

Bindung und Autonomie

Die Kunst der Verhaltensbeobachtung in der Eltern-Kind-Begleitung

Zusammenfassung

Das ZOI-Team *AFB-Schwerpunkt Bindung* besteht aus *Fachberaterinnen für Emotionelle Erste Hilfe* (EEH) mit der Weiterbildung *Bindung und Autonomie- Frühe Hilfen auf Basis der EEH*. Es bietet aufgrund der in beiden Modellen (EEH und Bindung und Autonomie) vermittelten Kompetenzen bindungsorientierte Unterstützung und Entwicklungsbegleitung an. Zentraler Bezugspunkt der *EEH* ist der Körper (Harms 2008). Mit der Kenntnis um die physiologische Verfassung eines Menschen verfügen die *EEH-Beraterinnen* über ein *Frühwarnsystem* für die Schwächung der Bindungsbereitschaft und die Möglichkeit, gezielt auf das Bindungsgeschehen einzuwirken. Besonders in Krisen ab der Schwangerschaft und bei deren Bewältigung spielt diese Kompetenz eine große Rolle.

Das Konzept *Bindung und Autonomie* arbeitet im Einzel- und Gruppensetting einerseits mit einer - für den Bereich *Frühe Hilfen* geeigneten - Auswahl von Methoden der EEH und andererseits mit dem ganz eigenen methodischen Ansatz von Interaktionsbeobachtung und Reflexion. Dabei wird das spontane Nähe-Distanz-Verhalten des kleinen Kindes zum Bindungsaufbau während der ersten vier Jahre genutzt. Es ist auch in systemisch anspruchsvollen Konstellationen hilfreich.

Bindungsaufbau und soziales Lernen

Elternverhalten als Prototyp für soziale Kompetenz

Das menschliche Kind ist als *physiologische Frühgeburt* besonders angewiesen auf Schutz und Sicherheit. Im Lauf der Evolution wurde es deshalb zum *Experten* für den Bindungsaufbau, der nicht nur das erste Lebensjahr, sondern rund vier Jahre lang beansprucht. Über Jahrtausende konnte ein Kind in den ersten Jahren nur dann überleben, wenn es sich von Anfang an die Zuwendung seiner Mutter (oder einer Ersatz-Bezugsperson) sichern konnte. Deshalb ist sein Verhalten auf der nonverbalen Ebene so ungemein effektiv. Der Säugling stimuliert das *intuitive elterliche Verhalten* (Papoušek 1987), mit dem Eltern/Bezugspersonen in Ruhe und Selbstkontakt ohne rationale Überlegung oder bewusste Steuerung angemessen auf seine Signale reagieren. Für die anspruchsvolle Co-Regulation (das Kind schützen, nähren, versorgen und beruhigen können) brauchen Eltern die Fähigkeit zur *Resonanz* (zum emotionalen Mitschwingen), die Fähigkeit zur *Empathie* (Unterscheidung der eigenen Gefühle von den Gefühlen des Kindes), die Fähigkeit zum *Perspektivenwechsel* (Einfühlung in die jeweiligen Bedürfnisse des Kindes) und die Fähigkeit zur Abschätzung möglicher Szenarien in der Zukunft. Das Zusammenleben und mit einem Säugling fördert durch sein totales Angewiesen-Sein all diese Fähigkeiten, das Zusammenleben mit einem schon mobilen Baby, einem Kleinkind oder Kindergartenkind ebenso, aber in einer jeweils anderen Gewichtung. Für Eltern/Bezugspersonen, denen es ausreichend gut geht und die sich in emotionaler Sicherheit wissen, ist das fast immer anspruchsvoll, aber zu bewältigen.

Für Eltern/Bezugspersonen dagegen, deren Lebensumstände ungünstig sind, ist das Zusammenleben mit dem Kind mit vielfältigen Schwierigkeiten verknüpft. Soziale Kompetenzen sind als komplexe emotional-kognitive Fähigkeiten unter Stress und Überforderung weniger zugänglich. Bei entsprechender Begleitung liegt jedoch selbst auch für diese Gruppe in vielen schwierigen Situationen die Chance, gut bewältigt zu einer Ressource für künftige Herausforderungen zu werden.

Arbeit entlang der kindlichen Fähigkeiten

Ein konzeptionelles Werkzeug, das *Bindung und Autonomie-Begleiterinnen* dabei hilft, sind die "Sozialen Entwicklungsschritte" (nach Bischof-Köhler, 2011, Medicus, 2020 und Henzinger, 2017). Mit jedem Entwicklungsschritt werden neue Fähigkeiten des Säuglings, mobilen Babys, Kleinkindes und Kindergartenkindes reif, die sein Verhalten erweitern und in mancher Hinsicht auch grundlegend verändern. So erscheint auch die Kompetenz, Bindung zu initiieren und zu festigen in einer jeweils neuen Form. Mit Hilfe des entsprechenden bindungstheoretischen und entwicklungspsychologischen Hintergrundwissens kann die große Vielfalt kindlichen Verhaltens in jeder Entwicklungsphase entschlüsselt und differenziert werden.

Orientierung an den Bedürfnissen des Kindes

Das zweite konzeptionelle Werkzeug, mit dem im ZOI-Team gearbeitet wird, ist das "Zürcher Modell" von Norbert Bischof (Bischof, 1975 und Henzinger, 2017). Es geht von 3 sozialen Grundbedürfnissen aus - Sicherheit, Erregung und Autonomie, die schon jedes Kind ab der Geburt selbstständig regulieren kann (vorausgesetzt, dass die Co-Regulatoren seine Signale ausreichend gut entschlüsseln können). In einem übergeordneten System sind alle Bedürfnisse miteinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig.

Erkenntnisse aus der Bindungstheorie und unsere Erfahrung bestätigen die weitreichenden Auswirkungen eines haltgebenden und anregenden Umfeldes, in dem Selbstwirksamkeit erfahren und gelernt werden kann. Aus einem Gefühl der Geborgenheit heraus wendet sich der Säugling als geborenes *Neugier-Wesen* spontan fremden Reizen zu, Neues wird spielend eingeübt, schon Gelerntes selbstständig variiert und in unterschiedlichen Situationen ausprobiert. Jede autonome Bewältigung einer Aufgabe stärkt das Selbstbewusstsein und die Selbstsicherheit und führt dazu, dass mehr an Erregung ausgehalten werden kann. In einer ganz ähnlichen Weise lernen auch Mütter, die in der Zeit um die Geburt besonders offen, sensibel und lernfähig sind. So lernt aber auch jede andere Bezugsperson Schritt für Schritt. Basis jeder Intervention ist, die Würde und den Autonomieanspruch des Kindes und der Eltern/Bezugspersonen zu respektieren und diese den eigenen Fähigkeiten entlang zu unterstützen.

Soziale Bedürfnisse gelten bis zum Lebensende, sind jedoch immer an die eigenen Fähigkeiten und an die jeweiligen Lebensumstände angepasst. Das heißt, sie können deshalb eigentlich immer nur vom Individuum selbst eingeschätzt werden. Durch gezieltes Fragen können Eltern/Bezugspersonen angeregt werden, ihre eigenen Bedürfnisse zu reflektieren, um herauszufinden, was im konkreten Fall nötig ist und was sie selbst und das Kind brauchen.

1. Was braucht das Kind, was braucht die Mutter/der Vater/die Bezugsperson, um sich emotional geborgen zu fühlen (Sicherheit)?
2. Was macht eine Aufgabe für das Kind/die Mutter/den Vater/die Bezugsperson attraktiv und spannend ohne überwältigend zu sein (Erregung)?
3. Was ist nötig, damit das Kind (die Mutter/der Vater/die Bezugsperson) entweder sich die eigene Aufgabe selbst zutrauen oder die Verantwortung abgeben kann (Autonomie)?

Wenn nicht ausreicht, was Eltern geben können

Das "Zürcher Modell" ist vor allem auch dann nützlich, wenn es darum geht, die Lage eines Kindes zu verstehen, dessen Bedürfnisse über längere Zeit hindurch nicht ausreichend befriedigt werden. Es zeigt dann Verhalten, das man "Bewältigungsverhalten" oder "Coping" nennt. Mit dem sogenannten "Äußeren Coping" versucht das Kind noch, an die Außenwelt zu appellieren oder selbst etwas an den gegebenen Umständen zu verändern, um zu bekommen, was es braucht. Mit dem "Inneren Coping" zieht es sich aber vor seiner Umwelt zurück und verändert sich gleichsam selbst. Spätestens hier sollte die Aufmerksamkeit verantwortlicher Stellen geweckt sein.

Eine belastete Eltern-Kind-Interaktion kann nach einer In-Pflege-Nahme zur flexiblen Nähe-Distanz-Regulation mit einer neuen Bezugsperson führen, wenn sich diese auf den damit verbundenen Bindungs-Prozess und auf die vom Kind angestoßenen "Fragen" einlassen kann, die in jeder Entwicklungsphase andere sind. Der Weg vom "Inneren Coping" geht – sobald das Kind Vertrauen gefasst hat - Schritt für Schritt über das "Äußere Coping" zurück zum flexiblen Nähe-Distanz-Verhalten (und ist meist sehr anspruchsvoll).

Die Weiterbildung *Bindung und Autonomie* stellt die professionelle Fähigkeit sicher, auch kindliches Bewältigungsverhalten im jeweiligen Entwicklungsalter zu verstehen, zu differenzieren und die notwendigen co-regulativen Fähigkeiten der Bezugsperson zu unterstützen.

Literatur

- Ainsworth, Mary (1969): Object Relations, Dependency, and Attachment, A Theoretical Review of the Infant-Mother-Relationship, Child Development, Vol. 40, 969-1025
- Bischof-Köhler, Doris (2011): Soziale Entwicklung in Kindheit und Jugend. Bindung, Empathie, Theory of Mind, Kohlhammer
- Bischof, Norbert (1975): A Systems Approach toward the Functional Connections of Attachment and Fear, in: Child Development, 46, 801-817
- Deyringer, Mechthild (2016): Bindung durch Berührung, Gießen: Psychosozialverlag**
- Harms, Thomas (2016): Emotionelle Erste Hilfe, Bindungsförderung-Krisenintervention-Eltern-Baby-Therapie, Gießen: Psychosozialverlag**
- Henzinger, Ursula (2017): Bindung und Autonomie in der frühen Kindheit, humanethologische Perspektiven für Bindungstheorie und klinische Praxis, , Gießen: Psychosozialverlag**
- Medicus, Gerhard (2020): Was uns Menschen verbindet. Angebote zur Verständigung zwischen Natur-, Kultur- und Geisteswissenschaften, VWB
- Papousek, H. & Papousek, M. (1987): Intuitive parenting. A dialectic counterpart to the infant's integrative competence. In: Osofsky, J.D. (Ed), Handbook of infant development (669-720). New York: Wiley

Materialien für *Bindung und Autonomie*

- 12 Beobachtungsbögen zum Interaktionsverhalten des Kindes (Säugling, mobiles Baby, Kleinkind, Kindergartenkind ab 4-5 Jahren) und dem seiner 1. und 2. Bezugsperson
- 4 Beobachtungsbögen zum Bewältigungsverhalten des Kindes
- 3 Settings für Eltern-Baby/Kleinkind-Beobachtungs-Gruppen