

Teil 1: Hintergrundwissen

Guter Rat ist teuer

Als frischgebackene Mama verschlang ich die Bücher des Familientherapeuten Jesper Juul. Seine Werke waren und sind mir orientierende und wegweisende Landkarten durch den oft verwirrenden Dschungel der Erziehung. Und er ist es, an den ich mich anlehne, wenn ich schreibe, dass es leider keine Glücksformel für ein harmonisches Familienleben gibt. Dieser eine Lösungsweg zum happy family life gibt es nicht, sondern viele Wege führen nach Rom. Keine seriöse Psychotherapeutin wird Ihnen und Ihrer Familie eine konkrete Anleitung in die Hand drücken können, wie das gelingt – das ist unmöglich. Denn jede Familie ist durch sie selbst konstruiert und hat ihre eigene Bauweise, die niemand von außen einsehen kann. Die Baupläne sind im besten Fall der Familie selbst zugänglich. Nur die Familie und ihre Mitglieder können letzten Endes wissen oder zumindest herausfinden, was sie brauchen, was in ihr Weltgefüge passt und was nicht. Ein guter Psychotherapeut kann dabei unterstützen, dieses Wissen, das bereits da ist, aber schlummert, zugänglich zu machen und die Familie auf dem Weg zur Problemlösungsfindung begleiten. Aber von außen kann er immer nur erahnen, welche Richtung sinnvoll ist. Und so sind letzten Endes immer Sie selbst die Expertin, der Experte für sich und Ihre Familie.

Was auf dem Weg zu einem gelingenden Miteinander ausgiebig helfen kann, ist, über gutes Wissen zu verfügen. Sich ein Stück weit über Eckpunkte aus der Psychologie und Pädagogik zu informieren, gibt eine Grundlage, auf die gebaut werden kann. Ist es nicht spannend, dass viele von uns im Rahmen der Berufsausbildung das eine oder andere Buch über

das jeweilige Metier gelesen haben, um den Beruf anständig ausüben zu können, doch nur wenige hatten je ein Buch über die Basics im Bereich der Kindesentwicklung und -erziehung in der Hand, ehe wir als Papa oder Mama tätig geworden sind? Ich möchte dazu anregen, bevor Sie sich im zweiten Teil dem Herzstück dieses Ratgebers zuwenden und sich für eine Vielzahl an Kinderproblemen Lösungsmöglichkeiten aneignen, sich den ersten Teil anzusehen. In aller Kürze und bar jeglichen Anspruchs auf Ausführlichkeit wird eine Reihe wichtiger Themen umrissen. Da es in diesem Ratgeber aber in der Hauptsache um konkrete Strategien geht, ist der erste, theoretisch ausgerichtete Teil, mit Absicht kurzgehalten. Ich verweise auf andere Autoren, denn guter Rat muss nicht teuer sein, manchmal muss man sich lediglich in die nächste Bibliothek begeben. Um sich weiteres pädagogisches Wissen anzueignen, sei zum Beispiel auf die folgenden Werke verwiesen:

- Jesper Juul (2022) 5 Grundsteine für die Familie. Wie Erziehung funktioniert. Penguin: München.
- Jesper Juul (2009) Grenzen, Nähe, Respekt: Auf dem Weg zur kompetenten Eltern-Kind-Beziehung. 18. Auflage. Rowohlt: Hamburg.
- Jesper Juul (2014) Nein aus Liebe: Klare Eltern – starke Kinder. Beltz: Weinheim.
- Remo H. Largo (2019) Babyjahre. Entwicklung und Erziehung in den ersten vier Jahren. 6. Auflage. Piper: München.
- Haim Omer, Philip Streit (2016) Neue Autorität: Das Geheimnis starker Eltern. Vandenhoeck & Ruprecht: Göttingen.
- Wilhelm Rothhaus (2010) Wozu erziehen? Entwurf einer systemischen Erziehung. Carl Auer: Heidelberg.

Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm

Neulich erreichte mich die Anmeldung zur Psychotherapie für ein vierjähriges Mädchen. Dieses leide seit drei Monaten aus »unerklärlichen Gründen« an einem schweren Husten. Aus ärztlicher Sicht sei alles abgeklärt, es sei keine organmedizinische Verursachung gefunden worden.

Meiner Intuition folgend lud ich die Eltern des Mädchens zum Erstgespräch ein, nicht das Mädchen selbst. Die Eltern kamen, wenn auch deutlich irritiert, schließlich habe die Tochter ein Problem, nicht die Eltern. Ich erhob diverse Informationen und erkundigte mich auch nach bedeutsamen Ereignissen zum Zeitpunkt des Symptombeginns. Ich erfuhr, dass es kurz vor Beginn des Hustens zu einem handgreiflichen Streit zwischen den Eltern gekommen sei. Meine Spiderman-Spinnensensoren meldeten sich und ich vertiefte das Thema der elterlichen Beziehung. Ich brachte in Erfahrung, dass die Eltern seit der Schwangerschaft ihres einzigen Kindes regelmäßig heftig stritten. Obwohl mich die Eltern weiterhin drängten, das kranke Kind in Psychotherapie zu nehmen, lud ich es nicht ein, sondern arbeitete mit den Eltern weiter. Ich folgte der Hypothese, dass der ständige Konflikt der Eltern beängstigend gewesen sein muss für das Mädchen und es verunsichert hat. Jedes Kind braucht Eltern, die ihm Sicherheit und Schutz bieten. Die sichere Bindung zu den Eltern ist in diesem Altersabschnitt notwendig für eine gesunde Entwicklung. Dieses Mädchen nun wächst seit Geburt mit sich streitenden Eltern auf, die sich mal anschreien, mal schlagen, mal trennen, ausziehen, wieder zusammenkommen, wieder einziehen, alles unter den Teppich kehren und dann beginnt der zerstörerische Zyklus von vorne. Wahrscheinlich hatte es den Husten gebraucht, um seinen Spannungen oder Ängsten auf diese Weise ein Ventil zu geben, und vielleicht auch, um auf seine Notlage hinzuweisen. Dass es auf Husten zurückgegriffen hat, kann mit einer persönlichen Schwachstelle zusammenhängen, denn es hatte einige Zeit zuvor eine Bronchitis durchgestanden. Im Laufe der psychotherapeutischen Arbeit erkannten die Eltern ihre Verantwortung für die familiäre und dann auch für die gesundheitliche Situation des Kindes und begaben sich in Paartherapie. Tatsächlich habe ich das Kind nie persönlich kennengelernt – zurecht, denn das hätte es unnötigerweise pathologisiert. Es wäre ein falsches Signal gewesen, ein gesundes Kind psychotherapeutisch zu behandeln. Das Mädchen hätte meinen können, dass an ihm etwas nicht stimme, hätte ich meinen Fokus auf es gerichtet. Stattdessen bearbeiteten die Eltern ihre jahrelangen Probleme und der Husten des Mädchens packte kurze Zeit danach seine Koffer.

Lassen Sie mich ein zweites Beispiel zum Thema Apfel und Stamm anfügen. Ein Junge zu Beginn der Pubertät wurde zur psychotherapeuti-

schen Therapie überwiesen. Er erzählte, dass er immer wieder Probleme habe, seine Gefühle in den Griff zu bekommen. Vermeintlich kleine Dinge könnten ihn massiv triggern, zum Beispiel ein feindseliger Blick seiner Freunde. So käme es fortlaufend zu impulsiven Durchbrüchen, bei denen er Dinge kaputt mache, sich mit anderen schwer streite, sich gelegentlich selbst mit Schnitten verletze. Zunächst erarbeitete ich mit ihm Notfallstrategien, sodass er seine Gefühle im Akutfall auf nicht schädliche Weise regulieren konnte. Das ist wichtig, um ihn aus der Ohnmacht zu holen und in die Kontrolle zu bringen. Da der Umgang mit Gefühlen wesentlich im Familiensetting erlernt wird, lohnt sich ein Blick auf die Familie meist. Also erkundigte ich mich nach seiner familiären Situation: wo (oder besser: von wem) hatte er gelernt, so mit Gefühlen umzugehen? Nach einigem loyalen Herumdrücken sagte mir der Junge, dass seine Mama krank sei. Meine Spinnensensoren sprangen wieder an und ich hakte vorsichtig nach. Denn wenn es um die Eltern geht, muss man behutsam vorgehen, da die Kinder ihre Eltern nicht selten schützen wollen und lieber nichts Negatives über sie sagen möchten. Der Junge vertraute mir schließlich an, dass seine Mama an einer (diagnostizierten) emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung leide und ihr Verhalten oft nicht vorhersehbar, sondern regelrecht unberechenbar sei. In einem Moment sei sie ein Herz auf zwei Beinen, im anderen raste sie völlig aus, woraufhin sie ihn wieder sehr liebe habe und ihr alles so leidtue. Ich lud die Mutter auch zu Gesprächen ein und arbeitete fortan mit beiden am Umgang mit Gefühlen, teilweise in gemeinsamen, teilweise in separaten Sitzungen. Im Laufe der Zeit verbesserten sich beide beachtlich, was beider Lebensqualität steigerte und das tägliche Miteinander deutlich entlastete. Dass der Stamm Verantwortung für seinen Apfel übernommen und mit voller Kraft voraus im therapeutischen Prozess mitgewirkt hat, hatte das erfreuliche Ergebnis sicherlich mitverursacht.

Diese Beispiele möchten veranschaulichen, dass keine Probleme aus heiterem Himmel fallen und diejenigen Probleme von Kindern doppelt nicht. Ein weiter Blick, der die Familienmitglieder wie auch die jeweilige Situation, in der sich die Familie befindet, erfassen kann, ist nicht nur wertvoll, sondern unumgänglich. Das Kind lernt und entwickelt sich nicht in einem sozialen Vakuum, sondern es ist von seinen Bezugspersonen umgeben und lernt von diesen. Zum einen werden dem Kind direkt bestimmte, konkrete Bewältigungsmechanismen für diverse Probleme ver-

mittelt. Beispielsweise sagt die Mutter dem Kind, dass es nun, wo es den Turm des Sandkastenkumpels vernichtet hat, sich zu entschuldigen und den Schaden wiedergutzumachen hat. Zum anderen beobachtet das Kind seine Umwelt und lernt am Modell. Zum Beispiel beobachtet das Kind die Mutter, wie diese im Haus eines Freundes eine Vase umstößt, sich sofort entschuldigt und die Vase ersetzt. Was aber lernt das Kind, wenn die Mutter ganz anders reagiert und sie just in dem Moment, in dem die Vase in 1.001 Scherben auf dem Boden liegt, den Freund wütend beschimpft, warum er denn die blöde Vase ausgerechnet dahin stellt, wo man nicht anders kann, als sie umzustoßen?

Was brauchen also Kinder angesichts von Problemen? Im Prinzip benötigen Kinder zweierlei: Sie brauchen zum einen konkretes Handwerkszeug, um Probleme zu lösen, und sie brauchen zum anderen Erwachsene, die ihnen als positive Rollenmodelle dienen.

Weil Ihr Äpfelchen ganz nah bei Ihnen liegt, dürfen Sie von ihm kein Verhalten erwarten, das Sie selbst nicht zumindest ansatzweise umsetzen können. Seien Sie mit Ihrem Kind nicht strenger als mit sich selbst. Verantwortung für das Verhalten eines Kindes zu übernehmen, heißt, auch Verantwortung für das eigene Verhalten zu übernehmen. Fragen Sie sich: Wie habe ich allenfalls zu den Schwierigkeiten meines Kindes beigetragen? Ist es möglich, dass durch eine Veränderung meines eigenen Verhaltens der Veränderungsprozess meines Kindes begünstigt wird? Geben Sie Ihrem Kind möglichst wenig Grund, eines Tages auf der Couch einer Psychotherapeutin von Ihrem Fehlverhalten zu erzählen und erklären Sie somit die Worte von Friedrich Nietzsche für nur bedingt gültig: »Welches Kind hätte nicht Grund, über seine Eltern zu heulen?«

Auch wenn man sein Kind nicht nicht beeinflussen kann, ist es natürlich möglich, dass Sie als Eltern nicht zu den Schwierigkeiten Ihres Kindes beigetragen haben (und das schreibe ich nicht nur, um zu verhindern, dass Sie das Buch nun in den Mülleimer werfen und eine vernichtende Rezension schreiben). Wir Eltern haben vieles, aber nicht alles in der Hand und selbstverständlich gibt es jede Menge weiterer Einflüsse. Auch wenn Sie nicht zum Problem beigetragen haben, möchten Sie doch sicherlich zur Lösung beitragen, richtig? So lautet die Gretchenfrage also: Wie können Sie Ihr Kind förderlich beeinflussen?

Was nicht passt, wird passend gemacht

Jedes Kind ist anders und bringt einen anderen Strauß an Bedürfnissen mit. Es führt kein Weg daran vorbei, jedem Kind individuell zu begegnen. Eine individuelle Herangehensweise ist eine zwingende Grundvoraussetzung, denn ein- und derselbe Schuh passt nicht jedem Kind. Dass Schuhe gut passen, ist wichtig, und um den Begriff der Passung geht es nun.

Auf die Passung zwischen Kind und primären Bezugspersonen fokussiert das Zürcher Fit-Modell von Remo Largo und Oskar Jenni. Die Autoren sagen, dass viele Probleme im täglichen Familienleben daraus entstünden, dass die Vorstellungen und Erwartungen der Eltern nicht mit den Bedürfnissen, Fähigkeiten und Eigenheiten eines Kindes zusammenpassen. Will heißen: Manchmal passt der Schlüssel nicht ins Schloss. Nur, wenn der Schlüssel passt, öffnet sich das Schloss und das Kind kann sich ideal entwickeln, was das Risiko für die Entstehung von Problemen senkt oder den Umgang mit Problemen verbessert. Und wann passt nun ein Schlüssel ins Schloss? Largo und Jenni schreiben, dass sich ein Kind dann ideal entwickelt, wenn die folgenden drei Bedürfnisse möglichst erfüllt sind:

- Kinder brauchen Geborgenheit.
- Sie benötigen soziale Anerkennung.
- Sie sind auf Lernerfahrungen angewiesen, um zu gedeihen.

Ich erkläre Ihnen, was unter diesen drei Bedürfnissen im Wesentlichen zu verstehen ist und beginne mit der Geborgenheit, da diese besonders bedeutsam für Kinder ist. Denn sich geborgen, aufgehoben, nahe und sicher zu fühlen, sind unersetzbare Grundvoraussetzungen für das eigene Wohlbefinden und einen gesunden Entwicklungsprozess, etwas, das den Stellenwert in unserem Leben übrigens nicht mit unserer Kindheit verliert (siehe den Abschnitt über Bindung).

In diesem Zusammenhang gefällt mir das Bild vom Schiff und dem Hafen, das ich zuvor schon skizziert hatte. Die Eltern sind der sichere Hafen, von dem aus das kindliche Schiff auslaufen und neue Erfahrungen machen, zu dem es gleichzeitig jederzeit zurückkehren kann, wenn die See

zu stürmisch ist und es sich unsicher fühlt. Die Eltern sind der Rückhalt und die Rückversicherung, was die Basis für kindliche Weltentdeckungsreisen alias gesunde Entwicklung ist.

Die Funktion eines Hafens üben jene Eltern gut aus, die sowohl körperlich wie emotional ausreichend präsent sind. Guten Gründen oder Absichten zum Trotz: Wer stets unterwegs und abwesend ist, wer ständig ins Handy und in den Laptop schaut oder wer vielleicht depressiv und somit emotional nicht greifbar ist, vermittelt vermindert Geborgenheit. Dabei gibt es keine Faustregel, was ausreichende Präsenz betrifft: das eine Kind braucht mehr, das andere weniger, was eine Frage der Passung ist – schließlich gibt es eine Unmenge an verschiedenen Schlössern und Schlüsseln. Aber grundsätzlich braucht jedes Kind präsente Eltern. Eltern, die genügend da sind, können die Bedürfnisse des Kindes wahrnehmen und angemessen darauf reagieren. Wer nicht genügend da ist, kann das reduziert oder gar nicht. Oder um ins Bild zurückzukehren: Macht der Hafen immer mal wieder die Schotten dicht, kann das Kind bei Bedarf nicht einlaufen und bekommt nicht, was es braucht – sei es Schutz, Ruhe oder etwas anderes. Schiffe brauchen einen Hafen, der geöffnet hat.

Schauen wir uns den nächsten Begriff an: Soziale Anerkennung bezieht sich auf die Einbettung in das familiäre System, zu den weiteren Verwandten, in einen Freundeskreis, zu weiteren Bezugspersonen bspw. Schullehrer oder Sporttrainerin. Zu anderen dazu zu gehören und akzeptiert zu werden, ist eine weitere Grundvoraussetzung für einen gelingenden Entwicklungsprozess. Die allerwenigsten Menschen leben alleine auf einer Insel. Wir alle sind Teil eines Systems und die Natur des Menschen ist auf Gemeinschaft ausgelegt. Wir brauchen andere und andere brauchen uns. Dazu gehört, dass wir von wichtigen Anderen Aufmerksamkeit geschenkt bekommen. Es ist problematisch, wenn Kinder primär über Leistung ihr normales Bedürfnis nach Aufmerksamkeit stillen, oder nur dann in den Fokus der Eltern geraten, wenn sie krank sind, Scherereien anstellen oder sonst wie auffallen. Dabei sollte Aufmerksamkeit stets der Person an sich gelten und nicht abhängig sein von einer Leistung oder Fähigkeit. »Ich bin stolz auf dich, weil du du bist!« sollte eine fortwährende Botschaft sein, schon auch verbal, aber noch mehr im elterlichen Verhalten.

Wenden wir uns dem dritten Begriff zu: Lernerfahrungen. Während Entwicklung und Lernen über die gesamte Lebensspanne hinweg stattfinden, sind diese Prozesse besonders in der Kindheit im Vordergrund. Es ist das Zeitfenster, wo das Fundament des späteren, sich im Bau befindenden Hauses gegossen wird. Dabei muss das Kind nicht zu Entwicklung motiviert werden, denn das Kind will und wird sich von sich aus entwickeln, lässt man es. Das Kind will und soll eigenständige Lernerfahrungen machen. Lebenstüchtig wird das Kind dann, wenn es selbständig seine eigenen Interessen verfolgen und gemäß den eigenen Stärken handeln kann. Der Prozess selbst ist mindestens so wichtig wie das Ergebnis. Die Eltern haben die Rolle des Begleiters inne, des Unterstützers, dem Kind die Initiative überlassend. Sie bieten dem Kind die Fläche, auf die es bauen kann, bauen tut es eigenständig.

Immer wieder begegne ich Kindern, deren Woche durchgetaktet ist; oder ich begegne ehemaligen Kindern, heute Erwachsene, deren Stundenplan während der Kindheit keine Muße ließ. Sie frönen wöchentlich dem Geigenunterricht, der Leichtathletik, haben Nachhilfe, Kunststunde, gehen zu den Pfadfindern, ins Fußballtraining, zur Reitstunde und zudem noch die übliche Schule. Das ist zu viel. Wem keine Zeit gelassen wird, sich selbst zu beschäftigen, lernt nicht, sich selbst zu beschäftigen. Diese Kinder sind oft wenig innovativ, spüren nur reduziert, was sie selbst eigentlich brauchen, wofür ihr Herz schlägt. Sie entwickeln häufig kein gutes Gespür für die eigenen Interessen und was sie im Leben wahrhaftig wollen. Möglich, dass sich dadurch ein Vakuum bildet (aber nicht muss), das im Laufe der Pubertät und dann im Erwachsenenalter mit Essen, Drogen, Sexualität oder anderem gefüllt wird. Auch möglich, dass sie sich an andere Menschen klammern, die ihnen sagen, was sie zu tun haben, es anderen immer recht machen wollen und niemals sich selbst. Dass sie als Erwachsene diffus wütend sind ab den Grenzverletzungen, die sie durch die Überförderung erlitten haben, doch die Wut nicht zuordnen können. Oder auch, dass sie ein Leben leben, das an den eigenen Bedürfnissen vorbeigeht. Selbstverständlich ist auch vom Gegenteil abzuraten, keinerlei Förderung und komplettes Sich-selbst-überlassen grenzt nicht nur an Vernachlässigung, sondern ist es, und ist prinzipiell ein No-Go. Kinder dürfen und sollen Hobbies haben und das eine oder andere ausprobieren. Die goldene

Mitte ist anzupeilen. Es gilt, das richtige Gleichgewicht zwischen Förderung und Leerlauf zu finden.

Dadurch, dass das Modell von Largo und Jenni die richtige Passung zwischen den Eltern und dem Kind ins Zentrum stellt, aber nicht die Eltern oder das Kind an sich, unterstreicht es, dass es bei einem nicht gelingenden Familienleben in der Regel nicht an den involvierten Personen liegt, sondern an etwas zwischen ihnen. Es ist keine Kritik an den Familienmitgliedern, wenn das Familienleben gerade nicht rund läuft, sondern es ist eine Frage der Beziehung und der Kommunikation zwischen den Familienmitgliedern. Der Gedanke, dass es nicht der Fehler des Kindes oder eines Elternteils ist, sondern dass es an der Passung liegen könnte, ist entlastend. Dies auch, weil an der Passung gearbeitet werden kann. Und oft braucht es wenig, um viel zu bewirken: Handys können weggelegt, Arbeitsstunden reduziert, Anforderungen gedrosselt, übervolle Terminkalender entrümpelt, oder Anerkennung für die Person anstatt für deren Leistung kann geschaffen werden.

Ein Mosaikbild offenbart nur eine bizarre Ansammlung an Steinen, steht man zu dicht davor. Einige Schritte zurück offenbart sich das Zusammenwirken der Steine und ein übergeordnetes Bild entsteht. Reflektieren Sie, machen Sie innerlich einige Schritte retour, fragen Sie sich: Wie ist unsere innerfamiliäre Passung? Ist das Bedürfnis meiner Kinder nach Geborgenheit, Anerkennung und Lernerfahrungen gestillt?

Sichere Bindung

Die Erfüllung der Grundbedürfnisse ist elementar für die Lebenszufriedenheit und Lebensqualität von uns allen. Insgesamt gibt es vier menschliche Grundbedürfnisse, nämlich:

- Bindung (Nähe und Schutz durch konstante Bezugspersonen)
- Orientierung/Kontrolle (die Welt ist verständlich und beeinflussbar)

- Selbstwerterhöhung (man empfindet sich selbst als wertvoll und gut)
- Lustgewinn/Unlustvermeidung (man strebt angenehme Erlebnisse an und will unangenehme Erlebnisse vermeiden)

Die Nicht-Befriedigung dieser zentralen Grundbedürfnisse führt zu einem Mangelzustand. Aus diesem heraus resultiert ein Verhalten, das danach trachtet, den Mangel zu beheben und den Zustand zu verbessern. Gelingt dies: Bedürfnis befriedigt, Thema erledigt, life goes on. Gelingt dies nicht, werden entweder dysfunktionale und wenig gesunde Strategien eingesetzt, um den Mangel wenigstens ansatz- oder auch ersatzweise zu beheben, wobei die Kosten-Nutzen-Analyse suboptimal ausfällt, oder aber der Mangel wird ausgehalten und ignoriert. Beides kann zu einem eingeschränkten Wohlbefinden und zu Folgeproblemen führen, zum Beispiel zu psychischen Problemen.

In der Befriedigung der Grundbedürfnisse sind Kinder in höherem Ausmaß als Erwachsene von ihren Bezugspersonen abhängig. Kinder brauchen die Unterstützung der sie umgebenden Erwachsenen, es geht noch nicht alleine. Die Erfüllung der drei anderen Grundbedürfnisse ist von unterstützenden Personen abhängig. Deshalb nimmt das Bindungsbedürfnis im Kindesalter eine vordergründige Position ein, es ist wichtiger als die anderen drei Grundbedürfnisse – was diese aber keinesfalls unwichtig macht. Bindung ist für Kinder Grundbedürfnis und Voraussetzung zur Befriedigung der anderen Grundbedürfnisse zugleich.

Weil jedes Kind von seinen primären Bezugspersonen abhängig ist, ist seine Bindung zu ebendiesen von immenser Wichtigkeit, was die Nichtstillung dieses Grundbedürfnisses im Kindesalter besonders verheerend macht. Um die Nichtstillung zu verhindern, sind Kinder fortlaufend darauf aus, Bindung zu ihren Bezugspersonen herzustellen, was anhand von Bindungsverhalten erfolgt. Dieses Bindungsverhalten erfolgt anhand ganz unterschiedlicher Strategien, manche sind gesünder, manche weniger. Und gelingt eine gute Bindung nicht mit gesunden Strategien, werden weniger gesunde Strategien angewandt: Das Kind weint, klammert, entfernt sich, zeigt sich aggressiv oder entwickelt Kopfschmerzen, um einige wenige Möglichkeiten zu nennen. Alles ist möglich, solange es die Bezugsperson näherbringt und das Kind bindet. Ungünstiges Bindungsver-