

# U3-Kinder in Familie und Kinderkrippe

Herausgegeben von Serge K. D. Sulz, Alfred Walter und Florian Sedlacek

## Psychotherapie

2020 | 25. Jg. | Heft 2

### Wissenschaftlicher Beirat

Prof. Dr. med. Matthias Berger, Freiburg  
Prof. Dr. med. Peter Buchheim, München  
Prof. Dr. med. Gerd Buchkremer, Tübingen  
Prof. Dr. phil. Josef Duss-von-Werdt, Luzern  
Prof. Dr. med. Hinderk Emrich, Hannover  
Prof. Dr. med. Manfred Fichter, Dipl.-Psych.,  
Prien  
Prof. Dr. med. Erdmuthe Fikentscher, Halle  
Prof. Dr. Toni Forster, Dipl.-Psych., Dachau  
Prof. Dr. med. Michael Geyer, Leipzig  
Dr. med. Siegfried Gröninger, Dipl.-Psych.,  
München  
Prof. Dr. phil. Monika Hasenbring, Bochum  
Prof. Dr. phil. Siegfried Höfling, Dipl.-Psych.,  
Karlsfeld  
Prof. Dr. phil. Renate de Jong, Dipl.-Psych.,  
Münster  
Prof. Dr. med. Rudolf Klußmann, München  
Prof. Dr. phil. Armin Kuhr, Dipl.-Psych., Hanno-  
ver  
Prof. Dr. med. Michael Linden, Dipl.-Psych.,  
Berlin  
Prof. Dr. phil. Jürgen Margraf, Dipl.-Psych.,  
Basel  
Prof. Dr. med. Rolf Meermann, Dipl. Psych.,  
Pyrmont  
Prof. Dr. phil. Wolfgang Mertens, Dipl.-Psych.,  
München  
Priv.-Doz. Dr. phil. Mechthild Papousek,  
München  
Prof. Dr. phil. Franz Petermann, Dipl.-Psych.,  
Bremen  
Prof. Dr. phil. Eibe-Rudolf Rey, Dipl.-Psych.,  
Mannheim  
Prof. Dr. phil. Armin Schmidtke, Würzburg

## Impressum

### Psychotherapie

ISSN 2364-1517 (print)

ISSN 2699-2051 (digital)

[www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie](http://www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie)

25. Jahrgang, 2020, Heft 2

<https://doi.org/10.30820/2364-1517-2020-2>

### Herausgeber

Prof. Dr. phil. Willi Butollo, München

Prof. Dr. med. Thomas Bronisch, München

Prof. Dr. med. Hans-Jürgen Möller, München

Prof. Dr. phil. Dr. med. Serge K. D. Sulz, München

### Schriftleitung

Serge K. D. Sulz

Manuskriptsendungen bitte an:

[prof.sulz@eupehs.org](mailto:prof.sulz@eupehs.org)

### Erscheinungsweise

halbjährlich (April/November)

### Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:

[anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)

### Abonnementbetreuung

Psychosozial-Verlag

Walltorstr. 10

35390 Gießen

Tel. 0641/969978-26

Fax 0641/969978-19

[bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

### Bezug

Jahresabonnement 30,- € (zzgl. Versand)

Einzelheft 34,- € (zzgl. Versand)

Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Beendigung des Bezugszeitraums erfolgt.

### Copyright

© 2020 Psychosozial-Verlag

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck – auch auszugsweise – mit Quellenangabe nur nach Rücksprache mit den Herausgebern und dem Verlag.

### Hauptredaktion

Thomas Bronisch, Serge K. D. Sulz

### Fachredaktionen

Psychiatrie und Psychotherapie: Prof. Dr. med.

Hans Peter Kapfhammer, Graz | Psychotherapeutische Medizin: Dr. med. Friedrich von Heymann,

München | Klinische Psychologie: Prof. Dr.

phil. Eibe-Rudolf Rey, Weinheim | Kinder- und

Jugendpsychiatrie und -psychotherapie: Dr. med.

Peter Altherr, Klingenmünster; Prof. Dr. med. Jörg

Wiese, Nürnberg | Psychotherapie im Alter: Prof.

Dr. Dr. Rolf Hirsch, Bonn | Tiefenpsychologie

und Psychoanalyse: Dr. phil. Matthias Lohmer,

München | Verhaltenstherapie: Prof. Dr. rer. nat.

Winfried Rief, Marburg | Familientherapie: Dr.

phil. Jörg Kaspar Roth, München | Gruppen-

therapie: Univ.-Doz. Dr. phil. Dieter Sandner,

München; Prof. Dr. phil. Volker Tschuschke,

Köln | Neue Psychotherapien: Dr. med. Wolf

Büntig, Penzberg | Pharmakotherapie: Prof. Dr.

med. Gerd Laux, Wasserburg | Klinische Ent-

wicklungspsychologie: Dr. phil. Gisela Röper,

München | Klinische Persönlichkeitspsycholo-

gie: Prof. Dr. rer. nat. Thomas Fydrich, Berlin |

Sexuologie: Dr. phil. Andreas Rose, Nürnberg;

PD. Dr. med. Thomas Moesler, Erlangen | Psy-

chotherapieforschung: Prof. Dr. med. Mathias

Berger, Freiburg; Prof. Dr. med. Horst Kächele,

Ulm | Prävention und Rehabilitation: Dr. med.

Mark Schmid-Neuhaus, München | Kliniken:

Prof. Dr. phil. Wolfgang Hiller, Mainz; Dr. med.

Rainer Schors, München | Tageskliniken: Dr. med.

Igor Tominschek, München | Ambulante Praxis:

Dipl.-Psych. Jochen Weidhaas, Bad Dürkheim |

Geschichtliches: Prof. Dr. med. Matthias Weber,

München | Ethik: Dr. med. Gebhard Allert, Ulm |

Redaktion Österreich: Prof. Dr. med. Gerhard

Lenz, Wien | Redaktion Schweiz: Dr. phil. Peter

von Tessin, St. Gallen

# Inhalt

<b>Editorial</b> Forschung: Vom toxischen Dauerstress in Kinderkrippen zur Vision neuer Formen des Zusammenlebens	5	<b>Herausforderungen an die Mutterschaft</b> <i>Diana Schöniger</i>	69
<b>Bindung als Lebensbasis</b> <i>Gisela Geist</i>	9	<b>Arbeitsbedingungen von Kinderkrippen-Erzieherinnen in Bayern – was Erzieherinnen und Kindern Stress macht</b> Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 1 <i>Serge K. D. Sulz, Alfred Walter &amp; Florian Sedlacek</i>	91
<b>Die ersten drei Lebensjahre: emotionale, kognitive und soziale Entwicklung</b> Was bedeutet eine frühe Krippenbetreuung in dieser Zeit für die Entwicklung des Kindes? <i>Erika Butzmann</i>	23	<b>Die Kinderkrippen-Ampel zur Orientierung für Eltern</b> Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 2 <i>Alfred Walter, Serge K. D. Sulz &amp; Florian Sedlacek</i>	113
<b>Stress im Kleinkindalter durch Fremdbetreuung</b> <i>Martin H. Maurer</i>	39	<b>Forderungen an Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Oder: Das Grundrecht des Kindes, nicht in die Kinderkrippe zu müssen</b> Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 3 <i>Florian Sedlacek, Serge K. D. Sulz &amp; Alfred Walter</i>	121
<b>Kinderkrippen in der DDR</b> Ideologie, Methode, seelische Folgen <i>Antje Beronneau</i>	45	<b>Rezension</b> Nicole Strüber: <i>Risiko Kindheit</i> und <i>Die erste Bindung</i>	147
<b>Kinderbetreuung in Frankreich vor dem Hintergrund aktueller anthropologischer und neurowissenschaftlicher Erkenntnisse</b> <i>Adrian Serban</i>	63	<b>Errata</b>	151

# WORAN WIR WACHSEN

Unser Heft zum Thema innere Stärke



FACHWISSEN SEIT 1974

PSYCHOLOGIE  
HEUTE

[WWW.PSYCHOLOGIE-HEUTE.DE](http://WWW.PSYCHOLOGIE-HEUTE.DE)

# Editorial

## Forschung: Vom toxischen Dauerstress in Kinderkrippen zur Vision neuer Formen des Zusammenlebens

Psychotherapie 2020, 25(2), 5–8

<https://doi.org/10.30820/2364-1517-2020-2-5>

[www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie](http://www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie)

Wir müssen unseren Kindern keine ideale Kindheit schenken. Denn das wäre das Paradies. Aus dem sind wir schon vor sehr langer Zeit vertrieben worden. Es reicht, wenn wir es schaffen, dass unsere Kinder hinreichend gute Eltern haben (Winnicott sprach von »good enough« Eltern). Allerdings ist es unsere Aufgabe, zu prüfen, ob wir hinreichend gut sind. Dazu brauchen wir aber mehr Wissen über die Entwicklung des Kindes in den ersten drei Lebensjahren. Dieser Themenband soll zur Vermehrung unseres Wissens beitragen. Die Autorinnen und Autoren diskutieren auch darüber, was hinreichend gut ist und was nicht. Die wissenschaftlichen Erkenntnisse sind so reichhaltig, dass es leicht ist, künftig Elternschaft wissend und bewusst zu leben.

Wir müssen gestehen, dass wir aktueller Forschung, die aus Instituten kommt, die von der Wirtschaft finanziert werden, hier keinen nennenswerten Raum geben. Wir halten den weithin favorisierten Begriff Bildung für die ersten zwei Lebensjahre für inadäquat. In diesen beiden Jahren geht es um Beziehung und nicht um Bildung. Auch der Slogan »Kinder brauchen Kinder«, taucht bei uns nicht auf, weil Kinder unter 18 Monaten mit Gleichaltrigen noch nichts anfangen können (dagegen mit älteren Kindern sehr wohl). Diese sind in großer Zahl nur Stress. Für eine umfassende Diskussion des Themas verweisen wir auf: *Sulz (Hrsg.) Risiken der Betreuung in Kinderkrippen.*

*Neue empirische Studien. Gießen: Reihe CIP-Medien im Psychosozial-Verlag.*

**Gisela Geist: Bindung als Lebensbasis**

In diesem Artikel geht es um grundlegende Reifungsschritte eines Kindes. Gisela Geist macht deutlich, dass ein Kind auf sichere Bindungserfahrungen angewiesen ist, um mit einer positiven emotionalen Grundstruktur als stabiler Lebensbasis seine Potenziale für ein gelingendes Leben bestmöglich entfalten zu können. Nach der Beschreibung einiger Grundlagen der Bindungsforschung geht die Autorin besonders auf die Identitäts- und Autonomieentwicklung ein. Sie beschreibt, wie beispielsweise ein gutes Selbstwertgefühl, ein eigenes Stress- und Affektregulations-System, Sozialkompetenz sowie Interesse und Motivation zu lernen veranlagt werden können. Zudem wirft sie einen Blick auf die derzeitige Situation in Krippen und einige damit einhergehende Anpassungsleistungen und Verhaltensmuster von Kindern mit deren teilweise langfristigen Folgen.

**Erika Butzmann: Die ersten drei Lebensjahre: emotionale, kognitive und soziale Entwicklung**

Die Autorin stellt fest, dass die frühe Entwicklung gesellschaftspolitisch derzeit fast ausschließlich unter dem Aspekt der kognitiven Bildung betrachtet wird, um die frühe Krippenbetreuung zu legitimieren. Sie zeigt auf, dass diese Sichtweise jedoch dem Kind

in seiner körperlichen und seelischen Verletzbarkeit nicht gerecht wird. Sie stellt die emotionale, kognitive und soziale Entwicklung in den ersten drei Lebensjahren im Einzelnen dar und zeigt, dass eine sichere Eltern-Kind-Bindung die Voraussetzung ist für die Bildungsfähigkeit des Kindes im umfassenden Sinne. Die besonderen Entwicklungsmerkmale bezieht sie anschließend auf die frühe Krippenbetreuung, um deutlich zu machen, in welchen Bereichen sich Entwicklungsrisiken ergeben.

#### Martin H. Maurer: Stress im Kleinkindalter durch Fremdbetreuung

Der Autor berichtet über empirische Forschung, die zeigt, dass sich bei Kindern durch eine frühe Ganztagesbetreuung in der Kinderkrippe das Cortisol-Tagesprofil stark verändert. Das Nebennierenrindenhormon Cortisol dient hierbei als Surrogat-Parameter für Stressreaktionen, die sich auch auf der Verhaltensebene zeigen, vor allem im Bereich Sozialverhalten und Emotionalität. Migrantenkinder und Kinder von problembehafteten Familien profitieren dagegen von der Krippenbetreuung. Zudem haben Rahmen und Setting der Betreuung entscheidenden Einfluss auf die Cortisol-Physiologie.

#### Antje Beronneau: Kinderkrippen in der DDR – Ideologie, Methode, seelische Folgen

Nach einer Darstellung der Lebensbedingungen vor allem der berufstätigen Mütter in der DDR setzt sich die Autorin mit dem Erleben eines Kindes auseinander, dessen »Mutti früh zur Arbeit geht«. Der massive Krippenausbau in der DDR wurde von einer ideologischen Beeinflussung begleitet. Die Geschichte des Krippenausbaus, Erziehungsinhalte und der Alltag in Krippen und Heimen werden detailliert geschildert, ebenso Untersuchungsergeb-

nisse über die körperliche und seelische Entwicklung der betreuten Kinder. Als Folge der zu frühen und oft zu langen Fremdbetreuung in den Krippen der DDR werden von der Autorin Störungen in der Entwicklung des psychischen Selbst angenommen. Dies sollte Gegenstand analytischer Forschung werden, um wesentliche Rückschlüsse über Langzeiteffekte einer zu frühen und zu langen Fremdbetreuung ziehen zu können und um die transgenerationale Weitergabe von traumatischen Früherfahrungen der ehemaligen DDR Krippenkinder zu mildern.

#### Adrian Serban: Kinderbetreuung in Frankreich vor dem Hintergrund aktueller anthropologischer und neurowissenschaftlicher Erkenntnisse

Es scheint eine andere Welt zu sein: In Frankreich hat die Fremdbetreuung von Säuglingen eine sehr lange Tradition: Schon im 18. Jahrhundert wurden in Großstädten wie Paris und Lyon 90 % der Neugeborenen aus allen sozialen Schichten gegen Entgelt Ammen auf dem Land anvertraut, wo sie ihre ersten Lebensjahre verbrachten. Die damals dadurch bedingte hohe Kindersterblichkeit wurde durch gesetzliche Regelungen nach und nach gesenkt und die früh ansetzende Säuglingsfremdbetreuung institutionalisiert, sodass sie heute noch die von der Mehrheit der Eltern bevorzugte Betreuungsform darstellt. Grundlage dafür ist die schon bald nach der Geburt angestrebte emotionale Trennung von Mutter und Kind wie auch eine kulturell tief verwurzelte systematische Unterschätzung der affektiven Bedürfnisse von Säuglingen und ihrer Bedeutung für die Persönlichkeitsentwicklung, und in der Folge ihre Unterdrückung durch eine auf Distanz und starren Regeln aufbauenden Erziehung, die an die in den dreißiger Jahren in Deutschland üblichen Methoden erinnert.

### Diana Schöniger: Herausforderungen an die Mutterschaft

Alleinerziehende Elternschaft braucht Mut und Kraft: Im Zuge der gesellschaftspolitischen Veränderungen über die letzten Jahrzehnte – ausgelöst unter anderem durch wirtschaftliche Anforderungen an höchste Leistungsfähigkeit und Flexibilität in verschiedensten Bereichen des Lebens – erfahren auch familiäre Strukturen einen großen Wandel. Dieser Wandel hat Auswirkungen auf das Leben der Mütter und der Entwicklung der Kinder. Immer weniger können Beziehungs- und Autonomiebedürfnisse aller Beteiligten in dieser Konstellation befriedigt werden. Psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und Burnout nehmen zu – bei Erwachsenen und Kindern. Kinder benötigen jedoch, um zu emotional stabilen und ausgeglichenen Erwachsenen heranzuwachsen, eine beträchtliche Zeit mit mehreren präsenten und stabilen Bezugspersonen, die eine genügende Befriedigung der emotional-sozialen Grundbedürfnisse während der gesamten Kindheit, im besonderen jedoch in den ersten drei Lebensjahren gewährleisten.

Serge K. D. Sulz, Alfred Walter, Florian Sedlacek: Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 1: Arbeitsbedingungen von Kinderkrippen-Erzieherinnen in Bayern – was Erzieherinnen und Kindern Stress macht

Im Versuch, repräsentative Daten zum Stress von Kinderkrippen-Erzieherinnen zu erhalten, wurden Kinderkrippen in Bayern angeschrieben. Mehr als drei Viertel der antwortenden Erzieherinnen berichten über zu viel Stress, mit dessen Bewältigung sie allein gelassen werden. Zugleich geben sie an, dass sie nicht über genügend Stressbewältigungsstrategien verfügen und deshalb nicht ausreichend Selbstfürsorge

betreiben können. Sie sind ganz und gar damit beschäftigt, dafür zu sorgen, dass es ihren Kindern gut geht und diese sich wohl fühlen. Sie würden sich sehr gern dem einzelnen Kind mehr zuwenden, wenn es ihre Arbeitsbelastung zulassen würde.

Alfred Walter, Serge K. D. Sulz, Florian Sedlacek: Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 2: Die Kinderkrippen-Ampel zur Orientierung für Eltern

Die Ergebnisse der Phase-1-Studie führten zu Empfehlungen, die in einer »Kinderkrippen-Ampel« veranschaulicht wurden. In diese gingen in erster Linie die empirisch gewonnenen Aussagen der Erzieherinnen ein. Die derzeit 38 Kriterien umfassende Kinderkrippen-Ampel ist als Orientierungshilfe für betroffene Eltern und ErzieherInnen gedacht und möchte hinsichtlich unterschiedlichster Problembereiche sensibilisieren und Hilfestellung bieten bei der Entscheidung für eine Kinderkrippe oder Kindertagesstätte – auch hinsichtlich des immensen Drucks der sozialen Umwelt, sein Kind in eine Krippe zu geben, dem sich betroffene Eltern immer wieder konfrontiert sehen.

Florian Sedlacek, Serge K. D. Sulz, Alfred Walter: Kinderkrippen-Studie Bayern Phase 3: Forderungen an Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Oder: Das Grundrecht des Kindes, nicht in die Kinderkrippe zu müssen

Die für elterliche Entscheidungen wichtigste Wissensbasis ist die Stress-Forschung. Denn toxischer Dauerstress schädigt das kindliche Gehirn nicht weniger Krippenkinder. Diese Kinder werden später in ihren Entwicklungs- und Bildungschancen beeinträchtigt sein. Viele sind so anpassungsfähig, dass sie durch maximale Anpassung an die widrigen Umstände weniger Stress empfinden müssen. Sie spüren kein Leid mehr

und sind so pflegeleicht, dass Erzieher und Eltern zufrieden mit ihnen sind.

Dies führt zu folgenden Forderungen:

- Keine Kinderkrippe in den ersten zwei Lebensjahren
- Zweieinhalb Jahre Erziehungsgeld in der Höhe des bisherigen Nettogehalts
- Im dritten Lebensjahr maximal halbtags in eine qualifizierte Kinderkrippe
- Im dritten Lebensjahr arbeitet der Vater z. B. halbtags, die Mutter ganztags
- Eine Erzieherin ist für zwei Kinder präsent (Fachkraft-Kind-Relation). Das entspricht einem Personalschlüssel von eins zu fünf, da sie ja auch andere Aufgaben hat
- Die Erzieherinnen dürfen nicht wechseln, sodass das Kind seine feste Bezugsperson behalten kann
- Alle Erzieherinnen müssen gut ausgebildet sein
- Erzieherinnen müssen besser bezahlt werden, z. B. bei Fachhochschulabschluss wie ein Grundschullehrer
- Sofortiger Zulassungs-Stopp für kindsschädliche Kinderkrippen
- Schließung kindsschädlicher Kinderkrippen
- Die Gesellschaft muss wieder zu einbindenden Kulturen für Eltern finden, die Kinderkrippen überflüssig machen
- Die Wirtschaft muss sich am Menschen orientieren. Sie ist für den Menschen da und nicht umgekehrt
- Emanzipation der Frau muss neu definiert werden. Zur Gleichberechtigung

mit dem Mann muss hinzukommen, dass sie für die Gleichberechtigung nicht ihr Muttersein verleugnen muss

- Wir müssen wieder zu menschen- und kinderfreundlichen Familienstrukturen finden
- Forschung nur durch Entwicklungspsychologinnen, die sich auf die Entwicklung von null bis drei Jahre spezialisiert haben
- Forschung nur unter Anwendung von direkter Beobachtung und Cortisol-Messung in der Krippe
- Forschung, die unabhängig ist von Wirtschaftsinteressen

Wir können zu diesen provokativen Thesen viel diskutieren. Wir sollten aber noch viel mehr beginnen, diese durch empirische Forschung zu prüfen.

Den wohl aktuellsten gut zugänglichen Forschungsstand inklusive für Psychotherapeuten leicht verständlichen Zusammenhängen mit der Entwicklung des kindlichen Gehirns bieten die beiden Bücher:

- Nicole Strüber: *Risiko Kindheit: Die Entwicklung des Gehirns verstehen und Resilienz fördern*. Stuttgart: Klett-Cotta 2019
- Nicole Strüber: *Die erste Bindung: Wie Eltern die Entwicklung des kindlichen Gehirns prägen*. Stuttgart: Klett-Cotta 2019

Serge K. D. Sulz,  
Alfred Walter,  
Florian Sedlacek

# Bindung als Lebensbasis

Gisela Geist

Psychotherapie 2020, 25(2), 9–21

<https://doi.org/10.30820/2364-1517-2020-2-9>

[www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie](http://www.psychosozial-verlag.de/psychotherapie)

*Zusammenfassung:* In diesem Artikel geht es um grundlegende Reifungsschritte eines Kindes, die ganz besonders in den ersten drei Lebensjahren auf Beziehung angewiesen sind. Es wird deutlich, dass ein Kind auf sichere Bindungserfahrungen angewiesen ist, um mit einer positiven emotionalen Grundstruktur als stabiler Lebensbasis seine Potenziale für ein gelingendes Leben bestmöglich entfalten zu können.

Nach der Beschreibung einiger Grundlagen der Bindungsforschung wird besonders auf die Identitäts- und Autonomieentwicklung eingegangen. Dabei wird näher beschrieben, wie beispielsweise ein gutes Selbstwertgefühl, ein eigenes Stress- und Affektregulations-System, Sozialkompetenz sowie Interesse und Motivation zu lernen veranlagt werden können. Des Weiteren wird ein Blick auf die derzeitige Situation in Krippen geworfen und einige damit einhergehende Anpassungsleistungen und Verhaltensmuster von Kindern aus tiefenpsychologischer Sicht beleuchtet mit deren teilweise langfristigen Folgen.

*Schlüsselwörter:* Bindungsforschung, Affektregulation, Stressregulation, Identitätsentwicklung, Autonomieentwicklung, Kinderkrippe, U3-Kinder

## Einleitung

Eltern wollen grundsätzlich das Beste für ihre Kinder – und sie haben viele Fragen, was die Kleinen am besten fördern kann. Dabei wird derzeit der kognitiven Förderung und der Erziehung zu Autonomie besonders viel Bedeutung beigemessen, um die Kinder für die Anforderungen unserer globalisierten Welt möglichst früh und möglichst gut vorzubereiten. Denn so viel ist allgemein bekannt: Kinder sind in den ersten Lebensjahren enorm prägnant.

Diesen Anliegen kommen die Schlagworte entgegen, mit welchen für die frühe außerfamiliäre Betreuung geworben wird:

- Frühe Förderung,
- Frühe Bildung,
- Soziale Förderung durch die Gruppe:  
»Kinder brauchen Kinder«.

Wenden wir uns den soliden und gut fundierten Wissenschaften mit der Frage zu: *Was braucht ein Kind für eine möglichst gute Entwicklung in den ersten drei Lebensjahren?* Dabei soll es in erster Linie um die Kinder gehen und deren Grundbedürfnisse. Die sind seit Jahrtausenden die gleichen geblieben, auch wenn sich in unserer Gesellschaft sehr viel verändert hat. Aus jahrzehntelangen Forschungen und Erfahrungen der klinischen Psychologie, der Entwicklungspsychologie, Bindungsforschung und Hirnforschung/Neurobiologie wissen wir: *Eine sichere Bindung ist neben den körperlichen Bedürfnissen das zentrale Bedürfnis der frühen Kindheit.*

## Grundlagen der Bindungsforschung

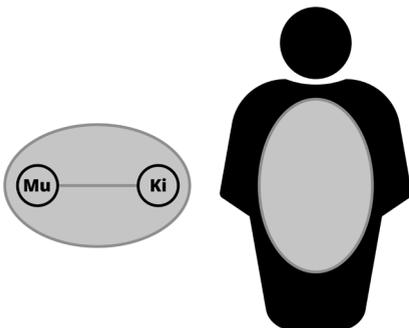
Die Bindungsbeziehung entwickelt sich im ersten Lebensjahr mit der wichtigsten

Fürsorgeperson, die möglichst feinfühlig, liebevoll und verlässlich da ist für das Kind.

Die Mutter ist durch Schwangerschaft, Geburt und oft auch Stillen schon hormonell und emotional auf die Fürsorge für ihr Kind eingestellt. Andererseits ist auch das Kind schon »von innen her« mit ihrer Stimme/Sprache, ihrem Geschmack/Geruch und ihren Rhythmen (Herzschlag, Atem etc.) wie mit keinem anderen Menschen vertraut. Deshalb eignet sie sich in der Regel am besten als *primäre Bindungsperson*.

Das Kind braucht sie noch wie ein Gefäß, wie einen äußeren Uterus, in dem es sich liebevoll und zuverlässig angenommen und geborgen fühlen kann. Der Fachbegriff der Psychologie »Containment« veranschaulicht, dass das Kind zwar nicht mehr körperlich – aber noch seelisch – wie »enthalten« ist in ihr. Dementsprechend gibt es auch den Begriff der »Extrauterinen Frühgeburt« für den Menschen.

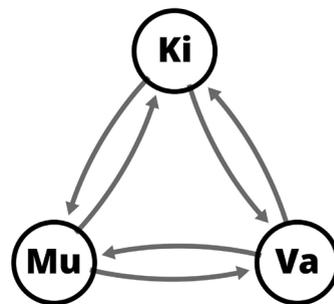
Eltern müssen nicht perfekt sein, aber es geht um die vorherrschende Erfahrung für das Kind, dass seine Bedürfnisse und Erregungen immer wieder zuverlässig (je jünger es ist, desto schneller) aufgefangen und reguliert werden. Was das Kind in der Bindungsbeziehung an Zuwendung, Halt, Sicherheit und Regulierung von außen erfährt, wird es allmählich verinnerlichen (internalisieren). So kann im Kind ein Grundgefühl von Vertrauen und Geborgenheit wachsen, das sogenannte *Urvertrauen*.



Links sehen Sie Mutter (primäre Bindungsperson) und Kind, wie mit einer unsichtbaren, seelischen Nabelschnur verbunden noch als Einheit, denn so erlebt es das Kind. Rechts sehen Sie das ältere Kind bzw. den Erwachsenen: Die frühe Bindungserfahrung ist eine Grunderfahrung, die der Mensch sein ganzes Leben (unbewusst) in sich trägt.

In der meist üblichen Vater-Mutter-Kind(er)-Familie ist ganz zu Anfang der *Vater* besonders wichtig für die Mutter als Halt und Unterstützung. Aber bald (schon im ersten Lebensjahr) kann er idealerweise als weitere primäre Bindungsperson für das Kind allmählich hinzukommen. Man spricht in der Psychologie von *Triangulierung*, die für alle drei das ideale Maß an Beziehung, Sicherheit und Entwicklung ermöglicht. Sie entlastet die Mutter – sie leistet emotional und körperlich Schwerarbeit! –, hilft dem Kind langsam aus der Einheitsbeziehung mit der Mutter herauszuwachsen. Und der Vater kann dann zum gelebten Vater werden.

## Triangulierung



Die Bindung vonseiten des Kindes wird auf englisch mit *Attachment* bezeichnet (Es ist nach der körperlichen Entbindung noch seelisch angebunden (attached)). Es ist darauf angewiesen, dass seine Bindungs-

person ihrerseits Bindung eingeht, was mit *Bonding* bezeichnet wird (zwei Begriffe – das ist sehr stimmig, da beides zusammenkommen muss für eine gute Bindung). Zur naturgemäßen ersten Kind-Mutter-, Mutter-Kind-Bindung kommt idealerweise langsam der Vater hinzu, der ebenfalls Beziehung zum Kind aufnimmt, sodass das Kind langsam Bindung auch zum Vater entwickeln kann.

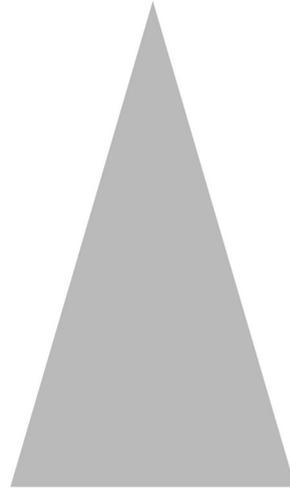
Gleichzeitig sollten natürlich auch die Eltern in Beziehung bleiben! Die Gefahr einer engen Zweierbeziehung mit einem »Ausgeschlossenen« ist hoch. Manchmal ist es der Vater, manchmal das Kind, welches dann als Störenfried in der Paar-Beziehung empfunden wird. Die Herausforderungen durch die Geburt eines Kindes und die Veränderungen im Beziehungssystem sind enorm!

Eine geglückte Triangulierung beschreibt Idealzustände der (immer noch häufigsten) Vater-Mutter-Kind-Beziehung. Jedoch sind auch andere Familien-Modelle denkbar. Alleinerziehende haben es in vielerlei Hinsicht besonders schwer! Auf dieses wichtige Thema kann ich hier leider nicht weiter eingehen.

Ca. ab einem Jahr – das ist jedoch individuell verschieden! – können Kinder mit *wenigen* weiteren (sekundären) *Bindungspersonen* Beziehungen eingehen – ein sorgfältiges Vertrautwerden vorausgesetzt. Die Bindungspersonen haben eine bestimmte *Rangordnung* (Hierarchie) in der Bedeutung für das Kind, das wird in der »*Bindungspyramide*« veranschaulicht.

Wirklich Sicherheit bietende Bindungsperson ist am Anfang (im 1. L.J.) nur eine, höchstens zwei Personen, also die Spitze der Pyramide. Je älter das Kind, desto weiter kann die Pyramide sich nach unten ergänzen mit weiteren Bezugspersonen.

*Bindung bedeutet ein lang anhaltendes*



*emotionales Band zu ganz bestimmten Personen, die nicht beliebig austauschbar sind.*

*Bei der wichtigsten Bindungsperson fühlt sich das Kind in den ersten Lebensjahren nach wie vor am sichersten und am meisten geborgen. Es kommt bei ihr am besten zur Ruhe und kann sich von ihr am besten trösten lassen. Trennungen können höchsten emotionalen Stress bedeuten.*

Weil sich ein Kind bei dieser wichtigsten Bindungsperson *am sichersten fühlt*, kann es bei ihr am besten *seine Gefühle zeigen* wie Freude, Zuneigung, aber auch Kummer, Ärger, ... Es kann bei ihr am besten seine Spannungen loslassen und weinen – weil es zu ihr das größte Vertrauen hat! (nicht, weil sie etwas falsch macht).

Dass es seine Gefühle/Bedürfnisse ausdrücken kann, ist wichtig. Es ist nämlich darauf *angewiesen*, dass sie möglichst zeitnah (je jünger desto mehr) wahrgenommen, angemessen beantwortet und beruhigt werden können, denn allein wird es geradezu überschwemmt davon, was größten Stress und Frustration bedeuten kann. Deshalb ist es noch auf *Affekt-Stress- oder Gefühlsregulation* »*von außen*« angewiesen (auf eine sog. externe Regulation).

Wenn es entsprechende Erfahrungen mit der Bindungsperson macht, kann es ganz allmählich nach dem Prinzip »Lernen am Modell« selbst seine Gefühle verstehen und regulieren lernen. Aber *das braucht Zeit* (Jahre!) und sollte nicht vorzeitig vom Kind erwartet werden.

### **Die Entwicklung der Bindungsbeziehung in den ersten drei Lebensjahren**

- Aufbau der Bindungsbeziehung – Urvertrauen
- Identitätsentwicklung, Selbst-(Wert-) Erleben
- Autonomieentwicklung

Die Bindungsbeziehung, die im *ersten Lebensjahr* aufgebaut wird (als Basis von Urvertrauen) ist damit noch nicht abgeschlossen, sondern *entwickelt* sich weiter und *stabilisiert* sich entscheidend im *zweiten* und *dritten Lebensjahr*.

Im *zweiten Lebensjahr* passiert so viel! Neben so komplexen körperlichen und geistigen Entwicklungen wie laufen und sprechen lernen, ist diese Phase besonders bedeutsam für die *Identitätsentwicklung* bzw. das *Selbst-Erleben* und *Selbst-Wert-Erleben*. Die Fähigkeit der Bindungsperson, emotional mitzuschwingen mit dem Kind (die Schwingungsfähigkeit des Erwachsenen) ist ganz wichtig für das Selbsterleben des Kindes, denn es kann dadurch sich selbst und auch das, was es erlebt, erst richtig und vertieft erfahren. *D. h. ein Kind ist für sein Selbst-Erleben als auch für die Vertiefung und Zuordnung seiner Erfahrungen auf Beziehung angewiesen!*

Im Prozess dieser *Selbst- und Welt-Erfahrung* löst es sich langsam aus der Einheits-

erfahrung mit der Mutter bzw. primären Bindungsperson heraus. Das *verunsichert* es gleichzeitig, denn es verliert dabei seinen bisher vertrauten, sicheren Boden. Deshalb muss es sich umso mehr immer wieder bei ihr *rückversichern*.

Das Kind entwickelt jetzt *eigene Vorstellungen* und kann seine ersten Wutanfälle bekommen, wenn es diese durchkreuzt sieht. Das beginnt ca. mit 1 1/2 Jahren, dem Beginn der Autonomieentwicklung (früher 1. Trotzphase genannt). Da kann man ihm (und sich selbst) gut weiterhelfen, wenn man sich gut einfühlen kann in seine möglichen Vorstellungen und Empfindungen. Je besser man das Kind kennt, desto besser kann man mit ihm umgehen: es entsprechend motivieren und seine Gefühle regulieren. Denn die externe Affekt- und Stress-Regulation ist noch ganz wichtig!

Das Kind ist in dieser Phase der Selbsterfahrung noch ganz auf seine eigenen Empfindungen und Vorstellungen fixiert, also noch ganz egoistisch/egozentrisch/narzisstisch. Es geht ja darum, sich erst einmal selbst zu erfahren. Es kann sich noch nicht in eine andere Position hineinversetzen. Daher ist es auch noch nicht sozial. Gleichaltrige werden folglich tendenziell als Konkurrenten erlebt. Statt Mitgefühl mit anderen wird es selbst angesteckt durch deren Gefühle und statt echtem Zusammen-Spielen gibt es Parallel-Spiel.

Am Ende des zweiten Lebensjahres kann es Mutter/Vater soweit verinnerlicht haben, dass es besser Trennungen überbrücken kann, was jedoch in Belastungssituationen noch nicht stabil ist. Wenn der Prozess der Verinnerlichung noch nicht weit genug fortgeschritten ist, können sich die Verlassenheitsängste bei Trennungserfahrungen existenziell bedrohlich anfühlen!