

Liebe lässt Gehirne wachsen

Die Bedeutung von sicheren Bindungen für resiliente Entwicklungen von Kindern

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

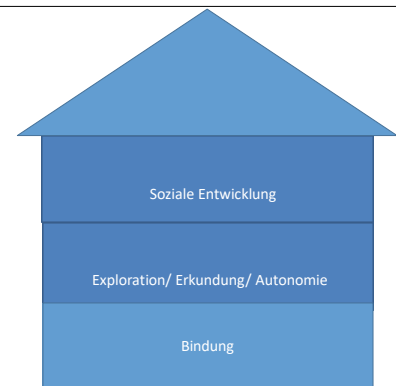
Bindung

- Die emotionale Bindung eines Menschen ist dadurch gekennzeichnet, dass sie ein zwar unsichtbares, aber fühlbares emotionales Band ist, das diese Menschen über Zeit und Raum sehr spezifisch miteinander verbindet (K.H.Brisch)

Unter Bindung verstehen wir diesbezüglich die „starke und innige Beziehung, die wir zu besonderen Menschen in unserem Leben haben und die dazu führt, dass wir uns freuen, wenn wir mit ihnen zusammen sind und uns durch sie gestärkt fühlen, wenn wir uns in belasteten Situationen befinden“ (Berk, 2011, 259)

Grundbedürfnis Bindung

- Bindung ist für das Überleben eines Menschen so grundlegend, wie etwa die Luft zum Atmen, Ernährung und Schlaf
- Eine „sichere Bindung“ ist die Voraussetzung für eine gesunde Weiterentwicklung



copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

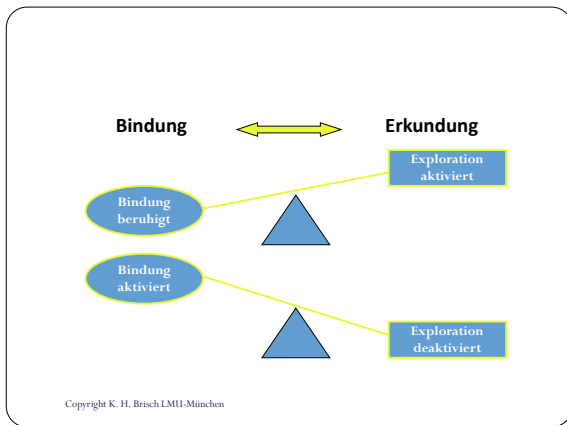
Bindungsbedürfnisse und Signale verstehen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Bindungsentwicklung

Aspekte einer gesunden Bindungsentwicklung

- Vertrauen finden: „Der sichere Hafen“ – Die primäre Bindungsperson
- Fremdeln
- Objekt-Konstanz
- Anhänglichkeit/ Rückanbindung
- Selbstkonzept: „Ich bin, was ich bekomme“



Bindungssystem

- Das Bindungssystem wird immer dann aktiviert, wenn ein Kind (Mensch) sich – aus seiner Wahrnehmung heraus – in einer verunsichernden, bedrohlichen Situationen befindet, die das Stresssystem aktiviert
- Ein aktiviertes Bindungssystem, zeigt sich bei Kindern z.B. in Weinen, Schreien, Anklammern
- Das Bindungssystem des Kindes kann durch feinfühlig Reaktionen der Bindungsperson beruhigt werden

Inneres Arbeitsmodell

- Die Erfahrungen, die der Säugling/ das Kind mit seinen primären Bindungspersonen macht, werden in Form eines „inneren Arbeitsmodells“ (inner- working- models) gespeichert → Bindungsmuster
- Dieses bleibt das ganze Leben lang aktiv

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Indikatoren für sichere Bindungen

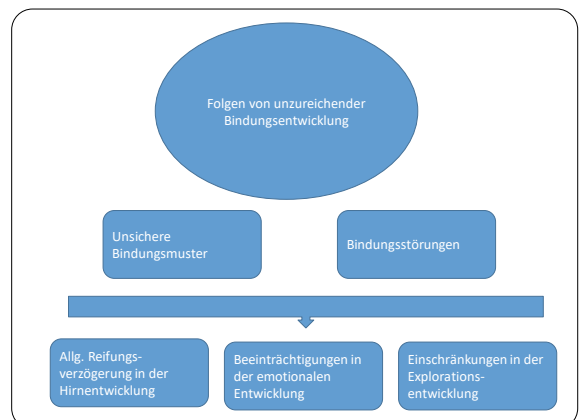
- Wendet sich in Stresssituationen (Verunsicherung, Schmerz, Not...) an seine Bindungsperson (sucht seine Nähe)
- Lässt sich von dieser (schnell) beruhigen
- Zeigt (altersangemessen) ausgewogenes Verhältnis zwischen Exploration und Rückanbindung
- Zeigt in fremden Situationen gegenüber der Bindungsperson Rückanbindungsverhalten (Umschauen, zeigen etc.)

Unsichere Bindungen

- Minimieren von Bindungsbedürfnissen: unsicher – vermeidende Bindungsmusters
- Maximieren von Bindungsbedürfnissen: unsicher-ambivalentes Bindungsmuster

Desorganisierte Bindung und Bindungsstörungen
vor dem Hintergrund von Traumatisierungen und schweren biografischen Bindungsbelastungen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



Vorbildlich sein – stabile Bindungsbeziehungen gestalten

*„Gib mir ein kleines bisschen Sicherheit....in einer Welt
in der Nichts sicher scheint....“ (Silbermond)*

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Pädagogik ist eine Beziehungsprofession

- Pädagogische Fachkräfte haben in ihrer Rolle eine Vorbildfunktion inne
- Diese bezieht sich in erster Linie auf die Interaktions-/Bindungs- und Beziehungsgestaltung gegenüber Kindern, Eltern, Kolleginnen...
- Erziehung bedeutet in diesem Sinne vor allem im vorbildlichen Sinne Gefühle, Werte und ein gutes Miteinander zu vermitteln und zu initiieren

(in Anlehnung an Weltzien u.a. 2016)

„Kinder lernen nicht durch das was wir sagen, sondern durch das was wir tun!“

Das Fundament bindungsorientierter Arbeit: Bereitschaft zu „professioneller Nähe“

*Herzlichkeit
Mitmenschlichkeit
Freundlichkeit
Zugewandtheit
Achtsamkeit
Liebevoller Güte
Wärme
Hilfsbereitschaft
Großzügigkeit/ Gnade*

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Ohne gute Beziehungserfahrungen wird es nicht gehen. Nur wer von anderen lernt, wie sich Sicherheit, Unterstützung, Mitgefühl und Akzeptanz in allen, auch den dunkelsten Bereichen der eigenen Persönlichkeit anfühlen, wird lernen, sich selbst und andere entsprechend zu behandeln.

(nach Michaela Huber in: Der Feind im Inneren, S.18)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Sicheres Bindungsangebot

Sichere Bindungen entstehen durch.....

- Erfahrungen von Präsenz
- Resonanz
- Feinfühligkeit und Beruhigungserfahrung
- Assistenz
- Gemeinsames Handeln

I.Präsenz

- **Äußere Verfügbarkeit:** Transparenz, Anwesenheit, Ansprechbarkeit, Sichtbarkeit, Erreichbarkeit
- **Emotionale Verfügbarkeit:** Interessierte Haltung, Schwingungsfähigkeit, meine innere Aufmerksamkeit gehört Dir
- **Blickkontakt** („Ich sehe dich“)
- **Körperkontakt** („Ich bin in deiner Nähe“)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

II. Resonanzfähigkeit als Bindungsfundament

Still faces Experiment

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Basale Resonanz: Synchronisation

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Sprachliche Resonanz

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

II. Feinfühligkeit

- Ich nehme Dich wahr,
- ich höre deine Signale
- ich bemühe mich, deine Signale (Bedürfnisse) empathisch zu verstehen sowie
- sie angemessen
- und prompt zu beantworten

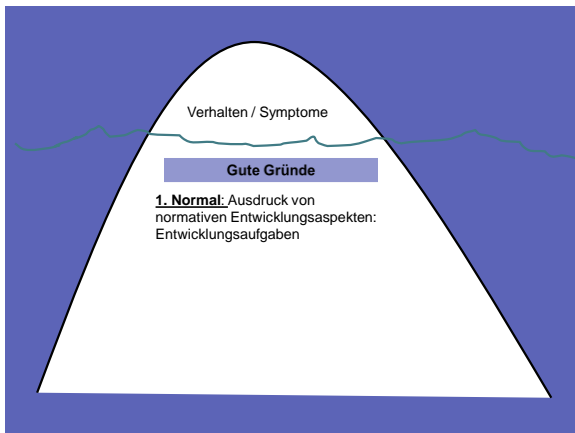
Feinfühligkeit

- Die sich entwickelnde Bindungsqualität wird weitgehend von der Feinfühligkeit und emotionalen Verfügbarkeit der Hauptbezugsperson bestimmt E.Haug-Schaebel
- Die Person mit der höchsten Feinfühligkeit in der Interaktion, wird von den Kindern als primäre Bindungsperson aufgesucht
- Große Feinfühligkeit fördert eine sichere Bindung

Richtiges Interpretieren der Signale.....

- (Entwicklungs-)alter und damit verbundene Entwicklungsaufgaben bei der Interpretation des Verhaltens berücksichtigen.....

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



Entwicklungsperiode

- 0- 1 Jahr

- **Bindungsentwicklung**
- Sensomotorische Organisation
- Grundlegende motorische Fertigkeiten (Fortbewegungsentwicklung, Greifen)

→ „Ich bin was ich bekomme!“

Entwicklungsperiode: 1-3 Jahr

- **Exploration und Erkundung**
- Interesse an Funktion/ Mechanik
- Explosion der Sprachentwicklung
- Ich-Findung (ca. 18. Monat)
- Autonomiephase
- Verfeinerung motorischer Fähigkeiten
- Emotionale Ausdifferenzierung

„Ich bin, was ich will“

Entwicklungsperiode

3- 6 Jahr

- **Soziale Kooperation**
- Standpunktwechsel
- Sauberkeitsentwicklung
- Selbstkontrolle/ Selbststeuerung
- Magisches Erleben und Realitätsprüfung

Richtiges Interpretieren der Signale



.....angemessene Reaktion....

- (Entwicklungs-)alter angemessen
- dem Bewältigungsvermögen des Kindes entsprechend (Stresstoleranz?)
- dem Motiv und Bedürfnis des Kindes angemessen (nicht einem pädagogischen Ziel unterworfen)
- Im Sinne eines hilfreichen Modells (Introjektion)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Feinfühliges Verhalten

- **Sprache** → wertschätzende, anerkennende, spiegelnde Wortwahl: „Babytalk“
- **Stimme** → liebevoller, ruhiger Tonfall; geduldiges, langsames, deutliches Sprechen
- **Rhythmus** → angemessenes Tempo in Reaktion und Beantwortung
- **Blickkontakt** → interessierte, der emotionalen Lage des Kindes angemessene Mimik, Augenkontakt
- **Berührung/Körper** → Ruhige, gelassene, den Kindern zugewandte Körperhaltung; Berührung

Feinfühligkeit in der Kommunikation

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

1. Feinfühligkeit Sprache/ Emotionale Resonanz

Sprechen über das, was das Gegenüber innerlich bewegt:

Verbalisieren/ Spiegeln von

- Emotionen,
- möglichen Motiven,
- Wünschen,
- Bedürfnissen,
- Sichtweisen

des Gegenübers

„Emotionale Resonanz gibt psychische Sicherheit, beruhigt das Stresssystem und unterstützt kooperative Prozesse und Compliance beim Gegenüber“

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

Feinfühligkeit in herausfordernden oder Konflikthaften Situationen

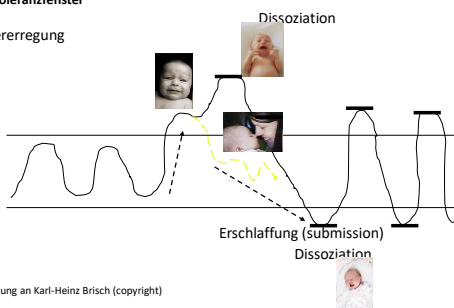
copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

Feinfühligkeit und Stressreduktion

Stresstoleranzfenster

Übererregung

+



In Anlehnung an Karl-Heinz Brisch (copyright)



Liebe mich,
wenn ich es am wenigsten verdient habe,
denn dann brauche ich es am meisten.

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

Haltung

- Es gibt gute Gründe, dass Du Dich manchmal fühlst wie Du Dich fühlst
- Ich helfe Dir zu erkennen, wann es beginnt Dir schlecht zu gehen
- Ich unterstütze Dich darin, wie Du lernen kannst, dann gut für Dich zu sorgen
- Ich bin an deiner Seite, wenn Du von deinen Zuständen überwältigt wirst und helfe Dir, die Kontrolle über Dich zurückzugewinnen
- Hab keine Angst – wir schaffen das schon!

Co-Regulation

- **Emotionale Resonanz:** Sprechen über das, was das Kind innerlich bewegt: Verbalisieren von Emotionen, möglichen Motiven, Wünschen, Bedürfnissen des Kindes
- **Handlungsbegleitende Kommentare** – verbale Transparenz gegenüber eigenen Handlungen
- **Beruhigungsanker nutzen (was bringt den anderen in guten Zustand...Anbieten zur Verfügung stellen...)**
- **Nachträsten, wenn Affekt noch nicht runter ist**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Feinfühligkeit in Konfliktsituationen

Grundlegende Bereitschaft zur Wiederherstellung von Einstimmigkeit

„Schon sehr kleine Babies mögen es nicht, wenn die Harmonie abhanden kommt, also werden beide Seiten schnell aktiv und stellen sie wieder her. Gerade diese Wiederherstellung der Einstimmigkeit ist sehr wichtig, denn durch sie baut sich in Beziehung Vertrauen auf.“

(Marianne Bentzen, 2016)

Gesten und Haltungen zur Wiederherstellung von Einstimmigkeit

- **Raum geben für den Konflikt und die Befindlichkeit des Gegenübers**
- **Verständnis zeigen**
- **Position des Gegenübers einbeziehen**
- **Ansprechen von Unstimmigkeit**
- **Gesichtsverlust verhindern**
- **Kompromissbereitschaft**
- **Versöhnungsgesten**
- **Sich entschuldigen**
- **Gnädig sein**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Feinfühligter Umgang mit Begrenzung und Regeln

Begrenzen als Beziehungs- statt als Erziehungsaspekt

- **Überprüfen** ob eine Regel/Grenze angemessen ist und ggf. ändern!
- **Anerkennen und Verbalisieren** der Bedürfnisse/ Gefühle/ Sichtweisen des Gegenübers, wenn sein Bedürfnis nicht befriedigt wird
- **Verhandeln:** ggf. nach Alternativen für Bedürfnis suchen (dies nicht – was stattdessen; bzw. was könnte helfen)
- **Signalisieren**, dass ich im Konflikt im Kontakt bleibe und interessiert an einer Lösung bin, (ggf. später darauf zurück kommen)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Assistenz

- Ich unterstütze Dich, wenn Du an den Grenzen deiner Handlungsfähigkeit bist
- Ich nehme dein Bedürfnis nach Hilfe und Unterstützung an und ernst
- Ich helfe Dir nicht mehr und nicht weniger als es für Dich angemessen und von Dir gewünscht ist

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

V. Gemeinsames Handeln

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

„Geteilte Freude lässt ein Selbstgefühl entstehen, in dem Stolz, das Empfinden der eigenen Geltung und die Überzeugung liebenswert und kompetent zu sein, mit der Gewissheit zusammentreffen, etwas in der Welt bewegen zu können.“

Daniel Hughs

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Bindungsorientierung in der Gruppe

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Was das Frontalhirn für stabile Reifung braucht:

- Gefühl der Verbundenheit
- Erfahrungen, dass Beziehungen sinnvoll sind
- Zugehörigkeit

Erst wenn dieses basal erlebt wird, wird die Willenskraft aktiviert, die für Selbststeuerung, Impulskontrolle, Affekt/Bedürfnisregulation, Rücksichtnahme notwendig ist

(in Anlehnung an: Marianne Bentzen)

Zugehörigkeit in der Gruppe schaffen

- Du gehörst zu uns!
- Wie können wir Dir helfen, dass es Dir besser geht?
- Ressourcen des Kindes in der Gruppe sichtbar machen!
- Kinder stabilisieren mit Schwierigkeiten umzugehen, um Ausschluss zu vermeiden

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Time-out widerspricht einer bindungsorientierten Pädagogik

Bindung ist ein Grundbedürfnis, das die psychische Gesundheit und Stabilität eines Menschen maßgeblich beeinflusst!

Menschen im Rahmen ihrer Bindungsbedürfnisse mit „Liebesentzug“ und „Ausschluss aus der Gemeinschaft“ zu bedrohen, und somit Anpassung und Unterwerfung zu erzwingen, gehört im Rahmen der aktuellen „Kinderschutzdebatte für Einrichtungen“ in den Bereich der **emotionalen Gewalt**, da es den Kriterien von Machtmissbrauch entspricht und die psychische Unversehrtheit von Kindern bedroht!

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Geliebte Menschen fangen keine Kriege an!

„Der empathische Umgangsstil mit Kindern (Menschen) könnte eine Keimzelle für die Verbreitung von mehr Empathie in menschlichen Beziehungen überhaupt werden.

Sollte dies in der Mitte der Gesellschaft ankommen, dürfte die Welt möglicherweise humaner, friedfertiger, kreativer und sozialer aussehen als heute.“ (Dr. Friedrich Manz)

Weitere Informationen zum Thema, sowie Beratung und Fortbildung:

Pädagogisch-Therapeutisches Fachzentrum (PTFZ)
Gertigstrasse 28
22303 Hamburg
Tel. 040/ 650 397 18
[www. paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de](http://www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de)

Ansprechperson: Corinna Scherwath

Veröffentlichungen :

- Corinna Scherwath/Sibylle Friedrich, Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung Reinhardtverlag, Erscheinungsdatum: 3. Aufl. Juli 2016
- Corinna Scherwath: Was Klaras Verhalten uns sagen kann..... Ressourcenorientierte Zugänge bei auffälligem Verhalten, Cornelsen Verlag, Erscheinungsdatum: voraussichtlich August 2018