Karl Heinz Brisch

SAFE® – primäre Gewaltprävention

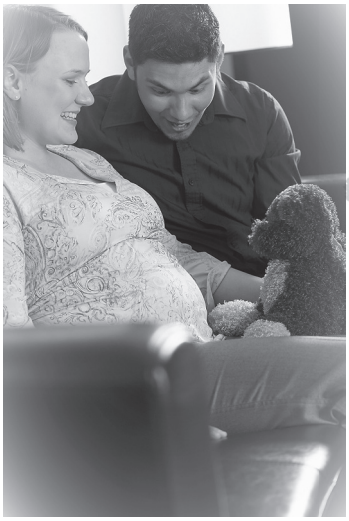
Die Entwicklung eines sicheren Bindungsverhaltens ist eine grundlegende Zielsetzung, die mit erheblichen Vorteilen für die Entwicklung von Kindern verbunden ist.

Kinder mit einer sicheren Bindungsentwicklung sind in der Lage, sich in Notsituationen Hilfe zu holen, sie haben mehr freundschaftliche Beziehungen, ein ausgeprägtes und differenziertes Bewältigungsverhalten, sie können auf verschiedenste Bewältigungsstrategien zurückgreifen, können partnerschaftliche Beziehungen eingehen, die eine gewisse emotionale Verfügbarkeit für die/den PartnerIn beinhalten und für beide Seiten befriedigend sind. In ihren kognitiven Funktionen sind Kinder mit einer sicheren Bindung kreativer, ausdauernder und differenzierter. Ihre Gedächtnisleistungen und ihr Lernverhalten sind besser. Sie lösen Konflikte konstruktiver sowie sozialer und zeigen in Konfliktsituationen weniger aggressives Verhalten. Auch die Sprachentwicklung von Kleinkindern ist besser und weist weniger Störungen auf (vgl. Dieter u. a. 2005).

Eltern mit eigenen unverarbeiteten traumatischen Erfahrungen neigen dazu, diese Erfahrungen mit den Kindern zu inszenieren, und sie so zu MitakteurInnen in einem alten Theaterstück zu machen. Genau dies sind die klassischen Situationen, in denen die Eltern durch Reaktivierung alter Traumata vielfältige heftige Affekte wie Wut, Scham und Angst wieder erleben und – unbewusst, ungewollt und mit eingeschränkter Fähigkeit zur Handlungssteuerung – ihre Kinder zu Opfern von körperlichen, emotionalen oder sexuellen Gewalttaten zu machen sowie in Folge die Entwicklung von Bindungsstörungen bei ihren Kindern ankurbeln, die durch Prävention unterbrochen werden müssen (vgl. Brisch 2010a).

Zielgruppe

Die Zielgruppe sind werdende Eltern, damit diese schon mit Beginn der Schwangerschaft in ihren Kompetenzen und Fähigkeiten geschult und für die Bedürfnisse ihres Kindes emotional und auch kognitiv sensibilisiert werden. Grundsätzlich sollten die Eltern die Motivation mitbringen, sich auf die emotionale Entwicklung ihres Kindes einzulassen und hierfür als unterstützende Maßnahme ein Präventionsprogramm in Anspruch zu nehmen. Die Eltern überlegen sich, ob sie im Entwurf einer eigenen Mutterschaft oder Vaterschaft so werden möchten wie ihre Eltern oder ob sie auf gar keinen Fall die eigenen Erfahrungen mit ihren Eltern in der neuen eigenen Elternschaft wiederholen möchten (vgl. Brisch/Hellbrügge 2007). Gerade während der Schwangerschaft sind die Eltern aufgrund der eigendynamischen Prozesse bei der Be-



schäftigung mit ihrer Kindheit und Vergangenheit sehr motiviert und bereit, sich mit den selbst erlebten Erfahrungen nochmals auseinanderzusetzen.

Oft sehen wir Eltern in der psychosomatischen Ambulanz erst dann, wenn viele interaktionelle Schwierigkeiten mit Füttern, Schlafen, Beziehungsaufbau sich bereits chronifiziert haben, ein Baby also etwa bereits über mehrere Wochen täglich für viele Stunden weint und sich nicht beruhigen lässt (vgl. Brisch 2007).

Programm SAFE®

Auf diesem Hintergrund wurde das primäre Präventionsprogramm „SAFE® – Sichere Ausbildung für Eltern“ entwickelt (vgl. Brisch 2010b), das spezifisch eine sichere Bindungsentwicklung zwischen Eltern und Kind fördern, die Entwicklung von Bindungsstörungen verhindern und ganz besonders die Weitergabe von traumatischen Erfahrungen über Generationen verhindern soll (vgl. Brisch 2010c).

Das SAFE®-Programm besteht insgesamt aus vier Modulen. Im pränatalen sowie im postnatalen Modul treffen sich die Eltern in Elterngruppen. Es entsteht über die Kursdauer, von der 20. Schwangerschaftswoche bis zum Ende des ersten Lebensjahres, eine große Gruppenkohäsion (Brisch 2009).

SAFE® – pränatales Modul

Im pränatalen Modul treffen sich die Elterngruppen an vier Sonntagen während der Schwangerschaft. Das Programm beginnt bereits zu einem Zeitpunkt, an dem in der Regel die Ultraschall-Fehlbildungsdiagnostik abgeschlossen ist und es somit an der Existenz und der Fortführung der Schwangerschaft keinen großen Zweifel mehr geben sollte. Der Sonntag hat sich als exzellenter Kurstag bewährt, da die Elternpaare an diesen Tagen in der Regel sehr entspannt teilnehmen können und besonders auch die Väter stärker motiviert sind.

Die Inhalte des pränatalen Moduls beinhalten umfassende Informationen und den Austausch in der Gruppe, etwa über Kompetenzen des Säuglings und der Eltern, Erwartungen der Eltern – z. B. an das ideale Baby, die ideale Mutter, den idealen Vater –, über Phantasien und Ängste der Eltern, die pränatale Bindungsentwicklung und Eltern-Säuglings-Interaktionen. Diese Interaktionen werden mit Videobeispielen veranschaulicht, und die Eltern werden dabei gezielt geschult, die Signale eines Babys genau wahrzunehmen und richtig zu interpretieren. Das Video-Interaktionstraining ermöglicht den Eltern, ganz spezifisch an konkreten Videoaufnahmen etwa zum Füttern, Stillen, Wickeln sowie zum Spiel und Zwiegespräch zwischen Eltern und Kind erste Erfahrungen zu sammeln und sich auf die Signale des Säuglings feinfühlig einzustellen (vgl. Papousek 2000). Weiterhin erlernen die Eltern bereits von Kursbeginn an Stabilisierungs- und Entspannungsverfahren, um mit stressvollen Situationen während der Schwangerschaft und nach der Geburt besser umgehen zu können.

SAFE® – postnatales Modul

Nach der Geburt werden die Elterngruppen an sechs ganztägigen Sonntagsseminaren fortgeführt. Die Eltern werden somit während der schwierigsten Zeit der Kindesentwicklung und Adaptation nach der Geburt des Säuglings sowie auch in der Phase der Umstellung in der Partnerschaft und der Neuentwicklung einer Beziehung zu dritt mit dem Säugling unterstützt. Auch postnatal zeigt sich die Kohäsion in der Gruppe als hilfreicher Faktor, da alle Eltern in einem vergleichbaren Entwicklungsprozess stecken. Einzelne Eltern mit ihren Säuglingen treffen sich auch außerhalb der Gruppensonntage, um sich auszutauschen und gemeinsame Aktivitäten zu unterneh-

men. Es entwickelt sich somit eine Eltern-Peer-Gruppe, die sich bereits vor der Geburt stabilisierend auf die Eltern ausgewirkt hat. Dieser positive Effekt intensiviert sich noch nach der Geburt. Die postnatalen Inhalte beziehen sich auf die Verarbeitung des Geburtserlebnisses, das nicht immer mit positiven Erfahrungen verbunden ist, so dass in der Gruppe und auch individuell eine intensivere psychotherapeutische Hilfestellung notwendig ist, damit sich keine ängstliche Eltern-Kind-Beziehung entwickelt. Unverarbeitete Erlebnisse von der Geburt können sich negativ auf den Aufbau der Eltern-Kind-Interaktion und Bindung auswirken. Als weitere Inhalte nach der Geburt stehen die elterlichen Kompetenzen, die Triangulierung zwischen Mutter, Vater und Kind, interaktionelle Schwierigkeiten mit Füttern, Stillen, Schlafen sowie der Aufbau der emotionalen Beziehung im Mittelpunkt. Die Eltern bringen die Babys zu den Terminen mit, so dass das Bindungsverhalten der Eltern und das des Kindes sowie das Explorationsverhalten des Babys in der Gruppe direkt beobachtet und daraus gelernt werden kann (vgl. Papousek 2006).

SAFE® -MentorInnen-Ausbildung

Zur Verbreitung des Programms besteht die Möglichkeit, sich als SAFE®-MentorIn ausbilden zu lassen (Info unter www.safeprogramm.de). Hierzu können sich Berufsgruppen, die mit Schwangeren, Eltern und ihren Säuglingen arbeiten, als potentielle SAFE®-MentorInnen melden wie u. a. SozialpädagogInnen. Entscheidend für die Arbeit in SAFE®-Gruppen ist die Fähigkeit, sich auf Schwangere und Eltern mit Säuglingen einzulassen und aus der alltäglichen beruflichen Praxis bereits konkrete praktische Erfahrungen in der Arbeit mit dieser Zielgruppe mitzubringen. Die Ausbildung zur/zum SAFE®-MentorIn umfasst drei ganztägige Seminartage und zusätzliche Praxistage.

OA PD Dr. Karl Heinz Brisch
Jg. 1953; Facharzt für (Kinder- und Jugend-)Psychiatrie und Psychotherapie sowie Psychosomatische Medizin (Psychoanalyse, Analytische Gruppenpsychotherapie, traumazentrierter Psychotherapie und EMDR). Leiter der Abt. für Pädiatrische Psychosomatik und Psychotherapie an der Kinder- und Poliklinik im Dr. von Haunerschen Kinderspital der Ludwig-Maximilians-Universität München.

SAFE®
SICHERE AUSBILDUNG FÜR ELTERN

www.safeprogramm.de

Fazit

Es wäre eine wünschenswerte Utopie, dass wir in Zukunft die Kompetenzen vieler Eltern schulen können, so dass sie emotional für die Sorgen und Nöte ihrer Kinder verfügbarer sind, weil sie die eigenen Traumata aus ihrer Kindheit möglichst verarbeitet haben. Dadurch könnten sie empathie- und beziehungsfähiger werden und möglichst ihre eigene, erworbene sichere Bindungsrepräsentation als Ressource für ihre Autonomie und für die Entwicklungsförderung einer sicheren Bindung ihrer Kinder nutzen.

LITERATUR

Karl Heinz Brisch
Bindungsstörungen
Von der Bindungstheorie zur Therapie

Brisch, K. H. (2010a): **Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie.** (11. vollständig überarbeitete und erweiterte Neuauflage). Stuttgart: Klett-Cotta.
ISBN: 978-3-608-94532-4

Brisch, K. H. (2010b): **SAFE® – Sichere Ausbildung für Eltern: Sichere Bindung zwischen Eltern und Kind.** Stuttgart: Klett-Cotta.
ISBN: 978-3-608-94601-7

Ausführliche Literaturliste unter www.sp-impulse.at

Karl Heinz Brisch
SAFE®
Sichere Ausbildung für Eltern

Quelle: Sozialpädagogische Impulse, 1/2011