

Videokurs
Kinder unter 7
Wie sie ticken und
was sie brauchen

Modul 6

Das Bindungsbedürfnis
von Kindern beantworten
und ihre Eigenständigkeit
ehren

Begleitung von Dynamiken
zwischen unreifen Kindern



1. Vom Bindungs- bedürfnis unserer Kinder

Kinder kommen mit der inneren Erwartung auf die Welt, Bindung vorzufinden. Sie bringen ein uraltes Programm mit, das sie intuitiv nach Bindung streben lässt, um überleben zu können.

Erst eine sichere Bindung ermöglicht es ihnen, sich gut zu entwickeln, weil sie alle anderen Bedürfnisse dem Bedürfnis nach Bindung unterordnen.

Und: Bindung ist wie Nahrung. Sie muss regelmäßig „nachgefüllt“ werden, sonst entsteht unangenehmer Hunger. Wie Nahrungshunger hat auch Bindungshunger seine typischen „Zeiten“. Im Großen und Ganzen ist er vor allem vor und nach „Trennungen“ groß. Das bedeutet:

- ★ Morgens (der Nachtschlaf ist auch eine Trennung)¹
- ★ Abends (vor dem Abschied in den Schlaf und in die Nacht)
- ★ Nach sonstigen kleineren und größeren äußeren Trennungen, z. B. nach vertieftem Spielen, längerer Zeit der Beschäftigung mit sich selbst, längeren Spielen mit anderen Kindern, „Fremdbetreuung“, Besuchen bei Verwandten, „Entdeckungstouren“ etc.

¹ Nicht alle Kinder möchten sofort nach dem Aufwachen Nähe tanken. Manche lieben es auch, selbständig aufzustehen und sich erstmal in ein Spiel zu vertiefen. Alle Hinweise hier sind Einladungen, mit geschärftem Blick dein Kind zu beobachten und zu erspüren, wann und wie sich sein ganz eigener Bindungshunger äußert.

Kinder sind abhängig von unserer Nähe und Zuwendung. Wenn ihr „Bindungs-Tank“ leer ist, füllt er sich nur nachhaltig auf, wenn wir ihn von uns aus auffüllen, ohne dass sie sich dafür anstrengen müssen.

Was bedeutet das konkret?

- ★ Wir können unser Kind zum Beispiel morgens nach dem Aufwachen zuerst in unser Bett zum Kuscheln einladen oder es beim Wecken gleich bekuscheln, wenn wir merken, dass es das schön findet.
 - ★ Wir können darauf achten, unserem Kind beim Einschlafen so lange unsere Präsenz anzubieten, wie es das braucht.
 - ★ Wir können es nach dem Kindergarten mit einem leckeren Obstteller, einem freudigen Willkommensgruß und einer Zeit ganz mit uns empfangen etc.
- Um das tun zu können, ist es hilfreich, wenn wir uns zu anderen Zeiten gut um uns und unseren „Raum“ kümmern. Sonst sind wir nicht – oder nicht aus vollem Herzen – offen für Bindung und tun uns auch schwer, sie von uns aus anzubieten. Wir brauchen sowohl Zeiten allein für uns
- als auch Zeiten, in denen wir zwar mit den Kindern zusammen sind, jedoch mit der Aufmerksamkeit bei uns selbst bleiben. Wie wir im Handout von Modul 4 beschrieben haben, ist es für uns und unsere Kinder gut, wenn sie nicht immer in unserem Fokus stehen. (Siehe Handout Modul 4)

2. Von der (un-)stetig wachsenden Selbständigkeit unserer Kinder

Kinder entwickeln sich

von selbst. Man muss ihnen nicht zeigen, wie sie aufstehen und loslaufen sollen. Sie tun es, wenn die Zeit reif ist. Studien haben sogar gezeigt, dass alle Bemühungen, die Bewegungsentwicklung zu „fördern“, das Risiko für Haltungs- und Gelenkschäden erhöht.

So wie mit der Bewegungsentwicklung verhält es sich eigentlich mit allem „Großwerden“ unserer Kinder. Das Trockenwerden, das selbständige Anziehen etc.

Kinder wollen eigentlich nur das eine: groß werden. Wir müssen uns also keine Sorgen machen.

Gleichzeitig wollen Kinder auf dem Weg in ihre Selbständigkeit auch immer mal wieder klein sein dürfen.

Keine Entwicklung in der Natur verläuft ja stetig und immer nur geradeaus. Im April gibt es nochmal Schnee, aber der Frühling kommt trotzdem. Besonders vor anstehenden Trennungen, wenn Kinder müde sind oder in Momenten der Verunsicherung kehren sie gerne zurück in den Hafen unserer Sicherheit und Versorgung.

Wir tun unseren Jüngsten einen großen Gefallen, wenn wir ihre spontanen Schritte in die Autonomie unterstützen (ohne Lob, einfach mit Wohlwollen und Mitfreude – sie tun es ja für sich, nicht für uns) und gleichzeitig ihr Zurückwollen mit viel Großzügigkeit aufnehmen.

Gerade wenn sie zu uns zurückkommen und unsere Hilfe brauchen, weil sie vielleicht der Mut verlassen hat, tut es ihnen besonders gut, wenn wir sie liebevoll und ohne Beschämung empfangen. Wir signalisieren damit, dass wir hinter ihnen stehen und dass es sicher und gut ist, um Hilfe zu bitten.

Jede Form von Druck in Richtung Selbstständigkeit ist für unreife Kinder ungeeignet.

3. Von Großzügigkeit und Feinfühligkeit

Manche Eltern fragen sich, ob sie ihr Kind vielleicht verwöhnen oder etwas Wichtiges unterlassen, wenn sie es nicht aktiv in Richtung Selbständigkeit erziehen.

★ **Wie geht es dir damit?**

★ **Was ist vielleicht deine eigene Geschichte mit den Worten „verwöhnen“ und „selbständig“?**

An dieser Stelle wollen wir ein Plädoyer für das Vertrauen in die Kinder halten:

★ Kinder wollen groß werden. Das liegt in ihrer Natur. Sie brauchen es nicht, dass wir

sie zu mehr Selbständigkeit oder zum Lernen drängen.

★ Was sie freilich schon von uns brauchen, ist unser Vorbild, unsere Inspiration und unsere Anleitung, damit sie ihre großen und kleinen Entwicklungsprojekte verwirklichen können.

Wenn sie uns beobachten, wie wir unsere Schuhe zubinden, dann werden sie, wenn die Zeit da ist, den Wunsch entwickeln, das auch zu können. Sie merken: „Das ist eine tolle nützliche Fähigkeit. Das will ich können.“

Und dann brauchen sie unsere langsame, ihnen gerecht werdende Anlei-

tung und Unterstützung, wenn **sie** es versuchen wollen.

Genauso verhält es sich mit Werten, dem sozialen Miteinander und allem, was Kinder eben lernen. Auch hier werden sie von unserem Beispiel und Vorbild inspiriert. Auch hier möchten sie dies, vermittelt durch freundliche, geduldige Anleitung und Unterstützung von uns oder anderen Erwachsenen, lernen.

Wenn wir keinen Druck ausüben, dann bleibt ihnen dieses Lernen wollen unge-
trübt erhalten. Sie können dann „für sich“
groß werden und müssen es nicht „für uns“,
weil sie unserem Druck folgen. Und es ist
so viel kraftvoller, etwas zu tun, „weil ich es
will“, nicht, „weil du es willst“.

Also lasst uns schon bei den Jüngsten
großzügig sein. Zum Beispiel, wenn un-
ser Kind beim Anziehen um Hilfe bittet.
Sehen wir es als eine Möglichkeit für
Kontakt und Verbundenheit.
Nehmen wir uns Zeit dafür.
Schneller, als wir denken, werden wir
(dafür) nicht mehr gebraucht.

Natürlich gibt es Situ-
ationen, in denen ein
Kind unsere Unterstüt-
zung braucht, um sein
Potenzial zu entfalten.
Ein Beispiel bei be-
stimmten Über- oder
Unterempfindlichkeiten
seiner Sinne oder anderen
Entwicklungsschwierig-
keiten. Diese sehr nützli-
che Unterstützung kommt
aber aus der Motivation,
dem Kind zu helfen,
seinen eigenen Entwick-
lungsweg zu gehen, nicht
aus dem Wunsch, es zu
beschleunigen.

**Auch wenn unser Kind
Schüchternheit zeigt,
brauchen wir es nicht in
den Kontakt zu drängen.**

Es wird in seiner Zeit ganz
von allein „unter Mamas
Rock hervorkommen“.

Unsere Kinder sind eine Einla-
dung, wieder mehr Raum für unse-
re eigene Feinfühligkeit und Ver-
letzlichkeit in uns zu schaffen.

- ★ Wenn es ängstlich ist, schenken wir Raum und Mit-
gefühl, ohne selbst in die Angst zu gehen. Wir wissen,
der Hund ist nicht gefährlich.
- ★ Wir können das zeigen, durch unsere Entspannung
oder dadurch, dass wir ihn selbst streicheln.
- ★ UND wir erlauben dem Kind, seine Zeit zu brauchen,
bis es sich traut. Das erfordert von uns, dass wir selbst
eine positive, nicht ablehnende Haltung gegenüber
Schüchternheit und Angst finden.

Das ist manchmal ein echter Weg.

4. Unreife Kinder untereinander

Wenn unreife Kinder zusammen auf dem Spielplatz, zu Hause oder in Einrichtungen spielen, dann ist das eine Situation, in der sie immer wieder unsere Unterstützung brauchen werden. Sie können ja, wie gesagt, ihre starken Gefühle und spontanen Impulse noch nicht selbst regulieren. Das führt natürlich im Spiel immer wieder zu Momenten, in denen Erwachsene gefragt sind. Kinder unter Kindern brauchen unser gelebtes Vorbild, unsere Unterstützung und unsere Überbrückung.

- ★ Ein Kind nimmt dem anderen den Bagger weg, weil es den gerade braucht, das andere weint, weil es doch den Bagger gar nicht abgeben wollte.
- ★ Ein Kind hat eine tolle Idee und will, dass alle mitmachen, ob sie nun wollen oder nicht; die anderen protestieren und es entbrennt Streit.
- ★ Ein Kind wird ausgeschlossen und ist verzweifelt. Ein Kind wird auf das andere wütend und schlägt ihm die Schaufel auf den Kopf ...

Wer kennt diese Szenen nicht?

Es ist für uns Erwachsene sehr hilfreich, uns immer wieder klarzumachen, dass hier keine böse Absicht im Spiel ist. Unsere jüngsten können noch nicht anders. Ihr Gehirn ist noch nicht so weit. Hier zu schimpfen oder zu tadeln, kommt aus dem Gedanken, das Kind hätte es besser wissen oder machen können. Das ist aber wegen der (emotionalen) Unreife noch nicht so.

Die Kinder üben einfach unreife Reaktionen aneinander aus.

Was brauchen unreife Kinder untereinander von den sie begleitenden Erwachsenen?

Sie folgen spontanen Stimmungen und Impulsen, können diese kaum regulieren und sich noch kein Bild davon machen, welche Folgen ihr Verhalten hat oder wie sich andere dabei fühlen.

★ Kinder brauchen unsere Anleitung. Nicht gemeint ist hier eine Erziehung, die das Ziel verfolgt, dem Kind ein „schlechtes Verhalten“ abzugewöhnen. Vielmehr leben wir selbst den Kindern vor, wie soziales Verhalten geht. Durch unser gelebtes

Vorbild, geduldiges Zeigen, Helfen und Überbrücken lernen sie im Laufe der Zeit selbst zu sozialen Wesen heranzuwachsen.

★ Das Wichtigste, was unreife Kinder untereinander und von uns Erwachsenen benötigen, ist **unsere Gegenwart**.

Besonders braucht es uns zu Beginn einer gemeinsamen Spielzeit, bis ein gemeinschaftliches oder paralleles Spiel gefunden ist. Auch gibt es Konstellationen, die müheloser zusammenfinden als andere. Hier präsent zu sein, bedeutet auch, dass wir erspüren, wie nah es uns braucht. Auch das ist elterliche Führung. Eltern entwickeln oft eine Art „Sinnesorgan“ für die Energie im Spiel. Irgendwie spüren wir, ob die Kinder gut harmonieren oder ob sich eine Spannung oder Frust aufbaut, die unserer engeren Begleitung bedarf.

★ **Wenn Spannung auftritt** oder die Kinder sich ein wenig verlieren und „aus dem Häuschen“ geraten, ist es sehr hilfreich für sie, wenn wir uns einfach **in die Nähe** setzen und wohlwollend präsent sind. Diese Nähe allein kann zu einer Entspannung führen. Wenn Aggression aufkommt, dann hilft es, uns zunächst ganz körperlich zwischen die Kinder zu setzen, um unreife körperliche Reaktionen abzuschirmen.

★ **Wenn wir „zu spät dran“ sind, und ein Streit oder Frust schon eskaliert ist**, ist es hilfreich, als Erstes schnell hinzuge-

hen, uns **zwischen die kleinen Kontrahenten** zu setzen und für **Verlangsamung und Beruhigung** zu sorgen: Wir wollen dann nicht wissen, wie die wahre Geschichte lautet und wer folglich „zuerst etwas gemacht“ hat und damit „schuld“ ist. Wir müssen ganz klar festhalten: Hier haben sich unreife Wesen eben in ihrer Unreife verloren. Das ist altersentsprechend und sehr häufig. Und: Hier ist nie böse Absicht oder „Schuld“ im Spiel. **Unreife Kinder sind naturgemäß „schuldunfähig“.**

- ★ **Wir beruhigen dadurch, dass wir uns selbst beruhigen.**

Vielen hilft es, tief und langsam zu atmen oder die Füße und Beine zu spüren. Ein heftiger Streit zwischen unreifen Kindern ist ja tatsächlich für viele Eltern eine echte Herausforderung. Wie reagierst du in deinem Inneren auf solchen Streit? Hast du dazu eine eigene Geschichte?

- ★ **Es bringt auch viel Ruhe, Körperkontakt anzubieten (wir spüren, ob dies beruhigend wirkt oder – noch – nicht) und alle beteiligten Kinder zu hören.** Es ist so beruhigend für die kleinen Nervensysteme, wenn ein Erwachsener da ist, der sie und ihre Beweggründe versteht. Wir

wollen dabei alle verstehen, **nicht für oder gegen ein Kind Partei ergreifen.**

- ★ **Schließlich wollen wir signalisieren, dass wir uns darum kümmern,** dass die Situation geklärt wird und es eine für alle gute Lösung gibt. Bei dieser Lösung geht es nicht um „exakte Gerechtigkeit“, sondern um eine Lösung, die allen am besten dient. Die wichtige Info an die unreifen Kinder, damit sie sich entspannen können, ist diese: **WIR** sind diejenigen, die sich darum kümmern, dass es allen wieder gut geht. Sie müssen nicht selbst für etwas Sorge tragen, was sie noch nicht oder in dem Moment nicht können.

5. INSPIRATION FÜR DICH

Wenn du dafür offen bist, nimm dir ein wenig Zeit, vielleicht mit dem anderen Elternteil, einer Freundin, einem Freund oder auch einfach mit deinem Forschungstagebuch, um die folgenden Fragen für dich zu bewegen:

1. Kein Druck:

- ★ Wie ist die Vorstellung für dich, auf dein Kind keinen Druck auszuüben?
- ★ Wie ist die Vorstellung, es nicht zu mehr Selbständigkeit zu drängen?
- ★ Wie fühlt es sich an, dein Kind nicht mit Druck zum Übernehmen von Aufgaben, zur Ordnung, zum Zähneputzen etc. zu bewegen?
- ★ Welche Befürchtungen, Sorgen oder Ängste tauchen bei der Vorstellung vielleicht in dir auf?
- ★ Entsteht vielleicht auch Freude oder Neugier?
- ★ Hast du Gedanken in Richtung „Das geht doch eh nicht“?

Spreche deine Reaktionen bewusst aus oder schreibe sie auf.

2. Konflikt oder Streit unter Kindern:

Wenn du das nächste Mal einen Streit oder Konflikt unter Kindern begleitest:

3. Kraftvolle Ressourcen-Sätze für dich:

Wie ist es, wenn du dir sagst:

- ★ Sie brauchen einfach nur mein Dasein, meine Sicherheit. Sie sind innerlich in Stress und Not und können aufgrund ihrer Unreife das noch nicht selbst.
- ★ Ich bin in Ordnung und meine Kinder sind auch in Ordnung. Alles ist gut. Ich werde „einfach“ nur gebraucht.
- ★ Ich muss auch keine Lösung finden. Zuerst geht es einfach nur darum, beide zu beruhigen in ihrem Stress.

Sei gewiss: Durch dein Dasein und deine Ruhe werden sie sich wieder entspannen und dann kannst du ihre großzügige Sonne sein, die für beide schaut, ohne dass du Partei ergreifen musst.

Kernsätze

IN DIESEM MODUL



- ★ Kinder sind abhängig von unserer Nähe und Zuwendung. Wenn ihr „Bindungs-Tank“ leer ist, füllt er sich nur nachhaltig auf, wenn wir ihn von uns aus auffüllen, ohne dass sie sich dafür anstrengen müssen.
- ★ Jede Form von Druck in Richtung Selbständigkeit ist für unreife Kinder ungeeignet.
- ★ Unsere Kinder sind eine Einladung, für unsere eigene Feinfühligkeit und Verletzlichkeit in uns wieder mehr Raum zu schaffen.
- ★ Von unreifen Kindern können wir nicht erwarten, dass sie alleine untereinander Stress gut bewältigen. Indem sie unsere Ruhe und unser Verständnis für alle Beteiligten fühlen und wir Lösungen anbieten, die für alle gut sind, lernen sie von uns, sich sozial zu verhalten.