⊕ zu viele pos. Erfahrungen (z.B. Autonomie)
⊖ zu viele neg. Erfahrungen (z.B. Scham & Zweifel)

Phasen der psychosozialen Entwicklung in der Kindheit:

				Folgen einer…		
Alter	**Phase /Krise**	**Bedeutende Bezugspersonen**	**Zentrale Thematiken**	**konstruktiven Lösung** (= ausgewogenes Verhältnis pos. und neg. Erfahrungen)	**problematischen Lösung** (= unausgewogenes Verhältnis pos. und neg. Erfahrungen)	**Aufgaben der Bezugspersonen**
0-1,5	**1. Urvertrauen vs. Urmisstrauen**	v. a. Mutter	<u>Urvertrauen:</u> vollständige Abhängigkeit des Säuglings von seiner Umwelt (ins. Mutter), Nahrungsversorgung durch Stillen (-> orale Phase) => grundlegendes Vertrauen, dass man versorgt wird und Bedürfnisse befriedigt werden ⇨ Urvertrauen in die Welt als psychische Grundstimmung (Basis für weitere Entwicklung) <u>Urmisstrauen:</u> Erschütterung des Urvertrauens durch erste Wegwendung der Mutter (v. a. beim Abstillen); Schreien ohne sofortige Zuwendung als entwicklungsnotwendige Erfahrung der Enttäuschung (=> innere Unruhe als Grundlage für Eigenaktivität)	- zuversichtliche Einstellung/ Vertrauen ggü. anderen Menschen - Akzeptanz der Tatsache, dass nicht alle Bedürfnisse sofort befriedigt werden (=Frustrationstoleranz) - souveräner Umgang mit Zurückweisungen und Niederlagen	<u>zu viel Urvertrauen, zu wenig Urmisstrauen:</u> - fehlende Bereitschaft, sich anzustrengen - Naivität, Gutgläubigkeit - fehlende Frustrationstoleranz - Hyperaktivität <u>zu wenig Urvertrauen, zu viel Urmisstrauen:</u> - kein Vertrauen in andere Personen - innerliche Unruhe: Konzentrationsprobleme, Übermaß an Aktivität (Hyperaktivität) o. Abbruch von Aktivitäten	- stabile und liebevolle Bezugsperson sein - kontinuierliche Umsorgung, aber auch Frustrationserlebnisse ermöglichen (z.B. kürzere Phasen des Schreiens) - Kind weder vernachlässigen noch zu viel verwöhnen & liebkosen
1,5-3	**2. Autonomie vs. Scham & Zweifel**	Eltern	<u>Autonomie =</u> Entwicklung eines eigenen Willens · Kontrolle d. Schließmuskels (→ anale Phase) · Erkunden der Umwelt <u>Scham & Zweifel</u> = kindl. Autonomiebestreben trifft auf Grenzen / Verbote durch die Eltern (z.B. Sauberkeitserziehung) · Scham durch negative Bewertung des kindl. Tuns · Zweifel an (noch nicht ausgereiften) eigenen Fähigkeiten	· Triebe und Bedürfniskontrolle, aber auch -befriedigung · Einhaltung gewisser Regeln & Verbote · Erkenntnis, dass der eigene Wille nicht immer durchgesetzt werden kann	⊕ · Eigensinnigkeit · fehlende Richtig-Falsch-Orientierung · willkürliches, rücksichtsloses Handeln ⊖ · zwanghafter Gehorsam o. Ablehnung von Autoritäten · Unterdrückung eigener Bedürfnisse und Interessen	· nicht zu viel kritisieren und bestrafen · Ermunterung, eigene Bedürfnisse zu befriedigen · erzieherische Konsequenz · extremes Erzieherverhalten vermeiden

3-6	3. Initiative vs. Schuldgefühl	Eltern Geschwister Erzieher	<u>Initiative</u> = Drang, etwas zu tun / Herausforderungen anzunehmen <u>Schuldgefühl</u> = Ödipuskomplex -> Neid ggü. gleichgeschlechtlichem Elternteil (-> phallischen Phase)	• Aushalten und konstruktive Bewältigung von Schuldgefühlen • Überwindung des Ödipuskomplexes ↳ Identifikation mit gleichgeschlechtlichem Elternteil / eigenem Geschlecht • Gewissensbildung • angemessenes Zeigen und Unterlassen von Initiative	⊕ • Rücksichtslosigkeit ⊖ • Hemmung, Dinge anzugehen	• Kind ermutigen, Initiative zu zeigen • Bemühungen und Erfolge bestärken • Festlegen klarer Regeln und sodd. begründeter Konsequenzen bei ihrer Überschreitung • verantwortliche Teilnahme am Geschehen ermöglichen • Rückschläge mit Ermutigungen begegnen (-> statt Kritik)
6-12	4. Werksinn vs. Minderwertigkeit	Gleichaltrige Lehrer Eltern	<u>Werksinn</u> = kindl. Bestreben, in einem größeren Umfeld (über Elternhaus hinaus) etwas Nützliches zu leisten und dafür Anerkennung zu erhalten ↳ mit Schulbesuch und dortigen Leistungsanforderungen verbunden <u>Minderwertigkeit</u> = das Gefühl, Ansprüchen nicht genügen zu können ↳ unvermeidliche Erkenntnis, dass man anderen in manchen Bereichen unterlegen ist	• realistische Selbsteinschätzung • Entdeckung besonderer eigener Fähigkeiten • grundlegende Leistungsbereitschaft und -fähigkeit • Ausbildung von Motivation & Ehrgeiz • Erkenntnis, dass man sich anstrengen muss und z.T. eigene Bedürfnisse unterdrücken muss	⊕ • keine realistische Selbsteinschätzung (ggf. Überschätzung) • Überheblichkeit / Egoismus • fehlende Fähigkeit, mit neg. Rückmeldungen umzugehen ⊖ • fehlendes Selbstwertgefühl und Vertrauen in eigene Fähigkeiten • fehlende Selbstsicherheit • Angst vor Leistungsanforderungen ↳ Vermeidung von Aufgaben => Unterlegenheitsgefühl ggü. anderen (-> Minderwertigkeitskomplex)	• positiver Umgang mit Fehlern • Anerkennung kindlicher Leistungen, auch wenn unterhalb der elterlichen Erwartungen • ausgewogenes Verhältnis von Lob und <u>konstruktiver</u> Kritik ↳ Leistung / nicht Person kritisieren