

Barbara Senckel: „Ich sag es dir – und du wirst es verstehen“. Überwindung einer Bindungsproblematik durch die empathische Würdigung der Entstehungsgeschichte.

*Zusammenfassung: Emotionale Verletzungen, zum Beispiel in der Eingewöhnungsphase in die Kita, können beim Kind zu heftigen Irritationen in der Bindungsorganisation führen, die sich zur Bindungsstörungen verfestigen können. Doch lassen sich problematische (Beziehungs-) Folgen einer traumatischen Erfahrung auflösen, wenn das belastende Geschehen dem Kind liebevoll, sachlich korrekt, aber positiv konnotiert, verbal widergespiegelt wird, so dass er es emotional integrieren und verarbeiten kann. Am Beispiel des zweijährigen Jonathan, der durch eine für ihn ungünstige und unverständliche Situationsgestaltung in der Kita emotional schwer irritiert wurde, wird das konkrete Vorgehen dargestellt.*

Eine sichere Bindung ist der beste Garant für die dauerhafte emotionale Stabilität. Sie entwickelt sich im ersten und festigt sich in den nachfolgenden Lebensjahren, wenn die primären Bezugspersonen das kindliche Verhalten differenziert verstehen sowie schnell genug und angemessen – d. h. also einfühlsam – darauf reagieren. Die Erfahrung des verlässlichen und feinfühligem Kontaktes verankert sich im Kind als Vertrauen auf hilfreiche Beziehungen, verleiht ihm Rückhalt und erleichtert ihm dadurch die Verselbständigung.

Im Kleinkindalter ist der sich allmählich bildende Bindungsstil noch sehr störanfällig. Leicht kann sich eine sichere Bindung durch ein einmaliges großes Trauma oder durch sich wiederholende, nicht integrierbare, verletzende Beziehungserfahrungen in einen unsicheren Bindungsmodus verwandeln. Wenn das geschieht, so verändert sich das Verhalten gegenüber der am Problem beteiligten Bezugsperson. Zudem zeigt sich eine deutliche emotionale Instabilität, insbesondere in solchen Situationen, die inhaltliche oder symbolische Ähnlichkeiten mit den/m ursprünglich verletzenden Ereignis/sen aufweisen. Eine Möglichkeit, emotionale Problematik und damit die Bindungsstörung wieder aufzulösen, besteht darin, die verletzende Ursprungssituation empathisch mit dem Kind zu besprechen, so dass es seine Gefühle integrieren und wieder Vertrauen gewinnen kann. Das gelingt auch schon mit Kindern im Kleinkindalter, wie der nachfolgende Bericht von Jonathan und seiner Mutter darlegt.

Jonathans Mutter suchte das Gespräch mit mir, als ihr Sohn zwei Jahre alt war. Sie machte sich Sorgen wegen seines vehementen Trotzverhaltens, das eher Verzweiflungsanfällen als

„normalen“ Trotzanfällen glich – so stellte sie mit dem berufserfahrenen Auge einer Erzieherin fest. Da sie sich durch eine Weiterbildung gerade mit der Bindungstheorie und den Merkmalen des unsicheren Bindungsstils befasste, glaubte sie, diese bei ihrem Sohn zu erkennen. Diese Wahrnehmung beunruhigte sie sehr.

Ich bat die Mutter, das sie belastende Verhalten zu beschreiben. Sie berichtete, dass Jonathan, wenn sie mit ihm auf den Spielplatz wolle, sich weigere, sich die Schuhe anziehen zu lassen, sie aber auch nicht (mit Hilfestellung) selbst anziehen wolle, auch nicht bereit sei, barfuß mitzugehen, aber noch mehr Theater mache, wenn sie ihm anbiete, dann lieber daheim zu bleiben. Er wisse nicht, was er wolle, schreie, weine, trete nach ihr, werfe die Schuhe und sonstige erreichbare Gegenstände umher, lasse sich weder durch tröstende noch durch strenge Worte beruhigen. Es nütze auch nichts, ihn sich selbst zu überlassen. Solch ein „Anfall“ dauere, bis er nach etwa einer Stunde „blau anlaufe“ und schließlich „erschöpft“ sei.

So ein Auslöser und die nachfolgende Szene klingen zunächst wie typisches, allerdings unverhältnismäßig stark ausgeprägtes Trotzverhalten. Man könnte meinen, Jonathan kämpfe mit dem Konflikt zwischen Selbständigkeit und Anpassung. Er möchte selbst entscheiden (z. B. rausgehen oder drinnen bleiben), sich selbständig die Schuhe anziehen, was ihm nicht gelingt und deshalb Zorn auslöst. Dem Willen der Mutter sich zu fügen, würde die Aufgabe seiner Autonomie bedeuten, was er nicht ertragen kann. Das Sich-selbst-überlassen-werden empfindet er hingegen als verlassen-werden, was ebenfalls unerträglich ist. Also reagiert er mit verzweifelterm Trotz und verweigert alles.

Doch wie erklärt sich die extreme Ausprägung dieser „Anfälle“? Hat Jonathan ein besonders heftiges Temperament? Ich bitte die Mutter, das Wesen ihres Sohnes zu beschreiben. Sie schildert einen ansonsten lieben, sonnigen, aufgeschlossenen kleinen Jungen. Nichts deutet auf eine grundsätzliche Unausgeglichenheit oder besondere Erregbarkeit hin. Viele typischerweise Trotz auslösende Situationen verlaufen völlig problemlos. Verhält sich die Mutter besonders ungeschickt? Denn die Verzweiflungsanfälle ereignen sich zumeist in der Interaktion mit der Mutter. Doch ihr Umgang wirkt durchaus angemessen, wenngleich sehr rat- und hilflos. Die Erklärung „Trotzphase“ trifft also vermutlich nicht zu.

Die Mutter selbst tippt – sehr besorgt – auf eine „Bindungsstörung“. Also frage ich nach Jonathans Verhalten in bindungsrelevanten Situationen, insbesondere in Trennungssituationen, und bekomme folgende Antwort: Jonathan besucht seit einem Jahr die Kindertagesstätte. Er gehe dort gerne hin, trenne sich leicht von ihr und wolle gar nicht

heim, wenn sie ihn abhole. Er wehre sich sogar mit Geschrei dagegen. Ich werde hellhörig. Das ist nun allerdings ein Verhalten, das auf eine Bindungsproblematik hinweisen kann. Also lasse ich mir Jonathans „Bindungsgeschichte“ und besonders die Erfahrungen mit der Eingewöhnung in die Krippe berichten. Die Mutter erzählt Folgendes:

Jonathan war ein sonniges lebhaftes, vertrauensvolles Kind und zeigte mit einem Jahr die typischen Merkmale einer sicheren Bindung. Als er zehn Monate alt war, begann sie wieder zu arbeiten. Ein viertel Jahr später wurde er von seinem Vater in die Kinderkrippe eingewöhnt. Weil Jonathan immer wieder kränkelte, dauerte die Eingewöhnung drei Monate, verlief in emotionaler Hinsicht aber problemlos. Die Schwierigkeiten begannen, als die Mutter nach der Eingewöhnungsphase, weil sie in derselben Einrichtung in einer Gruppe mit Drei- bis Sechsjährigen arbeitete, Jonathan morgens mitnahm und nach ihrer Dienstzeit wieder abholte. Zuvor hatte sie sorgfältig vermieden, dass er sie im Kindergarten bemerkte. Doch ließ sich dieses „Versteckspiel“ auf Dauer nicht durchhalten. Jonathan sah seine Mutter immer wieder im Flur oder im Garten. Sie versuchte ihn zu ignorieren, denn sie war zumeist für zwanzig Kinder allein verantwortlich. Doch er kam auf sie zugerannt, klammerte sich an sie, weinte. Sie versuchte ihn zu trösten und zum Loslassen zu bewegen. Vergeblich. Schließlich wurde er gegen seinen Willen unter Geschrei und trotz heftiger Gegenwehr von der Erzieherin mitgenommen. Die Situation spitzte sich zu, so dass seine Mutter nach einem halben Jahr eine neue Kita für ihn suchte, in die er wechselte. Die Eingewöhnung – diesmal von der Mutter begleitet – gestaltete sich einfach: Jonathan weinte nie und verabschiedete seine Mutter stets nach kurzer Zeit. „Es war, als fühlte er sich durch mich gestört“, berichtete seine Mutter.

Sechs Wochen nach dem scheinbar geglückten Wechsel traten neue Schwierigkeiten auf. Jonathan ignorierte seine Mutter, wenn sie kam, ihn heimzuholen, und wollte nicht mehr mit ihr gehen. Die Mutter berichtet: „Wenn ich kam, um Jonathan abzuholen, hat er mich selbst dann noch ignoriert, wenn die anderen Kinder seiner Gruppe nach ihm riefen und ihm sagten, dass ich da sei. Am Anfang empfand ich das nicht als problematisch. Ich dachte mir: mein Kind fühlt sich sowohl in der Kita, dass er nicht mehr nach Hause möchte. Doch bald verstärkte sich sein Verhalten. Er schrie, weinte und wehrte sich so massiv, dass sich das Abholen für uns beide zu einem Horror entwickelte. Parallel dazu begann er zu Hause in Stresssituationen extrem aggressiv zu reagieren, beispielsweise bei Auseinandersetzungen mit mir oder wenn er einen Wunsch nicht erfüllt bekam. Dann warf er wütend seine Spielsachen oder seine Flasche durch die Gegend. Teilweise schlug er

mich, heftig schreiend und weinend. Dabei verlangte er von mir, dass ich seine Sachen wieder aufhebe und ihm gebe. Ließ ich mich darauf ein, so dauerte dieses verzweiflungsvolle Spiel bis zu einer Stunde. Verweigerte ich mich, so schrie er bis zu Erschöpfung, d. h. ebenfalls oft eine Stunde. Wollte mein Mann helfend eingreifen, so verstärkte sich Jonathans Zorn, und er schubste ihn mit den Worten „Papa weg“ zur Seite. Nur manchmal gelang es ihm, ihn abzulenken. So vergingen die Tage und die Wochen, und ich erkannte mein Kind nicht mehr.“

Die Analyse der konfliktträchtigen Situationen lässt also tatsächlich eine Bindungsproblematik erkennen. In diesem Licht betrachtet, kann man auch die zuerst geschilderte Episode als bindungsrelevant interpretieren. Denn auch die Entscheidung „auf den Spielplatz gehen oder drinnen bleiben“ verweist letztlich auf die nicht bewältigte Trennungsproblematik. Denn er hat seine Mutter in dem Übergang von „zu Hause“ zur „Kita“ (und zurück) als wenig hilfreich erlebt. Nun wecken auch nur entfernt vergleichbare Situationen verzweiflungsvolle Gefühle in ihm, und er kann sich seiner Mutter nicht mehr vertrauensvoll überlassen. So begründen sich seine Verzweiflungsanfälle in Übergangssituationen. Die ursprünglich sichere Bindung hat also einen Sprung erhalten, der sich zu einer Bindungsstörung vertiefen und verfestigen kann. Was ist hier zu raten? Die Säuglingspsychoanalyse, wie Eliacheff sie darlegt, erzählt Säuglingen und Kleinkindern, die schwere Traumata erlitten haben, deren Folgen sich in eventuell sogar lebensbedrohlichen psychosomatischen Störungen manifestieren, wohlwollend-empathisch die verletzenden Ereignisse, denen sie ausgesetzt waren. Dabei betont sie bei aller Dramatik (z. B. bei „Klappenbabies“, die anonym abgegeben wurden) auch den positiven Aspekt (z. B. „deine Mutter wollte, dass du lebst“). Sie geht davon aus, dass selbst Säuglinge auf irgendeiner Ebene die Botschaft „verstehen“ und durch die liebevolle Klarheit in die Lage versetzt werden, das für sie unerträgliche Geschehen zu integrieren. Der Erfolg gibt ihr Recht. Die Kinder überwinden durch diese Intervention ihre psychosomatische Störung.

Diese durch die Literatur vermittelten Erfahrungen im Kopf, riet ich der Mutter Folgendes: Sie solle an einem Tag, wo sie selber genügend Zeit habe und ihr Sohn ausgeglichen und die momentane Beziehung harmonisch sei, sich mit ihm gemeinsam hinsetzen und ihm die Ereignisse aus der Zeit der ersten Krippe erzählen. Sie solle dabei in kindgerechter Sprache seine vermutlichen Gefühle aufgreifen, aber auch ihre eigenen Gefühle benennen – und zwar einfühlsam, aber undramatisch. Ich erklärte ihr, dass es wichtig sei, dass sein Erleben und seine Erfahrungen anerkannt werden und „da sein dürfen“, ohne dass irgendjemand

„schuldig“ gesprochen wird. Das hilft ihm, seine „unverdauten Emotionen“, die sein Vertrauen erschüttert haben, zu integrieren.

Diese Gedanken waren für die Mutter fremd und schwer vorstellbar. Kann Jonathan sich denn an das Geschehen erinnern? Wird er verstehen, was ich sage? Und was kann er gegebenenfalls damit anfangen? So lauteten ihre Fragen. Dennoch ließ sie sich auf den Vorschlag ein und war bereit, ihn in die Tat umzusetzen. Nach zwei Monaten berichtet sie: „An einem Tag in den Weihnachtsferien, wo Jonathan ausgeglichen war, nahm ich meinen Mut zusammen und sprach mit ihm über die Zeit. Wir saßen gemeinsam auf dem Sofa, und ich habe ihm Fotos von seiner ehemaligen Krippengruppe gezeigt. Ich erzählte ihm, wie schwer für uns beide diese Zeit war, und wie leid es mir tut, dass ich ihm diese Erfahrungen zugemutet habe. Ich öffnete meine Erinnerung und mein Herz und bat ihn um Verzeihung. Dabei weinte ich innerlich – so wie ich früher oft innerlich geweint habe, wenn ich ihn in der ersten Kita ignorieren musste oder die Erzieherin ihn, obwohl er so schrie, von mir wegnahm.

Jonathan hörte zu und schaute die Bilder aufmerksam an. Als ich fertig gesprochen hatte, sah er mich mit einem Blick von Verzeihung und Schmerz an. Er legte seinen Kopf auf meinen Schoß und sagte mit ganz weicher Stimme »Mama«. Für mich bedeutete das: »Du hast recht, es war schlimm, aber ich kann dir verzeihen; fangen wir noch einmal von vorn an.«

Ich habe begriffen: Mein Kind kann sich an die Zeit erinnern, als er ein Jahr alt war. Ich habe verstanden, wie viel unserer Bindung durch diese Situation zerstört wurde. Aber Jonathan hat mir auch durch sein Verhalten gezeigt, dass er meine ‚Entschuldigung‘ angenommen hat.

Die Abholsituation ist jetzt schön. Er lacht mich an und rennt auf mich zu, wenn ich komme. Es gibt kein Drama mehr. Wut und Ärger treten zu Hause nur noch selten auf, und wenn, dann gestalten sie sich völlig anders. Sie entsprechen dann dem normalen Trotzverhalten eines Zweijährigen.

Ein halbes Jahr später führte ich mit der Mutter nochmals ein Gespräch. Sie berichtete, dass Jonathans Verhalten stabil und die Beziehung ungetrübt und vertrauensvoll geblieben sei.

Jonathans Beispiel zeigt, wie prägend die Eingewöhnung in die Kindertagesstätte ist und wie behutsam man sie deshalb gestalten sollte. Will man Störungen der Vertrauensentwicklung und damit der Bindungsorganisation verhindern, so ist es

unbedingt erforderlich, auf die emotionale Befindlichkeit des Kindes Rücksicht zu nehmen und gewaltsame Trennungen zu vermeiden.

Jonathan hat seine Bindungsproblematik und deren Grund, die unglücklich verlaufene Zeit in der ersten Kita, bewältigt. Er hat wieder Vertrauen zu seiner wichtigsten Bezugsperson gefasst und dadurch seinen festen emotionalen Boden unter den Füßen zurück gewonnen. Ermöglicht wurde ihm diese Entwicklung, weil sein emotionales Leiden zutreffend verstanden und ihm liebevoll akzeptierend verbal widergespiegelt wurde. Zugleich wurde ihm zugetraut, dass er die Interpretation des Geschehens und die mitfühlend ausgedrückte „Entschuldigung“ emotional erfassen und verarbeiten kann. Es wurde darauf vertraut, dass der Grundsatz „die Wahrheit ist dem Menschen zumutbar, wenn sie ihm einfühlsam und liebevoll vermittelt wird“, auch auf ihn zutrifft, obwohl er erst zwei Jahre alt ist. Dadurch wurde deutlich: die so vermittelte Wahrheit, gegründet in einer kongruenten, das Gegenüber ernst nehmenden und wertschätzenden Beziehung, ermöglicht emotionale Heilung – selbst bei einem zweijährigen Kind.

#### Literatur

Bowlby, J.: Bindung: Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung. München 1975

Bowlby, J.: Trennung: Psychische Störungen als Folge der Trennung von Mutter und Kind. München 1976

Bowlby, J.: Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. München 2005

Briesch, K.H.: Hellbrügge, Th. (Hrsg.): Bindung und Trauma. Stuttgart 2003

Eliacheff, C.: Das Kind, das eine Katze sein wollte. München 1997

Held, B.; Senckel, B.: „Schau her, was geschah“ – Spieltherapie und therapeutisches Märchen als Mittel der entwicklungsfreundlichen Traumabehandlung. In: *heilpaedagogik.de* 1, 2011

Kaplan, L.: Die zweite Geburt. Die ersten Lebensjahre des Kindes. München 1993

Senckel, B.: Wie Kinder sich die Welt erschließen. Persönlichkeitsentwicklung und Bildung im Kindergartenalter. München 2004