



Arbeitsblätter

Modul I:

Grundlagenwissen – Bindung im Kontext
frühkindlicher Bildung, Betreuung und
Erziehung



MI.1_Praxis

Chancen und Risiken von (un-)sicherer Bindung: Hineinversetzen in ein Kind mit (un-)sicherer Bindung

Arbeitsauftrag:

(1) Bitte versetzen Sie sich in die Lage eines vierjährigen Kindes mit einem *sicheren Bindungsstil/-status*. Sie werden von Ihrer Bezugsperson in die Kita gebracht. In Ihrer Gruppe ist Ihre Bezugserzieherin nicht anwesend, die Leitung erklärt, die Bezugserzieherin sei krank. Ersatzweise sei Frau Müller aus dem Hort eingesprungen und wäre heute in der Gruppe. Wie sind Ihre Gefühle? Wie werden Sie sich verhalten?

(2) Bitte versetzen Sie sich nun in die Lage eines vierjährigen Kindes mit einem *unsicher-ambivalenten Bindungsstil/-status*. Sie erleben die gleiche Situation. Wie sind Ihre Gefühle? Wie werden Sie sich verhalten?

Schritt 1:

Bitte beantworten Sie zunächst die Fragen stichwortartig für sich allein (10 min).

Schritt 2:

Tauschen Sie sich bitte mit einer zweiten Person aus der Lerngruppe oder ggf. in einer Arbeitsgruppe über die Fragen aus (10 min).

Schritt 3:

Teilen Sie Ihre wichtigsten Ergebnisse im Plenum (10 min).

Bindungstyp	Charakteristika
Sichere Bindung	<ul style="list-style-type: none"> • Vertrauen in die Beziehung (Bezugsperson kommt zurück) • Trauer bei Trennung, Freude bei Wiederkehr
Unsicher-vermeidende Bindung	<ul style="list-style-type: none"> • Distanz, Abstand, Vorsicht gegenüber Beziehung • Kein/sehr geringer Kummer bei Trennung • Ignorieren bei Rückkehr • Teilweise Distanzlosigkeit gegenüber Fremden
Unsicher-ambivalente Bindung	<ul style="list-style-type: none"> • Ambivalentes Kontaktverhalten (teilweise Kontaktsuche, teilweise Ignorieren, letztlich: Suche nach Klarheit) • Kummer bei Trennung wird deutlich und lautstark gezeigt
Desorganisierte Bindung	<ul style="list-style-type: none"> • Kein Verhaltensprogramm für Trennungssituation, z. T. seltsam bizarres Verhalten (Grimassieren, hohe Unruhe oder Erstarren)

MI.2_Reflexion

Reflexion zu Kultursensitivität und Bindung

Arbeitsauftrag:

Denken Sie bitte über Ihre pädagogische Arbeit bzw. Erfahrungen im Praktikum nach: Sind Ihnen Situationen aufgefallen, in denen Sie über Bezugsperson-Kind-Interaktionen (z. B. mit Eltern bzw. Erziehungsberechtigten) erstaunt oder verwundert waren? Gab es Situationen, in denen Sie den Eindruck hatten, dass die Interaktionen möglicherweise einen kulturellen Hintergrund hatten, die Sie nicht verstanden haben oder auch ‚befremdlich‘ fanden?

Schritt 1:

Tauschen Sie sich bitte mit einer zweiten Person aus der Lerngruppe oder ggf. in einer Arbeitsgruppe aus (10 min).

Schritt 2:

Teilen Sie Ihre wichtigsten Ergebnisse im Plenum (10 min).

MI.3_Praxis

Kinder in ihren Bindungsbedürfnissen verstehen lernen

Arbeitsauftrag:

Denken Sie bitte über Ihre pädagogische Arbeit bzw. Ihre Erfahrungen im Praktikum nach:

Kennen Sie Kinder, bei denen Sie in besonderer Weise gemerkt haben, dass sie nach Sicherheit in der Beziehung zu Ihnen gesucht haben? Woran haben Sie das gemerkt? Wie war das für Sie? Welche Gefühle sind bei Ihnen aufgetaucht? Wie haben Sie gehandelt?

Schritt 1:

Tauschen Sie sich bitte in Ihrer Arbeitsgruppe aus (15 min).

Schritt 2:

Teilen Sie Ihre wichtigsten Ergebnisse im Plenum (10 min).

M1.4_Reflexion

Nachdenken über eigene Bindungserfahrungen

Einführung

Es ist sehr wichtig, die eigenen Bindungserfahrungen zu reflektieren, weil diese das Handeln im Erwachsenenalter prägen können. Daher erfolgt nun eine Übung, die im Rahmen einer Erwachsenenbildung durchgeführt wird. Das bedeutet, dass jede Person für ihr eigenes Wohlbefinden in der Fortbildung Sorge trägt. Konkret in dieser Übung kann das bedeuten: Suchen Sie sich für die ersten 25 Minuten in der Übung einen Ort, an dem Sie sich wohlfühlen (allein oder mit anderen). Seien Sie sich darüber bewusst, dass Sie die Übung jederzeit abbrechen können oder auch ‚Abkürzungen‘ gehen können, wenn Sie heute und in diesem Kontext nicht die gesamte Übung durchführen können oder möchten. Nehmen Sie sich das für eine andere (möglichst zeitnahe) Gelegenheit vor. Wenn Sie heute nicht in der Lage sind, über die nachfolgenden Fragen in **Schritt 1** nachzudenken, springen Sie bitte auf **Schritt 2** und gehen Sie direkt zu zweit zusammen (Dyadenarbeit).

Hinweis auf Abbruchmöglichkeit

Es geht bei dieser Einheit um Ihre eigenen, ganz persönlichen Erfahrungen, auch aus Ihrer Lebensgeschichte. Sie *müssen* diese Übung *nicht* mitmachen. Wenn Sie mitmachen, gehen Sie bitte achtsam mit sich um, das bedeutet: Bearbeiten Sie die Einheit in einer für Sie förderlichen Weise. Lassen Sie sich auf das Thema in einer für Sie stimmigen Tiefe ein. Stoppen Sie den Prozess, wenn Sie merken, dass es Ihnen zu nahegeht. Sie können sich ablenken (an eine schöne Situation aus dem Alltag denken, sich diese ausmalen oder Ähnliches): Sie können sich an den bzw. die Dozent:in wenden und auch jederzeit den Raum verlassen.

Arbeitsauftrag

Bitte bilden Sie zunächst Dyaden. Wählen Sie dazu Ihren bzw. Ihre Partner:in selbst oder bilden Sie die Dyaden nach dem Zufallsprinzip („losen“).

Gehen Sie leitfadengestützt und zunächst allein in eine autobiografische Reflexion mithilfe der nachfolgend aufgeführten Fragen (Schritt 1).

Gehen Sie danach in die Dyadenarbeit (Schritt 2), halten Sie Kernsätze fest (Schritt 3) und teilen Sie diese im Plenum (Schritt 4).

Schritt 1:

Bitte bearbeiten Sie – jede:r für sich allein – die Fragen (1) bis (4) schriftlich/stichpunktartig. Wenn dies räumlich möglich ist, suchen Sie sich hierfür einen Ort, an dem Sie sich wohlfühlen bzw. emotional geschützt und in der Lage sind, in eine autobiografische Reflexion zu gehen (25 min).

Vier Fragen, die uns über eigene Bindungserfahrungen nachdenken lassen¹

Vorbemerkung:

Im Folgenden wird von ‚der Mutter‘ oder ‚dem Vater‘ gesprochen. Wenn diese Bezeichnungen für Sie nicht passend sind, denken Sie bitte an Ihre Hauptbezugsperson(en). Diese können Familienangehörige oder Personen außerhalb der Familie sein, mit denen Sie sich in Ihrer Kindheit eng verbunden gefühlt haben.

Versuchen Sie, sich an Ihre frühe Kindheit zu erinnern, also an die Zeit vor der Einschulung. Möglicherweise können Sie sich persönlich nicht mehr konkret an Situationen erinnern, sondern eher an Erzählungen oder Fotos bzw. Filme. Lassen Sie sich auch auf diese – oftmals emotional besetzten – autobiografischen ‚Schnipsel‘ ein.

Beantworten Sie nun für sich allein die folgenden Fragen. Achten Sie bitte darauf, gut für sich zu sorgen: Wenn Ihnen eine Frage zu nahegeht, dann überspringen Sie diese und beantworten Sie sie vielleicht ein anderes Mal oder eben gar nicht.

Frage (1)

Können Sie versuchen, die Beziehung, die Sie als kleines Kind zu Ihrer Mutter und zu Ihrem Vater hatten, zu beschreiben? Am besten wäre es, wenn Sie mit den frühesten Erinnerungen beginnen würden.

Was hat Ihre Mutter/Ihr Vater denn so mit Ihnen gemacht? Haben sie mit Ihnen gespielt? Wann waren Ihre Mutter/Ihr Vater daheim? Wie sahen die Wochenenden aus ..., haben Sie etwas zusammen unternommen? Können Sie sich an ein bestimmtes Ereignis mit Ihrer Mutter/Ihrem Vater erinnern?

Frage (2)

Wenn Sie sich als Kind nicht wohlfühlten, was haben Sie dann gemacht?

Wenn Sie als Kind Kummer hatten oder traurig waren, was haben Sie dann gemacht? Fällt Ihnen dazu ein bestimmtes Ereignis ein? Können Sie sich erinnern, was passiert ist, wenn Sie sich als Kind weh getan haben, wenn Sie sich verletzt hatten? Gibt es da eine bestimmte Situation, die Ihnen dazu einfällt? Wie war das, wenn Sie als Kind krank waren? Sind damit bestimmte Erinnerungen verbunden?

Frage (3)

Können Sie sich erinnern, wann Sie als Kind zum ersten Mal von Ihren Eltern getrennt waren? Wie kam es zu dieser Trennung? Wie alt waren Sie damals? Wie haben Sie diese Trennung erlebt? Wie haben Ihre Eltern auf diese Trennung reagiert? Können Sie sich noch an andere Trennungserlebnisse erinnern?

Frage (4)

Gab es neben Ihren Eltern noch weitere Erwachsene, die Ihnen sehr nahestanden, die Ihnen besonders wichtig waren? Wer war das? Was war besonders wichtig? Konnte er/sie Sie trösten?

¹ In Anlehnung an den Leitfaden „AAI“ – Adult Attachment Interview nach Carol George, Nancy Kaplan und Mary Main (1985). *The Attachment Interview for Adults*. Unveröffentlichtes Manuskript. University of California, Berkeley. Modifiziert nach Karl Heinz Brisch. In Brisch, K. H. (2022). *Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Beratung und Therapie* (19. Auflage). Stuttgart: Klett Cotta (S. 357-361).

Schritt 2:

Gehen Sie nun in die Dyadenarbeit und tauschen sich über die folgenden Fragen aus (20 min):

- Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, wie sich Ihre frühen Beziehungserfahrungen auf Ihr jetziges Leben und besonders Ihre jetzige Beziehungsgestaltung auswirken?
- Welche Zusammenhänge sehen Sie?
- Gibt es Unterschiede in der Beziehungsgestaltung zu Erwachsenen und/oder zu Kindern?

Schritt 3:

Halten Sie nun zum Abschluss (jede Person aus der Lerngruppe für sich) bis zu drei Sätze (= Kernsätze) fest, die Ihre wichtigsten Gedanken und Erkenntnisse zu dieser Übung zusammenfassen. Ihre Kernsätze können Sie – wenn Sie es möchten – anschließend mit dem Plenum teilen (5 min).

1. Kernsatz:

.....
.....
.....

2. Kernsatz:

.....
.....
.....

3. Kernsatz:

.....
.....
.....

Schritt 4:

Teilen Sie – wenn Sie dies wirklich möchten – Ihre Kernsätze im Plenum (15 min).

MI.5_Transfer

Beobachten Sie in der nächsten Woche die Kinder in Ihrer Gruppe (falls nicht möglich: Erinnern Sie sich an die Kinder in der Gruppe aus Ihrem Praktikum bzw. Ihrer Praxisphase) und reflektieren Sie deren Verhalten in Bezug auf ihr Bindungsverhalten. Gibt es Hinweise auf den Bindungsstatus? Notieren Sie Anzeichen von sicherer und unsicherer Bindung.

Beschäftigen Sie sich weiter mit Ihrem eigenen Bindungstyp und vertiefen Sie die Fragen aus dem Fragebogen (MI.4_Praxis). Überlegen Sie auch, inwiefern Ihre eigenen Bindungserfahrungen Ihre Wahrnehmungen und Interpretationen des kindlichen Verhaltens beeinflussen (können).