



Die Bedeutung einer sicheren Eltern- Kind-Bindung für Bildung und Bildungsübergänge

Fabienne Becker-Stoll

Staatsinstitut für Frühpädagogik





Ein Gedicht von Steffi Bienick zum Einstieg

urvertrauen

deine augen zu sehen
und dein lächeln
deine hand zu spüren
und deine wortlose stimme
in mir
lassen einfach
alles gut sein

steffi bienick

Urvertrauen

- **Erik H. Erikson**
- führte das Konzept **Urvertrauen (basic trust)** in die Literatur ein
- Im Verlauf des ersten Lebensjahres erwirbt der Säugling ein Grundgefühl, welchen Situationen und Menschen er vertrauen kann und welchen nicht.
- Dieses Grundgefühl bestimmt später, ob der Mensch seiner Umwelt eher optimistisch, zuversichtlich und mit Selbstvertrauen begegnet oder eher pessimistisch.. Erikson (1959). *Childhood and society*



Urvertrauen = Sichere Bindung



Das, was bei Erikson in der ersten Phase der menschlichen Entwicklung das **Urvertrauen** ist, wurde von John Bowlby in seiner Bindungstheorie als **sichere Bindung** definiert und damit in der Bindungsforschung durch Mary Ainsworth empirisch überprüft.



Grundzüge der Bindungstheorie

- Der Mensch ist von Geburt an mit zwei grundlegenden **Verhaltenssystemen** ausgestattet, die sein Überleben und das seiner Art sichern
 - Bindungsverhaltenssystem
 - Explorationsverhaltenssystem



Grundzüge der Bindungstheorie

- Das Bindungsverhaltenssystem ermöglicht es dem Kind von Geburt an, **Bindungsverhalten** gegenüber einer oder einigen wenigen Personen zu zeigen.
 - Bindungsverhalten zielt darauf ab, die **Nähe** einer bevorzugten Person zu suchen, um dort **Sicherheit** zu finden.
- Die meisten Kinder entwickeln in den ersten neun Lebensmonaten Bindungen gegenüber Personen, die sich **dauerhaft** um sie kümmern.
 - Dabei ist das Kind **aktiv** und hat die Initiative bei der Bildung von Bindung.
- Durch Fremdheit, Unwohlsein oder Angst wird das **Bindungssystem aktiviert**, und die Erregung wird durch Wahrnehmung der Bindungsperson – durch **Nähe**, liebevollen **Körperkontakt** und Interaktion mit ihr – beendet.



Phasen der Bindungsentwicklung

- **Erste Phase** der „**vorbereitenden Anhänglichkeit**“ (0 – 3 Monate): Das Baby zeigt Orientierung und Signale ohne Unterscheidung der Person und unterschiedslose Ansprechbarkeit auf alle Personen.
- **Zweite Phase** der „**entstehenden Bindung**“ (3 – 6 Monate): Das Baby zeigt Orientierung und Signale, die sich auf eine oder mehrere besondere Person(en) richten und differenzierende Ansprechbarkeit auf die Mutter, wobei die Ansprechbarkeit auf andere Personen fortbesteht.
- **Dritte Phase** der „**ausgeprägten Bindung**“ (6 – 12 Monate): Das Baby versucht die Nähe zu bestimmten Personen durch Fortbewegung, Signale und Kommunikation aufrechtzuerhalten. Es zeigt jetzt eine scharf definierte Bindung an die Mutter mit auffallender Verminderung der Freundlichkeit gegenüber anderen Personen.
- **Vierte Phase** der „**zielkorrigierten Partnerschaft**“ (12 – 36 Monate): In dieser Phase entwickelt das Kind die Fähigkeit, Ziele und Pläne einer anderen Person zu verstehen und von den eigenen zu unterscheiden. Das Kind versucht, Pläne und Absichten der Partner durch „zielkorrigiertes“ Verhalten mit den eigenen in Einklang zu bringen



Grundzüge der Bindungstheorie

- Das Kind bindet sich nicht nur an die Bezugsperson, die es versorgt,
 - sondern auch an andere Personen, die mit ihm spielen und interagieren.
- Auch wenn das Kind zu mehreren Personen Bindungsbeziehungen entwickelt, sind diese eindeutig **hierarchisch** geordnet.
 - Das Kind bevorzugt eine Bindungsperson vor den anderen.
- Hat ein Kind eine Bindung zu einer bestimmten Person aufgebaut, kann diese **nicht ausgetauscht** werden.
 - Längere Trennungen oder gar der Verlust dieser Bindungsfigur führen zu **schweren Trauerreaktionen** und **großem seelischen Leid**.



Grundzüge der Bindungstheorie

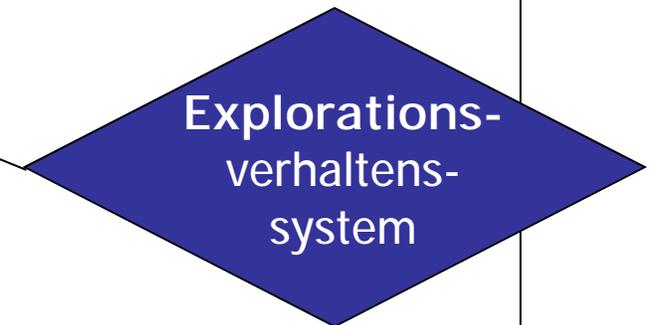
- Komplementär zum Bindungsverhaltenssystem ist das **Explorationsverhaltenssystem**.
- Das Explorationsverhaltenssystem bietet die Grundlage für die **Erkundung** der Umwelt.
- **Explorationsverhalten** ist jede Form der Auseinandersetzung mit der Umwelt und damit die verhaltensbiologische **Grundlage** von **Lernen**.
- Aber auch das **Bindungsverhalten** dient dem **Lernen**
 - Es hält das Kind in der Nähe und in der Interaktion zur Bindungsperson von und mit der es am meisten lernen kann.

Bindung und Exploration

Aktiviert durch Unwohlsein



Aktiviert durch
anregende Umwelt
und Spielpartner



Deaktiviert durch Kontakt
zur Bindungsperson

Deaktiviert durch Unwohlsein



Grundzüge der Bindungstheorie

- Ein Kind kann nur dann **Explorationsverhalten** zeigen wenn sein **Bindungsverhaltenssystem beruhigt** ist.
 - Hat das Baby zu einer Person eine Bindung aufgebaut, kann es von dieser aus seine Umwelt erkunden.
- Kommt das Kind dann bei seinen Erkundungsversuchen in eine **Überforderungssituation** wird sein Bindungsverhalten aktiviert und es wird zur „sicheren Basis“ der **Bindungsperson** zurückkehren.
 - Dort gewinnt das Kind meist über Körperkontakt seine emotionale Sicherheit wieder.
- Das **Bindungsverhaltenssystem beruhigt** sich und das **Explorationsverhaltenssystem** wird wieder **aktiviert**, sodass das Kind sich von seiner „sicheren Basis“ lösen und der Erkundung der Umwelt zuwenden kann.

Das Konzept der Feinfühligkeit (Ainsworth, 1977,1978/2003)

Die Fähigkeit und Bereitschaft der
Betreuungsperson, die Mitteilungen
und das Verhalten des Säuglings

wahrzunehmen und
richtig zu deuten,
und darauf **prompt**
und **angemessen** zu reagieren.

Die **Feinfühligkeit** der Eltern wirkt
sich neben den
Temperamenteigenschaften des
Kindes auf die **Bindungsqualität**
zwischen Kind und Elternteil aus.



Väterliche Feinfühligkeit

(Kindler & Grossmann, 2002)

In westlichen Gesellschaften zeichnen sich die **Vater-Kind-Beziehungen** durch einen hohen Anteil **spielerischer Interaktion** aus, also durch größere Nähe zur **Exploration**.

Viele Väter neigen dazu, die **Neugier** und die **Fähigkeiten** des Kindes eher herauszufordern, als sein nach körperlicher Nähe strebende Verhalten zu unterstützen (Kindler, 2002).

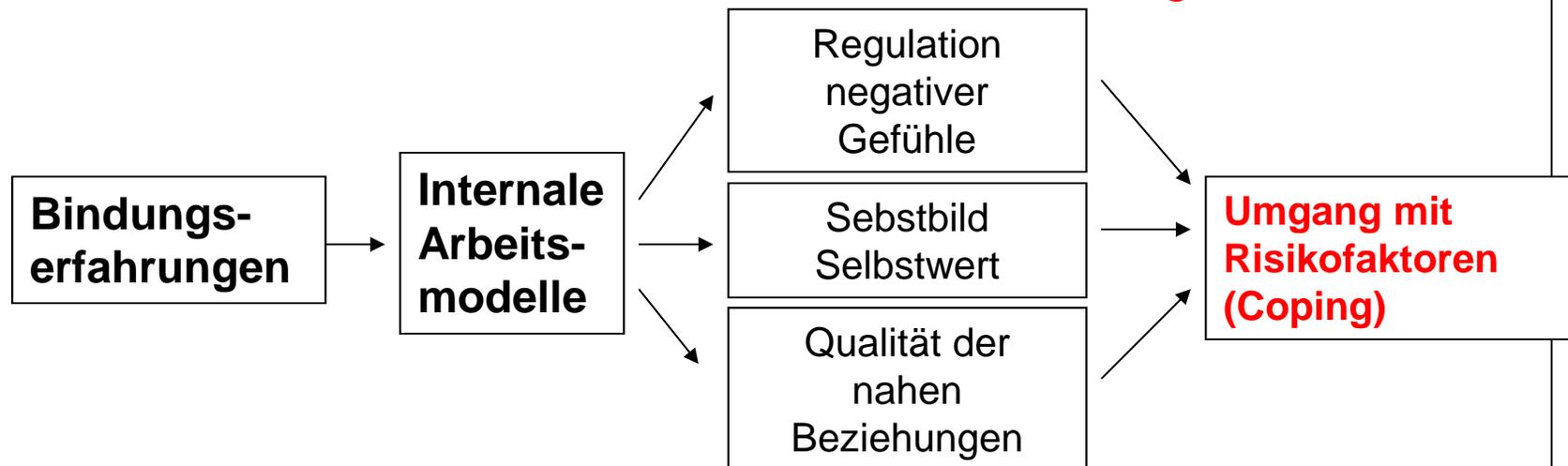
Forschungsergebnisse zeigen:

Zusammenhänge zwischen der **feinfühligem Ermutigung** des Vaters zur **Qualität der Exploration** und dem weiteren Verlauf der **Bindungs- und Sozialentwicklung** sowie der **emotionalen Sicherheit** des Kindes in neuartigen Situationen (Grossmann, 2002).



Bindung, Emotionsregulation und Umgang mit Risiken

Die Entwicklung innerer Arbeitsmodelle von Bindung erklärt die Transition von der **externalen zur internalen Selbstregulation**



Bowlby, 1980; Sroufe, 1989; Grossmann & Grossmann, 1995; Zimmermann, 2000

Auswirkung feinfühligler Zuwendung auf das kindliche Gehirn (Braun et al. 2002)

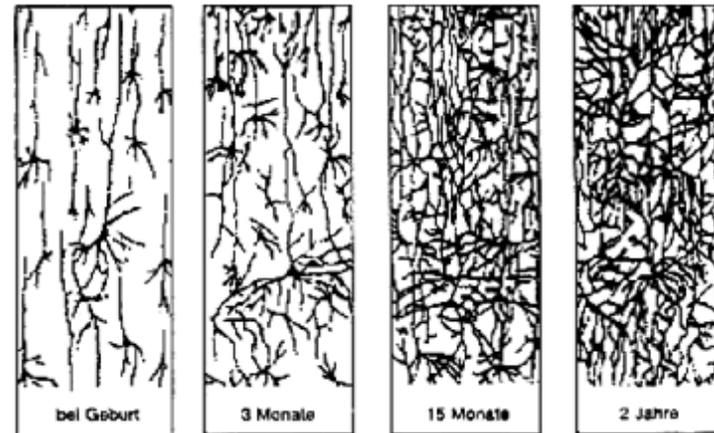
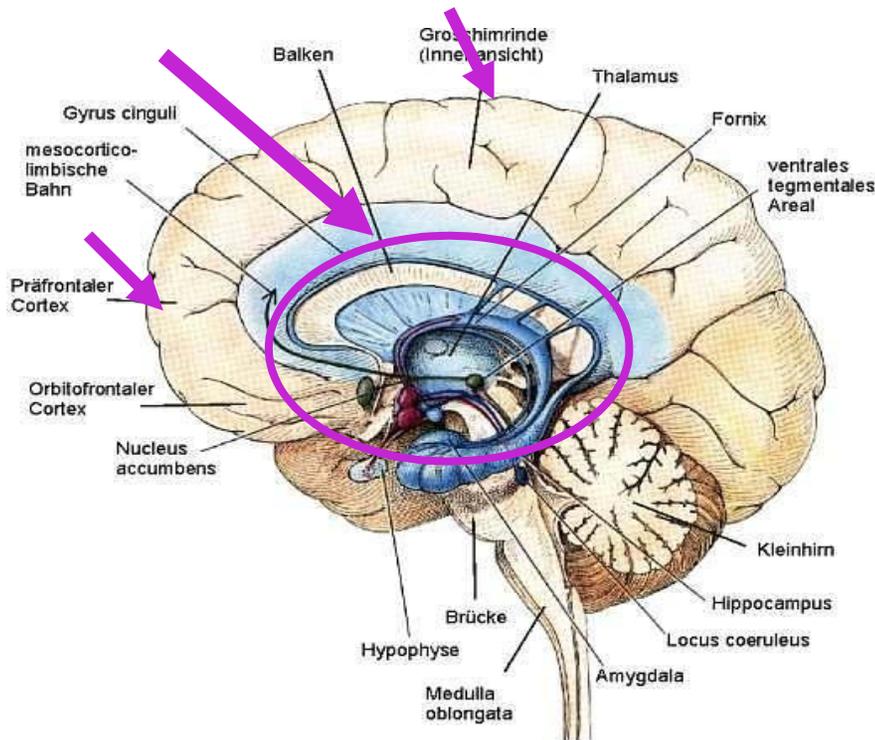
Durch die feinfühligle Interaktion mit dem Kind trainiert die Mutter das Gehirn des Kindes.

Sie stimuliert im Gehirn des Kindes primäre und sekundäre Sinnes- und Bewegungszentren, das limbische System, und Regionen im präfrontalen Cortex.

Die Stimulation dieser drei Hirnregionen führt zu neuen Vernetzungen.

Das gleichzeitige Aktivieren von verschiedenen Nervenzellen führt zu bleibenden Strukturveränderungen.



Frühkindliche emotionale Erfahrungen beeinflussen die funktionelle
Entwicklung des Gehirns (Braun et al. 2002)

Verdichtung der Neuronalen
Netzwerke im Gehirn des Kindes -
Gewicht des Gehirns bei Geburt
400g, mit zwei Jahren 1000g

Abbildung 1: Medianansicht des menschlichen Gehirns mit den wichtigsten limbischen Zentren. Diese Zentren sind Orte der Entstehung von positiven (Nucleus accumbens, ventrales tegmentales Areal), und negativen Gefühlen (Amygdala), der Gedächtnisorganisation (Hippocampus), der Aufmerksamkeits- und Bewusstseinssteuerung (basales Vorderhirn, Locus coeruleus, Thalamus) und der vegetativen Funktionen (Hypothalamus). (Aus [Roth, 2001](#), nach Spektrum/Scientific American, 1994, verändert).

Stressregulation – die Aufgabe der Eltern!



- **Wut, Furcht** und **Trennungsangst** sind bereits bei der Geburt angelegt, um das **Überleben** des Babys zu sichern.
- Ein Kind, das schreit benötigt die Hilfe der Eltern um sich zu beruhigen.

Wird eines der **Alarmsysteme** wie **Wut, Furcht** oder **Trennungsangst** in den instinktiven Teilen seines Gehirns ausgelöst, befindet es sich so lange in einem **Zustand emotionaler Not** und **intensiver körperlicher Erregung**, bis ein Erwachsener ihm hilft sich zu beruhigen.

Das Gehirn des Kindes kann durch Stress nachhaltig geschädigt werden – bis hin zum Zelltod in sehr wichtigen Gehirnstrukturen !

Stressregulation – die Aufgabe der Eltern!

Ein weinendes Kind braucht **Mitgefühl, Beruhigung** und **körperlich spürbaren Trost**, um seine außer Kontrolle geratenen Gehirn- und Körpersysteme wieder ins **Gleichgewicht** zu bringen.



Wird ein Kind mit seinen **intensiven Gefühlen und den Impulsen aus dem unteren Gerhirnbereich** nicht geholfen, kann sein Gehirn nicht die Pfade entwickeln, die es braucht, **um Stress wirksam steuern und bewältigen zu können.**



Stressregulation – die Aufgabe der Eltern!

- Belastende Ereignisse wie
 - der Verlust oder die Trennung von den Eltern
 - oder Misshandlungen und Vernachlässigung
- können auch beim menschlichen Säugling und Kleinkind die synaptischen Umbauprozesse in den **limbischen Emotionsschaltkreisen** verändern.
- **Folge**: ein falsch geknüpftes neuronales Netzwerk, das **Verhaltens- oder Lernstörungen** bis hin zu **psychischen Erkrankungen** bewirken kann.

Stressregulation – die Aufgabe der Eltern!

Erhält ein Kind nicht genügend Beistand beim **Durchleben seiner intensiven Gefühle**, kann daraus eine Überaktivität der Alarmsysteme seines unteren Gehirns entstehen, die später zu **Angststörungen, Aggressionen** oder **Depressionen** führen.



Das Gehirn des Kindes kann durch Stress nachhaltig geschädigt werden – bis hin zum Zelltod in sehr wichtigen Gehirnstrukturen !



Bindung und Emotionsregulation

- Die Unterstützung und emotionale Verfügbarkeit der Bindungsperson ist Voraussetzung für die Entwicklung einer **adaptiven Emotionsregulation**.
- Eine adaptive Emotionsregulation ist ein zentrales Merkmal einer **resilienten Persönlichkeit**.
- Im Säuglingsalter und in der frühen Kindheit wirken die Bindungsfiguren als **externe Organisatoren** für ihre Kinder, indem sie ihnen helfen, ihre **Gefühle zu regulieren**.
- In ihrer Entwicklung zeigen Kinder eine zunehmende autonome Anpassung und wenden dabei die **Emotionsregulationsmuster** an, die sie in der **Interaktion mit ihren Bindungsfiguren gelernt** haben.

Implikationen für die Eltern?

(Margot Sunderland, 2006/2010)

- Alles, was ein Kind mit seinen Eltern erlebt, bewirkt Vernetzungen zwischen den Gehirnzellen seines Großhirns.





Implikationen für Bezugspersonen?

(M. Sunderland, 2006/2010)

- **Deshalb ist die Art,**
 - wie die Eltern diesem Kind **zuhören,**
 - mit ihm **spielen,**
 - es **in den Arm nehmen**
 - und **trösten**
 - und wie Sie es **behandeln,** wenn es unartig ist,
so wichtig.

Es sind diese Momente **mit den Eltern,** die darüber entscheiden können, ob sich dieses Kind gut entwickeln wird.



Implikationen für die Bezugspersonen?

(M. Sunderland, 2006/2010)

- Aufgrund der emotionalen Reaktion der Eltern knüpfen sich im Gehirn des Kindes Verbindungen, die es befähigen später im Leben
 - mit Stress fertig zu werden,
 - erfüllte Beziehungen einzugehen,
 - mit Wut umzugehen,
 - freundlich und mitfühlend zu sein
 - den Antrieb zu haben, Träume zu verwirklichen, Ziele zu verfolgen
 - und tiefe Ruhe zu empfinden.



Warum ist das Wissen, das **sibe** vermittelt, in der Praxis so wichtig?

Familienbildungsstätten und Familienstützpunkte haben einen vertrauensvollen Kontakt zu Familien und oft **beratende Funktion in bindungsbezogenen Fragen, z.B.**

- **in der Geburtsvorbereitung** (z.B. *Wird die Bindung zu meinem Kind Schaden nehmen, wenn ich nicht spontan entbinde?*)
- **im ersten Lebensjahr** (z.B. *(Wann) muss mein Kind durchschlafen/alleine schlafen?, Verwöhne ich mein Kind, wenn ich im ersten Lebensjahr auf alle Signale eingehe? „Klammert“ mein Kind, wenn es weint, weil ich kurz mal weg bin?*)
- **beim Übergang in die außerfamiliäre Betreuung** (z.B. *Auf was soll ich achten, wenn ich mein Kind bei einer Tagesmutter, Krippe, im Kindergarten anmelde?*)
- **aber auch im weiteren Entwicklungsverlauf** (z.B. *Wie kann ich Rebellion und Ablösungswünschen im Jugendalter sinnvoll begegnen?*)



sibe

- ü hilft solche und ähnliche Fragen auf wissenschaftlich fundierter Ebene zu beantworten
- ü Familien einen nachvollziehbaren Orientierungsrahmen, ein Denkmodell für Entwicklungsverläufe an die Hand zu geben
- ü das eigene professionelle Handeln in Gruppen und in Beratung theoretisch zu untermauern
- ü kindliches (und elterliches) Verhalten auf dieser Grundlage einzuordnen und besser zu verstehen

Fazit

- Eine **gesunde Entwicklung** über den Lebenslauf braucht von Anfang an sowohl die **Sicherheit der Bindung** als auch die **Sicherheit der Exploration** .



Feinfühliges Verhalten gegenüber einem Kind fördert die Entwicklung **sicherer Bindungsbeziehungen, eine gelungene Stressregulation** und damit die **Erfahrung von Urvertrauen**.



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

