

Sich verstanden fühlen

von Daniel Siegel und Mary Hartzell

Die Bedeutung von Bindung und Kommunikation für die Entwicklung des Kindes



Neugeborene sind völlig auf die Unterstützung ihrer Eltern angewiesen, um überleben zu können. Meistens wird die primäre Bindung zur Mutter aufgebaut. Sie kann jedoch auch zu jeder anderen liebevollen, einfühlsamen Pflegeperson aufgebaut werden, die dem Neugeborenen Nahrung und Geborgenheit gibt. Mutter und Kind erfahren eine innige Verbindung, die dem Baby ein Gefühl der Sicherheit vermittelt. Wenn Kindern ein Erwachsener als primäre Bezugsperson zur Verfügung steht, der sich auf einfühlsame Weise um sie kümmert und dabei ihre Bedürfnisse wahrnimmt, richtig deutet und darauf antwortet, dann fühlen sie sich sicher. Das Gefühl des Wohlbefindens, das durch vorhersagbare und wiederholte Erlebnisse entsteht, bietet Kindern, was der Pionier der Bindungstheorie, John Bowlby, eine „sichere Basis“ nennt.

Mit diesem inneren Modell der Sicherheit können Kinder sich gut entwickeln und die Welt um sie herum erforschen. Eine sichere Bindung ist in vielerlei Hinsicht mit positiven Entwicklungsergebnissen der Kinder verknüpft, unter anderem im sozialen, emotionalen und kognitiven Bereich.

Die Bindungsforschung betont die Bedeutung der Eltern-Kind-Beziehung für den Umgang von Kindern miteinander, für ihre Sicherheit bei der Erforschung der Welt, ihre Belastbarkeit, ihre emotionale Ausgeglichenheit, ihre Fähigkeit, ihr Leben durch eine zusammenhängende Geschichte als sinnvoll zu begreifen und in Zukunft echte Beziehungen zu anderen Personen aufzubauen. Bindungen sind die Grundlage dafür, wie ein Kind sich der Welt nähert, und eine gesunde Bindung in der frühen Kindheit bietet Kindern eine sichere Basis, um von dort aus etwas über sich selbst und andere zu lernen.

Eine gesunde Bindung in der frühen Kindheit bietet Kindern eine sichere Basis, um von dort aus etwas über sich selbst und andere zu lernen.

Bindungen, Veranlagung und Entwicklung

Die Persönlichkeit eines Individuums entwickelt sich durch den Austausch zwischen den angeborenen, konstitutionellen Temperamentsmerkmalen (wie Empfindsamkeit, Kontaktfreude, Launenhaftigkeit) und den Erfahrungen, die das Kind im Verlauf seiner Entwicklung innerhalb der Familie und mit Gleichaltrigen macht. Die erbten Gene haben starke Auswirkungen auf diese Entwicklung. Sie beeinflussen die angeborenen Eigenschaften des Nervensystems und gestalten, wie andere auf das Kind reagieren. Erfahrungen haben ebenfalls eine direkte Wirkung auf die Entwicklung von Kindern und können die Aktivierung von Genen und die Gestaltung der Gehirnstruktur beeinflussen. Die Fragestellung „Veranlagung oder Erziehung?“ ist missverständlich, denn Veranlagung (Gene) braucht Beziehung (Erfahrungen), damit sich ein Kind optimal entwickeln kann. Gene und Erfahrung gestalten gemeinsam unsere Persönlichkeit.

Das Thema Bindung bezieht sich auf einen sehr wichtigen Aspekt der Kräfte, welche die Entwicklung eines Kindes beeinflussen. Von allen Neugeborenen ist das menschliche Baby eines der unreifsten, mit einem noch sehr unterentwickelten Gehirn, gemessen an der Komplexität, die es gewinnt, wenn das Kind aufwächst. Zudem sind wir als menschliche Wesen ausgesprochen sozial veranlagt: Unsere Gehirne sind dazu geschaffen, mit anderen auf eine Weise in Verbindung zu treten, die bestimmt, wie das Gehirn funktioniert und sich entwickelt. Aus diesem Grunde sind Bindungserfahrungen von zentraler Bedeutung für unsere Entwicklung.

Einige Menschen sind besorgt, die Erkenntnisse der Bindungsforschung würden darauf hindeuten, dass unsere frühe Kindheit unser Schicksal bestimmt. Tatsächlich



zeigen die Forschungen jedoch, dass sich die Beziehung zu den Eltern, und damit einhergehend auch die Bindung eines Kindes, ändern kann. Das bedeutet, dass es niemals zu spät ist, eine positive Wendung im Leben eines Kindes herbeizuführen.

Studien zeigen darüber hinaus, dass eine förderliche Beziehung mit einer anderen Person als den Eltern, in der sich das Kind sicher und verstanden fühlt, eine wichtige Quelle für ein gesundes Selbstbewusstsein darstellt, ein Samenkorn im Geist des Kindes, das sich entfalten kann, wenn das Kind größer wird. Beziehungen zu Verwandten, Lehrern, Erziehern und Betreuern können eine wichtige Quelle der Verbundenheit für ein heranwachsendes Kind bieten. Diese Beziehungen können die sichere Bindung zu einer primären Bezugsperson nicht ersetzen, aber die Kinder können im Verlauf ihrer Entwicklung Kraft aus ihnen schöpfen.