

Das Entwicklungsmodell von Jean Illsley Clarke

aus: Jean Illsley Clarke & Connie Dawson 1998, Growing Up Again , S.211 ff.
(deutsche Übersetzung in Anlehnung an Christina Lambach und Martina Schlegel)

Die amerikanischen TA - Autorinnen Jean Illsley Clarke und Connie Dawson beschreiben und erklären wichtige Entwicklungsphasen und -stufen („ages and stages“) im Aufwachsen von Menschen, die jede und jeder so oder ähnlich durchläuft. Das Modell ist eine Weiterentwicklung des Entwicklungszyklus von Pamela Levin.

Wie die Stadien des Wachstums überall in der Natur, sind die Muster des erwachsenen Lebens auch zyklisch und wiederkehrend, und beruhen auf einer Fortsetzung der Stadien des kindlichen Wachstums. Im Laufe der Zeit kehren wir zu bestimmten Themen zurück. Wir wachsen durch die körperlichen und gefühlsmäßigen Veränderungen, welche jedem Stadium in der Kindheit eigen sind und gehen im Leben zu den Phasen zurück, in denen wir neue Entwicklungsimpulse brauchen, um weiter zu reifen.

Grundannahmen des Modells:

- Entwicklung verläuft zyklisch und nicht linear
- Es braucht ein ganzes Leben, um zu wachsen und sich zu entwickeln
- Zeiten der Veränderungen und des Übergangs bieten das Potential für das Wiederaufsuchen von Entwicklungsstadien und deren Aufgaben.

Jede Entwicklungsphase

- ist durch typische Verhaltensweisen gekennzeichnet
- beinhaltet spezifische (Entwicklungs-)Aufgaben
- kann durch Affirmationen und bestimmte elterliche Verhaltensweisen unterstützt werden
- kann auch später im Leben „nachgeholt“ (recycelt) werden.

Beispiele:

1. Manchmal brauchen Erwachsenen, die eine neue berufliche Stelle antreten oder eine Tätigkeit zum ersten Mal in ihrem Leben machen, Ermutigungen aus den entsprechenden Phasen der Kindheit, um der neuen Aufgabe gewachsen zu sein.

2. Wenn Erwachsene mit Jugendlichen arbeiten oder zusammenleben, werden sie oft herausgefordert, sich dieser eigenen früheren Entwicklungsphase neu zu stellen und deren Aufgaben für sich wieder zu bearbeiten oder zu verfeinern. Sonst können sie Jugendliche in ihrer Entwicklung nicht gut genug unterstützen.

Für dieses „recyclen“ oder „growing up again“ (Nach-/Neu-Beeltern) geben die Autorinnen Hinweise, schlagen konkrete Aktivitäten vor und haben Affirmationen formuliert.

Wichtig: Im Sinne von Selbst-Beelterung kann die Affirmation als „Ich“-Botschaft nur dann wirksam sein, wenn Menschen sich selbst entschieden haben, sie sich zu geben – nicht, wenn jemand anders sagt, dass man sie sich geben sollte. Deshalb sind die Affirmationen hier aus der Eltern- oder Erzieher:innen-Perspektive formuliert.

Becoming – Werden (vorgeburtliche Phase):

Entwicklungsaufgaben

- sich entwickeln, das Körpersystem entwickeln
- Nahrung, Angenommen-Sein, Bestätigung und Liebe zu akzeptieren
- mit der Mutter vertraut werden
- grundlegende Entscheidungen über Vertrauen treffen
- den Geburtsprozess initiieren und durchlaufen.

Affirmationen und Ermutigungen

- Ich feiere, dass du lebst.
- Deine Bedürfnisse und Sicherheit sind mir wichtig.
- Wir sind verbunden und du bist vollständig und ganz (whole).
- Du kannst gesunde Entscheidungen über deine Erfahrungen machen.
- Du kannst geboren werden wenn du bereit bist.
- Dein Leben gehört dir selbst (is your own).
- Ich liebe dich genau so wie du bist.

Gefährdungen

Wenn Eltern die Veränderungen nicht akzeptieren und nicht auf die sich verändernden eigenen Bedürfnisse achten (Schlaf, Ernährung usw.), wenn Eltern über den Fötus schlecht denken/reden anstatt die Verantwortung für die Schwangerschaft zu übernehmen und nach Problemlösungen zu suchen, die Schwangerschaft nicht zeigen wollen oder sie in jeder Situation zeigen, psychische oder verbale oder körperliche Gewalt/Missbrauch.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Frauen schwanger sind und Menschen Eltern werden, wenn Menschen merken, dass sie vor einer großen Veränderung stehen, insbesondere dann, wenn sie von außen kommt und nicht alle relevanten Informationen zugänglich sind.

Being – Sein (0-6 Monate)

Entwicklungsaufgaben

- Fürsorge einfordern
- Nahrung akzeptieren
- anderen vertrauen lernen
- zu lernen, Bedürfnisse erfüllt zu bekommen
- eine emotionale Beziehung aufbauen
- Versorgung und Berührung akzeptieren

Affirmationen und Ermutigungen

- Ich bin glücklich, dass du lebst.
- Du gehörst hierhin.
- Was du brauchst ist mir wichtig.
- Ich freue mich, dass du du bist.
- Du kannst in deinem eigenen Tempo wachsen.
- Du kannst alle deine Gefühle fühlen.
- Ich liebe Dich und kümmere mich gerne um dich.

Gefährdungen

Wenn wir nicht genügend von dem bekommen, was wir brauchen, kann dies dazu beitragen, dass wir glauben, kein Existenzrecht zu haben.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen erschöpft, verletzt, krank oder gestresst sind. Während Zeiten von raschem Wechsel und Wachstum, wenn Menschen einen persönlichen Verlust erleiden, wenn sie ein Baby versorgen, zu Beginn eines neuen Prozesses im Leben.

Doing – Tun (6-18 Monate)

Entwicklungsaufgaben

- Mit allen Sinnen die Welt entdecken
- Sensorische Fähigkeiten entwickeln

- Bedürfnisse artikulieren
- Eine sichere Bindung zu primären und sekundären Bezugspersonen eingehen
- Hilfe in krisenhaften Situationen bekommen
- Anfangen zu lernen, dass es viele Wege und Optionen gibt und dass Probleme nicht immer einfach zu lösen sind

Affirmationen und Ermutigungen

- Du kannst entdecken und experimentieren und ich werde dich dabei unterstützen und beschützen.
- Du kannst alle deine Sinne nutzen, wenn du deine Umgebung erforschst.
- Du kannst Dinge so oft tun wie du es brauchst.
- Du kannst wissen, was du weißt.
- Du kannst dich für alles interessieren.
- Ich mag es, dir dabei zuzuschauen, wie du initiativ bist, wächst und lernst.
- Ich liebe dich, wenn du aktiv bist und wenn du ruhig bist.

Gefährdungen

Wenn Kindern in ihrer Exploration durch inkonsistente Fürsorge oder Überfürsorge beeinträchtigt werden, können sie Probleme entwickeln mit neuen Situationen zurechtzukommen oder sie können von einem überstarken Explorationsbedürfnis getrieben sein.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen eine Zeitlang umsorgt wurden, wenn sie in neuen Umgebungen sind, wenn sie neue Fertigkeiten der Sinne brauchen (ein Musikinstrument erlernen o.ä.), als Vorstufe zum Aufbau einer neuen Ebene von Unabhängigkeit, wenn Menschen ein Kind im Krabbelalter versorgen.

Thinking – Denken (18 Monate – 3 Jahre)

Entwicklungsaufgaben

- Selbstständiges Denken entwickeln
- Grenzen austesten und erleben
- Probleme bearbeiten, den Zusammenhang von Ursache und Wirkung erfassen
- Gefühle ausdrücken, vor allem Ärger

- sich von Bezugspersonen entfernen und das Gefühl behalten, in Sicherheit zu sein

Affirmationen und Ermutigungen

- Ich bin froh, dass du anfängst selbstständig zu denken.
- Es ist okay wütend zu sein und ich werde nicht zulassen, dass du dich und andere verletzt.
- Du kannst nein sagen und Grenzen austesten so viel du es brauchst.
- Du kannst lernen selbstständig zu denken und ich werde selbstständig denken.
- Du kannst gleichzeitig denken und fühlen.
- Du kannst wissen was du brauchst und um Hilfe bitten.
- Du kannst von mir unabhängig werden und ich werde dich weiterhin lieben.

Gefährdungen

Wenn es nicht erlaubt ist, eigenes Denken und eigene Problemlösefähigkeit zu entwickeln, ist es vielleicht schwer, eine eigene Meinung zu entwickeln oder Probleme selbstständig zu lösen. Der Zweifel am eigenen Denken drückt sich vielleicht in einem häufigen „Ich weiß nicht“ aus.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen sich von einer Abhängigkeitsbeziehung lösen, beim Aufnehmen von neuen Informationen und Lernen neuer Konzepte, wenn man eine neue persönliche Haltung entwickelt oder einen Standpunkt einnimmt, wenn man ein Kleinkind erzieht.

Identity and Power – Identität und Selbstwirksamkeit /Kraft / Fähigkeit / Stärke (3-6 Jahre)

Entwicklungsaufgaben

- eine eigene Identität entwickeln
- Informationen über die Welt, sich selbst, den Körper und die geschlechtliche Identität erwerben
- Lernen, dass Verhalten Konsequenzen hat
- angemessenes soziales Verhalten lernen
- Fantasie von der Realität unterscheiden lernen
- die Wirkung der eigenen Kraft und Macht erproben

Affirmationen und Ermutigungen

- Du kannst entdecken wie du bist und herausfinden, wie andere Menschen sind.
- Du kannst gleichzeitig stark sein und um Hilfe bitten.
- Du kannst verschiedene Rollen und Möglichkeiten, stark zu sein, ausprobieren.
- Du kannst erfahren, was die Ergebnisse deines Handelns sind.
- Alle deine Gefühle sind für mich in Ordnung.
- Du kannst lernen, was Spiel/imaginiert und was Realität/wirklich ist.
- Ich liebe Dich so wie du bist.

Gefährdungen

Wenn es nicht erlaubt ist, die eigene Art zu sein auszuprobieren, wenn das Handeln zu schnell als falsch oder richtig bewertet wird, wenn keine Antworten auf Fragen gegeben werden, wenn Rollenspiele und Fantasien lächerlich gemacht werden, wenn auf Fantasien eingegangen wird, als wären sie real.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen sich in einer neuen Rolle befinden und ihre Macht/Aufgabe lernen müssen, wenn sie Angst oder eine Abneigung gegenüber machtvollm Handeln haben, wenn sich Menschen zu sehr zu Höchstleistungen getrieben fühlen, wenn magische/unrealistische Lösungen erwartet werden, wenn Menschen ein Kind in diesem Alter erziehen.

Structure - Struktur (6-12 Jahre)

Entwicklungsaufgaben

- Fähigkeiten weiterentwickeln, dabei Fehler machen und ok sein
- Lernen zuzuhören, um sich zu informiere
- sich im eigenen Denken und Tun ausprobieren
- über Wünsche und Bedürfnisse nachdenken und diese ausdrücken
- unterschiedliche Regeln in der eigenen und in fremden Familien kennenlernen
- die Bedeutung von Regeln lernen
- ausprobieren, was passiert, wenn Regeln gebrochen werden
- Nicht einverstanden sein und gleichzeitig geliebt werden

Affirmationen und Ermutigungen

- Du kannst denken bevor du ja oder nein sagst und aus deinen Fehlern lernen.
- Du kannst deiner Intuition trauen, dass sie dir hilft zu entscheiden, was du (tun) willst.
- Du kannst deine eigene Art und Weise finden, wie Dinge für dich am besten funktionieren.
- Du kannst die Regeln lernen, die dir beim Zusammenleben mit anderen helfen.
- Du kannst lernen, wann und wie du widersprechen und anderer Meinung sein kannst.
- Du kannst selber denken und Hilfe holen anstatt zu leiden.
- Ich liebe dich, auch wenn wir verschiedener Meinung sind. Ich liebe es, mit dir zu wachsen.

Gefährdungen

Wenn Regeln unberechenbar sind, wenn auf Perfektion bestanden wird, wenn erwartet wird, dass Kinder Fähigkeiten ohne Anweisungen oder Hilfen lernen, wenn die Zeit des Kindes durch zu viel vorgegebene Aktivität gefüllt wird und keine freie Zeit für eigene Interessen bleibt, wenn zu wenig Zeit oder Bereitschaft zur Diskussion von Werten und Meinungen da ist.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen sich neue Fähigkeiten aneignen müssen und dabei Fehler machen, wenn sie sich über ihre Wünsche und Bedürfnisse klarer werden wollen, wenn sie die Relevanz alter (Familien) Regeln überprüfen und sich von ihnen lösen wollen, wenn Menschen sich entscheiden wollen, ob sie ihre Fähigkeiten an anderen, an Normen oder an sich selbst messen wollen, wenn sie ihre intuitiven Fähigkeiten weiterentwickeln wollen, wenn Menschen ein Kind in diesem Alter erziehen.

Identity, Sexuality and Separation – Identität, Sexualität und Selbstständigkeit (13-19 Jahre)

Entwicklungsaufgaben

- Weitere Schritte in Richtung Selbstständigkeit unternehmen
- eine klarere emotionale Loslösung von der Familie anstreben
- sich immer mehr zu einer eigenständigen Person mit eigener Identität und Werten hin entwickeln
- kompetent und verantwortlich für eigene Bedürfnisse, Gefühle und Verhalten zu sein
- die eigene Sexualität entwickeln und mit früheren Entwicklungsaufgaben verbinden

Affirmationen und Ermutigungen

- Du kannst wissen wer und wie du bist und Kompetenzen/Fähigkeiten für deine Selbstständigkeit erlernen und einüben.
- Du kannst den Unterschied zwischen Sex und Zuwendung lernen. Du kannst lernen, verantwortlich zu sein für deine Bedürfnisse, Gefühle und dein Verhalten.
- Du kannst deine eigenen Interessen, Beziehungen und Themen entwickeln.
- Du kannst lernen, bisherige Fähigkeiten auf neue Weise zu nutzen.
- Du kannst in deiner Geschlechtsidentität wachsen und trotzdem manchmal noch abhängig sein.
- Ich freue mich darauf, dich als Erwachsenen kennen zu lernen.
- Meine Liebe ist immer mit dir. Ich vertraue darauf, dass du um meine Unterstützung bittest, wenn du sie brauchst.

Gefährdungen

Wenn Erwachsene unverantwortlich, zu wenig sorgsam und liebevoll mit Jugendlichen umgehen, wenn Erwachsene sexuell auf Jugendliche reagieren, die ihre Geschlechtsidentität entwickeln, wenn Erwachsene starre Regeln oder keine Regeln setzen oder nicht bereit sind, Regeln auszuhandeln, wenn Erwachsene das Denken und Problemlöseverhalten nicht akzeptieren, wenn Erwachsene zu verhindern versuchen, dass Jugendliche sich ablösen, wenn Erwachsene es nicht erlauben und aushalten, dass Jugendliche sich zu bestimmten Zeiten unglücklich fühlen, wenn Erwachsene es versäumen, destruktives oder selbstschädigendes Verhalten zu konfrontieren - von Drogenmissbrauch bis hin zu schädigenden Kontakten und Interessen

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Wenn Menschen unsicher sind, welchen Werten sie folgen wollen und dem Zwang der Gruppe folgen, wenn Menschen Probleme haben, Beziehungen oder Jobs zu beginnen oder zu beenden, wenn Menschen übermäßig abhängig von ihrer Familie sind oder sich ganz von ihr entfremden, wenn Menschen Sex mit Fürsorge verwechseln, wenn sich Menschen unverantwortlich für sich selbst zeigen, wenn Menschen ihre Geschlechtsidentität suchen und sich fragen, ob sie lebenswert/wertvoll genug sind

Interdependence – gegenseitige Abhängigkeit / Wechselbeziehung (Erwachsenenalter)

Entwicklungsaufgaben

- Beherrschung von Fähigkeiten für die Arbeit, Freizeit und Entspannung
- einen Mentor/eine Mentorin finden

- In der Fähigkeit, Liebe und Humor zu leben wachsen
- Intimität anbieten und schützen
- die Kreativität erweitern und die Einzigartigkeit von sich und anderen würdigen
- die eigene Verantwortung übernehmen und für die nachfolgende Generation sorgen
- Abhängigkeit, Unabhängigkeit und Verbundenheit ausbalancieren
- die eigene Integrität und Spiritualität vertiefen
- die Kunst des Begrüßens, Verabschiedens und des Trauerns verfeinern
- sich über sich selbst und die Familie hinaus für die Gesellschaft und die Welt engagieren

Affirmationen und Ermutigungen

- Deine Bedürfnisse sind wichtig.
- Du kannst auf einzigartige Weise du selbst sein und die Andersartigkeit anderer anerkennen.
- Du kannst unabhängig und von anderen abhängig sein.
- Über die Jahre kannst du deine Engagement für dein eigenes Wachstum, deine Familie, deine Freunde, deine Gesellschaft und die gesamte Menschheit erweitern.
- Du kannst dein Engagement für deine Werte und Anliegen, deine Rollen und deine Aufgaben aufbauen und überprüfen.
- Du kannst Verantwortung übernehmen für deine Handlungen und Aufgaben.
- Du kannst kreativ, kompetent, produktiv und voller Freude sein.
- Du kannst deiner inneren Weisheit vertrauen.
- Du kannst Menschen, Rollen, Träume und Entscheidungen willkommen heißen und dich von ihnen verabschieden (you can say your hellos and good-byes to ...).
- Du kannst jeden Abschnitt deiner (Lebens-)Reise abschließen und dich auf den nächsten freuen.
- Deine Liebe reift und entwickelt sich weiter.
- Du bist in jedem Alter liebenswert.

Gefährdungen

Wenn Menschen sich dagegen wehren, älter zu werden, wenn sie abgeneigt sind, weiter zu lernen, zu wachsen oder sich zu verändern, wenn sie anderen die eigene Sicht der Welt

aufzulegen wollen oder wenn sie unreflektiert der Weltsicht anderer folgen, wenn sie Passivität, Süchte und Co-Abhängigkeit leben.

Bedeutsamkeit des Stadiums im weiteren Leben

Jede Aufgabe eines Erwachsenen kann jederzeit neu entwickelt (recycling) werden, wenn die Umstände dies erfordern

Integration (toward death) – Integration/Vernetzung/Vervollständigung /Vorbereitung auf das Sterben und den Tod

(Erweiterung zu den Erwachsenen-Affirmationen)

Entwicklungsaufgaben

- weiter lernen und wachsen - jeden Tag
- sich auf das Abschiednehmen, Sterben und den Tod vorbereiten
- die Verbindung mit der Menschheit und die Verbindung mit der eigenen Spiritualität weiter erforschen
- jede Situation mit Herz, Kopf und allen Sinnen erfahren
- die eigene Lebenserfahrung mit den eigenen Werten und Sichtweisen verbinden
- bereit sein, die eigene Lebenserfahrung und Weisheit zu teilen, dabei wissen, wo man weise ist und wo nicht
- sich auf den Verlust von körperlichen und mentalen Fähigkeiten einstellen und zu betrauern

Affirmationen und Ermutigungen

- Du kannst dein ganzes Leben lang wachsen.
- Du kannst den Prozess des Sterbens als einen natürlichen Übergang verstehen.
- Du kannst dich auf das Gehen vorbereiten und sterben, wenn du bereit dazu bist.
- Du kannst die Gaben/Geschenke, die du erhalten und gegeben hast, feiern und würdigen.
- Du hast die Unterstützung, die du brauchst, verdient. Du bist es wert, die Unterstützung zu bekommen, die du brauchst.
- Du kannst deine Weisheit auf deine Weise weitergeben.
- Du bist liebenswert, genau so wie du bist.

Affirmations for starting to grow up again

Es ist okay, heute anzufangen.

Es dauerte lange, Abwehr und Widerstand aufzubauen. Der Prozess der Heilung kann dauern. Einen Schwachpunkt zu heilen, kann heißen zunächst andere Schwachpunkte sichtbar werden zu lassen.

Es ist okay, das Gefühl des Nicht-weiter-Kommens willkommen zu heißen als ein Signal, dass der nächste Schritt besonders wichtig ist und eine wirkliche neue Freiheit auf dich wartet.

Du hast allen Mut, den du brauchst. Je mehr du ihn nutzt, desto mehr wirst du haben.

Du bist die Mühe wert.

„The wood would be very silent if only those birds sang who sang the best. So sing! One day at a time“.

Literatur:

Pam Levin-Landheer, Der Kreis der Entwicklung (übersetzt von Anthony Young), TAJ, Volume 12, Number 2, 1982

Jean Illsley Clarke und Connie Dawson: Growing up again. Second Edition, Center City 1998, Seite 211-242² Pam Levin-Landheer, Der Kreis der Entwicklung (übersetzt von Anthony Young), TAJ, Volume 12, Number 2, 1982, Seite 1f