

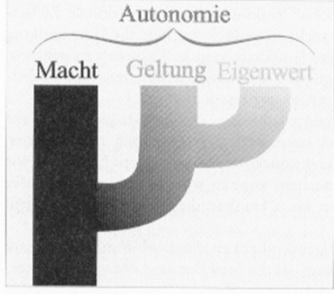
1	<p>Von der Co-Regulation zur Selbstregulation körperliche Bedürfnisse</p> <p>Kufstein, 6. 3. 2017</p> <p>Ursula Henzinger</p>
---	--

2	<p>Feinfühligkeit</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wahrnehmung des kindlichen Verhaltens 2. richtige Interpretation 3. prompte Reaktion 4. angemessene Beantwortung des Bedürfnisses <p>(nach Ainsworth, siehe Grossmann)</p>
---	---

3	<p>Containment</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Wahrnehmung eines Ereignisses ■ Beschreibung des Ereignisses (präzise, ohne Wertung und Interpretation) ■ empathisches Mitempfinden (Beschreibung der Gefühle des Kindes) ■ Anerkennung der kindlichen Perspektive ■ Bewertung des Ereignisses aus der Erwachsenen-Perspektive <p>(nach Wilfred Bion und Brisch)</p>
---	--

4	<p>Intuitives Elternsein</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ In Ruhe und Selbstkontakt »wissen« Eltern, was ihr Baby braucht und was sie tun können. <p>(Papousek & Papousek, 1987)</p>
---	--

5	<p>Was ein Baby/Kleinkind von seinen Eltern braucht</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ immer: sei GRÖßER, STÄRKER, KLÜGER und FREUNDLICH ■ wenn immer möglich: folge meinen kindlichen Bedürfnissen ■ wenn immer notwendig: übernimm die Führung <p>(nach Bob Marwin u.a.)</p>
---	--

6	<div style="text-align: center;"> <p>Autonomie</p> <p>Macht Geltung Eigenwert</p>  </div> <p>Abb. 17.3 Phylogenetische Differenzierung des Autonomieanspruchs</p> <p>Norbert Bischof (2008)</p>
---	---

7	Wahrnehmung
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Eltern nehmen das Kind in seiner Bedürftigkeit wahr, mit seinen Fähigkeiten und in seinem Wunsch, wertgeschätzt und anerkannt zu werden, ■ ohne Angst zu zeigen, selbst an Geltung oder Macht zu verlieren

8	Souveränität in der Elternrolle
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Eltern ermöglichen Baby oder Kleinkind, sich frei zu bewegen, ■ sich zu- oder ab zu wenden, aus dem Augenkontakt zu gehen, Anspannung und Unruhe zu zeigen, sich bei einer anderen Bezugsperson zu beruhigen, ■ ohne dass sie gekränkt reagieren

9	Fähigkeit, Kontrolle abzugeben
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Eltern geben dem Baby Entscheidungsfreiheit, ■ zum Beispiel bei der Nahrungsaufnahme: es kann kosten, erkunden, essen, trinken oder nicht, ohne dass sie sich zurückgewiesen fühlen

10	Vermitteln von Grenzen
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Eltern nehmen wahr, wo der kindliche Verhaltensspielraum zu Ende ist ■ und zeigen ihm umgekehrt eindeutig, wo die Grenzen sind, innerhalb derer es sich einfügen muss

11	Entscheidungskompetenz
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Eltern verändern manchmal ihre Vorhaben, wenn sich das Baby/Kleinkind wehrt und ■ treffen in wichtigen Dingen Entscheidungen, die sie auch gegen seinen Willen durchsetzen

14	Ungeborenes und Säugling
	<ul style="list-style-type: none"> ■ sensumotorische Fähigkeiten

17	<h2>Charakteristika der Co-Regulation</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ der Säugling reagiert auf eigenes Wohlbehagen/Unbehagen und das der Bezugsperson ■ reguliert seine Bedürfnisse durch Körpersprache ("<i>Feinzeichen</i>") ■ zeigt seine Befindlichkeiten und Gefühle offen und eindeutig ("<i>emotionale Transparenz</i>") ■ bekommt er, was er braucht, strahlt er ein ansteckendes "Hier-fühl-ich-mich-wohl" aus

19	<h2>Was braucht der Säugling von der Bezugsperson?</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ reziproke Kommunikation ■ Rhythmus

20	<h2>konkret</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Körperkontakt ■ Stillen nach Bedarf ■ liebevolle Körperpflege/ausreichend hygienische Umgebung ■ bewegt-Werden/frische Luft/Licht ■ Möglichkeit zum Ausdruck (Schreien) ■ Begleitung beim Einschlafen ■ verlässliche Versorgung eigener Bedürfnisse

24	<h2>Selbstregulation</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ gestärkt durch ein "Hier-fühlen-wir-uns-wohl"

26	<h2>1. sozialer Reifungsschritt</h2> <p>zwischen 6 und 9 Monaten</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ intuitive Fähigkeiten

30	<h2>Neues in der Co-Regulation für das Krabbelbaby</h2>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Autonomieanspruch für körperliche Grundbedürfnisse ■ nonverbale Kommunikation (Mimik, Gestik) ■ Reaktion auf das Co-Regulationsangebot ■ selbst initiierte Erfahrungen ("<i>somatische Marker</i>") ■ Baby zeigt der Mutter (1. Bezugsperson) seine Befindlichkeiten und Gefühle offen ("<i>selektive emotionale Transparenz</i>")

33	<p>Was braucht das Krabbelbaby von der Bezugsperson?</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Wahrnehmung und Beantwortung des kindlichen Appells (nicht mehr und nicht weniger) ■ Vertrauen auf selbstregulatorische Fähigkeiten (Schlaf, Zufüttern, Bewegung) ■ Unterstützung und Zeit für selbstständige Entscheidungen

39	<p>konkret</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Anwesenheit - jederzeit Zugang zur „sicheren Basis“ ■ Bewegungsfreiheit, Bodenkontakt, anregende Umgebung ■ guter Platz am Familientisch ■ ein für alle im Familiensystem passendes Schlafsetting ■ verlässliche Versorgung analog zum Vorbild (Trinken, Essen, Körperpflege, Anschnallen im Auto)

43	<p>Selbstregulation</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ wird gestärkt durch ein "Sich-in-der-eigenen-Haut-Wohlfühlen"

45	<p>2. sozialer Reifungsschritt zwischen 14 und 24 Monaten</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ emotionale Fähigkeiten

57	<p>Neues in der Co-Regulation für das Kleinkind</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Anspruch auf Mitgestaltung eigener Lebensumstände ■ Kommunikation durch Worte ■ aktive Verteidigung der eigenen Intimsphäre (Kratzen, Beißen, Schlagen) ■ großes Interesse: wie machen es die anderen? ■ autonomes Aushalten von Spannungen

59	<p>Was braucht das Kleinkind von der Bezugsperson?</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Wahrnehmung und Beantwortung sprachlicher Appelle ■ Vertrauen auf selbstregulatorische Fähigkeiten ■ Zeit und Unterstützung beim selbständigem Finden von Prioritäten ■ Klarheit in der Durchsetzung eigener Entscheidungen

61	konkret
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Erreichbarkeit ■ Benennung von Bedürfnissen ■ Begleitung bei Konflikten ■ geregelter Tagesablauf (gemeinsames Essen, Körperpflege, Einschlafen, Bewegung im Freien) ■ Geduld und Entspannung bei großen Herausforderungen (Beispiel Sauberwerden) ■ Klärung unterschiedlicher Co-Regulations-Angebote

62	Selbstregulation
	<ul style="list-style-type: none"> ■ gestärkt durch ein "Sich-zu-Hause-Fühlen"

67	3. sozialer Reifungsschritt ab 4 Jahre
	<ul style="list-style-type: none"> ■ kognitive Fähigkeiten

71	Neues in der Co-Regulation
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Orientierung an Ordnungen und Regeln ■ Unterscheidung und Ordnen körperlicher Bedürfnisse (meine, deine, zukünftige, vergangene, Bewegung, Spiel, Toilette, Essen, Trinken, Körperpflege) ■ Sortieren, Planen und Vorsorgen ■ Zurückhalten spontaner Reaktionen für ein besonderes Ziel („Impulskontrolle“) ■ Kontrollieren durch Kontrolle-Abgeben (Loslassen - Ausscheidung)

74	Was braucht das Vierjährige von der Bezugsperson?
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Möglichkeit, Bedürfnisse auf allen Ebenen in Verbindung zu bringen ■ Zeit für den Abgleich: Kohärenz von Körperempfindung, spontanem Verhalten, Gefühl, Gedanken/Bewertung

76	konkret
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zeit zum selbstorganisierten Spiel mit anderen Kindern (auch im Freien) ■ Erlaubnis, Fehler zu machen ■ Möglichkeit, eigene Projekte (Essen, Bewegen, Schlafen) zu planen und selbständig auszuführen ■ Gelegenheit zur Besprechung (äußerer oder innerer) Konflikte, die im Zusammenhang mit körperlichen Bedürfnissen auftauchen

78
<h2>Selbstregulation</h2>
<ul style="list-style-type: none"> gestärkt durch: "Dazu-Gehören" (zu einer Kindergruppe)

80																
<h2>Von der Co-Regulation zur Selbstregulation</h2>																
<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Selbstregulation</th> <th>Co-Regulation</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td> kognitive Fähigkeiten: selbständiges Bewerten und Ordnen unterschiedlicher Bedürfnisse „Dazu-Gehören“ (Kindergruppe) </td> <td>Zeit und Möglichkeit zur Reflexion</td> </tr> <tr> <td></td> <td> emotionale Fähigkeiten: Anspruch auf Mitgestaltung eigener Lebensumstände „Sich-Zuhause-Fühlen“ </td> <td>sprachlicher Austausch, Unterstützung beim Finden von Prioritäten, klare Signale</td> </tr> <tr> <td></td> <td> intuitive Fähigkeiten: Autonomieanspruch für körperliche Bedürfnisse „Sich-in-der-eigenen-Haut-Wohlfühlen“ </td> <td>„Sichere Basis“, Vertrauen auf selbstregulatorische Fähigkeiten, Vorbild</td> </tr> <tr> <td></td> <td> sensumotorische Fähigkeiten: augenblickliche Reaktion auf Wohlbehagen/Unbehagen „Hier-fühlen-wir-uns-wohl“ </td> <td>reziproke Kommunikation, Rhythmus</td> </tr> </tbody> </table>		Selbstregulation	Co-Regulation		kognitive Fähigkeiten: selbständiges Bewerten und Ordnen unterschiedlicher Bedürfnisse „Dazu-Gehören“ (Kindergruppe)	Zeit und Möglichkeit zur Reflexion		emotionale Fähigkeiten: Anspruch auf Mitgestaltung eigener Lebensumstände „Sich-Zuhause-Fühlen“	sprachlicher Austausch, Unterstützung beim Finden von Prioritäten, klare Signale		intuitive Fähigkeiten: Autonomieanspruch für körperliche Bedürfnisse „Sich-in-der-eigenen-Haut-Wohlfühlen“	„Sichere Basis“, Vertrauen auf selbstregulatorische Fähigkeiten, Vorbild		sensumotorische Fähigkeiten: augenblickliche Reaktion auf Wohlbehagen/Unbehagen „Hier-fühlen-wir-uns-wohl“	reziproke Kommunikation, Rhythmus	↑ Zunehmende Selbstständigkeit
	Selbstregulation	Co-Regulation														
	kognitive Fähigkeiten: selbständiges Bewerten und Ordnen unterschiedlicher Bedürfnisse „Dazu-Gehören“ (Kindergruppe)	Zeit und Möglichkeit zur Reflexion														
	emotionale Fähigkeiten: Anspruch auf Mitgestaltung eigener Lebensumstände „Sich-Zuhause-Fühlen“	sprachlicher Austausch, Unterstützung beim Finden von Prioritäten, klare Signale														
	intuitive Fähigkeiten: Autonomieanspruch für körperliche Bedürfnisse „Sich-in-der-eigenen-Haut-Wohlfühlen“	„Sichere Basis“, Vertrauen auf selbstregulatorische Fähigkeiten, Vorbild														
	sensumotorische Fähigkeiten: augenblickliche Reaktion auf Wohlbehagen/Unbehagen „Hier-fühlen-wir-uns-wohl“	reziproke Kommunikation, Rhythmus														

81
<h2>Literatur</h2>
<ul style="list-style-type: none"> Norbert Bischof (2008): Psychologie, Ein Grundkurs für Anspruchsvolle, Kohlhammer Bischof-Köhler (2011): Soziale Entwicklung in Kindheit und Jugend, Bindung, Empathie, Theory of Mind, Kohlhammer Brisch KH (2017): SAFE® – Sichere Ausbildung für Eltern: Sichere Bindung zwischen Eltern und Kind, Klett-Cotta Grossmann (2008): Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit, Klett-Cotta, Stuttgart Marwin, Cooper, Hoffmann, Powell (2015): Der Kreis der Sicherheit. Die klinische Nutzung der Bindungstheorie. G.P. Probst Verlag