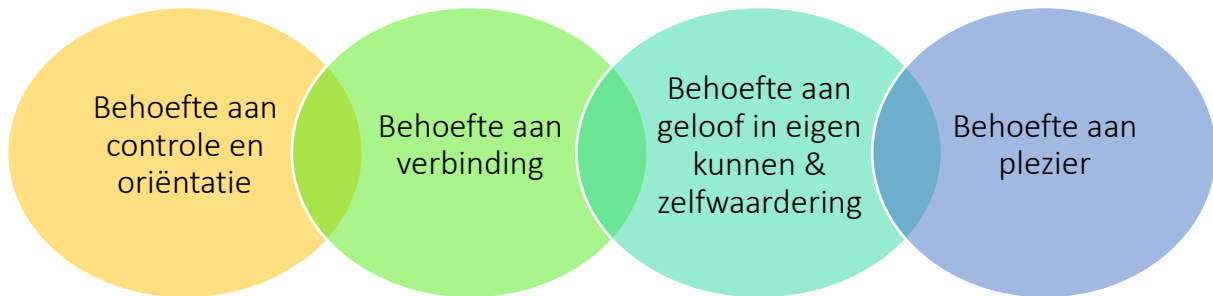


# Klaus Grawe - de vier basis behoeften



Klaus Grawe (1943-2005) is geboren in Duitsland en hij heeft onderzoek gedaan naar psychotherapie en neurobiologie. Grawe bekendste en meest gerefereerde werken zijn Process and Outcome in Psychological Therapy, Psychological Therapy en Neuropsychotherapy.

Zijn meta-analyse uit 1994 over de uitkomsten van psychotherapiestudies was de meest uitgebreide in Duitsland en leidde tot een verhit debat in academische kringen over de werkzaamheid en effectiviteit van verschillende benaderingen en psychotherapie in het algemeen. In zijn onderzoeken stelt Grawe vragen over de ontwikkeling van het therapeutische proces en welke elementen in de psychotherapie het meest effectief zijn. Grawe combineerde de meest effectieve interventies van alle therapieën tot een nieuwe therapeutische aanpak van de vier basisbehoeften.

Kinderen willen zichzelf en het leven om hen heen ontdekken en vorm geven aan hun leven. Situaties begrijpen, je veilig voelen en zeggen wat je voelt.

Kinderen willen verbonden zijn met zichzelf en met anderen. Vertrouwen en geborgenheid ervaren zowel thuis, op school als met vrienden.

Kinderen willen blij zijn met zichzelf en trots zijn op wat zij kunnen. Gewaardeerd worden door anderen om wie je bent en wat je kan.

Kinderen beleven plezier aan het ontdekken van nieuwe dingen en het plezier om iets nieuws te kunnen. Wat je goed kan, doe je met plezier en van binnen uit gemotiveerd zijn om dit te doen; de flow-ervaring.