Susanne Gebert Fachberaterin 17.10.2019

**Emotionales Wohlbefinden und Engagiertheit**

Die Uni Leuven in Belgien hat unter Professor Laevers herausgefunden, dass wenn Dinge mit sehr hoher Intensität gelernt oder erfahren werden-

Also unter einem hohen Maß an Wohlbefinden und Engagiertheit –

„deep level learning“ statt findet.

Das emotionale Wohlbefinden ist die Grundlage für die Weiterentwicklung des Kindes. Es ist die Voraussetzung, dass sich Kinder offen, mutig und lernbegierig auf den Weg machen können, die Welt zu entdecken.

Wohlbefinden bedeutet, in sich selbst zu ruhen, ausgeglichen und glücklich zu sein, ein positives Selbstwertgefühl zu haben.

Dabei geht es nicht um „gute Laune“ haben, sondern darum, dass es dem Kind gutgeht.

Emotionales Wohlbefinden ist jedoch nur eine Seite der Medaille. Wenn Entwicklung und tiefgreifende Lernprozesse stattfinden sollen, muss die zweite Prozessvariable Engagiertheit hinzukommen.

Laevers bezeichnet Engagiertheit als eine besondere Qualität menschlicher Aktivität, einen Zustand, in dem Kinder sich intensiv einer Tätigkeit widmen und „voll und ganz“ bei der Sache bleiben. Sie gehen dabei oft bis an die Grenzen ihrer eigenen Möglichkeiten, sind hoch zufrieden und legen ihre gesamte Energie in die aktuelle Tätigkeit.

Die damit verbundenen Erfahrungen sind sehr intensiv und die Basis grundlegender Lernprozesse.

**Signale für emotionales Wohlbefinden**

**Offenheit**

* Gesichtsausdruck und Blick sind offen für die Umgebung
* Empfängt und erwidert Blicke, Berührungen, Ermunterung oder Trost
* Ist bereit neue, fremde Situationen anzunehmen
* Kann positive oder negative Gefühle ausdrücken

**Flexibilität**

* Findet sich schnell in seiner Umgebung zurecht
* Setzt sich mit neuen Anforderungen auseinander und reagiert darauf
* Bleibt in Frustrationen nicht stecken
* Zeigt Bereitschaft Alternativen anzunehmen und Kompromisse zu schließen

**Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen**

* Sucht sich Herausforderungen und ist experimentierfreudig
* Traut sich die Konfrontation mit Unbekanntem zu
* Nimmt das Risiko zu scheitern in Kauf
* Misserfolge belasten nicht dauerhaft

**Durchsetzungsvermögen**

* Vertritt seine Anliegen und Bedürfnisse
* Lässt sich nicht leicht beeinflussen
* Nimmt Herausforderungen an

**Vitalität**

* Macht einen lebendigen, energiegeladenen Eindruck
* Zeigt Lebensfreude und Kraft
* Augen strahlen

**Entspannung und innere Ruhe**

* Macht einen entspannten und gleichzeitig vitalen Eindruck
* Anspannung ist nur zeitweilig an eine bestimmte Aktivität gebunden
* Danach folgt wieder Entspannung

**Genießen können**

* Genießt das Dasein ohne Einschränkung
* Zeigt authentische Freude
* Zeigt Begeisterung und Vergnügen

**Im Einklang mit sich selbst sein**

* Lebt im Einklang mit den eigenen Wünschen und Bedürfnissen
* Weiß, was es braucht, wünscht und fühlt
* Lässt auch negative Empfindungen zu und lernt damit umzugehen

**Signale für Engagiertheit**

**Konzentration**

* Richtet die Aufmerksamkeit auf einen Bereich
* Lässt sich nur durch intensive Reize ablenken
* Hat die Augen fast ununterbrochen auf die Aktivität gerichtet

**Energie**

* Investiert viel Eifer und Enthusiasmus in die Aktivität
* Konzentriert die gesamte Energie auf ihr Tun
* Sichtbar z.B.: an roten Wangen, Schwitzen oder Speichelfluss

**Komplexität und Kreativität**

* Aktiviert seine Fähigkeiten so weit wie möglich
* Geht über das Routineverhalten hinaus
* Entwickelt Kreativität
* Bringt jeweils eigene persönliche Komponenten ein

**Gesichtsausdruck und Körperhaltung**

* Vermittelt durch nonverbale Zeichen (Gesichtsausdruck und/oder Körperhaltung) das Engagement
* Zeigt hohe, positive körperliche Anstrengung

**Ausdauer**

* Gibt nicht schnell auf
* Kostet die erlebte Zufriedenheit aus
* Ist bereit sich dafür anzustrengen
* Überwindet Widerstände
* Kommt immer wieder auf die Tätigkeit zurück

**Genauigkeit**

* Zeigt Sorgfalt und Genauigkeit
* Ist auf Details bedacht

**Reaktionsbereitschaft**

* Ist neuen Herausforderungen gegenüber aufgeschlossen
* Neue Anregungen werden schnell aufgegriffen, wenn sie bedeutsam erscheinen

**Verbale Äußerungen**

* Zeigt durch verbale Äußerungen, dass sie voller Freude beteiligt sind (z.B.: schön, guck mal, oh wie toll)

**Zufriedenheit**

* Zeigt große Freude und Zufriedenheit
* Genießt, strahlt, ist im Einklang mit sich selbst