es Bezugspersonen, die in Resonanz gehen!
 - Zwei-Perspektiven-Selbst entwickelt sich → ICH und DU werden in gemeinsamen Netzwerken abgespeichert.
 - „Der Mensch ist aus neurowissenschaftlicher Sicht dafür gemacht, am DU zum ICH zu werden.“ (Bauer, 2019)



Selbstwertung: Ausbildung des Selbst-Netzwerkes

- Nach dem ersten Lebensjahr wird der Säugling auch zum Akteur und versucht an der eigenen Entwicklung mitzuwirken.
- Im zweites Lebensjahr: Ausbildung eines inneren Integrators/ Regulators
 - Kind versucht die Impulse, die von außen kommen, mit den Impulsen aus dem eigenen Inneren zu integrieren.
 - Es lernt zunehmend, die kleinen Störungen des Alltages besser zu ertragen → besonders wenn es auch Erklärungen dafür bekommt, denn das stärkt (oft unbewusst und im Nachhinein) den inneren Regulator.



Entwicklung des Selbst-Beobachters

- Ab dem 3. Lebensjahr: Fähigkeit zum Perspektivwechsel wird möglich.
 - Sitz in der oberen Etage des Stirnhirns → diese Etage kann nur reifen, wenn die Fähigkeit zum Perspektivwechsel mit Kindern eingeübt wird.
 - Durch Perspektivwechsel und Rücksichtnahme auf andere lernt das Kind Regeln zu beachten (Abwarten, Teilen, eigene Impulse bremsen), die das soziale Zusammenleben ermöglichen.
- „Wenn wir Kinder nicht zu Realismus (Gefahreneinschätzung) und sozial verträglichem Verhalten erziehen, behindern und stören wir die biologische Reifung ihres Stirnhirns.“ (Bauer, 2019)



Erziehung und Bildung

Entwicklung des emotionalen, des kognitiven und des sozialen Systems baut aufeinander auf.

• Emotionale Entwicklung

- Ab dem ersten Lebenstag; braucht Erfahrung von Körperkontakt, Einfühlung und Geborgenheit

• Kognitiv-intellektuelle Entwicklung

- Beginnt ab Vorschulalter; es geht darum die Welt an realen Objekten zu begreifen und sprechen zu lernen
- Beides hängt zusammen, deshalb kann der Bildschirm das Spielen nicht ersetzen

• Soziale Entwicklung

- Reifung beginnt ebenfalls im Vorschulalter; langsam und angemessen lernt das Kind die Regeln des sozialen Zusammenlebens zu beachten



Fazit


- Aus neurobiologischer Sicht sind wir als Menschen so ausgestattet, dass wir soziale Resonanz und Kooperation entwickeln können, weil die Zentren dafür in uns angelegt sind.
- Die Entwicklung dieser Zentren findet evolutionär gesehen aber eher spät statt und kleine Menschen brauchen Resonanz-erfahrungen, Unterstützung, Feedback, Grenzen und gute Modelle, um die vielfältigen Facetten sozial kompetenten Verhaltens zu entwickeln.





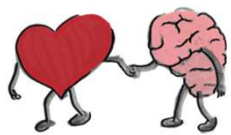
Sind soziale Kompetenzen veränderbar?








Beeinflussbarkeit durch Aktivierung der Selbst-Netzwerke des Anderen


- Soziale Kompetenzen sind beeinflussbar: „Menschen, die einer Entwicklung ausgesetzt sind, die sie in Resonanz versetzt, verändern sich, auch wenn dies überwiegend unterhalb des Radarschirms unserer Wahrnehmung abläuft“ (Bauer, 2019)
 - Wann?
 - Wenn ich ein signifikantes DU für den anderen (geworden) bin.
- Zu einem signifikanten Anderen wird man durch Präsenz, geduldiges Zuhören und durch ein Aushalten und Stehen-lassen-Können dessen, was mir der andere erzählt (Bauer, 2019).




 **Beeinflussbarkeit durch Aktivierung der Selbst-Netzwerke des Anderen**

- Das Motivations- und Belohnungssystem ist mit dem Selbst-System des Stirnhirns verbunden
→ wir brauchen ein Leben lang gute zwischenmenschliche Beziehungen (soziale Wertschätzung), um uns entwickeln zu können!
- Ansonsten: Veränderungen im Verhalten (Aggression & Depressivität)
- Anerkennung schließt auch die kritische Begleitung ein!
 - Auch Kritik – angemessen und respektvoll formuliert – kann eine Wertschätzung ausdrücken.

 **Beeinflussbarkeit durch spiegelneuronale Aktivierung**

- Selbst-System: eher kognitiv (bewusst) orientiert.
- System der Spiegelneuronen: eher spezialisiert auf Gefühle und die begleitenden körperlichen Empfindungen (intuitiv).
- Zufällig entdeckt durch Rizzolatti (1996)
 - Beobachtung (Vorstellung) einer Handlung aktiviert das gleiche Programm, als ob die Handlung von einem selbst ausgeführt wird.
 - Stärkste Wirkkraft: simultanes Imitieren der Handlung (Lächeln – zurücklächeln)
 - Speicherung einer inneren Kopie der wahrgenommenen Handlung
- Spiegelneuronen: neurobiologische Grundlage der Empathie und des Lernens am Modell.
 - Empathiedefizite sind Spiegelungsdefizite





Angst hemmt Spiegelneuronen


- Angst und Anspannung → Signale der Spiegelneuronen werden erheblich reduziert.
 - Auch die Fähigkeit sich einzufühlen und kleinste Feinheiten wahrzunehmen ist davon beeinflusst.
- Stress und Angst sind bei allen Lernvorgängen kontraproduktiv!
 - MRT-Studie Whalen et al. (1998): Mimik
 - Studie Grandjean et al. (2005): Akkustik



Positive Emotionen verstärken Lernerfahrungen



- Positive Emotionen fördern das Lernen und das Abspeichern des Gelernten.
- Lernen ist an die anschließende Rückmeldung gekoppelt → besonders stark wirken sich positive soziale Interaktionen aus; sie zählen zu den wirksamsten Verstärkern überhaupt (Brunner & Armstrong, 2010)
- Entscheidend nach Bauer: Zutrauen und Resonanzen, die Möglichkeitsräume eröffnen, in die sich junge Menschen hinein entwickeln können.




 **Was bedeutet das in Bezug auf die „jungen Generationen“ (Scholz, 2014) ?**


Generation Z: Me, myself and I-Generation

- Helikopter-Eltern (Rundum-Sorglos-Paket)
- Multioptionen- und Wohlstandsgesellschaft: sofortige Bedürfnisbefriedigung
- Medienverwahrlosung: „Head down-“ oder „Smombies-Generation“ → Pseudoresonanz aus dem Internet besitzt keinen Nährwert!
- Sinnhaftigkeit und hoher Bedarf an Rückmeldungen
- Keine Bereitschaft ins Hamsterrad einzusteigen
- Teamfähigkeit eher schwach ausgeprägt
- Folge: Praxisanleiter als konstruktive und fordernde Lernbegleiter!
 - Einberechnen: mehr Zeitaufwand und Fokus auf Beziehungsgestaltung!

 **Was bedeutet das in Bezug auf die „jungen Generationen“?**


- Die Jungen müssen respektvoll und auf Augenhöhe „an die Hand genommen werden“.
- Wir müssen junge Menschen mit unseren Werthaltungen bekannt machen.
- Sie brauchen konkrete Angebote und müssen an den Erwerb von Wissen und Kompetenzen herangeführt werden.
- Junge Menschen brauchen Halt und freundlichen Widerstand → Balance von empathischem Verstehen und überzeugender Führung.
 - Das braucht ein hohes Maß an körperlicher und geistiger Präsenz!





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit





Quellen

- Asendorpf, J. B. (2015). *Persönlichkeitspsychologie für Bachelor* (3. aktual. Aufl.). Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Bauer, J. (2005). *Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneuronen*. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Bauer, J. (2015). *Arbeit – Warum sie uns glücklich oder krank macht* (3. Aufl.). München: Wilhelm Heyne Verlag.
- Bauer, J. (2019). *Wie wir werden, wer wir sind – Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz*. München: Karl Blessing Verlag.
- Brunner, A. & Armstrong, E. (2010). Feedback als Schlüsselement einer neuen Lehr- und Lernkultur. Teil 1: theoretischer Hintergrund. *Gesundheitswesen*, 72, S. 749-758.
- Grandjean, D., Sander, D., Poutois, G. et al. (2005). The voices of wrath: brain response to angry prosody in meaningless speech. *Nature Neuroscience*, 8, S. 145-146.
- Kanning, U. P. (2002). Soziale Kompetenz – Definition, Strukturen und Prozesse. *Zeitschrift für Psychologie*, 210(4), S. 154-163.
- Rizzolatti, G., Fogassi, L. & Gallese, V. (2001). Neurophysiological mechanism underlying the understanding and imitation of action. *Nature Reviews Neuroscience*, 2(9), 661-670.
- Rizzolatti, G., Sinigaglia, C. & Griese, F. (2010). *Empathie und Spiegelneuronen* (1 ed. Vol. 11). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Scholz, C. (2014). *Generation Z: wie sie tickt, was sie verändert und warum sie uns alle ansteckt*. Weinheim: Wiley-VCH Verlag GmbH & Co KGaA.
- Whalen, P. J., Rauch, S. L., Etcoff, N. L., McInerney, S. C., Lee, M. B. & Jenike, M. A. (1998). Masked presentation of emotional facial expressions modulate amygdala activity without explicit knowledge. *The Journal of neuroscience: the official journal of the Society for Neuroscience*, 18(1), 411-418.
- Bildquellen: <https://www.managerseminare.de/Trainerkoffer/Bilder>