



Rüdiger Posth

# **Gewaltfrei** **durch Erziehung**

Versuch einer Pädagogik des friedlichen  
Zusammenlebens

**2. Auflage**

WAXMANN



Rüdiger Posth

# Gewaltfrei durch Erziehung

Versuch einer Pädagogik des  
friedlichen Zusammenlebens

Das Konzept der bindungsbasierten  
frühkindlichen Entwicklung und Erziehung (BBFEE)



Waxmann 2013

Münster / New York / München / Berlin

## **Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

2., verbesserte und ergänzte Auflage 2016

ISBN 978-3-8309-3455-4

© Waxmann Verlag GmbH, 2013

Postfach 8603, 48046 Münster

[www.waxmann.com](http://www.waxmann.com)

[info@waxmann.com](mailto:info@waxmann.com)

Umschlaggestaltung: Christian Averbeck, Münster

Umschlagabbildung: © Miredi – Fotolia.com

Satz: Stoddart Satz- und Layoutservice, Münster

Druck: Hubert & Co., Göttingen

Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier,  
säurefrei gemäß ISO 9706



Printed in Germany

Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck, auch auszugsweise, verboten.

Kein Teil dieses Werkes darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages in irgendeiner Form reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Jeder Mensch ist bei Geburt unschuldig,  
und er hat das Recht  
es zu bleiben.

Dieses Buch ist allen Kindern der Welt gewidmet



# Inhalt

Vorwort ..... 11

Allgemein einleitende Erklärungen ..... 18

## Teil 1

### **Das Bindungskonzept als natürliche Grundlage im Eltern-Kind-Verhältnis**

1. Warum Bindung notwendig ist und wie sie entsteht .....34

2. Warum das Kind geliebt werden muss und  
wie sich Bindung weiterentwickelt (die emotionale Integration) ..... 40

3. Warum sich das Kind auflehnen muss, damit es selbstständig  
werden kann, und wie sich Bindung in der Loslösung fortsetzt .....52

4. Warum die Kinder sich zu sozialen Wesen entwickeln,  
die Entstehung des autonomen Selbst und was die Bindung  
dazu beiträgt .....69

5. Warum das Erwachsenwerden so schwer ist und  
wie die Bindung dabei helfen kann .....90

## Teil 2

### **Was geschieht, wenn die Bindung nicht glückt, und die daraus resultierenden Folgen**

1. Die Gründe für die frühen Bindungsstörungen  
und ihre Entstehungsmechanismen, Entwicklungskrisen  
und Beziehungsstörungen .....96

a) Entwicklungskrisen und Beziehungsstörungen .....98

b) Die Reaktionen des Kindes auf Entwicklungskrisen und  
Beziehungsstörungen .....112

2. Trennungsangst als Zeichen der frühen Bindungsstörung .....128

a) Allgemeines zur Angst und frühen Bindungsstörung .....128

b) Die Entwicklungsangst und die Phobien .....129

c) Die Trennungsangst .....131

3.	Aggressiv-oppositionelles Verhalten als Zeichen der frühen Bindungsstörung und das Kapitel AD(H)S.....	139
	a) Aggressiv-oppositionelle Verhaltensstörungen .....	139
	b) ADHS und ADS.....	147
4.	Die reaktiven Bindungsstörungen mit Ausblick auf die schweren Bindungsstörungen und die Folgestörungen aggressiver und autoaggressiver Verhaltensweisen .....	155
	a) Die Zeichen und Auswirkungen der reaktiven Bindungsstörung .....	155
	b) Die Folgen aggressiver und autoaggressiver Verhaltensweisen.....	158

### Teil 3

#### **Was Eltern mit Erziehung zur sicheren Bindung beitragen können und wie man die gestörte Bindung wieder verbessern kann**

1.	Die normale Entwicklung zum ausgewogenen Selbst, die Schwierigkeiten der modernen Familien und der soziale Wandel.....	164
	a) Erziehung unter allgemeinen Gesichtspunkten .....	164
	b) Familie und familiäre Erziehung .....	171
	c) Kollektiverziehung.....	173
	d) Geschichte der Individualerziehung.....	175
	e) Antiautoritäre und autoritative Erziehung.....	181
2.	Kindliche Verhaltensweisen in der normalen Erziehung und die elterliche Kompetenz (Primärprävention) – die kurze Geschichte der frühkindlichen bindungsbasierten Erziehung.....	185
	a) Praktische Erwägungen für das Erziehen .....	185
	b) Die Temperamentsfaktoren und Grundgefühle.....	187
	c) Die Charakteranlagen .....	190
	d) Methodik der zugrundeliegenden Betrachtungsweise .....	193
	e) Die Säuglingszeit.....	196
	f) Die Kleinkindzeit.....	204
	g) Die Kindergartenzeit.....	216
	h) die Schulkindzeit .....	226
	i) Präpubertät und Pubertät.....	233
3.	Erzieherische Empfehlungen bei Beziehungsstörungen und drohenden Bindungsstörungen (Sekundärprävention) – wenn Erziehung schwierig wird.....	235
	a) Allgemeine Vorbemerkungen zur Erziehungsbegleitung.....	235

b) Regression als Warnsignal .....	236
c) Rückbindung als Warnsignal .....	238
d) Parentifikation als gefährliche Entwicklung .....	241
e) Vernachlässigung und Verwahrlosung als gefährliche Entwicklung .....	243
f) Folgen von Beziehungs- und Bindungsstörungen .....	248
g) Pubertätskonflikte als Gefahr .....	252
4. Ausblick auf therapeutische Schritte und das Programm der frühen Hilfen – wenn Erziehung in der Familie nicht gelingt.....	255

#### **Teil 4**

#### **Wie man sich eine Erziehung gegen Gewalt vorstellen kann und das basale 6-Stufenprogramm**

1. Wille, Empathie und Gewissen als universelle Schritte zur Vernunft .....	259
a) Aggression und Macht mit ihrer negativen und positiven Bedeutung.....	259
b) Die Entwicklung der psychodynamischen Moraltheorie in der Ausbildung zur Vernunft .....	281
2. Moralentwicklung und religiöse Grundsätze.....	316
3. Die Grundlagen des Erziehungskonzepts gegen Gewalt als basales 6-Stufenprogramm .....	330
4. Die anderen Erziehungskonzepte im Vergleich.....	335
Statt eines Nachworts einige abschließende Anmerkungen zur Frage der Erziehung .....	341
Literatur .....	348



## Vorwort

Eine auch heute noch schwierig zu beantwortende Frage ist die nach den Ursprüngen der Gewalt in der menschlichen Gesellschaft. Dieser Frage soll in diesem Buch aus psychologischer wie aus pädagogischer Perspektive nachgegangen werden. Gleichzeitig soll eine Methode erarbeitet werden, Gewalt allein durch die Erziehung des Menschen einzudämmen oder zu verhindern. Dabei sollen die Bindungsverhältnisse des Menschen in der frühen Kindheit eine zentrale Bedeutung erhalten.

In den meisten Besprechungen über den Gewaltfaktor unter Menschen wird nahezu ausschließlich auf die sozialen Ursprünge eingegangen, oft mit dem ernüchternden Resultat, dass diese keine plausiblen Begründungen für den entstandenen Ausbruch von Gewalt bieten. Dieses gilt ganz besonders, wenn es sich um eine Einzeltat handelt. Lediglich die Phänomene kriegerischer Auseinandersetzungen unter Völkern oder nationale Bürgerkriege lassen sich eindeutig aus machtpolitischen und sozialen Verwerfungen in einem Staatssystem ableiten. Im Falle der großen Volkskriege hilft zumeist auch der Verweis auf die vorherrschende Ideologie einer Nation zur Erklärung für die Entstehung und Ausübung von Terror und Gewalt. In wieder anderen Fällen lässt sich ein ethnisches Problem ausmachen mit der Verteilung von Land und Herrschaft in einem gemeinsamen Territorium.

Aber schon bei despotischen Gesellschaftssystemen liegt, anders als es den Anschein macht, der Fall nicht mehr so klar auf der Hand, und beim individuellen Amoklauf gibt es in der Regel keine klar erkennbare, von äußeren Umständen gesteuertes Auslösen der Gewalttat. Eine gezielte Aufstachelung oder Manipulation des Täters durch andere Menschen oder Menschengruppen fehlt hier völlig. Und bei Gewalt in der Familie verlässt uns dann endgültig jede gesellschaftspolitische Erklärung. So ergibt sich immer wieder die ganz nüchterne Frage, warum dieser gewalttätige Ausbruch, warum gerade dieser Mensch?

„Warum dieser Mensch/diese Menschen“ kann meiner Auffassung nach nur individualpsychologische Ursachen haben, die zu ergründen Inhalt der folgenden Ausführungen darstellt. Und die Gründe, die für den Einzelnen mit seiner Entwicklung zur Gewaltneigung gelten, stimmen zu einem großen Teil mit denen überein, die eine ganze Gruppe in dieses sozial negative Verhaltensmuster abgleiten lässt. Bei der von mir erstellten Untersuchung sollen nun keineswegs allgemein sozialer Hintergrund sowie gesellschaftlicher Einfluss auf die Entwicklung der Gruppe oder des Einzeltäters unter den Tisch fallen. Im Gegenteil, immer wieder wird davon zu sprechen sein, wie ungünstige soziale Lebensumstände in der Kindheit auf den oder die einzelnen Menschen ih-

ren Einfluss nehmen und seine/ihre seelische und geistige Gesundheit prägen. Es wird von mir aber nicht einseitig vom sozialen Umfeld und von den gesellschaftlichen Verhältnissen auf die emotionale und psychosoziale Entwicklung geschlossen. Vielmehr soll das gegenseitige Wechselspiel zwischen emotionalen und geistig-kognitiven Entwicklungen von Kindern und Jugendlichen und deren realen Lebensbedingungen untersucht werden. Diese existenziellen Voraussetzungen will ich methodisch aufteilen in primäre und sekundäre Einflüsse auf das Kind, was in den einzelnen Kapiteln des Buches zum Ausdruck kommt.

Der beschriebene Ansatz deckt sich mit dem biologischen Grundprinzip der Genetik. Als Grundvoraussetzung individueller Anlagen führt die Genetik in vergleichbarer Weise eine Art Zwiegespräch mit den vorgefundenen Lebensbedingungen des Menschen. Erst durch diesen Dialog angeregt schaltet sie bestimmte Gene an und bringt sie stark zum Ausdruck, schaltet andere dagegen ab oder hält sie auf dem Niveau einer niedrigen Aktivität. Diese Erkenntnis hat sich in den letzten Jahren in der Erbforschung durchgesetzt und wird mit dem Begriff Epigenetik beschrieben. Genetik ist heutzutage ohne die Epigenetik nicht mehr zu verstehen. Dieser Ansatz soll die Leserin bzw. den Leser durch das ganze Buch begleiten, auch wenn nicht jedes Mal ausdrücklich davon gesprochen wird.

Viel offenkundiger als das Verständnis der Erbanlagen ist dagegen die Erfahrung des Menschen in früher Kindheit, sowohl was die Besprechung all seiner Entwicklungsfragen betrifft als auch deren Auflösung in Richtung einer Entstehung von menschlicher Gewalt. Hauptsächlich diese empirische Betrachtungsweise soll den Maßstab abgeben für die Theorie zur Entstehung von Gewalt, nach der schon immer gesucht wurde. Mithin geht es fast ausschließlich um die Jahre von null bis sechs mit einzelnen längeren Ausblicken in die Schulzeit und die Pubertät. Da es aber in den Jahren der Schulzeit bis zur Adoleszenz in entscheidendem Maße um die Erweiterung des geistigen Horizonts, die Ausdifferenzierung der Vernunft und um die sexuelle Reifung geht, sind diese Jahre für die Grundsteinlegung der sozialen Fähigkeiten des Menschen, allen voraus von Empathie und Gewissen, schon weit weniger von Bedeutung. Was die Emotionen und die psychosoziale Entwicklung in diesem Alter angeht, stehen vor allem die Auseinandersetzung mit dem reifenden Selbst und die Persönlichkeitsfragen, die Prozesse zur Ausdifferenzierung partnerschaftlicher Beziehungen und die Entwicklung zu tief empfundener Liebesfähigkeit an.

Das entscheidende Empfinden und Verhalten hinsichtlich der Prosozialität des Menschen entwickelt sich also bereits viel früher, das heißt in den Jahren des innerfamiliären Aufziehens der Kinder und des extrafamiliären Erziehens

in den Familien ergänzenden Kindertagesstätten und Kindergärten. Daher sind diese sozialen Strukturen für alle Kinder dieser Welt von so entscheidender Bedeutung.

Weil sich aber „alles“ bereits so früh aufbaut und entwickelt und nicht erst beim geistig gereiften Schulkind, kann das Verstehen dieser Vorgänge nur darin bestehen, sich mit den Kleinkindern an einen Tisch zu setzen oder ihnen in die Sandkiste und die Spielzimmer zu folgen, um sie in ihrem Lebensumfeld zu beobachten und ihren Weg vom egozentrischen, noch weitgehend selbstnützigen Eigen-Wesen zu einem multizentrischen, altruistischen Sozial-Wesen kennenzulernen. Alles labortechnische Spekulieren und jegliches statistische Auswerten nützt wenig anhand der Vielgestaltigkeit der ganz eigenen, psychosozialen Entwicklungsprozesse, die die Kinder dabei, und ein jedes für sich, produzieren. Genau genommen ist nur die ganze Welt das geeignete Labor, in dem man die emotionalen und psychosozialen sowie die geistig-kognitiven Entwicklungsschritte von Kindern umfassend studieren kann.

Diese Arbeit kann allerdings niemand alleine leisten, und so wird es die Aufgabe von vielen Menschen sein, dieses ungeheuer vielseitige Kaleidoskop der sozialen Menschwerdung zu ordnen und vom eher schmalspurigen Wegenetz der biologischen Entwicklung abzutrennen. Ich möchte mit diesem Buch einen Beitrag dazu leisten.

Ein zweiter für mich entscheidender Faktor bei diesem Unternehmen sollte gleich zu Anfang angesprochen werden: Eine Erziehung, die sich ausdrücklich als Erziehung *gegen* Gewalt versteht oder gegen jedes gewaltsame Handeln unter Menschen, erhebt einen großen Anspruch an sich selbst. Das heißt zu allererst, dass die Erziehung *ohne* Gewalt die nicht weiter zu diskutierende Grundvoraussetzung ist. Darüber sollten sich alle, die eine solche pädagogische Arbeit leisten wollen, im Klaren sein. Jeder Autor und jede Autorin sollte in diesem Bewusstsein seine Recherchen anstellen. Der Anspruch an sich selbst kann nur dadurch eingelöst werden, dass die kritische Betrachtung der Entwicklung zu Gewalt mit unerschrockener Offenheit und klarer Selbstpositionierung geführt wird. Der Maßstab hierzu ist das unschuldige, grundsätzlich niemals an Gewalt interessierte Kind.

Ob man tatsächlich allein über den Weg der Erziehung die Gewalt aus dem menschlichen Verhalten und damit aus der Welt verbannen kann, ist eine schwierig zu beantwortende Frage und in seiner versteckten Behauptung des Gegenteils zugleich ein gewagte Hypothese. Muss man, und das wäre das Gegenteil, nicht erst die Welt verändern? Angesichts der zahlreichen Gewaltphänomene auf der Welt, die bis heute ungebrochen anhalten, trotz gezielter Friedenspolitik und mannigfaltiger sozialer und wirtschaftlicher Verbesserungen zumindest in den westlichen Industrienationen, ist jedoch ein pädagogischer

Vorstoß meines Erachtens mehr als gerechtfertigt. Die Veränderung der Welt allein verhindert nicht die Gewalt unter den Menschen. Sie hat es nie getan!

Nur, brauchen wir überhaupt besondere Bemühungen einer gewaltfreien Pädagogik? Ist nicht jede Form von Erziehung zugleich eine Beeinflussung des Menschen gegen gewaltsames Handeln, ist nicht Erziehung immer ein Schritt in Richtung Gewaltfreiheit und Moralität? Noch vor einer Antwort ergibt sich die entscheidende Gegenfrage: Führt ein Nicht-Erziehen des Menschen automatisch zu egoistischen, antisozialen Individuen und damit auch zum gewaltsamen Denken und Handeln? Gibt es denn in der Natur des Menschen nicht so etwas wie ein Sich-selbst-Erziehen hin zu einer altruistisch ausgerichteten, sozialen Haltung, weil der Mensch in der Natur nur so als biologische Art überleben kann? Kurz gefragt: ist der Mensch von Natur aus zu Gewalt veranlagt oder ist er es nicht? An diesem Punkt ist das geistige Band in der Kultur- und Ideengeschichte der Menschheit anzuknüpfen an die Ideen der Französischen Aufklärung und des Deutschen Idealismus, also an Jean-Jaques Rousseau oder Immanuel Kant, was im Laufe der Ausführungen an geeigneter Stelle geschehen soll.

Erziehung ist meiner Auffassung nach, und damit will ich einen entscheidenden Hinweis darauf geben, warum mir das Schreiben dieses Buch so am Herzen liegt, keineswegs automatisch eine Erziehung gegen Gewalt. Das ist sie auch nicht, selbst wenn sie sich ausdrücklich als eine solche bezeichnet. Damit hebe ich gezielt auf weltweit verbreitete Erziehungstechniken ab, die darauf aufbauen, das seelische Kostüm des Menschen schon in seinen frühen Kinderjahren so „abzuhärten“, dass es im späteren Leben als lebensstark und streitfähig für die Gesellschaft gelten kann. Aber gerade auch diese Erziehung versteht sich ausdrücklich als prosozial und antigewalttätig.

Wie ich aber zeigen möchte, beschädigt gerade diese Erziehung in Wahrheit das dem Menschen angeborne, seelische Kostüm, das ihn auf natürliche Weise selbststark und sozialfähig machen könnte. Sie riskiert, dass der Mensch andere Anlagen in sich heranzüchtet und verstärkt, solche, die letztlich nur dem individuellen Überlebenskampf in der Gemeinschaft und damit der Eigennützigkeit dienen. Die Gefahr einer Entwicklung zur Gewalt ist auf diese Weise durch die Hintertür wieder hereingelassen. Genau das zu verhindern sollte jedoch Aufgabe einer Erziehung gegen Gewalt sein.

Seelisches „Abhärten“ als eine früh einsetzende Erziehungsform zur Stärkung des Selbstbewusstseins und zur Durchsetzungsfähigkeit in der Gruppe ist eine durch viele Irrtümer über das menschliche Verhalten in nahezu jeder Kultur auf diesem Globus verbreitete Form des erzieherischen Umgangs mit Kleinkindern und Schulkindern. Es ist das grundlegende Ziel der autoritären Erziehung. Vielleicht sind noch die Säuglinge diejenige Altersgruppe, die von

dieser pädagogischen Strategie einigermaßen ausgenommen ist. Aber auch im ersten Lebensjahr des Menschen verbreiten sich, stärker in den hochindustrialisierten Ländern als in den Entwicklungsländern, immer weiter diese pädagogischen Praktiken.

Denn immer mehr Stimmen in den Völkern der Industrienationen werden laut, auch Säuglingen schon Anpassungsreaktionen an unser dem generellen Funktionieren und dem wirtschaftlichen Erfolg unterworfenen Gesellschaftssystem aufzunötigen. Und die Wissenschaft dient sich diesem Trend allzu bereitwillig mit passgenauen Erkenntnissen an. Davon soll im Buch immer wieder die Rede sein. Diese Entwicklung mag zum Teil den der Marktwirtschaft angeschlossenen Sozialsystemen geschuldet sein, die mit ihrem Bemühen um finanzielle Ressourcen und ihrem damit verbundenen Zwang zur Vollbeschäftigung der Menschen im Land Sicherheit über Menschlichkeit stellen. Für die intensive Betreuung von Säuglingen gibt es dabei keine Zeit mehr. Zum Teil ist sie aber auch sichtbares soziales Zeichen für die Emanzipation der Mütter wie Väter geworden, die eine Familienstruktur im klassischen Sinne für ein von der modernen Zeit überholtes Phänomen halten. Die Selbstverwirklichung des einzelnen erwachsenen Menschen hat das bislang vorherrschende soziale Prinzip der gemeinschaftlichen Erschaffung einer neuen, nächsten Generation abgelöst. Das alles muss kritisch hinterfragt und auf bestehende Fehler untersucht werden.

Dieses Buch wird demzufolge viele gesellschaftspolitische Fragestellungen neben den individualpsychologischen zu beachten haben. Aufgrund der großen Komplexität dieser Thematik wird jedoch nicht alles zur Sprache kommen können. Ich will mich im Wesentlichen auf das beschränken, was unmittelbar mit der frühkindlichen Entwicklung in Blickrichtung auf Erziehung durch Bezugspersonen und Erziehungspersonal zu tun hat. Der Faktor Gewalt als mögliche Ausuferung zum Negativen solcher erzieherischer Einflüsse auf den Menschen will ich am Ende der gesamten Besprechung noch einmal ganz in den Mittelpunkt rücken. Dann soll es auch um die Frage gehen, ob Aggression ein genetisch angeborener Trieb ist oder nur eine sozialreaktive Verhaltensform aufgrund eines speziellen, durch die Evolution vorgegebenem Reaktionsmusters. Die Entscheidung darüber, was hier richtig ist oder falsch, hat enormen Einfluss auf die Erziehungsfrage an sich und die Sorge, dass Nicht-Erziehen bei den meisten Menschen höchstwahrscheinlich direkt zu dissozialen und antisozialen Persönlichkeiten führt. Wenn es dem Menschen aber gelingt, die Aggression als natürlichen Trieb von der Gewalt als tatsächlich nur sozialem Phänomen durch Erziehung abzukoppeln und die Gewalt durch prosoziale Entwicklungsschritte zu bändigen, ja zu beherrschen, kommen wir der Antwort nach dieser zentralen Frage im Leben des Menschen ein Stück näher.

Eltern und erziehende Erwachsene haben daher die Aufgabe, die Kinder darin zu begleiten, ihre genetisch vorgegebenen sozialen Anlagen im Abgleich mit ihren individuellen, charakterlichen Voraussetzungen zum Wohle eines friedlichen Zusammenlebens der Gesellschaften auszubilden. Dabei spielt die Bildung, wie derzeit vielfach behauptet, nicht die Hauptrolle. Vielmehr ist es die Bindung zu den Bezugspersonen, die hierfür den Ton angibt. Bindung steht also vor Bildung, was in der aktuellen Debatte über den Umgang mit Kindern im frühen Kindesalter nicht ausreichende Beachtung findet. Daher sei dieser Grundsatz gleich an den Anfang der ganzen Auseinandersetzung gestellt.

Der einfacheren Lesbarkeit halber ist das Buch in vier Teile aufgegliedert. Frisch gebackene Eltern können den ersten Teil ansteuern, der sich mit der normalen kindlichen Entwicklung übersichtsmäßig bis zur Pubertät befasst. In dieser Betrachtung soll der Bindungstheorie noch einmal der Stellenwert gegeben werden, den sie meines Erachtens heutzutage haben sollte. Es geht um Fragen der gesunden Eltern-Kind-Beziehung und des unschuldig geborenen Säuglings bis zum halbwegs erwachsenen, aufbegehrenden Jugendlichen.

Eltern, Erzieher/innen und Sozialpsycholog/inn/en wie auch Kindertherapeut/inn/en können im Teil zwei einsteigen. Darin geht es um die Störungsmuster im Verhalten der Säuglinge und Kleinkinder, wenn die Bindungsstrukturen misslingen, Beziehungs- und Bindungsstörungen auftreten und/oder die Familie in soziale Schieflage gerät.

Im Teil drei können sich auch die Eltern wieder zuschalten, die keine Entwicklungsprobleme mit ihren Kindern haben und sich nur für die vorgeschlagene Erziehungsform interessieren. Zugleich können aber auch jene Leser hier ihren Einstieg wählen, die überhaupt nur an dem Erziehungskonzept interessiert sind, das oder besser weil es auf bindungstheoretischen Grundlagen basiert.

Teil vier ist gewissermaßen das Herzstück des Buches, da es die Grundkonzeption der Erziehung gegen Gewalt einer genaueren Untersuchung unterzieht und dazu eine theoretische Ausformulierung wagt. So wie im dritten Teil über die praktischen Schritte und Auswirkungen einer Antigewalt-Erziehung gesprochen wird, geht es im Teil vier um die passende Theorie dazu. Auf diese Weise sollen die zuvor ausgesprochenen, praktischen Empfehlungen durch die theoretische Untermauerung der Erkenntnisse bekräftigt werden. Wer also nur das theoretische Grundgerüst studieren möchte, kann sich weitgehend auf diesen Teil beschränken.

In meinen Darstellungen und Ausführungen berufe ich mich auf eine langjährige Praxiserfahrung, die ich während meiner Kinderarzt- und Psy-

chotherapeutentätigkeit gesammelt habe. Zu der großen Zahl der von mir in privaten Langzeitbeobachtungen in meiner Praxis untersuchten Kinder kommt noch eine große Zahl von Elternberatungen über das Internet und das private Telefon. Das Internet-Entwicklungsforum (bei [www.rund-ums-baby.de/entwicklung](http://www.rund-ums-baby.de/entwicklung)) weist inzwischen eine Fragen- und Antwortzahl von gut 50.000 aus. Viele dieser Antworten sind in einem öffentlich zugänglichen Stichwortkatalog gesammelt und ergeben für sich genommen schon einen guten Überblick über das gesamte psychosoziale Entwicklungsgeschehen. Die Theorie, die hier im Buch ausgebreitet wird, hat dort ihre praktische Vorarbeit. Im Gegensatz zur wissenschaftlichen Vorgehensweise im Labor arbeite ich mit empirisch erworbenen Daten im konkreten Lebenszusammenhang. Manche sehen darin vielleicht eine Schwäche, andere halten dieses Vorgehen für das einzig wirklich gute Konzept. Denn der kleine Ausschnitt, den das Labor mit seiner gezielten Fragestellung und den ausgewählten Versuchskindern bietet, sowie die künstlich erzeugte Atmosphäre darin, spiegeln keineswegs immer auch die realen Verhältnisse. Genau genommen kann nur ein großer Ausschnitt aus der sozialen Realität wertgenaue Ergebnisse erbringen.

## Allgemein einleitende Erklärungen

In den letzten Jahren wird im Zusammenhang mit Kindererziehung immer häufiger auch von Bindung gesprochen. Trotzdem bleibt dieser Begriff in den Ausführungen hierzu häufig unklar und mitunter etwas nebulös. Lediglich in Fachartikeln und sachbezogenen Büchern ist gut zusammengefasst, um was es bei dem Bindungsgeschehen geht. Gegen diese oft unklare Verwendung des Begriffs Bindung möchte ich mit diesem Buch etwas unternehmen. Damit ich nun aber möglichst von allen Menschen verstanden werde, die eine unmissverständliche Erklärung zum Grundsatz der Eltern-Kind-Bindung suchen, um sich dadurch in ihrer Erziehungshaltung beeinflussen zu lassen, bemühe ich mich soweit es geht, ohne Fachausdrücke auszukommen. Oder ich erkläre notwendige Fachausdrücke noch im Zusammenhang. Jede andere Möglichkeit zu einer Erklärung wie Fußnoten oder ein angehängtes Glossar störte zu sehr den Lesefluss.

Pauschale Aburteilungen von Eltern mit falschen Erziehungskonzepten und den Generalangriff auf die moderne Pädagogik sind meiner Auffassung nach abzulehnen (vgl. M. Dornes, 2011). Solche Pamphlete helfen keinem weiter und werfen nur reichlich Staub auf, der alle bislang bestehenden Klarheiten wieder vernebelt. So gibt es weder völlig versagende Eltern noch von Geburt an böse Kinder, und ebenso wenig gibt es eine total scheiternde Pädagogik. Das zu erklären gegen alle populistischen Schriften ist dringlicher denn je.

Das vorliegende Buch soll helfen, mehr Licht in das Dunkel zwischen psychischer Veranlagung des Kindes und erzieherischem Einfluss von Eltern, anderen Bezugspersonen und sozialer Umgebung zu bringen. Dabei schreite ich den alt bewährten Weg ab von Erklärungen zur normalen Entwicklung in der Kindheit über die Störungsmechanismen in der Entwicklung bis hin zu den Möglichkeiten einer gezielten Erziehung. Für den pädagogischen Teil wähle ich zwei gesonderte Abschnitte, den einen, der konkrete erzieherische Maßnahmen besprechen will und einen zweiten, der ein theoretisches Gebäude zur Entwicklung von Gewissen, Moral und Vernunft konstruieren möchte. Dieser letzte Abschnitt im Buch repräsentiert seinen eigentlichen Kern. Ihm unterliegt eine neue, spezielle Logik, die durch die Voraberkklärungen in den Kapiteln zur Normalität, zu den Störungsmustern und zu den erzieherischen Grundlagen erst richtig verständlich wird. In ihm spielen der Wille, die Empathie und der geistige Perspektivwechsel sowie die Entstehung von Gewissen und Vernunft die maßgebliche Rolle. Aggression und angeborene Triebe werden hier gesondert besprochen. Ideen und Erkenntnisse aus der Hirnfor-

schung hierzu sollen an den Stellen, an denen es nötig erscheint, ergänzend hinzugezogen werden.

Probleme in der Erziehung der Menschen hat es schon immer gegeben und rebellierende Kinder und Jugendliche sind der Motor der sich verändernden Gesellschaftsverhältnisse. Erwachsene, einmal zu Wohlstand, Rang und Namen gekommen, ändern nur noch wenig an ihrer Lebensumwelt. Die Entwicklung der Gesellschaftsverhältnisse steht und fällt aber mit der Freiheit der einzelnen Menschen. Und diese Freiheit ist noch am größten bei Kindern und Heranwachsenden. Die Menschen in den total durchorganisierten Industrienationen mit ihrem eng gefassten und gut sortierten Terminplan sollten diese Erkenntnis zu schätzen wissen.

Viele Irrtümer, die in den vielen Empfehlungen zur Erziehung von Kindern die Runde machen, basieren auf einem entscheidenden Denkfehler. Ich meine damit die oft leichtfertig akzeptierte Verwechslung von Pädagogik und Psychologie. Genau genommen gelingt die eine Betrachtungsweise in Bezug auf die emotionalen Äußerungen (Affekte) und Verhaltensweisen des Menschen nicht ohne die andere, gerade wenn man verändernd und nach Möglichkeit auch verbessernd in das Denken und Handeln der Menschen eingreifen will. Also Pädagogik geht nicht ohne Psychologie und ebenso umgekehrt. Aber was die exakten Inhalte einer solchen verändernden Einflussnahme angeht, sollte doch genau unterschieden werden, auf welche der zwei Seiten von ein und derselben Medaille man Einfluss nimmt und wie sich dieser Einfluss dann auf die andere Seite auswirkt.

Nehmen wir zwei gängige Beispiele aus der Frühpädagogik, einmal das

- Schreien eines Säuglings, weil es gleich am Lebensanfang des Kindes Probleme aufwirft,
- und zum anderen das
- wütende Aufbegehren des trotzens Kleinkinds, weil es ein Generalthema in der Kindheit darstellt.

Beides sind Affekte und Verhaltensweisen von Kindern in den ersten Lebensjahren, die höchst strittigen Ansichten unterworfen sind, was den elterlichen Umgang mit ihnen angeht. Schreit ein kleiner Säugling unstillbar, lässt sich einerseits sagen, er habe ein schweres Problem und müsse unbedingt und unverzüglich Hilfe erhalten. Andererseits lässt sich das Geschehen auch so interpretieren, dass der Säugling sein im Moment wahrgenommenes Bedürfnis mit aller Macht zum Ausdruck bringen möchte und dafür seine Mutter oder gleich beide Eltern eigennützig unter Druck setzt. Die erste Sicht ist eine psychologische, die zweite eine pädagogische.

Nicht viel anders stellt sich das Problem beim Wut entbrannten Aufbegehren des Zweijährigen dar, der sich der einen Vorstellung widersetzt und trotzt, weil er unbedingt sein gerade erkanntes und gewonnenes Selbst durchsetzen möchte und dadurch persönliche Stärkung erfährt. Oder der in der anderen Auffassung die Eltern durch aufsässiges, nach Macht und Beherrschung strebendes Verhalten dominieren möchte, um sie frühzeitig zu steuern und später seinen egoistischen Ansprüchen zu unterwerfen; das Wort terrorisieren, wie es heutzutage gerne für das Handeln dieser Kinder gebraucht wird, möchte ich bewusst nicht benutzen. Wieder stehen sich psychologische und pädagogische Einschätzung beinahe gegensätzlich gegenüber.

An der Gegensätzlichkeit dieser Betrachtungsweisen lässt sich zeigen, wie sich **BindungsBasierte Frühkindliche Entwicklung und Erziehung (BBFEE)** von **Konventioneller Elternorientierter Autoritärer Erziehung (KEAE)** unterscheidet. BBFEE ist das von mir in diesem Buch entwickelte Schema, mit dem ich Bindungskonstrukte in der Eltern-Kind-Beziehung in die Erziehung einfügen möchte. Auf die Einzelheiten werde ich im Verlauf meiner Ausführungen immer wieder zu sprechen kommen.

Mit diesen beiden zunächst formelhaften Begriffen möchte ich im Folgenden die grundsätzlichen Erziehungsprinzipien, die es gibt, zunächst einmal grob unterscheiden. Auf das Prinzip des Nicht-Erziehens (NE) bzw. das „Laissez-faire“ will ich aus den im Vorwort skizzierten Gründen nicht weiter eingehen. Die so genannte **AntiAutoritäre Erziehung (AAE)** soll zusammen mit der autoritativen Erziehungsform dagegen in einem kurzen Abriss bei der historischen Betrachtung der Erziehungskonzepte besprochen werden.

Auf einen einfachen Nenner gebracht, lässt sich der Unterschied im erzieherischen Vorgehen bei den beiden hauptsächlich zur Debatte stehenden Erziehungsprinzipien folgendermaßen präzisieren: Unter den Gesichtspunkten der Bindung rückt die psychologische Interpretation von kindlichem Verhalten sehr viel stärker in den Mittelpunkt der Betrachtung und unter dem Aspekt eines reinen Machtabgleichs von kindlichem und elterlichem Interesse die pädagogische.

Zwischen diesen beiden Polen erzieherischen Vorgehens gibt es weitere gezielte Erziehungsprogramme, die sich teils mehr dem bindungsbasierten Prinzip annähern (z.B. FamilienTeam, SAFE, STEEP, Starke Eltern – starke Kinder) und teils dem konventionell autoritären (z.B. Zero to Three, TripleP oder STEPP). Am Ende des Buches soll in einem gesonderten Kapitel überblicksmäßig ein Abgleich zwischen den verschiedenen Programmen vorgenommen werden.

An der Unterschiedlichkeit in der Betrachtung der Erziehung wäre grundsätzlich nichts auszusetzen, ließe sich eine Art Kompromiss zwischen den ver-

schiedenen Ansichten zum Umgang mit frühkindlichen Verhaltensweisen finden. Ein solcher Kompromiss muss aber misslingen, da es zwischen den beiden Betrachtungsweisen, die ich hier als im Grundsatz gegensätzliche Pole herausgestellt habe, fundamentale Unterschiede gibt. Denn die Sicht der Bindungsforschung ergibt ein Bild des Entwicklungsgeschehens, das das kindliche Bedürfnis über die gleichzeitig bestehenden, elterlichen Ansprüche stellt. Wohingegen die konventionell autoritäre pädagogische Sicht in umgekehrter Weise den elterlichen Anspruch in weitreichender Form über das kindliche Bedürfnis stellt. Auch wenn dieser Unterschied nicht immer so klar in Erscheinung tritt, macht er doch viele grundlegende Anschauungen zum erzieherischen Umgang mit Kleinkindern aus.

So erklären zum Beispiel die überwiegend nur pädagogisch geschulten Erzieher/innen, Kleinkinder müssten frühzeitig lernen, sich von ihren Eltern zu trennen, damit sie ihre anfängliche Abhängigkeit von den Bezugspersonen überwinden lernen und schneller bereit sind, sich auch von fremden Personen beaufsichtigen zu lassen. Außerdem propagieren sie in großer Mehrzahl, den aufsässigen, trotzig Kleinkindern mit konsequenten Verboten zu begegnen, damit diese rechtzeitig ihre Grenzen kennen lernen.

In der Bindungstheorie wird die Fähigkeit des Kindes zur Trennung von seinen Bezugspersonen als ein Reifungsschritt betrachtet, der eine sichere Bindung mit einer gelingenden Loslösung zwischen Mutter, Vater und Kind voraussetzt. Das Signal zur Trennungsbereitschaft geht dann in einem bestimmten Alter wie automatisch von den Kindern aus, nicht aber von erzieherischen Ansprüchen der Erwachsenen. Das Trotzgebaren wird dann unter dem Entwicklungsaspekt als Aufbruch in die Selbstständigkeit gesehen mit dem Widerstand gegen Fremdbestimmung und dem Anspruch auf erste Selbstbestimmung.

Das frühzeitige Setzen von Grenzen wird unter Bindungsgesichtspunkten dahingehend umgewandelt, dass Grenzen im eigenen Verhalten ganz von alleine entstehen, wenn verständliche Regeln zwischen Eltern und Kind ausgehandelt worden sind. Dazu muss von elterlicher Seite erzieherische Zuverlässigkeit oder Beständigkeit (so genannte Konsistenz) gewährleistet sein und auf die Einhaltung dieser Regeln geachtet werden. Diese auf Konsequenz aufbauende Erziehungshaltung ist ein im Grundsatz ganz anderes Prinzip als frühzeitiges Grenzen setzen.

In der Sauberkeitserziehung gibt es ebenfalls einen grundsätzlichen Unterschied in den Anschauungen von bindungsorientierter Erziehung und konventionell autoritärer. In der Bindungstheorie fußt das Sauberkeitskonzept auf Reifungsschritten, die wie beim Laufen- und Sprechenlernen gleichsam aus sich selbst heraus entstehen. In Wahrheit stricken an den rein körperlichen Entwicklungsprozessen die Emotionen mit. Denn auch die Fortschritte in der

Sozialentwicklung beruhen auf Organisationen von Netzwerkstrukturen im Gehirn. Diese sind von außen nur unter erzieherischem Druck zu erreichen oder zu beschleunigen, einem Druck, der aus Effektivitätsgründen hauptsächlich durch Belohnung und Bestrafung erzielt wird. Dieses Vorgehen entspricht dann dem konventionell autoritären Prinzip.

So könnte man zu jedem Erziehungsproblem den Unterschied zwischen bindungsbasierter und klassisch autoritärer Erziehungsform darstellen. Um aber erst einmal den Unterschied zwischen beiden Formen erzieherischen Vorgehens auf einen allgemeinen Nenner zu bringen, lässt sich Folgendes in Verfeinerung ausführen: Die bindungsbasierte, psychologische Sichtweise frühkindlichen Verhaltens richtet ihr Hauptaugenmerk auf das Kind selbst und seine Befindlichkeiten, die konventionell autoritäre, pädagogische Sichtweise beschäftigt sich mehr mit den elterlichen Ansprüchen an das Kind und den unmittelbaren gesellschaftlichen Auswirkungen der eingeschlagenen Erziehungsschritte.

Die Auswirkungen erzieherischen Einflusses zielen darüber hinaus nach bindungstheoretischen Maßstäben auf viel größere Zeiträume in der Sozialisation des Menschen ab als in der aktuell klassischen Pädagogik. Im Bindungskonzept spielt die Persönlichkeitsreife die entscheidende Rolle für das, was das Kind später als seinen gesellschaftlichen Beitrag leistet und nicht so sehr die unmittelbar situative Anpassungsfähigkeit. Dadurch rückt auch mehr die Bereitschaft zur Anpassung ins Zentrum des Geschehens als die Fähigkeit dazu. Bereitschaft wird hier als die unabdingbare Voraussetzung für die eingeforderte Fähigkeit verstanden, eine bestimmte Anforderung oder Aufgabe zu erfüllen. Die Fähigkeit ohne Bereitschaft hierzu ist zum größeren Teil nur Unterwerfung. Die Fähigkeit mit Bereitschaft hingegen ist ein freiwilliger Lernprozess.

Eine kleine Tabelle könnte helfen, den Sachverhalt zu verdeutlichen:

<b>Bindungsbasierte Erziehungshaltung (BBFEE)</b>	<b>Klassisch pädagogische Erziehungshaltung (KEAE)</b>
Erziehung findet auf Beziehungsebene statt	Erziehung findet auf Belehrungsebene statt
Erziehung basiert auf Reifungsschritten der Persönlichkeit	Erziehung basiert auf der Anpassungsfähigkeit des Kindes
Erziehung richtet sich auf langfristige Ziele im Verhalten	Erziehung richtet sich auf kurzfristige Verhaltensänderung

Es gibt über diese Grundsätze einer erzieherischen Einstellung unseren Kindern gegenüber hinaus noch völlig andere Gesichtspunkte, die Einfluss auf die Vorstellungen im Umgang mit Kindern nehmen. Insbesondere sind da zwei wichtige Einflussgrößen zu nennen, die immer wieder zur Sprache kommen und die ganz aktuell noch einmal große Bedeutung erlangt haben. Ich spreche von den genetischen und epigenetischen Einflüssen.

Das berühmte Wort vom Kind als unbeschriebenem Blatt bei der Geburt, bekräftigt von dem englischen Philosophen John Locke (1632–1704), hat spätestens mit der Entdeckung des genetischen Codes seine Gültigkeit verloren. Denn längst ist erwiesen, dass erbliche Anlagen nicht nur das Aussehen, die körperliche Konstitution und die gesundheitliche Veranlagung eines Menschen bestimmen, sondern ebenso auch seine charakterlichen Eigenschaften und vor allem seine Temperamentsfaktoren.

Und es gibt noch ein weiteres Ausstattungsmerkmal, mit dem die Kinder zur Welt kommen. Das sind die vorgeformten Verhaltensweisen, die sich über die Jahrtausende seiner Vorgeschichte hinweg im Erbmaterial des Menschen „eingepägt“ haben. Und gerade diese Festlegungen kommen im frühen Kindesalter in den kindstypischen Verhaltensweisen immer wieder zum Tragen. Das erweist sich sogar als sinnvolles Prinzip, fehlt den Kindern doch am Anfang des Lebens noch das nötige Wissen, sich geschickt und zweckangepasst in ihrer Lebensumwelt zu bewegen, um möglichen Gefahren auszuweichen und Schaden von sich abzuwehren.

Anders gesagt, ohne die Verhaltens-Vorprogrammierung auf der Basis von Erfahrungen aus der Vorgeschichte der Menschheit hätten alle Neugeborenen einen überaus schweren Stand in der Welt, in die sie hineingeboren werden. Viele Gefährdungen warteten auf sie, ohne dass sie eine Chance hätten, ihnen im Voraus schon auszuweichen. Vergleichbar schwer wäre auch ihr Stand in der menschlichen Gemeinschaft und der mit ihr verbundenen unmittelbaren Lebensumgebung. Urangst und Urvertrauen sind solche vorgeformten Verhaltensweisen oder auch Vorprägungen, um diese Gefahren frühzeitig zu erkennen und abzuwenden. Aber auch Durchsetzungswille und Anpassungsbereitschaft, Machtbedürfnis sowie Unterwerfungsfähigkeit gehören dazu, weil sie das entstehende Selbst als Ursprung der Persönlichkeit gleich zu Anfang sinnvoll in die sozialen Beziehungsstrukturen einführen. Schließlich zählen natürlich auch die Intelligenzvoraussetzungen dazu.

Ganz am Anfang eines jeden menschlichen Lebens stehen nun das Bindungsbedürfnis und der Loslösungsdrang als wichtigstes Ergebnis existenzieller Erfahrungen aus dem urzeitlichen Leben. Damit verbunden sind die Schutzsuche bei Stärkeren und das Beschützen von Schwächeren. Mit diesen in der Evolution gewonnenen Verhaltensweisen hat es die Menschheit ge-

schaft, über die Jahrtausende hinweg zu existieren und aus der Urgesellschaft die moderne Zivilisation zu entwickeln.

Die Genetik hier im Einzelnen zu beschreiben, würde die Konzeption des Buches zweifelsohne sprengen. Nur soviel sei gesagt: Grundlegende Gefühlsempfindungen und die Triebe, die Temperamentsfaktoren und Charakteranlagen sowie die Intelligenzvoraussetzungen oder Talente sind in den Erbanlagen in der DNS-Doppelschleife (Desoxyribonukleinsäure) codiert. Sie finden ihren Weg zum Körper in Form von Eiweißbausteinen, die den organischen Aufbau und bestimmte Funktionen im Gehirn steuern und die durch Botenstoffe und Hormone Wirkungen auf das Empfinden und Verhalten direkt ausüben.

Nun hat die Wissenschaft in den letzten Jahren herausgefunden, dass die Produktion dieser Eiweißbausteine nicht ganz von alleine als ein bei Geburt mitgebrachtes Programm abläuft. Vielmehr passt sie sich den jeweils angetroffenen Lebensbedingungen und existenziellen Herausforderungen an, indem sie über Start- und Stopp-Gene die jeweils benötigte Genaktivität an- oder abschaltet. Diesen Einfluss der Umwelt auf die Funktion der Gene bezeichnet man als Epigenetik. Inzwischen weiß man auch, dass diese Wechselwirkung zwischen Umwelt und Genexpression bzw. Genaktivität nicht nur ganz am Anfang eines jeden menschlichen Lebens stattfindet, sondern lebenslang weiter fortschreitet mit Auswirkungen auf Lernprozesse, Verhaltenssteuerung, Immunität sowie Krankheits- und Alterungsprozesse.

So ist davon auszugehen, dass Gesundheit oder Krankheit, auch psychische und immunologische Gesundheit, im Verlauf des Lebens mit dieser angepassten Ausdrucksgestaltung der Gene zu tun hat: Einerseits werden Schutzfaktoren durch äußere Einflüsse angeschaltet und krankmachende Umweltauswirkungen kommen dadurch weniger stark zum Tragen; andererseits können aber auch Schutzfaktoren abgeschaltet werden und krankmachende Umweltauswirkungen sich viel leichter durchsetzen. Die Fachbegriffe für diese Vorgänge im psychosozialen Entwicklungsspektrum lauten Salutogenese für Entstehung und Erhalt von seelischer Gesundheit und Vulnerabilität für Verletzlichkeit der Seele und krankmachende Wirkung.

Das Verhältnis von seelischer Gesundheit zu Verletzlichkeit spiegelt sich im Begriff der Resilienz wider; damit ist die seelische Widerstandsfähigkeit des Kindes gemeint. Darauf wird in der Besprechung der kindlichen Entwicklung im Allgemeinen und der Erziehungsschritte im Einzelnen noch weiter einzugehen sein. Selbstverständlich wird auch das Ausmaß der Intelligenz, theoretisch wie vor allem praktisch, auf diese Weise beeinflusst, was die Forderung nach frühzeitiger Bildung begründet. Und ebenso unwidersprochen ist die Erkenntnis, dass auch das Bedürfnis des Kindes nach sozialem Kontakt vom ers-

ten Lebenstag an in vergleichbarer Form genetisch gesteuert wird, was die Forderung nach Bindung begründet.

Auf diesen Grundlagen beruht nun weiter das Verständnis von der negativen Verstellung der Stressgene durch einen zu hohen und damit ungünstigen Stress-Einfluss aus der Umwelt (Diathese-Stress-Modell). Das Stresssystem arbeitet mit Hormonen und (Neuro-)Transmittern (Botenstoffen), die zum Teil im Gehirn selbst (zentral), zum Teil im Körper (peripher) gebildet werden. Im Gehirn steht eine Hormonsubstanz an der Spitze der Auslösung, die den etwas umständlichen Namen Corticotropin-Releasing-Hormon (CRH) trägt. Sie aktiviert oder hemmt bestimmte Neurotransmitter wie z.B. Noradrenalin und Serotonin, die wiederum die auf Stress reagierenden Funktionen in den Hirnzellen steuern. Im Körper selbst werden über das vegetative Nervenzentrum im Hypothalamus via Hirnanhangdrüse (Hypophyse) und das Steuerungshormon ACTH (Adrenocorticotropes Hormon) die Nebennieren aktiviert, die vermehrt Cortisol und Adrenalin ausschütten. Diese beiden Hormone produzieren die im Körper einem jeden Menschen spürbaren Stressempfindungen und -erlebnisse. Das autonome Nervensystem mit Sympathicus- und Parasympathicuswirkung auf die einzelnen Organe spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Die Auswirkungen des Stresses im Gehirn selbst und die als zu Bewusstsein gelangende Rückkopplung aus dem Körper sind fühlbar in Form von Bedrohung und Angst, dem Bedürfnis nach innerem Rückzug, Vermeidung und Flucht. Aber auch die gegenteilige Reaktion, die Kampfreaktion mit aggressivem Potenzial kommt dadurch zustande. Kampf oder Flucht ist somit die grundsätzliche, aus dem Tierreich übernommene, innere Haltung zu einer jeden Bedrohungssituation. Mit der Kampf- oder Fluchtreaktion verbunden sind nun jene körperlichen Auswirkungen, die jedem Menschen geläufig sind: Herzklopfen, Schweißausbruch, wütende Erregung oder angstvolles Zittern, Atembeklemmung, Benebelung des Bewusstseins, Kollapsneigung sowie im Extremfall Harn- und Stuhldrang beherrschen das subjektive Empfinden und addieren sich je nach persönlicher Ausgangslage.

Im Säuglingsalter und frühen Kindesalter wird durch zu ein zu langes Schreien-Lassen und den damit Anpassungszwang zu Lasten positiver Bindungsgestaltung oder durch Inkaufnahme von Wut, Angst und Panik das Stresssystem so sehr ins Negative und damit Ungesunde verstellt, dass in Zukunft schon leichte Irritationen ausreichen, um sofort wieder Stressempfindungen auszulösen. Das so genannte Stress-Toleranz-Fenster (K.H. Brisch, 2011) wird mit jeder Stressepisode immer kleiner. Das heißt, ein Ertragen-Müssen von unangenehmen Einflüssen aus der Umwelt löst mit der Zeit immer frühere und auch immer stärkere Stressreaktionen aus. Wird der negative Stress im Einzelfall nicht rechtzeitig gestoppt, verfallen die Säuglinge und Kleinkinder

in eine Art vegetativen Kollapszustand, entweder mit sympathikotoner Übererregung und „Erstarrung“ (freezing) oder mit vagotoner (parasympathicotoner) Untererregung und Erschlaffung bei tiefer Erschöpfung. Das „freezing“ entspricht in der animalischen Natur dem so genannten Totstellreflex. Welchen Weg die Natur an diesem Punkt jeweils nimmt, entspricht mehr einer individuellen Veranlagung, als dem auslösenden Geschehen. Es gibt auch Fälle, in denen das Erstarren dem Kollaps vorausgeht.

Kinder, die man am Ende des ersten Lebensjahres als unsicher gebunden bezeichnet, sind häufig Kinder, die solche Stresseskapaden als Säugling erlebt haben. Sie sind stressintolerant geworden, erscheinen jetzt leichter reizbar, zeigen höhere Schmerzempfindlichkeit und regen sich im weiteren Leben viel schneller auf als andere. Das Stresssystem hat es, ganz ähnlich wie es vom Schmerzsystem seit langem bekannt ist, gelernt, schon bei kleinsten Anlässen anzuspriegen. Die Reizschwelle ist herabgesetzt. Allerdings zeigen nicht alle Kinder diesen Stress auch gleich nach außen. Einige haben es früh gelernt, aus Gründen des Selbstschutzes eine vermeidende Haltung einzunehmen. Davon wird im Folgenden des Öfteren die Rede sein.

Von diesen stressgeplagten Kindern abzugrenzen sind selbstverständlich die, die schon durch ihr Temperament bedingt schneller in Erregung geraten. Bei diesen Kindern wird gerne von Kindern mit „schwierigem Temperament“ gesprochen. Dadurch, dass sie ihre Eltern stärker belasten als „bequeme“ Kinder und diese schneller gereizt reagieren, sind für sie die Gefahren einer zusätzlichen Stressintoleranz größer. Auf alle diese Fragen wird in den kommenden Kapiteln noch exakt Bezug genommen.

Im zweiten Lebensjahr sind es die behinderten Loslösungsprozesse, die einen vergleichbaren Stress auslösen können. Erste klare Willensbekundungen mit ständigem Widerstand gegen das, was die Eltern möchten, stehen jetzt ganz im Vordergrund. Außer im Widerstand kann ein Kind in diesem Alter seinen Willen noch nicht richtig äußern, denn die Fähigkeit zur Willensformulierung und zum geplanten Handeln fehlen noch größtenteils. Der sich daraus entwickelnde Trotz wird gesellschaftlich bekannterweise schlecht toleriert. Von der gewöhnlichen Pädagogik wird vorschnell auf „Grenzen-Setzen“ plädiert. Dadurch wird der negative Stress jedoch nur weiter verstärkt. Wo ihm Grenzen gesetzt werden, will der Mensch sie niederreißen. Das gilt ganz besonders schon für Kinder.

Die andere Ursache für Spannungen und Stress in dieser Entwicklungsphase ist der schlecht erreichbare Vater. Dem Kind fehlt das zuverlässige Loslösungsvorbild, das zu bieten in der intakten Familie Aufgabe des Vaters ist. Ist der Vater aber zu sehr mit seinen beruflichen Aufgaben beschäftigt oder

nimmt er seine familiäre Rolle zu wenig ernst, dann leidet das Kind unter einem Mangel an Förderung zur Selbstständigkeit und Autonomie.

Mit solch schlechten Vorerfahrungen wie gerade besprochen lösen im zweiten oder dritten Lebensjahr auftretende Konflikte zwischen Eltern und Kind sehr viel leichter neue, heftige Stressreaktionen aus. Das heißt, der Widerstand solcher Kinder verstärkt sich weiter, statt dass er mit zunehmender Sprechfähigkeit und anwachsenden geistigen Fähigkeiten abnimmt. Der gegenteilige Verlauf ist der, dass der Widerstand abrupt in sich zusammenbricht und das Kind einen scheinbaren Rückschritt in seiner Entwicklung macht. Das bedeutet in der Praxis, entweder wird die Mutter aggressiv angegangen oder das Kind klammert sich verzweifelt an sie. Klammernde oder wütend aggressive Kinder sind ständiges Bild von in ihrer emotionalen Entwicklung behinderten Kindern.

Unter derartige Beziehungsprobleme fallen auch solche Konstellationen, die durch schwerwiegende Interessenskonflikte zwischen Eltern und Kind Krisen hervorrufen, oder die durch persönliche Enttäuschungen und durch Versagererlebnisse für sich allein und/oder in der Gruppe verursacht sind. Dieses später auftretende Stressverhalten findet dann passend zur Entwicklungsphase auf einem anderen, dem Alter entsprechend höheren Niveau statt, wobei ab dem zweiten Lebensjahr immer stärker der dem Menschen angeborene, aggressive Trieb mit ins Spiel kommt. Diese Aggressionen können in bezeichnender Weise auch stark gegen sich selbst gerichtet sein. Man spricht hierbei von Autoaggression. Neben der vermehrten Aggression spielt der innere Rückzug auf vorherige Verhaltensweisen, die Regression, eine zentrale Rolle im Störungsverhalten. Angeborene Veranlagungen in die eine oder andere Richtung, entweder defensiv oder offensiv zu reagieren, arbeiten Hand in Hand mit an diesen Entwicklungen.

Positive Bindungserfahrungen, das heißt eine sichere Bindung und im zweiten Schritt eine gelingende Loslösung, regulieren das Stresssystem nach unten bzw. ins Günstige, das Stress-Toleranz-Fenster wird dadurch größer. Das lässt sich folgendermaßen auf das Verhalten umsetzen: Im frühen Kindesalter muss jetzt viel passieren, um das System anspringen zu lassen. Kleine Irritationen und kurze Stressereignisse werden relativ leicht weggesteckt. Auch Frustrationen, individuelle Versagererlebnisse und Enttäuschungen werden im Sinne einer beginnenden Selbstregulation viel besser in den Griff bekommen. Dafür sorgt bei diesem Verlauf das gut entwickelte Belohnungssystem, von dem gleich zu sprechen ist. Das bedeutet natürlich nicht, dass es beim Großziehen dieser Kinder keinerlei Probleme gäbe. Aber die Probleme bleiben auf das Unvermeidliche begrenzt und sind verhältnismäßig friedlich aus der Welt zu schaffen.

## **Wissenschaftliche Ergänzung**

Die Hirnforschung kann seit einigen Jahren zumindest im Tierversuch damit aufwarten, praktisch zu beweisen, dass sich solche durch negativen Stress bedingten Auswirkungen auf das Zentralnervensystem konkret im Gehirn niederschlagen und die Hirnfunktionen nachhaltig beeinflussen. So gilt es als erwiesen, dass junge Äffchen oder Jungtiere von anderen im sozialen Verband aufwachsenden Säugetieren (z.B. bestimmte Ratten), die durch in zeitlichen Abständen experimentell ausgeführte Trennungen von ihren Müttern gezielt in Dauerstress versetzt worden sind, messbare Veränderungen in ihren Gehirnen aufwiesen. Sie besaßen als adulte (ausgewachsene) Tiere einen kleineren Mandelkern (Gefühlszentrum) und Hippocampus (Gedächtniszentrum) in beiden Schläfenlappen, kleiner, als diese bei vergleichbaren Jungtieren zu finden sind, wenn sie bei ihren Müttern in Sicherheit aufwachsen durften (A.-K. Braun et al., 2002, 2003, 2011, M. Meaney, 2005).

Dieser kleine Ausflug in die Funktionsweise des menschlichen Gehirns soll nur verdeutlichen, wie weit die Hirnforschung inzwischen in der Entdeckung von Funktionszuständen vorangekommen ist, die das Verhalten der Menschen unmittelbar beeinflussen.

Die Mandelkerne oder Amygdala (insbesondere die hinteren seitlichen Abschnitte) gelten unter anderem als die Angst- und Stressregulationszentren im Gehirn eines Säugetieres, die beiden Hippocampusformationen allgemein als die Gedächtniszentralen. Sind diese Hirnkerne vom Volumen her normal und ausreichend mit Hirnnervenzellen bestückt, wehren sie innere Stresssymptome erfolgreich ab oder kanalisieren sie in andere Hirnbereiche, wo sie besser verarbeitet werden können. Erscheinen sie jedoch durch Verringerung dieser regulierenden Zellen beschädigt und im Volumen verkleinert wie im Fall der gestressten Versuchstiere, leisten sie diese wichtige Aufgabe nur noch stark eingeschränkt oder überhaupt nicht mehr. Der Stress breitet sich dadurch ungehindert im gesamten Gehirn aus (Förstl, Hautzinger, Roth, 2005).

Was das wichtige Nachbarzentrum der Mandelkerne, den Hippocampus bzw. das „Seepferdchen“ im Speziellen anbelangt, ist bei den durch negativen Stress fehlgeprägten Tieren später Desorientierung und fehlendes Schutzverhalten (für sich selbst wie für andere Tiere) festzustellen. Die Zusammenstellung der hierzu notwendigen Erinnerungsfunktionen an bereits Gelerntes gelingt nicht mehr. Außerdem scheinen die vom Instinkt gesteuerten, verhaltensregulierenden Lern- und Anpassungsprozesse nicht mehr zuverlässig zu funktionieren. Auf den Menschen übertragen könnte dieses Ergebnis bedeuten, dass Aufmerksamkeitslenkung und Konzentrationsfähigkeit durch die Beeinträchtigungen im Hippocampus Funktionseinbußen erleiden. Denn diese das Bewusstsein aufrechterhaltenden und kontrollierenden Hirnfunktionen

übernehmen beim Menschen vergleichbare Vorgänge im Gehirn wie beim Tier. Mit dieser geistigen Beeinträchtigung sind dann zwangsläufig auch die Lernfähigkeit und die Auffassungsgabe eingeschränkt.

Infolge der Fehlprägung war in Untersuchungen an den erwachsen gewordenen Tieren außerdem die Hirnrinde des Frontalhirns (Stirnhirn) sehr viel schlechter vernetzt, als bei den gesunden Tieren. Im Frontalhirn finden aber alle der sozialen Anpassung dienenden Funktionen des Gehirns statt sowie alle Funktionen der Handlungsplanung und Entscheidungsfindung. Beim Menschen finden sich dort auch die emotionalen Erinnerungszentren.

Die stressgeplagten Tiere zeigten mithin auch allesamt Störungen in ihrem Sozialverhalten, die sich in unangepassten Verhaltensweisen in der Gruppe und in verstärkter Aggression zeigten (als Verteidigung), sowie in Schwächen der Exploration ihrer Umgebung als ein orientierendes und nach Problemlösung strebendes Verhalten. Deshalb verhielten sich die Tiere falsch im sozialen Verband und unzweckmäßig in ihrer Umwelt und kamen früher zu Tode.

Diese Ergebnisse aus der Hirnforschung haben durch schreckliche, sozialpolitische Entwicklungen Parallelen in der menschlichen Gesellschaft gefunden. So wurden mittels „bildgebender Verfahren“ in der Radiologie wie z.B. funktionelle magnetische Resonanztomographie/fMRT und Positronenemissionstomographie/PET die Gehirne jener Kinder untersucht, die viele Jahre der Diktatur in rumänischen Kinderheimen kaserniert und nahezu ohne menschliche Zuwendung aufgewachsen waren (H.T. Chugani et al., 2001, M. Rutter et al., 2007). Wir würden in unserer Sozialterminologie bei solchen Zuständen von Verwahrlosung und Misshandlung sprechen. Das kindliche Störungsbild entspricht dem der Deprivation. Die speziellen radiologischen Untersuchungen der Frontalhirnrinde dieser Kinder ähnelten im Befund sehr stark jenen Bildern, die auch von den Gehirnen der fehlgeprägten Tierjungen gemacht worden waren. Verglichen mit einem menschlichen Gehirn hatten diese Bilder große Ähnlichkeit mit solchen von Kindern, die unter schwerer Epilepsie leiden.

Das Sozialverhalten dieser Kinder war wie das der Tiere deutlich gestört und zwar im Sinne einer schwerwiegenden Bindungsstörung mit nachfolgender Persönlichkeitsstörung. Natürliches Angstverhalten fehlte und aggressive Triebhaftigkeit setzte sich durch. Gleichzeitig erschien ihre sinnvolle und nützliche Handlungsplanung stark eingeschränkt. Damit waren auch wichtige Verunfreaktionen blockiert.

Dadurch und durch andere handlungsstrategische Fehlverhaltensweisen erschien aber auch ihre Intelligenz erheblich eingeschränkt. Diese Kinder waren größtenteils nur noch schwer resozialisierbar. Eine echte Bindung an ihre

Adoptivkatern kam nicht mehr zustande und ihre mentalen Defekte konnten sie auch nach Jahren der Adoption nicht mehr aufholen.

Die Problematik des Stresssystems ist nur eine von verschiedenen Wechselwirkungen zwischen genetischer Anlage und Umwelteinfluss, die im menschlichen Gehirn gestaltende und steuernde Funktionen ausüben. Es ist neben dem Schmerzsystem derzeit der am besten untersuchte auf das Gefühlsleben bezogene Funktionskomplex im Gehirn und wird deswegen immer wieder zitiert. Es gibt aber noch andere für die emotionale und psychosoziale Entwicklung des Menschen entscheidende Systeme, wie zum Beispiel das Belohnungs- und das unabhängig von der Angst existierende Bestrafungssystem. Man darf davon ausgehen, dass es wie beim Stress auch hier günstige Einflüsse von außen geben wird, die die mit dem System verbundene Funktion stabiler und in seiner Leistung effektiver machen, und ungünstige, die eine solche Funktion instabiler und anfälliger machen. Nur über das Funktionieren dieser Systeme weiß die Wissenschaft vorläufig noch relativ wenig.

### **Wissenschaftliche Ergänzung**

Was die neuronale Struktur im Gehirn angeht, hat man allerdings schon genaue Vorstellungen über diese Systeme: Das Belohnungssystem nimmt seinen Ursprung im Mittelhirn (Tegmentum), also auf einer unteren Ebene der Hirnformationen und sendet seine Signale über eine große Bahnverbindung (mediales Vorderhirnbündel) zu den höheren Ebenen des limbischen Systems als dem Zentrum der Gefühle, zu den vorderen Anteilen der Basalganglien (v.a. Nucleus accumbens) für die Kontinuität guter Handlungen und via Gyrus cinguli zum Frontalhirn, wo diese Empfindungen dem Menschen bewusst werden. Dort findet auch ihre komplexe Steuerung statt. Dopamin und Serotonin sowie Endorphine (körpereigene Opiate) übertragen diese Gefühle an den Nervenzellverbindungen, als den zugehörigen Synapsen. Das Belohnungssystem verleiht dem Menschen das Empfinden von positivem Selbstgefühl, innerer Stärke, Anerkennung der eigenen Person und Steuerungsfähigkeit der Emotionen und Affekte (G. Roth, 2003/2009). Daher ist es ganz eng verbunden mit dem Aktivierungs- und Motivationssystem, wenn nicht sogar ihr Pendant.

In Umkehr der Gefühlsempfindungen existiert im Gehirn des Menschen auch so etwas wie ein Bestrafungssystem. Neueste Untersuchungen ergeben eine Verortung dieses Systems mit Ursprung im Zwischenhirn oberhalb des Mittelhirns (Habenulae) und Bahnverbindungen wiederum zum limbischen System, insbesondere der Amygdala, sowie bestimmten Frontalhirnabschnitten. Die Aktivierung dieses Systems geschieht v.a. durch Frustrationen, Demütigung, Bestrafung und Liebesentzug; sie erzeugt aversive (= abneigende) Empfindungen und führt zu einem Gefühl von Freudlosigkeit, Hilflosigkeit und Depressivität (Gehirn & Geist, Nr. 5/2011). Damit führt sie gleichzeitig zu einer Stressreaktion, wie sie wei-