

Vermeidung von Konflikten zwischen den Generationen

Zum Glück gibt's Oma und Opa!



Dr. Julia Berkic - Staatsinstitut für Frühpädagogik

Vortrag des
des Kommunalen Seniorenservice Hannover,
21.04.2021

Übersicht

- Großeltern als wichtige Bezugspersonen
- Grundlagen der Bindungstheorie
- Bindung über mehrere Generationen
- Feinfühligkeit kann man lernen
- Großeltern als Bindungspersonen

Familien im Wandel der Zeit



Durch die sinkende Kinderzahl nimmt die Bedeutung **horizontaler** Beziehungen ab und der Stellenwert **vertikaler** Beziehungen nimmt zu. So ist es heute nicht unüblich, dass auf vier Großeltern ein einziges Enkelkind kommt, und das häufig über viele Jahre hinweg (Brandl-Knefz, 2016).

Großeltern heute

- Die **gemeinsam verbrachte Lebenszeit** von Großeltern und Enkeln ist seit dem zweiten Weltkrieg deutlich gestiegen
- Großeltern in Deutschland sind bei Geburt ihres ersten Enkelkindes **etwa 53 Jahre** alt und stehen zum Teil noch voll im Berufsleben (Brandl-Knefz, M., 2016)
- Großeltern, die ihr Leben **aktiv gestalten**, gesundheitlich fit sind, und ein großes soziales Netzwerk haben, schätzen die Beziehungsqualität zu ihren Enkelkindern **höher** ein (DJI, 2018)

Oma und Opa sind wichtig –für Eltern und Enkel!

- sind nach den Eltern die wichtigsten Menschen für Kinder in Deutschland (Zinnecker et al. 2003)
- werden als wichtigste „**Retter in der Not**“ oder „**Feuerwehr**“ von den Eltern betrachtet, sind vor allem aber auch **Bezugspersonen** und **Entwicklungsbegleiter**
- 91 Prozent der Großeltern berichten von einer **engen oder sogar sehr engen Verbundenheit zu ihren null- bis 16-jährigen** Enkelkindern.
- 82 Prozent erleben **viel Freude** in ihrer Rolle als Großeltern (DJI, 2018)

Beziehungs- und Familienpanel pairfam, 2018



Beziehungen über drei Generationen verstehen

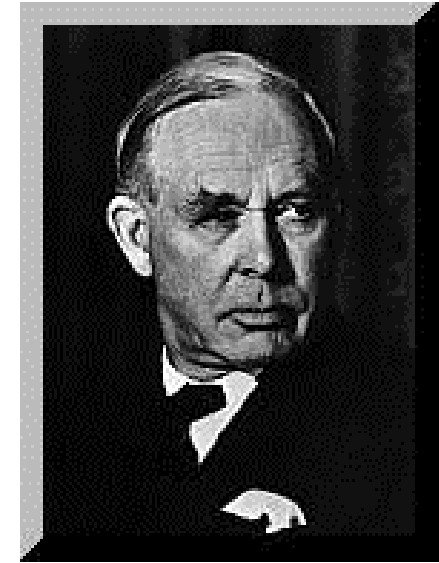
- Generell ist **eine positive Beziehung zwischen Eltern und Großeltern** eine wichtige Voraussetzung für den Aufbau einer positiven Großeltern- Enkel-Beziehung (Berk, 2005)
- Wer die Beziehung zwischen Großeltern und Enkelkindern verstehen möchte, muss die Rolle der Eltern mit einbeziehen.
- Besteht ein gutes Verhältnis zwischen Eltern und Großeltern, so **profitieren die Enkelkinder** davon

(Brandl-Knefz, 2016, DJI, 2018)



Grundbedürfnisse von Kindern

- Unterscheidung:
 - Körperliche Grundbedürfnisse
 - Psychische Grundbedürfnisse



John Bowlby

Gemeinsame Merkmale:

Neugeborene, Säuglinge und Kleinkinder sind auf Befriedigung der Grundbedürfnisse **durch ihre Umwelt** angewiesen.

Angemessene Befriedigung der Grundbedürfnisse ist Voraussetzung für **gesunde Entwicklung**.

ABER: Die Befriedigung der körperlichen Grundbedürfnisse reicht nicht aus!

Grundzüge der Bindungstheorie – John Bowlby (1969)

- Ein Säugling ist **genetisch vorprogrammiert**, im ersten Jahr eine **Bindung** an wenige Personen zu entwickeln, die stärker und erfahrener sind und die ihn schützen und versorgen können.
- Bindungsverhalten zielt darauf ab, die **Nähe** einer bevorzugten Person zu suchen, um dort **Sicherheit** zu finden.

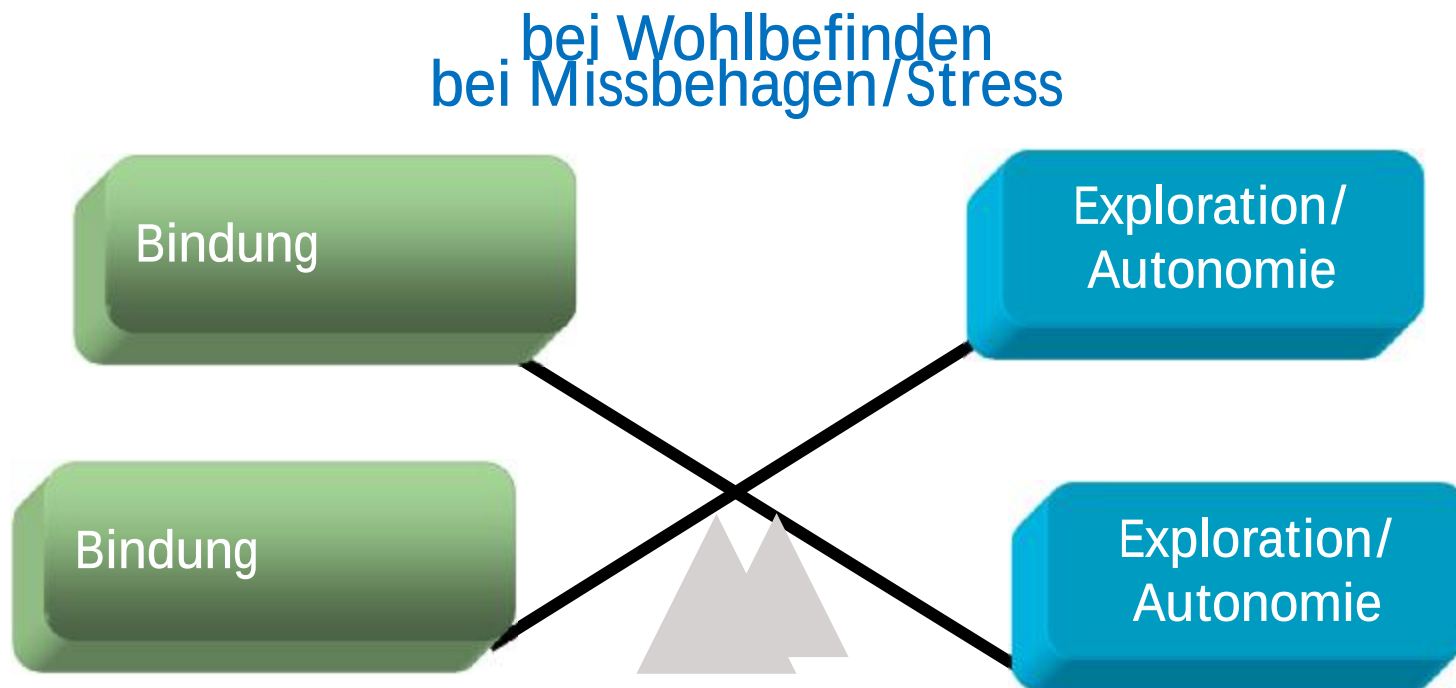


Grundzüge der Bindungstheorie –

John Bowlby (1969)

- Komplementär zum Bindungsverhaltenssystem ist das **Explorationsverhaltenssystem**.
- **Exploration** – erkunden der Umwelt ist **Lernen**!
- Beide System sind **gleichbedeutend** und **sichern das Überleben** des Kindes. Ohne Bindungssystem würde es den Schutz der Bindungsperson verlieren, ohne Exploration könnte es nicht die ebenfalls überlebenswichtigen Fähigkeiten zum Umgang mit der Umwelt erlernen
- Es kann immer nur **ein System aktiviert/“eingeschaltet“** sein

Bindung und Exploration/Autonomie



Diese Wippe gilt ein Leben lang – für alle Generationen

- Laut Bindungstheorie haben alle Menschen Zeit ihres Lebens Grundbedürfnisse nach Zugehörigkeit/Bindung und nach Autonomie
- Kinder können diese Bedürfnisse noch nicht selbst befriedigen
- Erwachsene haben eine bessere Selbstregulation, die Bedürfnisse bleiben jedoch bestehen

Das Konzept der Feinfühligkeit (Ainsworth, 1977,1978)

- Die Fähigkeit und Bereitswilligkeit der Betreuungsperson, die Mitteilungen und das Verhalten des Säuglings wahrzunehmen und richtig zu deuten, und darauf prompt und angemessen zu reagieren.
- Die Feinfühligkeit der Eltern wirkt sich neben den Temperamenteigenschaften des Kindes auf die Bindungsqualität zwischen Kind und Elternteil aus.



Feinfühligkeit bedeutet die Welt mit den Augen des Kindes (des Anderen) zu sehen

Um feinfühlig reagieren zu können, gilt es also die Signale des Kindes/des Gegenübers zu deuten.

Damit das gelingt, ist es nötig, sich in das Kind hineinzusetzen und **die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen**

– gleichzeitig aber auch **die eigene Perspektive nicht aufzugeben.**



„To put oneself in the child's shoes.....“

Beckh, Berkic & Mayer 2016

In den ersten 12-18 Monaten entwickeln Kinder sichere oder unsichere Bindungsbeziehungen zu ihren wichtigsten Bezugspersonen.

Kinder haben unterschiedliche Bindungsqualitäten zu verschiedenen Bindungspersonen und diese unterliegen einem ständigen Wandel.



Bindung wird über die Generationen weitergegeben

Nicht aus Erfahrung lernt man – sondern **dadurch** dass man über Erfahrung nachdenkt.

Es muss nicht alles bleiben, wie es ist.

Reflexion und Kommunikation sind der Schlüssel für Veränderung.



Ein familiäres Klima der offenen Kommunikation schaffen

Alle Gefühle dürfen ausgedrückt werden

Wenn insgesamt ein familiäres Klima herrscht, in dem alle Beteiligten sich sicher und wohl dabei fühlen auch emotionale Themen anzusprechen, stauen sich negative Gefühle weniger auf und brechen sich nicht in „ungünstigen Momenten“ Bahn.



Wenn Gefühle systematisch nicht verstanden oder umgedeutet werden

Wut = lächerlich



Traurigkeit =
manipulativ

Glück = hysterisch



Angst = schwach

Ein familiäres Klima der offenen Kommunikation schaffen

Die Welt (kurz) mit den Augen des Anderen sehen

Ebenso wie wir gegenüber Kleinkindern manchmal deren Perspektive einnehmen müssen, gilt das auch in Konfliktsituationen mit anderen Erwachsenen (was oft schwer sein kann).

Wenn man es aber schafft, **ab und zu einen Schritt zurück zu treten** und –nur für einen kurzen Moment - die Perspektive des Anderen einzunehmen, kann man dessen Signale oft besser verstehen. Ohne dabei den eigenen Standpunkt aufgeben zu müssen.

Ein familiäres Klima der offenen Kommunikation schaffen

Authentisch bleiben – und dadurch besser lesbar für den Anderen

Nur wer sich in seinen positiven und negativen Eigenschaften zeigt, ist auf lange Sicht gut lesbar für sein Gegenüber. Vertrauen Sie darauf, dass man Sie so akzeptiert wie Sie Sind. Wer sich zurückzieht, wer schweigt oder seine Gefühle versteckt, nimmt den Anderen die Chance, Ihr Bedürfnisse wahrzunehmen.



Bedürfnisse äußern und wahrnehmen

Eigene Bedürfnisse äußern	Bedürfnisse Anderer wahrnehmen
Können Wünsche und Bedürfnisse klar geäußert werden? (von allen Familienmitgliedern)	Zeige ich Interesse an den Anliegen und Bedürfnissen der Anderen? Kann ich gut zuhören - oder bin ich schnell genervt, abwesend?
Bleibe ich ruhig oder werde ich aggressiv, kontrollierend oder hilflos, wenn ich ein Bedürfnis äußere?	Erkenne ich, wenn jemand aus der Familie gestresst ist? Woran erkenne ich Stress oder Belastung bei Anderen? Spreche ich ihn oder sie dann von selbst an? Oder hoffe ich, dass es einfach vorüber geht?
Wie gut kann ich Angebote/Hilfe/Anfragen annehmen? Oder ist es nie genug? Oder immer zu viel bzw. immer das Falsche?	Biete ich meine Unterstützung gerne an? Kostet mich das viel Kraft? Treffe ich dabei häufig ins Schwarze oder kann ich es nie richtig machen?

Krisen und Konflikte gehören zum Leben

Es ist weder möglich noch der Anspruch,
immer perfekt auf die Gefühle von
Kindern/Enkelkindern/Anderen zu reagieren!

„Good enough ist das neue perfekt“ (Jesper Juul, 2016)

Es gibt Phasen, in denen die Bedürfnisse von
Betreuungspersonen, Generationen und Kindern weit
auseinanderklaffen

– dann kann es zu Konflikten kommen, das ist normal!

Schätzen Sie die Leistung des Anderen

Manchmal sind die Vorstellungen über Erziehung, Berufstätigkeit oder Haushalt zwischen den Generationen unterschiedlich.

Wenn man aber das Augenmerk auf das Positive lenkt und gegenseitig Wertschätzung zum Ausdruck bringt (und auch einfordert) –

dann können die Beziehungen zwischen den Generationen zum Wohle der Kinder gelingen.

(Aber Achtung: die oberste Erziehungs-Instanz sind die Eltern, diese sollten nicht in Frage gestellt werden)

Versuchen Sie die neue Rolle positiv zu nutzen

Vielleicht braucht es einige Zeit, bis sich die Rollenverteilung in der Familie neu eingestellt hat.

Definieren Sie bewusst mit an Ihrer Rolle und klären Sie mit der Elterngeneration was z.B. erlaubt ist / anders ist als zu Hause, was gar nicht geht.....

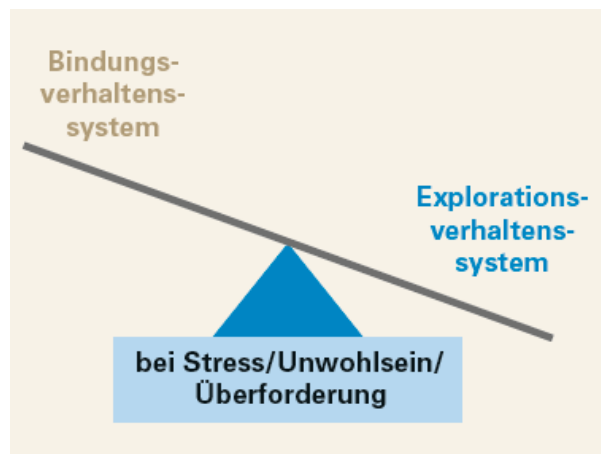
Kinder können erstaunlich gut damit umgehen, dass Großeltern zu einigen Themen andere Ansichten haben, als die eigenen Eltern.

Bindungsperson oder (nur) Spielgefährte?



Kindliche Signale richtig interpretieren

Auf welcher Seite der Wippe befindet sich das Kind gerade?

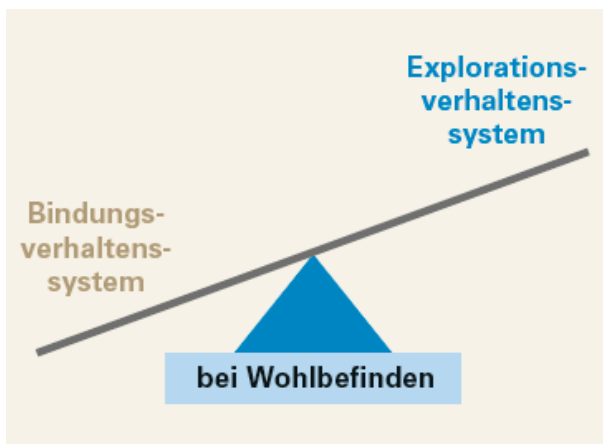


Ist das **Bindungsverhaltenssystem** des Kindes aktiviert, so braucht das Kind Nähe, Trost, Geborgenheit und Schutz.

Gleichzeitig wird es sich gegen (gut gemeinte) Unterstützungsangebote wehren, die zu mehr Exploration und Selbstständigkeit ermutigen.

Kindliche Signale richtig interpretieren

Auf welcher Seite der Wippe befindet sich das Kind gerade?



Ist das **Explorationsverhaltenssystem** aktiviert, möchte das Kind die Welt alleine entdecken.

Es wird körperliche Nähe und Unterstützung bei Aufgaben, die es selbst bewältigen möchte als Einschränkung seiner Autonomie erleben und sich dagegen wehren.





Bindung ist veränderbar und im Wandel

Statt Schuldgefühlen und Vorwürfen oder andauerndem Streit, sollten Sie die Energie darauf verwenden, die emotionale Verbindung zu den Kindern und den Enkeln aufrechtzuerhalten oder wiederherzustellen.

Verlangen Sie nicht zu viel von sich –
Feinfühligkeit ist kein Leistungssport!



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Becker-Stoll, Beckh & Berkic
(2018), Kösel Verlag

*Bindung – eine sichere Basis
fürs Leben.*