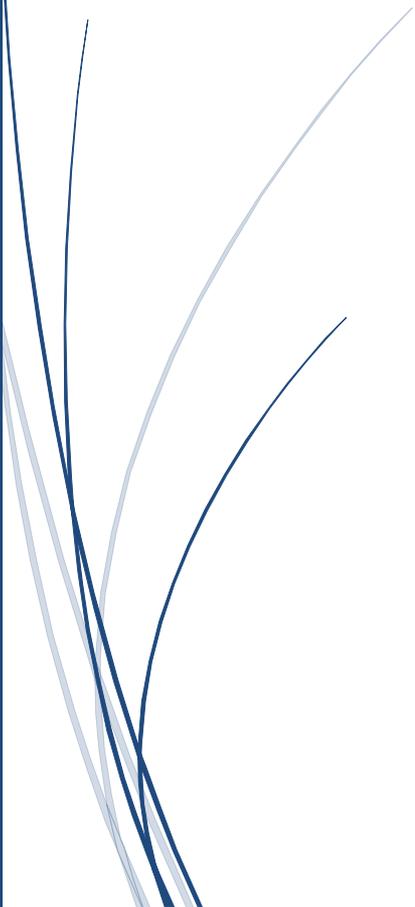




Auswirkungen von Bindungserfahrungen auf  
das eigene Erziehungsverhalten als junge  
Erwachsene und Implikationen für die sozial-  
pädagogische Familienbegleitung



Bachelor Thesis von Céline Heer (17-527-698)

Eingereicht bei Claudia Leisker im Dezember 2020

Hochschule für Soziale Arbeit

Bachelor-Studium, FHNW Olten

## Abstract

Die Bindungserfahrungen, die ein Mensch im Laufe seiner Kindheit gemacht hat, prägen die weitere Entwicklung und sind deshalb stark zu gewichten. Die zeitnahe Bedürfnisbefriedigung und liebevolle Zuwendung durch konstante Bezugspersonen dienen einem Kind als sichere Basis, aufgrund deren es seine Umwelt explorieren und sich weiterentwickeln kann. Diese Basis ist besonders in der Altersstufe von jungen Erwachsenen von Bedeutung, wenn es um das Eingehen von intimen Partnerschaften geht. Resultiert aus der Kindheit eine unsichere Basis, könnten für die betroffene Person besonders im sozialen Kontext Herausforderungen entstehen. Da das Bindungsverhalten oftmals aus den eigenen Erfahrungen übernommen wird, stellt das für das Erziehen von eigenen Kindern eine zusätzliche Herausforderung dar. In vorliegender Bachelor Thesis wird nach einer Auseinandersetzung mit den verschiedenen Bindungskategorien in der Kindheit und im Erwachsenenalter auf die sozialpädagogische Familienbegleitung eingegangen. Anschliessend wird anhand der Theorie Integration und Lebensführung thematisiert, welche Aspekte für junge Erwachsene und die Arbeit in der sozialpädagogischen Familienbegleitung von Bedeutung sind.

In einem letzten Kapitel wird folgende zentrale Fragestellung bestmöglich beantwortet:

*Welchen Herausforderungen müssen sich junge Erwachsene mit eigenen Kleinkindern und unsicherem Bindungsstatus stellen und inwiefern kann die sozialpädagogische Familienbegleitung sie darin unterstützen?*

# Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	1
2. Erkenntnisse aus der Bindungsforschung	7
2.1. Geschichtlicher Hintergrund	7
2.2. Verschiedene Bindungstypen	8
2.3. Sichere Basis und inneres Arbeitsmodell	10
2.4. Auswirkungen des Bindungsverhaltens auf die Entwicklung des Kindes	12
2.5. Weitergeben von Bindungsverhalten über Generationen	14
2.6. Fazit	15
3. Junges Erwachsenenalter	16
3.1. Entwicklungsaufgaben von jungen Erwachsenen	16
3.2. Junge Erwachsene und die Erziehung von eigenen Kindern	17
3.3. Bindung im Erwachsenenalter	19
3.4. Auswirkungen und Herausforderungen bei unsicherem Bindungsstatus	22
3.5. Fazit	24
4. Sozialpädagogische Familienbegleitung	26
4.1. Definition der sozialpädagogischen Familienbegleitung	26
4.2. Arbeitsweise der sozialpädagogischen Familienbegleitung	28
4.3. Grenzen der sozialpädagogischen Familienbegleitung	30
4.4. Fazit	31
5. Theorie Integration und Lebensführung	33
5.1. Beschreibung der Theorie Integration und Lebensführung	34
5.2. Kritische Gedanken zur Theorie	36
5.3. Wichtige Aspekte der Theorie für die sozialpädagogische Familienbegleitung	37
5.4. Herausforderungen von jungen Erwachsenen in den verschiedenen Systemen des Lebensführungssystems	39
5.5. Fazit	40
6. Schlussfolgerungen	42
6.1. Erkenntnisse und Zusammenhänge	42
6.2. Beantwortung der zentralen Fragestellung	44
6.3. Weiterführende Gedanken	46
7. Quellenverzeichnis	48

## Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Lebensführungssystem eines Menschen als bio-psycho-soziales Wesen innerhalb seiner verschiedenen Systemen (Sommerfeld et al. 2016: 59)	35
Abbildung 2: Systemmodellierung einer Problemdynamik (Sommerfeld et al. 2011: 108)	36
Abbildung 3: Ausschnitt einer möglichen Modellierung im Familiensystem einer Familie (eigene Darstellung)	38

# 1. Einleitung

Ziel dieser Bachelor Thesis ist, die Kausalität zwischen Bindungserfahrungen und eigenem Erziehungsverhalten aufzuzeigen, Anknüpfungspunkte für die sozialpädagogische Familienbegleitung zu finden und allgemeine Herausforderungen in den verschiedenen Systemen des Lebensführungssystems der jungen Erwachsenen darzustellen.

Bezüglich Bindungsforschung und Bindungstheorie sind es John Bowlby und Mary Ainsworth (vgl. u.a. Siegler et al. 2016; Langer 2008; Denker 2012), welche als Pioniere in diesem Forschungsgebiet gelten. Ab der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts wurde das Bindungsverhalten von Kleinkindern intensiver untersucht. Durch zahlreiche Forschungen, Erfahrungen und Vergleiche hat sich gezeigt, dass die ersten drei bis fünf Lebensjahre eines Kindes zentral für eine optimale Entwicklung sind. Eine intensive und beständige Beziehung zu Bezugspersonen ist in diesen ersten Lebensjahren eines Kindes deshalb besonders essenziell (vgl. Langer 2008: 32). John Bowlby nennt dabei den Begriff der «sicheren Basis» (Siegler et al. 2016: 399). Dieser sagt aus, dass es dem Säugling oder Kleinkind ein Gefühl der Sicherheit vermittelt, wenn eine vertraute Bezugsperson anwesend ist. Dieses Sicherheitsgefühl der sicheren Basis ermöglicht dem Kind, seine Umwelt eigenständig zu erforschen. Bowlby nennt vier Phasen der Bindungsentwicklung: die Vorphase der Bindung, die entstehende Bindung, die ausgeprägte Bindung und die reziproken Beziehungen (vgl. ebd.). Mit dem Durchlaufen der vier Phasen entwickelt das Kind eine starke Bindung zu seinen Bezugspersonen und erlangt ein inneres Arbeitsmodell. Dieses innere Arbeitsmodell begleitet das Kind in all seinen sozialen Beziehungen ein Leben lang (vgl. ebd.: 401). Mary Ainsworth untersuchte Bowlbys theoretische Überlegungen empirisch und trug so zu einer Erweiterung der Bindungstheorie bei. In praxisorientierten Versuchen beobachtete sie die Mutter-Kind-Bindung anhand kurzzeitigen Trennungen (vgl. Bolten 2009: 57). Durch ihre Beobachtungen konnte sie die Bindungsqualität von Kindern in der «Fremden Situation» in vier Kategorien klassifizieren. Es gibt die Kategorie A: unsicher-vermeidend gebundene Kinder, Kategorie B: sicher gebundene Kinder, Kategorie C: unsicher-ambivalent gebundene Kinder und Kategorie D: Kinder mit unsicher-desorganisiertem/desorientiertem Verhaltensmuster (vgl. ebd.: 62).

Laut Gloger-Tippelt (2016: 11) ist die Förderung der Bindungssicherheit des Kindes im Kleinkindalter so zentral, da das Bindungskonzept mit dem ihm «zugrundeliegenden Gefühlen, Erregungsabläufen, den damit verbundenen Denkstrukturen und sprachlichen Ausdrucksformen und den zugehörigen Verarbeitungs- und Abwehrprozessen die Grundlage enger emotionaler

Beziehungen» darstellt. Das Bindungskonzept stellt eine Basis für ein gesellschaftliches Zusammenleben dar (vgl. ebd.). Ebenso wirken sich die Erfahrungen im Kleinkindalter bezüglich der Bindung auf die gesamte weitere Entwicklung aus. Bowlby ist der Überzeugung, dass sich das Bindungsverhalten, aufgrund des inneren Arbeitsmodells, auf alle sozialen Beziehungen auswirkt (vgl. Siegler et al. 2016: 401). Demzufolge hätten die gemachten Bindungserfahrungen auch einen Einfluss auf die Erziehung von eigenen Kindern. Dieser Einfluss wird in folgender Bachelor Thesis genauer betrachtet. Dabei wird der Fokus auf junge Erwachsene gelegt, welche ihre eigenen Kinder erziehen. Junge Erwachsene sind besonders interessant, da sie sich zwischen zwei Lebensspannen befinden: dem Jungendalter und dem Erwachsenenalter (vgl. Schwiter 2011: 32). In welcher Altersspanne sich junge Erwachsene befinden, ist unterschiedlich definiert. Samuel, Berger und Bergman (2017: 10) sprechen dabei von einem Menschen zwischen 25 und 30 Jahren. Im schweizerischen Strafgesetzbuch (StGB) dagegen gelten Menschen bis 25-jährig als junge Erwachsene (vgl. Art. 61 Abs. 1 StGB: 2020: o.S.). Erik H. Erikson definiert junge Erwachsene nicht spezifisch nach ihrem Alter, sondern er ordnet die Phase der jungen Erwachsenen zwischen die Adoleszenz und das mittlere Erwachsenenalter ein (vgl. Flammer 2009: 101). In Folge der nicht einheitlichen Definition und zur Vereinfachung wird in dieser Bachelor Thesis bei jungen Erwachsenen von Menschen zwischen 20 – 30 Jahren gesprochen. In der Schweiz sind es 21,8% der 25 – 29-jährigen Frauen, welche mindestens ein Kind geboren haben. Bei den unter 25-jährigen Frauen sind es noch gut 5,6%, die in dieser Altersspanne ein Kind zur Welt bringen (vgl. Bundesamt für Statistik 2019: o.S.). Ein Viertel der jungen Frauen werden demzufolge während der Altersspanne der jungen Erwachsenen zu einer Mutter. Diese Statistik zeigt, dass es Sinn macht, das Erziehungsverhalten dieser Altersspanne genauer zu betrachten, da ein erheblicher Teil der jungen Erwachsenen bereits in die Erziehung von eigenen Kindern involviert sind.

Anhand der Erhebungsmethode «Adult Attachment Interview», welche von Georg, Kaplan und Main (1984, 1985, 1996) entwickelt und durch Main und Goldwyn (1998) klassifiziert wurde, ist es möglich, die mentale Bindungsrepräsentation von Erwachsenen und Jugendlichen zu analysieren (vgl. Gloger-Tippelt 2016: 93). Dabei werden frühe Erfahrungen, die eine Person mit seinen Bezugspersonen gemacht hat, mithilfe eines Interviews eruiert und deren Bedeutung im Kontext der heutigen Lebenssituation eingeschätzt (vgl. ebd.: 94). Im Jahr 2001 entstand nach George und West, in Anlehnung an das «Adult Attachment Interview» (AAI), das «Adult Attachment Projective» (AAP) (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65). Aus diesen zwei Erhebungsmethoden lassen sich die Bindungstypen, ähnlich wie bei Bowlby und Ainsworth, in Kategorien einteilen. Laut Hedervari-Heller (ebd.) ergeben sich daraus die Kategorien: sicher-autonome Bindung, unsicher-distanzierte/abweisende Bindung, unsicher-verstrickte Bindung und der unverarbeitete Bindungsstatus.

Anhand dieser Entwicklungen und Erhebungsmethoden lassen sich Rückschlüsse auf Bindungserfahrungen ziehen und deren Auswirkungen auf die Entwicklung evaluieren. Das Augenmerk, bezüglich des Bindungsverhaltens von jungen Erwachsenen, wird auf die sozialen Beziehungen gelegt, aus welchen sich Verbindungspunkte für die Erziehung von eigenen Kindern ergeben werden.

Ein weiterer wichtiger Aspekt dieser Bachelor Thesis wird die sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF) sein. Die SPF ist ein wichtiger Bestandteil des schweizerischen Sozialwesens. Sie hat zum Ziel, die Bedingungen für das Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen zu verbessern, indem sie am Familiengeschehen teilnimmt, die elterlichen Kompetenzen wertschätzt und unterstützt sowie Hilfestellungen und Beratungsgespräche leistet. Im Jahr 2015 zählte der Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz 34 Institutionen und 7 Einzelanbieter als Mitglieder (vgl. Rhyner 2017: 32).

*Sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF) ist ein aufsuchendes Angebot der Kinder- und Jugendhilfe, welches Familien bei der Bearbeitung unterschiedlichster familiärer Problemlagen unterstützt. Dabei ist der Fokus auf das Kindeswohl und die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen gerichtet.*

*(Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz o.J.: o.S.)*

Die Auswertung einer Statistik vom Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (2018: o.S.) hat ergeben, dass es in 80% der Familien mit Begleitung Erziehungsschwierigkeiten gibt. Dies lässt vermuten, dass allfällige Bindungserfahrungen aus der Kindheit der Mutter oder des Vaters ein Grund dafür sein könnten, warum dieser prozentuale Anteil so hoch ist.

Damit ersichtlich wird, in welchen Lebenssystemen sich die gemachten Bindungserfahrungen auswirken und besser verständlich wird, wie die SPF junge Erwachsene bei der Erziehung ihrer Kleinkinder unterstützen kann, wird in folgender Bachelor Thesis die Theorie Integration und Lebensführung miteinbezogen. Die Theorie Integration und Lebensführung zeichnet die Idee, dass der Mensch automatisch in Interaktion mit seiner Umwelt tritt. Diese Interaktionen folgen dabei den Gesetzmässigkeiten von selbstorganisierenden Systemen (vgl. Sommerfeld et al. 2016: 53 – 55). Laut Sommerfeld et al. (ebd.: 59) besteht das Lebensführungssystem jedes Menschen aus einem Familien-, Sozial- und Beschäftigungssystem, sowie einem professionellen Hilfesystem, dem System der Schattenwelt und dem System Kultur und Freizeit. In vorliegender Bachelor Thesis geht es unter anderem darum, die Herausforderungen für

junge Erwachsene, die ihre eigenen Kleinkinder erziehen, in Relation zum Lebensführungssystem zu setzen. Damit gelingt eine ganzheitliche Betrachtungsweise und es wird aufgezeigt, auf welche Systeme sich Bindungserfahrungen auswirken können.

Aus den Ausführungen der Einleitung ergibt sich, welche Thematiken in dieser Bachelor Thesis bearbeitet werden. Insbesondere wird dabei der Fokus auf junge Eltern gelegt, welche eigene Kinder erziehen und selbst in ihrer Kindheit keine sichere Basis bezüglich Bindung aufbauen konnten. Anhand vom Modell des Lebensführungssystems wird aufgezeigt, welchen Herausforderungen sich diese jungen Erwachsenen stellen müssen und wie sie durch die sozialpädagogische Familienbegleitung in ihrem Alltag unterstützt werden können.

Daraus lässt sich folgende Fragestellung ableiten:

*Welchen Herausforderungen müssen sich junge Erwachsene mit eigenen Kleinkindern und unsicherem Bindungsstatus stellen und inwiefern kann die sozialpädagogische Familienbegleitung sie darin unterstützen?*

Für die Beantwortung der zentralen Fragestellung werden folgende Unterfragen bearbeitet:

- Was ist Bindung?
- Was zeichnet die Lebensphase von jungen Erwachsenen aus?
- Was zeichnet sozialpädagogische Familienbegleitung aus und wo gibt es Grenzen bei der Begleitung von jungen Eltern?
- Was sind die wichtigsten Merkmale der Theorie Integration und Lebensführung und inwiefern ist die Theorie für die SPF wertvoll?
- Welchen Herausforderungen müssen sich junge Eltern in den verschiedenen Systemen des Lebensführungssystems stellen?

Professionelle der Sozialen Arbeit begleiten, unterstützen und beraten Menschen in schwierigen Lebenssituationen (vgl. Hochuli Freund/Stotz 2015: 23). Laut Berufskodex (AvenirSocial 2010: 6) ist es das Ziel und die Verpflichtung von Sozialer Arbeit, Menschen in ihrer Entwicklung «zu fördern, zu sichern oder zu stabilisieren». Die Beantwortung der Fragestellung dieser Bachelor Thesis ist dahingehend relevant für die Soziale Arbeit, da es insbesondere bei der SPF darum geht, Menschen in Problemsituationen zu begleiten und ihre Entwicklung zu fördern. Anhand der Bearbeitung dieser Fragestellung werden Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Thematiken verstanden. Das «Verstehen» ist in der Sozialen Arbeit ein bedeutender Faktor. So steht auch im Berufskodex, dass Soziale Arbeit «ihre fachlichen Erklärungen, Methoden und Vorgehensweisen, ihre Position im interdisziplinären Kontext und Deutung

ihrer gesellschaftlichen Funktion auf ihre wissenschaftlich fundierten Grundlagen» begründet (ebd.).

In folgender Bachelor Thesis wird versucht, eine Verknüpfung zwischen der Theorie und der Praxis vorzunehmen und damit einen Mehrwert für die Soziale Arbeit zu leisten. Bisherige Literaturrecherchen haben noch keine Arbeiten hervorgebracht, bei welchen diese Themen miteinander in Verbindung gesetzt wurden. Insbesondere deshalb wird es interessant sein, Erkenntnisse aus der Bindungsforschung und der Theorie des Lebensführungssystems mit der Praxis – dem Erziehen von eigenen Kleinkindern als junge Erwachsene – zu verknüpfen und damit Anknüpfungspunkte und Handlungsempfehlungen für die SPF herauszuarbeiten. Dabei muss beachtet werden, dass diese Bachelor Thesis nur erste Ideen hervorbringen wird, wie SPF diese jungen Erwachsenen unterstützen kann. Konkrete Handlungsanweisungen zu formulieren würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen.

Besonders für die SPF hat diese Bachelor Thesis Relevanz, denn sie sorgt für eine ganzheitliche Betrachtungsweise und Multiperspektivität. Die SPF bildet ein Teilgebiet von Sozialer Arbeit. Das Modell des Lebensführungssystems nach Sommerfeld et al. (2016) hat in der Ausbildung an Fachhochschulen für Soziale Arbeit ebenfalls einen hohen Stellenwert. Deshalb wird es besonders interessant sein aufzuzeigen, welchen Herausforderungen sich ein junger Vater oder eine junge Mutter mit eigenen Kindern in den einzelnen Systemen stellen muss und wie SPF diese jungen Menschen darin begleiten und unterstützen kann. Ausserdem wird so festgestellt, welche Auswirkungen Bindungserfahrungen haben und wie die Vererbung von Bindungsverhalten durchbrochen werden kann. Dies ist für die Soziale Arbeit von Vorteil, da damit allenfalls zukünftige Klienten und Klientinnen präventiv unterstützt werden können. Der Aspekt der Prävention steht aber nicht im Zentrum der Arbeit. In erster Linie geht es darum, dass Zusammenhänge verstanden werden, da das Verstehen in der Sozialen Arbeit als sehr essenziell gilt. Das Erkenntnisinteresse folgender Bachelor Thesis liegt darin, die Zusammenhänge zwischen dem Erziehungsverhalten von jungen Erwachsenen mit eigenen Kleinkindern und den Bindungserfahrungen, welche sie selbst gemacht haben, aufzuzeigen. Zudem soll erläutert werden, welchen Herausforderungen sich diese jungen Erwachsenen auch in anderen Systemen (als im Familiensystem) stellen müssen und wie SPF dabei Hilfestellungen bieten kann.

In dieser Bachelor Thesis wird zu Beginn eines Kapitels immer darauf hingewiesen, welche Unterfragen im nachfolgenden Kapitel bearbeitet werden. Am Ende des Kapitels wird in einem separaten Unterkapitel (Fazit) zu den Unterfragen Stellung bezogen.

Im Schlussteil wird dann die zentrale Fragestellung beantwortet. Im Fazit wird stets Bezug auf die Erkenntnisse der vorangegangenen Ausführungen genommen. Zugunsten der Lesbarkeit wird dabei auf eine erneute Nennung der Quellen verzichtet. Es werden lediglich neue Quellen genannt, die bisher noch nicht verwendet wurden.

Nach der Einleitung wird im ersten Teil auf die Bindungsforschung eingegangen. Dabei werden die grundlegendsten Entwicklungen der Forschung dargelegt und die verschiedenen Bindungstypen beschrieben. Dies ist für das Verständnis der weiterführenden Arbeit von grossem Wert. Anschliessend wird in einem nächsten Kapitel die Altersspanne der jungen Erwachsenen thematisiert. Es werden Entwicklungsaufgaben beschrieben, welchen sie sich stellen müssen. Dabei wird auch auf die Erziehung von eigenen Kleinkindern eingegangen. Zudem wird eine Verknüpfung zur Bindungsforschung hergestellt, in dem auf die Bindung im Erwachsenenalter eingegangen wird. Das Kapitel endet indem aufgezeigt wird, welchen Herausforderungen sich junge Erwachsene im Bezug zu eigenen Bindungserfahrungen stellen müssen. Danach wird in einem neuen Kapitel die sozialpädagogische Familienbegleitung beschrieben und erörtert. Dabei wird in einem ersten Teil erläutert, was SPF ist und wie die Arbeit in der Praxis aussieht. Es wird auch aufgezeigt, was SPF leisten kann und wo ihre Grenzen liegen. Als weiteres Kapitel wird die Theorie Integration und Lebensführung mitsamt des Lebensführungssystems behandelt. Darin geht es zuerst um eine kurze Beschreibung der Theorie mit den wichtigsten Grundlagen, damit anschliessend die zentralsten Aspekte für die sozialpädagogische Familienbegleitung hervorgehoben werden können. Abschliessend wird in diesem Kapitel dargelegt, welche Herausforderungen sich aus dem Lebensführungssystem für junge Erwachsene ergeben. In den Schlussfolgerungen wird schlussendlich die zentrale Fragestellung beantwortet, sowie Erkenntnisse zusammengefasst und weiterführende Gedanken diskutiert.

Zur Literaturlauswahl lässt sich sagen, dass die Autorin deutschsprachige Literatur verwendet und sich bezüglich der Quellen von sozialpädagogischer Familienbegleitung besonders auf die Schweiz konzentriert. Der Fokus wird zudem auf das Bindungsverhalten von jungen Erwachsenen gelegt. Das heisst, es wird mehrheitlich Literatur verwendet, welche jene Altersstufe behandelt. Für das Lebensführungssystem werden Literaturen verwendet, welche auch zu Ausbildungszwecken von der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW zur Verfügung gestellt werden.

## 2. Erkenntnisse aus der Bindungsforschung

Vor vielen Jahrzehnten bestand die Lebensphase eines Kindes noch nicht aus der «Kindheit», wie wir sie heute kennen. Kinder galten als Besitz ihres Vaters. Sie hatten keine enge Bindung zu ihren Eltern, geschweige denn zu anderen Bezugspersonen (vgl. Biesel/Urban-Stahl 2018: 51). Das Wissen und Verständnis um die Bedeutsamkeit der Kindheit entstand erst Jahre später. Damit einher gewann das Thema Bindung in der Forschung an Wichtigkeit.

Im nachfolgenden Kapitel wird die Thematik zuerst geschichtlich eingeordnet. Anschliessend werden die wichtigsten Ergebnisse zur Bindungsforschung erläutert, um damit einen Überblick über das Thema zu verschaffen. Zuletzt werden die Auswirkungen von Bindungserfahrungen und das Weitergeben über Generationen dargestellt.

### 2.1. Geschichtlicher Hintergrund

Bis vor ungefähr 100 Jahren war der Menschheit noch nicht bewusst, dass eine Trennung zwischen Kind und Bezugspersonen keineswegs so unbedeutend ist, wie bis dahin angenommen. Erst im Laufe des 20. Jahrhunderts begannen sich die Menschen konkret mit dem Thema Bindung und dessen Auswirkungen zu befassen. John Bowlby legte mit der von ihm im Jahre 1944 veröffentlichten Statistik mit dem Titel «Forty-Four Juvenile Thieves» (auf Deutsch: 44 jugendliche Diebe) einen Grundstein zur Erforschung von Bindung und animierte mit diesem und seinen nachfolgenden Werken viele Menschen dazu, sich ebenfalls mit diesem Fachgebiet zu befassen (vgl. Schleiffer 2015: 17 – 18). Bowlby beschäftigte sich ab den 1940er Jahre zunächst mit den Folgen, welche die Trennung zwischen Mutter und Kind, zum Beispiel aufgrund eines Krankenhausaufenthalts, bewirkten. In den darauffolgenden Jahren fokussierte er seine Arbeit verstärkt auf das Thema Bindung und erlangte insbesondere an Popularität, als er für die Weltgesundheitsorganisation (WHO) einen Bericht darüber verfasste (vgl. Endres 2016: 7). Laut Endres (ebd.) ist es Bowlbys Forschungen zu verdanken, dass in vielen Institutionen ab diesem Zeitpunkt vermehrt Wert auf bessere Bedingungen bei einer Trennung von Mutter und Kind gelegt worden ist. Durch Bowlbys Forschungen und Veröffentlichungen wurde zunehmend ein Bewusstsein dafür geschaffen, sensibel und empathisch mit solchen Trennungssituationen umzugehen.

Wird von den Anfängen der Bindungsforschung und dessen Begründern und Begründerinnen gesprochen, darf der Name Mary Ainsworth unter keinen Umständen fehlen. Sie war es, die

neben Bowlby die Bindungsforschung geprägt und weiterentwickelt hat. Ainsworth war zunächst eine Studentin von Bowlby. Sie arbeitete seit den 1950er Jahre mit ihm zusammen (vgl. Siegler et al. 2016: 401). Am bekanntesten sind ihre Beobachtungen im Setting der «Fremden Situation». Dabei spielt das Kind mit einer seiner Bezugspersonen im Spielzimmer eines Labors. Während des Experiments wird das Kind zweimal räumlich von seiner Bezugsperson getrennt, wieder mit ihr zusammengeführt und zweimal mit einer fremden Person konfrontiert. Einmal in Anwesenheit der Bezugsperson, das andere Mal ohne. Das Verhalten, insbesondere die Interaktion mit der Bezugsperson und der fremden Person wird während des ganzen Experimentes beobachtet. Ainsworth ist es dadurch gelungen, drei unterschiedliche Verhaltensmuster herauszuarbeiten. Diese drei Verhaltensmuster unterscheiden sich jeweils im Bindungsverhalten (vgl. ebd.). Sie unterschied die sichere, die unsicher-gebundene und die unsicher-ambivalente Bindung (vgl. ebd.: 401 - 402). Bowlby und Ainsworth sind verantwortlich dafür, dass die dargelegte Wichtigkeit von Bindung zwischen dem Kind und seinen Bezugspersonen Gehör gefunden hat. Aufgrund ihrer Arbeit kam es zu vielen weiteren Forschungen. So waren es unter anderem Lauretta Bender (1941, 1947), William Goldfarb (1943), René Spitz (1945, 1946), und viele mehr, welche sich der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung und deren Beeinflussung durch die mütterliche Trennung (oder die Trennung durch andere Bezugspersonen) widmeten (vgl. Bowlby 2018: 16). In der heutigen Zeit sind es ebenfalls die Arbeiten von Bowlby und Ainsworth, von denen in Ausbildungsstätten gesprochen wird, wenn es um das Thema Bindung geht.

Zu Beginn der Forschungen wurde insbesondere der Bindung zwischen Mutter und Kind Beachtung geschenkt. Das mütterliche Verhalten dem Kind gegenüber und deren Interaktion konnte laut Bowlby (2018: 9) aber auch auf den Vater übertragen werden. So wurde die Bindung zwischen Vater und Kind mit den Jahren ebenfalls vermehrt in die Forschung miteinbezogen. Ein Erklärungsansatz dafür, warum zuerst nur die Bindung zur Mutter als bedeutsam erachtet wurde, liegt in der Tatsache, dass in der Mitte des 20. Jahrhunderts vorwiegend die Frauen für die Kindererziehung zuständig waren.

## **2.2. Verschiedene Bindungstypen**

Wie bereits erwähnt ist es Ainsworth anhand ihrer Beobachtungen in der «Fremden Situation» gelungen, drei verschiedene Bindungstypen herauszuarbeiten. Forscher fanden anhand Ainsworths ursprünglichen Arbeiten mit der «Fremden Situation» heraus, dass sich die Verhaltensweisen einiger Kinder nicht einer der drei organisierten Bindungstypen zuordnen liessen. Dieser kleine Anteil der Kinder schien keine Stressbewältigungsstrategie zu besitzen und wirkte

dadurch desorganisiert und desorientiert (vgl. Siegler et al. 2016: 403). Aufgrund dessen kam einige Zeit später der vierte Bindungstyp dazu: der nicht organisierte Bindungsstatus.

❖ Sichere Bindung:

Kinder mit diesem Bindungstyp wissen, dass sie sich auf ihre Bezugspersonen verlassen können und diese immer für sie da sind, wenn sie gebraucht werden. Denn ihre Bezugspersonen reagierten bisher feinfühlig und empathisch auf die kindlichen Signale und es erfuhren durch sie Liebe und Geborgenheit. Die Bezugspersonen geben dem Kind den erforderlichen Rückhalt und stehen ihm emotional zur Seite (vgl. Bowlby 2018: 101). Sicher gebundene Kinder zeigen ihre Gefühle und ihr Bindungsverhalten sehr offen. Sie zeigen dementsprechend ihren Unmut, wenn sie von ihren Bezugspersonen getrennt werden, freuen sich aber umso mehr über die Wiedervereinigung (vgl. Hedervari-Heller 2012: 61). Laut Siegler et al. (2016: 402) können die Kinder mit einer sicher gebundenen Bindung ihre Bezugspersonen als sichere Basis nutzen um ihre Umwelt zu explorieren und zu erforschen.

❖ Unsicher-ambivalente Bindung:

Kinder mit unsicher-ambivalenter Bindung wissen nicht genau, ob und wann sie sich auf ihre Bezugspersonen verlassen können. Sie leben in Ungewissheit. Diese Kinder entwickeln dadurch Trennungsängste und weisen nicht denselben Drang zur Umweltexploration auf wie Kinder mit sicherer Bindung (vgl. Bowlby 2018: 101). Sie zeigen sehr ambivalentes Verhalten. Einerseits pflegen sie gerne nahen Kontakt zu Bezugspersonen, andererseits weisen sie die Nähe aber auch ab und reagieren verärgert. Bezugspersonen von Kindern mit diesem Bindungstyp gelingt es oftmals nicht, das Kind zu beruhigen. Das Kind selbst verhält sich passiv und wirkt häufig wütend (vgl. Hedervari-Heller 2012: 62). Da sie sich nicht auf ihre Bezugspersonen verlassen können, reagieren diese Kinder mit Anklammerung und Anhänglichkeit. Sie versuchen so, die Nähe zu ihren Bezugspersonen zu sichern.

❖ Unsicher-vermeidende Bindung:

Kinder mit diesem Bindungstyp wissen, dass sie von ihren Bezugspersonen keinen emotionalen und sozialen Beistand erwarten können. Sie erfahren von ihnen Ablehnung (vgl. Bowlby 2018: 101). Diese Kinder zeigen kein offenes Bindungsverhalten. Laut Hedervari-Heller (2012: 61) vermeiden sie den aktiven Kontakt und die Nähe zu Bezugspersonen. Bei einer Trennungssituation reagieren sie nicht, sondern spielen unbeirrt weiter. Erlebt ein Kind mit unsicher-vermeidender Bindung eine Situation welche Stress auslöst, reagiert es nicht mit sichtbarem Verhalten. Es unterdrückt seine Gefühle (vgl. ebd.). Für einen Laien

könnte das missverständlich den Eindruck erwecken, dass dieses Kind bereits sehr selbstständig unterwegs ist und diese Stresssituation «im Griff» hat. Doch tatsächlich ist es so, dass man sich bei Kindern, die in einer solchen Situation nicht mit sichtbarem Verhalten reagieren, mehr Sorgen machen sollte als bei jenen, die mit Weinen und Schreien reagieren. Diese Aussage wird durch Hedervari-Heller (ebd.: 61 – 62) bestätigt. Sie erklärt dieses «nicht reagieren» in Stresssituation damit, dass das Kind mit unsicher-vermeidendem Bindungsverhalten bereits früh gelernt hat, mit solchen Situationen allein fertig zu werden. Das Vermeidungsverhalten gilt dabei «als eine wichtige Abwehrmassnahme, um einer eventuellen Zurückweisung seitens der Bindungsperson zu entgehen» (ebd.).

❖ Nicht organisierter Bindungsstatus:

Bezugspersonen sind für ein Kind eine wichtige Basis, welche ihm Sicherheit und Schutz bietet. Sie stärken dem Kind den Rücken, ermutigen es und sind da, wenn es Unterstützung braucht. So wird auch die Bindung zwischen dem Kind und den Bezugspersonen gestärkt. Kinder mit einem desorganisierten Bindungsstatus können nicht auf ihre Bezugspersonen als sichere Basis zurückgreifen. Dies häufig aufgrund von traumatischen Erfahrungen, die es erleben musste. Diese Kinder verhalten sich nicht nach einem Muster wie es bei den drei Bindungstypen beschrieben wird (vgl. ebd.: 62). In der «Fremden Situation» von Mary Ainsworth kann sich ein Kind mit desorganisiertem Bindungsstatus weder durch Spielen ablenken, noch kommt es zur Annäherung mit seiner Bezugsperson. Bei der Trennung von dieser Person wird keine Bewältigungsstrategie sichtbar, da es über keine verfügt. Die Wiedervereinigung läuft nicht wie bei einem der drei organisierten Bindungsstatus ab, sondern es kommt zu sehr widersprüchlichen Verhaltensweisen (vgl. Seel/Hanke 2015: 423, Siegler et al. 2016: 403).

### 2.3. Sichere Basis und inneres Arbeitsmodell

Der Säugling hat die angeborene Fähigkeit, die Nähe seiner Bezugsperson zu suchen (vgl. Enders 2016: 7). Falls er ein Bedürfnis verspürt, sei es z.B. Hunger, Müdigkeit, Unwohlsein oder Unzufriedenheit, macht er anhand von Bindungsverhaltensmuster auf sich aufmerksam. Beispielsweise äussert er sich durch Weinen, Klammern oder Schreien. Durch dieses Verhalten soll die gewünschte Nähe zur Bezugsperson wiederhergestellt werden. Diese angeborene Fähigkeit stellt ein wichtiges Grundelement dar, welches Auswirkungen bis ins hohe Erwachsenenalter hat (vgl. Bowlby 2018: 98). Für einen Säugling sind diese Bindungsverhaltensmuster essenziell, denn nur so ist es ihm in seinem aktuellen Entwicklungsstand möglich, auf sich

aufmerksam zu machen. Durch das kontinuierliche und zeitnahe Befriedigen der Bedürfnisse des Säuglings wird die Bindung zur Bezugsperson gestärkt, woraus resultiert, dass diese Person für ihn zu einer sicheren Basis wird (vgl. Bowlby 2018: 10).

Laut Fremmer-Bombik (2011: 109) formt sich das Kind im ersten halben Lebensjahr ein eigenes Bild von seinen Bezugspersonen. Aufgrund dessen ist es ungefähr ab der zweiten Hälfte seines ersten Lebensjahres in der Lage, gezielt nach ihnen zu suchen, wenn diese nicht anwesend sind. Mit dieser neuen Fähigkeit tritt nun aber auch seelischer Schmerz bei Trennungssituationen auf. Das bedeutet, das Kind merkt und spürt, wenn sich eine Bezugsperson, wenn auch nur ganz kurz, von ihm verabschiedet. Piaget beschreibt dieses Verhalten als «Objektpermanenz» (vgl. Seel/Hanke 2015: 357). Demzufolge lernen Kinder ab ungefähr halbjährig, dass «Objekte [und Menschen] nicht zu existieren aufhören, wenn sie plötzlich aus dem direkten Beobachtungsbereich verschwinden» (ebd.). Kinder die wissen, dass die Bezugsperson existiert obwohl kein sichtbarer Kontakt besteht, verspüren Trauer bei Abwesenheit der Bezugsperson. Bei der Wiedervereinigung ist jedoch auch die Freude umso grösser (vgl. Helder-Heller 2012: 61). Das Kind macht im Laufe seiner ersten Lebensjahre bedeutsame kognitive Fortschritte, welche grosse Auswirkungen auf das Bindungsverhalten zwischen Kind und Bezugspersonen haben. Es lassen sich aber auch Ansätze in anderen Entwicklungstheorien finden, welche auf Parallelen zur Bindungstheorie hinweisen, wie nachfolgend beschrieben wird.

Die Bindung zwischen Kind und dessen Bezugspersonen und somit das Vorhandensein einer sicheren Basis stellt eine Grundlage dar, von wo aus das Kind auf Entdeckungsreise gehen kann (vgl. Bowlby 2018: 9). Das Kind fühlt sich durch die Gewissheit, dass es bei seinen Bezugspersonen immer Geborgenheit und Wärme bekommt, gestärkt und ist somit fähig, seine Umwelt zu explorieren. Dies lässt sich mit der ersten Stufe des von H. Erikson konzipierten Modells der psychosozialen Entwicklung vergleichen: Urvertrauen gegen Urmisstrauen. Diese Entwicklungsstufe findet im ersten Lebensjahr statt. Laut Flammer (2009: 96) entsteht Urvertrauen, wenn ein Kind die Erfahrung macht, dass seine persönlichen Bedürfnisse von seiner Umwelt wahr- und ernstgenommen werden. Wenn beispielsweise die Mutter ihr weinendes Kind hochnimmt und es tröstet oder stillt, wenn es hungrig ist, wird dieses Urvertrauen gestärkt und gefördert. Es lässt sich also feststellen, dass durch die Bedürfnisbefriedigung die Bindung zwischen Kind und dessen Bezugspersonen, wie auch das Urvertrauen des Kindes, gestärkt werden. Durch positive Bindungserfahrungen erhält das Kind Vertrauen in sein nahes Umfeld und kann so seine Umwelt mit voller Neugier explorieren und erforschen.

Ein Kind entwickelt durch die Bindungserfahrungen, die es mit seinen Bezugspersonen gemacht hat, eine innere Repräsentation von Bindung (vgl. Fremmer-Bombik 2011: 109). Bowlby nennt dies das «Innere Arbeitsmodell» (vgl. Siegler et al. 2016: 401). Durch dieses Arbeitsmodell ist das Kind in der Lage, Ereignisse wahrzunehmen und sich zukünftige Geschehnisse vorzustellen. Es verinnerlicht gewisse Regeln, welche ihm für «die Ausrichtung von Verhalten und die Einschätzung von Erfahrungen» helfen (Fremmer-Bombik 2011: 109). Das Kind ist also schon früh dazu fähig, verschiedenste Ereignisse mental durchzuspielen und deren Ausgang zu bewerten.

## **2.4. Auswirkungen des Bindungsverhaltens auf die Entwicklung des Kindes**

Bowlby nennt in seinem Werk «Frühe Bindung und kindliche Entwicklung» (Titel der Originalausgabe: *Child Care and the Growth of Love*) einige Gründe für die Entstehung von Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern. Ein Grund kann die Trennung von der Mutter in jungen Jahren sein, beispielsweise durch einen Spital- oder Heimaufenthalt. Diesen Kindern wird nachgesagt, dass sie keine echten Beziehungen pflegen, sich empathielos verhalten und ihre Kommunikation nur oberflächlich sei. Dies sei darauf zurück zu führen, dass sie im Kleinkindalter keine Möglichkeiten gehabt haben, eine liebevolle Beziehung zu Bezugspersonen aufzubauen. Aufgrund dessen sind sie nur teilweise dazu in der Lage, eine emotionale Beziehung zu anderen Menschen zu pflegen (vgl. Bowlby 2016: 29 – 31). Diese Kinder konnten keine oder nur wenige positive Bindungserfahrungen machen und sind deshalb nicht in der Lage, eine innige Beziehung zu führen und zu pflegen oder sich auf andere Menschen einzustellen. Dies äussert sich an ihren oberflächlichen Verhaltensweisen. Bowlby (ebd.: 31 – 32) nennt «die Unfähigkeit des Kindes zu menschlichen Beziehungen als des zentralen Faktors (...), von dem alle anderen Störungen ausgehen (...).» Diese Unfähigkeit, menschliche Beziehungen zu pflegen, sieht Bowlby als Ausgangspunkt für weitere Beeinträchtigungen, welche sich aus einem unsicheren oder desorganisierten Bindungsverhalten ergeben.

Die Trennung von der Mutter über einen längeren Zeitpunkt hinaus bedeutet aber keineswegs, dass das Kind keine Chance mehr hat, eine sichere Bindung zu Bezugspersonen herzustellen. Der Kindsvater oder aber auch andere Personen können für ein Kind ebenso eine sichere Basis darstellen, wenn die Beziehung durch gemeinsame positive Bindungserfahrungen verstärkt worden ist (vgl. Bowlby 2018: 9). Das bedeutet, wenn beispielsweise grösstenteils die

Grossmutter eines Kindes für dessen Betreuung zuständig ist sowie dessen Bedürfnisse zeitnah befriedigend gestillt werden, wird das Kind eine sichere Bindung zu ihr aufbauen und diese als sichere Basis ansehen.

Dass Bezugspersonen für einen Menschen im ganzen Leben eine grosse Rolle spielen lässt sich nicht abstreiten. Je älter ein Kind wird, desto mehr kann es sich eigenständig entwickeln und sich abnabeln. Dies setzt laut Bowlby (ebd.: 9 – 10) das Wissen um Verlässlichkeit voraus. Eine ausgeprägte Bindung zu Bezugspersonen beinhaltet auch, dass eine sichere Basis vorhanden ist, welche das Kind dazu befähigt, seine Umwelt zu entdecken und zu erforschen. Diese Umweltextploration findet jedoch nicht nur im Kleinkindalter und Kindesalter statt, sondern auch später in der Adoleszenzphase und im Erwachsenenalter. Die sichere Basis bildet somit eine «unverzichtbare Voraussetzung, um das Leben optimal bewältigen und psychisch gesund bleiben zu können» (ebd.: 99).

*Die wichtigsten Einflüsse auf dem Weg, den die Entwicklung des Bindungsverhaltens einer Person nimmt, und auf die Art und Weise, wie ihr Bindungsverhalten organisiert wird, sind die Erfahrungen der Person mit ihren Bindungspersonen, die sie während der Jahre der Unreife macht – während der Säuglingszeit, Kindheit und im Jugendalter. (Bowlby 1980, 2006 zit. nach Grossmann/Grossmann 2012: 651)*

Laut Grossmann und Grossmann (2012: 656) spielen Bindungserfahrungen, die ein Kind in seinen ersten Lebensjahren gemacht hat, für seine weitere Entwicklung eine grosse Rolle. Positive Erfahrungen helfen dem sechsjährigen Kind beispielsweise soziale Beziehungen ausserhalb der Familie aufzubauen. Mit ungefähr zehn Jahren entwickelt das Kind eigene Werte, welche von gemachten Bindungserfahrungen mit Bezugspersonen beeinflusst werden (vgl. ebd.). Durch die sichere Bindung zu seinen Bezugspersonen fühlt sich das Kind wertgeschätzt und respektiert. Dies wird mit Sicherheit einen positiven Einfluss auf die Entwicklung der eigenen Wertebasis haben, da diese Erfahrungen als positiv bewertet werden. Im Jugendalter nabeln sich die Jugendlichen langsam von den familiären Bezugspersonen ab. Peerfreundschaften werden als wertvoll angesehen. Es geht nun darum, eine eigene Identität aufzubauen, Autonomie auszuleben und Freundschaftsbeziehungen zu pflegen und zu gestalten. Bei jungen Erwachsenen treten Liebesbeziehungen mehr in den Vordergrund. Sie reflektieren ihre eigenen Bindungserfahrungen und können aufgrund einer sicheren Basis neue, vertrauensvolle und positive Beziehungen eingehen (vgl. ebd.).

## 2.5. Weitergeben von Bindungsverhalten über Generationen

Anhand einer Langzeitstudie an Hoch-Risiko-Familien stellte Egeland (2010: 317 – 318) fest, dass 40% der von seinem Forschungsteam untersuchten Müttern, die als Kinder Opfer von Misshandlungen in Form von körperlicher Misshandlung oder Vernachlässigung geworden sind, ihre Kinder ebenfalls misshandeln oder vernachlässigen. Dies deutet daraufhin, dass gewisse Verhaltensweisen über Generation hinweg bestehen und weitergegeben werden können. Viele schaffen es jedoch auch, diesen Kreis zu durchbrechen. Laut Egeland (ebd.) kann es misshandelten Müttern zum Beispiel mithilfe einer stabilen und unterstützenden Partnerschaft gelingen, diese Verhaltensmuster zu verändern.

In jeder Entwicklungsphase ist es einem Menschen möglich, sich bewusst oder unbewusst zu verändern und dadurch konditioniertes Verhalten abzuändern. Somit ist es naheliegend, dass dies auch bei erlerntem Bindungsverhalten möglich ist. Beispielsweise kann ein Mensch, mit dem in seiner Kindheit nicht offen über Gefühle gesprochen wurde, den Umgang mit negativen und positiven Gefühlen üben, indem er häufig mit ihm nahestehenden Menschen über seine Gefühle spricht. Dieser Lernprozess ist jedoch mit grossem Aufwand verbunden und läuft nicht mehr so automatisch ab, wie dies in der Kindheit der Fall ist (vgl. Grossmann/Grossmann 2012: 578). Das zeigt aber auch, dass die Einstufung in einen der Bindungstypen nicht über das ganze Leben bestehen bleiben muss. Auch durch Selbstreflexion ist es möglich, sein Verhalten zu steuern.

Anhand von Bindungserfahrungen, welche ein Kind in seinen ersten Lebensjahren macht, entwickelt es ein inneres Arbeitsmodell von Bindung. Wird dieses Kind als erwachsene Person selbst zu einem Elternteil, werden «bewusste und unbewusste Konzepte (re-)aktiviert, die sich auf das Verhalten, Denken und Fühlen (...) auswirken. Diese Konzepte bestehen zu einem grossen Teil aus eigenen, als Kind erlebten Beziehungserfahrungen mit Bindungspersonen» (Cierpka et al. 2012: 118). Die Idealvorstellung, wie ein Elternteil das eigene Kind erziehen möchte wird massgeblich von den selbst erlebten Erfahrungen beeinflusst. Laut Cierpka et al. (ebd.) haben die eigenen Eltern einen gewissen Modellcharakter. Entweder werden die eigenen Eltern mit deren Erziehungsstil und Bindungsverhalten als Vorbild gesehen oder das Gegenteil ist der Fall und das Kind möchte als Vater oder Mutter alles anders machen als es die eigenen Eltern gemacht haben.

## 2.6. Fazit

Die Bindungsforschung hat bereits eine lange Geschichte hinter sich. Aufgrund ihrer Erkenntnisse, und insbesondere auch durch die Arbeiten von Bowlby, Ainsworth und Co, wurde die Bedeutsamkeit der Thematik erkannt. Die Bindungsforschung erlebte dadurch einen Aufschwung. Seit einigen Jahren wird nun ebenfalls die Erwachsenenbindung vermehrt erforscht. Es wurde ersichtlich, dass die Bindungserfahrungen, die ein Kind in seiner Kindheit mit seinen Bezugspersonen macht, einen erheblichen Einfluss auf die weitere Entwicklung haben. Dieser Einfluss reicht weit bis ins Erwachsenenalter. Sei es beim Knüpfen von neuen Kontakten oder beim Gründen einer eigenen Familie. Bindung ist das ganze Leben lang von Bedeutung. Aufgrund dessen ist es wichtig, dass diese Erkenntnis stets präsent ist. Dabei ist wissenswert, dass ein erlerntes Bindungsverhalten nicht lebenslang bestehen bleiben muss. Jedes Verhalten kann erlernt und wieder verlernt werden. Durch interne sowie externe Ressourcen kann ein Mensch seine inneren Arbeitsmodelle von Bindung verändern und so sein Verhalten steuern. Der Erziehungsstil bei Kleinkindern wird durch die eigenen Eltern und deren Erziehungsstil beeinflusst (vgl. Bowlby 2018: 3). Das bedeutet, dass wir häufig so erziehen, wie wir erzogen worden sind. Auch das macht deutlich, dass die Bindungserfahrungen sehr prägend sind und einige Verhaltensweisen zum Teil sogar an die eigenen Kinder weitergegeben werden.

### 3. Junges Erwachsenenalter

Junge Erwachsene haben gerade die Pubertät und die Adoleszenzphase hinter sich und sind nun optimalerweise dazu bereit, in ein eigenständiges Leben zu starten. Es gibt viele verschiedene neue Situationen, denen sich ein junger Erwachsener oder eine junge Erwachsene stellen müssen. Dies können banale Dinge sein, wie für sich allein zu kochen, den eigenen Haushalt zu führen oder das Auto in die Werkstatt zu bringen. Es gibt aber auch Situationen, die mehr abverlangen und die, je nachdem welche Entwicklungen und Herausforderungen die junge erwachsene Person durchgemacht hat, einfacher oder schwieriger zu meistern sind. In dieser Altersspanne spielen intime Beziehungen eine grosse Rolle. Häufig wird zusammengezogen und später eine Familie gegründet. Mit dieser neuen Lebenssituation gilt es erst einmal klar zu kommen und sich darin zu orientieren.

Das nachfolgende Kapitel beschäftigt sich mit der Frage, was die Lebensphase von jungen Erwachsenen auszeichnet und was diese Lebensphase mit den Bindungserfahrungen aus der Kindheit zu tun hat.

#### 3.1. Entwicklungsaufgaben von jungen Erwachsenen

Junge Erwachsene befinden sich in einer Übergangsphase zwischen dem Jugend- und dem Erwachsenenalter. Oftmals sind die Frauen und Männer im jungen Erwachsenenalter noch mitten in ihrer Ausbildung oder orientieren sich im Erwerbsleben bereits wieder neu. Wenn eigener Wohnraum vorhanden ist, gilt es zudem, die Ausbildung oder das Erwerbsleben damit zu vereinen, sprich die Finanzierung zu regeln und den Haushalt selbstständig zu stemmen. Die Herkunftsfamilie hat dabei häufig noch eine grosse Bedeutung, da sie beispielsweise in Form von sozialen oder finanziellen Mitteln Unterstützung bietet (vgl. Raithelhuber 2008: 154). Im besten Fall konnten sich junge Erwachsene als Jugendliche in der Pubertät mit verschiedenen Identitäten auseinandersetzen, hatten Raum sich auszuprobieren und können nun mit einer gefestigten Identität in einen neuen Lebensabschnitt starten. Es gilt aber, sich erst einmal mit dieser neuen Rolle auseinanderzusetzen. Die jungen Menschen werden finanziell unabhängig, gestalten sich ein eigenes wohnliches Reich und gehen tragfeste Beziehungen und Partnerschaften ein. Beim Eingehen von partnerschaftlichen Beziehungen spielt das Thema Bindung eine zentrale Rolle. Wenn eine Person im Kindes- und Jugendalter stets eine sichere Bindung zu den eigenen Bezugspersonen hatte, bestand immer eine geschützte und sichere Basis, auf die sie sich verlassen konnte. Sie erfuhr von den Bezugspersonen Wertschätzung

und Empathie. Neben diesen positiven Bindungserfahrungen ist auch eine in der Pubertät gestärkte Identität eine wichtige Voraussetzung dafür, ernsthafte Partnerschaften einzugehen (vgl. Flammer 2009: 101). Die positiven Bindungserfahrungen aus der Kindheit vermitteln einer jugendlichen Person Sicherheit und bestärken sie deshalb bei der Identitätssuche. Die jugendliche Person hatte die Rückversicherung, sich auszuprobieren und wurde von seinen Bezugspersonen beim «Scheitern» aufgefangen. Die Entwicklungsaufgabe der Identitätssuche war insbesondere im Jugendalter von grosser Bedeutung, hat aber Auswirkungen auf die Lebensphase der jungen Erwachsenen. Eine Person mit sicherer Bindung erfährt diese mentale Unterstützung auch im jungen Erwachsenenalter. Anhand der gemachten positiven Bindungserfahrungen ist es einer Person im jungen Erwachsenenalter möglich, tragfeste Beziehungen einzugehen.

Laut Erikson (2009: 92) konnten sich die jungen Erwachsenen in der vorherigen Lebensphase, neben der Identitätsfindung, mit wechselseitigen Intimitäten beschäftigen und sich ausprobieren. Doch «die Intimität, die jetzt auf dem Spiel steht, ist die Fähigkeit, sich auf feste Partnerschaften einzulassen, die ernste Opfer und Kompromisse fordern können» (ebd.). Aufgrund dessen nennt er die Entwicklungsaufgabe der jungen Erwachsenen in seiner Theorie der psychosozialen Entwicklung «Intimität vs. Isolierung». Er macht darauf aufmerksam, dass sie sich der Aufgabe stellen müssen, entweder eine feste Partnerschaft einzugehen oder ansonsten die Gefahr besteht, dass sie sich isolieren. Die Isolation beschreibt er als «Angst, allein und «unerkannt» zu bleiben» (vgl. ebd.). Auch Erikson macht mit dieser Entwicklungsaufgabe darauf aufmerksam, dass die partnerschaftliche Beziehung einen hohen Stellenwert in dieser Lebensphase hat. In dieser Phase der Intimität geht es jedoch nicht nur um den sexuellen Aspekt, sondern auch darum, einem Partner tiefgründig zu vertrauen und dessen Wesen, mit samt den Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen versuchen zu verstehen. Es geht dabei um gegenseitigen Respekt, Fürsorge und Anerkennung (vgl. Mietzel 2012: 277).

### **3.2. Junge Erwachsene und die Erziehung von eigenen Kindern**

Der Wunsch nach eigenen Kindern entsteht häufig bereits im Jugendalter. Viele junge Menschen haben das Ziel, einmal eine Familie zu gründen und eigene Kinder zu erziehen. Lediglich 8,8% der Schweizer Bevölkerung zwischen 20 und 29 Jahren äusserten im Jahr 2018 keinen Kinderwunsch (vgl. BfS 2018: o.S.). In der Gesellschaft besteht die Erwartung, dass junge Erwachsene gegen Ende ihrer 20er Jahre langsam an die Familiengründung denken. Dies äussert sich darin, dass im privaten Umfeld immer wieder Fragen gestellt werden, wann

denn die Familiengründung vorgesehen sei. Auch wird häufig beim Antritt einer neuen Anstellung nach der Familienplanung gefragt. Das Durchschnittsalter einer werdenden Mutter beträgt beim ersten Kind ungefähr 31 Jahre (vgl. Statista 2020: o.S., SWI 2017: o.S.). Rund 27,4% der Mütter sind jedoch bei der Geburt ihres ersten Kindes jünger als 30 Jahre alt (vgl. BfS 2019: o.S.). Diese Zahlen bestätigen die Erwartungen der Gesellschaft bezüglich des Zeitrahmens der Familiengründung. Für viele junge Erwachsene stellt das Kinderkriegen und damit die Gründung einer Familie einen Indikator dar, ein glückliches und erfülltes Leben zu leben (vgl. Schwiter 2011: 91).

Kinder gross zu ziehen ist etwas sehr Schönes, aber auch Schwieriges zugleich. Es braucht viel Zeit, Fürsorge, Empathie und Liebe, um dem Kind die Geborgenheit und Aufmerksamkeit schenken zu können, die es benötigt. Laut Bowlby (2016: 65) ist dabei die Kontinuität dieser liebevollen Zuwendung essenziell. Diese ständige Bereitschaft, 24 Stunden am Tag vollumfänglich für das Kind da zu sein, ist nur dann zu bewältigen, wenn die Eltern des Kindes eine tiefe Befriedigung dabei verspüren, wie sich das Kind entwickelt (vgl. ebd.). Bowlby (ebd.: 66 – 67) erwähnt eine Längsschnittstudie, in der Erwachsene, die in ihrer Kindheit fünf und mehr Jahre in einem Heim verbracht haben, mit Erwachsenen verglichen wurden, die zu Hause aufgewachsen sind. Ein Drittel dieser «Heimkinder» verhielt sich als Erwachsene «sozial unangepasst». Dieser Umstand beschreibt Bowlby (ebd.: 67) dahingehend als so erschreckend, weil davon auszugehen ist, dass diese Erwachsenen als Eltern mit eigenen Kleinkindern nicht fähig sein werden, ihren Kindern die nötige liebevolle Aufmerksamkeit zu schenken, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. Insbesondere deshalb ist die Erziehung eines Kindes so wichtig. Es zeigt auch, wie notwendig es ist, dass das Kind zu seinen Eltern eine sichere Bindung aufbauen kann und jeweils zeitnah auf seine Bedürfnisse eingegangen wird. Für junge Erwachsene könnte die Erziehung, die sie selbst genossen haben, einen grösseren Einfluss haben als für Erwachsene, die zu einem späteren Zeitpunkt Kinder bekommen. Junge Erwachsene sind alterstechnisch näher an der selbst erlebten Erziehung dran und können die Erlebnisse aufgrund dessen gegebenenfalls realitätsnahe reflektieren. Eine junge erwachsene Person könnte sich durch Selbstreflexion beispielsweise bewusst dafür entscheiden, gleich zu erziehen, wie sie selbst erzogen wurde. Sie könnte die Erziehung, die sie genossen hat, jedoch auch als nicht gewinnbringend bewerten und deshalb die eigenen Kinder mit einer anderen Haltung erziehen.

Beim Gründen einer Familie stellt sich zudem die Frage, ob Mutter und Vater die berufliche Tätigkeit weiterführen sollen, oder wie die Kindererziehung mit der Erwerbsarbeit unter einen Hut gebracht werden kann (vgl. Mietzel 2012: 368). Besonders für junge Erwachsene stellt dieser Aspekt eine Herausforderung dar. Einerseits ist vielleicht die Ausbildung noch nicht

ganz abgeschlossen oder aber die finanziellen Mittel sind noch nicht ausreichend, damit die junge Familie unbeschwert in ihre Zukunft blicken kann. Es stellt sich auch immer die Frage, wie das Zusammenleben umgestaltet werden kann. Rollen müssen neu verteilt und der Alltag neu organisiert werden. Allgemein ist die Schwangerschaft und schlussendlich die Geburt eines Kindes eine grosse Umstellung für ein junges Elternpaar, welche mit vielen Ängsten und Unsicherheiten verbunden ist. Gerade bei jungen Erwachsenen, die frisch Eltern geworden sind, kann das Alter dazu beitragen, dass mehr Bedenken vorhanden sind, da sie in der Regel noch nicht mit der Standhaftigkeit und Lebenserfahrung im Leben stehen, wie es ältere Erwachsene gegebenenfalls tun. Die Vitalität von jungen Erwachsenen ist dagegen ein Vorteil, da altersbedingt mehr Energie und Ausdauer vorhanden ist. Trotzdem spielen die eigenen Erfahrungen, Ziele und Bemühungen eine grosse Rolle dabei, wie ein solches bedeutsames, aber auch herausforderndes Erlebnis, wie die Erziehung von eigenen Kindern, gemeistert wird.

### 3.3. Bindung im Erwachsenenalter

Da aufgrund vermehrter Forschung bekannt wurde, dass Bindungserfahrungen aus der Kindheit sehr prägend für den weiteren Verlauf des Lebens und die eigene Entwicklung sind, wurde das Interesse an der Erwachsenenbindung gegen Ende des 20. Jahrhunderts immer grösser. Infolgedessen widmeten sich viele Forscher und Forscherinnen dem Erstellen einer Erhebungsmethode, welche das Erfassen vom Bindungstypen eines erwachsenen Menschen möglich machen sollte. Eine davon ist das «Adult Attachment Interview» (AAI), das von George, Kaplan und Main (1984, 1985, 1996) konzipiert wurde (vgl. Gloger-Tippelt 2016: 93). Bei dieser Erhebungsmethode werden Erwachsene in Form eines Interviews zu ihren gemachten Bindungserfahrungen befragt. Sie sollen diese Erfahrungen aus ihrer heutigen Perspektive reflektieren und bewerten. Auch wird die Beziehung zu den Bezugspersonen abgefragt. Mit Hilfe dieser Fragen werden die Erwachsenen einem der vier Bindungstypen zugeordnet (vgl. Siegler et al. 2016: 404).

#### ❖ Modell der autonomen/sicheren Bindung:

Erwachsene mit diesem Bindungstyp sprechen offen über positive und negative Gefühle aus ihrer Kindheit gegenüber ihren Bezugspersonen. Die Bindungsbeziehungen werden als wertvoll beschrieben und ihnen wird ein grosser Einfluss zugesprochen (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65). Die erwachsene Person hat gute Reflexionsfähigkeiten und spricht ausgewogen von positiven, sowie negativen Erlebnissen (vgl. Seel/Hanke 2015: 424). Die ge-

machten Bindungserfahrungen werden wertgeschätzt und für hilf- und einflussreich gehalten. Während dem Interview zeigt sich die befragte Person offen für Neubewertungen von früheren Sichtweisen und tritt in entspannten und angemessenen Kontakt mit der fragenden Person (vgl. Grossmann/Grossmann 2012: 583). Eine erwachsene Person mit autonomer/sicherer Bindung wirkt zusammengefasst generell sehr offen, nimmt ihre Gefühle wahr und kann diese gegen aussen benennen und kommunizieren.

❖ Modell der unsicher-distanzierten/abweisenden Bindung:

Erwachsene mit diesem Bindungstyp haben kaum Erinnerungen an Themen ihrer Kindheit, welche als beziehungsrelevant gelten. Sie erlebten Zurückweisungen von ihren Bezugspersonen, sprechen aber trotzdem positiv von ihnen. Erinnerungen aus der Kindheit werden ambivalent wiedergegeben. Bindungsbeziehungen werden in diesem Bindungstyp als nicht sehr relevant erachtet (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65, Seel/Hanke 2015: 424). Im Interview mit einer Person mit unsicher-distanzierten/abweisender Bindung nimmt die Betonung der eigenen Selbstständigkeit und Stärke überhand. Die Person macht deutlich, dass sie keine Hilfe braucht und andere Personen deshalb von ihr ebenfalls keine Hilfe erwarten dürfen. Menschliche Schwäche wird als negativ bewertet. Eine erwachsene Person mit diesem Bindungstyp ist aufgrund dessen der Meinung, dass Schwäche nicht gezeigt oder zugegeben werden darf (vgl. Grossmann/Grossmann 2012: 583). Wie bereits beschrieben ist eine solche Person nicht in der Lage, realistische Erinnerungen von der Kindheit, welche die Beziehung zu Bezugspersonen betreffen, wiederzugeben. Entweder wird die Bedeutung einer Bindung abgewertet und abgestritten oder aber die Erfahrungen dazu werden idealisiert dargestellt (vgl. ebd.).

❖ Modell der unsicher-verstrickten Bindung (oder unsicher-präokkupierten Bindung):

Erwachsene mit einer unsicher-verstrickten Bindung sprechen widersprüchlich und subjektiv über Erlebnisse und Erfahrungen, die sie als Kinder mit ihren Bezugspersonen gemacht haben. Negative Erfahrungen mit Bezugspersonen werden oftmals von diesen Erwachsenen überbewertet (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65). Laut Seel und Hanke (2015: 424) schwanken die gemachten Ausführungen stark zwischen positiven und negativen Bewertungen. Ausserdem wirken die Erzählungen so, als wären die Geschehnisse vor nicht allzu langer Zeit vorgefallen. Diese Erwachsenen scheinen emotional sehr stark mit ihren gemachten Bindungserfahrungen verbunden zu sein. Die Erwachsenen dieses Bindungstyps vermitteln zudem eine geringe Distanz zu ihren Eltern. Sie sind auch im Erwachsenenalter noch stark in Bindungskonflikte verstrickt, was daran verdeutlicht wird, dass sie sich auffällig stark mit den eigenen Eltern beschäftigen (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65).

Laut Grossmann und Grossmann (2012: 584) beschreiben Personen dieses Typs Bindungen als notwendig, aber auch sehr belastend. Ihnen scheint bewusst zu sein, dass eine starke Bindung zu den eigenen Bezugspersonen eine grosse Bedeutung und Wirksamkeit hat, sie finden diesen Umstand jedoch auch erschwerend für das Führen eines eigenständigen Lebens. Für Personen mit unsicher-verstrickter Bindung erzeugen enge Beziehungen ein Gefühl von innerem Chaos und Hilflosigkeit (vgl. ebd.).

❖ Unverarbeiteter Bindungsstatus:

Erwachsene mit unverarbeitetem Bindungsstatus sind in ihrer Kindheit beispielsweise in Kontakt mit Misshandlung, Missbrauch oder Verwahrlosung gekommen oder haben anderweitig ein unverarbeitetes Trauma in sich (vgl. Hedervari-Heller 2012: 65). Deshalb neigen sie laut Seel und Hanke (2015: 424) dazu, Erfahrungen mit irrationalen Schilderungen zu reflektieren oder aber glauben daran, dass sie an einer gemachten negativen Erfahrung selbst schuld seien. Im Gespräch mit Erwachsenen dieses Bindungstyps (im Rahmen des AAI) kommt es immer wieder zu langen Gesprächspausen und sprachlichen Auffälligkeiten (vgl. ebd.).

Die Einteilung in die vier Kategorien durch das AAI entspricht den vier Kategorien, die im Kleinkindalter anhand der «Fremden Situation» von Mary Ainsworth klassifiziert worden sind (vgl. Behringer, Reiner/Spangler 2016: 322). Sicher gebundene Kinder zeigen sich als Erwachsene demzufolge als autonom und sicher, Kinder mit unsicher-vermeidender Bindung als unsicher-distanzierend/abweisend. Kinder mit unsicher-ambivalenter Bindung sind als Erwachsene unsicher-verstrickt (oder unsicher-präokkupiert) und Kinder mit desorganisierter Bindung haben als Erwachsene einen unverarbeiteten Bindungsstatus oder lassen sich nicht klassifizieren (vgl. Gloggnier-Tippelt: 2016: 95). Hier ist es wichtig anzumerken, dass es möglich ist, wie bereits im Kapitel 2.5. beschrieben, im Laufe der Entwicklung mithilfe eines unterstützenden Umfeldes und Selbstreflexion, im Erwachsenenalter einem anderen Bindungstypen anzugehören. Ein Kind, welches im Kleinkindalter als unsicher-ambivalenter Bindungstyp kategorisiert wurde, kann später durchaus einen anderen Bindungstypus erlangen. Zum Beispiel wenn seine Bezugsperson anhand professioneller Hilfe und guter Unterstützung aus dem Umfeld mit der Zeit zu einer sicheren Basis für das Kind wurde und es so doch noch eine engere Bindung zu dieser Person aufbauen konnte.

### 3.4. Auswirkungen und Herausforderungen bei unsicherem Bindungsstatus

Da es viele Parallelen zwischen dem unsicher-distanzierenden/abweisenden und dem unsicher-verstrickten Bindungsstatus gibt, wird häufig nicht zwischen diesen beiden Bindungstypen unterschieden (vgl. Gloger-Tippelt 2016: 194). Beide Typen gehören der Kategorie «unsichere Bindung» an. Aufgrund dessen werden nachfolgend die Herausforderungen beider Bindungstypen miteinbezogen und thematisiert.

Personen mit unsicher-distanzierendem/abweisendem und unsicher-verstricktem Bindungsstatus haben Schwierigkeiten, ihre Emotionen zu regulieren. Solche Personen haben die Erfahrung gemacht, dass sie sich nicht auf Bezugspersonen verlassen können und diese nicht konstant für sie zur Verfügung stehen (vgl. Gloger-Tippelt 2016: 190, Gomille 2016: 218). Besonders bei Personen mit unsicher-distanzierender/abweisender Bindung werden emotionale Thematiken, die insbesondere mit negativen Gefühlen verbunden sind, vermieden und weggeschoben (vgl. Gloger-Tippelt 2016: 176). Auch hält die Person negative Erlebnisse und Erfahrungen, soweit es geht vom Bewusstsein fern und verdrängt die damit verbundenen Gefühle (vgl. ebd.: 174). Negatives wird in sich hineingefressen und nicht offen kommuniziert. Dies bedeutet eine grosse Belastung für das psychische Wohlbefinden. In Partnerschaften kommunizieren Personen mit unsicherer Bindung ebenfalls weniger offen. Zudem fällt es ihnen schwer, Konflikte eigenständig zu lösen, da sie über wenige konstruktive Konfliktlösungsstrategien verfügen (vgl. ebd.: 195). Aufgrund der Problematik, negative Gefühle nicht zuzulassen und nicht offen zu kommunizieren, stellt sich Personen mit unsicherer Bindung die Herausforderung, diese negativen Erlebnisse zu verarbeiten.

Einen markanten und deshalb erwähnenswerten Unterschied zwischen den zwei unsicheren Bindungstypen ist die Bewertung der Bindung zu Bezugspersonen. Personen mit unsicher-distanzierender/abweisender Bindung bewerten bindungsbezogene Erfahrungen mit ihren Eltern oder anderen Bezugspersonen als nicht relevant (vgl. ebd.: 189). Sie schreiben diesen Bindungen keine Bedeutung zu, äussern sich geringschätzig darüber und legen keinen grossen Wert auf die Verbundenheit zu Mitmenschen (vgl. ebd.: 175). Ein Erklärungsansatz dafür könnte sein, dass eine solche Person im Kindes- und Jugendalter (und auch noch später) immer wieder Zurückweisungen von Bezugspersonen erlebt hat. Dies zum Beispiel aufgrund geringer körperlicher Nähe, keiner konstanten Bedürfnisbefriedigung oder fehlender emotionaler Zuwendung (vgl. ebd.: 174). Ein weiterer Grund dafür könnte auch sein, dass sich durch das ständige in sich Hineinfressen, Unterdrücken und Vermeiden von negativen Gefühlen un-

bewusst so viele unverarbeitete negative Emotionen angestaut haben, dass die positiven Erlebnisse sowie Erfahrungen in deutlicher Unterzahl erscheinen und deshalb nicht mehr präsent sind. Für Personen mit unsicher-distanzierender/abweisender Bindung stellt sich insbesondere die Herausforderung, dass dieses Verhalten, egal in welchem Alter, weiter gezeigt wird. Für das psychische Wohlbefinden stellt das ein grosses Risiko dar, da die ganzen negativen Gefühle nicht verarbeitet werden können.

Im Gegensatz dazu bewerten Personen mit unsicher-verstrickter Bindung die Bindungsbeziehungen ganz anders. Sie empfinden Erfahrungen, die sie mit ihren Eltern oder anderen Bezugspersonen gemacht haben als sehr bedeutsam. Sie sprechen davon, dass diese Erlebnisse einen grossen Einfluss auf die eigene Entwicklung haben und sie so die Persönlichkeit als Erwachsener geprägt haben (vgl. Gomille 2016: 202). Gomille (ebd.: 202 – 203) betont dabei, dass dies «jedoch nicht mit der Wertschätzung von Bindung zu verwechseln [ist], wie sie autonome Personen äussern». Das bedeutet, dass Personen mit diesem Bindungsstatus zwar die Bedeutsamkeit von Bindungserfahrungen anerkennen, diese im Einzelnen aber nicht zwangsläufig als positiv bewerten. Ein Grund dafür ist, dass sie in ihrer Kindheit keine konstant verlässliche Bezugsperson hatten (vgl. ebd.: 218). Das Verhalten der Bezugsperson war von Ambivalenz geprägt, was dazu führte, dass ein solches Kind nie sicher war, ob es sich auf seine Bezugsperson verlassen konnte oder nicht (vgl. Bowlby 2018: 101). Daraus resultieren ein negatives Selbstbild und mangelndes Vertrauen (vgl. Gomille 2016: 218). Solche Personen beschäftigen sich aber insgesamt stark mit Beziehungen jeglicher Art (vgl. ebd.: 213). Es kann für sie herausfordernd sein, eine gesunde Beziehung zu führen, sei das in einer Partnerschaft oder in Bezug zu eigenen Kindern. Personen dieses Bindungstyps könnten versuchen, ihr Gegenüber stark an sich zu binden, da sie so nicht die Befürchtung haben müssen, wieder keinen konstanten Bezug zu haben. Es würde ein Abhängigkeitsverhältnis entstehen. Besonders beim Erziehen von eigenen Kindern könnte das dazu führen, dass eine starke Überbehütung stattfindet und das Kind zu fest involviert wird in Themen, die altersentsprechend nicht angebracht sind.

Eine weitere Herausforderung, der sich Personen mit unsicherem Bindungsstatus stellen müssen, ist das Eingliedern und Anpassen im sozialen Umfeld. Laut einer Studie weisen Mütter mit unsicher-distanzierender/abweisender und unsicher-verstrickter Bindung eine «geringere allgemeine soziale Anpassung im Vergleich zu bindungssicheren Müttern (im AAI) auf, wobei diejenigen mit einem distanzierenden Bindungsstil jedoch in den Arbeitsbeziehungen und erweiterten Familienbeziehungen bessere Anpassungen zeigten, als die präokkupierten [unsicher-verstrickten] Personen» (Crowell et. al. 1996, zit. nach Gloger-Tippelt 2016: 194). Demzufolge könnte es für Personen mit unsicherer Bindung schwierig sein, sich ein soziales

Netzwerk aufzubauen und sich im sozialen Umfeld zu integrieren. Gerade für junge Erwachsene kann dies eine grosse Belastung darstellen. Laut Erikson (2009: 92) stellt das Einlassen auf ernste Freundschaftsbeziehungen und eine feste Partnerschaft eine Entwicklungsaufgabe in dieser Altersstufe dar. Kann diese Aufgabe nicht erfüllt werden, droht die Gefahr der Isolation (vgl. ebd.).

Grundsätzlich lässt sich sagen, dass es für jemanden mit unsicherer Bindung eine grosse Herausforderung darstellen kann, das erlernte Verhalten bewusst zu verändern. Einerseits setzt das voraus, dass sich diese Person ihres Bindungstyps bewusst ist und andererseits, dass sie über die nötigen Ressourcen verfügt, um das eigene Verhalten gezielt zu steuern und zu verändern. Gerade beim Erziehen von eigenen Kindern könnte sich das als sehr herausfordernd darstellen, da die Person mit unsicher-distanzierender/abweisender oder unsicher-verstrickter Bindung versuchen muss, diesen Teufelskreis zu unterbrechen und konstant, liebevoll und empathisch seine eigenen Kinder zu erziehen. So kann es ihr gelingen, für eigene Kinder eine sichere Basis darzustellen und sie so bestmöglich zu unterstützen.

### **3.5. Fazit**

Die Bedeutsamkeit von Bindungserfahrungen aus der Kindheit ist hinsichtlich des Bindungstypus einer erwachsenen Person offensichtlich. Das innere Arbeitsmodell von Bindung, welches im Laufe der Kindheit erworben wurde, prägt alle weiteren sozialen Beziehungen. Je nach Entwicklung stimmt der erwachsene Bindungstyp mit demjenigen aus der Kindheit überein. Aufgrund von unterstützenden sozialen Gegebenheiten und Ressourcen kann eine Person im Erwachsenenalter aber auch einen anderen Bindungsstatus erlangen. Das bedeutet, gleichgültig welcher Kategorie von Bindung eine junge erwachsene Person angehört, es hat Auswirkungen auf deren Leben. Da in der Lebensphase von jungen Erwachsenen das Eingehen von festen Partnerschaften und die Intimität eine zentrale Rolle spielen, ist der Einfluss aus gemachten Bindungserfahrungen erst recht sehr gross. Gerade weil in dieser Altersspanne (20 – 30 Jahre) viele Veränderungen geschehen, wie beispielsweise der Bezug von eigenem Wohnraum, das Fuss fassen in der Arbeitswelt oder die selbstständige Finanzierung des eigenen Unterhaltes, ist eine gut laufende Partnerschaft von grosser Bedeutung. Diese bietet Rückhalt, Sicherheit und Unterstützung. Um eine intime Partnerschaft zu führen, was in der Lebenslage von jungen Erwachsenen eine wichtige Rolle spielt, sind positive Bindungserfahrungen von Vorteil. Aufgrund von diesen konnte in der Kindheit ein positives Bild von Bindungsbeziehungen geschaffen werden, welche förderlich für das Eingehen von neuen sozialen Beziehungen sind.

Obwohl sich vergleichsweise eher ein kleinerer Anteil der werdenden Eltern in der Lebensphase der jungen Erwachsenen befindet, ist es doch wichtig anzumerken, dass die Familiengründung und Kindererziehung für diese Eltern eine grössere Herausforderung darstellt. Die jungen Erwachsenen befinden sich mitten in einer Orientierungsphase, in dem die Intimität und das damit verbundene Vertrauen in einen Partner oder in eine Partnerin an erster Stelle steht. Zu allen anderen neuen Gegebenheiten, was die Unabhängigkeit und Selbstständigkeit betreffen, stellt das Familiengründen und die Kindererziehung eine zusätzliche Herausforderung dar. Eine sichere Bindung ist insbesondere deshalb hilfreich, da so die Wichtigkeit von Bindungsbeziehungen bekannt ist und dieses Verhalten an die eigenen Kinder weitergegeben werden kann. Denn wie Bowlby (2016: 28) gesagt hat, ist «die Schwierigkeit für frustrierte Kinder, später gute Eltern zu werden, (...) vielleicht die schwerwiegendste Folge früher Mutterentbehrung».

## 4. Sozialpädagogische Familienbegleitung

Wie in anderen Ländern ist es auch in der Schweiz so, dass die Bildungschancen von Geburt an ungleich verteilt sind. Nicht jedes Kleinkind erfährt die gleiche Unterstützung aus dem persönlichen Umfeld, die ihm ermöglichen würde, sich durch Umweltexploration die für die Entwicklung notwendigen Ressourcen anzueignen, um später ein eigenständiges sowie zufriedenes Leben zu führen. Dies kann aus verschiedenen Gründen nicht gegeben sein. Beispielsweise aufgrund der sozialen Herkunft, dem Bildungsniveau der Eltern, der familiären Situation oder den wirtschaftlichen Ressourcen, die eine Familie zur Verfügung hat. Da Kinder ihre Eltern als Vorbild sehen, ist es nicht abwegig anzunehmen, dass der Lebensstil der Eltern einen gewissen Einfluss auf die Kinder hat und diese später einer ähnlichen Lebensweise nachgehen.

Um diese Bildungschancenungleichheit auszugleichen und in Notlagen Unterstützung leisten zu können gibt es in der Schweiz viele verschiedene Hilfsangebote, die den Bürgern und Bürgerinnen zugänglich sind. Dazu gehören diverse Beratungsstellen, Sozialdienste, Opferhilfen, Sozialversicherungen, stationäre und ambulante Organisationen und viele mehr. Diese vielfältigen Organisationen dienen dazu, das Klientel einerseits in verschiedenen Sachlagen fachlich kompetent zu beraten und andererseits deren Ressourcen zu erschliessen und somit Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Die sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF) stellt ebenfalls ein solches Hilfsangebot dar, das Familien in herausfordernden Situationen unterstützend und beratend zur Seite steht. SPF ist eine intensive und ambulante Betreuungsform der Familie durch eine Fachperson (vgl. Helming 1999: 7).

Im nachfolgenden Kapitel wird thematisiert, was sozialpädagogische Familienbegleitung auszeichnet und wo die Grenzen der SPF in der Begleitung von jungen Eltern liegen.

### 4.1. Definition der sozialpädagogischen Familienbegleitung

In den 1970er Jahren entstand in Deutschland die Idee der aufsuchenden sozialpädagogischen Familienbegleitung. Diese Innovation entstand aus der Kritik an der Heimerziehung. Das Ziel davon war, Fremdplatzierungen in Heimen zu minimieren und damit Kosten zu sparen. Mit diesem Grundgedanken entstanden Ende der 80er Jahren in der Schweiz ebenfalls erste Hilfsangebote der SPF (vgl. Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz o.J.: o.S.).

Die SPF stellt eine ambulante Betreuungsform dar, in der gefährdete Familien professionell begleitet werden. Die betroffenen Familien befinden sich in Lebenssituationen, in denen das Zusammenleben durch verschiedene Einflüsse mehrfach belastet wird (vgl. Peter 2011: 89). Ein solcher Einfluss kann zum Beispiel die Belastung durch ein suchtkrankes Familienmitglied oder die Scheidung der Eltern sein. SPF kommt auch häufig bei Erziehungsschwierigkeiten zum Einsatz (vgl. SpF plus o.J.: 2). Eine unsichere Bindung zwischen Eltern und Kind kann diese Erziehungsschwierigkeiten auslösen. Die Bindungserfahrungen, die ein Kind im Laufe seiner Kindheit mit seinen Eltern oder anderen Bezugspersonen gemacht hat, haben einen grossen Einfluss auf seine weitere Entwicklung. Sie beeinflussen beispielsweise das Explorationsverhalten, nachfolgende soziale Beziehungen oder das eigene Selbstbewusstsein (vgl. Grossmann/Grossmann 2012: 656). Aufgrund dessen ist es möglich, dass die unsichere Bindung zwischen Kind und Eltern zu Erziehungsschwierigkeiten führt, weshalb eine SPF eine wertvolle Unterstützung für die belasteten Familien sein kann.

Im Fokus der SPF stehen Familien mit Kindern. Die Begleitung und die Bearbeitung der Problemlagen findet im privaten Umfeld der Familie, also bei ihnen zu Hause, statt (vgl. Kocabas 2014: 21). Dies befähigt die in der SPF beschäftigte Fachperson dazu, den Familienalltag realitätsnah mitzuerleben und so nötige Interventionen adäquat zu planen und gemeinsam mit der Familie umzusetzen. Die Hilfe ist mehrdimensional (vgl. Helming 1999: 7). Das bedeutet, dass sich die SPF nicht nur mit einem einzelnen Familienmitglied beschäftigt, sondern mit der Familie als Ganzes gearbeitet wird.

Die Kostenträger von SPF können unterschiedliche Instanzen sein. Laut dem Fachverband SPF Schweiz (o.J.: 7) waren im Jahr 2018 bei 70% der Aufträge die Gemeinden und bei 17% die Kantone für die Kosten zuständig. Bei 5% der Aufträge waren die Familien selbst für die Kostendeckung verantwortlich. Weitere Kostenträger können Hilfswerke, Stiftungen, Krankenkassen, die IV, Schulen oder die Strafverfolgungsbehörden sein. Üblicherweise wird die SPF über Sozialhilfeleistungen finanziert (vgl. Adesso – Soziale Arbeit in der Familie o.J.: o.S.). Dank der verschiedenen Kostenträger sollte der Zugang zur SPF auch für Familien sichergestellt sein, deren finanziellen Ressourcen keine eigenständige Kostenübernahme ermöglichen.

SPF kann von der Kindesschutzbehörde gerichtlich angeordnet werden. Laut Art. 307 Abs. 1 ZGB (Schweizerisches Zivilgesetzbuch 2020: o.S.) ist die Kindesschutzbehörde dazu ermächtigt «geeignete Massnahmen zum Schutz des Kindes» anzuordnen, insofern «das Wohl des Kindes gefährdet» ist und die Eltern nicht von sich aus Abhilfe verschaffen können oder nicht

imstande sind, dessen Gefährdung abzuwenden. SPF kann aber auch von anderen öffentlichen Organisationen zugewiesen werden, wie beispielsweise einer Schule, einem Sozialdienst oder einem Vormundschaftsamt (vgl. Lötscher 2013: 32). Damit wird versucht, eine prekäre Familiensituation frühzeitig zu neutralisieren. Laut Frau Lötscher, der Präsidentin des Fachverbands SPF Schweiz (ebd.) ist es am aussichtsreichsten, wenn eine Intervention früh möglichst erfolgt. In der Regel sind Interventionen, die angesetzt wurden bevor die Situation eskaliert ist, deutlich kürzer als Interventionen, die später durchgeführt werden. Die Wirkung des Einsatzes sei zudem nachhaltiger. Eine Intervention durch eine in der SPF beschäftigte Fachperson kann bis zu zweieinhalb Jahren dauern (vgl. SpF plus o.J.: 2).

## **4.2. Arbeitsweise der sozialpädagogischen Familienbegleitung**

Eine SPF erhalten viele Familien aufgrund von mehrfachen Belastungssituationen. Oft sind es Familien mit vielen Kindern oder Haushalte mit einer alleinerziehenden Person. Die Familie ist häufig langandauernd mehreren Belastungen gleichzeitig ausgesetzt. Dies führt dazu, dass eine Veränderung aus eigener Kraft oftmals schwierig ist (vgl. Helming 1999: 7 – 8, Schattner 2007: 595). Die Ausgangslage, warum eine Familie SPF erhält, kann ganz unterschiedlich sein. Einerseits kann eine Familie selbst an die SPF gelangen und um deren Hilfe ersuchen, andererseits kann die Hilfe durch SPF auch angeordnet werden (vgl. Schattner 2007: 593). Das bedeutet, dass die beschäftigten Fachpersonen oftmals mit sehr ambivalenten Gefühlen konfrontiert werden. SPF setzt eine gewisse Freiwilligkeit voraus. Die Familie lässt eine fremde Person in ihr Heim, zeigt ihren privaten Rückzugsort und offenbart ihr dadurch viele intime Informationen. Wenn die SPF angeordnet wird ist es schwieriger eine positive Wirkung zu erzielen, da für das Gelingen eine intakte Kooperation zwischen Familie und Fachperson Voraussetzung ist.

Gerade aufgrund der ambivalenten Gefühlen und der Voraussetzung zur Kooperation ist es zentral, dass zuerst ein gegenseitiger Vertrauensaufbau stattfindet. Das benötigt genügend Zeit für ein beiderseitiges Beschnuppern. Deshalb ist im Ablauf der Begleitung eine ungefähr dreimonatige Einstiegsphase vorgesehen. In dieser kann die in der SPF beschäftigte Fachperson die Kernfamilie und weitere Familiensysteme kennenlernen. Auch werden in dieser Einstiegsphase gemeinsam die gegenseitigen Erwartungen geklärt sowie Ziele und Teilziele besprochen und festgelegt (vgl. SpF plus o.J.: 2). Die Partizipation der Familie am gesamten Prozess fördert die Kooperation zwischen Familie und Fachperson und ist deshalb von besonderer Bedeutung. In der dreimonatigen Einstiegsphase werden so bereits erste vorhandene Ressourcen und die Problemlösungsstrategien der Familie erkannt. Wenn möglich werden in

dieser Phase bereits erste Interventionen geplant und vorgenommen (vgl. ebd.). Nach der Einstiegsphase, die hauptsächlich dem gegenseitigen Kennenlernen, dem Vertrauensaufbau und der Zieldefinierung gewidmet wird, erfolgt die Hauptarbeitsphase. Diese kann unterschiedlich lange dauern. Laut SpF plus (ebd.) beläuft sich diese Zeit ungefähr zwischen 8 – 24 Monaten. In diesen Monaten wird gemeinsam mit der Familie an den definierten Zielen und Teilzielen gearbeitet. Ressourcen werden erschlossen und aktiviert sowie neue Erziehungsstrategien besprochen und eingeübt. Das Ziel dieser Hauptarbeitsphase ist, die Handlungskompetenzen der einzelnen Familienmitglieder und der Familie als Ganzes zu stärken und somit auch das Vertrauen in sich selbst zu fördern (vgl. ebd.). Gerade wenn die herausfordernde Mehrfachbelastung schon länger andauert ist es für die Familie schwer, einen routinierten Ablauf zu durchbrechen und neue Strategien auszuprobieren. In der Hauptarbeitsphase soll die Familie mit Hilfe der SPF neue Strategien ausprobieren und für sich entdecken, mit welchen sie ihren Alltag in Zukunft eigenständig meistern kann. Wurden die definierten Ziele erfüllt geht es in die letzte Phase über – die Abschlussphase. Diese dauert ungefähr 2 – 4 Monate. In dieser Zeit gilt es, die Begleitintensität in der Familie zu minimieren und die erworbenen Handlungskompetenzen und Strategien zu beobachten und zu überprüfen. Es geht auch darum zu erschliessen, wie belastbar die Familie geworden ist und ob allenfalls eine Nachbetreuung angebracht ist (vgl. ebd.). Im besten Fall ist es der Familie durch die SPF möglich geworden, ihren Alltag ohne Unterstützung erfolgreich zu meistern und neue Herausforderungen adäquat zu bewältigen.

Da die in der SPF beschäftigte Fachperson durch ihre Arbeit in den geschützten und intimen Lebensraum einer Familie eintritt, ist es verständlich, wenn sie dabei zuerst auf Widerstand und Kooperationsverweigerung der Familie trifft. Gerade wenn SPF als Massnahme angeordnet wurde kann es sein, dass die Bereitschaft der Familie, diesen Prozess aktiv mitzugestalten, nicht besonders hoch ist. Aufgrund dessen wird in der Einstiegsphase besonderer Wert auf den Vertrauensaufbau und die gemeinsame Zielsetzung gelegt. Es gibt auch diverse Methoden, Techniken und Instrumente, die individuell auf die Familie abgestimmt und während der gesamten Begleitung miteinbezogen werden können. Beispielsweise wird in der SPF in der Regel partizipativ und systemisch gearbeitet. Zudem wird ein starker Fokus auf die Ressourcen- und Risikoorientierung sowie die Hilfe zur Selbsthilfe gelegt (vgl. AvenirSocial/Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz 2017: 3). Um mit der Familie den Umgang mit Gedanken und Gefühlen zu üben, kann beispielsweise mit Gefühlsfarben oder Gefühlskarten gearbeitet werden. Auch sind Emoticons und Bilder immer wieder hilfreich, besonders wenn in der Familie jüngere Kinder leben (vgl. Cassée 2019: 176 – 178). Eine weitere Möglichkeit ist beispielsweise den Tagesablauf anhand von Fotos darzustellen, dann den Ablauf gemeinsam mit der Familie zu evaluieren und mögliche Anpassungen vorzunehmen. Was

sich für einen Perspektivenwechsel ebenfalls eignet ist die Durchführung von kleinen Rollenspielen. Dabei kann eine Person der Familie in die Rolle eines anderen Familienmitglieds schlüpfen und dadurch deren Gefühlslagen oder Handlungshintergründe erfahren. Laut Ege-land (2010: 317) sind diejenigen Interventionen und Methoden am wirksamsten, die «umfassend und flexibel auf die spezifischen Bedürfnisse jeder einzelnen Familie eingehen». Somit wird von der Fachperson erwartet, dass sie individuell auf die Familie eingeht und entsprechende Interventionen und Methoden aussucht. So ist eine individuelle und adäquate Begleitung möglich.

### **4.3. Grenzen der sozialpädagogischen Familienbegleitung**

Auch wenn das Ziel der SPF darin besteht, die Familie zu ermächtigen, ihren Alltag eigenständig und erfolgreich zu bewältigen, gibt es doch Gründe, die dazu führen können, dass die definierten Ziele nicht erreicht werden oder die Betreuung durch die SPF sogar frühzeitig abgebrochen wird.

Laut Fachverband SPF Schweiz (o.J.: 3) wurden im Jahr 2018 744 Aufträge abgeschlossen (bei dieser Statistik waren 32 Organisationen oder Einzelpersonen beteiligt, die SPF anbieten). Bei 94 Aufträgen erfolgte der Abschluss aufgrund eines frühzeitigen Abbruchs. Dies zeigt auf, dass bei einem erheblichen Teil der Aufträge (ca. 13%) aus verschiedenen Gründen kein erfolgreicher Abschluss möglich war. Ein Abbruch aufgrund von fehlendem Vertrauen in die von der SPF beschäftigte Fachperson scheint naheliegend. Gerade wenn SPF als Massnahme angeordnet wurde, fehlt häufig die Kooperationsbereitschaft von der betroffenen Familie. Damit verbunden sind ambivalente Gefühle und eventuell sogar Widerstand. Wenn das gegenseitige Vertrauen in der Einstiegsphase nicht aufgebaut werden kann oder sich die Familie aufgrund subjektiven Sympathien mit der ihnen zugeteilten Fachperson nicht wohlfühlt, kann das ein Grund für einen Abbruch sein. Im Fall einer angeordneten Massnahme würde dann aber wahrscheinlich eine andere Fachperson die Familie «übernehmen» und einen neuen Anlauf starten. Ein weiterer Grund für einen vorzeitigen Abbruch könnte auch sein, dass über eine gewisse Zeit keine erkennbare Erfolge auftreten und dadurch der Glaube an die Wirksamkeit von SPF von Seite der Familie verloren geht. In einem solchen Fall wäre auch die Motivation der Familie nicht mehr in ausreichender Masse vorhanden, was die Zusammenarbeit erschweren würde. Fehlende Veränderungsmotivation macht die Zusammenarbeit ebenfalls schwierig und kann zu einem frühzeitigen Abbruch der SPF führen. Das bedeutet, dass die Familie nicht gewillt ist, etwas an ihrer gewohnten und sicheren Abläufen zu ändern oder neue Inputs auszuprobieren und anzunehmen.

Das oberste Ziel von SPF ist die Gewährleistung und Förderung des Kindeswohls und damit einhergehend die Befähigung und Stärkung der elterlichen Ressourcen (vgl. AvenirSocial/Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung 2017: 2). Auch wenn auf dieses Ziel hingearbeitet wird, bedeutet das noch nicht, dass SPF «das Wundermittel» ist, um der Familie zu einem gelingenden Familienalltag zu verhelfen. SPF kann nicht alles perfekt machen. Auch wenn die Empathie und die Bemühungen noch so gross sind ist es schwierig, allen Ansprüchen der Familie gerecht zu werden. Es gilt immer auch zu beachten, dass in einer Familie verschiedene Charakteren vorhanden sind und somit Dynamiken bestehen, die nicht voraussehbar sind. Das System Familie besteht aus einzelnen Familienmitgliedern, die alle miteinander in Verbindung stehen. Verändert sich ein Teil des Systems, hat dies Auswirkungen auf das gesamte System (vgl. Willemse/von Ameln 2018: 161). Diese Dynamiken sind nicht voraussehbar und deshalb kann nicht immer zeitnah und adäquat interveniert werden. Gerade auch dann, wenn solche Dynamiken entstehen und die Begleitung durch eine in der SPF beschäftigte Fachperson bereits beendet wurde. Das kann als weitere Grenze von SPF bezeichnet werden. SPF dauert nicht ein Leben lang. Nach der Hauptphase kommt es zu einer Abschlussphase, bei welcher die Begleitung langsam reduziert und die Standhaftigkeit und Belastbarkeit der Familie überprüft wird (vgl. SpF plus o.J.: 2). Auch wenn die Begleitung erfolgreich abgeschlossen wurde und die mögliche Gefährdung des Kindeswohls abgewandt werden konnte, ist die Familie nicht vor späteren Risiken geschützt. Kommt es beispielsweise nach einigen Jahren zu einer neuen herausfordernden Situation, wie durch eine schwere Krankheitsgeschichte, kann die ganze Familie erneut einer starken Belastung ausgesetzt sein. Im besten Falle konnte die Familie mithilfe von SPF in ihren Ressourcen und ihrer Belastbarkeit soweit gestärkt werden, dass neue Krisen erfolgreich gemeistert werden oder ein adäquater Umgang mit einer neuen Situation gefunden werden kann. Es besteht aber auch die Gefahr, dass die Familie in alte Muster zurückfällt.

#### **4.4. Fazit**

Resümierend lässt sich sagen, dass SPF heute eine wichtige ambulante Hilfeform darstellt, die Familien in ihrem eigenen Lebensraum unterstützt und stärkt. Innerhalb weniger Jahren hat SPF einen bedeutenden Platz innerhalb der Erziehungshilfe eingenommen (vgl. Peter 2011: 99). Mithilfe von SPF ist es möglich, Familien in mehrfachen Belastungssituationen neue Handlungsstrategien aufzuzeigen sowie Ressourcen zu erschliessen und zu stärken. Das Ziel davon ist, der Familie dabei zu helfen, eigenständig einen gelingenden Alltag zu führen und dadurch die Gefährdung des Kindes oder der Kinder abzuwenden.

Mit ihrer alltagsnahen Betreuung begleitet eine in der SPF beschäftigte Fachperson die Familie dort, wo sie sich am meisten aufhält. Die Fachperson erhält Eindrücke in verschiedene Systeme der Familie und kann somit, wenn nötig, bei verschiedenen Verknüpfungspunkten intervenieren. Da die Begleitung durch eine in der SPF beschäftigte Fachperson bis zu zweieinhalb Jahre dauern kann, ist eine gemeinsame fortlaufende Entwicklung möglich. Im besten Fall wird die Familie während der Begleitung optimal gestärkt, damit sie auf allfällige nachfolgende Krisen oder Belastungen psychisch vorbereitet ist und diese bewältigen kann.

Grundsätzlich können verschiedene Situationen dazu führen, dass eine Begleitung durch SPF scheitert und frühzeitig abgebrochen wird. Da für die Kooperationsbereitschaft ein gegenseitiges Vertrauen Voraussetzung ist, kann bereits dies ein Grund dafür sein, dass sich die Familie nicht offen für Interventionen zeigt. Nicht zu vergessen ist auch die Tatsache, dass mit SPF nicht allen zukünftigen Schwierigkeiten und Herausforderungen entgegengewirkt werden kann. SPF kann der Familie lediglich neue Handlungsstrategien aufzeigen und deren Ressourcen stärken und erschliessen. Obwohl die Belastbarkeit der Familie in einer Abschlussphase beobachtet und allenfalls eine Nachbetreuung vereinbart wird, kann es trotzdem zu unerwarteten Situationen kommen, welche die Familie erneut auf die Probe stellen könnten. SPF stellt jedoch eine wichtige ambulante Hilfeform dar, die vielen Familien unterstützend und beratend zur Seite steht. So konnte schon häufig eine Gefährdung des Kindeswohl abgewandt und der Familie aus Mehrfachbelastungen herausgeholfen werden.

## 5. Theorie Integration und Lebensführung

Vor mehreren Jahrzehnten, als es noch die verschiedenen Klassen in einer Gesellschaft gab, hatte Integration noch nicht denselben Stellenwert, den sie heute hat. Ein Mensch wurde dazumal in eine Klasse hineingeboren, je nachdem, welcher die eigenen Eltern angehörten. Diese Eingliederung in eine Klasse wurde so von Generation zu Generation weitergegeben (vgl. Sommerfeld/Hollenstein/Calzaferri 2011: 41). In der modernen Gesellschaft existiert diese Klassengesellschaft nicht mehr. Obwohl nicht alle dieselben Ausgangsbedingungen bei der Geburt haben, ist es für Menschen in der heutigen Zeit einfacher, ihren beruflichen und privaten Werdegang selbstbestimmt zu wählen. In der modernen Gesellschaft entstehen so neue Formen von Integration in die Gesellschaft. Weil die heutige Zeit mehr Freiheiten für den einzelnen Menschen und seine Lebensführung zulässt, bringt das auch mehr Risiken und Herausforderungen mit sich (vgl. ebd.: 42). Hier kommt nun Soziale Arbeit ins Spiel.

Soziale Arbeit hat das Ziel, Menschen in verschiedenen Lebensbereichen und Lebenslagen zu unterstützen, sodass eine Veränderung und Entwicklung möglich wird, die den Klienten oder die Klientin dazu ermächtigt, sich besser an gesellschaftliche, soziale und private Gegebenheiten anzupassen. Insbesondere hat die «Hilfe zur Selbsthilfe» einen grossen Stellenwert (vgl. AvenirSocial 2014: 2 – 3). Laut dem Berufsbild von Sozialer Arbeit (ebd.) bewegen «sich die Professionellen der Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von gesellschaftlichen Erwartungen und individuellen Bedürfnissen». Soziale Arbeit beschäftigt sich unter anderem mit Herausforderungen und Problemlagen in den unterschiedlichen Systemen einer Person. Dies kann in Form einer Schulsozialarbeit im System Schule geschehen oder in Form von sozialpädagogischer Familienbegleitung im System Familie. Soziale Arbeit setzt mit ihren Interventionen an der Schnittstelle von Individuum und Gesellschaft an (vgl. Staub-Bernasconi 2013: 33). Die Theorie Integration und Lebensführung nach Sommerfeld et al. (ebd.) ist ein systemtheoretischer Ansatz der Sozialen Arbeit, mit dem versucht wird, diese Schnittstelle zu verstehen. Der Mensch wird dabei in Interaktion mit den verschiedenen Systemen seiner Lebensführung betrachtet.

Das Lebensführungssystem wird in diesem Kapitel, nach einem kurzen Überblick über die gesamte Theorie, thematisiert. Nach dem Aufzeigen der wichtigsten Merkmale geht es darum, inwiefern die Theorie, und insbesondere das Lebensführungssystem, der SPF einen Mehrwert bietet. Anschliessend wird dargelegt, welchen Herausforderungen sich junge Erwachsene in den verschiedenen Systemen des Lebensführungssystems stellen müssen.

Es gilt anzumerken, dass die Theorie Integration und Lebensführung zwei Diagnostikverfahren beinhaltet, mit welchen ein individuelles Lebensführungssystem und die darin enthaltenen Dynamiken rekonstruiert werden können. Gemeint sind damit die idiografische und die deskriptive Systemmodellierung (vgl. Sommerfeld et al. 2016: 293). Die deskriptive Systemmodellierung zielt insbesondere auf die Rekonstruktion eines Lebensführungsmodells von Klienten und Klientinnen in psychiatrischen Einrichtungen ab. Damit ist sie für klinische Settings besonders interessant (vgl. ebd.: 298). Aufgrund dessen wird es kaum möglich sein anhand dieses Diagnostikverfahrens Parallelen und Indikationen für die SPF abzuleiten. Die idiografische Systemmodellierung kann dagegen in unterschiedlichen Arbeitsfeldern eingesetzt werden. Demzufolge wird in diesem Kapitel lediglich auf das Verfahren der idiografischen Systemmodellierung eingegangen.

## 5.1. Beschreibung der Theorie Integration und Lebensführung

Anhand der Theorie Integration und Lebensführung sollen Re-Integrationsprozesse in ihrer Komplexität erforscht werden. Dies zum Beispiel bei Menschen nach einem langen Gefängnisaufenthalt oder nach Beendigung eines Aufenthalts in einer Klinik für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen (vgl. Sommerfeld et al. 2016: 50). In der Theorie von Integration und Lebensführung wird der Mensch als bio-psycho-soziales Wesen verstanden, welches für seine Überlebenssicherung ein Lebensführungssystem ausbildet (vgl. ebd. 271). Die Betrachtungsweise des Menschen als bio-psycho-soziales Wesen hat zum Zweck, dass nicht nur die gesundheitliche Situation eines Menschen betrachtet wird, sondern auch die sozialen Umstände miteinbezogen werden (vgl. ebd.: 84). Es soll somit beispielsweise nicht nur der biologische Aspekt betrachtet werden, sondern auch die Aspekte, welche die Psyche und das soziale Umfeld betreffen. Diese drei Komponenten stehen miteinander in Wechselwirkung und beeinflussen sich gegenseitig. Die WHO (2009, zit. nach Sommerfeld et al. 2016: 87) beschreibt den Inhalt des bio-psycho-sozialen Modells mit diesem Satz: «Gesundheit ist der Zustand des völligen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen.»

Das Lebensführungssystem (Abbildung 1) setzt sich aus dem Menschen als bio-psycho-soziales Wesen und den Handlungssystemen mit den jeweiligen Integrationsbedingungen zusammen, welche in Wechselwirkung miteinander verknüpft sind (vgl. Hollenstein/Kunz 2019: 122). Dem Menschen als bio-psycho-soziales Wesen werden sogenannte Kognitions-Emotions-Verhaltensmuster (KEV) als Ausstattung zugeschrieben (vgl. ebd.). Diese KEV beinhalten bei-

spielsweise Charaktereigenschaften, erworbene Fähigkeiten, Bewältigungsstrategien und erlebte Erfahrungen. Das Lebensführungssystem wird mit seinen Wechselwirkungen als ein sich selbst organisierendes System verstanden (vgl. Sommerfeld et al. 2011: 115). Es zeichnet sich durch das Zusammenwirken von verschiedenen Komponenten und Dynamiken aus (Synergetik). Die einzelnen Systeme, in denen ein Mensch in Interaktion mit seiner Umwelt tritt, können ganz unterschiedlich sein und je nach Alter der Person variieren. Die gängigsten Systeme sind jedoch die folgenden: Familie, soziales Netz (Private Sozialsysteme), professionelles Helfer-/Helferinnen-Netz, Schattenwelten, Kultur/Freizeit, Arbeit/Ausbildung/Tagesstruktur (Beschäftigungssystem) (vgl. Sommerfeld et al. 2016: 59).

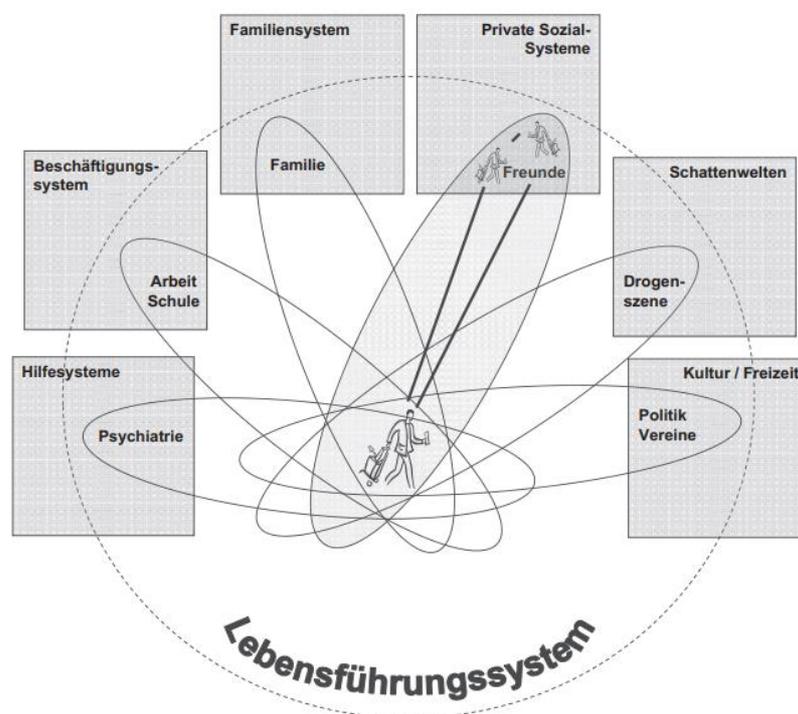


Abbildung 1: Lebensführungssystem eines Menschen als bio-psycho-soziales Wesen innerhalb seiner verschiedenen Systemen (Sommerfeld et al. 2016: 59)

Die einzelnen Systeme im Lebensführungssystem eines Menschen können durch interne oder externe Faktoren verändert werden. Diese Faktoren sind so genannte «Kontrollparameter», durch welche das Lebensführungssystem aus dem Gleichgewicht geraten kann. Mit diesen Kontrollparameter kann ein System energetisch aktiviert und eine Veränderung erreicht werden. Solche internen und externen Faktoren können beispielsweise eine Therapie, das biologische Altern oder die Veränderung einer öffentlichen Struktur sein (vgl. ebd.: 55 – 56).



je nach Kontext nicht immer gegeben ist. Anhand der gewonnenen Informationen aus den Interviews wird dann eine Systemmodellierung erstellt. Sommerfeld et al. (2016: 300) merkt an, dass «der Zeitaufwand, der mit einer idiographischen Systemmodellierung verbunden ist, für diese Praxis (viel) zu gross» sei. Mit «dieser Praxis» sind vier psychiatrische Sozialdienste gemeint, in welcher die Praxistauglichkeit des Lebensführungssystems und der Systemmodellierung getestet wurden. Die Autoren der Theorie wissen demzufolge selbst, dass die Durchführung in der Praxis durch die meist fehlenden Zeitressourcen erschwert wird. Ein weiterer erschwerender Punkt für die Ausführung der Theorie in der Praxis ist, dass dafür speziell geschulte Kompetenzen nötig sind. Diese notwendigen Ressourcen müssten zuerst im Rahmen einer Weiterbildung angeeignet werden, damit überhaupt auf diese Weise gearbeitet werden kann (vgl. ebd.).

Mit dem Klienten oder der Klientin eine solche Systemmodellierung aufzuzeichnen und so ihr persönliches Lebensführungssystem mitsamt der Problemdynamiken zu erschliessen, kann sicherlich viele neue Erkenntnisse aufzeigen und gewinnbringend sein. Da nicht in jedem Praxisfeld der Sozialen Arbeit genügend zeitliche Ressourcen vorhanden sind, um eine solch komplexe und aufwendige Rekonstruktion gemeinsam mit dem Klientel vorzunehmen, dürfte es aber schwierig sein, dieses Vorgehen in die Praxis zu transferieren. In einer längeren und engeren Begleitung eines Klienten oder einer Klientin, beispielsweise im Rahmen einer längerfristigen Beratung oder eines Coaching, wären diese zeitlichen Ressourcen gegeben. Auch in der SPF wäre diese Rekonstruierungsmethode ein mögliches Vorgehen, um herauszufinden, welche Problemdynamiken bestehen und wo Interventionen nötig wären. Da die Begleitung einer Familie meistens ebenfalls von längerer Dauer ist, würde sich die Erstellung einer Systemmodellierung lohnen.

### **5.3. Wichtige Aspekte der Theorie für die sozialpädagogische Familienbegleitung**

Die Grundidee der Theorie Integration und Lebensführung hinsichtlich des professionellen Handelns ist es, Interventionen zu ermöglichen, die genau auf die in einem System vorkommenden Dynamiken zugeschnitten sind (vgl. Hollenstein/Kunz 2019: 120 – 121). Mithilfe dieses Vorganges sollen «nachhaltige Problemlösungen wahrscheinlicher» gemacht werden (ebd.). Anhand der Systemmodellierung des Lebensführungssystems eines Klienten oder einer Klientin können problematische Dynamiken herausgearbeitet werden und in Verbindung mit anderen Faktoren gesetzt werden. Somit wird es möglich zu evaluieren, wo die Problemdynamik entstanden ist und welche Auswirkungen diese auf andere Systeme und Dynamiken

hat. Im besten Fall kann die Dynamik durch gezielte Interventionen so verändert werden, dass sie nicht mehr problematisch ist und sich die Situation beruhigt.

In der SPF wäre es insbesondere spannend, das System Familie zu rekonstruieren. In einer Systemmodellierung könnten, anstatt nur das Lebensführungssystem einer Person, einzelne Systeme aus der gesamten Familie in den Vordergrund gestellt werden. Dies beispielsweise indem die Dynamiken in der Familie sowie wichtige Dynamiken der einzelnen Familienmitglieder in anderen Systemen gemeinsam dargestellt werden. Das wöchentliche Treffen des Vaters mit seinen Freunden in einer Bar könnte zum Beispiel eine solche Dynamik sein, welche das gesamte System Familie betrifft und beeinflusst. In diesem Fall würde die Systemmodellierung der Familie mit dem System soziales Netz des Vaters ergänzt werden (Abbildung 3). Da die Tochter in diesem Beispiel Mühe in der Schule hat, ist zudem das System Schule von grosser Bedeutung und wird ebenfalls in die Systemmodellierung miteinbezogen. Anhand einer solchen Modellierung können nun Zusammenhänge aufgezeigt und Problemdynamiken erkannt werden.

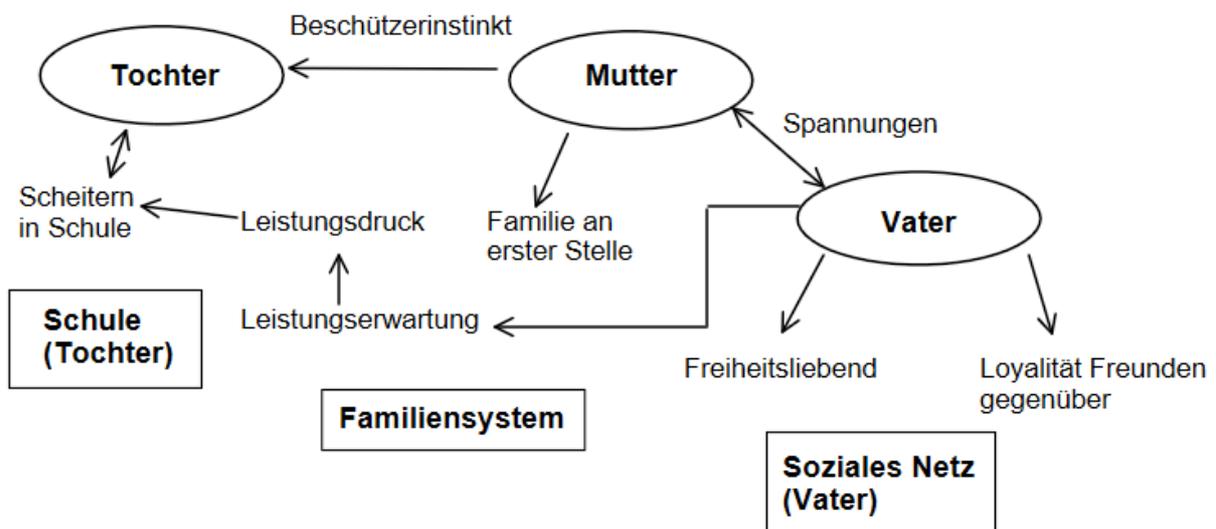


Abbildung 3: Ausschnitt einer möglichen Modellierung im Familiensystem einer Familie (eigene Darstellung)

Es ist also möglich eine Modellierung vorzunehmen, die alle wichtigen Systeme aus den Lebensführungssystemen der einzelnen Familienmitglieder enthält. Die Schwierigkeit liegt darin, alle problematischen Dynamiken in den verschiedenen Systemen zu erkennen und die zentralen und bedeutsamen herauszufiltern und darzustellen. Gelingt dies, bedeutet das einen grossen Mehrwert für die Arbeit mit der Familie, damit herausgefunden werden kann, wo die Problemdynamiken entstehen und somit gezielte Interventionen möglich werden. Wie bereits erwähnt ist es notwendig, für die Erstellung einer Systemmodellierung mit dem Klienten oder

der Klientin biografische Interviews durchzuführen (vgl. Hollenstein/Kunz 2019: 123). Für die in der SPF beschäftigte Fachperson ist es ein Vorteil, wenn sie mit den einzelnen Familienmitgliedern allein aber auch mit der Familie als Ganzes solche Interviews durchführen kann. Somit erhält sie Informationen aus verschiedenen Quellen und es werden unterschiedliche Perspektiven sichtbar. Bereits das Aufzeigen dieser unterschiedlichen Perspektiven in einem Gespräch mit der ganzen Familie kann Diskrepanzen auflösen und gegenseitiges Verständnis hervorbringen und stärken.

Resümierend lässt sich sagen, dass die Arbeit mit der Theorie und deren Rekonstruktionsmethoden in der SPF sehr nützlich sein können. Die dafür benötigten zeitlichen Ressourcen sind aufgrund der länger andauernden Begleitung vorhanden. Mithilfe einer Systemmodellierung werden Zusammenhänge, Dynamiken und unterschiedliche Perspektiven aufgezeigt, sodass gezielte Interventionen für die Begleitung der Familie geplant und durchgeführt werden können.

#### **5.4. Herausforderungen von jungen Erwachsenen in den verschiedenen Systemen des Lebensführungssystems**

Eine bedeutsame Entwicklungsaufgabe von jungen Erwachsenen ist es, tragfeste und intime Partnerschaften und Freundschaften einzugehen (vgl. Erikson 2009: 92). Diese Aufgabe stellt für eine junge erwachsene Person eine grosse Herausforderung im System des sozialen Netzes dar. Je nachdem, welche Bindungserfahrungen bestehen, ist es für eine Person leichter oder schwieriger, offen auf andere Menschen zuzugehen und so Beziehungen einzugehen. Das Anpassen und Eingliedern in das soziale Umfeld gestaltet sich ebenfalls unterschiedlich. Besonders für junge Erwachsene hat das soziale Netz jedoch einen bedeutsamen Stellenwert. Die Herausforderung in diesem System liegt darin, Anschluss zu finden, tragfeste Beziehungen einzugehen und diese aufrecht zu halten. Im System der Familie geschehen im jungen Erwachsenenalter viele Veränderungen, welche ebenfalls als Herausforderungen angesehen werden können. Die junge erwachsene Person zieht im Laufe der Jahre von zu Hause aus und schafft sich einen eigenen Wohnraum. Gegebenenfalls gemeinsam mit einem Partner oder einer Partnerin. Dieser Schritt bedeutet einen wichtigen Neuanfang, der mit vielen Aufgaben verbunden ist. Der oder die junge Erwachsene steht eigenständig im Leben und hat nun auch finanzielle Verpflichtungen. Die Herkunftsfamilie kann hier als grosse Stütze dienen, indem sie materiellen und immateriellen Beistand leistet. Um alle finanziellen Verpflichtungen stemmen zu können, ist das Nachgehen einer Erwerbsarbeit meist trotzdem unabdingbar. Das System der Arbeit/Ausbildung/Tagesstruktur hat demzufolge einen grossen Einfluss auf das

Lebensführungssystem einer jungen erwachsenen Person. Steckt diese mitten in einer Ausbildung, verstärkt sich die Herausforderung der eigenständigen Lebensführung zusätzlich. Obwohl mit dem Auszug aus dem Herkunftsfamilien-Haushalt Unabhängigkeit verbunden ist, entsteht doch eine grössere Abhängigkeit zur Erwerbsarbeit und somit Leistungsdruck.

Bei der Gründung einer eigenen Familie stellt sich auch die Herausforderung, die Erwerbsarbeit mit dem Privatleben zu vereinen. Je nach wirtschaftlicher Lage kann es für eine junge Familie schwierig sein, diese Vereinbarkeit zu regeln. Die Systeme Familie und Arbeit/Ausbildung/Tagesstruktur beeinflussen sich gegenseitig sehr stark und sind voneinander abhängig. Das System Kultur/Freizeit kann mit dem System des sozialen Netzes gleichgesetzt werden. Auch hier kann es je nach den gemachten Bindungserfahrungen leichter oder schwieriger sein, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten. Eine Person, die sich eher zurückzieht und nicht offen auf Andere zugeht, wird sich beispielsweise weniger einem Verein anschliessen. Wird dagegen ein zeitaufwendiges Hobby betrieben, kann das die Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit, Privatleben und Freizeit erschweren. Hinzu kommt, dass das System Schattenwelt eine zusätzliche Herausforderungen darstellen kann. Konsumiert eine junge erwachsene Person beispielsweise regelmässig Drogen, kann es für sie schwieriger sein, einer Erwerbsarbeit nachzugehen und so ihren Lebensunterhalt zu finanzieren. Im System des professionellen Netzes erfährt die junge erwachsene Person Unterstützung und Beratung in jedem der verschiedenen Systemen. Natürlich kommen auch hier Herausforderungen auf die Person zu, beispielsweise indem sie Erlebnisse aufarbeiten oder Kooperationsbereitschaft zeigen muss.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich eine junge erwachsene Person im Laufe ihres Lebens vielen Herausforderungen stellen muss. Diese Herausforderungen können in allen Systemen des Lebensführungssystems auftreten. Je nach dem, mit welchen Kognition-Emotions-Verhaltensmuster die Person ausgestattet ist, gelingt es ihr besser oder schlechter, diese zu bewältigen.

## 5.5. Fazit

Integration hat heute einen anderen Stellenwert als früher. Durch die eigene Lebensführung, welche heute individueller, freiwilliger und selbstbestimmter gestaltet werden kann, entstehen für eine Person viele Wahlmöglichkeiten und Entscheidungen, die es zu treffen gilt. Alle Herausforderungen, der sich eine Person stellen muss und alle gemachten Erlebnisse und Erfahrungen bilden die KEVs dieser Person aus. Kurz: Alles, was eine Person erlebt hat, macht sie zu dem, was sie heute ist.

Problemdynamiken sind häufig sehr komplex und womöglich an anderen Stellen im Leben entstanden als zuerst angenommen. Um an diesen Problemen zu arbeiten ist eine Auslegung, wie die Systemmodellierung, von grossem Vorteil. Damit können Zusammenhänge erschlossen und genauer aufgezeigt werden. Da die Arbeit in der Familie durch eine in der SPF beschäftigte Fachperson eine längerfristige Begleitung bedeutet, wäre der zeitliche Aufwand, der dieser Methodik zugrunde liegt, zu bewerkstelligen.

Obwohl eine Systemmodellierung ein aufwendiges Verfahren darstellt, ist es für die Arbeit in der SPF dennoch eine gute Möglichkeit, um Problemdynamiken aufzuzeigen und Interventionen anzusetzen, wo sie nötig sind. Es wäre eine Methode, auf die in der SPF insbesondere dann zurückgegriffen werden könnte, wenn komplexe und herausfordernde Situationen bestehen, die sich auf verschiedene Systeme der Familienmitglieder auswirken. Das Lebensführungssystem schafft zudem ein Bewusstsein dafür, dass die unterschiedlichen Systeme zusammenhängen und sich gegenseitig beeinflussen. Deshalb kann schon das Thematisieren der Lebensführungssysteme der einzelnen Mitglieder einer Familie zu einer ersten, bedeutenden Veränderung führen.

## 6. Schlussfolgerungen

Die Bedeutsamkeit von Bindungserfahrungen aus der Kindheit konnte anhand der Darlegungen in dieser Bachelor Thesis hervorgehoben werden. In der bisherigen Arbeit wurde ausserdem darauf eingegangen, welchen Herausforderungen sich die jungen Erwachsenen daraus resultierend stellen müssen und wie die SPF, mit dem Hintergrund der Theorie Integration und Lebensführung, diesen Personen unterstützend zur Seite stehen kann. Im folgenden Kapitel werden nochmals die wichtigsten Erkenntnisse der Bachelor Thesis zusammengefasst und präsentiert sowie im Hinblick auf die zentrale Fragestellung diskutiert. Zudem wird der Zusammenhang der einzelnen Thematiken aufgezeigt. Im Anschluss wird folgende Fragestellung beantwortet: *Welchen Herausforderungen müssen sich junge Erwachsene mit eigenen Kleinkindern und unsicherem Bindungsstatus stellen und inwiefern kann die sozialpädagogische Familienbegleitung sie darin unterstützen?*

In einem letzten Unterkapitel wird auf weiterführende Gedanken eingegangen und benannt, welche weiteren Themen nach dieser Bachelor Thesis bearbeitet werden könnten.

Zugunsten der Lesbarkeit wird im gesamten nachfolgenden Kapitel auf Quellenverweise verzichtet. Der Inhalt bezieht sich auf die im Hauptteil thematisierten Themen. Es wird lediglich auf Quellen hingewiesen, welche bisher noch nicht miteinbezogen worden sind.

### 6.1. Erkenntnisse und Zusammenhänge

Bindungserfahrungen wurden lange Zeit keine grosse Bedeutung zugestanden. Erst ab Mitte des 20. Jahrhunderts gewann die Thematik an Bekanntheit. Ab diesem Zeitpunkt wurde vermehrt darüber geforscht und schlussendlich zur Erkenntnis gelangt, dass Bindungserfahrungen in der Kindheit für die gesamte weitere Entwicklung prägend sind. Das Kind baut eine sichere Bindung zu seinen Bezugspersonen auf, wenn seine Bedürfnisse zeitnah und konstant befriedigt werden und wertschätzend auf das Kind eingegangen wird. Durch diesen wiederkehrenden empathischen Umgang entsteht ein positives inneres Arbeitsmodell von Bindung. Das Kind wird dementsprechend mit einer gesunden Einstellung an zukünftige Beziehungen herantreten. Ein Kind, das durch seine Bindungserfahrungen eine unsichere Basis zu seinen Bezugspersonen aufweist, wird auch auf neue Beziehungen ähnlich reagieren, wie es dies durch seine Erfahrungen erlernt hat. Hier wird der Modellcharakter der Bezugspersonen deutlich. Es sieht diese Art, wie es behandelt wird, als normal an und verinnerlicht deshalb diese Verhaltensweisen. Bindungserfahrungen wirken sich jedoch nicht nur auf die Erwartungen an

soziale Kontakte aus, sondern sie beeinflussen auch andere Bereiche des Lebens. Eine sichere Bindung zu Bezugspersonen stärkt das Selbstbewusstsein, die Empathiefähigkeit und die Widerstandsfähigkeit. Da im jungen Erwachsenenalter Beziehungen und Partnerschaften einen hohen Stellenwert haben, ist eine sichere Bindung in diesem Alter von besonderem Wert. Eine junge erwachsene Person muss sich vielen neuen Herausforderungen stellen: eigener Wohnraum, Ausbildung und/oder Erwerbsarbeit, Eigenfinanzierung, Familiengründung etc. Diese Herausforderungen können sehr belastend sein. Durch positive Bindungserfahrungen bringt eine junge erwachsene Person viel Vertrauen und Selbstbewusstsein mit. Sie wurde in ihrem Leben unterstützt und erfuhr von Bezugspersonen Sicherheit. Für eine junge erwachsene Person, die in ihrer Kindheit aus verschiedenen Gründen keine sichere Bindung aufbauen konnte, ist es dennoch möglich, diese Herausforderungen zu meistern. Eine solche Person hat gegebenenfalls grössere Schwierigkeiten mit diesen Belastungen und den damit verbundenen Emotionen umzugehen. Das Selbstbild könnte zudem negativ behaftet sein, da aus der Familie wenig emotionalen Beistand entgegenkam. Unsicher gebundenen Personen kann es schwerer fallen, sich in ihr soziales Umfeld zu integrieren.

Im jungen Erwachsenenalter wird die Familiengründung ein Thema. Gerade Personen mit unsicher-distanzierender/abweisender Bindung bewerten die Bindung zu Bezugspersonen als nicht relevant. Beim Erziehen von eigenen Kleinkindern kann das dazu führen, dass auf diese Bindung kein Wert gelegt wird und die Kinder diese Einstellung übernehmen. Andererseits kann es bei einer unsicher-verstrickten Person dazu kommen, dass sie die eigenen Kinder zu stark an sich bindet und ihnen keinen oder nur wenig Freiraum gewährt. Eine unsichere Bindung verstärkt das Risiko, das erlernte Verhalten an eigene Kinder weiterzugeben. Dadurch, dass die jungen erwachsenen Eltern (oder ein Elternteil) selbst unsicher gebunden sind, ist es ihnen gegebenenfalls nicht möglich, den eigenen Kindern die Unterstützung und Sicherheit zu bieten, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. Eventuell wird nicht adäquat auf die Bedürfnisse der Kinder eingegangen oder es bestehen zu wenig körperliche und emotionale Berührungspunkte, die Sicherheit und Nähe vermitteln würden. Aufgrund dessen können Erziehungsschwierigkeiten auftreten. In solchen Fällen kann SPF Entlastung, Beratung und Unterstützung bieten.

Die Theorie Integration und Lebensführung mit dem darin enthaltenen Modell des Lebensführungssystems ist eine Methodik, welche in der SPF angewendet werden kann. Damit können Problemdynamiken sichtbar gemacht und Interventionen individuell angepasst werden. Eine in der SPF beschäftigte Fachperson begleitet die mehrfachbelastete Familie über längere Zeit. Aufgrund dessen stehen ihr Ressourcen zur Verfügung, die es ihr ermöglichen, eine System-

modellierung mit der Familie vorzunehmen. Damit können gezielte Interventionen geplant werden, anhand deren die belastenden Situationen in der Familie aufgelöst und ihre Ressourcen gestärkt werden können.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der Zusammenhang der verschiedenen Thematiken in dieser Bachelor Thesis herausgearbeitet werden konnte. Es wurde klar, dass Bindungserfahrungen lebenslang von zentralem Wert sind. Die Auswirkungen einer unsicheren Bindung sind demzufolge für die gesamte Entwicklung sehr prägend. Gerade junge erwachsene Personen mit einer unsicheren Bindung müssen sich vielen Herausforderungen stellen. Es wurde deutlich, dass SPF dort ansetzen und dazu beitragen kann, dass diese Herausforderungen gemeistert werden können. Das Lebensführungssystem und die Systemmodellierung können, wie oben beschrieben, dabei helfen, die gesamte Situation der Familie zu verstehen und so eine Grundlage für adäquate Interventionen zu bilden.

## 6.2. Beantwortung der zentralen Fragestellung

*Welchen Herausforderungen müssen sich junge Erwachsene mit eigenen Kleinkindern und unsicherem Bindungsstatus stellen und inwiefern kann die sozialpädagogische Familienbegleitung sie darin unterstützen?*

Gerade dann, wenn eine junge erwachsene Person eine eigene Familie gründet, ist eine finanzielle Absicherung essenziell. Aufgrund dessen spielt die Erwerbsarbeit und die damit einhergehende Entlohnung in der Regel eine zentrale Rolle. Für junge Erwachsene, die eigene Kinder haben, ist es von Vorteil, wenn sie bereits über eine abgeschlossene Grundausbildung verfügen. Aus eigener Erfahrung und Resonanz aus dem persönlichen Umfeld der Autorin lässt sich aber auch sagen, dass sich junge Erwachsene häufig noch in einer weiteren Ausbildung befinden, neben der Erwerbsarbeit weiterbildende Kurse besuchen oder sich eine Neuorientierung in Sache Erwerbsarbeit wünschen. Da Schwangerschaften nicht immer geplant entstehen, können sich im Bezug der Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit/Ausbildung und Alltag mit einem Kind demzufolge grosse Herausforderungen ergeben. Dies gilt für junge Erwachsene mit einem unsicherem sowie einem sicheren Bindungsstatus. Um diese Vereinbarkeit zu gewährleisten könnten externe Betreuungspersonen in Frage kommen, welche die Kinderbetreuung übernehmen, während dem die junge erwachsene Person ihrer Erwerbsarbeit/Ausbildung nachgeht. Als Betreuungspersonen kommen dabei häufig die eigenen Eltern (Grosseltern des Kindes) zum Einsatz. Im Jahr 2018 wurden beispielsweise 40,1% der Kinder im Alter von 0 – 3 Jahren von den Grosseltern betreut (vgl. Bundesamt für Statistik 2020: o.S.). Da die

Beziehung zu den eigenen Eltern der jungen erwachsenen Person durch die unsichere Bindung gegebenenfalls nicht optimal ist, könnte es schwierig sein, diese für die Kinderbetreuung zu gewinnen und einzuspannen. Wäre dies der Fall, könnte es für eine junge erwachsene Person mit eigenem Kind sehr herausfordernd sein, ihrer Erwerbsarbeit/Ausbildung nachzugehen, um genügend finanzielle Mittel aufzubringen. Die Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit/Ausbildung und Familie wäre schwieriger zu stemmen. Es kristallisiert sich jedoch auch heraus, dass diese Situation je nach familiärem Kontext unterschiedlich zu bewerten ist. Wenn die Familie aus zwei jungen Erwachsenen besteht (z.B. junge erwachsene Mutter und junger erwachsener Vater), kann die Vereinbarkeit viel eher gewährleistet werden, da die Mutter und der Vater sich mit der Betreuung und Erwerbsarbeit abwechseln können.

Da unsicher gebundene Personen Schwierigkeiten haben, sich in ein soziales Umfeld zu integrieren und anzupassen, kann es für eine junge erwachsene Person herausfordernd sein, an gesellschaftlichen Tätigkeiten teilzunehmen und so dem eigenen Kind den Aufbau eines sozialen Netzes zu ermöglichen. Es könnte sein, dass sich die junge erwachsene Person mit dem eigenen Kind isoliert, damit sie sich nicht dem sozialen Umfeld stellen und Kontakte knüpfen «muss». Einer unsicher gebundenen Person ist häufig nicht bewusst, wie wichtig Bindungsbeziehungen für die Entwicklung sind. Aufgrund dessen ist es naheliegend, dass sie dem eigenen Kind unbewusst die Möglichkeit verwehrt, Kontakte zu knüpfen, in dem sie gar keine Anknüpfungspunkte, wie beispielsweise ein gemeinsames Treffen mit anderen Familien, schafft.

Die wohl grösste Herausforderung von unsicher gebundenen jungen Erwachsenen stellt sich aber in der Beziehung zwischen dem eigenen Kleinkind und sich selbst. Einer unsicher gebundenen Person fällt es schwer, die eigenen Gefühle zu regulieren und offen zu kommunizieren. Zudem hat sie in der eigenen Kindheit die Erfahrung gemacht, dass ihre Bedürfnisse nicht konstant befriedigt wurden und sie sich nicht auf ihre Bezugspersonen verlassen konnte. Auch fehlte es gegebenenfalls an körperlicher Nähe und emotionalem Beistand. Vielleicht wurde Zurückweisung erlebt und die Beziehung zu den eigenen Bezugspersonen durch ambivalente Verhaltensweisen gestört. Da die Eltern einem Kind als Vorbild und Modell dienen, wird viel von diesem Verhalten abgeschaut und nachgemacht. Damit wird die elterliche Haltung an die eigenen Kinder weitergegeben. Einer jungen erwachsenen Person mit unsicherer Bindung stellt sich deshalb die Herausforderung, das eigene Verhalten bewusst zu verändern und so diesen «Teufelskreis» der Weitergabe zu durchbrechen.

Bei diesem Schritt kann die sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF) Unterstützung bieten. Durch die Begleitung der Familie in ihrem eigenen Wohnraum erlebt die in der SPF beschäftigte Fachperson den Alltag realitätsnah. Durch die langandauernde Begleitung gelangt die Fachperson zudem zu vielen Informationen, wie die Familie ihren Alltag gestaltet und wie miteinander umgegangen wird. So ist es ihr möglich, zeitschnell und adäquat auf beobachtete Situationen einzugehen und den Eltern allfällige Handlungsalternativen aufzuzeigen. Da vielen unsicher gebundenen jungen Erwachsenen das Vorhandensein ihrer unsicheren Bindungsbasis gegebenenfalls gar nicht bewusst ist, kann SPF, bei bestehendem theoretischen Wissen, die jungen Erwachsenen darüber aufklären. Auch wenn der unsichere Bindungsstatus nicht durch ein AAI klassifiziert worden ist, lassen sich trotzdem Merkmale eines unsicheren Bindungsstatus durch Gespräche und spezifische Fragen ableiten. Eine in der SPF beschäftigte Fachperson kann mit den jungen erwachsenen Personen den sprachlichen Umgang mit Emotionen üben und ihnen die Wichtigkeit dieser Fertigkeit aufzeigen, falls sie Mühe dabei haben, ihre Gefühle offen zu kommunizieren. Da es um Erwachsene mit eigenen Kleinkindern geht, kann sich die in der SPF beschäftigte Fachperson insbesondere auf die Ressourcenstärkung der Erwachsenen fokussieren. Da die Kleinkinder noch sehr jung sind, besteht die Chance, dass ihre Eltern ihr Verhalten, das dem unsicheren Bindungsstatus zugrunde liegt, bewusst verändern können. So kann eine unsicher gebundene junge erwachsene Person im besten Falle doch zu einer guten Basis für das eigene Kind werden und das Weitergeben des eigenen Bindungstyps unterbinden.

Die Herausforderungen, denen sich eine junge erwachsene Person mit eigenen Kleinkindern stellen muss, können je nach Kontext und Lebensumstände variieren. Aufgrund dessen ist es nicht möglich, eine einheitliche Antwort auf die zentrale Fragestellung zu geben. Oben im Text konnten lediglich Herausforderungen dargestellt werden, die sich aufgrund der Bearbeitung dieser Bachelor Thesis ableiten liessen. Natürlich spielen die persönlichen Ressourcen und Möglichkeiten auch immer eine Rolle, wie mit herausfordernden Situationen umgegangen werden kann. Dasselbe gilt für den Umgang der SPF mit diesen Familien.

### **6.3. Weiterführende Gedanken**

Wie bereits benannt, konnten in dieser Bachelor Thesis nur erste Anknüpfungspunkte und Handlungsempfehlungen für die SPF abgeleitet werden. Ein nächster Schritt wäre die Aneignung von vertieftem theoretischen Wissen über die Arbeitsweise von SPF. Damit könnten konkrete Empfehlungen für die Praxis herausgearbeitet werden. Da über die Wirkung von SPF bisher nur wenig bekannt ist, besteht zudem grosser Forschungsbedarf in dieser Thematik

(vgl. FHNW o.J: o.S.). Da in dieser Bachelor Thesis das Lebensführungssystem der Theorie Integration und Lebensführung integriert war, wäre es besonders spannend, die Wirksamkeit diese Methodik in der Praxis der SPF zu testen. Allenfalls stellt sich diese Methodik als geeignete Intervention heraus, aufgrund welcher mehrfach belastete Familien optimal gestärkt und unterstützt werden können. Für Fachpersonen der SPF wäre es aufgrund der Wichtigkeit der positiven Bindungserfahrungen lohnend, sich vertieft mit der Bindungsforschung zu beschäftigen. So könnte der Fokus in der Begleitung von mehrfach belasteten Familien auf die Beziehungen und Bindungen der einzelnen Familienmitglieder untereinander gelegt werden. Aufgrund dieser Bachelor Thesis besteht die Überzeugung, dass bereits viele Erziehungsschwierigkeiten vermindert werden könnten, wenn an der Beziehung zwischen einem Kind und dessen Bezugspersonen gearbeitet wird. Um unsichere Bindungsmuster in Familienbeziehungen aufzulösen, könnte anstatt die SPF eine Familientherapie hilfreich sein. Dort könnten die Familienmitglieder durch die Begleitung des Therapeuten oder der Therapeutin «neue Erfahrungen von Verstandenwerden machen» (Scheuerer-Englisch 2011: 387). Durch diese Erfahrungen wird das Selbstwertgefühl der einzelnen Familienmitglieder gestärkt und ein besseres gegenseitiges Verständnis gefördert (vgl. ebd.). Da sich eine Familientherapie bei Familien mit Kleinkindern allenfalls noch nicht lohnt, wäre auch eine Paartherapie oder das Besuchen einer Mütter- und Väterberatung hilfreich.

Während der Beantwortung der zentralen Fragestellung stellte sich zusätzlich die Frage, welchen Herausforderungen sich unsicher gebundene Erwachsene (ab 30 Jahren) mit eigenen Kindern (ab drei Jahren) stellen müssen. Da die Erwachsenen gegebenenfalls über mehr Lebenserfahrung verfügen und auch die Kinder schon älter sind, könnten sich grosse Unterschiede bei der Untersuchung ergeben. Insbesondere dadurch, dass die Kinder den unsicheren Bindungsstatus ihrer Eltern und dessen Auswirkungen bereits einige Jahre miterlebt haben. Bezüglich der Bindungsthematik wäre es ausserdem interessant herauszufinden, mit welchen konkreten Ressourcen der eigene Bindungstyp bewusst verändert werden kann.

Trotz all diesen Fragen, die sich aufgrund der Beantwortung der zentralen Fragestellung ergeben haben, konnten die Herausforderungen für unsicher gebundene junge Erwachsene mit eigenen Kleinkindern beleuchtet werden und so zu einem erweiterten Wissen und einer Sensibilisierung der Thematik beigetragen werden.

## 7. Quellenverzeichnis

Adesso – Soziale Arbeit in der Familie (Hrsg.) (o.J.). Dienstleistungen. In: [https://adesso-sozialberatung.ch/uploads/files/PDF-Dokumente/druck-seiten/DL\\_Spf\\_Uebersicht\(1\).pdf](https://adesso-sozialberatung.ch/uploads/files/PDF-Dokumente/druck-seiten/DL_Spf_Uebersicht(1).pdf) [Zugriffdatum: 22.09.2020].

AvenirSocial – Soziale Arbeit Schweiz (2010). Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz. Ein Argumentarium für die Praxis der Professionellen. In: [https://www.hilfswerkuri.ch/fileadmin/user\\_upload/documents/ueber-uns/Berufskodex\\_Soziale-Arbeit-Schweiz.pdf](https://www.hilfswerkuri.ch/fileadmin/user_upload/documents/ueber-uns/Berufskodex_Soziale-Arbeit-Schweiz.pdf) [Zugriffdatum: 20.05.2020].

AvenirSocial – Soziale Arbeit Schweiz (2014). Berufsbild der Professionellen Sozialer Arbeit. In: [https://avenirsocial.ch/wp-content/uploads/2018/12/AS\\_Berufsbild\\_DE\\_def\\_1.pdf](https://avenirsocial.ch/wp-content/uploads/2018/12/AS_Berufsbild_DE_def_1.pdf) [Zugriffdatum: 06.10.2020].

AvenirSocial – Soziale Arbeit Schweiz/Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (2017). Leitbild. Sozialpädagogische Familienbegleitung SPF. In: [https://www.spf-plus.ch/cm\\_data/Leitbild\\_SPF\\_AvenirSocial\\_DE\\_2017.pdf](https://www.spf-plus.ch/cm_data/Leitbild_SPF_AvenirSocial_DE_2017.pdf) [Zugriffdatum: 02.10.2020].

Behringer, Johanna/Reiner, Iris/Spangler, Gottfried (2016). Mütterliche Bindungsrepräsentation, Paarbindung und Elternverhalten. In: Gloger-Tippelt, Gabriele (Hrsg.). Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis. 3., unveränderte Auflage. Bern: Hans Huber Verlag. S. 332.

Biesel, Kay/Urban-Stahl Ulrike (2018). Lehrbuch Kinderschutz. Weinheim Basel: Beltz Juventa.

Bolten, Margarete (2009). Klinische Bindungsforschung. In: Schneider, Silvia/Margraf, Jürgen (Hrsg.). Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Band 3: Störungen im Kindes- und Jugendalter. Heidelberg: Springer Medizin Verlag. S. 57, 62.

Bowlby, John (2016). Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. 7. Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag.

Bowlby, John (2018). Bindung als sichere Basis. Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie. 4. Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag.

Bundesamt für Statistik (2018). Kinderwunsch, Elternschaft. In: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/familien/kinderwunsch-elternschaft.html> [Zugriffsdatum: 24.07.2020].

Bundesamt für Statistik (2019). Lebendgeburten nach Alter der Mutter. In: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/geburten-todesfaelle/geburten.html> [Zugriffsdatum: 05.10.2020].

Bundesamt für Statistik (2020). Familienergänzende Kinderbetreuung. In: <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/familien/familienergaenzende-kinderbetreuung.html> [Zugriffsdatum: 08.11.2020].

Cassée, Kitty (2019). KOFA-Manual. Handbuch für die kompetenz- und risikoorientierte Arbeit mit Familien. 4., erweiterte Auflage. Bern: Haupt Verlag.

Cierpka, Manfred/Frey, Britta/Scholtes, Kerstin/Köhler, Hubert (2012). Von der Partnerschaft zur Elternschaft. In: Cierpka, Manfred (Hrsg.). Frühe Kindheit 0 – 3. Beratung und Psychotherapie für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern. Berlin und Heidelberg: Springer. S. 118.

Denker, Hannah (2012). Bindung und Theory of Mind. Bildungsbezogene Gestaltung von Erzieherinnen-Kind-Interaktion. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.

Egeland, Byron (2010). Langzeitstudie an Hoch-Risiko-Familien. In: Heinz Brisch, Karl/Grossmann, Klaus/Grossmann, Karin/Köhler, Lotte (Hrsg.). Bindung und seelische Entwicklungswege. Grundlagen, Prävention und klinische Praxis. 3. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta. S. 317 – 318.

Endres, Manfred (2016). Vorwort. In: Bowlby, John (Hrsg.). Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. 7. Auflage. München: Ernst Reinhardt Verlag. S. 7.

Erikson, Erik (2009). Der vollständige Lebenszyklus. 7. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW (o.J.). Praxis und Wirkung Sozialpädagogischer Familienbegleitung in der Schweiz. In: <https://www.fhnw.ch/de/forschung-und-dienstleistungen/soziale-arbeit/kinder-und-jugendhilfe/praxis-und-wirkung-sozialpaedagogischer-familienbegleitung-in-der-schweiz> [Zugriffsdatum: 09.11.2020].

Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (Hrsg.) (2018). Statistiken. Auswertung SPF Statistik 2018. In: [https://www.spf-fachverband.ch/fileadmin/user\\_upload/auswertung\\_statistik\\_spf\\_fachverband\\_schweiz\\_2018.pdf](https://www.spf-fachverband.ch/fileadmin/user_upload/auswertung_statistik_spf_fachverband_schweiz_2018.pdf) [Zugriffsdatum: 22.09.2020].

Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (Hrsg.) (o.J.). Geschichte. In: <https://www.spf-fachverband.ch/fachverband> [Zugriffsdatum: 19.09.2020].

Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung Schweiz (Hrsg.) (o.J.). Was ist SPF? In: <https://www.spf-fachverband.ch/fachverband> [Zugriffsdatum: 07.05.2020].

Flammer, August (2009). Entwicklungstheorien. Psychologische Theorien der menschlichen Entwicklung. 4., vollständig überarbeitete Auflage. Bern: Hand Huber Verlag.

Fremmer-Bombik, Elisabeth (2011). Innere Arbeitsmodelle von Bindung. In: Spangler, Gottfried/Zimmermann, Peter (Hrsg.). Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung. 6. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta. S. 109 – 119.

Gloger-Tippelt, Gabriele (Hrsg.) (2016). Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis. 3., unveränderte Auflage. Bern: Hans Huber Verlag.

Gomille, Beate (2016). Unsicher-präokkupierte mentale Bindungsmodelle. In: Gloger-Tippelt, Gabriele (Hrsg.). Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis. 3., unveränderte Auflage. Bern: Hans Huber Verlag. S. 202 – 221.

Grossmann, Karin/Grossmann, Klaus (2012) Bindungen. Das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.

Hedervari-Heller, Eva (2012). Bindung und Bindungsstörungen. In: Cierpka, Manfred (Hrsg.). Frühe Kindheit 0 – 3. Beratung und Psychotherapie für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern. Berlin und Heidelberg: Springer. S. 57 – 66.

Helming, Elisabeth (1999). Sozialpädagogische Familienhilfe: Begriff und Forschungsüberblick. In: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.). Handbuch Sozialpädagogische Familienhilfe. 4. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer. S. 7 – 8.

Hochuli Freund, Ursula/Stotz, Walter (2015). Kooperative Prozessgestaltung in der Sozialen Arbeit. Ein methodenintegratives Lehrbuch. 3., überarbeitete Auflage. Stuttgart: Kohlhammer.

Kocabas, Bircan (2014). Familien mit türkischen Wurzeln in der Kinder- und Jugendhilfe. Eine empirische Untersuchung zur Sozialpädagogischen Familienhilfe. Herbolzheim: Centaurus Verlag & Media UG.

Hollenstein, Lea/Kunz, Regula (2019). Kasuistik in der Sozialen Arbeit. An Fällen lernen in Praxis und Hochschule. Opladen, Berlin, Toronto: Verlag Barbara Budrich.

Langer, Vivien (2008). John Bowlby – Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. In: Pritz, Alfred (Hrsg.). Einhundert Meisterwerke der Psychotherapie. Ein Literaturführer. Wien: Springer. S. 33 – 34.

Lötscher, Cornelia (2013). Je früher, desto besser: Sozialpädagogische Familienbegleitung. In: Zeitschrift für Sozialhilfe ZESO. Nr. 2. S. 32.

Mietzel, Gerd (2012). Entwicklung im Erwachsenenalter. Göttingen: Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG.

Peter, Corinna (2011). Die sozialpädagogische Familienhilfe im Kontext des familialen Wandels. Eine neo-institutionalistische Betrachtung. In: Böllert, Karin (Hrsg.). Soziale Arbeit als Wohlfahrtsproduktion. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 89, 99.

Raithelhuber, Eberhard (2008). Junge Erwachsene. In: Hanses, Andreas/Homfeldt, Hans Günther (Hrsg.). Basiswissen Soziale Arbeit. Lebensalter und Soziale Arbeit. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren. S. 154.

Rhyner, Andreas (2017). Praxis trifft Wissenschaft. Wirksamkeitsforschung für Sozialpädagogische Familienbegleitung SPF. Erschienen im März 2017. In: SozialAktuell. Nr. 3. S. 32. URL: <https://www.spf-fachverband.ch/wissenswertes> [Zugriffsdatum: 08.05.2020].

Samuel, Robin/Berger, Lena/Bergman, Manfred Max (2017). Lebensstile, Konsum und Zukunftsperspektiven junger Erwachsenen in der Schweiz. Eidgenössische Jugenderhebung 2012/13. Wissenschaftliche Reihe ch-x, Band 24. Chur und Glarus: Somedia Buchverlag.

Schattner, Heinz (2007). Sozialpädagogische Familienhilfe. In: Ecarius, Jutta (Hrsg.). Handbuch Familie. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften. S. 593 – 595.

Scheuerer-Englisch, Hermann (2011). In: Spangler, Gottfried/Zimmermann, Peter (Hrsg.). Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung. 6. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta. S. 387.

Schleiffer, Roland (2015). Fremdplatzierung und Bindungstheorie. Weinheim Basel: Beltz Verlag.

Schweizerisches Strafgesetzbuch (2020). Art. 61 Abs. 1 StGB. In: <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19370083/index.html#a61> [Zugriffsdatum: 06.05.2020].

Schweizerisches Zivilgesetzbuch (2020). Art. 307 Abs. 1 ZGB. In: <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19070042/index.html#a307> [Zugriffsdatum: 27.09.2020].

Schwiter, Karin (2011). Lebensentwürfe. Junge Erwachsene im Spannungsfeld zwischen Individualität und Geschlechternormen. Frankfurt/New York: Campus Verlag.

Seel, Norbert/Hanke, Ulrike (2015). Erziehung und Persönlichkeit: Personalisation und Individuation. Berlin Heidelberg: Springer.

Siegler, Robert/Eisenberg, Nancy/DeLoache, Judy/Saffran, Jenny (2016). Entwicklungspsychologie im Kindes- und Jugendalter. Berlin Heidelberg: Springer.

Sommerfeld, Peter/Dällenbach, Regula/Rüegger, Cornelia/Hollenstein, Lea (2016). Klinische Soziale Arbeit und Psychiatrie. Entwicklungslinien einer handlungstheoretischen Wissensbasis. Wiesbaden: Springer.

Sommerfeld, Peter/Hollenstein, Lea/Calzaferri, Raphael (2011). Integration und Lebensführung. Ein forschungsgestützter Beitrag zur Theoriebildung der Sozialen Arbeit. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.

SpF plus (o.J.). Dokumentation. Sozialpädagogische Familienbegleitung. In: [https://www.spf-plus.ch/cm\\_data/SPF-Dokumentation-12-2020-02.pdf](https://www.spf-plus.ch/cm_data/SPF-Dokumentation-12-2020-02.pdf) [Zugriffsdatum: 27.09.2020].

Statista (2020). Durchschnittsalter der Mutter bei der Geburt in der Schweiz von 2009 bis 2019. In: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/411905/umfrage/durchschnittsalter-der-mutter-bei-der-geburt-in-der-schweiz/#professional> [Zugriffdatum: 05.10.2020].

Staub-Bernasconi, Silvia (2013). Der Professionalisierungsdiskurs zur Sozialen Arbeit (SA/SP) im deutschsprachigen Kontext im Spiegel internationaler Ausbildungsstandards. Soziale Arbeit – eine verspätete Profession? In: Becker-Lenz, Roland/Busse, Stefan/Ehlert, Gudrun/Müller-Hermann, Silke (Hrsg.). Professionalität in der Sozialen Arbeit. Standpunkte, Kontroversen, Perspektiven. 3. Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 33.

SWI swissinfo.ch (2017). Schweizerinnen werden relativ spät Mutter. In: [https://www.swissinfo.ch/ger/europaeische-statistiken\\_schweizerinnen-werden-relativ-spaet-mutter/43028388](https://www.swissinfo.ch/ger/europaeische-statistiken_schweizerinnen-werden-relativ-spaet-mutter/43028388) [Zugriffsdatum: 05.10.2020].

Willemse, Joop/von Ameln, Falko (2018). Theorie und Praxis des systemischen Ansatzes. Die Systemtheorie Watzlawicks und Luhmanns verständlich erklärt. Berlin: Springer Verlag GmbH.