

Liebe lässt Gehirne wachsen

Die Bedeutung von sicheren Bindungen für resiliente Entwicklungen von Kindern

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Bindung

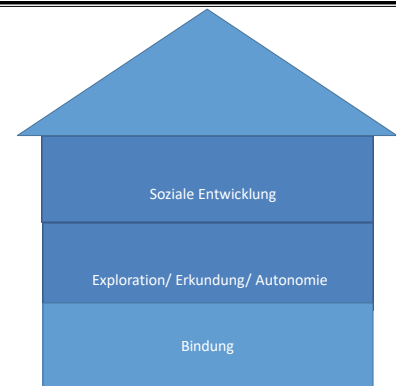
- Die emotionale Bindung eines Menschen ist dadurch gekennzeichnet, dass sie ein zwar unsichtbares, aber fühlbares emotionales Band ist, das diese Menschen über Zeit und Raum sehr spezifisch miteinander verbindet (K.H.Brisch)

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)

Die Bedeutung von Bindung

- Überlebenssystem:** Bindung ist für das Überleben eines Menschen so grundlegend, wie etwa die Luft zum Atmen, Ernährung und Schlaf
- Hirnreifung:** Liebe lässt Gehirne wachsen
- Bindungssystem ist **Gegenspieler zum Stresssystem**
- Resilienzforschung: sichere Bindung ist der bestbekannteste **Schutzfaktor**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

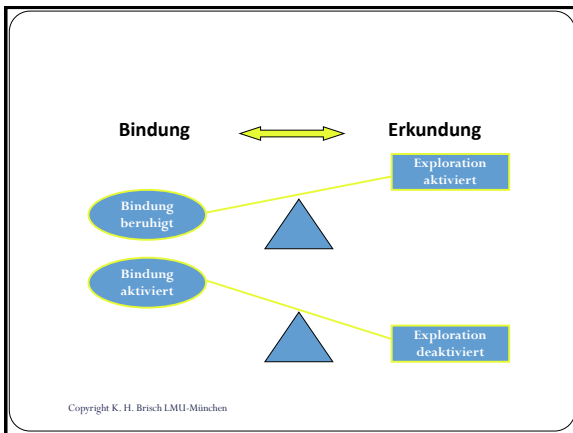
Bindungsbedürfnisse und Signale verstehen

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.)

Indikatoren für sichere Bindungen bei Jugendlichen/ Erwachsenen

- Gefühle ausdrücken und anderen anvertrauen können
- Sich Hilfe holen können
- Hilfe annehmen können (sich beruhigen und helfen lassen)
- guter Wechsel zwischen selbstständigem Handeln und Beziehungssuche (um Bitten können, Rat einholen, sich absprechen...)

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

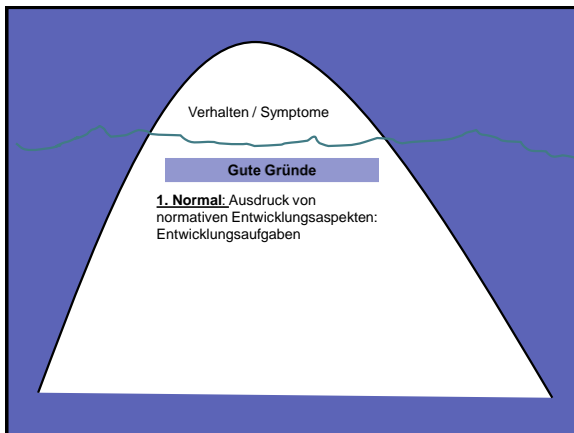
Feinfühligkeit

- 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“

„Die Entwicklung von Kindern, die Entfaltung ihrer Persönlichkeit und ihrer Potentiale hängen davon ab, ob ihnen Autonomie zuerkannt wird und inwieweit sie ihr Recht auf Partizipation im Leben umsetzen können.“

(Haug-Schnabel; Entwicklungspsychologie)

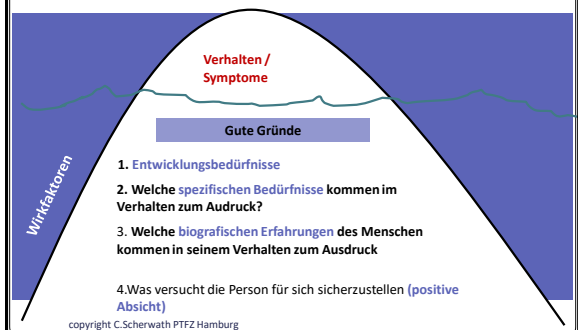
copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Entwicklungsperiode

3- 6 Jahr

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

Richtiges Interpretieren der Signale



Feinfühligkeit und psychische Sicherheit

„Emotionale Resonanz, gibt psychische Sicherheit“

(Grossmann und Grossmann)

Um sich seiner selbst sicher zu sein, braucht ein Mensch die Erfahrung in seinen Äußerungen bedingungslos verstanden, angenommen und beantwortet worden zu sein

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Feinfühligkeit/ Emotionale Resonanz

Sprechen über das, was das Gegenüber innerlich bewegt:

Verbalisieren/ Spiegeln von

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

des Gegenübers

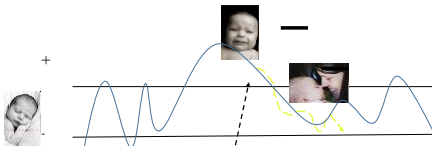
„Emotionale Resonanz gibt psychische Sicherheit, beruhigt das Stresssystem und unterstützt kooperative Prozesse und Compliance beim Gegenüber“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Co-Regulation und Selbstregulation

Stresstoleranzfenster

Übererregung



„Ohne eine gute Selbstregulation, sind wir langfristig kaum in der Lage, mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg/ in Anlehnung an K.H.Brisch

Dami Charf

Was ist Selbstregulation?

Selbstregulation umfasst die Fähigkeiten:

- Aufmerksamkeit auszurichten und zu halten (frühe Form)
- Sich bei emotionaler Berührung und Aufruhr selbst zu beruhigen
- Sich zu erholen und zu entspannen
- Impulse zu fühlen, zu kontrollieren und ggf. zurückzustellen
- Mit Frustration umzugehen
- Absichten zu verwirklichen und Ziele zu verfolgen
- Freude zu empfinden und die Welt zu erkunden

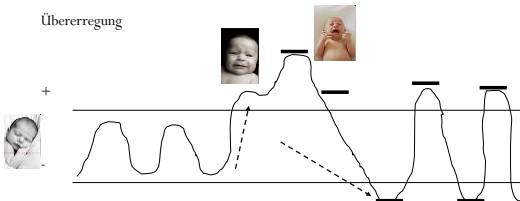
(In Anlehnung an Dami Charf, 2018)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Auswirkungen von mangelhafter Co-Regulation

Dysregulation

Übererregung



Erschlaffung

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg/ in Anlehnung an K.H.Brisch

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...)**
- **Nachtrösten, wenn Affekt noch nicht runter ist**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Es sind also die sozialen Erfahrungen, die die Entwicklung der regulatorischen Systeme beeinflussen – und somit auch das Gehirn, das wiederum alle Formen der Kognition, des Affektes und das Verhalten reguliert

(Affektregulationsforschung nach Alan Shore.)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Feinfühligkeit in herausfordernden oder Konflikthaftern Situationen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



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

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)

VI. Reparaturleistungen

- Sichere Bindung ist ein Zyklus aus Harmonie, Konflikt, Bindungsunterbrechung, Reparatur und Wiederherstellung von Einstimmigkeit
- Ein Kind muss sich darauf verlassen können, dass Konflikte und Verletzungen gesehen und geheilt werden.
- Die Verantwortung für diesen Prozess tragen die Erwachsenen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Assistenz und Hilfsbereitschaft

- 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

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

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

Aktuelle 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 zu auffälligem Verhalten von Kindern,
Cornelsenverlag, Erscheinungsdatum: August 2018