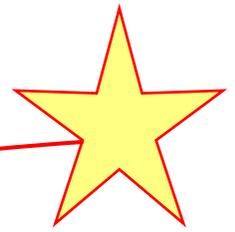
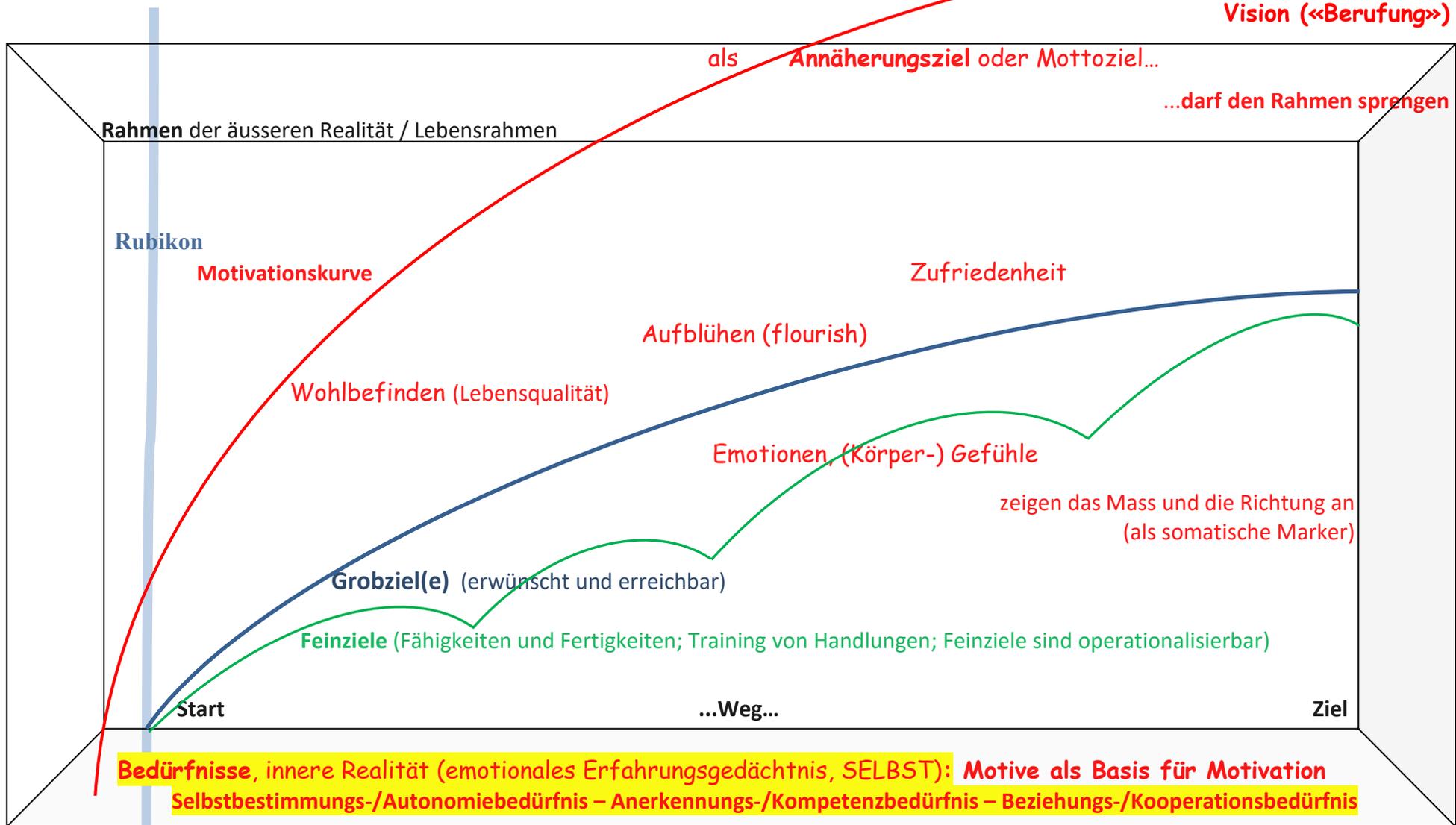


Kognitive Landkarte der Bedürfnis- und Zielorientierung



Welche Bedürfnisse werden wie „gestillt“, genährt, erfüllt? Wer bestimmt die Zielrichtung – mit welcher Legitimation – wozu?



Alle Menschen haben Bedürfnisse. Bedürfnisse sind! ...und machen den Kern unseres SELBST aus!

...und sie fragen nicht, ob sie erwünscht sind oder nicht...sie sind Ausgangspunkt für Motive und die Antriebskraft für alle Motivation

- **Bedürfnis nach Selbstbestimmung, Autonomie, Macht** – auch bezgl. Wahrnehmung und Gedanken; **Bedürfnis nach Einzig-Artigkeit, nach Individualität...**
- **Bedürfnis nach Erkannt-werden, Anerkennung und Kompetenz:** Seht ihr mich? Darf ich SEIN? Darf ich «ICH» sein? Darf ich – selber – können und handeln?
- **Bedürfnis nach Liebe** – gegenseitig: Ich möchte lieben und geliebt werden/geliebt sein; **Bedürfnis nach Beziehung und nach Zugehörigkeit...**
- Diese **psychischen** Bedürfnisebenen sind **gleichzeitig individuell und sozial**. Wir leben in interdependenten Verhältnissen (Beziehungen); wir sind wechselseitig voneinander abhängig bzw. aufeinander angewiesen – insbesondere auch in Bezug auf unsere Bedürfnisse. **Beziehung ist das A + O.**
- Dazu kommen die **physischen** Bedürfnisse – als Absicherung der **Grundversorgung** und in Bezug auf **körperliche Möglichkeiten und Grenzen**.
- Dabei treffen wir den Kern von **Aktivität, Teilhabe und Partizipation**. Bedürfnisse und ihr „Ausdruck im Leben“ begründen «**Funktionale Gesundheit**».
- Wobei **Normalitätsvorstellungen** primär subjektiv und vom eigenen Standpunkt her geprägt sind. Jeder Mensch erlebt sich selber zunächst als „normal“.

Wo, wann, wie können diese Bedürfnisse „Ausdruck im Leben“ erfahren? Wie können sie (sozialverträgliche) „Lebensform“ erfahren?

- Das sind zentrale Fragen, die sich an Professionelle der Sozialen Arbeit und der Pädagogik richten – als Herausforderung.
- Bedürfnisse sind immer auch Ressourcen! Gleichzeitig sind sie Ausgangspunkt für viele Dilemma-Situationen (Interdependenz).
- Bedürfnisklärung steht am Anfang jeder pädagogischen Intervention. Darauf können konstruktive, Gewinn bringende, lösungsorientierte, Ziele aufbauen – aufs Individuum und auf Gruppen bzw. auf die Gemeinschaft bezogen.

Gute (Gewinn bringende) Ziele zeichnen sich durch folgende Merkmale aus:

- Sie sind ultimativ **positiv formuliert** (keine doppelten Negationen), an subjektiven Bedürfnissen orientiert und Gewinn bringend zugleich.
- Sie lösen einen **positiven somatischen Marker** aus (Zeichen für intrinsische Motivation) – was ein klarer Hinweis auf Bedürfnisorientierung ist.
- Sie sind von der betroffenen Person zu **100%** selber ausführbar – möglichst keine Einschränkungen und Abhängigkeiten Drittpersonen betreffend!
- ...und sie sind **sozialverträglich... TZI: ICH-WIR-ES-Zirkularität...** eingebettet in den Kontext (Globe/Umwelt)...

Gute Ziele lösen einen starken Drang zur Handlung und zur Umsetzung aus... Go! (Rubikon wird überschritten)

Sie wollen umgesetzt, realisiert und erreicht werden – als Element menschlicher Beziehungen! Das ist die Grundlage von Motivation.

In Anlehnung an ZRM (Zürcher Ressourcen Modell): Storch, Maja / Krause, Frank (2007): Selbstmanagement - ressourcenorientiert. Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcenmodell. Bern, Huber, 4. Auflage.

Visualisierung und Text: Thomas Markwalder (M-3B GmbH), Version 2018