

## Was sind Anforderungen an das Erwachsen sein?

### Erwachsen werden erfordert ...

- die Fähigkeit über sein Handeln, sein Verhalten und seine Emotionen selbstregulatorisch sozialverträglich zu bestimmen und
- zu lernen, wie unter selbst starker emotionaler Betroffenheit komplexe soziale Situationen gemeistert werden können.

Schule (elterliche Verantwortung) soll dem jungen Menschen zu der **Fähigkeit verhelfen**,

- in einer ständig sich **wandelnden Welt ein erfülltes Leben zu führen**.
- ..., **Verantwortung** im privaten, **familiären** und öffentlichen **Leben** zu übernehmen,
- und für sich und andere **Leistungen zu erbringen**, insbesondere
- auch in Form von ehrenamtlichem **Engagement**.
- ... Kenntnisse **wirtschaftlicher und historischer Zusammenhänge** vermitteln,
- Verständnis für Natur und Umwelt schaffen und die **Bereitschaft wecken**, an der **Erhaltung der Lebensgrundlagen** von Pflanze, Tier und **Menschen** mitzuwirken.

### Erwachsen sein bedeutet ...

- **die Fähigkeit**, - in einer ständig sich **wandelnden Welt ein erfülltes Leben zu führen**.  
..., **Verantwortung** im privaten, **familiären** und öffentlichen **Leben** zu übernehmen,  
und für sich und andere **Leistungen zu erbringen**.

- **Kenntnisse wirtschaftlicher und historischer Zusammenhänge**, Verständnis für Natur und Umwelt und die Bereitschaft, an der **Erhaltung der Lebensgrundlagen von Pflanze, Tier und Menschen mitzuwirken**.

... religiöse und weltanschauliche Grundsätze nicht zu verletzen.

Bei der **Lösung von Konflikten** und bei **unterschiedlichen Interessen konstruktiv zusammenzuarbeiten**.

1. **ICH – Kompetenz**, – darunter verstehe ich u.a. -:  
Körper-, Ernährungs-, Emotional-, Sensitiv-, Gedanken-, Handlungs-Bewusstsein,
2. **Sozial – Kompetenz**, – darunter verstehe ich u.a. -:  
Hilfsbereitschaft, Menschenachtung, Leistungsbereitschaft, Gemeinsinn, Fleiß, Sauberkeit, Vereinbarungsfähigkeit – Pünktlichkeit -, Durchsetzungsfähigkeit.
3. **Sach – Kompetenz**, – darunter verstehe ich u.a. -:  
Entwicklung / Förderung von körperlichen, seelischen und geistigen Fähigkeiten und Kenntnissen, - Gesundheit, Lebensfreude, Selbstentfaltung, Selbstvertrauen.

**Lernen** ist ein neuroplastischer Prozess individueller neuronaler Netze (Exekutive Funktion)

**Lernen - als Veränderungsprozess - ist dann effektiv, wenn Motivation gepaart**

mit Zuversicht und Konzentration hoch und Lernwiderstände gering sind.

**Motivation** (intrinsisch):  $E^3 = \text{Eigenständigkeit} \times \text{Eingebundenheit} \times \text{Erfolgserlebnisse}$

**Erfolg** ist um so größer, je besser Begeisterung, mit Aufmerksamkeit, Vertrauen und Beherrschung gepaart, Widerstände und innere Blockaden überwinden kann.

**Erfolgsformel:  $e = m * c^3 - r$**

**Erfolg** = effectiveness = motivation x (confidence concentration competence) – resistance

<b>e</b>	=	effective	- Effektivität	- Erfolg
<b>m</b>	=	motivation	- Begeisterung	- Liebe Lust
<b>c<sup>3</sup></b>	=	confidence	- Zuversicht	- Vertrauen
		concentration	- Aufmerksamkeit	- Ausdauer
		competence	- Erfahrung	- Beherrschung
<b>r</b>	=	resistance	- Widerstand	- Blockaden

Hans-Helmut Meyer