

# akut #31

Informationsmagazin DIE ALTERNATIVE  
Verein für umfassende Suchttherapie

DIE LEBENS-  
GESCHICHTE  
VON

**Lina**

Bindung  
Nahrung  
Kreativität

**DIE ALTERNATIVE**  
Verein für umfassende Suchttherapie



## LINAS LEBENSGESCHICHTE

# Von der Entdeckung des Sonnenlichts

### Verlorene Kindheit

Früh schon wusste Lina, dass ihr nicht alle Menschen wohl gesonnen sind. Was hatte sie nicht alles mit ihrem Vater unternehmen wollen: Auf den Immenberg hochkraxeln und auf dem bewaldeten Plateau mit Blick auf das geliebte Frauenfeld Cervelats knusprig braten und verschlingen, sich mit dem Schlauchboot auf der Thur bis zur Rheinmündung treiben lassen, im Plättli-Zoo die Schafe und Ziegen füttern und hoch auf dem Pony unzählige Runden drehen ... Er wollte anderes. Sie wurde von ihm für Dinge auserkoren, von denen sie nichts verstand. Ihr war unwohl, sie fühlte sich schmutzig. Nach einem Jahr erzählte die siebenjährige Lina ihrer Mutter und ihrer älteren Schwester davon. Ihr wurde kein Glaube geschenkt. Einsamkeit nahm Besitz von Lina. Bei anderen Themen, da war ihre Mutter für sie da. Lina spürte ihre Liebe. Im Alter von neun Jahren erfuhr Lina von der Krebserkrankung der Mutter. Vom Vater wurde sie dafür verantwortlich gemacht. Ihre erfundene Anschuldigung hätte die Mutter zu sehr belastet.

### Bleib wach!

Lina ist fünfzehn. Tiefste Nacht, die Kirchenglocke schlägt drei Mal. Die Mutter liegt im Sterben. Lina will bei ihr sein, bis zum letzten Atemzug. Wach. Dafür nimmt sie seit einem Jahr Kokain. Sie hält durch, Nacht für Nacht. Auch hat sie die Anklage gegen den Vater widerrufen. Um die Mutter nicht zusätzlich zu belasten. Dies alles zeigt wenig Wirkung. Ein Jahr später schliesst die Mutter die Augen für immer. Finsternis hält Einzug. Heroin oder der Mutter umgehend folgen - andere Optionen bleiben nicht.

### Der freie Fall

Lina ergreift die Flucht, der Stoff gibt ihr die Kraft - schnupfen, rauchen, spritzen. Vierzehn Jahre lang. Der Beginn einer Odyssee der Liebesbeziehungen, welche hoffnungsvoll starten und den Durst nach Nähe und Intimität nicht annähernd zu stillen vermögen, Verkauf des eigenen Körpers zur Finanzierung der Suchtmittel. Drei Thrombosen, eine Herzklappenentzündung, eine Fehlgeburt und eine fürsorgliche Unterbringung. Zwei freiwillige Entzugsbehandlungen, vier Monate auf einer Übergangstation. Die Rettungsringe vermögen dem Sog nichts entgegenzuhalten. Einzig das Heroin verschafft Momente der Ruhe. Wo die ferne Stimme der Mutter liebevoll flüstert.

↪ Fortsetzung auf Seite 18





## INHALTSVERZEICHNIS

<b>LEBENSWELT</b>	<b>«akut»</b>
Die Geschichte von Lina	<b>#31</b>
Verlorene Kindheit	2
	5
	6
	12
Ein Silberstrahl	18
	20
	24
	28
	29
Entdeckung des Sonnenlichts	30
	32

## IMPRESSUM

**Gestaltungskonzept und Produktion** Studio Wittwer, Zürich **Redaktion** Stephan Germundson, Caroline Beck, Seraina Bravin  
**Fotograf** Peter Würmli, Zürich **Korrektorat** Herbert Ochsner  
**Weitere Fotos** Symbolbilder S.2, 18: Pexels (CC); S.6-11: Caroline Beck; S.12: Jose Manuel Gallego Garcia  
**Auflage** 7000 **Druck** Albis-Offsetdruck druckt mit 100 % eigenem Solarstrom

## EDITORIAL

# Unterschiedliche Welten – unterschiedliche Bedürfnisse?

Auch wenn wir in ganz unterschiedlichen Welten zu Hause sind, so gilt doch für uns alle: Wir wollen unsere Grundbedürfnisse angemessen befriedigen. Wir brauchen vom ersten Tag an Nahrung, Sicherheit und Resonanz. Das scheint uns erstmal selbstverständlich.

Der Fachartikel von Martina Zemp und Guy Bodenmann zur Bedeutung der Bindung lässt uns aufhorchen. Gestützt auf länder- und kulturübergreifende Studien wird aufgezeigt, dass nur gerade 40 Prozent der Menschen sicher gebunden aufwachsen. Die Geschichte von Lina veranschaulicht die fatalen Folgen früher Bindungsstörungen und skizziert den weiten Weg zurück zu einem selbstbestimmten und verantwortungsvollen Leben.

Auch Nahrung ist überlebenswichtig. Sie ist eng mit Bindungserfahrungen gekoppelt. Ebenso wie die Kreativität, welche in einem Klima von Angst und Unsicherheit verkümmert. Aus diesem Grund spannt dieses «akut» einen Bogen über diese drei genannten Themen. Erfahren Sie vom Bezug von Mitarbeitenden zu diesen Dimensionen in ihrer täglichen Arbeit, lassen Sie sich mitnehmen auf eine Reise in ferne Länder und verzaubern von der verbindenden Kraft von Musik.

Zum Schluss in eigener Sache: Mein Gesicht wird Ihnen an dieser Stelle nicht vertraut erscheinen. Beatrice Rebsamen und die anderen Vorstandsmitglieder sind zu neuen Ufern aufgebrochen. Sie haben in den letzten Jahren viel geleistet und ihnen gebührt ein grosses Dankeschön. Der neue Vorstand und ich werden uns dafür einsetzen, dass das Bewährte bestehen bleiben und sich das zu Verändernde weiter wandeln kann.

Herzlichen Dank, liebe Leserin, lieber Leser, dass Sie den Kindern und den Erwachsenen in unseren Institutionen mit Ihrem Engagement, Ihrer Aufmerksamkeit und Ihrer Zuwendung zu einer Perspektive verhelfen.

**MAJA GIRSCHWEILER**  
**PRÄSIDENTIN DES VEREINS**  
**DIE ALTERNATIVE**







Kinder des TIPI zu Besuch auf dem Bauernhof.

### INNENWELT

# Mit dem Herzen sehen – Bindungsförderung bei Kleinkindern

6 DIE ALTERNATIVE erweitert ihr Methodenrepertoire durch den Einsatz der Entwicklungspsychologischen Beratung EPB. In diesem Artikel wird auf das Verfahren und die Gründe für dessen Implementierung eingegangen.

Seit vielen Jahren arbeitet DIE ALTERNATIVE mit zwei bewährten Methoden:

#### 1. Selbstkompetenzentwicklung bei den Eltern dank ReWin

Bei ReWin handelt es sich um ein gleichermassen praxisnahes und theoriebasiertes Dokumentations- und Messinstrumentarium, welches auf einem Ressourcenmodell und einem Wirkinstrument (ReWin) basiert. ReWin dient dazu, die individuellen Ressourcenlagen der erwachsenen Klientel zu erfassen, den Interventionsbedarf zu ermitteln, geeignete Massnahmen einzuleiten und schliesslich die Zielerreichung zu überprüfen. Die individuellen Ressourcen werden in vier Sozialisationsfeldern - Primärgruppe, Bildung, Arbeit, Freizeit - jeweils entlang von vier Schlüsselressourcen erfasst. Den stärksten Bezug zur Bindungsthematik haben jene der Primärgruppe.

Zur Verbesserung des Selbstbezugs wird Gewicht gelegt auf den Kompetenzerwerb bei der Körperpflege, dem Gesundheitsverhalten, dem Zeit- und Themenmanagement sowie der



# «Die Fortschritte der Eltern sind beeindruckend.»

**Yvonne Portmann**

Projektleitung Entwicklungspsychologische Beratung (EPB) in der ALTERNATIVE



## 8 Welche eigenen Erfahrungen mit EPB hast Du im Rahmen der Arbeit in der Familieneinheit ULMENHOF gemacht?

Rundum positive. Der Wunsch der Eltern, mehr über ihr Kind zu erfahren und es zu verstehen, um eine schwierige oder belastende Situation mit ihrem Kind zu verändern, ist allgegenwärtig.

## EPB fusst auf Vertrauen. Eine Studie der ZHAW zu den Familieneinrichtungen im Kanton Zürich hat darauf hingewiesen, wie schwierig die Situation für die Eltern ist, dass sie zeitgleich beurteilt und gefördert werden. Wie hast Du unter diesen Gegebenheiten Vertrauen aufbauen können?

Ich glaube, dass das offene Ohr und die Empathie im Zusammenhang mit dem Beratungsanliegen der Eltern von grosser Bedeutung sind. Dies unter Berücksichtigung und ohne Wertung der bisherigen und aktuellen Lebenssituation der Familie, aber auch mit Anerkennung und Wertschätzung, dass die Eltern an der Situation etwas ändern möchten. Dies verdient grossen Respekt.

## Welche Erfolge hast Du beobachtet? Welche Fortschritte konnten erzielt werden?

Die Fortschritte der Eltern sind beeindruckend. Fällt es ihnen bei der ersten Filmanalyse noch schwer zu erkennen, was denn ihr Kind in der Interaktion zeigt, was es mit seinem Verhalten zum Ausdruck bringt und somit auch entspre-

chend seinen Möglichkeiten «kommuniziert», so verbessert sich diese Fähigkeit von Mal zu Mal sichtbar.

## Inwiefern ergänzt EPB die Arbeit mit den beiden Instrumenten ReWin und KOSS / KOFA?

All diese Instrumente lassen sich gut miteinander kombinieren und fliessen zum Teil ineinander. In unserer Arbeit geht es primär um die Stärkung der Ressourcen und die Erweiterung der Kompetenzen. In einem Rahmen wie der Familieneinheit ULMENHOF oder der Familieneinheit FISCHERHUUS ermöglicht EPB neben ReWin und KOSS / KOFA den Eltern, ihre eigenen Bedürfnisse und Gefühle und die des Babys zu erkennen und zu befriedigen. Mit individuell stimmigen Unterstützungsangeboten kann es so zu einer kontinuierlichen Stabilisierung der Eltern-Kind-Beziehung und der Lebenssituation kommen.

## Wie beurteilst Du EPB insgesamt?

Ich bin begeistert und überzeugt. Die bisherigen Erfahrungen haben mich darin bestärkt, dass EPB eine unglaublich unterstützende Methode für unsere Arbeit ist, basierend auf Wertschätzung, Anerkennung und Stärkung. Stellt die Filmkamera im Vorfeld oft eine Hürde dar, so ist genau diese der Knackpunkt für Veränderung. Durch das Sehen und Verstehen ist meines Erachtens Veränderung viel leichter nachvollziehbar und möglich, als «nur» übers Reden.

Bedürfnisregulation. Auf diese Weise können mögliche negative Folgen eigener, von Unsicherheit geprägter Bindungserfahrungen in frühen Lebensjahren abgefedert werden.

Die Optimierung des Beziehungs- und Konfliktverhaltens ermöglicht ein Plus an Empathie, Selbstreflexion, Nähe- und Distanzregulierung, Verbindlichkeit ohne Verlust von Spontaneität sowie Durchsetzungsvermögen und die Fähigkeit des Gewähren-Lassens. Diese Fähigkeiten sind gerade in der Eltern-Kind-Interaktion von entscheidender Bedeutung.

In der ALTERNATIVE findet jährlich eine Grundlagenschulung in ReWin statt. Auf computergestützter Basis ist ReWin eng in die Behandlung integriert und fliesst ein in die Standortgespräche, Zielvereinbarungen, Fallbesprechungen und in das Berichtswesen.

## 2. Erziehungskompetenzentwicklung dank KOSS und KOFA

Die Methodik ist ausgerichtet auf die Entwicklung und das Lernen bei Eltern und Kindern und verknüpft Entwicklungs- und Lerntheorien in einer konkreten, systemischen und sozialraumorientierten Perspektive. Die Kompetenzorientierung will die kindlichen Entwicklungsbedürfnisse (physische, emotionale, kognitive und moralische) und das Kindwohl bestmöglich sichern. Kinder brauchen verlässliche, verfügbare und vertraute Bezugspersonen, die die Entwicklungsbedürfnisse erkennen und adäquat befriedigen. Wenn Eltern dazu nicht oder noch nicht in der Lage sind, sichern Fachpersonen die kindliche Entwicklung in einem überschaubaren und kindgerechten Rahmen.

In den Familieneinheiten der ALTERNATIVE werden der Entwicklungsstand und der Entwicklungsbedarf der Kinder ermittelt, um den Kindern einen sicheren und entwicklungsfördernden Alltag zu gewährleisten. Zudem werden die Erziehungs- und Alltagskompetenzen der Eltern erfasst und konkrete Schritte zu deren Befähigung als Eltern abgeleitet.

Die KOSS-Methodik wurde für die Arbeit mit Familiensystemen im Rahmen von stationären Settings entwickelt und wird in angepasster Form in der



Familieneinheit ULMENHOF eingesetzt. Die KOFA-Methodik dient der kompetenzorientierten Arbeit mit Familien in der eigenen Lebenswelt und findet sich als Behandlungselement der Familieneinheit FISCHERHUUS. Eine Vielzahl von Mitarbeitenden hat die Einführungskurse zu KOSS und KOFA besucht. Unterschiedliche Instrumente daraus werden im Alltag eingesetzt. Die Erkenntnisse fliessen ein in die Standortgespräche, Zielvereinbarungen, Fallbesprechungen und in das Berichtswesen.

Angemerkt sei an dieser Stelle, dass die im «akut»22 von 2011 angedachte Rückkoppelung mit der Forschungsstelle von kompetenzhoch3 aktuell nicht in dieser Form umgesetzt wird. Dies ist im Bedarf der ALTERNATIVE nach einer dynamischen Methodenvielfalt begründet, welche mit der Komplexität der Zielgruppen sowie der Zusammenarbeit mit diversen LeistungsträgerInnen mit unterschiedlichen Ansprüchen zusammenhängt. In dem Sinne arbeitet DIE ALTERNATIVE mit KOSS und KOFA nicht in evidenzbasierter Weise gemäss dem Verständnis von kompetenzhoch3, sondern vielmehr integrativ entlang dem Bedarf der Klientel und des Betriebs.

Vor zwei Jahren hat DIE ALTERNATIVE beschlossen, dieses Repertoire um zwei weitere Ansätze zu erweitern. Es handelt sich um das Motivational

## Interventionsstudien mit jungen Müttern ergaben, dass EPB bei 40 Prozent zu einer Zunahme der Feinfühligkeit im Umgang mit den Säuglingen führte.

Interviewing MI sowie die Entwicklungspsychologische Beratung EPB.

## Stärkung der Nachhaltigkeit von Veränderungen dank Motivational Interviewing MI

In den letzten Jahren zeigte sich in den Behandlungen innerhalb der ALTERNATIVE immer wieder, dass in vielen Fällen die Form, die Notwendigkeit und die Inhalte von Verhaltensänderungen bei der Klientel für alle Beteiligten an Offensichtlichkeit nicht zu übertreffen sind und dessen ungeachtet die Umsetzung scheitert. So beschäftigte zusehends die banale Frage, wie die Klientel auf den Weg der Veränderung mitgenommen werden kann. Der herausragenden Rolle der Eigenmotivation wurde noch mehr Gewicht gegeben.

Das Kernziel von MI liegt im Aufbau einer nachhaltigen Eigenmotivation zur Realisierung von Verhaltensänderungen. Diese sind in aller Regel mit Ambivalenz verbunden, da das zu verändernde Verhalten stets in irgendeiner Weise funktional ist. Beispielsweise im Sinne einer Überlebensstrategie, welche zwar eine Weiterentwicklung verhindert, jedoch zur Vermeidung des völligen Zusammenbruchs bzw. einer Dekompensation beiträgt. Deshalb ist die Veränderung mit grösster Behutsamkeit anzugehen. Im Wissen, welchen Schaden sie für den Fall des Scheiterns anrichten kann. Ist die Zeit für die Veränderung reif, so folgt die Phase der Umsetzung auf der Basis einer Selbstverpflichtung.

MI wurde ursprünglich 1991 von William Miller und Stephen Rollnick zur Beratung für Menschen mit Suchtproblemen entwickelt. MI ist gleichermaßen klientenzentriert und direktiv. Seit 2016 werden in der ALTERNATIVE für alle Fachmitarbeitenden Grundlagenkurse und Refresher-Tage in MI angeboten. Damit verbunden ist die Hoffnung, dass das gesamte Behandlungsinstrumentarium eine noch stärkere Wirkung zu entfalten vermag.

## Optimierung der Eltern-Kind-Interaktion dank Entwicklungspsychologischer Beratung EPB

Den Hintergrund zur Integration dieses Ansatzes bildete die Überzeugung, dass der Eltern-Kind-Interaktion gerade bei den Aller kleinsten im Hinblick auf die Stabilisierung und Vertiefung der Eltern-Kind-Bindung eine entscheidende Bedeutung zukommt und mit diesem Ansatz diesbezüglich eine noch gezieltere Förderung ermöglicht wird.

Die folgenden Ausführungen orientieren sich an der stringenten Masterarbeit von Claudia Schröter (2011) zur Bedeutung von EPB in der Beratung von jungen Eltern. Die EPB wurde ab 2003 von Ute Ziegenhain, Mauri Fries, Barbara Bütow und Bärbel Derksen in Ulm beschrieben und seither konstant weiterentwickelt. Kennzeichnend ist die Orientierung an den Bedürfnissen, Kompetenzen sowie dem Ausdrucksverhalten von Säuglingen und



# «Ich möchte die Signale des Kindes noch besser verstehen.»

**Suzanne Peters** (l.) und **Natascha Eberle**

Mitarbeiterinnen der Familieneinheit ULMENHOF und Teilnehmende CAS in der Entwicklungspsychologischen Beratung (EPB).



## Wieso braucht es EPB in der ALTERNATIVE?

Die elterliche Feinfühligkeit ist oft ein Thema bei unserer Klientel. Der Alltag hat gezeigt, dass es für unsere Eltern manchmal schwierig ist, die Bedürfnisse des Kindes richtig wahrzunehmen und interpretieren zu können. Wenn wir als Institution die Eltern in der Wahrnehmung und Förderung der Kinder unterstützen wollen, so geht dies nur über eine umfassende Schulung auch der Mitarbeitenden in diesem Bereich.

## Welche Chancen bietet das Instrument?

Wenn Eltern lernen, die Signale ihres Kindes wahrzunehmen, so hat dies einen positiven Einfluss auf die Eltern-Kind-Beziehung.

## Was motiviert Dich, diesen CAS zu besuchen?

**Suzanne:** Ich möchte die Signale des Kindes noch besser wahrnehmen und verstehen. Dadurch kann ich auch die Eltern besser unterstützen. Das Schöne von EPB ist das Konzept des Miteinander. Gemeinsam wird geschaut, gestaunt und ausgetauscht. Diese Arbeitsweise hat eine ganz andere Dimension, als wenn wir Eltern belehren. **Natascha:** Die neue Herausforderung motiviert mich. Mit EPB richte ich noch stärker den Blickwinkel auf die Kleinkinder. Zuvor habe ich ausschliesslich mit Erwachsenen gearbeitet.

Kleinkindern. EPB integriert die Befunde zur elterlichen Feinfühligkeit von Mary Ainsworth, die Arbeit mit Videoaufnahmen, den Einbezug der systemisch-lösungsorientierten Beratungsansätze sowie die Kindzentriertheit. Im Mittelpunkt der Beratung steht immer das Kind und nicht die Elternperson mit ihren Problemen (vgl. Downing/Ziegenhain 2001, S. 277; Ziegenhain u.a. 2006, S. 11ff). Durch die Betrachtung der Videosequenzen lassen sich auf dem Hintergrund der Forschungserkenntnisse zur mimischen Ausprägung kindlicher Anregung und Belastung spezifische Muster von Dysregulation herausarbeiten. Von diesen wird gesprochen, wenn die Balance zwischen kindlichem

Bindungs- und Erkundungsverhalten aus dem Lot gerät. Langfristig führt dies zu einer Behinderung der sozioemotionalen Entwicklung des Kindes.

Der Beratungsansatz wurde vor allem für Familien konzipiert, welche bereits familienergänzende Massnahmen in Anspruch genommen haben. Er soll ermöglichen, die besonderen Bedürfnisse von Säuglingen und Kleinkindern besser als bisher zu berücksichtigen. Interventionsstudien mit jungen Müttern ergaben, dass EPB bei 40% zu einer Zunahme der Feinfühligkeit im Umgang mit den Säuglingen führte. Es zeigte sich aber auch, dass Mütter aus Hochrisikokonstellationen trotz erfolgreicher EPB teilweise immer noch ergänzende Hilfen benöti-

gen, da die gelingende sekundärpräventive Beziehungsförderung nur eine Hilfe unter vielen anderen möglichen Unterstützungsangeboten ist (vgl. Ziegenhain u.a. 2006, S. 131ff).

EPB orientiert sich primär an den Ressourcen und Stärken der Kinder und ihrer Eltern. Es geht darum, die bereits vorhandenen Ressourcen der Eltern zu erkennen, zu stärken und zu nutzen. Hierfür werden altersrelevante Alltagssituationen aufgezeichnet. In Anlehnung an die «sichere Basis» in der Bindungstheorie ist eine tragfähige und vertrauensvolle Beziehung zwischen den Eltern und der EPB-Fachperson wesentlich für eine erfolgreiche Beratung. Als Grundprinzip gilt: «Sehen-Verstehen-Handeln». Erst nach der präzisen Beobachtung erfolgt die Interpretation durch die Verbindung zu den Erkenntnissen aus Theorie und Forschung. Aus dem resultierenden Fallverstehen sind Massnahmen in der Interaktion mit den Eltern oder auch bzgl. der Massnahmenplanung im HelferInnensystem abzuleiten (vgl. Ziegenhain u.a. 2006, S. 13ff).

Dieses «Sehen-Verstehen-Handeln» gilt gleichermassen für die EPB-Fachperson als auch für die Eltern. Was nichts anderes bedeutet, als dass zu EPB auch ein grosses Mass an Psychoedukation bzw. Elternbildung gehört. Die Eltern erhalten Wissen über das Verhaltensrepertoire, die Bedürfnisse und die individuellen Unterschiede von Säuglingen und Kleinkindern. Manche Eltern brauchen einfach Unterstützung oder auch Anleitung, um ihre elterlichen Fähigkeiten wieder neu zu entfalten. Die verschiedenen Erziehungsvorstellungen, Erziehungsratgeber und die geringe Erfahrung im Umgang mit Babys verunsichern Eltern zunehmend in ihrem intuitiven Verhalten, so dass ihr spontanes Handeln immer mehr in den Hintergrund rückt.

## Zur Einführung von EPB in der ALTERNATIVE

2016 besuchten zwei Kadermitarbeiterinnen der Familieneinheit ULMENHOF Ausbildungskurse in EPB. Die ersten Erfahrungen stimmten zuversichtlich. Seit 2017 besuchen nun drei Mitarbeite-



**Als Grundprinzip gilt: «Sehen-Verstehen-Handeln». Erst nach der präzisen Beobachtung erfolgt die Interpretation durch die Verbindung zu den Erkenntnissen aus Theorie und Forschung.**

rinnen aus den Kernteams der Familieneinheit ULMENHOF und auch der Familieneinheit FISCHERHUUS CAS-Kurse, welche eine Stiftung grosszügigerweise finanziert. Geplant ist aktuell, in den nächsten Jahren jährlich mit drei Personen die Grundkurse und mit drei Personen die Aufbaukurse zu belegen. Die Projektleitung liegt bei der langjährigen Mitarbeiterin Yvonne Portmann, welche sich im Interview zu EPB äussert. Die EPB-Weiterbildung wird in einer Kooperation vom Marie Meierhofer Institut für das Kind, der Pädagogischen Hochschule Thurgau und der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie des Universitätsklinikums Ulm gemeinsam und in einer überarbeiteten Form als CAS angeboten. Den Kurs leiten Frau Prof. Dr. Angelika Schöllhorn, Dipl. Soz.

Päd., Kinder- und Jugendpsychotherapeutin, Supervisorin und Dozentin, sowie Anna von Ditzfurth, lic. phil., systemisch-integrative Einzel-, Paar- und Familientherapeutin, Erziehungsberaterin (0 bis 6 Jahre).

Darüber hinaus wurde in der Familieneinheit ULMENHOF die Elternbildung mit folgenden drei neuen Gefässen ausgebaut: individuelle Familienbegleitungen, welche für spezifische Sequenzen beigezogen werden können und anschliessend zwischen Eltern und Mitarbeitenden nachbesprochen werden, Wohngruppenbegleitungen über einen ganzen Tag hinweg mit spezifischen Angeboten in den Bereichen Tagesstruktur oder Elterncoaching sowie ein monatliches Elterncafé, welches in lockerer Atmosphäre Platz für Themen schafft, welche die jungen Eltern beschäftigen und zu denen sie sich untereinander austauschen können.

Stephan Germundson

Die Fotos sind während eines Ausflugs des Kinderhauses TIPI auf den Bauernhof der Familie Werder in Endingen AG entstanden.

## Literaturnachweis

Cassée, K. (2010). **Kompetenzorientierung. Eine Methodik für die Kinder- und Jugendhilfe.** (2. Aufl.). Bern: Haupt.

Denkwerkstatt sie&m GmbH. (2011). **Das Ressourcenmodell – Grundlagen.** Denkwerkstatt sie&m GmbH. Ottenbach.

Downing, George & Ziegenhain, Ute (2001): **Besonderheiten der Beratung und Therapie bei jugendlichen Müttern und ihren Säuglingen – die Bedeutung von Bindungstheorie und videogestützter Intervention.** In: Suess, Gerhard J./Scheurer-Englisch, Hermann/Pfeifer, Walter-Karl P. (Hrsg.): **Bindungstheorie und Familiendynamik. Anwendung der Bindungstheorie in Beratung und Therapie.** Psychosozial-Verlag. Gießen, S. 271- 295

Schröter, Claudia (2011). **Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern - Welche Besonderheiten und Hürden lassen sich aus der bisherigen Praxis der Entwicklungspsychologischen Beratung mit jugendlichen Eltern erkennen und wie sollte damit umgegangen werden?** Masterarbeit Hochschule Neubrandenburg. URN: urn:nbn:de:gbv:519-thesis2011-0262-0

Miller, William & Rollnick, Stephen (2015). **Motivierende Gesprächsführung.** Lambertus, Freiburg im Breisgau, ISBN 978-3-7841-2545-9

Ziegenhain, Ute, Fries, Mauri, Bütow, Barbara & Derksen, Bärbel (2006): **Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern. Grundlagen und Handlungskonzepte für die Jugendhilfe.** 2. Auflage. Juventa Verlag. Weinheim und München



# Die Bedeutung der Bindung für die psychische Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen

Die wissenschaftlichen Erkenntnisse im Rahmen der Bindungstheorie bzw. Bindungsforschung haben das Feld der Klinischen Psychologie des Kindes- und Jugendalters (d.h. das Wissen über die Bedingungen für eine gesunde versus eine klinisch auffällige Kindesentwicklung) über die letzten Jahrzehnte grundlegend geprägt (Grossmann & Grossmann, 2003). Durch eine sichere Eltern-Kind-Bindung gelangen Kinder zu der grundlegenden Überzeugung, dass die Welt ein sicherer Ort ist, dass sich jemand um sie kümmert und dass sie es wert sind, dass sich jemand um sie sorgt.

Auf dieses verinnerlichte Wissen kann das Kind später in Zeiten von Belastung und Stress zurückgreifen. Die frühkindliche Erfahrung von Geborgenheit und Nähe gehört zu den wichtigsten Faktoren für eine gesunde und resiliente Kindesentwicklung.

## Bindung als urmenschliches Grundbedürfnis

Aus evolutionsbiologischen Gründen werden Menschen zu einem sehr viel früheren Zeitpunkt ihrer individuellen Entwicklung geboren als der Nachwuchs jeder anderen Art bei Säugetieren: Der verhältnismässig

Martina Zemp und Guy Bodenmann zeigen die herausragende Rolle der sicheren Eltern-Kind-Bindung bei der Entstehung seelischer Gesundheit auf. Als Schlüsselressource erweist sich hierbei die elterliche Sensitivität.

gigantische Gehirnumfang von menschlichen Neugeborenen muss durch den mütterlichen Beckenboden passen, bevor dies «zu spät» ist.

Ein wesentlicher Zeitraum der Entwicklung findet deshalb ausserhalb des Mutterleibs statt.

Dies führt dazu, dass sich die Entwicklung des Bindungssystems beim Menschen im Vergleich zu den meisten Tierarten über eine erheblich längere Dauer vollzieht und das Investment in die Kinderbetreuung deutlich ausgeprägter ist. Bei Geburt bringt der Säugling ein Verhaltensrepertoire mit, das bei Stress, Angst oder Unbehagen seiner Sicherheit dient; das Bindungsverhalten. Kindliches Bindungsverhalten, wie es in Weinen, Wimmern und

Schreien, später auch in Rufen, Nachlaufen oder Anklammern zum Ausdruck kommt, hat eine überlebenswichtige Funktion.

Ziel des Bindungsverhaltens ist, eine beschützende und versorgende Bezugsperson zu erreichen, die dem Säugling Schutz bietet, seinen Stress reduziert und so zur Wiedererlangung des Grundbedürfnisses nach Sicherheit und Geborgenheit beiträgt (Grossmann & Grossmann, 2012). Kleinkind und Bezugsperson werden hier als Partner einer aktiven Interaktion betrachtet, die wechselseitig reagieren.

Dem Bindungssystem des Kindes steht das Fürsorgesystem der Bezugsperson gegenüber, welche sich gegenseitig komplementär

beeinflussen. Bei feinfühligem Fürsorgeverhalten stillen die Bezugspersonen das Versorgungs- und Zuwendungsbedürfnis des Kindes durch emotionale Nähe, Trost und Sicherheit (bspw. in den Arm nehmen, trösten, streicheln, füttern, wickeln).

## Folgen von Entbehrungserfahrungen

In ihren Anfängen bekam die Bindungsforschung wichtige Impulse durch die Hospitalismusforschung. Die seit dem 18. Jahrhundert gut dokumentierten Beobachtungen, dass eine Mehrzahl der Säuglinge in Waisenhäusern und Heimen trotz einwandfreier hygienischer und körperlicher Versorgung starke Entwicklungsverzögerungen aufwiesen oder starben, regte zur Erforschung der menschlichen Bindung und ihrer Bedeutung für die Kindesentwicklung an.

## Elterliche Sensitivität kann nicht als stabile Persönlichkeitseigenschaft aufgefasst werden.

Der englische Kinderpsychiater John Bowlby, der heute als Vater der Bindungstheorie gilt, wurde von der WHO beauftragt, die Gründe für die hohe Kindersterblichkeit in Hospitälern zu untersuchen (1969, 1973). Bowlby nahm anfänglich an, die schädlichen Auswirkungen auf die Säuglinge seien vor allem eine Folge der Trennung (Deprivation) von der primären Bindungsperson, mehrheitlich der Mutter. Durch Bowlby wurde die Bindung erstmals als eine Art affektives Band zwischen Kindern

und deren primären Bezugspersonen aufgefasst und als ein angeborenes, menschliches Bedürfnis postuliert, das neben intakter Nahrungsaufnahme und hygienischer Betreuung für das gesunde Gedeihen von Kindern essentiell ist.

Bei der Vernachlässigung dieses elementaren Bedürfnisses kann es zu den beobachteten Symptomen des «Hospitalismussyndroms» kommen (schwerwiegende Entwicklungsauffälligkeiten, emotionale und intellektuelle Retardierung, Kontakt- und Wahrnehmungsstörungen, erhöhte Krankheitsanfälligkeit etc.) und in schweren Fällen tödlich enden. Dabei ging Bowlby ursprünglich von der «Monotropiehypothese» aus, d.h. dass zwingend die Mutter



## Prof. Dr. Martina Zemp

hat seit 2016 eine Juniorprofessur für Kinder- und Jugendpsychotherapie inne, welche mit dem Lehrstuhl für Klinische und Biologische Psychologie und Psychotherapie der Universität Mannheim assoziiert ist. Sie erwarb 2010 das Lizentiat in Klinischer Psychologie an der Universität Zürich, wo sie anschliessend 2014 doktorierte und bis 2016 als Oberassistentin bei Prof. Bodenmann wirkte. Nebst diesen Tätigkeiten im Bereich der Forschung und der Lehre hat sie sich umfassend psychotherapeutisch ausgebildet und in dieser Funktion auch mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet.



## Prof. Dr. Guy Bodenmann

ist ordentlicher Professor für Klinische Psychologie mit Schwerpunkt Kinder/Jugendliche und Paare/Familien an der Universität Zürich. Guy Bodenmann entwickelte u.a. das international bekannte Konzept des Dyadischen Copings und das Dyadische Coping Inventar (DCI). Seine Forschungsschwerpunkte sind Stress und Coping bei Paaren, Partnerschaftsstörungen und psychischen Auffälligkeiten, Partnerschaftsstörungen und kindliche Störungen sowie die Prävention von Partnerschaftsstörungen und die Evaluation von paarorientierten Interventionen. Er entwickelte Paarlife, ein Programm zur Beziehungspflege und die bewältigungsorientierte Paartherapie. Er ist Autor verschiedener Sachbücher (z.B. «Was Paare stark macht» oder «Bevor der Stress uns scheidet»).





primäre Bezugsperson sein müsse. Neuere Forschungen zeigen, dass ein Kind eine gleich gute und stabile Bindung auch zu anderen (bis max. 3-4) konstant verfügbaren, verlässlichen und positiv interagierenden Bezugspersonen aufbauen kann (Ahnert, 2004).

Dank der frühen Veröffentlichungen von Wegbereitern der Hospitalismusforschung (John Bowlby, René Spitz) wurde allgemein anerkannt, dass Kinder, die in Heimen aufwachsen, erheblichen Entwicklungsrisiken ausgesetzt waren. Dies führte vor über 60 Jahren zu einem zunehmenden Bewusstsein für die Wichtigkeit menschlicher Bindungen und in der Folge zu bedeutenden Verbesserungen in der Fremdbetreuung von Kindern in Krankenhäusern oder Heimen, um Deprivationserfahrungen fortan vorzubeugen (Brisch & Hellbrügge, 2009).

In den aktuellen Klassifikationssystemen für psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter finden das Hospitalismus- oder Deprivationssyndrom als solche keine Erwähnung mehr. Als Diagnosen für entsprechende Symptomkomplexe gelten gegenwärtig die «Reaktive Bindungsstörung» sowie die «Bindungsstörung mit Enthemmung» (Brisch, 2003). Beide Bindungsstörungen zeichnen sich durch ein abnormes Beziehungsmuster aus, das sich vor dem 5. Lebensjahr entwickelt und während mind. 6 Monaten in der Interaktion mit verschiedenen Bezugspersonen beobachtbar ist.

Die «Reaktive Bindungsstörung» ist in der Regel auf eine ausgeprägte elterliche Vernachlässigung, Missbrauch oder Misshandlung zurückzuführen und geht mit einer schweren emotionalen Störung einher (widersprüchliche und ambivalente Reaktionen auf Bezugspersonen, ängstliche Überempfindlichkeit, Aggressivität etc.). Hingegen charakterisiert sich die Bindungsstörung mit Enthemmung durch ein diffuses, nicht-selektives Bindungsverhalten mit

### In der Normalbevölkerung sind mehr als 40 Prozent der erwachsenen Personen nicht sicher gebunden.

wahlloser Freundlichkeit und Distanzlosigkeit gegenüber fremden Personen, das meist Folge eines andauernden Mangels an Gelegenheit ist, selektive Bindungen zu entwickeln (z.B. ungenügende Kontinuität an Betreuungspersonen, Aufwachsen in Institutionen oder mehrfacher Wechsel in Fremdplatzierungen).

#### Determinanten der Bindung: Die Rolle der elterlichen Sensitivität

Nachdem die Trennungs- und Deprivationsforschung vermehrt in den Hintergrund gerückt war, fokussierte eine zweite Generation von Bindungsforschern stärker auf Merkmale einer sicheren Bindung von Kindern bei verfügbaren (nicht abwesenden) Eltern. In diesem Zusammenhang gilt das Konzept der elterlichen Sensitivität resp. elterliche Feinfühligkeit als die in der einschlägigen Fachliteratur am eingehendsten diskutierte Thematik.

Unter feinfühlig verstand Ainsworth (1977) die Fähigkeit von Bezugspersonen, die kindlichen

(Bindungs-)Signale adäquat wahrzunehmen, sie richtig zu interpretieren und letztlich prompt (zeitlich möglichst unverzüglich) sowie angemessen zu reagieren. Elterliche Sensitivität definiert sich also durch vier zentrale Merkmale:

- 1. Wahrnehmung:** Nimmt die Bezugsperson die kindlichen Bedürfnisse wahr?
- 2. Interpretation:** Erkennt sie, was der Säugling braucht?
- 3. Promptheit:** Reagiert sie innerhalb

eines für den Säugling wahrnehmbaren Zeitfensters (gemäss Experimentalstudien mit Säuglingen innerhalb von ca. 5 bis 8 Sekunden)?

**4. Qualität des Fürsorgeverhaltens:** Geht sie angemessen auf die kindlichen Bindungsbedürfnisse ein?

Dabei kann die elterliche Sensitivität nicht als stabile Persönlichkeitseigenschaft aufgefasst werden. Vielmehr wird sie von zahlreichen Faktoren beeinflusst, wie die früheren eigenen Bindungserfahrungen der Elternperson (eigener Bindungsstil), Eigenschaften des Kindes (insb. leicht irritierbares Temperament) und situative Faktoren (allgemeines Befinden und Lebenszufriedenheit, Partnerschaftszufriedenheit, Familiengrösse etc.).

Die elterliche Sensitivität hat sich als Schlüsselvariable im Verständnis von Bindungserfahrungen und ihren Folgen für die Kindesentwicklung herausgestellt. Es liegt eine beeindruckende Vielzahl an Langzeitstudien vor, welche empirisch bestätigen, dass Kleinkinder von sensitiven Eltern mehr wimmern als weinen oder schreien und sich leichter beruhigen lassen, im Kindergarten- und Schulalter weniger aggressiv sind und über bessere soziale und kommunikative Fähigkeiten verfügen sowie häufiger einen sicheren Bindungsstil entwickeln.

In der Adoleszenz zeichnen sich diese Kinder durch ein positiveres Selbstkonzept, adäquatere Stress- und Emotionsregulationsstrategien und stabilere Freundschaftsbeziehungen aus und im Erwachsenenalter gelingt es ihnen selbst besser, hohe Sensitivität gegenüber ihrem eigenen Nachwuchs entgegenzubringen (Bodenmann, 2016).

Hochspannend sind neuere Studien, die die Qualität der elterlichen Sensitivität zusammen mit der genetischen Vulnerabilität für die Entwicklung psychischer Störungen seitens der Kinder untersucht haben. Die Befunde deuten klar darauf hin, dass eine hohe elterliche Sensitivität das genetische Risiko für kindliche Störungen (z.B. für Depressionen oder ADHS) kompensieren kann (Zimmermann, Mohr & Spangler, 2009).



Die längerfristigen Auswirkungen einer hohen elterlichen Sensitivität auf die psychische Gesundheit von Kindern lassen sich durch die zentrale Prämisse der Bindungstheorie erklären, dass Kinder unter dieser Voraussetzung günstige innere Arbeitsmodelle entwickeln (Bowlby, 2006). Die inneren Arbeitsmodelle sind interne Bindungsrepräsentationen, die Kinder auf der Basis wiederholt erfahrener und typischer Interaktionsmuster mit ihren Bezugspersonen entwickeln. In den inneren Arbeitsmodellen werden frühe Bindungserfahrungen gespeichert, zunehmend verinnerlicht und in ein

### Hohe Bindungsunsicherheit hängt mit einer erhöhten Erkrankungs Wahrscheinlichkeit für die Mehrheit der psychischen Störungen zusammen.

Gesamtbild integriert. Sie bilden die Grundlage für Urteile und Erwartungen bezüglich der eigenen Wichtigkeit für andere (Selbstwert), die eigene Einflussnahme auf die Umwelt (Selbstwirksamkeit) sowie über künftige Interaktionen mit wichtigen Bezugspersonen, deren Verlässlichkeit und Vertrauenswürdigkeit.

Die inneren Arbeitsmodelle enthalten sowohl kognitive Komponenten (Erfahrung der eigenen Wirksamkeit und Kontrolle über die Umwelt) als auch emotionale Aspekte (Erfahrung von Geborgenheit, Sicherheit und Geliebtsein) und steuern das kindliche Verhalten auf

der Grundlage dieser internen Konzepte.

#### Messung der Bindungssicherheit: Die verschiedenen Bindungsstile

Die Bindungssicherheit von Kleinkindern wird klassischerweise mittels des Fremde-Situation-Tests (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall,

1978) erfasst, der die Einteilung in einen von vier Bindungsstilen ermöglicht. Der Fremde-Situation-Test ist eine mehrgliedrige experimentelle Testsituation, um das Bindungsverhalten des Kindes mittels detaillierter Beobachtung seiner Reaktionen auf die wiederholte mütterliche Trennung und Wiedervereinigung zu untersuchen. Auf diese Weise können Reaktions- und Verhaltensmuster registriert werden, die sich reliabel in drei unterschiedliche Klassifikationen der Bindungsqualität (Typen B, A und C) und den später ergänzten Typ D unterteilen lassen (Ijzendoorn & Kroonenberg, 1988). Tabelle 1 veranschaulicht die spezifischen Charakteristika der verschiedenen Bindungsmuster.

In der Normalbevölkerung sind mehr als 40% der erwachsenen Personen nicht sicher gebunden und bei Kindern sind die Zahlen vergleichbar, wenn auch noch variabler. In Risikopopulationen oder bei Personen mit psychischen Störungen sind die Prävalenzzahlen von unsicheren Bindungstypen jedoch weitaus höher. Das bedeutet, dass psychische Störungen und Bindungsunsicherheit stark korrelieren.

Klinisch betrachtet sind die unsicheren Bindungsstile auch prognostisch relevant, weil sie über die Lebensspanne (bei ähnlichen Milieubedingungen) mittelfristig relativ stabil sind und daher auch das Risiko für eine spätere Störungsentwicklung erhöhen können. Jedoch zeigt der aktuelle Erkenntnisstand, dass der Bindungstyp resp. die damit einhergehenden inneren Arbeitsmodelle nicht per se unveränderbar sind. Es gibt zunehmend wissenschaftliche Nachweise, dass sich



unsicherheit (Typen A und D) auf externalisierende Verhaltensprobleme (z.B. aggressives Verhalten, Störungen des Sozialverhaltens, Substanzmissbrauch).

Ebenfalls sind Auswirkungen auf internalisierende Störungen (depressive Störungen, Angststörungen etc.) nachgewiesen, wobei hier die Effektgrößen im Gesamtvergleich mit den externalisierenden Problemen leicht geringer ausfallen. Empirisch untermauert ist ferner, dass eine Mehrheit von jungen

Frauen mit einer Essstörung bzw. problematischem Essverhalten einen unsicheren Bindungstyp aufweisen.

Insgesamt gilt heute als wissenschaftlich unbestritten, dass der Bindungsstil einen starken Einfluss auf die psychische und körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen hat und mit verschiedenen psychischen Störungen bis ins Erwachsenenalter assoziiert ist. Allerdings sind Befunde zu den direkten Korrelationen zwischen Bindungsstilen und

einem Gesundheitsmerkmal resp. einer psychischen Störung häufig wenig aussagekräftig, da sie keine Kenntnisse über mögliche Erklärungsmechanismen vermitteln.

Bindungserfahrungen sind vor allem über sogenannte «Mediatoren» (wie geringer Selbstwert und tiefe Selbstwirksamkeit, dysfunktionale Emotions- und Stressregulationsstrategien, mangelnde Sozialkompetenzen etc.) störungsrelevant. Diese psychologischen Risikofaktoren sind eng verbunden mit den inneren Arbeitsmodellen einer Person (d.h. mit den Erfahrungen von unsicheren Bindungsinteraktionen und geringer elterlicher Sensitivität in der Kindheit) und spielen bei der Entstehung und Aufrechterhaltung der meisten psychischen Störungen eine vorrangige Rolle.

### Zusammenfassung

Die Erkenntnisse der Bindungsforschung haben das Wissen über die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen allgemein wie auch über die Entstehung von emotionalen und Verhaltensstörungen im Kindes- und Jugendalter grundlegend erweitert. Wenn die kindlichen Bindungsbedürfnisse von den primären Bezugspersonen aufmerksam und angemessen befriedigt werden, ist dies ein wesentliches Fundament für eine robuste und resiliente kindliche Entwicklung.

Durch verlässliche und einfühlsame Bindungserfahrungen in der frühen Kindheit entwickelt das Kind einen sicheren Bindungsstil und sichere innere Arbeitsmodelle, die es im Sinne einer kognitiven Karte über das eigene Selbst, die anderen und die wechselseitigen Beziehungen orientieren.

Sichere innere Arbeitsmodelle wiederum bilden einen günstigen Nährboden für die Entwicklung von zentralen gesundheits- bzw. lebensrelevanten Ressourcen wie ein positives Selbstkonzept, emotionale Sicherheit, Vertrauensfähigkeit in



Bindungsmuster durch die Internalisierung gesunder «korrekativer» Beziehungserfahrungen mit alternativen Bezugspersonen (z.B. Lehrperson, Partner, Therapeut) über eine längere Zeit neu formieren können.

### Bindungsstil und psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Eine Fülle an internationalen Untersuchungen hat dargelegt, dass ein unsicherer Bindungsstil im Kindes- und Jugendalter sowohl quer- als auch längsschnittlich mit einem erhöhten Risiko für psychische Störungen zusammenhängt (für einen Überblick siehe Bodenmann, 2016). Besonders stark ausgeprägt sind die Effekte von Bindungs-

Bindungsstil	Bindung	Verhalten während der Testsituation
<b>Typ B Sichere Bindung</b>	Das Kind besitzt die Zuversicht, dass seine Bezugsperson in bedrohlichen Situationen verfügbar ist.	Kurzfristige Irritation während der Trennung, in der die fremde Person das Kind zu beruhigen vermag. Freudige Begrüßung beim Wiedersehen mit der Mutter.
<b>Typ A Unsicher-vermeidende Bindung</b>	Das Kind ist unsicher, ob die Bezugsperson in einer widrigen Situation verfügbar ist.	Das Kind bleibt von der Trennung seiner Bezugsperson unbeeindruckt und zeigt auch beim Wiedersehen kaum eine Reaktion.
<b>Typ C Unsicher-ambivalente Bindung</b>	Vertrauen auf Unterstützung fehlt. Das Kind erwartet Zurückweisung.	Starke Verunsicherung und Anklammerungsverhalten bei der Trennung. Nach der Trennung sucht das Kind Kontakt zur Bezugsperson, ist aber gleichzeitig abweisend und lässt sich nur schwer beruhigen.
<b>Typ D Desorganisierte Bindung</b>	Das Kind wird von der Bezugsperson stark verunsichert und ist lange Zeit kaum in der Lage, eine klare (organisierte) Bindungsstrategie zu entwickeln.	Das Verhalten des Kindes ist häufig bizarr (z.B. stereotypes Verhalten, Einfrieren); Zusammenbruch der normalen Verhaltensstrategien.

### Literaturnachweis

Ainsworth, M. (1977). **Feinfühligkeit versus Unempfindlichkeit gegenüber Signalen des Babys**. In K. E. Grossman (Hrsg.), *Entwicklung der Lernfähigkeit in der sozialen Umwelt* (S. 98-107). München: Kindler.

Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). **Patterns of attachment: Assessed in the Strange Situation and at home**. Hillsdale: Erlbaum.

Ahnert, L. (2004). **Frühe Bindung: Entstehung und Entwicklung**. München: Ernst Reinhardt Verlag.

Bodenmann, G. (2016). **Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie** (2. überarbeitete Auflage). Bern: Hogrefe.

Bowlby, J. (1969). **Attachment. Attachment and loss (Vol. 1)**. London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (1973). **Separation: Anger and anxiety. Attachment and loss (Vol. 2)**. London: Hogarth Press.

Bowlby, J. (2006). **Bindung** (deutsche Übersetzung). München: Ernst Reinhardt.

Brisch, K. H. (2003). **Bindungsstörungen**. Stuttgart: Klett-Cotta.

Brisch, K. H. & Hellbrügge, T. (2009). **Kinder ohne Bindung. Deprivation, Adoption und Psychotherapie**. Stuttgart: Klett-Cotta.

Grossmann, K. E. & Grossmann, K. (2003). **Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie**. Stuttgart: Klett-Cotta.

Grossmann, K. & Grossmann, K.E. (2012). **Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit**. Stuttgart: Klett Cotta.

Van Ijzendoorn, M. H. & Kroonenberg, P. M. (1988). **Cross cultural patterns of attachment: A meta-analysis of the Strange Situation**. *Child Development*, 59, 147-156.

Zimmermann, P., Mohr, C. & Spangler, G. (2009). **Genetic and attachment influences on adolescents' regulation of autonomy and aggressiveness**. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50, 1339-1347.

die Umwelt, aktive Stressbewältigungsstrategien und die Überzeugung, selber liebenswert zu sein.

Hohe Bindungsunsicherheit, wie sie sich durch die unsicheren Bindungstypen manifestiert, hängt indes mit einer erhöhten Erkrankungswahrscheinlichkeit für die Mehrheit der psychischen Störungen zusammen. So wirkt eine unsichere Bindung über einen niedrigen Selbstwert, ungünstige Emotionsregulation oder geringe Selbstwirksamkeit als unspezifischer Risikofaktor, d.h. schafft günstige Voraussetzungen für die Entstehung jeglicher Störungsform.

Vor dem Hintergrund des gut gesicherten Wissensstands aus der Bindungsforschung wird die elementare Bedeutung von Bindung für die gesamte menschliche Entwicklung deutlich. Aus Sicht der Kinder- und Jugendpsychologie erscheint deshalb eminent wichtig, dass Kindern – insbesondere in der sensiblen Bindungsphase (in den ersten zwei Lebensjahren), aber auch darüber hinaus – familiäre Bedingungen geschaffen werden, die sicheren Bindungserfahrungen zuträglich sind. Letztlich gelangt das Kind so zur Überzeugung über die Welt als sicherer Ort und es kann sich als ausreichend wichtig und

wertig erfahren, dass auf es aufgepasst wird und auf seine Signale und Bedürfnisse reagiert wird. Der neugeborene Säugling benötigt zunächst einen «Fremdwert» durch die primären Bindungspersonen, auf dem es einen gesunden Selbstwert aufbauen kann.

### Es gibt Nachweise, dass sich Bindungsmuster mit alternativen Bezugspersonen neu formieren können.



## Fortsetzung – LINAS LEBENSGESCHICHTE

### Ein Silberstrahl

Lina ist übel. Nicht vom Essen. Keine Krankheit. Anders, irgendwie. Es kann doch nicht sein... Wieder ist sie schwanger. Worte von irgendwo her: «Schütze dieses Wesen». Die nächste Entzugsbehandlung. Die Suche nach einer Insel, wo sie die ersten Schritte mit ihrem Kind gehen darf. Wo sie neue Wege zur Bändigung der Suchtdämonen entwickeln kann. Und dies alles gemeinsam mit Aaron, dem Vater ihres Kindes. Sie kennen sich von der Gasse, sind seit drei Jahren ein Paar. Haben alles geteilt, sind entlang von Abgründen gelaufen und haben dem Tod viele Male die Hand gereicht. Aaron, das Wunschkind seiner Eltern, der hochtalentiertere Fussballer, Maler mit einer abgeschlossenen Berufsausbildung, dunklen und sehnsuchtsvollen Augen, kleiner Statur, ausgestattet mit einem friedliebenden Wesen und doch irgendwie stets mit dem Drang nach einem noch intensiveren Leben, nach dem Kick. Reich an Möglichkeiten und zugleich stets auf der Suche nach mehr.

### Boden

2002 treten Lina und Aaron gemeinsam in den ULMENHOF ein. Drei Monate später die Geburt des gemeinsamen Sohnes. Linas Antrag auf den Massnamevollzug im Rahmen einer stationären Drogentherapie wird gutgeheissen. So bleibt ihr der Gang ins Gefängnis aufgrund diverser Delikte gegen das Betäubungsmittelgesetz erspart. Die gemeinsame Familienwohnung im ULMENHOF wird hergerichtet. Lina und Aaron kümmern sich liebevoll um ihr Kind und lernen, die Hintergründe des Weges in die Sucht zu verstehen, von den Erlebnissen zu berichten, die Emotionen zu tragen und zu regulieren und so im Hier-und-Jetzt selbstbestimmt, verantwortungsvoll und im Einklang mit den eigenen Zielsetzungen das Leben zu gestalten. Nach sechzehn reichen Monaten erfolgt der Wechsel in die weniger dicht betreute Aussenwohngruppe FISCHERHUUS. Lina und Aaron setzen ihre Ziele im Innen wie im Aussen um und treten ein Jahr später mit einer hoffnungsvollen sozialen und beruflichen Perspektive aus.

*Stephan Germundson*

↪ *Der Brief von Lina auf Seite 30*





# Liebe geht durch den Magen

Die Küchencrew ULMENHOF hat Freude daran, täglich 250 Kinder und Erwachsene mit leckeren Speisen zu verwöhnen. Der grösste Traum wäre jedoch, das Catering für 500 Personen zu stemmen.

*Wer am Vormittag am ULMENHOF vorbei geht, sieht, wie Warmhalteboxen im Betriebsauto verstaut werden und fragt sich vielleicht: Für wen wird da gekocht? Antworten gibt der Koch.*

**Beat, Du bist seit 14 Jahren der verantwortliche Koch im ULMENHOF. Deine Stellvertreterin Stefanie und die aus Thailand stammende Köchin Gon unterstützen Dich zeitweise. Und viele Klientinnen und Klienten arbeiten in der Ulmenhofküche mit. Wie organisierst Du die Küchenarbeit, damit zur richtigen Zeit**

**die vielen Menüs auf den richtigen Tischen stehen?**

Die Klientinnen und Klienten arbeiten im ULMENHOF bei verschiedenen Aufgaben mit. Manche sind geeignet und bereit, in der Küche zu arbeiten. Mit ihnen rechne ich. Doch oft erfahre ich bei der Morgensitzung, dass jemand wegen eines Arzttermins oder Krankheit ausfällt. Dann muss ich mir für die Vormittagsarbeit von einem anderen Team Hilfe holen. Es verlangt viel Flexibilität von uns. Manchmal stehen auch plötzlich mehr KlientInnen in der





Küche, als geplant. Dann bin ich gefordert, sofort eine Zusatzarbeit zu finden, wie z.B. Kuchen backen. Die Vorgabe für den Vormittag jedoch ist sehr klar und zeitlich nicht flexibel: Wir beginnen um 10:25 Uhr mit der Lieferung für den ersten Mittagstisch. Bis 11:30 müssen sämtliche bedient sein. Die Mittagstische beliefern für uns zwei pensionierte Männer aus dem Dorf. Um zwölf Uhr steht das Mittagessen für die Mitarbeitenden und KlientInnen im ULMENHOF auf dem Tisch.

#### Wie viele Mittagstische beliefert Ihr?

Mit den Jahren und nur durch Mund-zu-Mund-Propaganda sind es immer mehr geworden. Angefangen haben wir vor 14 Jahren mit zwei kleinen Mittagstischen. Vor neun Jahren waren es dann 120 Essen pro Tag und heute kochen wir für 170 bis 250 Kinder pro Werktag.

#### Was braucht es, damit Euer Essen den Kindern schmeckt und die Mittagstischleitenden zufrieden sind?

Für Kinder müssen die Menüs einfach, wenig gewürzt, abwechslungsreich und nicht gemischt sein. Also Reis und Gemüse, nur ja kein Gemüsereis! Der Dorfmetzger stellt extra kleine Fleischportionen her. Die Kinder lieben es, ihr eigenes Würstchen auf dem Teller zu haben. Wir versuchen, den verschiede-

nen Wünschen wie Allergien und Religionen gerecht zu werden. Zwischen- durch liefere ich gern mal selbst, damit die Kinder mich sehen und wissen, wer der Koch ihres Essens ist. Die Leiterinnen schätzen unsere Flexibilität, wenn sie kurzfristig zusätzliche Portionen bestellen müssen.

*Ich schaue an einem Mittag gleich selbst, was im Essraum ULMENHOF abläuft. Um 12 Uhr soll ich dort sein. Verspäten darf ich mich nicht, sonst kann es passieren, dass ich einen unfreundlichen Blick des Kochs bekomme, denn er ist auch der Überwacher der verbindlichen Essenszeiten.*

#### Und wie sieht das Mittagessen im ULMENHOF aus, Beat?

Beim Mittagessen gibt es kleine Regelungen: weder Handy nutzen noch Zeitung lesen, damit ein Tischgespräch

**«Ich arbeite gerne mit den KlientInnen zusammen. Diese stellen mir manchmal ganz unerwartete Fragen, die Berufsleute so nicht stellen würden.»**

möglich ist.

#### Bekommst Du auch Lob für Euer Buffet?

So lange ich nichts höre, nehme ich an, dass es geschmeckt hat. Manche sagen auch: «Danke fürs Kochen.» Oder: «Es ist fein gewesen.»

*Wirklich, das Mittagessen, das da auf dem Buffet punkt 12 Uhr bereitsteht, ist vielfältig und sehr gut gekocht. KlientInnen und Mitarbeitende bedienen sich gerne. Ich esse mit Vergnügen, vor allem vom Teigwarenauflauf und dem Chabis-Rüebli Salat. Neben mir sitzt die zweite Köchin, Stefanie Huber.*

#### Stefanie, seit 10 Monaten bist Du Köchin im ULMENHOF. Wie gefällt Dir die Arbeit hier?

Ich koche sehr gerne hier. Es ist meine erste Stelle in einer sozialen Institution. Vorher war ich Alleinköchin in einem bekannten Speiselokal. Ich arbeite gerne mit den KlientInnen zusammen. Es gibt mir die Gelegenheit, mich selbst und meine Arbeitsweise zu hinterfragen, denn die KlientInnen stellen manchmal ganz unerwartete Fragen, die Berufsleute so nicht stellen würden. Ich finde ihre direkte Art oft auch erfrischend und ich lache gerne mit ihnen.

*Die Köchin Gon arbeitet seit 4 Jahren als Springerin in den beiden Küchen (ULMENHOF und TIPI). Ich treffe sie auch beim Mittagessen im ULMENHOF.*

#### Gon, was gefällt Dir besonders an deiner Stelle bei der ALTERNATIVE?

Ich schätze vor allem die gute Organisation von Beat. Es herrscht Sauberkeit und Ordnung. Kunden und Mitarbeitende vertrauen Beat. Und wenn eine Klientin fragt: «Gon, wann kochst Du wieder mal thailändisch?», dann freut mich das natürlich.

#### Beat, nun wieder zu Dir. Eine wichtige Arbeit von Dir ist auch das Anleiten von Klienten und Klientinnen.

Für einen reibungslosen Ablauf hat sich das Abwägen der verschiedenen Speisen bewährt. So können die KlientInnen selbständig arbeiten, was sie sehr schätzen. Am liebsten erzähle ich von dem ehemaligen Klienten, der im letzten Sommer seine Kochlehre abgeschlossen hat. Am ersten Tag seiner Zeit hier im ULMENHOF hat er mir erklärt, er müsse nicht arbeiten, er bekomme eine IV-Rente aufgrund einer körperlichen Einschränkung.



Auch der Küchenchef fasst mit an!

kung. Mit der Zeit fing ihm die Küchenarbeit an zu gefallen und er äusserte den Wunsch, Koch zu lernen. So haben wir ihm einen Praktikumsplatz organisiert, damit er die Realität eines Kochs kennen lernt. Im Alter von 34 Jahren hat er dann eine reguläre Kochlehre angefangen und heute arbeitet er in einem Fünfsterhotel. Darüber freue ich mich natürlich sehr.

#### Und für Partys kocht Ihr auch?

Ja, etwa zwanzig bis dreißig Mal im Jahr liefern wir Caterings für verschiedene Anlässe.

#### Was gefällt Dir am Partyservice?

Dass ich komplizierter, teurer und fantasievoller kochen kann. Ein Festessen darf natürlich mehr kosten als ein Essen für den Mittagstisch oder den ULMENHOF. Und ich freue mich, dass wir damit etwas für die ALTERNATIVE erwirtschaften.

#### Welche Speisen bietet Ihr an?

Wir haben eine Cateringmappe als Ideenlieferant und versuchen gleichzeitig, auf besondere Wünsche der Kundschaft einzugehen.

#### Willst Du uns noch etwas über deine Träume für die kommenden Jahre verraten?

Ich träume von einer Party für 500

**«Ich freue mich, dass wir mit dem Party-Service etwas für DIE ALTERNATIVE erwirtschaften.»**

Personen. Ausser den Mitarbeitenden und Klientinnen vom ULMENHOF müssten auch noch meine Freunde mithelfen, ein Riesending wäre das. Und das alles für die ALTERNATIVE zu schaffen, das wäre mein Traum.

#### Und privat?

Ich bin Marathonläufer und wünsche mir, einmal im Leben den 100 Kilometer-Lauf von Biel zu schaffen.

*Vielen herzlichen Dank für die Gespräche mit Euch, Koch und Köchinnen des ULMENHOF! Im nächsten Jahresbericht warten wir mit einem köstlichen Supplement auf: Vorgestellt werden dann die Köchin und die Küche des Kinderhauses TIPI.*

*Das Gespräch führte Elisabeth Ochsner*

Los geht's! Die hungrigen Kinder warten.



Beat und Stefanie sind für Sie da.





Cornelia Diethelm umringt von den jungen Musikerinnen und Musikern der Bando Distrito in der Dominikanischen Republik.

Die Lagune Gri-Gri an der Nordküste der Dominikanischen Republik liegt träge im Nachmittagslicht. Einige Kinder springen jauchzend von der Ufermauer ins kühle Wasser. Am Rande der Lagune steht ein traditionelles Gebäude, in den Farben von Meer und Sonne blau und gelb bemalt. Durch die Holzlamellen der Fensteröffnungen klingt Musik. Klarinetten spielen eine Melodie. Saxophone setzen ein. Die Tuba gibt dunkel die Basstimme dazu. Schliesslich ertönt eine ganze Blaskapelle. Wir stehen vor der Musikschule des Städtchens Río San Juan.

Im schlichten Raum der Musikschule mit nacktem Betonboden sitzen dreissig Kinder und Jugendliche auf weissen Plastikstühlen. Die Körper aufgerichtet, die Gesichter konzentriert. Jeden Nachmittag von Montag bis Freitag versammeln sie sich zur Musikprobe. Auf Schweizer Instrumenten spielen sie die einheimische Tanzmusik Merengue und

## AUSSENWELT

# Von der Öffnung der Herzen durch Musik

Der Verein «Musik übers Meer» sammelt ungenutzte Musikinstrumente. Partnerschaftsorganisationen bauen damit Musikschulen und Jugendorchester auf. Gründerin Cornelia Diethelm beschreibt, wie die Musikinitiative entstanden ist und was sie bringt.

Bachata, aber auch internationale Blasmusik. Kraftvoll und leidenschaftlich.

### Die Idee

Es begann im Jahr 2004. Oder sogar schon 1990, als ich die Dominikanische Republik kennenlernte. Liebe auf den ersten Blick war es, und ich blieb gleich mehrere Monate im Städtchen Río San Juan, erlebte den Alltag, dann auch Volksfeste und Feiertage, an denen jeweils eine kleine Blaskapelle auf alten Instrumenten spielte. Doch Mitte der 1990er-Jahre, als ich ein zweites Mal auf der Insel lebte, waren davon nur eine zerbeulte Trompete, eine matte Posaune und eine nicht mehr spielbare Klarinette übriggeblieben.

Musik ist in der Dominikanischen Republik allgegenwärtig. Immer und überall tönt es - oft überlaut - aus Häusern und Autos, auf öffentlichen Plätzen, am Strand. Eine musikalische Ausbildung für Kinder und Jugendliche

**«Wir sind tief beeindruckt, mit welcher Leidenschaft und Ausdauer diese Jugendlichen Musik machen.»**

Balthasar Streit  
Bandleader von «Traktorkestar»

gab es damals in den öffentlichen Schulen nicht. Die Dominikanische Republik ist, obwohl ein beliebtes Ferienziel, noch immer ein Entwicklungsland. Nur wenige Einheimische haben das Geld, sich ein Musikinstrument zu kaufen. Viele aber haben eine grosse Begabung für Klang, Melodie und Rhythmus.

### Die Initiative

Aus Dankbarkeit meinem Gastland gegenüber beschloss ich 2004, in Río San

Juan eine Musikschule und eine neue Blaskapelle zu gründen. Zudem sollten Kinder und Jugendliche über die Musik neue Impulse für ihr Leben bekommen. Nach monatelangen Abklärungen entschied ich mich für eine Zusammenarbeit mit dem dominikanischen Kulturministerium. Die Escuelas Libres - ein Schulsystem, das die Volksschule ergänzt und dem Kulturministerium angeschlossen ist - bieten im ganzen Land kostenlosen Unterricht für Kunsthandwerk, Malerei, Theater und eben auch für Musik an. Das Kulturministerium mietete in Río San Juan ein Schullokal und stellte zwei Lehrer an. Und «Musik übers Meer» - so nannte ich meine Initiative inzwischen - schickte Ende 2007 34 Musikinstrumente, die ich von Bekannten und vom Schweizer Blasmusikverband gespendet erhalten hatte, über den Atlantik.

27. Januar 2008: Die Lagune Gri-Gri in Río San Juan wird zur Bühne. Festlich gekleidete Menschen versammeln sich. Heute werden die Blasinstrumente aus der Schweiz dem dominikanischen Kulturministerium übergeben. Glänzend poliert und von einer Polizistin stolz bewacht, sind die Trompeten, Posaunen, Hörner, Klarinetten, Querflöten auf den breiten Treppenstufen ausgestellt, die zum Wasser führen.

Ein 70-jähriger Musiker hat Tränen in den Augen. Seit seiner Kindheit, als noch der Diktator Rafael Leónidas Trujillo über das Land herrschte, habe er nie mehr so schöne Instrumente gesehen. Freudig drängeln sich die Kinder möglichst nah an die Instrumente, um sie kurz zu berühren. Nein, es ist kein Traum. Es sind echte Instrumente. Das Metall fühlt sich kühl an.

Februar 2010: Zum zweiten Mal reist «Musik übers Meer» in die Dominikanische Republik. In einem schwierigen Quartier der Hauptstadt Santo Domingo, wo Armut, Drogen und Gewalt trauriger Alltag sind, gründen das dominikanische Kulturministerium und der Schweizer Verein eine zweite Musikschule mit 73 aus der Schweiz gespendeten Instrumenten. Am Tag darauf gibt es nach viereinhalb Stunden Busfahrt in Río San Juan das erste Konzert des zwei Jahre zuvor gegründeten Jugendorchesters.





Eine Musikinitiative für die Jugend, unterstützt von Schweizer Prominenz wie Pepe Lienhard.



Die Musik leuchtet, strahlt, öffnet die Herzen der Musizierenden und des Publikums.

Nach diesen ersten Erfahrungen war ich so begeistert, dass ich beschloss, die Musikinitiative weiter wachsen zu lassen. 2011 gab es in der Dominikanischen Republik schon fünf Jugendorchester. Im November 2011 begleitete mich der Schweizer Bandleader Pepe Lienhard übers Meer und wirkte an einem Festival mit den Jugendorchestern als Gastmusiker mit. Dank Medienberichten über Pepe Lienhard und das Projekt stiegen die Instrumentenspenden deutlich an.

Zum Glück hatte ich mit einigen Gleichgesinnten bereits im April 2011 eine breitere Basis für die Musikinitiative geschaffen und einen gemeinnützigen Verein gegründet. 2013 wurde zusammen mit dem dominikanischen Kulturministerium ein erster von inzwischen vier Kursen zur Reparatur defekter Musikinstrumente organisiert. Für Anfang 2018 ist ein fünfter Reparaturkurs mit dem Schweizer Blasinstrumenten-Reparateur Robin Kirchhofer in Santo Domingo geplant.

### Das Projekt

Nebst Instrumentenspenden und Reparaturkursen bietet «Musik übers Meer» auch Stipendien fürs Berufsstudium. Der junge, hochbegabte Cellist Luis David Fernández profitierte als erster davon. Luis stammt aus schwierigen Familienverhältnissen und hat keine Eltern mehr. Er hatte die Schule abgebrochen, lebte auf der Strasse und rutschte immer tiefer ab. Doch dann

zogen ihn die Klänge an, die aus der Musikschule Río San Juan nach aussen drangen. Er schaute so oft durch die Lamellenfenster dem Unterricht zu, bis ihn der Lehrer zum Mitmachen einlud. Inzwischen ist Luis ein virtuoser Schlagzeuger, er spielt zudem Trompete, Posaune und Cello. Dank des Stipendiums studiert er seit drei Jahren am Konservatorium in der Hauptstadt Santo Domingo.

Zusammen mit dem dominikanischen Kulturministerium wird mittlerweile auch der kulturelle Austausch gefördert. 2014 reisten vier Jugendliche in die Schweiz und traten an zwei Konzerten auf. Höhepunkt war für sie ein gemeinsamer Auftritt mit dem Jugendblasorchester Frauenfeld und mit Pepe Lienhard. 2016 waren die zwölf Musiker der Berner Band Traktorkestar zehn Tage lang in der Dominikanischen Republik unterwegs. Sie gaben ihr musikalisches Können in drei Regionen an hundert Kinder und Jugendliche weiter, lernten umgekehrt von den Jugendlichen und traten mit ihnen zusammen an fünf Konzerten auf:

«Cool, cool», äusserte sich Balthasar Streit, Bandleader von Traktorkestar, im Musikunterricht immer wieder anerkennend, während er im tropischen Klima aus allen Poren schwitzte.

Als weiterer Meilenstein der Zusammenarbeit mit dem dominikanischen Kulturministerium wurde Anfang 2017 in der Hauptstadt Santo Domingo eine Reparaturwerkstatt eröffnet. Der 31-jährige Jeasson Mejía machte im Juni 2017 in der Schweiz bei Musik Beat Zurkinder in Dürnten ein Reparaturpraktikum und leitet seither mit grosser Begeisterung die Werkstatt in seiner Heimat.

### Perspektiven

«Gib einem Kind ein Musikinstrument – und es hat keine Hand frei für eine Waffe.» Dieser Satz beeindruckte mich, noch bevor «Musik übers Meer» auch in Kolumbien Fuss zu fassen begann. Dank persönlicher Kontakte entschloss ich mich 2015, Musikinstrumente nach Kolumbien zu spenden. In diesem vom Bürgerkrieg schwer verletzten Land kann

**«Wenn Kinder dank  
«Musik übers Meer»  
Zugang zu einem  
Instrument haben,  
ist das für sie unglaublich  
wertvoll. Die Kinder  
proben dann fast Tag  
und Nacht und lernen  
Disziplin.»**

Pepe Lienhard  
Bandleader und Arrangeur

die Musik dazu beitragen, traumatisierten Kindern und Jugendlichen einen anderen Blick aufs Leben zu öffnen, ihnen eine Alltagsstruktur und neue Lebensperspektiven zu geben. Im selben Jahr begann auch die Zusammenarbeit mit Albanien. In den letzten Jahren spendete der Verein zudem Instrumente an gut verankerte Institutionen in Ungarn, auf den Philippinen und in Venezuela. So haben seit 2008 über tausend Instrumente aus der Schweiz in

sechs Ländern ein zweites Leben erhalten. Sie klingen dort weiter, berühren, öffnen, begeistern und beglücken viele Herzen. Mehr noch: in den Projektländern sind nicht nur Musikschulen und Jugendorchester entstanden, es wurden auch Dutzende von Arbeitsstellen geschaffen – für Musiklehrerinnen, Dirigenten, Koordinatorinnen, Reparaturfachleute.

### Traum

«Kultur ist die Erweiterung unseres Bewusstseins» (C.G. Jung). Musik als Teil der Kultur schenkt Kraft und Hoffnung. Das gemeinsame Musizieren in einem Orchester weckt das Gemeinschaftsgefühl und den Gerechtigkeitssinn. Angel Mejía, der Direktor der Escuelas Libres in der Dominikanischen Republik, drückte es einmal so aus: «Wenn wir ein friedlicheres Land wollen, dann ist die Musik ein gutes Mittel, das zu erreichen.» Und mit einem Strahlen in den Augen ergänzte er: «Ich wünsche mir, dass das ganze Land ein grosses Orchester wird.»

Vor drei Jahren hat das dominikanische Erziehungsministerium meine Projektinitiative kopiert und bietet nun wie das Kulturministerium ebenfalls Musikunterricht an. Erkannt wurde, dass Musik die Kraft hat, das Leben von Menschen zu verändern: miteinander in einem Jugendorchester zu spielen, aufeinander zu hören, sich zu respektieren – davon profitieren die Musikantinnen und Musikanten auch im Erwachsenenalter. Sie finden Arbeit oder gehen studieren. Und viele bleiben den Musikschulen treu, geben als Erwachsene selber Musikunterricht oder leiten ein Jugendorchester. Ein grosses Orchester ist die Dominikanische Republik zwar noch nicht – aber wer weiss, manchmal werden Träume wahr ...

Cornelia Diethelm  
www.musikuebersmeer.ch



Rolfs zweiter Arbeitstag als neuer Bereichsleiter des Kinderhauses TIPI. Die Einarbeitung läuft auf Hochtouren. Kratzgeräusche an der Tür. Nein, kein Haustier, auch kein Insekt. Die zwei-jährige Leonie sucht einen Spielkameraden. Irgendwie sind alle Kinder und auch die Mitarbeitenden beschäftigt. So landet ihre Anfrage im Bereichsleitungsbüro. «Häsch Ziit». Rolf ist verdutzt - will er doch am zweiten Tag im Austausch mit der Geschäftsführung arbeitsam und zugewandt wirken. «Wie heisst denn dä, wo Du da frörsch»? Leonie spontan: «Du heissisch Baum, gäll».

Ja, Rolf ist von stattlicher Statur. Unübersehbar. Erdverbunden. Forstwart im Erstberuf. Glarner Wurzeln. Rolf heisst Zimmermann. Leonies Intuition beeindruckt. Die Natur und insbesondere Bäume haben Rolfs Leben geprägt. Nach seiner Ausbildung zum Förster wirkte er unter anderem acht Jahre im Glarner Wald und bildete Forstwartlehrlinge aus. Nach der Jahrtausendwende der Wechsel in den Bildungs- und Sozialbereich: erst als Lehr- und Betreuungsperson an einer Privatschule und später als Sozialarbeiter auf einem Sozialamt. Parallel dazu die dazugehörige Grundausbildung an der Fachhochschule in Zürich. Die letzten sieben Jahre vor seinem Wechsel in DIE ALTERNATIVE arbeitete er als Begleiter von Pflegefamilien.

Stets war es Rolf sehr wichtig, die Praxiserfahrungen auf eine umfassende, theoretische Basis abzustützen. Daher legte er in seiner sozialen Berufsbildung seinen Fokus auf den Kinderschutz, die Bindung, die systemische Beratung und den Umgang mit Trauma. Sich selber nimmt er eher aus dem Fokus und stellt sich gerne in den Dienst der ihm anvertrauten Kinder, Eltern und Mitarbeitenden. Gemeinsam in die Zukunft zu blicken und Schritte vorwärts zu machen ist ihm wichtig. Wir freuen uns, Rolf bei uns zu wissen.

**«Kinder mit einer sicheren Bindung haben gute Bedingungen, sich körperlich, seelisch und sozial gesund zu entwickeln.»**



**HERZBLUT**  
**ROLF ZIMMERMANN**

**«Du heissisch Baum, gäll?»**

**Was bedeutet Bindung?**

Bindung ist ein zeitlich und räumlich überdauerndes emotionales Band zwischen zwei Personen und kann unterschiedliche Muster und Ausprägungen beinhalten. Dies hat wiederum einen gewichtigen Einfluss auf die körperliche, seelische und soziale Entwicklung eines Kindes. Im Unterschied zu früher geht man heute davon aus, dass die Wirkung der frühen Bindungserfahrung sowohl positiv als auch negativ veränderbar ist. Dies jedoch nicht mehr im gleichen Ausmass.

**Wie kann Bindung entstehen, wenn das Urvertrauen fehlt?**

In meinem Verständnis gehe ich davon aus, dass zwischen zwei Menschen im engen Kontakt (Kind-Eltern, Kind-Bezugsperson usw.) immer eine Form von Bindung/Beziehung entsteht. Nicht die Frage, ob eine Bindung entsteht, sondern die Frage nach der Qualität und Ausprägung der Bindung ist von Bedeutung. Kinder mit einer sicheren

Bindung bzw. einem Urvertrauen, haben eine grosse Ressource und damit gute Bedingungen, sich körperlich, seelisch und sozial gesund zu entwickeln. Zeitlebens können sie auf ihre Bindung als ein sicheres Fundament in ihrer Persönlichkeit zurückgreifen. Die anderen haben (siehe oben) die Möglichkeit, über spätere, positive und korrigierende Bindungserfahrungen die Lücke hinsichtlich des Urvertrauens teilweise zu kompensieren.

**An was denkst Du beim Begriff «Seelennahrung»?**

An eigene Gedanken, aber auch Botschaften von Dritten, welche einem einfach guttun! Ich bezeichne dies im Alltag oft als "Seelenmassage" und genieße es. Toll ist es auch, wenn ich anderen Menschen mit meinen Botschaften zu etwas "Seelenmassage" verhelfen kann.

*Text: Stephan Germundson  
Interviewfragen: Caroline Beck*

**Unsere Institutionen im Überblick**





## Fortsetzung – LINAS LEBENSGESCHICHTE

Juni 2016 - Zwölf Jahre später

«Lieber ULMENHOF. Ich weiss nicht, ob Ihr Euch nach all den Jahren und noch viel mehr KlientInnen an mich erinnern könnt. Ich möchte Euch danken für die Geschichte von Ruben im «akut»30. Sie ist eindrücklich, traurig und doch habe ich Hoffnung für ihn, weil er bei Euch ist. Er hat Eure Unterstützung, so wie ich damals. Am 14.05.2017 bin ich 15 Jahre lang clean. Und dies dank den Menschen, die in der ALTERNATIVE tätig sind. Insbesondere die Einzelgespräche haben mir sehr geholfen, aus der Trauer, dass ich meine geliebte Mami so früh verloren habe und was mein Vater mit mir gemacht hat, auszubrechen und mein Leben wieder in die Hand zu nehmen. Meinen ersten Sohn durfte ich bei Euch zur Welt bringen, ein Wunder, kaum zu beschreiben.

Heute stehe ich mit beiden Beinen im Leben. Vor einigen Jahren verstarb Aaron an den Folgen eines Rückfalls. Es war sehr hart alleine mit zwei Kindern, doch nie kam die Lust zurück, Drogen zu nehmen und all dem Leid wieder davonzurennen. Eure Worte waren immer wieder: «Nichts ist schlimmer, als davonzulaufen und sich dem Leben nicht zu stellen, auch wenn es noch so schwer ist.» Diese Worte sind bei mir angekommen, auch heute noch!!!

Aaron ist Teil meines Lebens und ich habe zwei grossartige Kinder von ihm. Seinen Namen trage ich weiterhin mit Stolz, da seine Familie meine ist! Ich bin seit Jahren glücklich mit meinem neuen Partner und wir haben zusammen einen Sohn. Mein Partner ist für alle drei Kinder ein wunderbarer Papi. Die Zeit bei der ALTERNATIVE hat mein Leben gerettet und mir geholfen, es in neue Bahnen zu lenken.

Als ich im Mai 2002 um sechs Uhr in der Früh von der Entzugseinrichtung in den ULMENHOF gefahren wurde, da sah ich nach Jahren in der Dunkelheit meinen ersten Sonnenaufgang mit klarem Verstand und wachen Augen. Mir schossen Tränen in die Augen, so schön war es. Meine Begleitperson weinte mit mir. Wir stellten das Auto zur Seite und liessen die ganze Farbenpracht auf uns wirken. Dies tue ich, wenn immer möglich, auch heute noch und jedes Mal erinnere ich mich an diesen unvergesslichen Morgen. Wenn ich Euch mit meiner Geschichte helfen und ein paar Leuten etwas weitergeben kann, so wäre es mir eine Ehre. Ich stehe zu meiner Geschichte, sie ist ein Teil von mir und hat mich zu dem gemacht, was ich heute bin!!! Danke, dass ich einen kleinen Teil retour geben darf.» — Lina





# DIE ALTERNATIVE

Verein für umfassende Suchttherapie

Unterer Lätten 1, Postfach 20, 8913 Ottenbach  
Tel. 044 763 40 80, Fax 044 763 40 96  
contact@diealternative.ch

## **GESCHENKLADEN**

Unterer Lätten 1, 8913 Ottenbach  
Tel. 044 763 40 90, Fax 044 763 40 91  
geschenkladen@diealternative.ch  
Online-Shop unter [www.diealternative.ch](http://www.diealternative.ch)

## **ULMENHOF**

Affolternstrasse 40, 8913 Ottenbach

### **Sozialtherapie**

Tel. 044 762 61 21, Fax 044 762 61 20  
ulmenhof@diealternative.ch

### **Familieneinheit**

Tel. 044 762 61 23, Fax 044 762 61 20  
ulmenhof@diealternative.ch

### **Werkstätten und Küche**

Tel. 044 762 61 25, Fax 044 762 61 26  
werkstaetten.ulmenhof@diealternative.ch

## **KANU**

Zurlindenstrasse 134, 8003 Zürich

### **Beratung und Nachsorge**

Tel. 044 454 40 50, Fax 044 454 40 51  
kanu@diealternative.ch

## **TIPI**

Alte Urdorferstrasse 2, 8903 Birmensdorf

### **Kinderhaus**

Tel. 044 777 60 90, Fax 044 777 60 92  
kinder@diealternative.ch

## **FISCHERHUUS**

Alte Urdorferstrasse 4, 8903 Birmensdorf

### **Rehabilitation**

Tel. 044 737 09 37, Fax 044 737 09 57  
rehabilitation@diealternative.ch

## **BACHMOOS**

c/o FISCHERHUUS, Alte Urdorferstrasse 4,  
8903 Birmensdorf

### **Integrationswohnungen**

Tel. 044 737 09 37, Fax 044 737 09 57  
rehabilitation@diealternative.ch

«Lina auf der Suche nach  
einer Insel, wo sie die  
ersten Schritte mit ihrem  
Kind gehen darf...»

**DIE LEBENSGESCHICHTE  
VON LINA AB SEITE 2.**

