



Institut Kindheit
und Entwicklung

Weiterbildung • Forschung • Supervision • Coaching

Wisst ihr was ich brauche? Sicherheit im Umgang mit Gefühlen entwickeln

Anne K. Künster

17.03.2021

AK Betreuungsqualität U3, Erlangen

Vielen herzlichen Dank!



Für die Zurverfügungstellung von Folien und Fällen danke ich dem Verein „Entwicklungspsychologische Beratung, Therapie und Weiterbildung“ EPBTW e.V. – www.epb-verein.de

- mit der EPB-Arbeitsgruppe insbesondere **Prof. Dr. Ute Ziegenhain, Universitätsklinikum Ulm**

EPBO⁰⁻³®



Klinik
für Kinder- und Jugend-
psychiatrie/Psychotherapie
UNIVERSITÄTSKLINIKUM ULM

- sowie der EBT⁴⁻¹⁰-Arbeitsgruppe insbesondere **Dr. Yonca Izat, Vivantes Klinikum Berlin**

EBT⁴⁻¹⁰®

Vivantes

- Entwicklung von Kindern in Beziehungen
 - elterliche Kompetenzen und kindliche Entwicklung
 - Entwicklung und von Emotions- und Handlungsregulation
-

Entwicklung von Kindern in Beziehungen

Entwicklung von Kindern vollzieht sich in Beziehungen



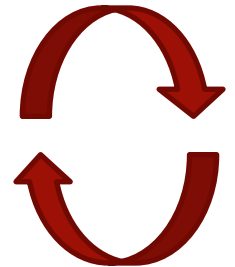
- In der frühen Kindheit werden nahezu alle Erfahrungen durch die Eltern vermittelt und gesteuert/gestaltet
- Säuglinge und Kleinkinder sind gleichermaßen physisch wie psychologisch auf elterliche Fürsorge angewiesen

„**There is no such thing as a baby**“ Winnicott (1949)

Biologische Basis von Entwicklung und Verhalten



- tief in der Evolution verankerter Überlebensvorteil: **soziale Ansprechbarkeit / soziale Responsivität biologisch „programmiert“**
- bereits bei Geburt hohe Bereitschaft zur sozialen Interaktion: hohe Sensibilität für soziale Reize und Anregungen (menschliche Stimme, Gesichter, Gerüche)
 - „mitgebrachte“ Fähigkeit soziale Reize zu senden, wahrzunehmen und darauf zu reagieren
 - verstärkt Zuneigung, Interesse und Aufmerksamkeit von Bezugspersonen / fördert damit Wohlbefinden des Kindes



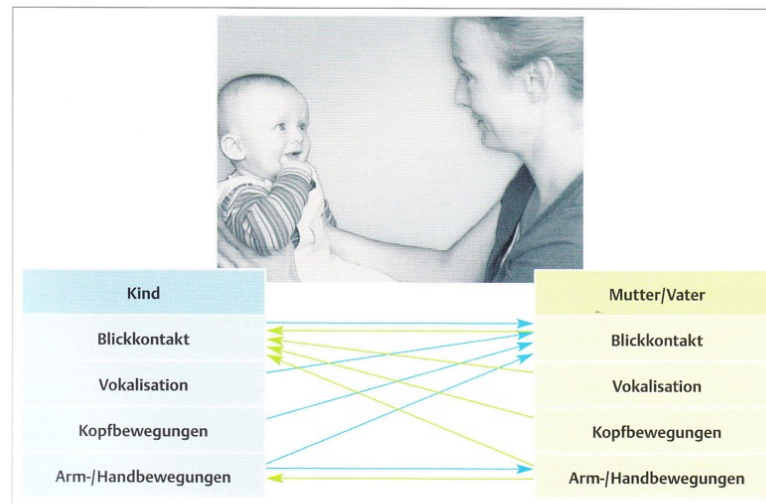
u.a.: **Bindung**

Psychobiologische Bedeutung von Bindung

Emotionale Verfügbarkeit als zentrales Entwicklungsziel der Bezugspersonen:

- „bedingungslose“ Bindungsbeziehung - **emotional verfügbare, zuverlässige und feinfühlig**e Bindungsperson
- psychologische Sicherheit (**Felt Security**) und Stressregulation in der Beziehung (**Guided Self-Regulation**)

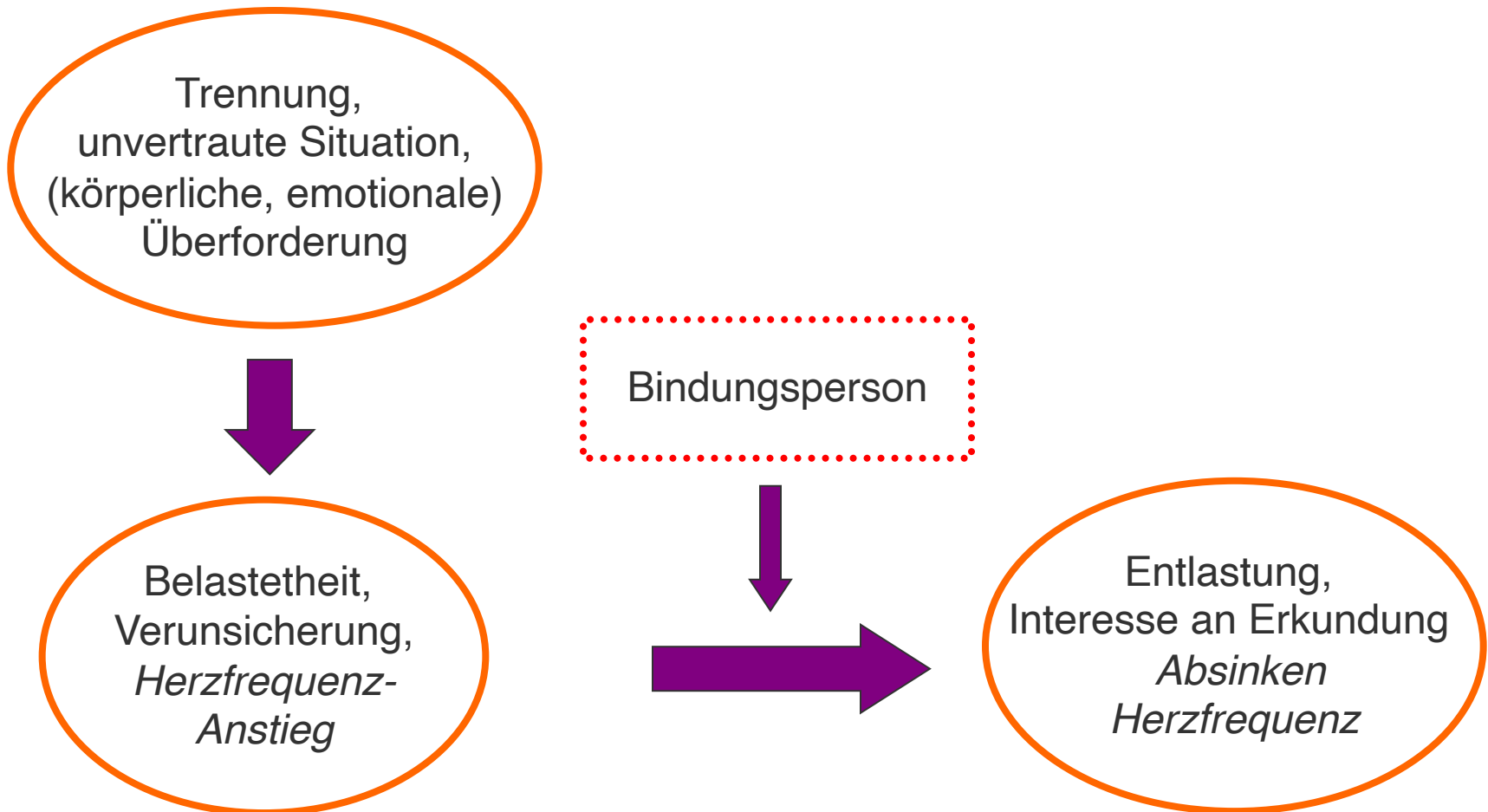
Auslösen von neurobiologischer Mechanismen zur Stressregulation



► Abb. 1.1 Eltern-Kind-Interaktion im Sinne einer zwischenmenschlichen „Bewusstheit“ (nach Aitken & Trevarthen, 1997).

Ziegenhain, Gebauer, Ziesel, Künster & Fegert (2016)

Bindungsperson als Quelle emotionaler Sicherheit und externer Hilfe zur Regulation



Bezugsperson als
„sichere Basis“
zur Erkundung
(Exploration)

und als
„sicherer Hafen“
bei Belastungen
(Sicherheit, Bindung)

elterliche Kompetenzen und kindliche Entwicklung

intuitives Elternverhalten

- **spontanes, nicht gelerntes elterliches Verhalten**, das komplementär den Fähigkeiten und Bedürfnissen des Säuglings entspricht
- basiert nicht auf bewussten Handlungen der Eltern, sondern ist **unbewusst oder vorrational**

Hanus und Mechthild
Papousek

Feinfühligkeit in der Bindungstheorie

- kindliche Signale und Kommunikationen **wahrnehmen**, richtig **interpretieren** und darauf **prompt und angemessen reagieren**
- **Abstimmung des emotionalen Ausdrucksverhaltens**

Mary Ainsworth

- Feinfühligkeit kann nur gelingen, „**wenn man aus der Sicht des Kindes handelt**“ (Grossmann, 2004, S.30)
 - Kind lernt durch feinfühliges Unterstützung „die Bedeutung seiner [eigenen] Gefühle in bestimmten Situation kennen, und was man tun kann, um die Umstände zu verbessern“ (Grossmann, 2004, S.31)
- ein Kind lernt über die externe Regulation seiner Gefühle durch die Eltern mit der Zeit sich zunehmend selbst, also intern, zu regulieren
-

Entwicklung von Emotions- und Handlungsregulation

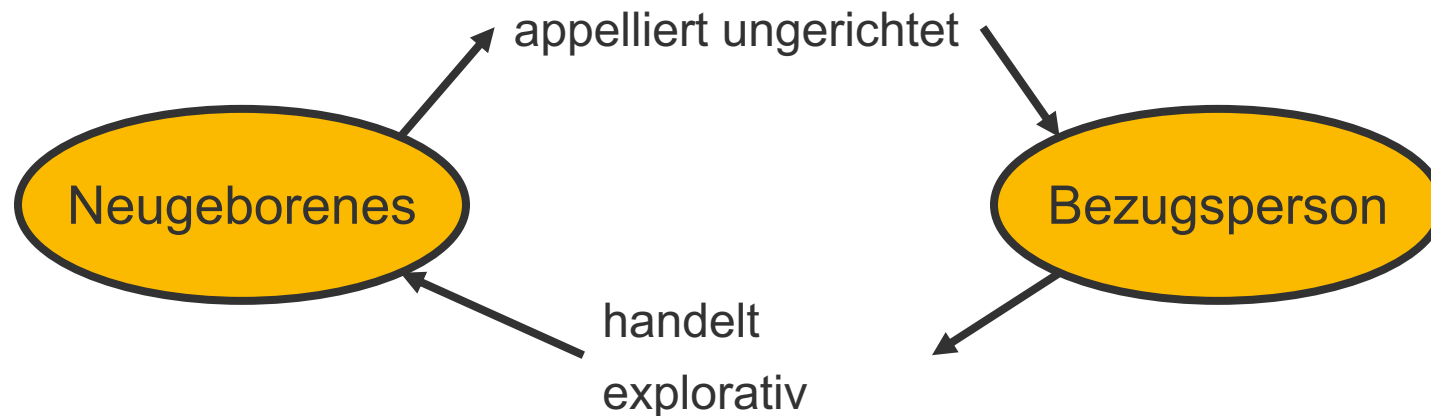
- Gefühle bestimmen das menschliche Handeln:
Auslöser für Motivation, bestimmen Entscheidungsprozesse mit
- Menschen möchten sich angenehme Gefühle verschaffen und unangenehme vermeiden oder zumindest reduzieren
- Menschen sind emotional regulierte Wesen

- Gefühle fungieren wie Dirigent in einem Orchester:
 - Schlafprogramm und Programm der Wachsamkeit stehen in Konflikt zueinander (entweder / oder)
 - Übergeordnete Programme – Gefühle – blockieren je nach Situation ein Programm und aktivieren das andere

- Gefühle können Personen vereinnahmen und zu unvernünftigen, folgenschweren Handlungen verleiten
 - Bsp. Herstellung von Werkzeug: Hunger muss zur Seite geschoben werden bis Werkzeug fertig ist, mit dem das Ziel (Nahrung) erreicht werden kann
 - wichtig für das Zusammenleben in der Gruppe: erfordert Kontrolle von insbesondere von Aggression und Furcht
- Gefühle regulieren unser Leben und müssen andererseits selbst reguliert werden, will man nicht völlig ausgeliefert sein

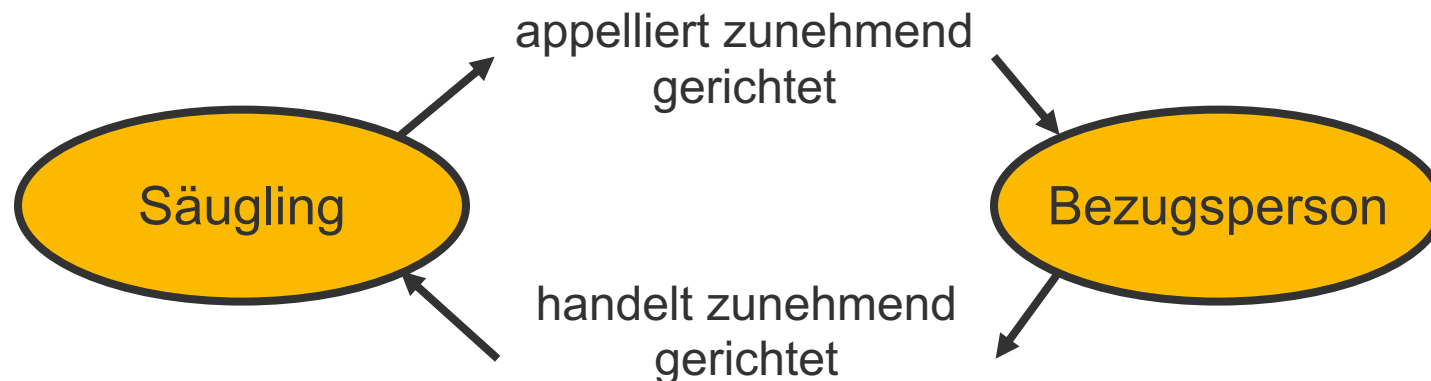
Entwicklung: Von der interpersonalen zur intrapersonalen Emotions- und Handlungsregulation

1. Bezugsperson reguliert Erregungsniveau des Neugeborenen
2. Säugling übernimmt Regulationsanteile in der interpersonalen Regulation
3. Kleinkind hat gleichwertigen Anteil an der interpersonalen Regulation
4. Vorschulkind reguliert sich selbst unter Anleitung der Bezugsperson
5. Schulkind reguliert sich selbst unter eigener Anleitung



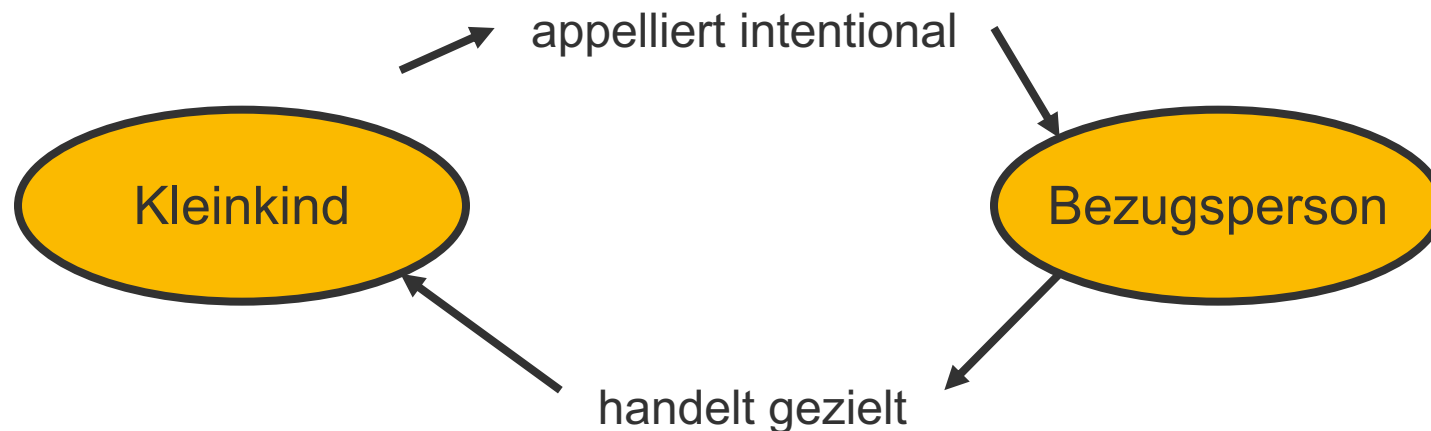
Von der interpersonalen zur intrapersonalen Emotions- und Handlungsregulation

1. Bezugsperson reguliert Erregungsniveau des Neugeborenen
2. Säugling übernimmt Regulationsanteile in der interpersonalen Regulation
3. Kleinkind hat gleichwertigen Anteil an der interpersonalen Regulation
4. Vorschulkind reguliert sich selbst unter Anleitung der Bezugsperson
5. Schulkind reguliert sich selbst unter eigener Anleitung



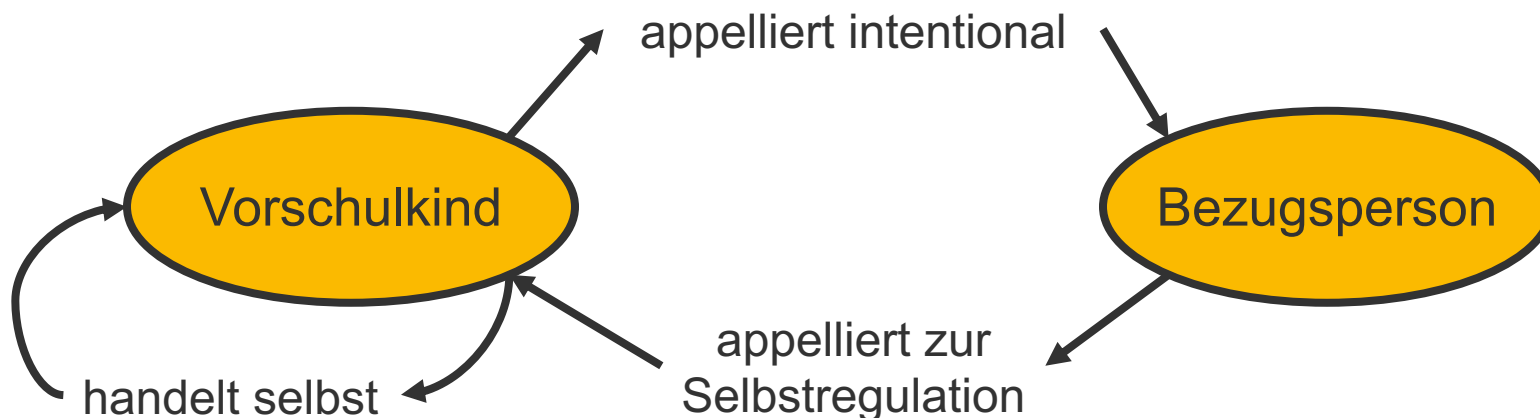
Von der interpersonalen zur intrapersonalen Emotions- und Handlungsregulation

1. Bezugsperson reguliert Erregungsniveau des Neugeborenen
2. Säugling übernimmt Regulationsanteile in der interpersonalen Regulation
3. Kleinkind hat gleichwertigen Anteil an der interpersonalen Regulation
4. Vorschulkind reguliert sich selbst unter Anleitung der Bezugsperson
5. Schulkind reguliert sich selbst unter eigener Anleitung



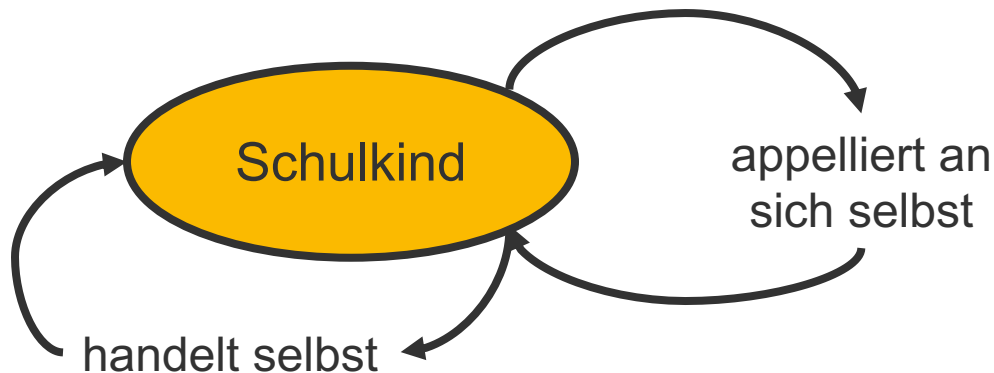
Von der interpersonalen zur intrapersonalen Emotions- und Handlungsregulation

1. Bezugsperson reguliert Erregungsniveau des Neugeborenen
2. Säugling übernimmt Regulationsanteile in der interpersonalen Regulation
3. Kleinkind hat gleichwertigen Anteil an der interpersonalen Regulation
4. Vorschulkind reguliert sich selbst unter Anleitung der Bezugsperson
5. Schulkind reguliert sich selbst unter eigener Anleitung



Von der interpersonalen zur intrapersonalen Emotions- und Handlungsregulation

1. Bezugsperson reguliert Erregungsniveau des Neugeborenen
2. Säugling übernimmt Regulationsanteile in der interpersonalen Regulation
3. Kleinkind hat gleichwertigen Anteil an der interpersonalen Regulation
4. Vorschulkind reguliert sich selbst unter Anleitung der Bezugsperson
5. Schulkind reguliert sich selbst unter eigener Anleitung



- Emotionale Selbststeuerung nimmt zu
- soziale Vergleiche werden wichtiger
- negative Gefühle zunehmend kontrolliert

Fazit: Entwicklung Gefühls- und Handlungsregulation



- kindliche Entwicklung vollzieht sich in Beziehungen, vor allem in denen zu den primären Bezugspersonen
- ist zentral zur situationsangemessenen Steuerung des Verhaltens
- gelingt in der Regel umso besser, je feinfühlicher Kinder in ihrer Entwicklung begleitet, gespiegelt, co-reguliert, ... werden (ABER: Temperament!)

... zudem: Fähigkeit zum Belohnungsaufschub sagt Bildungserfolg besser vorher als IQ des Kindes ;-)



Institut Kindheit und Entwicklung

Weiterbildung • Forschung • Supervision • Coaching

info@institut-ke.de

www.institut-ke.de

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Literatur für Fachkräfte



Ziegenhain U, Gebauer S, Ziesel B, Künstler AK & Fegert JM (2016):

Lernprogramm Baby-Lesen, 2. überarbeitete Auflage.

Stuttgart: Hippokrates.

