

Holding Times

Mitteilungsblatt der Gesellschaft zur Förderung des Festhaltens als Lebensform u. Therapie e.V.
16. Jahrgang Ausgabe 2007 1,50 EURO

Gesicherte emotionale Bindungen als Basis oder Wozu die Menschen Halt brauchen

Paul Glar

Auf meinem Sonntagsspaziergang an einem sonnig-kalten Januarnachmittag ging mir ein Vortrag von Gerald Hüther, einem bekannten Hirnforscher, den ich gerade auf einer DVD ansehen konnte, durch den Kopf. Dabei beschäftigten mich zwei Dinge besonders:

- Hirnforscher beschäftigen sich offenbar in hohem Maße mit Hühnereiern und Hühnerküken und
- Hennen aus im Brutapparat ausgebrüteten Eiern sind nicht in der Lage, auf natürliche Weise Eier auszubrüten.

Da diese Hinweise im Kontext mit dem Thema ADHS bei Kindern vorgetragen wurden, regten sie bei mir die Frage an, was denn unseren Kindern, obwohl in hohem Maße gut genährt und versorgt von ihren Eltern, nicht weitergegeben wurde, weil ihnen selber – wie den o.g. Hühnern – bestimmte Erfahrungen fehlten.

Ein Thema, das mich als Erziehungsberater in diesem Zusammenhang immer wieder beschäftigt, ist die Frage nach dem Halt, den Kinder in ihren Familien bekommen oder welche Bindungen die Menschen heute miteinander eingehen und wie sie das tun.

In seinem Vortrag gibt Hüther aus Sicht des Hirnforschers einen Hinweis zur Entwicklung von

»eigener innerer Orientierung« des Menschen. Und er kommt zu dem Schluss, dass »gesicherte emotionale Bindungen« die Basis für den Erwerb von menschenwürdiger Orientierung und Verhaltensregulierung sind. Die Skizze auf der nächsten Seite stellt er vor.

Wie so oft ist das, was uns der Hirnforscher hier zeigt, dem Grund nach nichts Neues. Was uns bislang als Erfahrungswissen bekannt war, scheint heute mit moderner Technik »objektiv« darstellbar und nachweisbar zu sein.

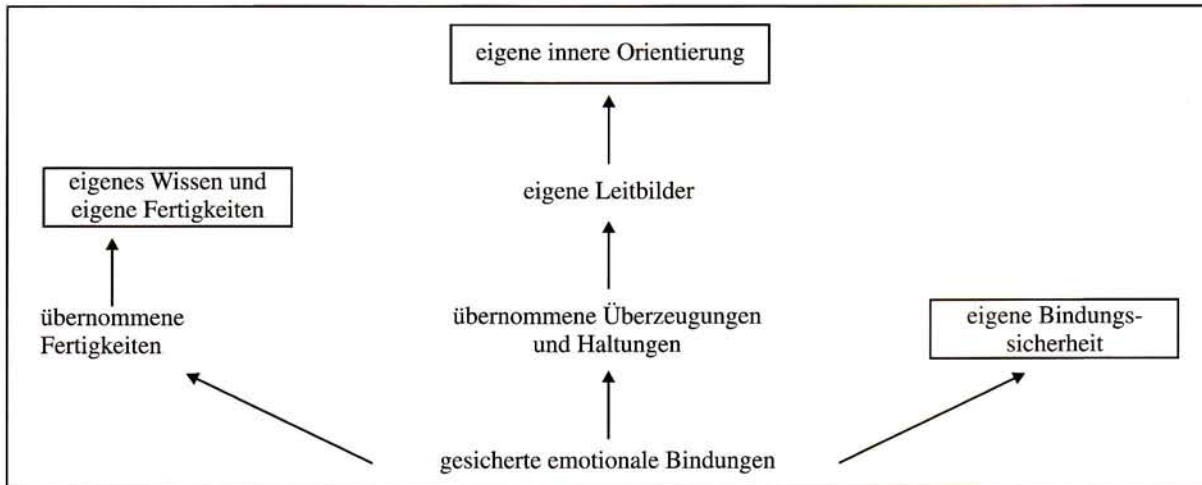
Bindung entsteht u.a. durch körperliche Zuwendung von Menschen zueinander. Ich sehe und höre oft genug in der Beratung, wie Eltern früh und viel per Sprache mit ihren Kindern umgehen und davon ausgehen, dass wenn sie etwa dreimal etwas gesagt haben, das Kind dem auch Folge leisten wird. Viel zu früh wird darauf verzichtet, begleitend zu den Worten das Kind »körperlich« anzusprechen und zu regulieren. Dadurch geraten Eltern oft in die Situation, dass sie ratlos glauben, ihr Kind wolle ihnen nicht folgen.

In den 80er-Jahren entwickelte insbesondere D.W. WINNICOTT ein Konzept, in dem das körperliche Halten von Säuglingen eine wichtige Rolle spielte.



Inhalt

Gesicherte emotionale Bindungen als Basis <i>Paul Glar</i>	1-3	Adressen der Festhaltetherapeuten	14-15
Erster internationaler Kongress in Mexiko	4	Die Ausbildung zum Festhaltetherapeuten im deutschsprachigen Raum	16-17
Eindrücke, Gedanken und erlebte Gefühle in Salzburg	5-6	Die Ausbildung zum Festhaltetherapeuten im anderssprachigen Raum	18
Kongressvorankündigung Mai 2008 in Salzburg	7	»Auf Schatzsuche bei unseren Kindern« von <i>J. Prekop/G. Hüther</i>	19
Leben statt überleben <i>Ernst Robert Langlotz</i>	7	Fotoserie	20
Kraft aus den Wurzeln <i>Gerhart Streicher</i>	8	Öffentliche Vorträge mit <i>Jirina Prekop</i>	21-23
Der Kern der Festhaltetherapie – <i>Ralf E. F. Lemke</i>	9-12	Therapieangebote u. Seminare zur Weiterbildung	24-29
Vertrauensstelle GFH	13	Buchempfehlungen	30-31
»Ist das wahr« von <i>Gabi Kornberger</i>	13	Impressum	32



Was er die haltende Umwelt nennt, entspricht in etwa der kindlichen Umwelt um das erste Lebensjahr. Zu Beginn ist der Mutterleib die Umwelt des Kindes, später sind es die Arme, die es halten, Mutters Schoß, der Vater und andere Leute, die Umgebung der Wiege, das Kinderzimmer, das Haus – die gesamte Situation.

Das Kind kann die Umwelt als mehr oder weniger haltend empfinden. Wenn die Umwelt eine gute haltende Umwelt ist, fühlt sich das Kind auf eine Weise umsorgt, beschützt, verstanden, geliebt und gehalten. Eine gute haltende Umwelt ist die Art von Umwelt, welche die menschliche Seele braucht, um zu wachsen und sich zu dem zu entwickeln, was sie werden kann. Wenn die Umwelt ein gutes Gefühl von Gehaltenwerden vermittelt, erlebt das Kind Urvertrauen.

Das Urvertrauen ist insofern inhärent, als das Kind nicht einmal über Vertrauen oder Sicherheit nachdenkt, wenn das Gefühl herrscht, dass alles, was mit der haltenden Umwelt zu tun hat, gut verläuft.

Das körperliche Halten ist der offensichtlichste Teil der haltenden Umwelt. Kleinkinder lassen sich gerne von der Mutter oder dem Vater halten, aber sie müssen auf die richtige Weise gehalten werden. Jeder kann ein Baby tragen, aber nicht jeder kann ein Baby auf eine Weise halten, die ihm das Gefühl gibt, geliebt zu werden, angesprochen zu werden, verstanden zu werden, zu verschmelzen, sicher zu sein und körperlich im Einklang zu sein.

Wenn ein Baby auf eine Weise gehalten wird, die wirklich Halt bietet, fühlt es sich auf ähnliche Weise gehalten wie im Mutterleib, und das Halten, das es außerhalb vom Mutterleib erlebt, unterscheidet sich weniger stark von seinem Leben im Mutterleib. Das Halten wird tief in sein Bewusstsein integriert, was zu einem Gefühl des Urvertrauens in die Realität führt.

Eine gute haltende Umwelt basiert nicht nur darauf, dass das Kind geliebt und körperlich versorgt wird; das emotionale Klima in der Familie ist ebenfalls Teil der haltenden Umwelt. Wenn zum Beispiel zwischen den

Eltern Spannung herrscht, spürt es das Kind und sein Gefühl, gehalten zu werden, wird zeitweilig erschüttert. Die An- oder Abwesenheit von Geschwistern und der Austausch mit ihnen beeinflussen das Halten, das die Umwelt bietet, ebenso wie deren physische Eigenschaften: Ob sie chaotisch oder öde ist, ob sie zu laut ist oder dem Kind keinerlei Anregung bietet – das alles beeinflusst, wie viel Halt es erfährt. Was die Familie als Ganzes durchmacht, hat seinen Einfluss auf das Halten. Wenn die Familie eine finanziell schwierige Phase durchsteht und die Eltern Furcht und Unsicherheit ausstrahlen, wirkt sich das nicht nur direkt auf ihre Beziehung zu ihrem Kind aus, sondern die gesamte Umwelt wird durch diese Erwartungen von Schwierigkeiten und Gefahr belastet. Physische Traumata wie Krankheiten des Kindes oder eines oder beider Elternteile erschüttern ebenfalls das Gefühl des Gehaltenseins und damit das Urvertrauen. Die Auswirkungen aller auftretenden Störungen werden in dem Maße abgepuffert und neutralisiert, wie die Umwelt allgemein Halt bieten kann.

Die haltende Umwelt ist also von grundlegender Wichtigkeit für die Seinskontinuität des Kleinkindes. Diese Kontinuität erlaubt es dem Kind, sich zu einem reifen Menschen zu entwickeln – man nennt das den Individuationsprozess. Wenn die Umwelt nicht genug Halt bietet, nicht genug von dem, was das Kind braucht, wird die individuelle Seinskontinuität des Kindes erschüttert. Diese Erschütterung äußert sich als reale Auflösung des Seinsgefühls, und diese wiederum manifestiert sich als Reaktion auf die Erschütterung der Umwelt.

Wenn das Kind keine Unterstützung dabei erfährt, es selbst zu sein, reagiert es darauf, indem es versucht, die haltende Umwelt herzustellen oder wiederherzustellen. Wenn die Störungen anhalten, versucht das Kind durch seine Reaktionen weiterhin, die Dinge in Ordnung zu bringen, damit es sich gehalten fühlt. Wenn gar kein oder kein zuverlässiges Halten vorhanden ist, wird das Kind versuchen, sich selbst, seine Eltern und/oder die

Umwelt zu manipulieren, um den nötigen Halt herzustellen. Je weniger Halt die Umwelt dem Kind bietet, desto mehr beruht seine Entwicklung auf Reaktivität, die im Grunde sein Versuch ist, mit einer Umwelt zurechtzukommen, auf die es sich nicht verlassen kann. Die Entwicklung des kindlichen Bewusstseins beruht also in diesem Falle auf Misstrauen.

Normalerweise fehlt das Urvertrauen nie ganz, ist jedoch auch selten vollständig vorhanden. In Folge davon entwickeln wir Einstellungen und Verhaltensweisen, die uns diesen Verlust »vergessen« lassen und die sich häufig auf neurotische Art oder in Verhaltensauffälligkeiten äußern. Um wieder Urvertrauen und damit mehr Kontakt und Identifikation mit unserem Ursprung zu entwickeln, müssen wir den Mangel an Halten erfahren, der sich unserer Seele eingepägt hat. Oft wehrt sich der Mensch dagegen, das eigentliche Bedürfnis zu spüren, indem er misstrauisch anzweifelt, ob je ein Mensch für ihn da sein wird.

Wenn wir uns jedoch als Erwachsene erlauben, die Abwesenheit des Haltens zu erfahren, tun wir einen entscheidenden Schritt, um wieder in Kontakt mit der

haltenden Dimension des Seins zu gelangen. Außerdem wächst unser Gefühl von Urvertrauen jedes Mal, wenn wir erleben, dass unsere Umwelt unterstützend auf uns reagiert oder wir auf die eine oder andere Weise gehalten werden. Je öfter wir schmerzhaft Zustände und Erinnerungen erleben und je häufiger wir diese Erfahrungen auflösen, indem wir uns erlauben, mit verschiedenen Aspekten unseres grundlegenden Wesens in Kontakt zu kommen, desto mehr entsteht ein Gefühl von Vertrauen. Je mehr unsere Seele gehalten wird und je mehr Urvertrauen sich entwickelt, desto mehr entfalten wir uns.

Auf diese Weise können wir Menschen nachholen, was Hühnern nicht möglich ist:

Wir haben die Möglichkeit, Fähigkeiten und Einstellungen zu erwerben, die wir als Kind nicht selber erfahren haben. In diesem Spannungsbogen findet unsere Beratungsarbeit immer wieder statt, d.h. einerseits begleiten wir Eltern dabei, die Bedürfnisse ihrer Kinder nach Halt und Bindung zu erkennen und zu erfüllen, andererseits lassen wir diese Eltern nicht alleine bei der Entdeckung ihrer eigenen „Lücken“, ihrer nicht erfüllten Bedürfnisse.

Paul Glar