

# baby info

Eischt Elterenzäitschrëft vu Lëtzebuerg

2/2022 - INITIATIV LIEWENSUFANK  
Frühlings-, Sommerausgabe / édition de printemps - été

## STILLEN // ALLAITER

**Auch Pappas können  
eine gute Bindung  
zum Stillkind aufbauen**

## BABYS UND KLEINKINDER

**Anders Loben -  
„Bravo! Das hast du  
gut gemacht!“**

*DOSSIER "BINDUNG"*

**Bindungstheorie**

**Erziehung zur  
Selbstständigkeit?**

## FAMILIE UND LEBEN

*Eine sichere Bindung  
die Basis fürs Lernen...*

**DOSSIER**  
**Die Bindung  
zu unseren  
Kindern**

A photograph of a woman with long, wavy hair holding a baby in a field at sunset. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow and lens flare effects. The woman is wearing a dark, long-sleeved top, and the baby is wearing a striped onesie. The background is a soft-focus green field.

Kinder können nicht verwöhnt werden,  
indem sie "zu viel" von dem bekommen,  
was sie **Wirklich brauchen.**

*Jesper Juul*



Eine wunderschöne Auswahl an nachhaltigen und fair produzierten Produkten für die ganze Familie



NATURWELTEN

bio & fair

## Inhaltsverzeichnis // Sommaire

**In Kürze // En bref** ..... 4

**Unsere neuen Kursangebote  
// Nos nouvelles offres de cours**

2 nouvelles offres en français ..... 6

**Schwangerschaft und Geburt  
// Grossesse et naissance**

**KURZ UND KNAPP** ..... 7

**GEBUERTSBERICHT**

Meng 2 Geburten  
12.2017 & 10.2020 ..... 8

**Stillen // Allaiter**

**KURZ & KNAPP** ..... 10

**GASTBEITRAG EINER  
STILLEXPERTIN**

Auch Pappas können eine gute Bindung  
zum Stillkind aufbauen ..... 11

Fragen an unsere "Baby Hotline" ..... 11

**Aufgepickt**

**AUS DEM BLOG EINER  
PSYCHOLOGIN UND  
PSYCHOTHERAPEUTIN**

Wie geht es den Kindern  
in der Pandemie? ..... 12

**Babys und Kleinkinder  
// Bébés et bambins**

**KURZ UND KNAPP** ..... 16

**BEITRAG EINER  
PSYCHOTHERAPEUTIN UND  
UNSERER PIKLERPÄDAGOGIN**

Anders Loben - „Bravo! Das hast du  
gut gemacht!“ ..... 18

**DOSSIER "BINDUNG"**

Bindungstheorie ..... 20

Bindung vor Bildung –  
Kinderbetreuung im Säuglings-  
und Kleinkindalter ..... 25

**FACHARTIKEL VON DR. HERBERT  
RENZ-POLSTER**

Erziehung zur Selbstständigkeit? ..... 30

**Familie und Leben  
// Famille et vie**

**KURZ & KNAPP** ..... 32

Eine sichere Bindung –  
die Basis fürs Lernen ..... 33

**Für Sie gelesen**

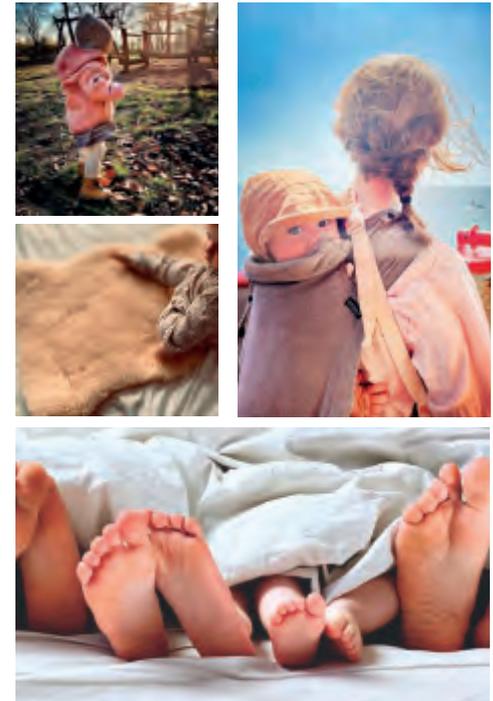
**// Recensions** ..... 35

**Neues aus der Wissenschaft //  
Nouvelles scientifiques** ..... 36

**Unsere Kursangebote  
// Nos offres de cours**

Kurs- und Beratungsangebote  
2022 ..... 38

**Impressum** ..... 39



Erholsamer Schlaf

Literie écologique

Matratzen, Bettwäsche, Decken...

Bio für Babies und Kinder

Bio pour bébés et enfants

Kleider, Schuhe, Outdoor, Spielzeug,  
Kinderwagen, Kindermöbel...

Geburtslisten

Listes de naissance

Schwangerschaft, Stillen, Tragen

Grossesse, allaiter, porter

Tragetuch / Slings / Babytragen, Kleider,  
Outdoor, Pflegeprodukte...

Möbel und Teppiche

Meubles et tapis

Gerne beraten wir Sie persönlich



Onlineshop: [www.naturwelten.bio](http://www.naturwelten.bio)



Verpassen Sie keine wichtigen Neuigkeiten mehr, abonnieren Sie uns auf Facebook!



# In Kürze

Neues aus der Welt

## Sozialprojekt "Equibutz" gestartet

Anfang 2022 wurde ein solidarisches Projekt gegründet mit dem Namen "Equibutz". Die Initiatoren dieser Aktion hatten bereits das "Equivelo" erschaffen, unter der Sozial- und Umweltvereinigung "Equiclic". Für dieses Projekt holten sie sich ein paar andere Organisationen mit an Bord, wie das SIGR Syrdall und unsere Organisation, die Initiativ Liewensufank.

"Equibutz" sammelt ausrangierte Kinderwägen, nicht mehr gebrauchte Babyschalen, Schlafsäcke und einiges mehr. Derzeit gibt es vier Annahmestellen im Land.

Die gespendeten Kinderartikel werden an das SIGR Syrdall in Sandweiler weitergereicht, wo alle Artikel erst gesäubert, desinfiziert und falls nötig in Stand gesetzt werden. Kleinere Reparaturen sind in ihrer Werkstatt möglich. Gilt der Kinderwagen als irreparabel, so wird er in seine Bestandteile zerlegt und für Ersatzteile genutzt.

Schlafsäcke und andere Textilprodukte werden im Nähatelier des SIGR gereinigt und bei Bedarf ausgebessert.

Die somit erstklassigen Second-Hand Artikel werden weitergereicht an bedürftige Familien, Sozialhilfeempfänger oder auch Flüchtlinge.

Mehr Infos unter: [www.equibutz.lu](http://www.equibutz.lu)



## Lancement du projet social "Equibutz"

Début 2022, un projet solidaire a été créé sous le nom d'"Equibutz". Les initiateurs de cette action avaient déjà créé l'"Equivelo", sous l'association sociale et environnementale "Equiclic". Pour ce projet ils ont fait appel à quelques autres organisations dont le SIGR Syrdall et notre organisation, l'Initiativ Liewensufank.

"Equibutz" fait la collecte de poussettes mises au rebut, de coques pour bébés qui ne sont plus utilisées, de sacs de couchage et bien d'autres choses encore. Actuellement il y a quatre points de collecte dans le pays.

Le tout est transmis au SIGR Syrdall à Sandweiler, où tous les articles sont d'abord nettoyés, désinfectés et, si nécessaire, remis en état. Les petites réparations sont possibles dans leurs ateliers. Si la poussette est considérée comme irréparable, elle est démontée et utilisée pour des pièces de rechange.

Les sacs de couchage et autres produits textiles sont nettoyés dans l'atelier de couture du SIGR et réparés si nécessaire.

Les articles de seconde main, qui sont ainsi de première qualité, sont redistribués aux familles défavorisées, aux bénéficiaires de l'aide sociale ou encore aux demandeurs de protection internationale.

Plus d'infos sur: [www.equibutz.lu](http://www.equibutz.lu)

## Die Reichweite der BabyPLUS Dienstleistung hat sich erneut vergrößert

**BABY PLUS**

Wir freuen uns darüber, dass wir seit dem 1. Januar 2022 auch werdende oder frischgebackene Eltern der Gemeinde **Mamer** besuchen dürfen. Mamer ist somit die

10. Gemeinde neben Bettembourg, Betzdorf, Dißerdange, Dudelange, Frisange, Junglinster, Kayl, Mondorf-les-Bains und Sanem, die sich entschieden hat, eine kostenlose Unterstützung für Eltern mit Wohnsitz in einer ihrer Dörfer anzubieten. Werdende Eltern oder Eltern mit einem Baby bis zu 1 Jahr können auf Wunsch von diesem Service Gebrauch machen. Das BabyPLUS-Team beantwortet alle Fragen rund um ihr Baby.

Es finden laufend Verhandlungen mit anderen Gemeinden statt.

„Ihre Gemeinde ist oben nicht aufgeführt? Zögern Sie nicht, bei Ihrer Gemeindeverwaltung nachzufragen.“

Mehr Infos auf unserer Internetseite [www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu) (Beratungen)



**BABYPLUS** Mamer:

621 698 427 • [babyplus@liewensufank.lu](mailto:babyplus@liewensufank.lu)

Einschreibung **ONLINE** mit diesem QR-Code  
Inscription en ligne à l'aide de ce code QR

## Le service BabyPLUS s'est agrandi à nouveau

**BABY PLUS**

Nous sommes heureux de pouvoir soutenir les (futurs) jeunes parents depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2022 dans la commune de **Mamer**.

Mamer est la 10<sup>e</sup> commune qui à côté de Bettembourg, Betzdorf, Dißerdange, Dudelange, Frisange, Junglinster, Kayl, Mondorf-les-Bains et Sanem, a décidé d'offrir un accompagnement gratuit aux parents résidant dans l'un de leurs villages. Les futurs parents ou les parents avec un bébé jusqu'à 1 an peuvent profiter de ce service sur demande. L'équipe BabyPLUS répond à toutes les questions concernant votre bébé.

Des négociations sont en cours avec d'autres communes.

« Votre commune n'est pas citée ci-dessus ? N'hésitez pas à contacter votre administration communale. »

Plus d'informations sur notre site web [www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu) (Consultations)

## Wir waren "live" bei Radio RTL

Am 05. Februar durfte Carole Reuland, beigeordnete Geschäftsleiterin und Koordinatorin des Service BabyPLUS ein Interview beim Radio RTL geben, in der Sendung "FEATURE". Sie erhielt die Gelegenheit auf unsere vielfältige Angebote einzugehen und einen Einblick in unsere Organisation zu gewähren.

<https://bit.ly/rtl-liewensufank>

Ausgewählt, übersetzt und  
zusammengefasst vom Team der  
// Choisi, traduit et résumé par l'équipe de  
l'Initiativ Liewensufank

In Kürze // En bref

# En bref

Actualités

## Roses Revolution 2021

Am 25. November 2021 fand auch in Luxemburg erneut der "Roses Revolution Day" statt. An diesem Tag soll weltweit auf Gewalt bei der Geburtshilfe aufmerksam gemacht werden - die Rose symbolisiert die negative Erfahrung, die eine Frau unter der Geburt gemacht hat.



Das Thema Gewalt ist immer noch ein Rand-Thema, über das ungern gesprochen wird. Dazu kommt, dass viele Frauen nicht wissen welche Rechte sie haben und ob Grenzen während der Geburt bei ihnen überschritten wurden - und andere trauen sich nicht über ihr Erlebnis zu reden. Dann gibt es aber auch Frauen, die so traumatisiert sind, dass sie nichts über das Erlebte schreiben wollen, weil sie es nicht erneut aufarbeiten möchten, denn sie wollen es einfach vergessen.

Dass über der Geburt einiges schief laufen kann, zeigt sich jedes Jahr aufs Neue, am Tag "der Rosenrevolution".

Letztes Jahr haben sich 25 wundervolle Frauen dazu entschieden, ihrem Erlebnis Ausdruck zu verleihen, mit einem Brief, einer Rose oder einer virtuellen Rose. Wegen den Corona-Restriktionen gab es weniger Frauen an Ort und Stelle, dennoch wurde stellvertretend für jede von ihnen eine Rose für sie niedergelegt, an der Pforte der jeweiligen Krankenhäuser. Es ist das Zeichen "Nein" zu sagen gegen die Gewalt, die sie während der Geburt erlebt haben.

[www.facebook.com/The-Roses-Revolution-Luxembourg-1101609286516795](https://www.facebook.com/The-Roses-Revolution-Luxembourg-1101609286516795)

## Neue Nomenklatur für die Hebammen in Luxemburg

Seit dem 1. Februar 2022 werden Hausgeburten in Luxemburg von der CNS zurückerstattet. Dem luxemburgischen Verband der freiberuflichen Hebammen (ALSF) ist es gelungen Tarife für Geburten außerhalb einer klinischen Einrichtung auszuhandeln. Des Weiteren hat jede Frau, die in Luxemburg wohnt und ein Kind geboren hat, Anrecht auf Hebammenbetreuung zuhause (bis zum 15. Tag nach der Geburt). In besonderen Fällen kann diese Begleitung mit einer ärztlichen Verschreibung bis zum 21. Tag nach der Geburt ausgeweitet werden.

Mehr Infos auf: [www.sages-femmes.lu](http://www.sages-femmes.lu)

## Nouvelle nomenclature pour les sages-femmes au Luxembourg

Depuis le 1<sup>er</sup> février 2022, les accouchements à domicile au Luxembourg sont remboursés par la CNS. L'association luxembourgeoise des sages-femmes indépendantes (ALSF) a réussi à négocier des tarifs pour les accouchements en dehors d'un établissement hospitalier. Par ailleurs, toute femme résidant au Luxembourg et ayant donné naissance à un enfant a droit à un accompagnement par une sage-femme à domicile (jusqu'au 15<sup>e</sup> jour après l'accouchement). Dans des cas particuliers, cet accompagnement peut être prolongé jusqu'au 21<sup>e</sup> jour après l'accouchement sur prescription médicale.

Plus d'infos sur: [www.sages-femmes.lu](http://www.sages-femmes.lu)

## Frischer Wind bei "Naturwelten" in Bonnevoie

Die Führung des Ladens Naturwelten hat letzten Herbst in aller Freundschaft gewechselt. Neue Geschäftsführerin ist nun Kyra Fischbach, die sich sehr auf die ihr bevorstehenden Herausforderungen freut.



Für Kyra war Nachhaltigkeit immer schon ein großes Thema. Sie beschäftigte sich unter anderem als Journalistin intensiv mit dem Thema der Herkunft unserer Kleider, deren Herstellungsprozessen und mit den Menschen, die hierbei involviert sind.

Das Augenmerk setzt sie primär auf das Wohlergehen aller Beteiligten: Den Arbeitern vor Ort, der Umwelt, den Tieren, dem Endverbraucher aber auch ihrem direkten Team in Luxemburg.

„Die Zeit der Fast Fashion ist vorbei“, so Kyra, „wir müssen uns rückbesinnen auf eine nachhaltigere Herangehensweise an Kleidung und alles was uns umgibt. Es ist enorm wichtig, dass die Qualität in jedem Arbeitsschritt stimmt, auf dass unsere angebotenen Produkte möglichst lange Freude bereiten.“

Sie möchte hier in keinem Aspekt Kompromisse eingehen: „Wir müssen wieder lernen liebevoll mit den materiellen Dingen umzugehen und dazu gehört auch, etwas zu flicken oder zu reparieren, anstatt es gleich zu entsorgen.“

Als Mutter von 4 Kindern, hat Kyra den Laden vor der Übernahme als Kundin besucht. „Das Timing hat einfach gestimmt. Als ich gehört habe, dass Lucien Reger aufhören will, hat es mich sofort nach Bonnevoie gezogen.“

„Die Seele des Ladens wird die gleiche bleiben“, versichert sie, „ich weiß die Arbeit meines Vorgängers zu schätzen. Es wird sicher einige kleinere Veränderungen geben. Darum möchte ich auf diesem Wege schon einmal unser neues Logo vorstellen, auf das ich mich sehr gefreut habe.“

Wir können gespannt sein auf viele weitere inspirierende Jahre Naturwelten.

[www.naturwelten.bio](http://www.naturwelten.bio)

## IWRC 16.05-22.05.2022

Die "International Week for Respecting Childbirth" (IWRC) ist eine Gelegenheit, international die Stimme zu einem bestimmten Thema zu erheben, das mit der Förderung der sanften Geburt zusammenhängt. Das Motto ist dieses Jahr "Bessere Geburten für eine bessere Zukunft".

Die IWRC wurde 2004 von der Alliance française pour l'accouchement respecté (AFAR) initiiert.



# HYPNOBIRTHING® - HYPNONAISSANCE

Vivre une naissance douce et peut-être même sans douleur est possible.

**La mère et son partenaire apprennent toute une série de techniques de respiration et de relaxation profonde, qui peuvent rendre l'accouchement plus facile, plus doux et souvent même sans douleur. Le cours transmet beaucoup de savoir autour de la grossesse et de l'accouchement, parce qu'avec le savoir on perd la peur.**

Il n'y a pas que les mamans qui profitent du HypnoBirthing® ; les pères ont un rôle actif pendant l'accouchement en soutenant leur femme. En effet, ils reçoivent un enseignement sur le déroulement de l'accouchement et peuvent activement y participer. La communication avec le personnel de l'hôpital ainsi que le bien-être de leur femme durant tout le déroulement de l'accouchement seront de leur ressort.

Les bébés, nés par la méthode de l'HypnoBirthing®, bénéficient d'un environnement paisible dès la grossesse, et ce par le calme et la sérénité de la maman. Les bébés se retrouvent à leur naissance dans une atmosphère exempte de peur et de stress et sont dès le début beaucoup plus équilibrés et calmes.



**Bien à savoir :** • Le cours se compose de 5 rendez-vous qui forment un tout  
• Langue: luxembourgeois, allemand, français, anglais

**Où:** Roodt-Syre, en français  
Itzig, en luxembourgeois/allemand

**Public cible:** futurs parents, entre la 22<sup>e</sup> et 30<sup>e</sup> semaine de grossesse

**Dates, plus d'informations et inscriptions:**  
[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)



# PRÉPARATION À L'ALLAITEMENT

Allaiter: pourquoi, comment ça marche, quelles sont les techniques, ... ?  
Les réponses à vos questions dans notre cours en petit groupe.

Cet atelier s'adresse aux femmes ou aux couples qui souhaitent commencer l'allaitement en étant bien informés et préparés. Toutes les informations importantes pour un démarrage optimal de l'allaitement seront abordées en théorie et en pratique. Nos expériences ont montrés que les femmes qui se renseignent sur l'allaitement pendant la grossesse, allaitent plus longtemps et rencontrent moins de problèmes de démarrage.



**Où:** Itzig, en français,  
luxembourgeois/allemand

**Public cible:** futurs parents

**Dates, plus d'informations et inscriptions:**  
[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)

## Blick in die Welt

### IAPBP to Announce Winners of Annual Birth Photography Competition 2022

The annual competition by IAPBP celebrates the beauty of birth and the skill of birth photographers around the globe in four main categories - birth details, labor, delivery, and postpartum. New this year are four subcategories - black & white, documentary, fine art, and hardship & loss. The number one birth association worldwide encompasses more than 1.100 members in 52 countries.

"We are incredibly proud of the entrants of this year's competition because in spite of all we endured in our community in recent years, this contest represents the resistance birth photographers have to overcome unforeseen challenges."

The competition has grown in scope each year, winners of the IAPBP eleventh annual competition have been named on March 9, 2022. Images are judged on a variety of criteria. The contest is just one of the ways that the Association is highlighting the profession.

2022 Image Competition:  
<https://birthphotographers.com/2022-birth-photography-image-competition/>  
 International Association of Professional Birth Photographers (IAPBP):  
<http://birthphotographers.com>



**A touch of love**  
 Overall first place, winner, Bárbara Aviz, Brazil

International Association of Professional Birth Photographers



**The First Look**  
 Overall Delivery, winner, Ebony Allen-Ankins, Australia



**Life-giving nectar**  
 Honorable mentions, Lyubov Chaykovskaya, Russia



**My sacred birth cocoon**  
 Subcategory Labor, winner, Jessica Innemee, Netherlands

# Therapeutische Frauenmassage



## Betreuung und Begleitung bei

- Senkungsbeschwerden
- Beschwerden rund um die Menstruation und den Zyklus
- Kinderwunsch
- Schwangerschaft
- Schwangerschaftsbeschwerden
- hormonellen Störungen
- Endometriose
- Myomen und Zysten
- Wechseljahresbeschwerden

Sandrine Lenoir &  
 Vanessa Schäfer

1, Rue Dr. René Koltz  
 L - 6149 Junglinster

(+352) 621 315 916  
 (+352) 691 739 065



LENOIR &  
 SCHÄFER

## GEBUERTSBERICHT

## Meng 2 Gebuerten 12.2017 &amp; 10.2020

Als Papp gesäit een alles bësse mat aneren Aen. Dofir war et fir eis kloer beim éischte Kand probéieren alles richtig ze maachen. Ze wësse wat op een duer kënn. Eis d'Angscht huelen.

Mir haten de Cours vu September bis November 2017 bei der Initiativ zu Izeg matgemaach an de Stëllcours. Natierlech hate mir vir Doheem och 2x D'Hiewan Michèle Finck kontaktéiert. Wat eis net Leed gedoen huet och wann alles super verlaf ass.

**Leni 12/2017 CHDN Ettelbréck:**

Mäin Mann hat fir deen Dag eppes komplett anescht vir, wéi eng Gebuert matzemaachen. Hien hat d'Leit op der Arabescht wou hie sollt eng Formatioun duerchféieren.

Stéichdatum 23.12 an net 07.12 fir dass d'Leni op d'Welt soll kommen.

Wéi ech dunn um 4 Auer Moies d'Waasser verluer hunn an um 6 Auer an d'Klinik wollt fir de Baxter, well ech Streptokoke positiv war, goug et relativ schnell. Zanter der 32ter Woch hat ech 2 cm Öffnung a krut Utrogestan, fir dass ech eng 37 Woch erreche konnt.

D'Waasser verluer, dono Rou. Relax Kañ an der Maternité gedronk a giess. Um 9 Auer dunn mech iwwegginn a Wéie gounge lass.

Mäin Mann war domat beschäftigt alles ofzesoen op der Arabescht an huet tëschenduerch um Handy de Wéienofstand gemooss. Ech

war am hin an hier goen. Sinn an d' Kniebeuge gaangen an hunn gespuert, dass de Kapp vum Leni an e Bécke gerutscht ass.

Dono direkt an d'Salle d'Accouchement an um 11 Auer 11 war d'Leni do. D'Wéien an d'Presswéien waren no 2 Stonnen aus an un. Mir hunn eis super gefreut a waren onendlech frou, dass alles sou schnell a gutt geklappt huet.

Ouni PDA. Wat och mäi Wonsch war. Dono goug et op Zëmmer an d' 'Bomien a Bopien, Giedel ass kucke komm. Dat war jo nach alles relax oui Covid deemools.

Mäin Mann huet mech während der Gebuert mat senger Rou ënnerstëtzt. Huet mech ugehale a mir zum Schluss déi Power gi vir d'Leni dunn rauskomm ass. Méin Fraendokter Dr. Ledesch war bei der Gebuert dobäi, ech gouf am leschte Moment opgeschnitten an dono gebutt. War alles ok.

Owes awer nom Besuch krut ech schrecklech Nowéien an hunn all kéier bei der Kontroll vun den Infirmière beim Bauch drécken immens vill Blut verluer. Et huet net opgehale an um 21 Auer Owes nach dee selwechten Dag huet Dr. Thoma e Curtage ordonnéiert. Grad an deem Moment huet d'Leni gekrasch a wollt geniert ginn. Kloer no 3 Stonne Schlof.

Mäin Mann hat hatt um Aarm, mee d'Infirmière huet mech mam ganze Klinik Bett an den OP gefouert. Si sote mir géife lo no der Mamm kucken. Mäin Mann stoug dunn ganz eleng am Zëmmer. D'ganz Blut gouf rausgekraazt. D'OP ass gutt a roueg verlaf.

Um 23 Auer louch ech op der Intensiv Statioun fir d'Kontroll, krut 2 Bluttbaxtere bei a konnt endlech d'Leni nees an den Aarm huelen. Mäin Mann huet mir dunn erkläert dass d'Leni sech berouegt hat nodeems ech an den OP komm sinn. Et huet monter weidergeschlof, wéi wann hatt op mech waarde géif. Hien huet an der Receptioun no mir gefrot a konnt mam Leni bei mech komme wou ech hatt och direkt konnt Nieren. Mat Kabelen ugeschloss un de Maschinnen ass dat awer gutt gaangen.

Mam Nieren hat ech beim Leni null Problem. Dat huet bis 8 Méint gutt geklappt. No 5 Deeg sinn ech och Heem komm.

D'Gebuert un sech ass super verlaf, just d'OP dono huet mech midd a schlapp gemaach. D'Narkose hat ech net gutt verdroen.

Doheem ass et awer schnell Bierg opgaangen. D'Hiewan koum mech weider kontrolléieren a mam Leni war alles ganz einfach.

Stëllzäit war praktesch an duerch de Cours wouss ech vill. Bis ech nees no 3 Méint schaffe misst goen. Mat der Fläsch goug guer net. 3 Wochen Hardcore louche virun eis. Opgepompelt, Stock ugeluecht, mä d'Leni huet sech schwéier gedoen. All Dag probéiert. D'Bomien hu probéiert. De Papp huet probéiert. Ech misst komplett aus dem Haus, fir dass d'Leni mat Ach un Krach d'Fläsch geholl huet. Ob eemol huet et dunn funktionéiert an d'Leni krut 1 x den Dag d'Fläsch mat Mamm Mëllech. Dono huet hatt d'Suckel och akzeptéiert. Virdrunner hunn mir hatt mat eisem klenge Fanger berouegt kritt. D'Leni war am Fong awer am ganzen e rouegt an einfacht Kand.

Mir wousten dunn direkt, wann mir eppes sollte beim 2ten Kand änneren dann de Style mam Nieren/Fläsch. Fir de Papp ass et och net einfach mam Kand wat d'Fläsch net wëll, eleng eng ze sinn, bläert immens vill an d' Mamm ass net do fir et ze fidderen ... Mee Gott sei dank ass déi Zäit och iwerstane ginn.

Dir wëllt eis Äert Gebuertserliwennëss matdeelen?  
Da schreiw eis op  
info@liewensufank.lu

Dir sicht e flotte Remerciement  
fir d' Gebuert vun Ärem Kand?

Op der Schock

**KÄERZEN – KICHEN – KERAMIK**

Kaddosiddien aus den kreativen Ateliers vum  
**Op der Schock**

Service fir Mënsche mat intellektueller Beanträchtegung

34A, route de Reichlange, L-8508 Redange / Attert

Tel.: 26 62 18 81 / commande@ods.lu

**opderschock.lu**





### Lisi 10/2020 CHDN Ettelbréck:

Deen Dag war voller Iwwerraschungen :-)

Mäin Mann ass deen Dag Doheem bliwwen, well en schrecklech Kappwéi hat. Vu que Covid Zäit, sinn ech eleng um 10 Auer Moies op Ettelbréck an de CTG gefuer.

An der Klinik huet d'Hiewann de Col gemooss a war dunn op 4cm. Si hu mech awer Heem geschéckt, wat och ok fir mech war. Um Mëttesdësch dunn, hunn ech mech komesch gefillt. Automatesch hunn ech op d'Kichenauer gekuckt a Minutte gezielt. Leni war Gott sei dank deen Dag bei der Bomi. Mat nach net 3 Joer a schrecklech unhänglech war et esou besser.

Ech hunn nach séier meng Sträck gemaach an d'Minutte gezielt, well mäi Bauch dunn reegelméisseg haart gouf. Knapp mat der Arabesch fäerdeg an um Wee fir an d'Stuß bei mäi Mann, krut ech déi éischt richtig hefteg Wéi. Méin Mann aus dem Schlof gerappt, säi Kappwéi war op d'Minutt vergiess, well d'Wéie koume richtig staark a mat 2-4 Minutten Ofstand.

Schnell an den Auto mat der Valise an op Ettelbréck. Stau ass Mëttes um hallwer 3 do Standard. Ech hunn geduecht, ech géif et net packen. Mäin Mann wusst net wou a wat geschitt.

Presswéie sinn ugaangen, 2 km virum CHDN. Um Parking vun der Klinik aus dem Auto. Kuerz Paus um Buedem. Méin Mann wollt schonn e Bett siche goen, mee ech wollt goen. Ech wollt mech per Force net leeën. Duerch de CovidCheck, a knapps an der Receptioun ass mir d'Blos geplätzt.

Mäi Mann, dee wäiss am Gesiicht war, well alles zimmlech schnell goug, huet mir e Rollstull bruecht a mech an d'Maternité gefouert. Do hunn D'Hiewane scho gewaart well ech si am Auto ugeru hat. Wat och gutt war.

Knapps an der Salle d'Accouchement ukomm, huet mäi Mann mech aus dem Rollstull gehuewen. Ech konnt mech just nach um Bett stäipen an zwou Presswéien dono ass eis d'Lisi op d'Welt komm. Mäi Mann huet mech an deem Moment gestäipt an ugehalen. Méi huet hien net brächten zemaachen.

Mir ware glécklech. Ruck Zuck. E Speady soten si zu eis. Mengem Mann seng eenzegt Suerg war, seng Turnschong ware voll Blut :-)

Ech misst grinsen trotz wéi. Ech war frou dass alles riicht a schnell verlaf ass. Nees ouni PDA an des Kéier net am Laien. Ech wusst ennerlech, dass eng Gebuert am Stoe mir besser géif doen.

D'Hiewan hat eng Studentin bei sech a war selwer iwwerrascht dass no 10 Minutten alles un an aus war. Ech krut Lisi mat der Nuebelschnouer direkt op den Aarm a konnt mech op d'Bett leeën. Dunn réischt hunn ech mol verstane wat geschitt ass. Wéivill Blut a Waasser ech am Bauch hat. Wéi schwéier esou e Bébee ass mat der ganzer Nuebelschnouer. Zu deem Zäitpunkt war nach kee Fraendokter do. Dr. Kalweit koum kuerz

drop ran a war erstaunt iwwert déi Sauerei um Buedem :)

Si war frou, dass alles gutt verlaf ass a konnt menger Fraen Doktesch Bescheid ginn déi net do war deen Dag. Den Dr. Ledesch méin eigentleche Fraendokter, mëscht keng Accouchement méi. Ab der 32ter SSW-Woch sinn ech dunn bei seng Kollegen Dr. Dubuisson geswicht, wou ech zefridden opgeholl gi sinn a wou ech bis Haut nach sinn.

Ech gouf dunn gebutt an konnt op Zëmmer. No 2 Deeg konnt ech Heem. Natierlech hat Dr. Kalweit och a mengem Dossier stoen, dass ech 2017 no der éischer Gebuert ze vill Blut verluer hat. Doropshi krut ech e ganze Baxter a gouf extra gutt versuergt. Enger Studentin konnt ech eng rasant Gebuert weisen an deen Dag dono konnt ech enger Studentin d'Lisi léine fir den Examen am Bébee-Bueden ze maachen. Dono goug et Heem wou och do Hiewan Michèle Finck no mir kucke komm ass.

D'Stëll Zäit ass och beim Lisi tipptopp verlaf. Wat ech awer anesch gemaach hunn, ech hunn direkt geniert an him d'Fläsch ginn, dass hatt direkt un déi 2 Saachen gewinnt war. No 5 Méint wéi ech mam Bräi ugefaangen hunn, hunn ech opgehale mat Nieren. Well d'Lisi vill méi Mëllech vu mir an ëmmer méi groussen Ofstänn wollt, wat mäi Mëllechbau rasant beschleunegt huet. Natierlech hunn ech ëmmer méi Mëllech ofgebaut, well ech d' Fläsch téschenduerech ginn hunn. Mä mengem Mann war et wichtig, dass et klappt, well hien och mol eleng wollt eens ginn, wann ech no 3 Méint nees um Büro souz. Owes ass et och vu Virdeel gewiescht, well schnell war de Rhythmus do, dass Lisi a Leni um 20 Auer an d'Bett wollten.

Leni ka just mat mir aschlofen an dofir ass et gutt, dass Lisi vu mengem Mann mat enger Fläsch ka geluecht ginn. Ab und zu leeën ech déi 2 zesammen, wann mäi Mann net do ass, mee alles dat klappt super.

**Sou, dat si meng 2 Geschichten iwwert Gebuerten a Stëllzäit. Wat gutt an net sou gutt verlaf ass.**

**Am groussen a ganze kann ech nëmme Merci soen un lech, mäin Mann an ech ware super drop preparéiert gi vun ärer Säit aus. Keng Ongewëssheet, keng Angscht...**

**Och an der Maternité vum CHDN, all fein, si hunn mir net drageschwat...Dokteren, e super Job gemaach.**

**Ech hat 2 super schéi Gebuerten, schéin an net schéin Erfarungen, mee eis 2 Meedercher sinn einfach a mir waren direkt mat hinnen agespillt well se net super komplizéiert waren.**

**Mäin Mann ass frou gewiescht schnell agespillt zesinn, en war de Meedercher och ni béis dass sinn him 2x ee Stréch duerch d'Rechnung gemaach hunn, och dass seng nei Schong besaut goufen.**

### Famill B.



## Gefunden im Netz

### The New Yorker

"We love this cover of the New Yorker showing a busy city scene with many people and animals. Thought bubbles and speech bubbles leave each character's head with a single food image in each, and the baby's thought is of a breast."

La Leche League USA  
[www.newyorker.com/magazine/2021/09/06](http://www.newyorker.com/magazine/2021/09/06)



### Muarl Art

"This stunning mural - Tolerance - is by Argentinian street artist Alaniz. Its title refers to the tolerance between generations living in the neighborhood of Sloterveer, Amsterdam in the Netherlands."

La Leche League International  
 Photocredit: © Ceescamel



### Una Madre Siciliana

"A Sicilian Mother' painted as a commission for AVIS Ragusa (blood donation centre) with facilitation by Festiwall - Public Art Festival."

[www.guidovanhelten.com/projects/ragusa-sicily2?view=text](http://www.guidovanhelten.com/projects/ragusa-sicily2?view=text)



[www.lalecheleague.lu](http://www.lalecheleague.lu)

## La Leche League Luxembourg

asbl



La Leche League Luxembourg bietet **Information und Unterstützung** durch unsere ehrenamtlichen Stillberaterinnen, Mütter von der LLL ausgebildet, damit sie ihre Stillzeit entspannt verwirklichen können.

**Über Telefon, Mail und Stilltreffen**, welche Ihnen Austausch und Begegnung zum Thema Muttersein und Stillen anbieten - von der Schwangerschaft bis zum Wiedereinstieg in den Beruf und darüber hinaus. Offen für alle Interessenten.

\*\*\*

Die **La Leche League** ist eine internationale, von der **Weltgesundheitsorganisation** und der **UNICEF**, anerkannte Organisation auf dem Gebiet des Stillens.

La Leche League Luxembourg offre **Information et soutien**, par des animatrices, mamans bénévoles formées par LLL, afin de réussir votre allaitement.

**Par téléphone, e-mail ou lors de nos réunions**, vous bénéficiez d'un espace de parole et d'échange autour de la maternité et de l'allaitement - de la grossesse à la reprise du travail et bien au-delà. Ouvert à tous les intéressés.

\*\*\*

**La Leche League** est une organisation internationale pour l'allaitement, reconnue par l'**OMS** et par l'**UNICEF**.





© Colourbox.de

GASTBEITRAG EINER STILLEXPERTIN

## Auch Pappas können eine gute Bindung zum Stillkind aufbauen

Wenn es um das Thema Eltern-Kind-Bindung geht, haben wir (fast) alle das Bild der Mutter, das innig mit dem Baby kuschelt oder ihr Baby stillt, vor den Augen.

Doch auch Väter können eine intensive Bindung zu ihrem Kind aufbauen. So ist mittlerweile sogar wissenschaftlich belegt, dass Stillen oder Füttern zwar zu dieser Bindung beitragen kann, aber Kuscheln noch weitaus wichtiger ist.

Der amerikanische Psychologe und Verhaltensforscher Harry Harlow zeigte in den 1950er Jahren durch Experimente mit Rhesus-Äffen-Babys, dass für den Jungentypus Tragling (zu dem auch unsere Babys gehören) Körperkontakt und Sicherheit viel wichtiger ist.

Harlow zog Rhesus-Äffchen ohne Mutter in Käfigen auf und ließ sie zwischen zwei Mutter-Attrappen wählen: einer aus Draht nachgebildeten, Milch spendenden „Ersatzmutter“ und einer mit Stoff bespannten „Ersatzmutter“, die aber keine Milch gab. Es stellte sich heraus, dass die Äffchenbabys

nur bei Hunger die „Milch-Mutter“ für kurze Zeiten zum Trinken aufsuchten und tranken und sich in der restlichen Zeit (bis zu 22 Stunden am Tag) an die „Stoff-Mutter“ kuschelten.

Worauf ich hinaus will ist, dass liebevolle und engagierte Väter ALLES – bis auf Stillen – mit ihrem Tragling-Baby machen können, um eine wunderbare Vater-Kind-Bindung aufzubauen.

Hier sind ein paar Beispiele für Möglichkeiten, die Pappas auch bei ausschließlich gestillten Babys haben: Tragen, Kuscheln (mit Hautkontakt) nach den Stillmahlzeiten, Co-sleeping, Trösten, Massieren, Wickeln, mit dem Baby spazieren gehen, gemeinsames Baden usw.

Für den Aufbau einer guten Vater-Kind-Bindung ist daher die Anschaffung und der regelmäßige Einsatz eines guten Tragesacks oder Tragetuchs und das Einrichten eines Familienbetts die weitaus bessere und einfachere Option als das regelmäßige Füttern von Flaschen mit abgepumpter Muttermilch durch den Papa. Und die Gefahr einer Saugverwirrung gäbe es dabei auch nicht.

*Regina Gresens*

Auszug aus dem Artikel „Vater-Kind-Bindung – ohne Saugverwirrung?“

Quelle und kompletter Artikel:  
[www.stillkinder.de/vater-kind-bindung-ohne-saugverwirrung/](http://www.stillkinder.de/vater-kind-bindung-ohne-saugverwirrung/)

Autorin: Regine Gresens IBCLC, April 2020 – mit freundlicher Genehmigung zur Veröffentlichung.

## Fragen an unsere "Baby Hotline"

**„Ich stille unser Baby seit seiner Geburt voll. Mein Mann befürchtet, dass er ihm „viel weniger geben“ kann als ich und weiß nicht, wie er eine sichere Bindung zu ihm aufbauen kann. Was können wir tun?“**

Seine Sorgen teilt er sicherlich mit vielen Vätern, die sich in der gleichen Situation zu Beginn des "Neuen" Familienlebens befinden.

Es ist schön, wenn die Mutter das Baby voll stillt. Doch auch stillende Mütter können die Unterstützung der Väter sehr gut brauchen, es kommt sowohl der Mutter als auch dem Kinde in vielerlei Hinsicht zugute.

Vom Stillen abgesehen, haben Väter viele Möglichkeiten, eine Bindung zum Kind aufzubauen. So sind Situationen in der das Baby gewickelt wird der ideale Moment, um einen ungestörten intensiven Moment mit ihm zu erleben. Oder beim Baden des Babys, bei dem man(n) sich viel Zeit lassen kann. Jeglicher Körperkontakt kann die Bindung zum Kind verstärken, somit sind auch „Babymassagen“ für beide eine sehr schöne Erfahrung. Im Alltag kann der Vater das Kind im Tragetuch oder in der Tragehilfe an sich nehmen, es ermöglicht der Mutter eine kleine Auszeit und gibt dem Kind Körperkontakt, Sicherheit, Wärme u.v.m.

Gerne können unsere Beraterinnen Ihnen zum Thema Tragen einen Workshop anbieten. Details und Informationen dazu finden Sie auf unserer Webseite.

Wenn die Stillbeziehung zwischen Mutter und Kind sich gut eingependelt hat (zwischen 6-8 Wochen), besteht gegebenenfalls die Möglichkeit Muttermilch abpumpen, die der Vater mit der Flasche geben kann. Das Kind lernt schnell, dass seine Mutter an der Brust "Milch gibt" und der Vater aus der Flasche. (N.B. eine zu frühe Einführung von künstlichen Saugern kann zur Saugverwirrung führen, fragen Sie zu diesem Thema bitte Ihre Stillberaterin).

**Falls Sie noch Unsicherheiten oder Fragen zu einem dieser Themen haben, dann zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.**



**Baby Hotline**  
 TEL.: 36 05 98

AUS DEM BLOG EINER PSYCHOLOGIN  
UND PSYCHOTHERAPEUTIN

## Wie geht es den Kindern in der Pandemie?

Das Kindeswohl muss endlich in den Mittelpunkt gestellt werden!

Meine Jüngste ist ein Kindergartenkind. Nach den Weihnachtsferien befielen sich viele Erzieher/innen im Krankenstand. Ich erhalte eine Mail, dass der Kindergarten die Betreuung nicht aufrechterhalten kann und in den Notbetrieb geht. Wir Eltern sollen die Kinder bitte nur bringen, wenn wir einen dringenden Bedarf haben. Es folgt eine Woche normaler Kitabetrieb. Dann rauscht die Omikron-Welle heran. Meine Jüngste wurde als Kontaktperson identifiziert. Mitten in einen Arbeitstag hinein erhalte ich einen Anruf: Ich möge sie bitte sofort abholen. Fünf Tage soll meine Tochter nun zuhause bleiben, dann kann sie mit einem negativen Testergebnis wieder in die Kita. Das Kitaglück währt keine Woche, dann hat sie sich infiziert. Also sieben Tage Quarantäne für die ganze Familie. Die Jüngste hat mich angesteckt. Jetzt sind nicht nur alle drei Kinder zu Hause, sondern ich bin auch noch krank. Nach sieben Tagen testen wir uns alle „frei“. Halleluja! Da ist schon die nächste Mail der Kita im Postfach. Nix Halleluja. Omikron hat auch viele Erzieher/innen erwischt. Die Kita befiel sich wieder im Notbetrieb, die Betreuungszeiten sind eingeschränkt. Mit viel Glück läuft der Kindergartenbetrieb ab nächster Woche wieder normal. Ich habe einen irrsinnigen Rückstand an Klienten Terminen und Büroaufgaben. In zwei Wochen beginnen die Winterferien der Schulkinder. Na wunderbar. Wenigstens sind die geplant und planbar. Aber nein, nichts mit geplant und planbar: Gerade wurde die Skifreizeit des Großen abgesagt.



Corona stresst, das ist nicht neu. Ein gewisses Maß an Stress im Sinne von Eustress kann positiv sein und uns helfen, gewohnte Bahnen zu verlassen und unser Glück in der Nichtplanbarkeit des Lebens zu finden. Ressourcen-reichen und gesunden Menschen ist das meist möglich. Es braucht jedoch nicht viel Phantasie, um sich auszumalen was passiert, wenn meine anekdotisch erzählte Corona-Chronologie Mütter und Väter trifft, die an einer Depression erkrankt sind, mit einer Angststörung kämpfen, ein Suchtproblem nicht in den Griff bekommen, in einer dysfunktionalen Partnerschaft leben, finanzielle Probleme haben, in einer beengten Wohnsituation leben, unter einer schwerwiegenden körperlichen Erkrankung leiden und/oder vielleicht nur ein besonders herausforderndes Kind haben. Dann ist die coronabedingte zusätzliche Belastung der gute Liter, der das Fass mehr wie zum Überlaufen bringt.

Parallel zur Belastung auf Seiten der Eltern wächst die Belastung auf Seiten der Kinder. **Für sie wird die äußere Welt mit den Schulschließungen, Quarantäneregungen, dem eingeschränkten Vereinswesen und den sich stetig verändernden Corona-Maßnahmen unberechenbar und unzuverlässig.**

Mal findet in unserer Kita der Morgenkreis statt, dann wieder eine Woche nicht. Mal trifft sich die Vorschulgruppe, dann wieder nicht. Der Ausflug der Vorschulkinder ins Museum musste kurz nach Ankunft im Museum abgebrochen werden, weil mittenrein die Nachricht vom Gesundheitsamt kam, dass die Kinder vor vier Tagen(!) Kontakt mit einer positiv getesteten Person hatten. Mal darf die Klasse unserer mittleren Tochter zum Sport in die Turnhalle, dann wieder nicht. Mal darf sie mit den Kindern der anderen Klassen spielen, dann wieder nicht. Mal ist ihre Lehrerin da, dann wieder nicht. Mal muss sie sich nur einmal die Woche testen, dann dreimal, dann zweimal, diese Woche jeden Tag. Mal ist das Hallenbad auf, dann wieder zu. Der Große freute sich auf die Skifreizeit in Österreich – die wurde jetzt zwei Wochen vor Start abgesagt. Gewohnte Strukturen und Verbindlichkeiten erweisen sich als brüchig. Dazu kommt die Angst vor dem v.a. für Kinder nicht greifbaren Virus. Die Kinder brauchen mehr denn je den sicheren Hafen der Familie. Sie brauchen Eltern, die ihre Unsicherheit, Ängste und Irritationen feinfühlig auffangen und begleiten. Sie brauchen Eltern, die ihnen die Struktur und Sicherheit bieten, die in der äußeren Welt gerade oft fehlt.

**Sie brauchen Geduld,  
Zeit und liebevolle  
Zuwendung – jetzt  
mehr denn je.**

Eltern, deren eigenes Fass längst überlaufen ist, schaffen das nicht mehr – oder nicht in ausreichendem Maße. Die Folgen sind bekannt und schaffen es immer mal wieder in die Medien: Die Kinder- und Jugendpsychiatrien laufen voll. Manche sprechen hier von Triage, weil nicht alle behandlungsbedürftigen Kinder und Jugendliche die nötige Behandlung bekommen. Auch Notfälle müssen abgewiesen werden. Depressionen, Angststörungen, Zwangsstörungen, Essstörungen, Übergewicht und Suizidversuche bei Kindern und Jugendlichen haben sich in den Pandemie Jahren verdoppelt bis verdreifacht. Der Medienkonsum und die damit einhergehende Suchtgefahr ist gestiegen. All das ist bekannt - und es passiert – NICHTS! Außer dass die Politik jetzt, nach zwei Lockdowns, den Kurs fährt Schulschließungen so lange es irgendwie geht zu vermeiden. Das ist gut, wobei niemand davon redet, unter welchen Bedingungen die Kinder mit dem Maskentragen, den Abstandsregeln, den nicht planbaren Isolationen und Quarantänen, dem Dauerlüften und den regelmäßigen Testungen eigentlich zur Schule gehen. Klassenfahrten, Theaterprojekte und andere Dinge, die Spaß machen, die Lebensfreude fördern und der Gemeinschaft dienen, finden schon lange nicht mehr statt.

Auf der einen Seite die alarmierenden Zahlen der Fachverbände und Fachpersonen, auf der anderen Seite die oft verharmlosend anmutende Sicht auf den Pandemie-Alltag der Kinder. Die Kinder hätten sich daran gewöhnt, hört man oft. Sie würden die Maßnahmen prima und ohne Murren mittragen. Manche sprechen sogar davon, wie löblich die Kinder vor dem Hintergrund des Virus Verantwortung übernehmen und ihren Beitrag leisten würden. Die Pandemie verlangt uns allen einiges ab, auch den Kindern, ist halt so.

**Was stimmt denn nun? Wie geht es den Kindern in der Pandemie? Ist alles halb so wild oder ist die Situation dramatisch? Stellen die Pandemie-Bedingungen eine Entwicklungsgefährdung dar? Dürfen wir wirklich wahrnehmen, wie es den Kindern geht oder ist es für alle einfach leichter uns auf die Anpassungsfähigkeit der Kinder zurückzuziehen? Darf vielleicht nicht sein, was nicht sein soll? Was ist mit dem Stellenwert des Kindeswohls passiert? Wo ist er hin?**

**Das sind unbequeme und provokante Fragen. Für die Kinder müssen wir sie stellen und wir müssen uns diesen Fragen stellen.** Ich möchte mich diesen Fragen über fachliche Überlegungen und über Beobachtungen in meiner beruflichen Praxis annähern und aus entwicklungspsychologischer Perspektive Antworten geben. Dabei werde ich drei Punkte fokussieren: Die Auswirkungen der Pandemiebedingungen auf wichtige Beziehungen der Kinder, das Tragen der Masken und die Folgen der

Hygienemaßnahmen und der Testungen.

## Auswirkungen der Pandemiebedingungen auf Bindungsbeziehungen

Schlüsselfaktor bei Aufbau und Pflege einer sicheren Bindung ist die elterliche Feinfühligkeit. Feinfühligkeit bedeutet: Die Bezugsperson ist aufmerksam und nimmt auch nonverbale Äußerungen des Kindes wie Mimik und Verhalten wahr. Sie interpretiert diese Signale richtig, erkennt so die Bedürfnislage des Kindes und reagiert dem Kind angemessen. **Bekannt ist, dass Stress die elterliche Feinfühligkeit deutlich verringert. Bekannt ist auch, dass viele Mütter und Väter in Zeiten von Corona an ihre Belastungsgrenze und über diese hinauskommen.** Eine fachliche Hypothese wäre also, dass Aufbau und Pflege sicherer Bindungsbeziehungen durch die pandemischen Bedingungen gefährdet sind. Das hätte dramatische langfristige Konsequenzen, ist doch eine sichere Bindung die Basis für eine gute Entwicklung eines Kindes und der wesentlichste Resilienzfaktor für sein gesamtes weiteres Leben. Meine Erfahrungen im Rahmen meiner Elternberatungen unterstützen diese Sorge. Dazu kommt, dass viele Eltern große Angst vor dem Virus und einer möglichen Corona-Erkrankung haben und/oder große Sorge, dass sie vulnerable Angehörige anstecken könnten.

## Wenn Eltern Angst haben, ist es für sie schwer, für ihre Kinder sichere Basis und sicherer Hafen zu sein.

Die moderne Bindungsforschung fokussiert längst nicht mehr ausschließlich die Eltern-Kind-Beziehung. **Auch andere Menschen, wie z.B. Erzieher/innen und Lehrer/innen werden zu wichtigen Bezugspersonen im Leben eines Kindes. Wie wirken sich die Unterbrechungen durch Isolationen und Quarantänen auf die Qualität der Beziehung aus?** Eine Lehrerin hat mir berichtet, sie sei mehrere Wochen in Quarantäne gewesen (da ihre eigenen Kinder sich nacheinander infiziert haben). In dieser Zeit sei ihre Klasse (achtjährige Kinder) von insgesamt fünf Ersatzlehrer/innen betreut worden. In einer Weiterbildung erzählten mir Lehrer/innen von einer immensen Mehrbelastung in Zeiten von Corona. Kinder, die in Quarantäne sind, müssen parallel zum Präsenzunterricht zuhause mit Materialien versorgt werden. Die eigenen Kinder sind zum Teil ►



**Bio**

mit

**Tradition und aus Überzeugung**

schon seit

**30 Jahre "Biohaff Wilhelm"**

und

**25 Jahre "Biobuttek Wilhelm"**

**Hof produziert** Eier, Fleisch, Gemüse,  
Pasta, Konfitüre,  
Selbstgemachte Kuchen mit Kaffee

**NEU!!! Ausbildung bei**  
**Bauhof-Apotheke**  
Kempten - Allgäu

Die vollständige Produktpalette  
bei uns erhältlich.

**Beratung und Begleitung.**

**Kontakt & Facebook:**

**Biobuttek Wilhelm**

**93A, rue du Kiem**

**L-8328 Capellen**

**00352-691 903312**

**www.bioshop.lu**

► zuhause in Isolation. Nach einem positiven Testergebnis in der Klasse sind eine ganze Reihe von Telefonaten nötig. Die Kinder müssen sich in der Zeit selbst beschäftigen. Wie wirkt sich die Belastung der Lehrer/innen auf ihre Feinfähigkeit aus? Auf ihre Fähigkeit, kindliche Signale wahrzunehmen, angemessen zu interpretieren und Bedürfnisorientiert zu handeln? Und auch pädagogische Fachkräfte haben zum Teil große Angst sich anzustecken. Wie wirkt sich diese Angst im Kontakt mit den Kindern aus? Wird z.B. körperliche Nähe mehr als sonst vermieden? Werden die Kinder sorgenvoll zum Einhalten der Hygieneregeln ermahnt? Dazu kommt die Maskenpflicht. Auf diese werde ich in einem eigenen Punkt eingehen.

**Was ist mit der Beziehung zu den Großeltern?** Die müssen seit zwei Jahren geschützt werden und werden oft nicht mehr so regelmäßig und unbeschwert wie früher besucht und in den Arm genommen. In meiner psychotherapeutischen Praxis bin ich immer wieder beeindruckt davon, wie wichtig die Großeltern für die inzwischen erwachsenen Klienten einst waren und oft immer noch sind. Eine so wichtige Beziehung, die gerade oft leidet und die vielleicht in ihrer Bedeutung viel zu wenig ernst genommen wird.

**Wie sieht es mit der Beziehung der Kinder zu Gleichaltrigen aus?** Kinder sind soziale Wesen. Sie brauchen den vielfältigen Kontakt zu anderen Kindern. In meinem beruflichen und privaten Umfeld bekomme ich mit, dass Treffen nicht mehr selbstverständlich und deutlich weniger geworden sind. Kindergeburtstage finden oft nicht statt. Übernachtungspartys sind selten geworden. Der Vereinssport ist eingeschränkt, Klassenfahrten meist gestrichen. Dazu kommen Zeiten der Isolation und Quarantäne, die gänzlich ohne Kontakt zu den so wichtigen Freunden sind. Was bedeutet das für die Kinder? Was für ihre Beziehungen?

Deutlich wird: Die Angst vor dem Virus und die entsprechenden Maßnahmen belasten und verändern die Beziehungen der Kinder. Kinder sind Gruppenwesen. Sie brauchen verlässliche und vielfältige soziale Kontakte. (Bindungs)Beziehungen sind DER Schlüsselfaktor, wenn es um eine gute Entwicklung von Kindern und um den Aufbau einer psychischen Widerstandsfähigkeit (Resilienz) geht. Leiden Beziehungen ist das ein schleichender Prozess. Das ganze Ausmaß der Folgen wird vermutlich erst in Jahren, vielleicht auch erst in Jahrzehnten sichtbar werden. Umso mehr ein Grund, JETZT ernst zu nehmen, dass unser Umgang mit Corona mit einer hohen Wahrscheinlichkeit eine nachhaltig negative Wirkung auf wichtige Beziehungen und auf die Beziehungskompetenz unserer Kinder hat.

### **Das Tragen von Masken aus Entwicklungspsychologischer Perspektive**

In Deutschland müssen Kinder ab sechs

Jahren, also ab dem Grundschulalter in der Schule eine Maske tragen, in Luxemburg entsprechend ab dem Cycle 2. Kinder, die in der Früh- und/oder Nachmittagsbetreuung sind, tragen DEN GANZEN TAG eine Maske. Im Extremfall sind das zwölf Stunden. Das bedeutet: Ihre eigene Mimik wird sehr reduziert wahrgenommen und die Kinder sehen auch die Mimik der Lehrer/innen und Schulkamerad/innen nicht. Über die Mimik drückt ein Mensch mehr aus, als er es sprachlich könnte. Vor allem unsere emotionale Verfassung kommunizieren wir über die Mimik. Auch konnotieren wir über die Mimik das, was wir sprachlich ausdrücken. V.a. Kinder brauchen die Rückversicherung, wie Dinge gemeint sind. Dazu müssen sie dem Gegenüber ins Gesicht schauen. Der Austausch von mimischen Signalen ist ein wichtiger Teil jedes Beziehungsgeschehens. Das Senden und Entschlüsseln von mimischen Signalen ist ein Schlüsselfaktor beim Erwerb der so wichtigen emotionalen und sozialen Kompetenzen. Kinder mit Wahrnehmungsstörungen und/oder emotionaler Entwicklungsverzögerung sind in erhöhtem Maße auf deutliche mimische Signale angewiesen.

### **Was sind die Folgen einer stark reduzierten Mimik in sozialen Kontakten?**

Für die Kinder das Erleben, nicht wahrgenommen, emotional nicht verstanden zu werden. Zudem erhalten sie zu wenige Signale, um die Gefühls- und Bedürfnislage ihres Gegenübers differenziert erfassen zu können. Damit erhält z.B. das Gehirn zu wenig Information für die so wichtige Entwicklung von Empathie. Auch die soziale Feinabstimmung, also die Abstimmung des eigenen körpersprachlichen Ausdrucks und Verhaltens auf das Gegenüber leidet. Das kindliche Gehirn befindet sich noch in Entwicklung. Damit Neuronen miteinander verknüpft werden braucht es entsprechende Informationen und Erfahrungen. Bleiben diese aus oder sind stark reduziert, dann kann sich der entsprechende Gehirnbereich nicht gut ausbilden. Aufgrund der Grundlagenforschung hierzu ist davon auszugehen, dass die Folgen stark reduzierter mimischer Signale für die Entwicklung emotionaler und sozialer Fähigkeiten gravierend sind.

### **Auch die Sprachentwicklung leidet.**

Gerade in Luxemburg war der Erwerb der luxemburgischen Sprache vor dem Hintergrund der vielen Kinder, die zuhause eine andere Muttersprache sprechen, immer ein Schwerpunkt. Wie soll ein Kind eine Sprache lernen, wenn es den Mund nicht sieht? Die Mundbewegungen sind wichtig für die richtige Aussprache von Wörtern. Lehrer/innen haben mir berichtet, dass viele Kinder Wörter zunehmend falsch schreiben, weil sie die Aussprache nicht richtig hören. In Deutschland gilt das entsprechend für den Fremdsprachenunterricht.

**Wir nehmen den Kindern seit vielen Monaten die Möglichkeit, ihrem Gegenüber in vielen Kontexten frei ins Gesicht zu schauen.** Ich möchte mir als

Psychotherapeutin nicht vorstellen, was das für die emotionale, soziale und kognitive Entwicklung für diese Generation bedeutet, unter diesen Bedingungen der zwischenmenschlichen Interaktion und Kommunikation aufzuwachsen.

### **Leiden die Kinder unter den Masken?**

„Masken zu tragen ist für Sechsjährige schon Routine“ – so betitelte eine luxemburgische Zeitung einen entsprechenden Artikel. Und in einem Untertitel: „Die Kinder verstehen, dass man eine Maske tragen muss“. Also alles gut!? Letztlich wissen wir nicht, was hinter den Masken in den Kindern vorgeht. Die meisten schweigen dazu, tragen es mit, kooperieren, gehorchen – weil sie auf die Kooperation mit uns Erwachsenen angewiesen sind, weil sie uns vertrauen, weil sie von uns abhängig sind.

### **Folgen der Hygienemaßnahmen und der Testungen**

Aus psychologischer Perspektive ist die Fixierung auf ein Virus ein dysfunktionaler Umgang mit Lebensrisiken. Die Masken, die regelmäßigen Testungen und die übrigen Maßnahmen erinnern ständig an die Existenz des Virus. Die Angst sich oder andere anzustecken, wird so aufrechterhalten und ist immer aktiviert. Klar, dass Angst- und Zwangsstörungen rapide zunehmen, nicht nur bei den Kindern.

Aber für die Kinder ist es besonders schwierig. Sie verstehen vieles noch nicht, weil sie kognitiv und emotional noch nicht gereift sind. Sie bekommen Angst und Panik vermittelt und können diese Emotionen nicht i.S.v. „Ich bewerte jetzt mal selbst, wie das mit dem Virus ist“ relativieren.

In dieselbe Kerbe schlagen die ständigen Ermahnungen zum ordnungsgemäßen Tragen der Maske und zum Abstandhalten. Sie vermitteln den Kindern: „Achtung, Du gefährdest andere und andere könnten Dich gefährden“. „Die Welt ist ein gefährlicher Ort“ – das impfen wir täglich ein. Ein kollektives Trauma, das wir den Kindern mit auf den Weg geben.

Zudem haben Angst, Stress, Panik und Misstrauen einen negativen Einfluss auf das Immunsystem. Das ist gesichertes Wissen der Psychoneuroimmunologie. Und das Immunsystem der Kinder schwächen wir gerade eh schon durch die Hygienemaßnahmen, die zur Folge haben, dass die Kinder viel zu wenig mit Keimen, Bakterien und Viren in Berührung kommen.

### **Fazit**

Die Bedingungen, die wir den Kindern in der Pandemie zumuten, sind in hohem Maße als entwicklungsgefährdend einzuschätzen.

Dabei werden sicher nicht alle Kinder gleichermaßen geschädigt. Gesunde Kinder, die in sicheren Bindungen und in stabilen Familienverhältnissen aufwachsen werden weit weniger betroffen sein. Auch eine gute finanzielle Situation, ein eher höherer

Bildungsstand der Eltern und günstige Wohnverhältnisse sind wichtige Schutzfaktoren. Kinder, die so privilegiert aufwachsen, sind jedoch die Minderheit. Das bedeutet:

## Die Mehrheit der Kinder nimmt gerade Schaden. Das ist dramatisch.

### Was ist jetzt Not-wendig?

Die Bedürfnisse der Kinder müssen in einem viel stärkeren Maße wieder zum Leitstern der Politik werden. Dazu muss die Politik ihren Berater/innenkreis erweitern und die Anwälte der Kinder (Fachverbände, Kinderärztl/innen, Kinder- und Jugendtherapeut/innen, Psycholog/innen, Pädagog/innen...) mehr hören. Die vorhandenen Studien müssen ernst genommen, geprüft, ergänzt und handlungsleitend werden. Das Kindeswohl muss endlich in den Mittelpunkt gestellt werden. Kinder genießen in Deutschland und auch in Luxemburg einen besonderen Schutz. Dazu haben sich die BRD 1992 und Luxemburg 1993 mit der Ratifizierung der UN-Kinderrechtskonvention verpflichtet. Das Kindeswohl muss bei allen staatlichen Entscheidungen, die sich auf Kinder auswirken können, vorrangig berücksichtigt werden (Art. 3, Abs.1). Die Politik hat bei der Bewältigung der Corona-Krise die Kinder als besonders Verletzlichen in unserer Gesellschaft zunehmend aus dem Blick verloren. Das ist ein Fakt. Wenn das Leid, das durch die Corona-Maßnahmen entsteht, gesehen wird, wird es als das „kleinere Übel“ bewertet. Das ist diskussionswürdig. Soweit die politische Ebene. Auf die können wir uns aber allein nicht berufen. Letztlich können wir die Verantwortung nicht abgeben.

Neben der politischen Ebene geht es um die Übernahme persönlicher Verantwortung. Bei meiner Recherche bin ich auf einen bemerkenswerten Essay der Philosophin Hannah Arendt gestoßen: „Was heißt persönliche Verantwortung in einer Diktatur“. Hannah Arendt hat den Text 1964 und 1965 mehrfach als Vortrag gehalten, 1991 wurde er erstmals publiziert und jetzt vom Münchner Piper Verlag neu herausgegeben. Nun leben wir zum Glück nicht in einer Diktatur, aber in einem Ausnahmezustand. Bürgerliche Freiheitsrechte sind eingeschränkt und durch die Corona-Maßnahmen ist jeder gesellschaftliche Raum von der herrschenden Politik durchdrungen. Arendt plädiert klar für eine „Trennung von politischer und persönlicher Verantwortung“ und meint damit: „Wir können uns nicht darauf berufen, nur ein Rädchen im Getriebe gewesen zu sein“. Da will niemand mehr hin. Wir sind gefordert, in unserem kleinen Wirkungskreis das (für uns) ethisch „Richtige“ tun, auch wenn es g.g.f. dem gesetzlichen „Richtig“ nicht ganz entspricht. Für den Umgang mit gesetzlichen Vorgaben tragen wir persönliche Verantwortung. Wir können uns nicht darauf zurückziehen, uns einfach an die gelten Regeln gehalten zu haben, zumal diese meist mit heißer Nadel gestrickt wurden und die Auswirkungen auf die Kinder oft nicht bedacht wurden. Das ist eine Bürde, eröffnet aber auch einen Handlungsspielraum. Wir können etwas tun!

**Auf beiden Ebenen – der politischen und der persönlichen – kann es nur eine Veränderung zugunsten des Kindeswohls geben, wenn das Narrativ „Es gibt keine Alternative. Das Virus zwingt uns zu diesen Maßnahmen“ infrage gestellt wird. Das Virus zwingt uns zu nichts. Unser Umgang mit ihm ist unsere Entscheidung. Es sind politische Entscheidungen und es sind persönliche Entscheidungen. Treffen wir sie – für unsere Kinder!**

### Susanne Stroppel

Dipl.-Psychologin und Psychotherapeutin, Pflegermutter von drei Kindern



Mit freundlicher Genehmigung zur Veröffentlichung. Dieser und weitere interessante Artikel auf: [www.susannestroppel.de](http://www.susannestroppel.de) unter Blog & Aktuelles



## Grand choix en aliments et autres produits pour bébés!

Rollingergrund	Esch-Belval
Munsbach	Rollingen (Mersch)
Erpeldange	Windhof
Marnach	Howald
Dudelage	Altrier
Merl	Steinsel



www.naturata.lu

Äre Spezialist fir Bio- an Demeter-Liewesmëttel

## Bindungsorientierte Elternberatung

[www.BindungsorientierteElternberatung.de](http://www.BindungsorientierteElternberatung.de)

- Sorgen um dein Kind?
- Verunsicherungen in deiner Elternrolle?
- Bist Du erschöpft oder ratlos?

Ich freue mich auf Dich!  
Und darauf,  
Dir neue Wege zu zeigen.



Der besondere Weg, um die Beziehung zu Deinem Kind zu stärken und Sicherheit in Deiner Elternrolle zu gewinnen.

## Kurz & Knapp

### Der ACL Kindersitz-Test

Die europäischen Automobilclubs, darunter auch der ACL, sowie die Verbraucherschutz-Organisation ICRT testen jedes Jahr neue Kindersitze aller Gewichtskategorien. Die Ergebnisse daraus, werden auf der Internetseite des ACL veröffentlicht.

Die Einzelergebnisse für jeden Sitz können beim ACL angefragt werden.

[www.acl.lu/de-de/tests-conseils/tests/sieges-enfants](http://www.acl.lu/de-de/tests-conseils/tests/sieges-enfants)



## Stärekaner ASBL



(DE) Die "Stärekaner ASBL" hat sich als Ziel gesetzt, ein bei der Geburt verstorbene Kind zu portraituren, um so den Eltern ein Foto für die Ewigkeit als bleibende Erinnerung

an diese kurzen und wertvollen Momente, die sie mit ihrem Kind verbringen konnten, zu verschaffen. Diese Dienstleistung ist gratis.

In Erfüllung ihres Auftrages hat die "Stärekaner ASBL" eine Vereinbarung mit verschiedenen Kliniken/Geburtshäusern im Großherzogtum Luxemburg und kann somit absolute Diskretion und Professionalität garantieren. Sie würde es begrüßen, wenn einige Leser\*innen dieser Zeilen bereit wären, kleine Teddybären zu häkeln oder zu stricken, die die Sternenkinder auf ihrer letzten Reise begleiten werden. Besten Dank im Voraus!

Kontakt: [info@staerekanner.lu](mailto:info@staerekanner.lu) - [www.staerekanner.lu](http://www.staerekanner.lu)

(FR) La « Stärekaner ASBL » s'est fixé comme mission de capturer en images les brefs et précieux moments partagés par les parents lors de la naissance de leur enfant décédé.



Elle leur offre ainsi l'opportunité de créer un souvenir inaltérable pour l'éternité. Ses services sont gratuits.

Dans l'accomplissement de sa mission la « Stärekaner ASBL » est conventionnée à différentes cliniques/maternités du Grand-Duché de Luxembourg et peut garantir de cette façon discrétion et professionnalisme absolus.

Elle saluerait si elle pouvait trouver parmi les lectrices/lecteurs des présentes lignes des personnes se proposant de crocheter ou tricoter de petites peluches-nounours qui accompagneront les enfants décédés lors de leur dernier voyage. D'avance un grand merci!

Contact: [info@staerekanner.lu](mailto:info@staerekanner.lu) - [www.staerekanner.lu](http://www.staerekanner.lu)



## „Bébeeskaarten“ von der Editioun Bicherhaischen

Bei der Editioun Bicherhaischen ass eppes Neies erauskomm: Bébeeskaarten - Erinnerungskarte fir dem Bëbee seng éischt 30 Méint. Et handelt sech ëm "Milestone Cards", déi een all Mount un Dag vu senger Gebuert bei de Bëbee leet fir eng Foto ze maachen. Wann een dat Mount fir Mount mécht huet een herno e superschéinen Souvenir wéi de Bëbee grousst ginn ass. Frënn a Famill freeën sech natierlech och all Mount drop, eng Foto geschéckt ze kreiën! D'Laurence Hilger wat de Konzept vun dësen Bébeeskaarten ausgeschäfft huet, schwätzt aus Erfahrung an war selwer vun där Zort Kaarten méi wéi begeeschtert. Leider hält normalerweis de Spaass no 12 Méint op; dës Kaarten ginn awer weider bis 30 Méint.

Och wann d'Iddi vun Erinnerungs-Kaarten net nei ass, sou ginn et hei e puer nei Aspekter: Ganz wichteg ass dass et Recto-Verso-Kaarten sinn: op deenen 2 Säiten steet dat selwecht fir dass net ëmmer déi falsch Säit no vir weist wann een d'Foto wëll huelen! D'Kaarten si mat Liewensmëtteltënt gedréckt, an esou onbedenklech fir wann de Bëbee géif d'Kaart an de Mond huelen wann een d'Foto hëllt. Well keen Text drop steet a nëmme en „m“, kann en déi Kaarten onofhängeg vun der Sprooch benotzen. D'Bébeeskaarten kann een also och op lëtzebuergesch personaliséieren an an all aner Sprooch an där de Mount mat „M“ ufängt: Mount, Monat, mes, mois, month, mès etc.

D'Détailler iwwer d'Kaarten fannt Dir op [www.bicherhaischen.lu](http://www.bicherhaischen.lu) an ze kafen si se an all Librairie an iwwer [letzshop.lu](http://letzshop.lu).

## „Cartes bébé“ de l'Editioun Bicherhaischen

Une nouveauté vient de paraître chez Editioun Bicherhaischen : Cartes étapes de bébé – des cartes souvenirs de ses 30 premiers mois. Il s'agit de cartes, qu'on met chaque mois au jour de la naissance du bébé à ses côtés, pour prendre les deux ensemble en photo. De cette manière on aura un précieux souvenir de comment le bébé a grandi les 30 premiers mois. Un souvenir qu'on peut même partager chaque mois avec toute la famille et les amis. Laurence Hilger, qui a élaboré le concept de ces nouvelles cartes, était elle-même une passionnée de ce genre de cartes ! Normalement elles s'arrêtent au premier anniversaire de l'enfant, contrairement à ces cartes bébés-ci, qui continuent jusqu'à 30 mois.

Même si l'idée de ces cartes souvenir n'est pas nouvelle, il y a quand même quelques aspects qui sont originaux : très important est le fait que les cartes soient recto-verso avec la même illustration des deux côtés, pour avoir toujours le bon côté devant. Les cartes sont imprimées avec des encres alimentaires et sont donc sans risque si le bébé les prend un moment dans sa bouche lorsqu'on prend la photo. En plus on peut personnaliser les cartes dans la langue que l'on veut, il faut juste que le mot « mois » commence avec la lettre « m » dans cette langue. Par exemple : mois, Mount, Monat, mes, month, mès etc.

Pour plus d'informations vous pouvez consulter le site web [www.bicherhaischen.lu](http://www.bicherhaischen.lu). On peut acheter les cartes dans chaque librairie ou sur [www.letzshop.lu](http://www.letzshop.lu).

**Bicher a Spillgezei**      **Books and toys**

8, um Kiem • L-6960 Senningen  
Tel: 26 34 02 08  
[info@bicherhaischen.lu](mailto:info@bicherhaischen.lu)  
[www.bicherhaischen.lu](http://www.bicherhaischen.lu)

**Bücher und Spielzeug**      **Livres et jouets**



Nouvelle  
commune //  
Neue  
Gemeinde

# BABY PLUS

## Service en collaboration avec différentes communes

Differdange, Dudelange, Bettembourg, Sanem, Kayl-Tétange, Betzdorf,  
Mondorf-les-Bains, Frisange, Junglinster et **Mamer** (autres communes en planification)

Ein Projekt verschiedener Gemeinden in Zusammenarbeit mit der Initiativ Liewensufank a.s.b.l.

- für alle Familien der Partner-Gemeinden, die ein Baby erwarten oder bekommen haben
- **kostenlose Information, Beratung und Begleitung rund ums Baby im ersten Lebensjahr**
- bei Ihnen zu Hause oder im Beratungsraum der jeweiligen Gemeinde
- kompetent, einfühlsam und mehrsprachig (Lux., De., Fr., Port., Engl.)
- diese Dienstleistung ist nicht obligatorisch

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Webseite oder kontaktieren Sie Ihre Gemeinde.

Un projet de diverses communes en collaboration avec l'association Initiativ Liewensufank a.s.b.l.

- s'adresse à toutes les familles des communes a☒ liées, qui attendent ou viennent d'avoir un bébé
- **information, consultation et suivi gratuit concernant le bébé dans sa première année de vie**
- à votre domicile ou dans le bureau de consultation de la commune respective
- compétent, sensible, multilingue (Lux., All., Fr., Port., Engl.)
- ce service n'est pas obligatoire

Pour de plus amples renseignements veuillez visiter notre site web ou contactez votre commune.

Um serviço de varias Câmaras Municipais em colaboração com a Initiativ Liewensufank a.s.b.l.

- para todas as famílias residentes que esperam ou tiveram um bebé
- **informações gratuitas, aconselhamento e acompanhamento durante o primeiro ano de vida do bebé**
- em sua casa ou no gabinete de aconselhamento da respetiva câmara
- competência, sensibilidade e multilinguismo (Lux., All., Fr., Port., Engl.)
- este serviço não é obrigatório

Para mais informações e marcação de encontros, consulte o nosso website ou entre em contacto com a sua câmara.



**Einschreibung ONLINE** Scannen Sie dafür diesen QR-Code mit Ihrem Telefon

**Inscription EN LIGNE** Scannez ce QR-code avec votre téléphone

**Inscrição ONLINE** Digitalize este código QR com o seu telefone

[babyplus@liewensufank.lu](mailto:babyplus@liewensufank.lu) • [www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)



**INITIATIV LIEWENSUFANK**  
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

## BEITRAG EINER PSYCHOTHERAPEUTIN UND UNSERER PIKLERPÄDAGOGIN

# Anders Loben

„Bravo! Das hast du gut gemacht!“

Das Loben junger Kinder ist tief in unserer Kultur verankert. Die meisten von uns Erwachsenen sind damit aufgewachsen und bemerken möglicherweise gar nicht was das vielleicht in ihrem Leben bewirkt hat.

Viele von uns als Eltern rufen ermunternde Worte wie „Super“, wenn das Kind geruscht ist oder „Toll mein Schatz“, wenn es beschließt sein Spielzeug zu teilen. Das Lob ist hier Ausdruck von Freude über das Verhalten der Sprösslinge. Die Eltern möchten ihrem Kind ihre Zuneigung ausdrücken und ihm gleichzeitig zu verstehen geben, welches Benehmen erwünscht ist. Daran kann doch nichts verkehrt sein? Oder?

Allgemein wollen Eltern nur das Beste für ihre Kinder und wenn sie diese loben, geschieht es aus der Überzeugung heraus, das Lob tue ihren Kindern gut...

Allerdings zeigen eine ganze Reihe Studien, dass es sinnvoll sein könnte einen genaueren Blick auf unsere Art des Lobens zu werfen.

Lob senkt die intrinsische (innewohnende) Motivation, kann also dazu führen, dass gelobtes Verhalten nicht dauerhaft gezeigt wird.

Unser Gehirn schüttet bei Bestätigung Dopamin und Oxytocin aus. Davon will der Körper mehr. Das Kind tut das, wofür es gelobt wurde, weil es erneut das Lob der Eltern will und nicht,

weil ihm die Tätigkeit an sich Freude bereitet. Das nennt sich operante Konditionierung.

Das Verhalten wird beibehalten, um den angenehmen Stimulus aufrecht zu erhalten. Das Kind wird demnach extrinsisch, also von außen, anstatt intrinsisch, von innen, motiviert. Nun ist aber bestens belegt, dass das Verhalten eher dauerhaft beibehalten wird, wenn wir intrinsisch motiviert sind. Bei extrinsischer Motivation bleibt, sobald der motivierende Faktor entfällt, meist auch die gewünschte Reaktion aus. Darüber hinaus schwächt die Wirkung extrinsischer Motivation mit der Zeit ab. So gab es beispielsweise in einer Studie von Joan Grusec (1991) eine negative Korrelation zwischen dem Grad des Lobes für prosoziales Verhalten und dem Umfang in dem Kinder genau dieses Verhalten später zeigten. Sprich Kinder, die dafür gelobt wurden, dass sie hilfsbereit waren, waren dies als das Lob ausblieb deutlich weniger als zuvor und als die Vergleichsgruppe.

Selbst bei Kindern, die zu Beginn eine hohe intrinsische Motivation haben, kann Loben auf Dauer das Gegenteil bewirken. Es kommt zum sogenannten „Korruptionseffekt“. Nicht mehr ihr Streben nach Autonomie und Kompetenz, der Basis der intrinsischen Motivation, steht im Vordergrund, sondern der Wunsch

nach einem Lob. Dies zeigt unter anderem die viel zitierte Studie von Leeper, Greene und Nisbet aus dem Jahre 1973, bei der die Kinder für ihre Zeichnungen gelobt wurden. Ihre Motivation, überhaupt zu malen und die Qualität ihrer Bilder nahm in der Gruppe der Kinder, die Lob erhielten, deutlich ab.

**Lob kann dazu führen, dass Kinder sich vor Herausforderungen scheuen.** Der „Effort Effekt“, festgestellt von der Psychologin Carol Dweck der Stanford University beschreibt, dass Kinder, die für ihren Erfolg gelobt wurden, lieber einfachere Aufgaben auswählten, um das positive Bild von sich aufrecht zu erhalten und um nicht zu riskieren beim nächsten Mal nicht mehr gelobt zu werden. Dabei ist es natürlich langfristig für die Entwicklung neuer Fähigkeiten wichtig, sich Herausforderungen stellen zu wollen.

Dieses Phänomen zeigt sich ebenso in einer Studie von Zhao, Heyman, Chen und Lee aus dem Jahre 2014. Die Autoren stellen in ihrer Studie „ability praise“, also das Loben der innewohnenden Fähigkeiten, dem „performance praise“, wie sehr wir uns angestrengt haben, gegenüber. Vor allem das Lob der Fähigkeiten („Bravo, Du bist so intelligent“, „Wow, du kannst gut malen“, etc.) führen dazu, dass die Belobten lieber keine Herausforderung annehmen, um ihren Status nicht zu riskieren.

**Manche Menschen fühlen sich durch Lob unter Druck gesetzt.** Sie wollen ihr Gegenüber nicht enttäuschen und versuchen dessen Meinung über sich aufrecht zu erhalten. Dies gelingt ihnen in dem sie nur die Dinge tun, von denen sie annehmen, dass sie ihnen gelingen, beziehungsweise dem Bild entsprechen die der Lobausprechende von ihnen hat.

**Lob schwächt das Selbstbewusstsein.** Brummelman und Kollegen von der Universi-



tät Utrecht konnten zeigen, dass das Loben vor allem auf Kinder mit niedrigem Selbstbewusstsein einen negativen Impact hat. Diese neigten in ihrer Studie zu Rückzugsverhalten und trauten sich noch weniger zu.

Je älter die Kinder werden, je seltener werden sie gelobt. Nun ist dies aber vor allem für jene Kinder, die sich an einen stetigen Fluss der Lobpreisung gewöhnt haben, eine Enttäuschung, wenn diese ausbleibt. Das Gehirn von Kindern, die viel gelobt wurden, ist an die regelmäßige Ausschüttung von Oxytocin und Dopamin gewöhnt. Nicht mehr gelobt zu werden, macht diese Kinder dann sehr traurig. Sie fragen sich, warum sie nicht mehr im gleichen Umfang gelobt werden und beziehen es oftmals auf einen Fehler ihrerseits, was unter anderem ihr Selbstbewusstsein schwächen kann.

Die Stanford Psychologin Carol Dweck fand des Weiteren heraus, je älter die Kinder waren, die gelobt wurden, desto mehr fragten sie sich, ob mit ihnen etwas nicht stimme, dass man sie loben müsse. Eine Aufgabe für uns Erwachsene, um uns desbezüglich einmal gut zu beobachten. Wie reagieren wir selbst auf Lob und was denken wir über das Lob, welches wir gerade erhielten?

**Lob ist wertend.** Alfie Kohn schreibt: "the most notable aspect of a positive judgment is not that it is positive but that it is a judgment". Dies führt dazu, dass der Lobausprechende die Definitionsmacht hat. Die Eltern entscheiden, was gut und was schlecht ist. Erst einmal könnte man ja jetzt denken, dass dies doch gar nicht verkehrt ist. Kinder brauchen doch eine Anleitung. Aber wodurch - worüber bekommt ein Kind Anleitung, wodurch lernt das Kind eigentlich? Ganz klar lernt das Kind vor allem in den ersten sieben Lebensjahren vorwiegend durch Nachahmung und nicht durch unsere verbale Ansprache, um z.B.: neues soziales Verhalten zu erlernen. Das Kind sieht was wir tun, sagen, miteinander sprechen, unsere Hausarbeit erledigen, das Handwerk erledigen, ob wir selber motiviert sind, etwas Neues zu erlernen und unseren Spaß am Leben.

**Lob entfernt die Kinder vom eigenen Erleben.** Warum haben die Eltern dieses „Bild“ überschwänglich gelobt, jenes aber scheinbar nur halb so viel? War das Bild gestern schöner als das heute? Kinder stellen sich solche Fragen, wenn auch nicht immer bewusst, so doch zumindest unbewusst. Ihre eigene Urteilsbildung ist noch schwach ausgeprägt und sie entfalten diese erst mit der Zeit und vor allem durch unser Vorleben. Um sie in der eigenen Meinungsbildung zu unterstützen wäre es demnach viel interessanter Reflektionen anzuregen: Was denkt das Kind über das Bild, das es gemalt hat? Hatte es Spaß am Prozess? Wie fühlt es sich an, das eigene Werk zu betrachten? Diese Auseinandersetzungen sind für die Entwicklung der Kinder viel aufschlussreicher als ein: „Oh, was für ein tolles Bild. Das ist aber sehr schön geworden“.

Was aber sollen Eltern denn nun tun, die ihre Kinder liebevoll in ihrem Tun begleiten wollen?

Alfie Kohn empfiehlt in seinem Buch „Liebe und Eigenständigkeit“ einen Gegenentwurf zum klassischen Loben.

Er schreibt, man solle Kinder lieben für das was sie sind, wie sie sind und nicht für das was sie tun. Sie müssen sich unsere Zuneigung nicht erst verdienen.

**Nicht zu loben bedeutet also nicht, sich nicht mehr über Erfolge ehrlich zu freuen und auch nicht ohne Reaktion als stiller Beobachter zu fungieren.** Stattdessen sollten wir versuchen zu sehen, was sie gerade tun. Ihr Verhalten beschreiben und Emotionen spiegeln. So lernen Kinder, was sie gerade getan haben, welche Emotionen sie gerade zeigen und wie diese heißen; eine Bestätigung von dem was gerade aktuell ist.

Um zu denen am Anfang des Artikels genannten Beispielen zurückzukehren, könnte man etwas in dieser Art sagen: „Du bist gerutscht und jetzt strahlst du über das ganze Gesicht. Hattest du Spaß?“ oder „Du hast dem Kind die Schaufel gegeben. Ist dir aufgefallen, wie seine Augen geleuchtet haben? Ist es dir schmerzlich, deine Schaufel abzugeben?“. Das sind natürlich nur Beispiele. Es geht nicht darum bestimmte Formulierungen zu imitieren, sondern darum, das eigene Kind wirklich zu sehen. Kinder verstehen nicht die Sprache, die aus einem Buch herausgenommen wird. Es sind Beispiele, um vielleicht seine eigene andere Sprache für sich zu entdecken. Durch Diskussionen über dieses Thema mit anderen, lernen wir unsere eigene Sprache zu reflektieren.

Unsere Sprache soll das Kind spüren lassen, dass wir bemüht sind, es zu verstehen und mehr über seine Sicht erfahren wollen. Vor allem sollte unsere Sprache aber authentisch sein. Des Weiteren sollte natürlich nicht permanent alles besprochen werden, denn Kinder brauchen nicht stets eine verbale Ansprache. Um eine Bestätigung von uns zu erhalten, bemerken die Kinder schon, ob wir sie gesehen haben in ihrem Tun, ihrem Spiel und ihrem sozialen Verhalten.

Sicherlich möchte nicht jede Familie gänzlich auf Lob verzichten. Nun sind einige Wissenschaftler, wie Flora (2000), bei älteren Kindern über 8 Jahren zu dem Schluss gekommen, dass das Lob dem Tadel überwiegen sollte, also 5x Lob und 1x Tadel. Genau wie Hart und Risley (1995, S.155) die schrieben ebenfalls 5x mehr Lob als überhaupt 1x einen Tadel. Doch letztere bemerkten ebenfalls, dass vor allem die Art der Kommunikation und die der Umgangsweisen der Eltern mit dem Kind entscheidend sind.

Da einige von uns Erwachsene mit dem Lob aufgewachsen sind, wie oben erwähnt und wir es gar nicht wirklich reflektiert wahrnehmen, ist es natürlich schwierig für jeden von uns, den richtigen Weg zu finden.

**In der Pikler Pädagogik wird von jeher die Gegenwartssituation von uns Erwachsenen beschrieben, sodass die Kinder ihre eigene Lösung finden können und sollten sie Feedback oder eine Bestätigung suchen, gebe ich ihnen ein ehrliches Feedback. Ich bin davon überzeugt, dass Kinder, wenn sie gesehen werden und ihre Situationen sachlich beschrieben werden, sehr viel mehr Selbstbewusstsein aufbauen können, als wenn ich sie oft lobe oder dann natürlich auch Tadel.**

**Authentizität im Umgang mit den eigenen Kindern und auch im eigenen Umfeld erachte ich als wichtig. Das bedeutet, eigene Prozesse des Lobens - Nichtlobens und des Tadels bewusst wahr zu nehmen. Sollte ich mich als Eltern an die Regeln 5 zu 1 halten, bin ich nicht authentisch und das bemerken unsere eigenen Kinder sicher sehr gut.**

Wir wünschen euch allen viel Spaß beim Diskutieren daheim oder mit anderen Müttern und Vätern.

**Julia Stegmann** Psychotherapeutin, julia.stegmann-psychotherapie.com

**Claudia Goudemond**

Bewegungspädagogin, Pikler-Pädagogin und Mitarbeiterin der Initiative Liewensufank



#### Quellen zum Text

- Grusec, J. E. (1991): Socializing concern for others in the home. *Developmental Psychology*, 27(2), 338–342. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.27.2.338>
- Lepper, M. R., Greene, D., & Nisbett, R. E. (1973): Undermining children's intrinsic interest with extrinsic reward: A test of the "overjustification" hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28(1), 129–137. <https://doi.org/10.1037/h0035519>
- Krakovsky, M. (2007): The Effort Effect. *Stanford Magazine* <https://stanfordmag.org/contents/the-effort-effect>
- Zhao, L., Heyman, G., Chen, L. & Lee, K. (2014): Praising Young Children for Being Smart Promotes Cheating. *Psychological Science* 28(2): 095679761772152 <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0956797617721529>
- Brummelman, E., Thomaes, S., Orobio de Castro, B., Overbeck, G., & Bushman, B. J.: "That's not just beautiful – that's incredibly beautiful!": The adverse impact of inflated praise on children with low self-esteem. *Psychological Science* <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0956797613514251>
- Dweck, C. S., & Reppucci, N. D. (1973): Learned helplessness and reinforcement responsibility in children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 25(1), 109–116. <https://doi.org/10.1037/h0034248>
- Kohn, A. (1993): Punished by rewards: The Trouble with gold stars, incentive plans, A's, praise, and other bribes. Houghton Mifflin.
- Flora, Stephen Ray. (2000) Praise's magic reinforcement ration: Five to one gets the job done. *The Behavior Analyst Today*, 1 (4), 64-69. PDF der Zeitschrift
- Hart, B. & Risley, T. R. (1995) *Meaningful Differences*. Baltimore, M.D.: Paul H Brookes

#### Buchtipps zum Thema

**Liebe und Eigenständigkeit** Alfie Kohn  
"Die Kunst bedingungsloser Elternschaft jenseits von Belohnung und Bestrafung."  
Arbor-Verlag.



## DOSSIER "BINDUNG"

Bindungstheorie<sup>1</sup>

Bindung ist das angeborene Grundbedürfnis eines Menschen eine gute Beziehung zu Mitmenschen einzugehen.

Eine gute Bindung ist das Wichtigste, was Eltern ihrem Kind mitgeben können. Sie ist die Basis für Sicherheit und Selbstvertrauen.<sup>2</sup>

Die Bedeutung von Bindung und Bindungstheorien für die Entwicklung von Kindern:

Erst im 20. Jahrhundert wurde der Zusammenhang zwischen einer sicheren Bindung zwischen Bezugsperson und Kind und dessen späterer Persönlichkeitsentwicklung beschrieben.

John Bowlby (1907 – 1990) und Mary Ainsworth (1913 – 1999) fanden den Zusammenhang zwischen Bindung und selbstständiger Bewegung in der Umwelt, der Fähigkeit soziales Verhalten zu erlernen und der Entwicklung von stabilen Beziehungen heraus.

Anhand des berühmten „Fremde Situationen-Tests“ wurden anhand der kindlichen Verhaltensweisen bei kurzfristigen Trennungen unterschiedliche Bindungstypen klassifiziert. Dieser Test lief folgendermaßen ab:

- Eine Mutter und ihr Kleinkind (1-2 Jahre) werden von einem Beobachter in einen wartezimmerähnlichen Raum geführt. Die Mutter setzt das Kind auf den Boden.
- Mutter und Kind sind allein. Die Mutter liest eine Zeitschrift. Das Kind kann die Umgebung und die Spielzeuge erkunden.
- Eine freundliche fremde Person tritt ein, setzt sich, unterhält sich mit der Mutter eine Minute lang und beschäftigt sich dann auch mit dem Kind.
- Die Mutter verlässt unaußällig den Raum, hinterlässt aber ihre Tasche. Die fremde Person bleibt mit dem Kind allein (3 Min.). Sie beschäftigt sich mit ihm und tröstet es, wenn notwendig.
- Die Mutter kommt zurück, während die Fremde geht. Mutter und Kind sind allein. Die Mutter beschäftigt sich mit dem Kind und versucht es wieder für das Spielzeug zu interessieren

Wer diesen Test nicht kennt, findet entsprechend Videos unter dem Stichwort „strange Situation“ im Internet.

## Bindungstypen

Je nachdem, wie die Kinder in der Abwesenheit der Mutter und nach deren Rückkehr reagieren, wurden verschiedene Bindungstypen festgelegt:

**sicher gebunden:** Die Kinder vermissen überdeutlich ihre Mutter und protestieren lautstark, lassen sich schnell wieder beruhigen, wenn Mutter zurückkommt

**unsicher vermeidend gebunden:** Die Kinder erscheinen beim Verlassen werden relativ gelassen und selbstständig. Heute weiß man, dass die Kinder einen hohen Cortisol-Spiegel im Blut haben, also deutlich gestresst sind. Auch bei der Rückkehr der Mutter fordern sie keinen Trost ein.

**unsicher ambivalent gebunden:** die Kinder sind zutiefst verunsichert, wenn sie allein gelassen werden, lassen sich auch nach der

Rückkehr der Mutter kaum trösten. Sie lösen sich kaum zum Spiel, sie suchen sehr engen Kontakt bei der Rückkehr der Mutter.

Zu diesen drei von Ainsworth beschriebenen Bindungstypen wurde im Laufe der Forschung ein weiterer Bindungstyp hinzugefügt:

**desorganisiert gebunden:** Das Kind zeigt widersprüchliches Verhalten, sucht die Nähe und unterbricht dieses, oder zeigt die Nähe durch Beißen, Hauen.

## Bindungsmuster als Reaktion auf elterliches Verhalten

Diese Reaktionsmuster der Kinder spiegeln ein mehr oder weniger Sicherheit stiftendes Verhaltensmuster der Eltern wieder:

## Sichere Bindung:

Die Eltern reagieren im Umgang mit ihren Kindern prompt, verlässlich, freundlich, können die Signale ihres Kindes gut lesen und fühlen sich mit Ihrem Verhalten selbst sicher („Fels in der Brandung“).

## Unsicher vermeidende Bindung:

Die Eltern reagieren kaum auf die für Signale des Kindes, vermeiden Körperkontakt und erwarten eigenständige Regulation der Gefühle von Kleinstkindern. Das „angepasste“ Kind gilt als Erziehungsziel.

## Unsicher ambivalente Bindung:

Die Eltern sind extrem herzlich und zugewandt, erlauben Ihrem Kind hierdurch manchmal nicht eine alterstypische Exploration. Gleichzeitig führt die permanente Aufmerksamkeit der Eltern häufig zur Erschöpfung der Bezugsperson, durch sie dann wiederum emotional für das Kind nicht erreichbar sind.

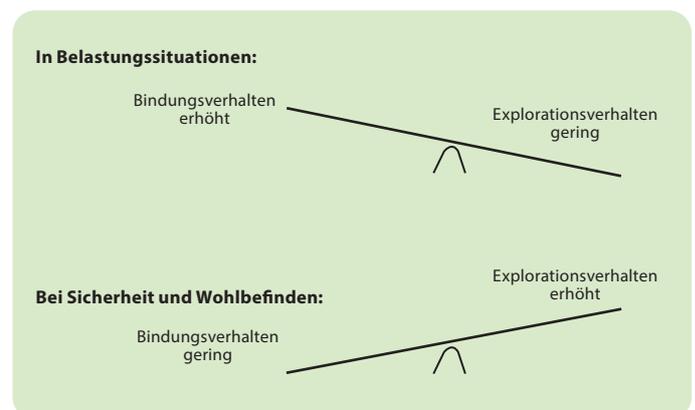
## Desorganisierte Bindung:

Die Eltern zeigen kein verlässliches, vorhersehbares Erziehungsverhalten und sind dadurch für Ihre Kinder unberechenbar. Manchmal werden Nähe und Gewalt verbunden (Missbrauch, Gewalt als Erziehungsmittel).

=> Hier ist ein pathologisches Verhalten vorprogrammiert.

## Bindung-Exploration

Die Bindung eines Kindes und die Fähigkeit, bzw. Bereitschaft seine Umgebung altersentsprechend zu erforschen (Exploration) stehen in einer eindeutigen Abhängigkeit. In Belastungssituationen ist das Bindungsverhalten erhöht und die Explorationsbereitschaft erniedrigt, bei Sicherheit und Wohlbefinden ist es umgekehrt.



Ein gut gebundenes Kind erkundet leichter und sicherer die Umwelt, weil es seine Familie als sicheren Hafen erlebt. Unsicher gebundene Kinder erkunden weniger, entweder vermeiden sie allzu große Abenteuer oder sie kleben förmlich an der Bezugsperson. Desorganisiert gebundene Kinder zeigen manchmal überhöhte Risikobereitschaft, mangelndes Gefahrenbewusstsein durch fehlende Rückversicherung.

### Kreis der Sicherheit

Wenn Eltern Ihren Kindern Sicherheit vermitteln können, sind sie wie ein sicherer Hafen für Ihr Kind. Das Kind traut sich problemlos den Hafen für explorierendes Verhalten zu verlassen, weil es sich sicher fühlt, dass die Eltern als „Leuchtturm“ dienen und sie im Bedarfsfall den Weg zurückfinden.



Wenn das Kind sich unsicher fühlt, sucht es die Hilfe der Eltern, weil es sie als sicheren Hafen erlebt hat, weil sie Ihrem Kind die nötige Sicherheit vermitteln.

„Ein Schiff im Hafen ist sicher, doch dafür werden Schiffe nicht gebaut.“

John Augustus Shedd (1859 - 1928), amer. Schriftsteller und Professor

### Bindungsbeeinflussende Faktoren

Die Qualität und Ausprägung der Eltern-Kind-Bindung werden von verschiedenen Faktoren auf elterlicher und kindlicher Seite beeinflusst. Beeinflussende Faktoren:

Bindungsförderlich	Bindungsstörend
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Frieden mit der Elternbiografie</li> <li>✓ unbelastete Schwangerschaft</li> <li>✓ Angenehmes Geburtserleben</li> <li>✓ Zeit, ins Familienleben hineinzuwachsen</li> <li>✓ Stabile familiäre Beziehungen</li> <li>✓ Unbelastete wirtschaftliche Situation</li> <li>✓ Fähigkeit kindliche Signale zu lesen</li> <li>✓ Ideen, die Beziehung zum Kind zu gestalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biografische „Altlasten“</li> <li>- Schwierige Familienverhältnisse</li> <li>- Belastete Schwangerschaft</li> <li>- Schwierige Geburt, unerwünschter Geburtsmodus</li> <li>- Trennung von Eltern und Kind (z.B. Kinderklinik)</li> <li>- Wirtschaftliche Sorgen</li> <li>- Medienkonsum</li> <li>- schwierige Passung</li> </ul>

Die Eltern-Biographie, die Situation rund um Schwangerschaft und Geburt spielen in eine gelingende, sichere Eltern-Kind-Bindung ebenso hinein, wie die jeweiligen Temperamente, die Anforderungen der Umwelt und individuelle und gesellschaftliche Erwartungen.

Im Idealfall führen gute Startbedingungen und passende Grundpersönlichkeiten zu einem positiven Bindungskreislauf.



### Bindungssituationen

Die Qualität der Eltern-Kind-Bindung zeigt sich in alltäglichen Situationen, wobei das Bindungsverhalten je nach Tagesform auch unterschiedlich ausgeprägt sein kann. Außerdem kann es vorkommen, dass die Bezugspersonen aufgrund ihrer eigenen Biographie, aber auch der gemeinsamen Geschichte mit dem Kind in unterschiedlichen Lebensbereichen unterschiedlich sichere Bindungsangebote machen können.

Die folgenden tabellarischen Auflistungen geben daher nur grobe Hinweise auf die Bindungssicherheit und sind keinesfalls als absolut und unveränderlich zu betrachten. Es zeigt sich somit auch, dass auch nur in einzelnen Lebensaktivitäten oder Lebensbereichen Verunsicherungen vorhanden sein können, andere jedoch vollkommen sicher gestaltet werden können:

### a. Bindungsreaktionen in Aktivität und Spiel

Bindungsmuster	Spielverhalten	Reaktion der Eltern
Sicher	Erkundet Spielsachen und Umgebung, spielt ausdauernd und konzentriert, gern auch gemeinsam mit anderen Kindern, sucht bei Problemen Hilfe von Erwachsenen	Gibt passende Angebote, erfreut sich beim Spiel, unterbricht nicht
Unsicher vermeidend	Spielt ausdauernd, bevorzugt häufig immer die gleichen Spiele, wenige Spielkameraden, benötigt keine Hilfe von Erwachsenen	Wenig Anregung, freut sich, dass es nicht benötigt wird
Unsicher ambivalent	Erkundet wenig, spielt lieber mit der erwachsenen Bezugsperson, benötigt viel Anregung	Kann sich auch beim Spiel wenig von dem Kind lösen, greift ins Spielgeschehen ein
Desorganisiert	Bewegungsfreudig, wenig Ausdauer und Konzentration, zeigt sich im Umgang mit Spielkameraden unberechenbar	Keine oder entwicklungsunpassende Angebote, häufige Unterbrechungen mit neuen Angeboten, häufig auch Medien als Spielangebot

### b. Bindungsreaktionen in der Lebensaktivität Ruhen und Schlafen

Bindungsmuster	Schlafverhalten	Reaktion der Eltern
Sicher	Übernimmt angebotene Beruhigungsrituale schnell und benötigt einen überschaubaren Einsatz zum Schlafen zu kommen	Bieten bei Schlafunterbrechung Sicherheit stiftende Rituale an, die das Kind zur Ruhe kommen lassen, reagieren gelassen auf altersentsprechende Schlafunterbrechungen
Unsicher vermeidend	Benötigt kaum Schlafunterstützung, liegt nach dem Aufwachen häufig noch lang im Bettchen ohne sich zu melden	Kein bis kaum Schlafrituale
Unsicher ambivalent	Schläft unruhig, lässt sich schlecht beruhigen, ablegen, benötigt ausufernde Rituale und pausenlose Nähe	Ausufernde elterngestützte Schlafunterstützung, können sich nicht lösen, überlassen Kindern die Führung in Schlafsituationen, fürchten Weinen
Desorganisiert	Anfangs einfache Schläfer, die kaum Rituale einfordern, durch fehlende Tagesstruktur bekommen sie manchmal zu wenig Schlaf und keine klaren Signale	Fehlende Tagesstruktur und Schlafrituale, manchmal unangemessene Rituale „Hauptsache das Kind ist ruhig“, Schlafbedarf wird übergangen

### c. Bindungsreaktionen beim Thema Nähren und Essen

Bindungsmuster	Essverhalten	Reaktion der Eltern
Sicher	Zeigt eindeutige Hunger und Sättigungszeichen, erkundet neue Nahrungsmittel und zeigt aber auch, wenn es diese nicht mag, bleibt beim Essen bis es satt ist	Stillen, Bei- und Familienkoststart häufig problemlos. Reagieren angemessen auf die Signale des Kindes, haben klare Tagesstruktur mit ritualisierten Mahlzeiten
Unsicher vermeidend	Hunger und Sättigungszeichen nicht eindeutig, Essen oft lustlos mit wenig klaren Präferenzen, Essverhalten passt sich der Gruppe an	„Gegessen wird, was auf den Tisch kommt“ – gesellschaftskonformes Nahrungsangebot und Mahlzeitenrituale
Unsicher ambivalent	Häufig sehr eigen im Essverhalten, Vorsicht bei neuen Nahrungsmitteln, braucht beim Essen vertraute Situationen	Häufig Überhöhung des Themas „Nähren“ (auch Stillen!!!), besonders Engagement durch besondere Kostformen (z.B. biologisch korrekt), Nahrungsverweigerung des Kindes verursacht maximalen Stress bei der Mutter
Desorganisiert	Essen als Zuwendungsgewinn, wenig wählerisch, gesunde Nahrungsmittel können abgelehnt werden, weil sie von zuhause nicht bekannt sind	Wenig reflektiertes Essverhalten, ungesunde Ernährung, Essangebot zur Beruhigung, Nahrungszug zur Bestrafung

**d. Bindungsreaktionen beim Thema Ausscheidungsautonomie**

Bindungsmuster	Ausscheidungsverhalten	Reaktion der Eltern
Sicher	Zeigt frühzeitig eindeutige Zeichen von Ausscheidungsbedürfnissen, bzw. Bedürfnis, gewickelt zu werden, meist altersentsprechende und unproblematische Sauberkeitsentwicklung	Reagieren angemessen auf die Signale des Kindes, unterstützen zeitgerecht und angemessen die Sauberkeitsentwicklung, Wicksituationen sind Spielsituationen
Unsicher vermeidend	Initiative zur Ausscheidungskontrolle geht meist nicht vom Kind aus, meldet sich nicht, wenn es einnässt	Folgt bei der Unterstützung der Ausscheidungskontrolle häufig Empfehlungen von außen. Windel häufig länger als nötig
Unsicher ambivalent	Tut sich häufig schwer, den Stuhlgang „loszulassen“ und neigt zur Verstopfung, bis hin zur Überlaufkopresis oder entleert Stuhlgang kontrolliert lieber in die Windel	Unsicherheit beim Erkennen der Signale, übermäßiger Ehrgeiz oder Vermeidung, häufig gesteigertes Hygienebewusstsein mit Ablehnung von fremden Wickeltischen oder Toiletten
Desorganisiert	Wenig Signale, Angebote zur Sauberkeitsentwicklung werden angenommen, Rückfälle durch Traumata (Einnässen, Einkoten) manchmal zu wenig Schlaf und keine klaren Signale	„Sauberkeitserziehung“ häufig durch „Windel weglassen“, Schimpfen bei „Unfällen“

**e. Eingewöhnung in die Kita ("Crèche")**

Bindungsmuster	Ausscheidungsverhalten	Reaktion der Eltern
Sicher	Kind beobachtet von Schoß der Eltern die Situation und löst sich, spielt mit anderen Kindern, Eingewöhnung nach einigen Tagen der Rückversicherung meist unproblematisch	Erklären dem Personal genau, was ihr Kind benötigt, zeigen durch schlüssiges Verhalten, dass in der Kita das Personal zuständig ist, Trennungen werden angekündigt.
Unsicher vermeidend	Das Kind scheint keine Eingewöhnung zu benötigen, vermisst die Eltern bei Trennung nicht	Eltern zeigen sich uninteressiert und unbeteiligt, entfernen sich schnell
Unsicher ambivalent	Löst sich sehr schlecht von der Bezugsperson, baut wenig Kontakt zu anderen Kindern und Personal auf, Eingewöhnung zieht sich lang hin	Kind wird lang gehalten, schlecht losgelassen, z.B. gestillt, wenn es eigentlich anfangen sollte zu spielen, wenig Vertrauen ins Personal
Desorganisiert	Das Kind lässt sich schnell ins Gruppengeschehen integrieren, ist aber im Umgang mit anderen Kindern häufig grob und unsensibel	Halten Eingewöhnungszeit für unnötig, beschäftigen sich anderweitig

*Hinweis: Bindungsmuster können auch in Teilbereichen verunsichert werden, z.B. die Sicherheit beim Thema Nahrungsaufnahme kann durch Krankheiten, die mit Gedeihstörungen einher gehen, verunsichert werden.*

*Die Übergänge sind zeitweise fließend und je nach äußeren Einflüssen kann es auch zu vorübergehenden Verunsicherungen kommen.*

**Bindungsförderung konkret am Lebensanfang**

Die Bindungsforschung von Ainsworth und Bowlby revolutionierte auch die Geburtshilfe und Vorstellungen der Wochenbettpflege. Trennungen von Mutter und Kind sollten vermieden werden. Körperkontakt als bindungsunterstützendes Element wurde auch in Krankenhäusern systematisch eingeführt.

Entgegen anfänglichen hygienischen Bedenken wurde erkannt, dass die Gesundheit und Entwicklung von einer ungestörten Eltern-Kind-Bindung am Lebensanfang deutlich unterstützt werden kann und muss.

Bindungsunterstützende Angebote sind u.a.:

- Information und Aufklärung der Familien über die Bedeutung der Bindung im Rahmen der Schwangerenberatung und Geburtsvorbereitung
- Bindungsaufbau mit dem ungeborenen Kind zur Prävention von vorzeitigen Wehen, Frühgeburtlichkeit oder Komplikationen

z.B. über sogenannte „Bindungsanalyse“

- Idealerweise gute Begleitung der Familie während der Geburt, wo möglich Verzicht auf medizinische Interventionen und sofern nötig, rechtzeitige und vollständige Aufklärung der Familien über notwendige Eingriffe
- Früher ungestörter Hautkontakt zum Bonden unmittelbar nach der Geburt
- Rooming-in: gemeinsame Unterbringung des Neugeborenen und seiner Mutter, g.g.f. Familienzimmer
- Ermöglichung ambulanter Geburten mit guter Nachbetreuung bei unkompliziertem Geburtsverlauf
- Unterstützung des Stillwunsches durch kompetente Stillanleitung
- Bei Verlegung des Kindes in die Kinderklinik, einen Eltern-Kind-Kontakt vor der Verlegung ermöglichen und eine kindnahe Verlegung der Mutter, sofern dieses möglich ist
- Känguru-Pflege von Frühgeborenen und kranken Neugeborenen
- Einbeziehung der Eltern in die Pflegehandlungen
- Anleitung in bindungsunterstützenden Maßnahmen wie Babymassagen, unterschiedlichen Formen der Kontaktaufnahme durch Berührungen, Ansprechen oder Singen, uvam.
- Beobachtung von Bindungsproblemen, z.B. Rückzug von Eltern, fehlende Kontaktaufnahme, übermäßige Ängste oder Kontrollwänge, fehlende Freude über positive Entwicklungen, Anzeichen einer Wochenbettdepression, Angst vor der Entlassung des Babys und gezielte Begleitung von Familien mit Bindungsschwierigkeiten während des Aufenthaltes und darüber hinaus z.B. durch aufsuchende Unterstützungsangebote

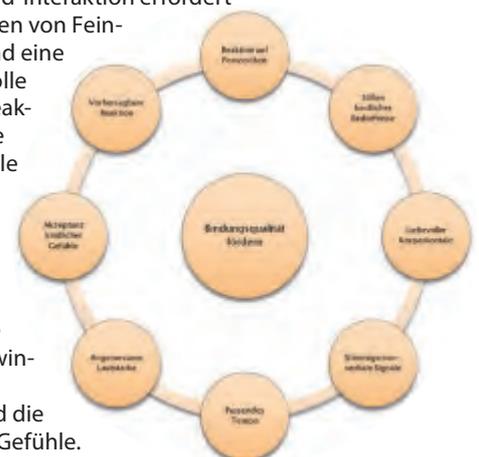
Ein Blick auf die Eltern-Kind-Bindung ist nicht nur relevant für die Geburt, sondern auch für weitere familienbegleitende Angebote

- Der Sturz vom Wickeltisch oder andere Unfälle des Kindes können Folge einer kurzen Unaufmerksamkeit einer pflegenden Person sein, aber genauso auch ein Anzeichen dafür, dass Eltern ihr Kind „nicht im Blick“ haben.
- Kontaktaufnahmen wegen unstillbarem Schreien, Schlaflo oder andere Regulationsstörungen, oder die verzweifelte Angst vor akuter Erkrankung kann auch ein Zeichen sein, dass Eltern primär oder sekundär (als Folge der Regulationsstörung) in Ihrer Bindungsfähigkeit erschüttert sind.
- Ein Kind, mit dem in seiner Familie nicht ausreichend kommuniziert wird, zeigt häufig schon im Kleinkindsalter deutliche Entwicklungsrückstände in der Sprachentwicklung
- U.v.a.m.

**Bindungsunterstützende Maßnahmen bei vermuteter Bindungsproblematik**

Gelingende Eltern-Kind-Interaktion erfordert

Feinfühligkeit, erkennen von Feinzeichen des Kindes und eine angemessene, liebevolle und vorhersehbare Reaktion, stimmige verbale und nonverbale Signale in der Interaktion der Bezugspersonen mit dem Kind, liebevoller Körperkontakt, angemessene Lautstärke und Stimmlage, sowie eine passende Geschwindigkeit im Handeln in Alltagssituationen und die Akzeptanz kindlicher Gefühle.



### Reaktion auf Feinzeichen

=> bedeutet, dass Eltern in der Lage sind, die Feinzeichen Ihres Kindes (Zu- und Abwendung, Hunger- und Sättigungssignale, ...) zu „lesen“, um ihrem Kind passgenau anbieten zu können, was es benötigt.

### Stillen kindlicher Bedürfnisse

=> Kinder benötigen das Gefühl, dass Ihre Bedürfnisse angemessen und zeitnah befriedigt werden. Sie sollten nicht unnötig auf Nahrung warten müssen, wenn sie hungrig sind, Sie sollten das Bedürfnis nach Körperkontakt, Ruhe, Erholung und Schlaf, aber auch nach Exploration und Bewegung befriedigen können.

### Liebevoller Körperkontakt

=> Eltern können Ihren Kindern liebevollen Körperkontakt mit Kuscheln, Känguru-Pflege, Massagen, Händchen halten usw. geben. Wichtig ist, dass auch die Eltern sich in dieser Situation wohl fühlen.

### Stimmige non-verbale Signale

=> Die Handlung der Bezugspersonen sollte immer authentisch sein, sonst werden Kinder irritiert. Wenn Eltern beispielsweise anders handeln als sie sich fühlen, z.B. Ihr Kind stillen, obwohl sie aufgrund biographischer Erfahrungen von sexueller Übergriffigkeit eigentlich ihre Brust nicht entblößen wollen, könnte dieses eine Irritation und Stillverweigerung beim Kind auslösen.

### Passendes Tempo

=> Kinder benötigen Zeit, um äußere Reize verarbeiten zu können. In unserer schnelllebigen Zeit lassen Eltern manchmal ihren Kindern diese Zeit nicht. Das könnte eine Verunsicherung zur Folge haben – die Folgen durch Abwehrhaltungen fehlende Kooperation benötigt dann jedoch in der Regel mehr Zeit, als von Anfang an, das Tempo des Kindes zu berücksichtigen.

### Angemessene Lautstärke

=> ein Zeichen einer sicheren Bindung ist die Lautstärke in der Kommunikation, bei zu vielen Nebengeräuschen, bei einem Anschreien, kann die Eltern-Kind-Bindung schnell verunsichert werden.

### Akzeptanz kindlicher Gefühle

=> es sollte „normal“ sein, dass ein Kind seine Gefühle äußern kann, dass es traurig, wütend und genervt sein darf. Leider werden Kinder immer wieder um Unterdrücken der Gefühle aufgefordert „nicht weinen“ – was zu einer tiefen Verunsicherung führen kann, die sich weit ins Leben tragen kann.

### Vorhersehbare Reaktion

=> Kinder fühlen sich sicherer, wenn die Reaktionen der Bezugspersonen und der umgebenden Erwachsenen vorhersehbar, also möglichst immer ähnlich sind, bzw. Handlungen strukturiert ablaufen und Maßnahmen vorher angekündigt werden.

Da eine gute Langzeit-Entwicklung sicheren Bindungsstrukturen am besten gelingt sollte familienberatendes Personal sollte daher in der Lage sein, die Familien in Bindungssituationen anzuleiten (liebevoller Pflege, zugewandtes Nähren, Babymassage, alterssprechende Beschäftigung), kindliche Signale erklären und g.g.f. zu übersetzen.

Werden größere Bindungsschwierigkeiten erkannt, z.B. desorganisierte Bindungsmuster könnte die Vermittlung von aufsuchenden Hilfen Familien längerfristig unterstützen (sicheres Umfeld schaffen, wirtschaftliche Sicherheit, Schutz vor Gewalt, Installation weiterer Bindungspersonen, wie Tagesmütter etc...).

**BLÉI VUM SÉI**

<https://bvs.naturpark.lu>  
bvs@naturpark.lu / Telefon: 95 97 44

**OSTEOPATHIE PRAXIS**  
FRANK HÖCHST

Osteopathische Behandlung von Babys, Kinder und Frauen in der Schwangerschaft.

[www.kinderosteopathie.lu](http://www.kinderosteopathie.lu)

oder

Facebook: Osteopathie Praxis Frank Höchst

23, route de Stadtbredimus, 5570 Remich  
Tel.: +352 28777707 oder +352 691790321

► **Bindungsarbeit lebenslang**

Viele Fachkräfte haben die Wichtigkeit der guten Bindungsarbeit am Lebensanfang erkannt und kommuniziert.

Leider macht genau dieses manchen Familien Stress oder Schuldgefühle, wenn sie nach eigenem Erleben nicht die optimalen Startbedingungen hatten, die Geburt ungeplant in einem Kaiserschnitt endete, das Stillen nicht geklappt hat, oder die ersten Wochen das Elterndasein noch nicht wirklich genossen werden konnten.

Zum Glück weiß man heute (beispielsweise aus der Adoptionsforschung) dass das Bindungsfenster nicht nur in Schwangerschaft, Geburt oder Wochenbett geöffnet ist, sondern deutlich über den ersten Geburtstag hinaus noch stabile und sichere Bindungsmuster aufgebaut und unterstützt werden können. Darüber hinaus müssen bindungsfördernde Rituale immer wieder auf die aktuelle Entwicklung des Kindes und seiner Entwicklungsbedürfnisse, bzw. auf veränderte Bedingungen und Bedürfnisse auf der Elternseite angepasst werden.

Ist es beispielsweise am Anfang schön, ein Kind mit möglichst viel Körperkontakt und g.g.f. dem Stillen nach Bedarf zu beruhigen, ist es bei älteren Kindern, die in eine Kindertagesbetreuung eingewöhnt werden sollen hilfreich zu schauen, wie das Kind lernt, sich auch ohne Brustangebot regulieren kann und welche Probleme es g.g.f. sogar selbst durch seine eigenen motorischen Fähigkeiten regulieren kann.

Ist am Anfang ein enger Körperkontakt im Tragetuch etwas Verbindendes, kann es bei voranschreitendem Körpergewicht, g.g.f. als unangenehm empfunden werden, oder das Kind möchte einfach mal den Raum krabbelnd durchqueren, um mit anderen Kindern oder Entwicklungs herausforderungen in Kontakt zu kommen.



## Bindungsarbeit ist eine lebenslange Aufgabe.

*Mechthild Hoehl*

Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Elternberatung und Kindergesundheitsförderung

Mit freundlicher Genehmigung zur Veröffentlichung.

1. Z.T. entnommen aus einem Fachartikel von Mechthild Hoehl in der Zeitschrift „kinderkrankenschwester“ aus dem Jahr 2021
2. Kurzzusammenfassung der Bindungstheorie nach meiner Kollegin Margit Holtschlag [www.babymassage-duesseldorf.de](http://www.babymassage-duesseldorf.de)
3. Kreis der Sicherheit angelehnt an [www.circleofsecurityinternational.com/wp-content/uploads/circle-of-security-w-formula-german.pdf](http://www.circleofsecurityinternational.com/wp-content/uploads/circle-of-security-w-formula-german.pdf) 2000 Cooper, Hołman, Marvin & Powell
4. Quelle: Shedd, Salt from my attic, 1928. Übersetzung anonym
5. Fortbildungsunterlagen „Bindungstheorie- Bindungspraxis“ Mechthild Hoehl
6. Alle Tabellen Bestandteil der Fortbildungsunterlagen „Bindungstheorie- Bindungspraxis“ Mechthild Hoehl
7. [www.researchgate.net/publication/270934177\\_Postnatale\\_Bindungsfoerderung\\_in\\_der\\_Geburtsklinik\\_-\\_aktueller\\_Forschungsstand](http://www.researchgate.net/publication/270934177_Postnatale_Bindungsfoerderung_in_der_Geburtsklinik_-_aktueller_Forschungsstand) [www.efcni.org/wp-content/uploads/2018/03/EFCNI\\_Bindung\\_und\\_Pflege\\_Broschuere\\_150dpi\\_web.pdf](http://www.efcni.org/wp-content/uploads/2018/03/EFCNI_Bindung_und_Pflege_Broschuere_150dpi_web.pdf)

**Quellen bzw. weiterführende Informationen: über die genannten Fußnoten hinaus:**

- Becker-Stoll, F. (2007): Eltern-Kind-Bindung und kindliche Entwicklung. In Becker-Stoll, F. & Textor, M., Die Erzieherin-Kind-Beziehung. Zentrum von Bindung und Erziehung Berlin
- Die Geschichte der Bindungstheorie. In Spangler, G. & Zimmermann, P., Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung (S. 27-49). Stuttgart: Klett-Cotta. Borchert, J., Hartke, B. & Jogschies, P. (2008)
- Bowlby, J. (2011): Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. München: Ernst Reinhardt Verlag. Originalausgabe (1953): Child Care and the Growth of Love. Second Edition, Penguin Books.
- Fischer, U. (2010): Bindungs-Explorations-Balance. Zugriffs am 26.05.2013. Verfügbar unter [www.inklusion-online.net/index.php/inklusion/article/view/42/49](http://www.inklusion-online.net/index.php/inklusion/article/view/42/49).
- Grossmann, K. & Grossmann, K. (2012): Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Papoušek, M., Schieche, M., Wurmser, H.: Regulationsstörungen der frühen Kindheit. Bern: Hans Huber
- Simó, S., Rauh, H. & Ziegenhain, U. (2000): Mutter-Kind-Interaktion im Verlauf der ersten 18 Lebensmonate und Bindungssicherheit am Ende des 2. Lebensjahres. Psychologie in Erziehung und Unterricht, 47,118-139.

**www.droen.lu**

consultations de qualité en bébé-portage au Luxembourg  
**qualitative Trageberatung in Luxemburg**

*Bequeme schöne Schuhe,  
Vollholzbetten und Naturmatt ratzen*

136, Boulevard de la Pétrusse, L-2330 Luxemburg  
info@gea.lu, Tel.: 26 48 30 02 - Parking Martyrs

# Bindung vor Bildung – Kinderbetreuung im Säuglings- und Kleinkindalter

In Luxemburg können Eltern, nach der Geburt ihres Kindes und dem „congé postnatal“, den „congé parental“ beantragen\*. Das ist ein zeitlich begrenzter Lohnausgleich, für die elterliche Betreuung des Kindes.

Außerdem wurde am 13. Februar 2009 ein règlement grand-ducal verabschiedet, welches die „chèque-service accueil“ einführt\*<sup>1</sup>. Richteten sich diese anfangs hauptsächlich an Kinder aus sogenannten benachteiligten Verhältnissen mit erhöhtem Armutsrisiko, so sind sie inzwischen für alle Familien zugänglich und die günstigere Alternative zum Betreuen der eigenen Kinder zuhause. Junge Mütter werden meist nach oder während ihres „congé parental“ (also spätestens dann, wenn ihr(e) Kind(er) knapp neun Monate alt sind) wieder erwerbstätig. Väter oder der zweite Elternteil können anschließend noch maximal sechs zusammenhängende Monate ganztags, zwölf Monate halbtags oder „congé parental fractionné“ beantragen.

Nach dieser/n Auszeit(en) mit dem Kind, stehen vier Möglichkeiten der Kinderbetreuung zur Auswahl:

eine **innerfamiliäre Betreuung** durch einen oder beide Elternteile - auf eigene Kosten, eine **Betreuung durch Verwandte oder andere Personen aus dem näheren Umfeld der Familie** - auf eigene Kosten, eine **Betreuung durch eine Tagesmutter (Tagesvater)** - mit limitierter Unterstützung durch die „chèque-service accueil“ oder eine **Betreuung durch Kinderkrippen bzw. Vorschulen**, welche zu einem Großteil vom Staat finanziert werden (unter anderem durch die „chèque-service accueil“).

Die Auswahl ist also sehr an die finanzielle Situation der jeweiligen Familie gebunden. Häufig entscheiden sich die Familien für eine Mischung aus drei Möglichkeiten.

\* die „chèque-service accueil“ stehen auch Eltern zur Verfügung, die in Luxemburg arbeiten, doch ihren Wohnsitz im Ausland haben.

## Doch was ist gut für unsere Kinder?

Eine Gesellschaft lebt nicht nur von materiellen Gütern.

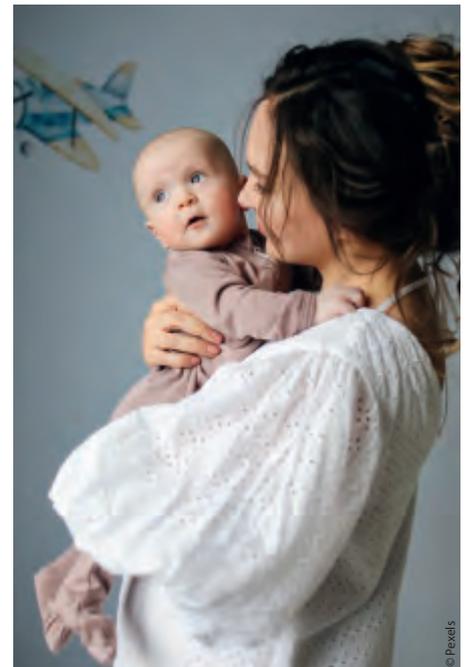
Aus der Sicht der Bindungsforschung ist die Art, wie wir aktuell die Kleinsten unter uns betreiben, weder förderlich für sie selbst und ihre Zukunftsperspektiven, noch gesund für unsere Gesellschaft heute oder auf lange Sicht.

Das Bindungsbedürfnis des Menschen wurde in zahlreichen (Langzeit)Studien (besonders in Deutschland, Großbritannien und in den USA) erforscht und gilt inzwischen als sehr gut abgesichert<sup>2</sup>. Den Grundstein dafür legte der englische Psychiater und Psychoanalytiker John Bowlby in den 50er Jahren<sup>3</sup>. Heute werden diese Erkenntnisse durch Wissen aus der Neurobiologie zusätzlich gestützt<sup>4,5</sup>.

Bei seiner Geburt ist das Baby weit davon entfernt seine Bedürfnisse oder Gefühle selbst regulieren zu können. Deshalb sind Menschenbabys mit einem „Programm“ ausgestattet, welches ihnen hilft sich an ihre Bezugspersonen zu binden, sich über diese zu regulieren und in der Beziehung zu ihnen (über Jahre) zu lernen, wie sie sich selbst regulieren können<sup>4,5</sup>. Die „emotionale Bindung“ an eine Bindungsperson oder wenige Bindungspersonen gehört zu den „Überlebenssystemen“ eines jeden Menschen und ist dadurch gekennzeichnet, dass sie ein zwar unsichtbares, aber fühlbares emotionales Band ist, das eine Person zu einer anderen knüpft und das diese zwei Menschen über Raum und Zeit miteinander verbindet<sup>6</sup>. Diese Bindung ist für das Überleben eines (jungen) Menschen so wichtig wie Sauerstoff, Ernährung und Schlaf.

Innerhalb einer Bindungsbeziehung machen Säuglinge und Kleinkinder wiederholte Erfahrungen starker Gefühle (z.B. Furcht, Ärger, Kummer, aber auch unerfüllte Neugier), und schaffen es nur mithilfe einer Bindungsperson und deren sogenannter Co-Regulation wieder zurück in einen angenehmen Zustand<sup>4</sup>. Somit wird durch positive Eltern-Kind-Interaktionen im Gehirn eine Umwelt geschaffen, die nicht nur für das Körperwachstum, sondern auch für die absolut notwendigen Verschaltungen zwischen den Nervenzellen und den Aufbau eines funktionierenden Netzwerkes im Gehirn, von großer Bedeutung ist<sup>6</sup>.

Aus Studien der Neurobiologie wissen wir heute außerdem, dass die Verbindung zwischen der leiblichen Mutter und dem Kind ganz besonders wichtig für die Gehirnentwicklung und -anpassung des Kindes ist. Ihr eigenes Gehirn bringt durch eine Kombination aus Schwangerschaftshormonen und der sensorischen und emotionalen Stimulation



durch ihr Neugeborenes, Voraussetzungen mit sich, die weitere Bezugspersonen nie ganz erfüllen können<sup>4</sup>.

## Wie also verläuft dieser überlebenswichtige Bindungsprozess?

Die Bindungstheorie besagt, dass Kinder im Laufe ihres ersten Lebensjahres eine starke emotionale Bindung zu einer Hauptbezugsperson entwickeln. Die Entwicklung dieser Bindung gliedert sich in vier Phasen während der Kleinkindzeit<sup>3,7</sup>:

### Phase 1 der „vorbereitenden Anhänglichkeit“ (0-3 Monate)

Das Baby ist anhänglich und möchte nicht allein sein, es bevorzugt vertraute Menschen, lässt sich aber auch von anderen tragen, füttern oder wickeln. Diese Phase dauert je nach Temperament des Babys ungefähr zwischen 8 und 12 Wochen an. Unter ungünstigen Bedingungen kann sie auch länger andauern.

### Phase 2 der „entstehenden Bindung“ (3-6 Monate)

Das Baby zeigt eine differenzierende, ausgeprägte Ansprechbarkeit auf die Hauptbindungsperson, in der Regel die Mutter, wobei die Ansprechbarkeit auf andere Personen fortbesteht. Auch hier wieder sind Unterschiede zwischen den Babys aufgrund ihrer Temperamente zu erkennen.

### Phase 3 der „ausgeprägten Bindung“ (6-12 Monate)

Spätestens während dieser Phase ist das Kind wählerischer in seiner Behandlung von Personen und sein Repertoire an Verhaltensweisen, welche das gezielte Rufen der Hauptbindungsperson, das Nachfolgen dieser bei Weggehen, die Begrüßung bei ihrer Wiederkehr und die Benützung ihrer als Ausgangsbasis für Erkundungen beinhalten, erweitert sich zunehmend. Gleichzeitig nehmen die freundlichen und ziemlich unterschiedslosen

▶ Reaktionen auf alle anderen Personen ab. Bestimmte andere Personen, wie der Vater oder andere nahestehende Personen, maximal aber 3-4 Bindungspersonen insgesamt, werden als der Hauptbindungsperson untergeordnete Bindungsfiguren ausgewählt. Fremde werden mit größerer Vorsicht betrachtet und rufen früher oder später Alarm- b.z.w. Rückzugsreaktionen hervor. Der Körperkontakt zur Hauptbindungsperson kann eine Kontaktaufnahme ermöglichen oder begünstigen.

Während dieser Phase wird das Bindungssystem organisiert und die Bindung des Kindes an seine Hauptbindungsperson tritt für alle sichtbar in Erscheinung. Man kann das Kind als „gebunden“ ansehen.

Phase 3 beginnt gewöhnlich um den 6. Monat (kann sich aber bis nach dem ersten Geburtstag verzögern, wenn Kinder bisher wenig(er) Kontakt mit einer Hauptfigur hatten) und hält durch das 2. und bis ins 3. Lebensjahr hinein an.

**Phase 4 der „zielkorrigierten Partnerschaft“ (24.-... Monate)**

In dieser Phase wird das Weltbild des Kindes komplexer und sein Verhalten potenziell flexibler. Durch Beobachtung des Verhaltens der Bindungsperson(en) und deren Einflüsse darauf, lernt das Kind etwas

über gesetzte Ziele und Pläne. Es entwickelt die Fähigkeit diese zu verstehen und von seinen eigenen abzugrenzen. Es gewinnt Einblick in die Gefühle und Motive dieser und legt den Grundstein für eine komplexere Beziehung.

Diese Phase beginnt kaum vor dem 2. Geburtstag des Kindes, bei den meisten Kindern eher näher am 3. oder noch später.

**Trennung von der Hauptbindungsperson – eine kleine Welt bricht zusammen**

Die Co-Regulation innerhalb von Beziehungen ist während des Säuglings- und Kleinkindalters besonders ausfallig. Wenn ein unreifes Gehirn in Bezug auf sein emotionales und physisches Überleben vollständig von fürsorglichen Personen abhängig ist, führt selbst eine kurze Trennung von der Hauptbindungsperson zu messbaren Stressreaktionen<sup>4</sup>.

Im Alter von 10 bis 18 Monaten erreichen Kleinkinder den Höhepunkt ihrer Trennungsangst, unabhängig davon in welcher Kultur sie aufwachsen, und unabhängig davon, ob das Kind schon vorher Erfahrungen mit nichtelterlicher Betreuung machen musste<sup>9</sup>.

Genau zu diesem Zeitpunkt gehen

hierzulande die meisten Mütter wieder ihrer außerhäuslichen Arbeit nach und übergeben ihr Kind für einige Stunden bis hin zu ganzen Arbeitstagen anderen Menschen zur Betreuung.

Trennungsleid kann in diesem Alter nicht abgewöhnt, sondern nur durch eine vertraute Bindungsperson gemildert werden. Dieses Trennungsleid kann auch dann nicht gemildert werden, wenn die Mutter ihr kleines Kind seit seiner Geburt immer wieder auf Distanz hält und dieses ein vermeidendes Bindungsmuster entwickelt. Für ungeschulte Augen mag der Trennungsstress unsichtbar sein, doch ist er deutlich präsent und körperlich nachweisbar<sup>4,5,9,14</sup>.

Weder eine vermeidende Bindungsstrategie, noch viel Erfahrung mit Fremdbetreuung verhindert also, dass ein Kleinkind unter einer erneuten Trennung von der Hauptbindungsperson leidet. Forschungen weisen außerdem darauf hin, dass die Kinder sich nicht - wie gemeinhin angenommen - an Trennungen gewöhnen, sondern erzwungene Trennungen sie im Gegenteil sensibler machen und jede weitere Trennung als noch schlimmer empfunden wird, als die zuvor. So kann es bei abrupter Trennung zu überwältigenden Gefühlen kommen, denen das Kleinkind ohne regulierende Bindungsbeziehung (siehe oben)



Es wurde festgestellt, dass die Regulierung des Herzschlags mit den Bindungsmustern zusammenhängt: Je sicherer die Mutter-Kind-Bindung bewertet wird, desto regelmäßiger (und regulierter) ist der Herzschlag<sup>8</sup>.

hilflos ausgeliefert ist und die in ihm ein verheerendes Gefühl der Machtlosigkeit, sowie neuro- und psychophysiologisch belegte Stressreaktionen entstehen lassen.

Solche Stressreaktionen können nur dann abgemildert werden, wenn das Kleinkind seine Tagesbetreuungsperson vor der Trennung während einer einfühlsamen, kindorientierten Eingewöhnungsphase als neue Sicherheitsquelle erfahren hat (siehe weiter unten). Wenn das Kind ohne eine solche Eingewöhnungsphase bei einer der vielen erzwungenen Trennungen also irgendwann nicht mehr weint oder protestiert, dann weil es aufgegeben hat und nicht, weil es sich an die neue Situation „gewöhnt“ hat.

Und damit wären wir bei einem großen Problem unserer Gesellschaft:

### Wie frühe Bindungserfahrungen die gesamte Gesellschaft beeinflussen

Bindungsmuster sind implizite Erinnerungen, die bekannt sind, ohne dass darüber nachgedacht wird. Sie wurden als „Bauchgefühl“ gespeichert, beeinflussen die Art und Weise, wie wir Babys und Kleinkindern heute begegnen und leiten unbewusst unsere Reaktionen ihnen gegenüber<sup>4,5</sup>.

Durch verschiedene Längsschnittstudien konnte nachgewiesen werden, dass Bindungsmuster mit einer 75% hohen Übereinstimmung von der Mutter auf das Kind übertragen werden, mit einer 65% hohen Übereinstimmung von Vater zu Kind.

## Diese Studien weisen auf eine Weitergabe von Bindungsstilen zwischen Generationen hin<sup>6,10</sup>

Bei Eltern und Nicht-Eltern wurde außerdem nachgewiesen, dass sie unterschiedliche Muster der Gehirnaktivierung auf das Weinen und Lachen von Kleinkindern zeigen, abhängig von ihren eigenen frühen Erfahrungen<sup>4</sup>. Wird ein Weinen des Kindes also als Leid oder Kummer dieses interpretiert, welches es real empfindet, so reagiert der/die Erwachsene mit Schutz und Unterstützung. Dabei orientiert er/sie sich an den Zeichen des Kindes, um seine weitere Vorgehensweise an das Kind anzupassen. Wird das Weinen allerdings als „Theater“ abgetan oder als „Versuch der Manipulation“ durch den kleinen „Tyrannen“, reagiert der/die Erwachsene mit Belächeln, Abtun und Ignorieren (nach dem Motto: „Es gewöhnt sich schon daran, da muss es jetzt durch.“) oder Ärger und Strafe (nach dem Prinzip „Jetzt reicht es aber, die Mama ist jetzt weg!“).

So übertragen sich eigene Verletzungen in den frühen Lebensjahren auf die nächste Generation. Innerfamiliär genauso wie gesamtgesellschaftlich.

### Den Kreis brechen

Der Druck auf Eltern zu zweit arbeiten zu gehen wächst unaufhörlich. Einerseits fühlen die Eltern den finanziellen Druck durch steigende Lebenskosten, andererseits hören sie immer wieder, ihre Babys und Kleinkinder wären bei „geschultem“ Personal gut aufgehoben und eine frühe Förderung in Form von non-formaler Bindung in den Betreuungseinrichtungen wäre vor allem für die sprachlichen und sozialen Kompetenzen von großer Bedeutung<sup>11</sup>.

Wovon allerdings viel zu wenig gesprochen wird, ist, dass unsere Gesellschaft sich so auf den Weg begibt, bestehende Bindungstraumata auf die nächste Generation zu übertragen.

Die gute Nachricht ist jedoch: Wir können etwas tun, um den Kreis zu brechen!

#### 1. Eine sichere Bindung kann ein Leben lang nachgeholt werden:

- Im Kindesalter durch Information, Feinfühligkeitstraining und gegebenenfalls Traumaaufarbeitung der Eltern oder Erziehungsberechtigten

- Im Erwachsenenalter durch spätere, weitere Bindungsbeziehungen, durch eigene Information, Feinfühligkeitstraining und Traumaaufarbeitung. In der Bindungspsychologie spricht man dann von dem Bindungsmuster „sicher-erworben“.

Fakt ist aber auch: je früher, desto einfacher; je später, desto mühsamer.

#### 2. Wir können uns im privaten Umfeld dafür einsetzen, dass unsere Kinder bei den Menschen (Verwandte, Babysitter), von denen wir sie betreuen lassen, eingewöhnt werden, indem wir uns immer bewusst sind:

Es ist unwichtig, wie sicher wir uns schon mit diesem Menschen fühlen, unser Kind muss eine eigene Bindung zu ihm aufbauen, und das braucht die Zeit, die es braucht (Details später im Text).

Darüber hinaus müssen wir unbedingt dafür sorgen, dass unsere Kinder in den Betreuungseinrichtungen (in Krippen oder bei staatlich anerkannten Tageseltern) eingewöhnt werden und uns nicht wegschicken lassen, solange unser Kind sich noch nicht sicher fühlt. Außerdem bedeutet es für die Professionellen: Raum und Rahmen für eine kindorientierte Eingewöhnung schaffen.

### Wie also vorgehen, wenn Eltern auf „Fremdbetreuung“ angewiesen sind?

Bis zum Alter von drei Jahren sollte ein Babysitter aus dem erweiterten Umfeld der Kleinfamilie, oder eine ausgewählte Tagesmutter immer einer „Crèche“ gegenüber bevorzugt werden. Außerdem sollte das Kind bei maximal zwei nicht-elterlichen Bezugsperson(en) eingewöhnt und anschließend von ihr/ihnen fremdbetreut werden, nicht von mehreren, für das Kind unvorhersehbar täglich oder wöchentlich abwechselnden Personen.

Im besten Falle hat das Kind in den

ersten Lebensjahren schon eine vertraute Spielbeziehung in Präsenz seiner Hauptbindungsperson zu der neuen Bindungsperson aufgebaut und muss in der Eingewöhnungsphase nur noch lernen diese nun als sichere, tröstende Basis zu nutzen. Mit Hilfe der neuen Sicherheitsbasis kann das Kleinkind dann die Trennung von der Hauptbindungsperson besser verkraften<sup>9</sup>.

### Welche Möglichkeiten gibt es noch?

Leider nicht viele, außer Kündigung oder unbezahltem Urlaub eines Elternteils, Teilzeitarbeit beider Elternteile oder im besten Falle gut kombinierbaren Berufen mit flexiblen, planbaren Arbeitszeiten.

Auf jeden Fall, wenn Fremdbetreuung notwendig ist, ob bei einer einzelnen Person oder in einer Krippe, dann liegt die Lösung des Dilemmas darin, dass das Kind im Beisein seiner Hauptbindungsperson sanft und langsam an die neue Betreuungsperson gewöhnt wird – indem sie bei diesem Gewöhnungsprozess selbst anwesend ist – bis diese das Kind im Beisein der Hauptbindungsperson auch bei Unwohlsein beruhigen und trösten kann. Dann ist die Betreuungsperson zu einer sicheren Basis geworden und das Kind kann zeitweise auf die „erste“ Sicherheitsbasis verzichten<sup>7,9,12</sup>.

Mindestens vier Wochen sollte eine Eingewöhnung dauern<sup>7,9</sup>, auch wenn das Kind sich scheinbar einfach löst. Eltern sollten allerdings zwei Monate einplanen, dann geraten sie auf keinen Fall unter Druck<sup>13</sup>.

### Warum Gruppenbetreuung erst ab drei Jahren überhaupt sinnvoll ist

In unterschiedlichen Untersuchungen wurde immer wieder festgestellt, dass Kinder bis zum Alter von drei Jahren den Alltag in einer Gruppe als besonders stressvoll erleben<sup>14</sup>.

## Säuglinge und Kleinkinder benötigen eine intensive Betreuung und Co-Regulation ihrer Gefühle in einem familienähnlichen Umfeld

In einer Krippe müssen sie sich die Aufmerksamkeit und Hilfsangebote von erwachsenen Bezugspersonen mit bedeutend mehr anderen Kleinkindern teilen, als dies in einer Familie realistisch wäre.

Noch und vor allem im dritten Lebensjahr erleben Kleinkinder in Gruppensettings viel

► Stress. Sie befinden sich in einer Entwicklungsphase, in welcher sie sich mehr und mehr Gleichaltrigen zuwenden, allerdings erst im Beisein ihrer Bindungsperson(en) lernen müssen, damit umzugehen<sup>6,13,14</sup>.

Ab dem Alter von drei Jahren können Kleinkinder sinnvoll in einer Einrichtung wie einer „Crèche“, einem Kindergarten oder einer Vorschule gruppenbetreut werden, weil sie ab dem dritten Lebensjahr verstehen, weshalb ihre primäre Bindungsperson nicht da sein kann um sie eng zu begleiten (Mama/Papa muss zur Arbeit, ...). Außerdem brauchen sie neben der Familie vermehrt Gleichaltrige.

Forscher sind sich einig, dass Kinder ab dem Alter von drei Jahren von Gruppensettings profitieren, allerdings bis zu einem Alter von 6 Jahren (also über das gesamte Kleinkindalter hinweg) nur dann, wenn sie dort auch feinfühlig und kindorientiert über einen Zeitraum von mindestens vier Wochen elternbegleitet und bezugs-personenorientiert eingewöhnt wurden. Begrüßungs- und Abschiedsrituale spielen dabei eine große Rolle<sup>7,13</sup>.

### Bindung vor Bildung

Der Ansatz des „Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse“ in Form des Nationalen Rahmenplans<sup>11</sup> beinhaltet viele gute Ideen. Vor dem Eintritt in die Schule und dem Beginn der „formalen“ (also zielgerichteten und strukturierten) Bildung, sollen die Kinder eine sogenannte „non-formale“ Bildung erhalten. Non-formale oder auch informelle Bildung findet im Prinzip ohne größeren Aufwand, ohne festgelegte Lernziele oder besondere Rahmen-

bedingungen im alltäglichen sozialen Miteinander statt; also in der Familie, in Vereinen oder ganz einfach unter Gleichaltrigen.

Im „Nationalen Rahmenplan zur non-formalen Bildung im Kindes- und Jugendalter“ werden Lernsituationen angestrebt, welche z.B. Freiwilligkeit, Mitverantwortung und Mitbestimmung, sowie entdeckendes und partnerschaftliches Lernen in Beziehung und im Dialog zulassen und fördern sollen. Dabei wird davon ausgegangen, dass ErzieherInnen wichtige Bezugspersonen für die Kinder in den Betreuungseinrichtungen sind, welche durch eine vertrauensvolle Beziehung eine angstfreie und lernfördernde Atmosphäre schaffen<sup>11</sup>.

Leider wird in diesem Rahmenplan etwas Grundlegendes vergessen: Nämlich, dass eine Bezugsperson - v. A. für Säuglinge und Kleinkinder bis einschließlich sechs Jahre - nicht automatisch eine Bindungsperson ist. Dafür bedarf es zuerst einer bindungsorientierten Eingewöhnungsprozedur (siehe voriger Text).

Kinder, welche früh und uneingewöhnt in vielleicht erfahrene, aber unvertraute Hände in Betreuungseinrichtungen abgegeben werden, können erwiesenermaßen nicht so sehr von den Bildungsangeboten profitieren, als Kinder, die in den ersten drei Lebensjahren Bindungsbeziehungen mit viel Empathie, Vertrauen und gemeinsamem Engagement aufbauen und erfahren durften<sup>7</sup>.

Eine Betreuungseinrichtung, die Babys und Kleinkinder mit plötzlichen, unvermittelten Trennungen von der Hauptbindungsperson bzw. von den Eltern verbindet, belastet sie so stark mit Trennungängsten, dass ihnen wenig Kraft für Exploration und Lernen bleibt<sup>9</sup>. Daneben sind neue Herausforderungen (neue Menschen, neue Lernumfelder, u.s.w.) im Beisein und Schutz von Bindungspersonen (z.B. in Eltern-Kind-Bewegungsgruppen) für das Kind faszinierend und schaffen so den Boden für nachhaltige Lernerfahrungen.

Babys, sowie ein- und zweijährige Kinder müssen sich zunächst auf Vertrautes verlassen können. Sie lernen gerade ihre Umwelt, die Personen und Ereignisse, sowie Tätigkeitsabläufe vorherzusagen, um richtig zu reagieren und nicht überrascht zu werden.

Auch für ältere Kleinkinder bis zum Alter von 6 Jahren gilt: Frühe Bildung kommt nicht allein durch eine lernfördernde Umgebung zustande, sondern durch Interaktion mit



Menschen, welche durch emotionale Beziehungen verbunden sind.

Heute ist klar, dass Früherfahrungen wichtige Weichen stellen und zu besonderen Fähigkeiten führen. Kinder mit einer sicheren Bindung haben dafür erwiesenermaßen mehr Bewältigungsmöglichkeiten, sie holen sich eher Hilfe, zeigen mehr gemeinschaftliches Verhalten, führen ein befriedigenderes Sozialleben und haben eine ausgereiftere Empathiefähigkeit, da sie sich durch die früh erfahrende Co-Regulation in der Bindungsbeziehung besser in das Verhalten, Denken und Fühlen von anderen Menschen hineinversetzen können. Ihre Gedächtnisleistungen und ihre Lernfähigkeiten sind größer, und ihre Sprachentwicklung besser<sup>4,6</sup>. Diese Forschungsergebnisse werden heute durch Ergebnisse der Neurowissenschaften bestätigt<sup>2,4,5</sup>.

### Der Zyklus 1 unserer Grundschule

Eine weitere Hürde hin zu einem „bindungsorientierten Land“ besteht in der längst veralteten Form unserer Vorschule, dem 1. Zyklus der (éducation précoce et préscolaire) in welche immer noch, trotz Forschungen und Langzeitstudien u.a. in unserem Nachbarland Deutschland<sup>9,15</sup>, an ein und demselben Tag alle Kinder „eingeschult“ werden. Im „schlimmsten“ Falle im Alter von drei Jahren, in die eigentlich freiwillige und für nicht luxemburgisch-sprachige Kinder zur Sprachförderung gegründete „éducation précoce“, und im „besten“ Falle dann erst in die obligatorische „éducation préscolaire“.

Um den ersten Zyklus der „école fondamentale“ - für unsere Kinder (und Lehrpersonen) - bindungsorientiert zu reformieren, müsste an sehr vielen Stellschrauben gedreht werden.

**Erstens** müssten mehrere Bezugspersonen zur Verfügung stehen (7,5 Kinder pro Lehrer/in oder Erzieher/in<sup>16</sup>), damit das Kind eine Bindung zu einer



## Durch Beobachtung des Verhaltens der Bindungsperson(en) lernt das Kind etwas über gesetzte Ziele und Pläne.



ausgewählten Bezugsperson aufbauen und begleitet werden kann. **Zweitens** müssten die Eingewöhnungstermine z.B. nach Geburtsdatum oder Anmeldung über das gesamte (Schul-)Jahr gestapelt werden, damit nicht an einem Stichtag im September eine gesamte Gruppe eingewöhnt werden muss und samt Hauptbindungsperson im Klassenzimmer sitzt. Dann haben wir noch nicht über – **drittens** – das Thema Freistellung der Hauptbindungsperson von der Arbeit für die gesamte Eingewöhnungszeit gesprochen, geschweige denn über – **viertens** – eine entsprechende Erhöhung der „Kinderkrankentage“ bei der Krankenkasse, um die Kinder über Höhen und Tiefen zu unterstützen. Es ist also noch ein weiterer Weg.

*„Doch jede Reise, auch der weiteste Weg, beginnt mit dem ersten Schritt...“* Konfuzius

### Claire Steffen

Mutter, Lehrerin in der Grundschule, Abschlussstudentin "M.A. Integrative Lerntherapie - Ressourcenmanagement für Lern- und Entwicklungsförderung im Kindes- und Jugendalter", SAFE®-Mentorin, SAFE® Spezial Krippe/Tagesbetreuung.

### VORSCHAU

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe einen Artikel über die Wichtigkeit der Rolle der Väter, ihre Beziehung zum Kind, ihre Vorbildfunktion u.v.m.

### Quellen und Verweise:

1. Règlement grand-ducal du 13 février 2009 instituant le «chèque-service accueil». Retrieved from: <https://legilux.public.lu/eli/etat/leg/rgd/2009/02/13/n2/jo>
2. Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe Verlag.
3. Bowlby, J. (2006). Bindung. München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag.
4. Cozolino, L. (2007). Die Neurobiologie menschlicher Beziehungen. Kirchzarten bei Freiburg: VAK Verlags GmbH.
5. Siegel, D. J. (2010). Wie wir werden, die wir sind. Neurobiologie & die Entwicklung des Menschen in Beziehungen. Paderborn: Junfermann Verlag.
6. Brisch, K.H. (2008). Bindung und Umgang. In: Deutscher Familiengerichtstag (Hrsg.) Siebzehnter Deutscher Familiengerichtstag vom 12. Bis 15. September 2007 in Brühl. (Brühler Schriften zum Familienrecht, Band 15) (S.89-135). Bielefeld: Verlag Gieseking.
7. Becker-Stoll, F. (2017). Zeit für den Aufbau von Bindungsbeziehungen in Familie und Kita. In: P. Zimmermann & G. Spangler (Hrsg.). Feinfühliges Herausforderung. Bindung in Familie, Kita, Kinderheimen und Jugendhilfe (S.61-76). Gießen: Psychosozial-Verlag.
8. Izard, C. E., Porges, S. W., Simons, R. F., Haynes, O.M., Hyde, C., Parisi, M. et al. (1991). Infant cardiac activity: "Developmental changes and relations with attachment". Developmental Psychology, 27 (S.432-439).
9. Grossmann, K. & Grossmann, K. E. (2017). Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.
10. Fremmer-Bombik, E. (2017). Über 30 Jahre Forschung zur Tradierung von Bindung. In: P. Zimmermann & G. Spangler (Hrsg.). Feinfühliges Herausforderung. Bindung in Familie, Kita, Kinderheimen und Jugendhilfe. (S.53-59). Gießen: Psychosozial-Verlag.
11. Ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse (2021). Nationaler Rahmenplan zur non-formalen Bildung im Kinder- und Jugendalter. Verfügbar unter: [www.enfancejeunesse.lu/de/nationaler-rahmen/](http://www.enfancejeunesse.lu/de/nationaler-rahmen/)
12. Becker-Stoll, F., Beckh, K. & Berkic, J. (2018). Bindung eine sichere Basis fürs Leben. München: Kösel-Verlag. Illustration: Jutta Wetzel
13. Suess, G.J. & Burat-Hiemer, E. (2009). Erziehung in Krippe, Kindergarten und Kinderzimmer. Stuttgart: Klett-Cotta.
14. Veermeer, H. J. & Van IJzendoorn, M. H. (2006). Children's elevated cortisol levels at daycare: A review and meta-analysis. Early Childhood Research Quarterly, 21, 390-401.
15. Beck, A. & Walter, I. (2017). Das Follow-up der SAFE®-Evaluationsstudie im Grundschulalter. In: K. H. Brisch (Hrsg.) Bindung und emotionale Gewalt. Stuttgart: Klett-Cotta.
16. Bertelsmann Stiftung (2020). Schlechte Rahmenbedingungen erschweren die Bildungsarbeit der Kitas. Verfügbar unter: [www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2020/august/schlechte-rahmenbedingungen-erschweren-die-bildungsarbeit-der-kitas](http://www.bertelsmann-stiftung.de/de/themen/aktuelle-meldungen/2020/august/schlechte-rahmenbedingungen-erschweren-die-bildungsarbeit-der-kitas)

FACHARTIKEL VON DR. HERBERT RENZ-POLSTER

# Erziehung zur Selbstständigkeit?

## Wie lässt sich Selbstständigkeit fördern?

Können Kinder zur Selbstständigkeit erzogen werden? Die Entwicklungspsychologie weist auf ein Dilemma: die fundamentalen Kompetenzen der Entwicklung müssen vom Kind selbst aufgebaut werden. Wie gehen sie dabei vor?

### Weinen aus anderen Ursachen

Kinder stehen in ihrer Entwicklung vor gewaltigen Herausforderungen:

- ... sie müssen lernen, mit sich selbst klar zu kommen, also ihre Gefühlswelt kennen lernen und ihre Impulse und Emotionen in den Griff bekommen (Aufbau exekutiver Kontrolle)
- ... sie müssen aber auch lernen, mit anderen Menschen klar zu kommen und als Gruppe nach Regeln zu funktionieren (Aufbau sozialer Kompetenz). Als Voraussetzung hierzu müssen sie eine „Theorie des Geistes“ bilden, also lernen, sich in die Gedanken, Gefühle und Werte der anderen hinein zu versetzen und die Welt auch aus deren Perspektive zu sehen, zu begreifen und zu bewerten (und das nach und nach auch in moralischer Hinsicht)

- ...und sie müssen innere Stärke aufbauen – also eine Art Rückgrat, das ihnen hilft, bei Widerständen nicht gleich aufzugeben (Aufbau von Resilienz)
- ... und noch etwas weiteres, spezifisch Menschliches, steht auf der Agenda: die Kinder müssen lernen schöpferisch zu denken und zu handeln – also nicht nur kopieren, was schon da ist und was die anderen machen, sondern immer auch das Bestehende verändern und zu Neuformen (Aufbau von Kreativität).

Diese Kompetenzen sind allesamt für die Entwicklung der Persönlichkeit unverhandelbar – ja, sie können geradezu als deren Grundlage und damit als Fundamentalkompetenzen der Entwicklung betrachtet werden. Sie sind gleichzeitig die Voraussetzungen für ein selbstständiges Leben (das – anders als der Begriff der „Selbst“-Ständigkeit suggeriert – ja nicht nur auf Eigenkompetenz, sondern immer auch auf sozialen Fähigkeiten beruht).

### Nicht vermitteltbar

Diese der Selbstständigkeit dienenden Entwicklungsgrundlagen haben einen gemeinsamen Nenner: sie können dem Kind nicht vermittelt werden. Man kann ein Kind nicht darüber belehren, wie es innerlich stark wird. Auch Mitgefühl kann man einem Kind nicht beibringen, und soziale Kompetenz lässt sich einem Kind selbst durch das

pädagogisch wertvollste Programm nicht an-erziehen. Genausowenig die Kreativität. Das Fundament der kindlichen Entwicklung beruht vielmehr auf Erfahrungslernen. Hier ver-sagt – das zeigt die Geschichte der Erziehung deutlich – sowohl das autoritäre Lernmodell (Lernen entlang eines Machtgefälles vom Erwachsenen zum Kind) als auch das didaktische Modell (Lernen entlang eines Wissens- oder Kompetenzgefälles vom Erzieher zum Kind). Vielmehr beruht dieses Lernen auf einem Prozess der durch Beziehungen geleiteten Selbstorganisation.

### Emotionale Sicherheit als Eintrittskarte

Was darunter zu verstehen ist, erschließt sich, wenn man die kindliche Entwicklung in ihren Grundzügen nachzeichnet. Da begegnet uns nämlich ein von den ersten Lebenstagen an auf Selbstwirksamkeit angelegtes Kind. Ein Kind also, das die physikalische Welt erforschen und auch die soziale Welt mitgestalten will. Dieser Explorations- oder Selbstwirksamkeitstrieb ist die Voraussetzung des kindlichen Lernens und hängt – das vergessen wir manchmal – direkt mit dem frühkindlichen Bindungssystem zusammen<sup>[1]</sup>. Das Explorationsverhalten wird nämlich nur dann aktiviert, wenn das Baby bzw. Kleinkind sich emotional sicher fühlt. Kinder, die sich nicht geschützt, wohl und – im Sinn des Wortes – beheimatet fühlen, sind der Welt ausgeliefert; sie gehen nicht auf Entdeckungstour, ihr Lernen lahm.

Die kindliche Neu-, Lern- und Entdeckungslust setzt also funktionierende Beziehungen zu den Bezugspersonen voraus: ich Sorge für Dich, ich bin für Dich da, wenn Du in Not kommst, ich biete Dir verlässlich Schutz. Diese nach der klassischen Bindungstheorie auch als „sichere Bindung“ bezeichnete Grunderfahrung bildet den entscheidenden Rahmen für das kindliche Erfahrungslernen: in diesem abgesicherten Resonanzraum legt das Kind durch die tägliche Begegnung mit der Welt aktiv und eigenmotiviert die Grundmuster seiner emotionalen und sozialen Entwicklung an<sup>[2]</sup>. Tatsächlich kann in Vergleichsstudien gezeigt werden, dass sicher gebundene Säuglinge und Kleinkinder in allen Domänen Entwicklungsvorteile haben: beim Aufbau der „Theorie des Geistes“<sup>[3]</sup>, bei der emotionalen Regulation<sup>[4]</sup>, beim Aufbau der exekutiven Kontrolle<sup>[5]</sup> (sicher gebundene Säuglinge können sich beispielsweise mit vier Jahren im Schnitt doppelt so lang konzentrieren als in unsicheren Beziehungen aufgewachsene Säuglinge), bei der Entwicklung sozialer Kompetenz und beim Zugewinn an Resilienz<sup>[6]</sup>.

Der Zusammenhang von Bindungs-sicherheit und Explorations- bzw. Lernfähigkeit

Thema  
"Bindungstypen"  
siehe S. 20



erklärt auch, weshalb sich Selbstständigkeit – anders als in der Laienpresse teilweise noch immer dargestellt – nicht dadurch einstellt, dass den Kindern schon früh Nähe und elterliche Hilfe bei der emotionalen Regulation entzogen wird, etwa beim – dann als „selbstständig“ bezeichneten – Einschlafen (Eine ausführliche, und wichtige Diskussion zum Thema Nähe und Selbstständigkeit ist auf der Internetseite [www.kinder-verstehen.de](http://www.kinder-verstehen.de) zu finden).

### Kinder brauchen Kinder

Dem Pfad der Selbstwirksamkeit folgt das Kind weiter, wenn es ab dem dritten Lebensjahr sein primäres Bindungssystem erweitert und sich jetzt auf die sozialen Erfahrungen mit anderen, nicht unmittelbar seinem Schutz und seiner Versorgung dienenden Menschen einlässt – insbesondere mit anderen Kindern. Tatsächlich ist die Kindheit aus humanethnologischer, kulturvergleichender und auch historischer Sicht eine Entwicklungsstrecke, die Kinder zu weiten Teilen auf Augenhöhe mit anderen Kindern verbrachten<sup>[7]</sup>. Auch aus der entwicklungspsychologischen Literatur spricht vieles dafür, dass Kinder ab dem späteren Kleinkindalter auch andere Kinder – und zwar auf unterschiedlichen Entwicklungsniveaus, also in einem gemischtaltrigen Kontext – brauchen, um sich als wirksam, gestaltmächtig, kreativ und kompetent zu erfahren, d.h. sich in körperlicher, emotionaler und sozialer Hinsicht weiter zu entwickeln<sup>[8]</sup>.

Auf diese Erfahrungen hin ist insbesondere das frei gestaltete kindliche Spiel ausgerichtet, in dem Kinder in einem Prozess der Selbstorganisation all die Elemente „konstruieren“, die sie jetzt für den weiteren Aufbau ihrer Fundamentalkompetenzen brauchen: an ihren Entwicklungsstand angepasste Widerstände, an ihre Entwicklungsängste angepasste Angst-Lust-Erlebnisse (= „Abenteuer“), an ihre sozialen Bedürfnisse angepasste „Kinderbanden“. (Es ist in diesem Zusammenhang auch kein Zufall, dass die von Kindern am meisten geliebten Bücher eigentlich von der Selbstorganisation in Kindergruppen handeln, von Pipi Langstrumpf über die Rote Zora bis zu den fünf Freunden.) Für diese spielerische Entwicklungsbewältigung suchen sich Kinder – wenn sie können – einen adäquaten, und das heisst möglichst wenig strukturierten und damit gestaltbaren Entdeckungs- und Gestaltungsraum, gerne auch die „freie“ (vielleicht nicht ohne Grund so benannte?) Natur<sup>[9]</sup>.

### Frühpädagogik im Dilemma

Während vom Kind aus betrachtet die Kindheit ab dem Kleinkindalter immer vom selbst gestalteten Spiel in informellen Kindergruppen geprägt war<sup>[10]</sup>, hat die Pädagogik in den letzten 20 Jahren im Zuge der sich beschleunigenden ökonomischen Globalisierung eine grundsätzlich andere Bewertung vorgenommen. Ganz in den Mittelpunkt von Erziehung und Bildung sind die kognitiven Kompetenzen gerückt,

deren Wertigkeit in einer stark arbeitsteiligen Gesellschaft deutlich zugenommen haben. Die Förderung dieses Ausschnitts der kindlichen Fähigkeiten dominiert jetzt den Kinderalltag in weit stärkerem Maß als in allen Generationen zuvor<sup>[11]</sup>,<sup>[12]</sup>, gleichzeitig erscheint die Sozialisation immer stärker individualisiert und auf die Leistungen des Einzelnen ausgerichtet.

Entsprechend findet Kindheit heute häufig in einem an eng gefassten Leistungszielen ausgerichteten Raum und Rahmen statt, zumeist unter direkter Anleitung von Erwachsenen. Stark zurückgedrängt ist das Element der sozialen Selbst-Organisation und insbesondere das ungeleitete Spiel unter Kindern, deren eigene Kultur generell adultisiert erscheint: die Kinder sollen im Grunde wie kleine Erwachsene leben und lernen und orientieren sich auch tatsächlich immer früher an Körper- und Rollenbildern aus der Erwachsenenwelt.

Dies scheint aus dem vorhin skizzierten Blick auf die kindliche Entwicklung problematisch. Denn auch heute sind Kinder für einen nach menschlichem Maßstab bemessenen „Lebenserfolg“ auf die Ausbildung ihrer fundamentalen Kompetenzen angewiesen. Ihre primäre Entwicklungsaufgabe ist und bleibt nun einmal die: das Beste aus den beständigen – und unvorhersehbaren – Veränderungen machen, die das menschliche Miteinander schon immer charakterisiert haben. Kompetenzen in einzelnen Domänen ohne Verankerung in einer gefestigten Persönlichkeit können zu hohen persönlichen Kosten an Lebensglück, Gesundheit und generellem Wohlergehen führen. Ebenso können gesellschaftliche Kosten anfallen – der oft von sozialer und emotionaler Verwahrlosung geprägte Zustand der „Eliten“ gerade in den am meisten auf Konkurrenz und individuelle Leistung ausgerichteten Bereichen der globalisierten Wirtschaft kann als Zeichen dafür gelten.

Erziehung zur Selbstständigkeit im Sinne der kindlichen Entwicklungsdynamik ist deshalb auch heute ein hoch relevantes Thema. Es wird dadurch kompliziert, dass der Aufbau der Fundamentalkompetenzen im Kern eine Agenda der Kindheit ist und in keinem späteren Lebensabschnitt nachgeholt werden kann. Eine weitere Herausforderung ergibt sich dadurch – dies sollte dieser Artikel gezeigt haben –, dass es eine „Erziehung zur Selbstständigkeit“ im klassischen Sinn nicht gibt, weil sich die fundamentalen Lebenskompetenzen des Menschen in einem von Beziehungen geleiteten, aber im Grund auf Selbstorganisation beruhenden Systemprozess ausbilden.

### Herbert Renz-Polster

Kinderarzt und Wissenschaftler  
[www.kinder-verstehen.de](http://www.kinder-verstehen.de)

Dieser Beitrag beruht auf dem Buch von Dr. Herbert Renz-Polster: „Menschenkinder – Plädoyer für eine artgerechte Erziehung“. Mit freundlicher Genehmigung zur Veröffentlichung.

### Quellen

- Grossmann K.E., Grossmann K., Kindler H., Scheuerer-Englich H., Spangler G., Stöcker K., Suess G. and Zimmermann P. (2003). Die Bindungstheorie: Modell, entwicklungspsychologische Forschung und Ergebnisse. In: Keller H. (Hg.). Handbuch der Kleinkindforschung (3. Aufl.). Bern: Huber, 223-282.
- Schieche M, Spangler G. Individual differences in bio-behavioral organization during problem-solving in toddlers: the influence of maternal behavior, infant-mother attachment, and behavioral inhibition on the attachment-exploration balance. *Dev Psychobiol.* 2005 May;46(4):293-306. Eine gute Zusammenfassung zum Thema Bindung und Entwicklung gibt Frau Becker-Stoll und ihr Team in ihrem neuen Buch „Bindung – eine sichere Basis fürs Leben“, Kösel 2018)
- Meins, Elizabeth, et al. „Maternal mind-mindedness and attachment security as predictors of theory of mind understanding.“ *Child Development* 73.6 (2002): 1715-1726.
- S.M.V. Bell and M.D.S. Ainsworth: Infant crying and maternal responsiveness. *Child Development* 43 (1972), pp. 1171–1190.
- Bernier, A., Carlson, S. M., & Whipple, N. (2010). From External Regulation to Self-Regulation: Early Parenting Precursors of Young Children's Executive Functioning. *Child development*, 81(1), 326-339.
- Gute Übersicht bei: Mechthild Papoušek, in: Verwundbar, aber unbesiegt – die intuitiven elterlichen Kommunikationsfähigkeiten als Schutzfaktor in der frühen Kindheit. Festvortrag zur 16. GAIMH Jahrestagung 17.-19.2.2011, Universität Wien.
- Anthony D. Pellegrini: *The Role of Play in Human Development*, Oxford University Press 2009  
Gute Übersicht zur evolutionären Perspektive bei: Michael E. Lamb and Barry S. Hewlett: *Hunter-Gatherer Childhoods: Evolutionary, Developmental, and Cultural Perspectives* (Evolutionary Foundations of Human Behavior), Aldine Transaction 2005. Siehe auch: Gray, P.: „Play as a Foundation for Hunter-Gatherer Social Existence,“ *American Journal of Play*, 4 (2009), 476-522.
- Kenneth R. Ginsburg, MD, MEd and the Committee on Communications and the Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health: *The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development.* *PEDIATRICS* Vol. 119 No. 1 January 2007, pp. 182-191, online hier, sowie Gray, P.: *The Special Value of Children's Age-Mixed Play.* *American Journal of Play*, 2011, volume 3, number 4.
- Welche Rolle Naturerfahrungen generell für die kindliche Entwicklung spielen, und welche Erfahrungen Kinder in unstrukturierten Umwelten machen, ist in meinem Buch „Wie Kinder heute wachsen“ (Beltz 2013, zusammen mit G. Hüther) beschrieben.
- Die von dem französischen Historiker Philippe Ariès in den 1960er Jahren vertretene Auffassung, dass Kindern bis in die spätere Neuzeit keine eigene „Kinderkultur“ zugestanden worden wäre, muss heute als widerlegt gelten, siehe z.B. Nicholas Orme: *Medieval Children*, New Haven: Yale University Press ISBN 0-300-08541-9.
- Es gab aber durchaus auch früher immer wieder extreme Ansätze selektiver Förderung, aber sie waren auf einzelne gesellschaftliche Bereiche beschränkt. So wurde im Hochadel vom Mittelalters bis weit in die Neuzeit hinein die Kindheit radikal von Erwachsenen gesteuert – die potenziellen Erben und Thronfolger wuchsen in einem pädagogischen Korsett von Ammen, Hofmeistern, Erziehern und Hauslehrern auf. Was dabei an Pathologie und Problemfiguren herauskam, sieht, wer die Geschichtsbücher aufschlägt.
- Welche kindlichen Kompetenzen in der Erziehung und Bildung jeweils in den Vordergrund gerückt werden, hat auch mit deren gesellschaftlichen Verwertbarkeit zu tun, ich gehe darauf in meinem Buch „Die Kindheit ist unantastbar“ ein. Tatsächlich wurden die Erziehungsziele immer auch von denen formuliert, die in der Gesellschaft gerade das Sagen haben und sich von den entsprechend erzogenen Kinder eigene Vorteile erhoffen: da sollten am Ende der Erziehungskette stramme Soldaten stehen, gehorsame Bürger, funktionierende Fabrikarbeiter, produktiv.



**INITIATIV LIEWENSUFANK**  
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

## Einladung zur Generalversammlung 2022

**Dienstag, den 10.05.2022 um 19:30 Uhr in Itzig,  
20, rue de Contern**

Stimmberechtigt sind die Personen, die ihren Mitgliederbeitrag von 30€ für 2022 bezahlt haben. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine schriftliche Anmeldung per Email **bis zum 29.04.2022**: [info@liewensufank.lu](mailto:info@liewensufank.lu).

Die derzeitigen Mitglieder des Vorstandes würden neue Mitglieder unter ihnen sehr begrüßen. Wenn Sie Mitglied der Initiativ Liewensufank sind, wenn Sie die Philosophie und die Aktivitäten der Initiativ Liewensufank durch Ihre eigenen Erfahrungen kennengelernt haben und bereit sind, sich wohlwärtig für die Ziele der Initiativ Liewensufank zu engagieren, dann bewerben Sie sich bis zum 25.04.2022.

Anmeldungen, Infos und Mitgliedschaft bezahlen unter [www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu).

## Invitation à l'Assemblée Générale 2022

**Mardi, le 10.05.2022 à 19h30 à Itzig,  
20, rue de Contern**

Les personnes qui ont payé leur cotisation de 30€ pour 2022 ont un droit de vote. Aus organisatorischen. Pour des raisons d'organisation, veuillez confirmer votre présence jusqu'au 29.04.2022 par mail: [info@liewensufank.lu](mailto:info@liewensufank.lu).

Les membres actuels du comité seraient heureux d'accueillir de nouveaux membres parmi eux. Si vous êtes membre de l'Initiativ Liewensufank, si vous connaissez la philosophie et les activités de l'Initiativ Liewensufank par vos propres expériences et si vous êtes prêt(e) à vous engager bénévolement pour les objectifs de l'Initiativ Liewensufank, vous pouvez envoyer votre candidature jusqu'au 25.04.2022.

Inscriptions, infos et renouvellement de votre adhésion sur [www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu).



## Kass-Haff-Fest & Bio-Nest-Börse Am Sonntag, den 8. Mai

**Kass-Haff-Fest von 10.00 - 18.00**

**Bio-Nest-Börse von 10:00 - 14:00**

**auf dem Kass-Haff in "Rolleng bei Miersch"**

Mit Programm für Groß und Klein. Für Bio-Essen wird gesorgt.  
*Avec un programme pour petits et grands. Des repas bio sont prévus.*

### Bio-Nest-Börse

Für Bio-Kinderkleider und (Second Hand) Holzspielzeug Facebook & [www.bio-nest.lu](http://www.bio-nest.lu)  
*Pour vêtements d'enfants bio et jouets en bois (2è main) Facebook & www.bio-nest.lu*

### Kass-Haff-Fest

Mehr Infos, Programm und Aktivitäten auf Facebook und auf [www.kass-haff.lu](http://www.kass-haff.lu)  
*Plus d'infos, programme et activités sur Facebook et sur www.kass-haff.lu*





# Eine sichere Bindung – die Basis fürs Lernen

Bindung ist häufig ein Thema, das mit Säuglingen in Verbindung gebracht wird. Für viele ist es die zentrale Entwicklungsaufgabe im Babyalter und es gibt unzählige Bücher und Kurse zum Thema Bindungsqualität. In diesem Artikel möchte ich den Blick ein wenig weiter in die Zukunft richten und aufzeigen, dass Bindung uns ein Leben lang begleitet und den zentralen Motor für Lernprozesse darstellt.

## Bindung und Bildung

Sabine, ein Jahr alt, sitzt auf einem Teppich und baut einen Turm. Je höher der Turm wird, desto wackeliger wird er. Sabines Mutter sitzt nicht weit von ihr entfernt und sieht zu. Sie sieht das Unheil bereits kommen, ihre Erfahrung hat ihr gelehrt, dass so ein hoher Turm auf weichem Untergrund nicht lange stehen wird. In diesem Moment fällt der Turm um, Sabine weint.

Das ist eine alltägliche Szene, die Eltern nur zu gut kennen. Es sind jene Momente, die für uns häufig „nebenbei“ verlaufen und ablaufen, doch genau diese Mikromomente sind für Sabine (und in gewissem Sinn auch für ihre Mutter) Weichensteller. Es kommt nämlich gar

nicht so sehr auf das Misslingen des Turmbaus an, sondern um die Beziehung, die sich in diesen Momenten zwischen Sabine und ihrer Mutter zeigen wird. Wie gehen sie mit diesem „Scheitern“ um? Kann Sabine bei ihrer Mutter Trost finden, ohne belehrt oder gemaßregelt zu werden? Kann Sabines Mutter ihr Kind ermutigen einen neuen Versuch zu wagen, ohne Druck oder Erfolgszwang aufzubauen?

Bis Sabine in die Schule gehen wird, wird es unzähliger solcher Mikromomente geben, in denen sich das Verhältnis von Bindung und Lernen prägen wird. Nur wenn Kinder Bindungssicherheit erfahren, haben sie Ressourcen zur Exploration (zum Zeigen von Neugierde) frei.

Kurz gesagt: Ohne in die Exploration zu gehen, ist Lernen nicht möglich. Lernen verlangt von uns Menschen vieles ab: Neues wagen, Mut sich einer Herausforderung zu stellen (im Wissen vielleicht zu scheitern), Geduld, Ausdauer,...Das alles trauen wir uns nur zu, wenn wir wissen, dass wir einen „sicheren Hafen“ haben, in den wir uns zurückziehen können, auftanken und so gestärkt einen neuen Versuch wagen können.

Kinder, die sicher gebunden sind, zeigen höhere Sozialkompetenz und mehr Bereitschaft eine fürs Lernen förderliche Arbeitshaltung einzunehmen. All das, was Lernen von uns Menschen einfordert, sind sie bereit zu geben. Ihre Erfahrung hat ihnen gezeigt, dass es sich lohnt und, dass sie sich dem Rückhalt der Bezugspersonen sicher sein können.

## Bedingungslose Liebe ist die Basis für Lernerfolge

Sabine ist nun 6 Jahre alt. Sie sitzt mit 16 anderen Kindern in der ersten Klasse einer Primärschule. Sie hat in ihrem bisherigen Leben die Erfahrung gemacht, dass sie sich auf ihre Eltern verlassen kann. Sie wurde ermutigt Herausforderungen anzugehen. Sie hat erlebt, dass ihre Eltern ihr Trost spenden, wenn sie einen Misserfolg verarbeiten musste. Sie erlebt die ehrliche gemeinsame Freude, an gelungenen Aufgaben. Sabine weiß, dass sie einen bindungslosen Platz in ihrer Familie hat, unabhängig von Leistungen.

► Diese Basis trägt Sabine nun durch den Schulunterricht. Ihr ist das alles nicht bewusst (d.h. sie könnte dieses Gefühl nicht mit Worten ausdrücken), aber unbewusst weiß sie, dass sie alles ausprobieren darf. Sie weiß, dass ihre Eltern sich freuen, wenn sie nach der Schule von ihren Erlebnissen erzählt – egal, ob es nun Lernerfolge oder Lernmisserfolge sein werden. Somit sind ihre Ressourcen frei für die Lerninhalte, die ihr nun in der Schule begegnen werden. Das führt dazu, dass sie unbelastet zuhören kann, die neuen Fertigkeiten und Fähigkeiten ungezwungen übt und so ihre Kompetenzen nach und nach erweitern wird.

### Bindung im Schulalltag abnehmen.

Als Lehrperson eine tragfähige Arbeitsbeziehung aufzubauen ist aktuell selbstverständlicher als es noch vor einigen Jahrzehnten der Fall war. Je jünger die Kinder einer Klasse sind, desto eher ist dies auch der Fall. Nicht immer begegnen Kinder und Jugendliche Erwachsenen, die eine sichere Bindung anbieten können.

Ich kann anderen Menschen nur mit dem Bindungsmuster begegnen, das mir selbst zur Verfügung steht. Sicher gebundene Kinder können mit Bindungsunsicherheiten anderer Personen jedoch besser umgehen, bzw. greifen auf das Sicherheitsgefühl zurück, das sie aus anderen Beziehungen aufbauen konnten, und erhalten sich somit ihre Ressourcen fürs Lernen.

### Schaffen Sie eine gute Basis für Ihr Kind

Das Bindungsmuster, das wir in den ersten Lebensmonaten aufgebaut haben, begleitet uns ein Leben lang und aktiviert sich in allen sozialen Interaktionen. Somit ist Bindung unser lebenslanger Begleiter, über das Kindesalter hinaus. Das, was wir uns in all jenen Mikromomenten der erreichten oder gescheiterten Herausforderungen aufbauen und mitnehmen konnten, ist unser Vorrat für das restliche Leben. Es zahlt sich aus in eine tragfähige, bedingungslose Beziehung zu investieren. Sie geben damit Ihrem Kind das beste „Gepäck“ mit, das Sie ihm zur Verfügung stellen können.

**Julia Strohmeyer**

Pädagogin - [www.erziehungsfragen.lu](http://www.erziehungsfragen.lu)



**ERZIEHUNGSFRAGEN**  
individuelle Elternbildung und Fachvorträge



## Finde DEINEN Weg in der Erziehung!

- Individuelle Gesprächsmöglichkeiten
- Onlinekurse
- Vorträge und Trainings
- Familienrat-Training

+ 352 691 12 07 82  
[julia.strohmeyer@erziehungsfragen.lu](mailto:julia.strohmeyer@erziehungsfragen.lu)  
[www.erziehungsfragen.lu](http://www.erziehungsfragen.lu)



**Julia Strohmeyer** (Pädagogin)





















**Baby Hotline**  
**TEL.: 36 05 98**

## Wir nehmen uns Zeit für Sie! Nous sommes à votre écoute !

Mo.-Fr. / Lu.-Ve.: 09:00-11:30  
[berodung@liewensufank.lu](mailto:berodung@liewensufank.lu)  
[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu)

Seit über 30 Jahren für Sie da.  
 Depuis plus de 30 ans à votre service.

# Für Sie gelesen // *Lu pour vous*

Die folgende Bücher haben unsere Fachfrauen für Sie gelesen.

*Les livres présentés ici ont été lu par nos experts.*

## Der Junge im Rock

Kerstin Brichzin, Illustrator Kuprin Igor,  
minedition 2018, 32 S.,  
ISBN: 978-3-86566-328-3



Wie kann man Kindern das Thema Respekt und Toleranz näher bringen? Kerstin Brichzin schreibt dazu eine stimmige Geschichte, die Kinder stark macht und ihnen „Toleranz“ erläutert. Illustriert ist das Buch von Igor Kuprin.

Felix lebt mit seiner Schwester Ava und seinen Eltern in einer großen Stadt. Felix liebt es sich Kleider von seiner Schwester auszuleihen. Damit Ava ihm nicht immer ihre Kleider borgen muss bekommt er von seiner Mama eigene Kleider und Röcke. Zum Problem wird diese Vorliebe, als die Familie in eine kleine Stadt zieht und Felix in einen neuen Kindergarten kommt. Die Kinder lachen ihn aus und andere Eltern meinen, dass Felix schlechte Eltern haben müsse, wenn diese ihm erlauben würden einen Rock zu tragen. Felix ist traurig und möchte nicht mehr in den Kindergarten. Sein Papa hat eine Lösung, die Felix stark macht: Er kauft sich auch einen Rock und gemeinsam gehen sie durch die Stadt. Felix traut sich nun wieder in den Kindergarten und erklärt den Jungen, dass es nicht fair

wäre, dass Mädchen tragen dürfen was sie wollen und Jungen nur Hosen. Er könne sich in Röcken freier bewegen und deshalb mag er keine Hosen. Die Kinder akzeptieren ihn als den „Jungen im Rock“.

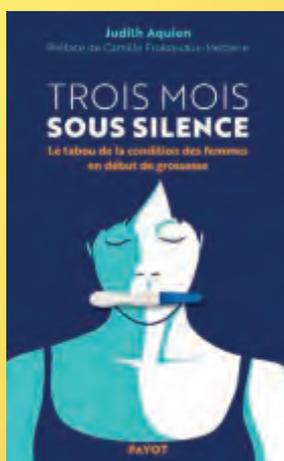
Die von der Autorin gewählte Thematik führt in Familien immer wieder zu Problemen. Häufig geht es dabei um die Sicht von außen: Was denken und sagen die anderen? Die Geschichte lässt Kinder stark und mutig werden. Anders sein zu dürfen und für seine Sicht einzustehen werden klar als positive Werte hervorgehoben. Kinder brauchen dabei manchmal noch den Rückhalt der Eltern, was die Autorin ebenfalls in ihrer Geschichte liebevoll umsetzt.

*Julia Strohmeyer*



## Trois mois sous silence

Judith Aquin, éditions Essais Payot 2021,  
204 p., ISBN : 978-2-228-92830-4



Judith Aquin nous laisse jeter un regard derrière le rideau d'un des derniers grands tabous : celui du silence autour des 12 premières semaines de grossesse. Qu'est-ce que le silence fait avec les femmes et leurs partenaires ? Pourquoi une société n'est pas à l'écoute des jeunes familles dans les semaines les plus sensibles d'une grossesse, où les femmes ont souvent des nausées ou subissent une fausse couche. Ce tabou d'en parler rend le deuil impossible et provoque un entourage sourd, muet et aveugle autour d'une famille en besoin.

Ce livre m'a beaucoup marquée de sa sensibilité et de sa volonté d'éclaircir cette phase délicate.

Je peux recommander ce livre fortement.

*Anouk Wagner*

Ausgewählt, übersetzt und zusammengefasst  
vom Team der *Initiativ Liewensufank*  
// *Choisi, traduit et résumé par l'équipe de*  
*l'Initiativ Liewensufank*

# Neues aus der Wissenschaft



## Canabis in der Schwangerschaft – ängstlichere Kinder

Yasmin Hurda und ihr Team von der Icahn School of Medicine in New York haben im Rahmen einer „Stress in Pregnancy“-Studie, auch Kinder von Müttern untersucht, die in der Schwangerschaft Cannabis konsumiert hatten.

Seit die USA Cannabis legalisiert hat, hat der Cannabiskonsum auch bei Schwangeren deutlich zugenommen. In der Frühschwangerschaft ist die Hanfdroge als Mittel gegen das Erbrechen beliebt, doch wenigen Schwangeren ist bekannt, dass THC über die Plazenta in den Kreislauf des Kindes gelangt.

Im Vergleich zu den 251 Kindern von Müttern ohne Cannabiskonsum in der Schwangerschaft, hatten die 71 im Mutterleib mit THC exponierten Kinder, erhöhte Cortisol Konzentrationen in den Haarproben, was auf einen vermehrten Lebensstress hindeutet.

Auch bei psychologischen Untersuchungen zeigten die Kinder mehr Hyperaktivität, Aggressivität und Ängstlichkeit. All diese Faktoren können aber auch auf mehr Stress durch eine schwierige Familiensituation zurückzuführen sein.

Allerdings fanden die Forscherinnen vorgeburtliche Veränderungen in der Plazenta, so z.B. eine verminderte Bildung von gewissen Rezeptoren und Veränderungen bei der Aktivierung von Genen die das Immunsystem und Entzündungsreaktionen beeinflussen. Laut Hurda könnte dies als »Unterdrückung mehrerer immunogener Netzwerke in der Plazenta«, gedeutet werden und eine Erklärung für die höhere Ängstlichkeit bei den Kindern sein.

Wie in allen epidemiologischen Studien lässt sich auch hier eine Kausalität weder beweisen noch widerlegen. Es ist ratsam während der Schwangerschaft auf den Konsum von Cannabis zu verzichten, ebenso wie auf Rauchen oder Alkohol.

Quelle: DHZ 05.01.2022 [www.dhz-online.de/news/detail/artikel/cannabis-stoert-die-emotionale-entwicklung-des-kindes/](http://www.dhz-online.de/news/detail/artikel/cannabis-stoert-die-emotionale-entwicklung-des-kindes/)

Original: Hurd YL et al.: Maternal cannabis use is associated with suppression of immune gene networks. in placenta and increased anxiety phenotypes in offspring. Proceedings of the National Academy of Sciences 2021. <https://doi.org/10.1073/pnas.2106115118> · aerzteblatt.de, 4.1.2022

## Wie erleben Väter nach einer Ambulante Geburt das Wochenbett?

Das Wochenbett ist eine intensive, aufregende und schöne Zeit. Das Kind kennen lernen und sich in die Elternrolle hineinfinden, stellt nicht nur für die Mutter, sondern auch für den Vater eine ganz besondere Herausforderung dar.

Die professionelle Betreuung durch die Hebamme, bei der sich die Väter einbezogen fühlen, vermittelt ihnen das Gefühl von Sicherheit und hilft Ihnen dabei ihre Partnerin zu unterstützen und eine Beziehung zu ihrem Kind aufzubauen.

Väter, die früh in die Betreuung ihres neugeborenen Kindes eingebunden werden, haben es später einfacher Betreuungsaufgaben zu übernehmen. Dies zeigt wie wichtig das Einbeziehen der Väter in der frühen Wochenbettzeit ist.

Quelle: DHZ, 16.01.2022 - [www.dhz-online.de/news/detail/artikel/wie-erleben-vaeter-das-wochenbett-nach-einer-ambulanten-geburt/](http://www.dhz-online.de/news/detail/artikel/wie-erleben-vaeter-das-wochenbett-nach-einer-ambulanten-geburt/)

Original: Johansson M, Ostlund P, Holmqvist C, Wells MB: Family life starts at home: Fathers' experiences of a newly implemented Swedish home-based postnatal care model - an interview study. *Midwifery* 2021. 105, 103199. doi: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.103199>

## Das Immunsystem von Kindern, stärker als man oft vermutet

Wenn das Kleinkind ständig krank ist und gefühlt jede Woche einen anderen Infekt mit nach Hause bringt, haben die Eltern oft den Eindruck, dass ein schwaches und unterentwickeltes Immunsystem schuld daran sei.

Tatsächlich, so die Studienleiterin Donna Farber vom Columbia University Medical Irving Center in New York, liege es allein daran, weil Babys diesen Viren zum ersten Mal begegnen. Erwachsene erkranken weniger häufig, weil ihr Immunsystem über Jahre hinweg viele Erinnerungen gespeichert hat, die sie schützen.

In Versuchen mit jungen und erwachsenen Mäusen und menschlichen Zellen wurde bewiesen, dass die T-Zellen der jungen Mäuse schneller auf viel geringere Mengen eines Virus reagieren, als die der Erwachsenen.

In der Kindheit bildet die Thymusdrüse besonders viele T-Zellen, die darauf ausgelegt sind besonders schnell auf eine Vielzahl von Erregern zu reagieren. Das kindliche Immunsystem arbeitet auf Hochtouren und findet schnell eine Antwort auf neue Gefahren. Kinder erkranken häufiger an harmlosen Infekten, weil ihr Immunsystem Zeit braucht eine Immunantwort aufzubauen. Fieber und andere Erkältungserscheinungen sind positive Reaktionen und zeigen, dass sich das Immunsystem des Kindes mit den Krankheitserregern auseinandersetzt und Antikörper entwickelt.

Mit zunehmendem Alter werden immer weniger T-Zellen gebildet. Ältere Menschen werden schneller krank, weil ihr Immunsystem zunehmend weniger schnell auf neue Krankheitserreger reagieren kann. Die Viren haben mehr Zeit sich zu vermehren und die Krankheit bricht aus.

Quelle: DHZ, 05.01.2022 - [www.dhz-online.de/de/news/detail/artikel/immunsystem-von-kindern-staerker-als-oft-vermutet/](http://www.dhz-online.de/de/news/detail/artikel/immunsystem-von-kindern-staerker-als-oft-vermutet/)

Original: Puspa T et al.: Infant T cells are developmentally adapted for robust lung immune responses through enhanced T cell receptor signaling. *Science Immunology* 2021. 6, 66. DOI: 10.1126/sciimmunol.abj0789 · [aerzteblatt.de](http://aerzteblatt.de), 28.12.2021

## Die Entscheidung für oder gegen das Stillen wird von der Milchindustrie beeinflusst

Am 23. Februar 2022 erschien ein neuer Bericht mit dem Titel „How the marketing of formula milk influences our decisions on infant feeding“ (Wie die Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten unsere Entscheidungen über die Ernährung von Säuglingen beeinflusst).

Dieser Bericht fasst die Ergebnisse einer von WHO und UNICEF in Auftrag gegebenen Mehrländerstudie zusammen, in der die Auswirkungen der Vermarktungsstrategien der Säuglingsnahrungshersteller auf Entscheidungen und Praktiken der Säuglingsernährung untersucht wurden.

Diese Studie - die bisher umfangreichste ihrer Art - deckt die aggressiven Marketingpraktiken der Muttermilchindustrie auf. In dem Bericht wird aber unter anderem auch aufgezeigt welche Maßnahmen erforderlich sind, um Kinder und Familien zu schützen.

Der im Jahre 1981 verabschiedete Internationale Kodex der Weltgesundheitsversammlung ist ein für die Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten wegweisendes Abkommen. Doch ausbeuterische Vermarktungspraktiken werden unter Missachtung des Kodexes fortgesetzt. Nur 25 Länder hätten den Verhaltenskodex von 1981 über die Vermarktung von Babynahrung weitgehend umgesetzt, hatte die WHO 2020 berichtet. Deutschland gehört nicht dazu.

Einsehen kann man den Bericht über diesen Link: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1411756/retrieve>

Deutsche Kurzfassung: Spiegel.de, 23.02.2022 [www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/who-kritisiert-skrupelloses-marketing-bei-babynahrung-umsatzerhersteller-fast-verdoppelt-a-83f3db49-96da-4d1a-9cf5-ce567d5afe15](http://www.spiegel.de/wirtschaft/soziales/who-kritisiert-skrupelloses-marketing-bei-babynahrung-umsatzerhersteller-fast-verdoppelt-a-83f3db49-96da-4d1a-9cf5-ce567d5afe15)

[www.unicef.de/informieren/aktuelles/presse/2022/aggressive-werbung-fuer-milchpulver-beenden/262660](http://www.unicef.de/informieren/aktuelles/presse/2022/aggressive-werbung-fuer-milchpulver-beenden/262660)

Original: [www.who.int/publications/i/item/9789240044609](http://www.who.int/publications/i/item/9789240044609)



# Kurs- und Beratungsangebote 2022

Die Aktivitäten finden in unterschiedlichen Regionen des Landes statt. Einige unserer Kurse werden auch online angeboten. Informieren Sie sich auf unserer Homepage und auf unserer Facebook Seite.

// Les activités sont proposées dans différentes régions de notre pays. Certains de nos cours sont également proposés en ligne. Veuillez vous informer sur notre site web et sur notre page Facebook.

[www.liewensufank.lu](http://www.liewensufank.lu) • [facebook.com/InitiativLiewensufank/](https://facebook.com/InitiativLiewensufank/)

## Vor der Geburt // Prénatal



Geburtsvorbereitung

■ **Geburtsvorbereitung** (LU/DE)  
Langzeitkurs und Wochenendkurs

■ **Préparation à l'accouchement et à la parentalité** (FR)



HypnoBirthing®

■ **Birth preparation course** (ENG) **NEW**

■ **HypnoBirthing®** (LU/DE/FR/ENG)



Stillvorbereitung

■ **Stillvorbereitung für Schwangere** (LU/DE)

■ **Préparation à l'allaitement** (FR)



Prenatal Yoga

■ **Yoga für Schwangere** (LU/DE)

■ **Prenatal Yoga** (ENG) **NEW**

■ **Workshop „Tragehilfen“** (LU/DE)

## Nach der Geburt // Postnatal



Postnatal Yoga

■ **Yoga nach der Geburt** (LU/DE)

■ **Postnatal Yoga** (ENG) **NEW**

## Beratungen // Consultations (DE/LU/FR/ENG)

- **Baby Hotline**
- **Doula Service**
- **Persönliche Beratung // Consultation personnelle**
- **Stillberatung // Consultation d'allaitement**
- **Still-Abo // Abo Allaitement**
- **Trageberatung // Consultation de portage**
- **Stoffwindelberatung // Consultation couches lavables**
- **Krisenbegleitung // Accompagnement de crise**
- **Erziehungsberatung // Consultation pédagogique**
- **Beratung bei Kindsverlust – „Eidel Äerm“ // Consultation après la perte d'un bébé « Eidel Äerm »**

## Mit Babys & Kleinkindern // Avec bébés & bambins



Babymassage

■ **Babymassage**  
(LU/DE, 1-6 Monate)



PEKiP

■ **Massage pour bébés**  
(FR, 1-6 mois)

■ **Babymassage (nur) für Väter**  
(LU/DE, 1-6 Monate)



Pikler SpielRaum

■ **PEKiP**  
(LU/DE, 2-12 Monate)

■ **Mobile**  
(LU/DE, 1-2 Jahre)



Pikler Bew. u. Spiel

■ **Pikler® SpielRaum**  
(DE/LU, 3-24 Monate)

■ **Pikler® Bewegung und Spiel**  
(DE/LU, 2-4 Jahre)



Musikkinder

■ **Musikkinder**  
(DE/LU, 1-4 Jahre)

## Für Eltern // Pour les parents



1. Hilfe // 1. secours

■ **Crash-Kurs 1. Hilfe am Kind** (LU/DE)

■ **Réagir face aux urgences pédiatriques**  
(FR) à Itzig



W.s. „Tragehilfen“

■ **Workshop „Tragehilfen“** (LU/DE)

■ **Beikost Workshop** (LU/DE)





## INITIATIV LIEWENSUFANK

DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

### Warum Mitglied werden

Unsere Mitglieder erhalten Vergünstigungen bei Kurs- und Beratungsgebühren. Außerdem wird ihnen das Magazin "baby info" zweimal im Jahr kostenlos nach Hause geschickt.

Die Mitgliedschaft ist für ein Kalenderjahr gültig (01.01. -31.12.). Die Bezahlung erfolgt über unsere Webseite.

Der Kostenbeitrag für eine Mitgliedschaft beträgt 30€.

Falls Sie noch kein Mitglied sind, dann können Sie sich über unsere Webseite schnell und einfach anmelden:  
[www.liewensufank.lu/de/become-member](http://www.liewensufank.lu/de/become-member)

### Pourquoi devenir membre

*Nos membres bénéficient d'une réduction tarifaire des frais de participation aux cours et des tarifs de consultation. Ils reçoivent également le magazine « baby info » deux fois par an gratuitement à leur domicile.*

*L'adhésion est valable pour une année calendaire (01.01. -31.12.). Le paiement se fait par notre site web.*

*Le tarif d'une adhésion annuel est fixé à 30 €.*

*Si vous n'êtes pas encore membre, alors vous pouvez le devenir facilement à travers de notre site web : [www.liewensufank.lu/fr/become-member](http://www.liewensufank.lu/fr/become-member)*

### Impressum *baby info*

Erscheint zweimal im Jahr bei der **Initiativ Liewensufank a.s.b.l.**  
 20, rue de Contern,  
 L-5955 Itzig  
 Tel.: 36 05 98 / Fax: 36 61 34  
 Email: [info@liewensufank.lu](mailto:info@liewensufank.lu)

**Nächste Ausgabe:** Herbst 2022

**Auflage:** 2.200 Exemplare

**Druck:** Reka Imprimerie

**Redaktionsteam:** Claudia Goudemond, Eliane Streitz, Maria Eudier, Monique Fey, Yasmine Banzer-Schmit, Anouk Wagner, Katrin Thewes.

**Grafik und Layout:** Yasmine Banzer-Schmit

**Inserate:** Yasmine Banzer-Schmit

**Titelfoto:** © Tania Traversini - [www.taniatraversini.com](http://www.taniatraversini.com)

**Icons:** [flaticon.com](http://flaticon.com) - [freepik.com](http://freepik.com)



Livres, brochures, fardes, dépliants, flyers, affiches, mailings, invitations, blocs, entêtes de lettre, enveloppes, cartes de visite, **faire-parts de naissance**, remerciements, calendriers, chèques...

Depuis plus de 85 ans, que vous soyez un client privé ou professionnel, toute l'équipe Reka est à votre service pour vous conseiller au mieux.



2a, ZARE Ilot-Est | L-4385 Ehlerange  
 Tél: 48 26 36-1 | [info@reka.lu](mailto:info@reka.lu)

[www.reka.lu](http://www.reka.lu)





# SPILLPLAZ.LU



Scan QR code for  
**FREE APP**  
download!

Discover  
**playgrounds**  
around you.



Download on the  
**App Store**



GET IT ON  
**Google Play**



**Winner of Tourism  
Innovation  
Award 2018**



## WALDORFSCHOUL *Freed um Léieren!*



Précoce | Spillschoul | Maison relais



*Wo Kinder noch  
Kinder sein dürfen*

*...où l'enfant est  
encore enfant...*



**Sites: Luxembourg-Limpertsberg | Rollingen-Kasshaff**