

# Verlässliche Beziehungen geben Sicherheit und Selbstvertrauen

## Über die Bedeutung von dauerhaften Beziehungen

*Soziale Bindungen sind wesentlicher Bestandteil des Menschseins. Die Fähigkeit zur zwischenmenschlichen Nähe, die Fähigkeit, emotionale und soziale Beziehungen aufzubauen und zu erhalten, zeichnet den Menschen aus. Beziehungen mit anderen gehören zu den entscheidenden Wesensmerkmalen der Menschen. Soziale Beziehungen sind eine elementare Voraussetzung, um in der Gesellschaft teilnehmen zu können.*

*Die Grundlage dafür wird bereits vor der Geburt gelegt und bei Neugeborenen weiter ausgebaut. Die Erkenntnisse der Bindungstheorie zeigen, wie wichtig für Kleinkinder feste und damit verlässliche Beziehungen zu mindestens einem Erwachsenen sind. Die erste Lebensphase eines Menschen prägt dabei seine Zukunft entscheidend.*

*Aber nicht nur Kleinkinder, sondern auch größere Kinder, Jugendliche und auch noch Erwachsene sind auf verlässliche Beziehungen angewiesen. Auf Beziehungen, die nicht nur auf eine Lebensphase beschränkt, sondern dauerhaft, lebensbegleitend sind.*

Unser Alltag ist durch die verschiedensten Beziehungen geprägt. Eine Vielzahl von eher oberflächlichen Beziehungen gestaltet unser tägliches Leben: Der Kontakt zu Nachbarn, Kol-

legen, zu Sportfreunden, Bekannten... Menschen, denen wir oft begegnen, ohne dass wir eng mit ihnen verbunden sein müssen. Menschen, mit denen wir dieselben Interessen und Hobbys teilen oder durch die wir durch unsere Arbeit, Ausbildung und Tätigkeit verbunden sind. Sie alle prägen unseren Alltag. Sie tragen dazu bei, dass wir schöne Erlebnisse haben, lachen können, oder einfach „jemanden zum Quatschen“ haben...

lichen Geschichten kennen, mit denen wir über Probleme sprechen können. Die uns unterstützen, ohne darüber nachdenken zu müssen und denen wir deswegen vertrauen können.

Das ist vor allem dann wichtig, wenn wir Probleme oder Sorgen haben. Verlässliche Beziehungen sind aber auch dann wesentlich, wenn alles „normal“ läuft. Denn verlässliche Beziehungen zeigen: „Ich bin jemandem wichtig!“



*Verlässliche Beziehungen helfen uns, auch schwierige Wege zu gehen und Herausforderungen zu bestehen*

Diese Beziehungen sind fraglos wichtig dafür, dass es uns in unserem täglichen Leben gut geht, dass wir uns nicht alleine oder gar isoliert fühlen. Darüber hinausgehende, tiefere, weitergehende Beziehungen sind aber unverzichtbar: Sie sind **verlässliche Beziehungen**. Mit der Bezeichnung „verlässlich“ beziehen wir uns darauf, dass wir uns auf jemanden (oder etwas) **verlassen können**. Sich auf einen anderen Menschen verlassen zu können bedeutet, dass er da ist, wenn er gebraucht wird: **Verlässliche Beziehungen geben somit Sicherheit und Stabilität im Leben**. Sie verbinden uns mit Menschen, die auch dann für uns da sind, wenn es uns schlecht geht. Menschen, die unsere persön-

### Faktoren – Was zeichnet verlässliche Beziehungen aus?

Zwischenmenschliche Beziehungen sind das Zusammenspiel zwischen zwei (oder auch mehreren) Personen. Ihr Denken, Handeln und Fühlen ist gegenseitig aufeinander bezogen. Zu jeder Beziehung zählen dabei Aktion, Reaktion und Interaktion der Beteiligten – das jeweilige Verhalten mit- und zueinander. Dabei beschreibt „Beziehung“ das **Verhältnis zwischen zwei Subjekten**. Es geht immer auch um das Verhältnis zwischen den beteiligten Personen, eine „Sache von (mindestens) Zweien“. Eine Beziehung kann für einen oder alle Beteiligten positiv oder negativ sein. Sie

kann bereichern oder einschränken, sie kann stärken oder schwächen. Tun diese zwischenmenschlichen Beziehungen einer Person gut, haben sie positive Auswirkungen auf sie, dann zählen sie zu ihren Ressourcen.

Für verlässliche Beziehungen spielen viele Faktoren eine Rolle. Verlässliche Beziehungen zeichnen sich insbesondere durch **Dauerhaftigkeit** aus. Sie beschränken sich nicht nur auf eine Lebensphase, sondern begleiten uns auch darüber hinaus. Wichtig sind aber nicht nur Zeit und Dauer einer Beziehung, bedeutsam ist vor allem die **Art** einer Beziehung.

Bei Kleinkindern muss ein **kontinuierlicher** Kontakt bestehen, damit eine feste Beziehung aufgebaut werden kann. Sie brauchen regelmäßig **Nähe**, damit eine Beziehung überhaupt entstehen kann. Wenn sie dabei **Zuwendung** und **Aufmerksamkeit** spüren, ist die Beziehung schnell gefestigt. Dabei sind die ersten Lebensjahre entscheidend. Beziehungen, die ein Kind in seinen ersten Lebensjahren aufbauen kann, prägen das Kind. Beziehungen bleiben oft vertrauensvolle Beziehungen, auch wenn der Kontakt später nicht mehr so intensiv ist.

Die genannten Faktoren sind jedoch in allen Beziehungen wichtig. Bei älteren Kindern und Jugendlichen ist nicht mehr ganz so wichtig, wie oft man sich sieht, sondern **wie** diese Zeit miteinander verbracht wird. Entscheidend sind hier **Wertschätzung** und **Anerkennung**. Kinder spüren zum Beispiel, ob sie von Erwachsenen ernst genommen werden, und ihnen vertrauen können. Sie merken, ob ihr Gegenüber ihnen die volle Aufmerksamkeit schenkt, oder mit seinen Gedanken ganz woanders ist. Sie spüren, ob sie akzeptiert und geliebt werden.

Wichtig ist aber auch **Solidarität**. Kinder und Jugendliche brauchen die Gewissheit, dass sie so angenommen werden, wie sie sind und ihre Bezugsperson in schwierigen Situationen zu ihnen hält. Sie wissen dann: „Du bist für mich da, wenn ich dich brauche.“ „Du schimpfst nicht mit mir, wenn ich etwas falsch

*gemacht habe, sondern hilfst mir dabei, es richtig zu machen.“*

Sind diese Bedingungen erfüllt, können sich Kinder in einer Beziehung sicher und geborgen fühlen und auch der Bezugsperson oder einer Gruppe **zugehörig**: „*Ich bin ein Teil von euch, von unserer Familie, unserer Gruppe,...*“

Dabei schränkt eine verlässliche Beziehung Kinder (und Erwachsene) einerseits nicht zu sehr ein: Sie lässt **Freiraum** für eigene Ideen, Entdeckungen und Wünsche. So respektieren Eltern bei ihren Kindern beispielsweise, dass sie ihnen nicht (mehr) alles erzählen, dass ihr Tagebuch, ihr Zimmer (oder ihr Schrank, oder ihr Schreibtisch) tabu ist. Das ist vor allem bei älteren Kindern und Jugendlichen, die eine eigene, unabhängige Persönlichkeit entwickeln (müssen), wichtig.

Neben diesem Freiraum müssen Kindern aber auch **Grenzen** gesetzt werden. Grenzen und Regeln, die konsequent verfolgt werden, sind ein wesentlicher Bestandteil einer verlässlichen Beziehung. Kinder testen gerne ihre Grenzen aus. Sie möchten sehen, wie weit sie gehen können. Dabei suchen sie oft unbewusst die Grenzen des Erlaubten und das damit verbundene Verbot. Ein klares „Nein“ gibt ihnen dabei Sicherheit und Stabilität. Denn Grenzen zeigen Interesse: „*Mir ist nicht egal, was du machst und was mit dir passiert.*“

Grenzen geben Klarheit. Dadurch erleichtern sie das Leben. Nicht nur für die Eltern/Erwachsenen, sondern auch für die Kinder. Wenn Kinder keine Grenzen erfahren, können sie schnell überfordert sein. Wenn alles möglich ist, ist die Auswahl zu groß... So bieten Grenzen Orientierung und helfen, auch in Zukunft Regeln zu respektieren.

Entscheidend für eine verlässliche Beziehung sind dabei stets das persönliche Interesse und die individuellen Bedürfnisse der Beteiligten. **Verlässlich ist eine Beziehung dann, wenn sicher ist, dass sie auch morgen noch existiert; dass sie nicht „kündbar“ ist, sondern so belastbar ist, dass sie auch Krisen standhält und nicht in Frage gestellt wird.**

## Aufwachsen ohne verlässliche Beziehungen?

Nicht alle Kinder haben allerdings das Glück, in und mit verlässlichen Beziehungen aufzuwachsen. Sie erleben ihre Eltern – das kann die unterschiedlichsten Ursachen und Gründe haben – als wenig zuverlässig. Nicht alle Eltern können ihren Kindern die Sicherheit und Stabilität geben, die sie brauchen. Oft deshalb, weil sie selbst in ihrer Kindheit ohne Geborgenheit aufgewachsen sind. Dementsprechend fällt es ihnen schwerer als anderen Eltern, selbst Sicherheit und Geborgenheit zu geben – aber auch anzunehmen. Sei es in der Partnerschaft, sei es mit den eigenen Kindern.

Wenn die Kinder Glück haben, gibt es in ihrem Leben andere Erwachsene, die als verlässliche Bezugsperson für sie da sind. Das können Großeltern, Verwandte, Nachbarn, Paten sein, aber auch Fachkräfte, die für sie dauerhaft da sind. Sie können mit einem Kind eine Beziehung eingehen, es unterstützen und ihm Halt geben. Auf diese Weise leisten sie einen Beitrag dazu, dass ein Kind trotzdem soziale Kompetenzen und Widerstandsfähigkeit entwickeln kann.

Auch viele Adoptiv- und Pflegeeltern stehen vor großen Herausforderungen, wenn sie eine Bindung zu ihrem Kind aufbauen. Adoptiv- und Pflegekinder hatten oft keinen leichten Start ins Leben. Vielen fehlte in den ersten Lebenswochen, -monaten oder gar Lebensjahren eine feste Bezugsperson, zu der sie eine Bindung aufbauen konnten. Ohne diese Bindung fehlt ihnen das Vertrauen in die Verlässlichkeit von Beziehungen. Bei anderen Kindern gibt es Brüche in ihren Beziehungen.

Die Anforderungen an ihre neuen Eltern sind entsprechend hoch. Adoptiv- und Pflegeeltern müssen ihnen Halt geben und Vertrauen aufbauen. Oftmals brauchen sie dabei viel Verständnis für „unverständliches“ Verhalten, weil ihr Kind Beziehungen erst „erproben“ und kennen lernen muss.

## Verlässliche Beziehungen im Alltag

### Erste Bindung: Bezugsperson in der Kindheit

Beziehungen in der Kindheit und Jugend sind oft **asymmetrisch, ungleich**.

Die erste verlässliche Beziehung, die Kinder aufbauen (sollten), ist die zu ihren Eltern. Mutter oder Vater sind in der Regel ihre erste, wichtigste Bezugsperson. Dabei vertrauen Neugeborene und Kleinkinder ihren Eltern bedingungslos. Und sie müssen ihnen vertrauen, weil sie selbst noch hilf- und schutzlos sind.

Dieses Urvertrauen bestärken die meisten Eltern bei ihren Kindern. Schließlich sind sie von Geburt an für ihr Kind da. Sie geben ihrem Kind nicht nur Nahrung, Schutz und Wärme, sondern auch Liebe und Geborgenheit. Sie sorgen dafür, dass es ihrem Kind gut geht, dass es in Sicherheit ist. Dafür erwarten Eltern keine Gegenleistung, sie freuen sich aber über jede Reaktion ihres Kin-

des. Ihr „Lohn“ ist beispielsweise das erste Lächeln ihres Babys. Denn bereits ein Baby bleibt nicht passiv, sondern reagiert auf seine Eltern. Von Geburt an können Kinder ihre Umwelt wahrnehmen. Durch ihre Körperhaltung, ihren Gesichtsausdruck sowie ihren Blickkontakt können bereits Neugeborene eine Beziehung zu den Menschen aufbauen, die sie umsorgen. Auf diese Weise gestaltet auch das Kind aktiv den Verlauf der täglichen Interaktionen. Eltern gehen auf ihr Baby ein, verstehen es und reagieren so auf seine Bedürfnisse.

**Diese erste Beziehung zur ersten Bezugsperson prägt die kindliche Entwicklung entscheidend. Idealerweise erfahren Kinder von Anfang an, dass ihre Eltern für sie da sind, dass sie sich auf sie verlassen können. Die Basis für das so genannte Urvertrauen wird dadurch gelegt.**

### Freundschaften und neue Beziehungen

Diese Sicherheit der Bindung an die Eltern ist grundlegend für die weitere kindliche Entwicklung. Wenn Kinder älter werden, sind sie vermehrt auch auf verlässliche Beziehungen außerhalb ihres Elternhauses, außerhalb ihrer Familie angewiesen. Sie brauchen weitere Erwachsene, wie Verwandte, Erzieherinnen, Pädagogen, die sie unterstützen und auf die sie sich verlassen können. Erwachsene, die sie in ihrer weiteren Entwicklung begleiten. Je älter Kinder werden, desto wichtiger ist diese Begleitung, denn Kinder müssen sich – zumindest ein Stück weit – von ihren Eltern lösen und eigene Erfahrungen machen.

Darüber hinaus sind Kinder auf Beziehungen zu Gleichaltrigen, Gleichstarken angewiesen. Mit ihnen können sie die verschiedenen Aspekte von Be-

### Beispiele aus dem Alltag

**Ana und Sofia** sind beide am selben Tag im selben Krankenhaus geboren. Ihre Startbedingungen könnten dennoch nicht unterschiedlicher sein.

Sofia wächst in einem wohlbehüteten Elternhaus auf, ihre Eltern nehmen sich beide Zeit für sie. Mama oder Papa sind immer zu Hause. Sie versorgen sie, sie spielen und kuscheln mit ihr. Sie sprechen mit ihr, brabbeln und krabbeln mit ihr. So erfährt Sofia von Anfang an Zuneigung und Geborgenheit. Sie imitiert das, was ihre Eltern machen und lernt dadurch viel.

Ana wächst bei ihrer Mutter auf. Ihre Mutter lebt allein und ist noch sehr jung. Sie liebt Ana sehr, aber wenn Ana weint, weiß sie oft nicht, was sie tun soll. Sie hat niemanden, der ihr hilft. Manchmal ist sie sehr erschöpft, fühlt sich unsicher und allein. Dann würde sie am liebsten einfach weggehen. Schließlich bekommt Anas Mutter Ent-

lastung durch eine Familienhelferin. Sie zeigt ihr, wie sie erkennt, was Ana braucht. Wenn Ana jetzt weint, dann weiß ihre Mama, wie sie reagieren kann und ist nicht mehr so unsicher.

Mit drei Jahren kommen Ana und Sofia in den Kindergarten. Aus Sofia ist ein aufgewecktes, neugieriges Kind geworden. Sie spricht schon sehr gut und will alles erkunden. An ihrem ersten Kindergarten tag geht sie offen auf die anderen Kinder zu und spielt mit ihnen – einige kennt sie schon vom Spielplatz. Nur ab und zu schaut sie nach, ob ihre Mama noch da ist. Dann ist für sie alles in Ordnung.

Ana ist unsicher und ängstlich. An ihrem ersten Tag klammert sie sich an ihre Mutter, sie traut sich nicht, von ihr wegzugehen. Sie möchte nicht mit den anderen Kindern spielen und beschäftigt sich am liebsten mit ihrer Puppe. Ihre Erzieherin ermuntert sie, mitzuspielen. Sie nimmt sie an der Hand mit in den Stuhlkreis. Das hilft Ana. Mit der Zeit

wird sie offener. Vor allem, wenn ihre Lieblingserzieherin Katja da ist.

Sofia hat schnell viele Freunde. Vor allem mit Marion macht sie viel. Sie machen Rollenspiele und verkleiden sich gerne. Dabei spielen sie „Mama, Papa, Kind.“ Manchmal streiten sie dann, wer welche Rolle übernehmen darf. Beide wollen am liebsten die Mama sein und bestimmen, was gemacht wird.

Auch mit ihren anderen Freundinnen muss sie sich oft messen. Sie haben nicht immer Lust, das zu spielen, wozu Sofia Lust hat. Sofia muss lernen, dass auch mal die anderen bestimmen dürfen. Außerdem vergleichen sie sich oft: Wer kann schneller rennen? Wer malt das schönere Bild? Wer ist beim Ratespiel besser?... Das ist anstrengend und macht auch mal traurig. Enttäuschungen bleiben nicht aus, wenn andere besser sind oder mehr Anerkennung bekommen. Aber am schlimmsten ist es für Sofia, wenn sie feststellt, dass jemand nicht die Wahrheit sagt.

ziehung erproben, die für das Leben wichtig sind. Aus diesem Grund spielen funktionierende Beziehungen zu Geschwistern und Freundschaften mit anderen Kindern bzw. Jugendlichen eine wichtige Rolle. Hier können Kinder das erste Mal Beziehungen, die nicht asymmetrisch sind, kennen lernen und ausprobieren. Hier lernen Kinder, dass sie selbst etwas geben müssen: Dass sie für andere da sein können; dass sie auf andere Rücksicht nehmen müssen; dass sie ihr Wort halten sollten, wenn sie wollen, dass andere ihnen vertrauen; dass sie zuhören müssen...

Je älter Kinder werden, desto vielfältigere Erfahrungen machen sie in und mit Beziehungen zu anderen Menschen. Dabei bleiben die ersten Enttäuschungen nicht aus. So erfahren sie, dass nicht jede Beziehung gleich stabil, gleich verlässlich ist. Es gibt auch Erwachsene, auf die man sich nicht verlassen kann. Es ist nicht gut, wenn man allen alles anvertraut. Aber es gibt eben auch immer wieder Menschen, auf die man sich verlassen kann; die da sind, wenn man sie braucht.

### Verlässliche Beziehungen im Erwachsenenalter

Auf den Erfahrungen in der Kindheit bauen auch die späteren Beziehungen zu anderen Menschen, zu Freunden, Partnern, zur eigenen Familie auf. Dabei verändert sich die eigene Rolle. Während Kinder und Jugendliche verlässliche Beziehungen vor allem „erfahren“ (müssen), müssen Erwachsene auch aktive „Gestalter“ von verlässlichen Beziehungen sein. In Beziehungen werden so an Erwachsene andere Erwartungen gestellt als an Kinder. Dennoch sind auch Erwachsene weiterhin auf verlässliche Beziehungen angewiesen.

Menschen, die bereits in ihrer Kindheit verlässliche Beziehungen erfahren haben, können dabei leichter verlässliche Beziehungen zu andern aufbauen. Sie pflegen Freundschaften, die auch Krisenzeiten überstehen (können) und leben in (funktionierenden) Partnerschaften. Als Eltern können sie später das an ihre Kinder weitergeben, was sie von ihren Eltern erfahren haben.

### Beispiele aus dem Alltag

*Nicole M. berichtet:*

Lisa habe ich in ihren ersten Lebensjahren nahezu täglich gesehen. Wir wohnten Tür an Tür. Wir haben zusammen gespielt, ich habe sie getröstet, ihr Bücher vorgelesen,... Ich war einfach da. Oft habe ich sie ins Bett gebracht, war da, wenn sie aufgewacht ist... Jetzt ist sie schon sieben Jahre alt und ihre Einschulung war ein großes Fest. Heute sehen wir uns nicht mehr so oft wie früher. Sie geht in die Schule, und ich bin aus beruflichen Gründen weggezogen. Es können 4, 5 Monate vergehen, bis wir uns wiedersehen. Trotzdem fällt sie mir jedes Mal sofort um den Hals, wenn ich sie besuchen komme. Sie freut sich, sie erinnert sich daran, was ich ihr zum Geburtstag geschenkt habe und sie will bestimmte Spiele immer nur mit mir spielen. Sie erzählt mir, was sie in der Schule und mit ihren Freundinnen erlebt hat und vertraut mir ihre Geheimnisse an. Es ist fast so, als würde ich noch immer nebenan wohnen...

*Sven V. berichtet:*

Mein Neffe ist heute 18 Jahre alt. In den letzten Jahren hatten wir nicht mehr so viel Kontakt, er war mit seinem eigenen Leben beschäftigt. Aber als er kleiner war, haben wir uns regelmäßig getroffen. Nicht nur an Geburtstagen, sondern auch einfach so. Schließlich wohnen unsere Familien im selben Haus und wir verstehen uns alle gut. Mein Neffe hat am liebsten mit mir gespielt und dabei über alles Mögliche geredet.

Obwohl wir uns nicht mehr so oft sehen wie früher, haben wir immer noch einen intensiven Kontakt. Wenn er Probleme hat, die er nicht unbedingt mit seinen Eltern besprechen will, dann kommt er zu mir.

*Markus W., 20 Jahre, berichtet:*

Ich kenne meinen besten Freund seit vier Jahren. Wir sind einfach auf einer Wellenlänge. Wir verstehen uns ohne große Worte. Heute wohnen wir in verschiedenen Orten, wir sehen uns nicht so oft und wir telefonieren auch nicht so viel. Über Facebook wissen wir, was der andere gerade so macht. Aber das ist gar nicht so wichtig. Wenn wir uns sehen, dann ist es so, also wäre es gestern gewesen, dass wir uns verabschiedet haben. Ich weiß einfach: Wenn es mir schlecht geht, dann kann ich ihn anrufen.

Und er denkt und macht es genauso.



# Verlässliche Beziehungen in Schule, Ausbildung und Freizeit

*Jeder ist auf andere Menschen angewiesen, auf die er sich verlassen kann. Jeder braucht eine, besser mehrere Bezugspersonen. Menschen, mit denen er über Probleme sprechen kann, Menschen, die bei Schwierigkeiten helfen, Menschen, mit denen er gerne seine Freizeit verbringt. Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit Lernbehinderungen sind da keine Ausnahme. Sie sind vielmehr in besonderem Maß auf verlässliche Beziehungen angewiesen, vor allem diejenigen, die schon negative Erfahrungen machen mussten.*

*Für Ehrenamtliche und pädagogische Fachkräfte ist es dabei auf der anderen Seite nicht immer leicht, Beziehungen zu Kindern und Jugendlichen einzugehen. Sie müssen sich auf „ihre“ Kinder und Jugendlichen einlassen, damit sie sie fördern und unterstützen können. Sie müssen Nähe zulassen, zugleich müssen sie aber auch Grenzen setzen und sich selbst abgrenzen, damit sie ihre Arbeit professionell durchführen können.*

Vor allem viele Pflege- und Adoptivkinder mussten bereits in ihrer Kindheit negative Erfahrungen machen. Sie haben in ihren ersten Lebensmonaten oder -jahren nicht immer die Bindung, die Zuneigung und Aufmerksamkeit, die eigentlich jedem Kind zustehen sollte. Ihnen fehlen somit die wichtigen Erfahrungen von Bindung und verlässlichen Beziehungen in der frühen Kindheit.

Kleine Kinder mit Entwicklungsverzögerungen und Lernbehinderungen können bereits auf dem Spielplatz erste negative Erfahrungen machen. Manchmal werden sie gehänselt, es wird über sie gelacht, weil ihnen im Vergleich zu anderen etwas nicht so gut gelingt... Wenn ihre Eltern den Entwicklungsrückstand zu anderen Kindern bemerken, sind sie in großer Sorge. Diese Unsicherheit spüren auch die Kinder und können Angst bekommen, dass sie den Vorstellungen ihrer Eltern nicht entsprechen.

Aber auch viele ältere Kinder und Jugendliche können aufgrund ihrer Lernbehinderungen negative Erfahrungen machen. Dazu zählt, dass sie beispielsweise im Alltag häufiger Ablehnungen erleben und dass es für sie schwieriger ist, in ihrem Umfeld gleichaltrige Freunde zu finden.

Eltern können diese negativen Erlebnisse außerhalb der Familie nicht alleine auffangen. **Umso wichtiger ist für ihre Kinder deshalb, dass sie verlässliche Beziehungen auch außerhalb ihrer Familie haben. An dieser Stelle kommt erwachsenen Begleitern außerhalb der Familie eine wichtige Funktion**

**zu. Denn Menschen mit Lernbehinderungen sind länger darauf angewiesen, dass Erwachsene sie unterstützen – oft ihr Leben lang.**

---

## Verlässliche Beziehungen außerhalb der Familie

In den altersgemischten Gruppen in Kindertagesstätte und Kindergarten fühlen sich die meisten Kinder mit Lernbehinderungen wohl. Hier finden sie gleichstarke Freunde, die gerne mit ihnen spielen, auch wenn diese in der Regel jünger sind. Guten Erzieherinnen und Erziehern gelingt es, Kinder mit Lernbehinderungen in ihrer Gruppe zu integrieren, sie zu fördern und zu fordern. Je älter die Kinder werden, desto schwieriger wird es für sie jedoch. Sie erleben, dass andere Kinder sie in ihrer Entwicklung überholen. Spätestens nach der Einschulung, wenn sie sich (insbesondere in inklusiven Klassen) mit gleichaltrigen Kindern messen müssen, wird es für sie schwieriger, Freundschaften zu schließen. Sie spüren, dass sie in vielen Bereichen nicht mithalten können. Auch ihre Mitschülerinnen und Mitschüler bemerken das und reagieren vielleicht unsicher und zurückhaltend oder mit mehr oder weniger offener Ablehnung. Denkbar ungünstige Voraussetzungen, um gleichberechtigte Freundschaften – verlässliche Beziehungen zu Gleichaltrigen – aufzubauen. Deshalb entstehen auch hier gerne wieder asymmetrische Beziehungen. Hierbei kommt insbesondere den pädagogischen Fachkräften eine entscheidende Rolle zu: Damit in der Schulzeit verlässliche Beziehungen außerhalb des Elternhauses aufgebaut werden können und Kinder mit Lernbehinderungen positive Lern- und Lebenserfahrungen machen können.

Dies gilt nicht nur für die Schule, sondern auch für die Freizeitgestaltung in Vereinen und der Nachmittagsbetreuung. Denn wenn Kinder älter werden, dann wollen sie auch ihre Freizeit unabhängiger von ihren Eltern gestalten. Sie wollen nicht mehr alles mit ihren Eltern zusammen machen – und sollen das auch nicht. Schließlich müssen sie selbstständiger werden.

**gogischen Fachkräften** eine entscheidende Rolle zu: Damit in der Schulzeit verlässliche Beziehungen außerhalb des Elternhauses aufgebaut werden können und Kinder mit Lernbehinderungen positive Lern- und Lebenserfahrungen machen können.

Dies gilt nicht nur für die Schule, sondern auch für die Freizeitgestaltung in Vereinen und der Nachmittagsbetreuung. Denn wenn Kinder älter werden, dann wollen sie auch ihre Freizeit unabhängiger von ihren Eltern gestalten. Sie wollen nicht mehr alles mit ihren Eltern zusammen machen – und sollen das auch nicht. Schließlich müssen sie selbstständiger werden.

---

## Unterstützung durch Erwachsene

Erwachsene sind dementsprechend für die Gestaltung von verlässlichen Beziehungen für ältere Kinder und Jugendliche unabdingbar. Einerseits können sie den Rahmen schaffen, in dem Kinder und Jugendliche zu Gleichaltrigen Freundschaften aufbauen können; andererseits können sie selbst ein verlässlicher Partner für unsere Jugendlichen sein.

Unsere Jugendlichen sind oft nicht so selbstständig und oft auch nicht so selbstbewusst wie andere Jugendliche ihres Alters. Sie brauchen Experten, aber auch Freunde, die sie in der Planung und Gestaltung ihres Lebens, in Schule und Freizeit unterstützen. Das gilt auch noch für viele Erwachsene mit

Lernbehinderungen. In vielen Bereichen sind „asymmetrische Beziehungen“ für sie lange Zeit, oft lebenslang, von großer Bedeutung.

### Verlässliche Beziehungen in der Schul- und Ausbildungszeit...

Erfahrungen zeigen, dass vor allem Sonderpädagogen, die an Förderschulen arbeiten, für unsere Jugendlichen oft eine bedeutende Bezugsperson sind. Sie haben langen und intensiven Kontakt zu „ihren“ Kindern, den einige auch nach der Schulzeit bis weit ins Erwachsenenalter hinein beibehalten. Möglich wird dies dadurch, dass die Lehrkräfte in kleinen Klassen viel Zeit mit ihren Schülerinnen und Schülern verbringen. Dabei haben sie nicht nur im Klassenzimmer Kontakt, sondern betreuen die Jungen und Mädchen oft auch bei Nachmittags- und außerschulischen Aktivitäten. Auf diese Weise können Beziehungen entstehen, die nicht nur im Klassenraum Bestand haben. Die Begleitung bei Praktika, die Arbeit in Schülerfirmen u.v.m. gehört bei vielen Förderschulen zum Schulprofil. Daraus ergibt sich für viele Lehrkräfte beispielsweise auch die weitere Begleitung am Übergang von der Schule in Ausbildung und Arbeit.

Hier zeigt sich immer wieder, wie entscheidend eine Lehrerin, ein Lehrer das Leben von Kindern und Jugendlichen prägen kann. Sie geben Jugendlichen Orientierung im Alltag, unterstützen sie in den großen, aber auch den kleinen Dingen des Alltags. Dabei übernehmen viele Aufgaben, die weit über ihre dienstlichen Verpflichtungen hinaus gehen. Auf diese persönlichen Kontakte sind nicht nur die Jüngeren angewiesen. Auch ältere Kinder und Jugendliche mit Lernbehinderungen brauchen eine **feste Bezugsperson**, damit sie gut lernen können. Das gilt auch noch für die meisten unserer Auszubildenden. Eine verlässliche Beziehung zu ihrem Lehrer, ihrer Lehrerin, zu ihrem Ausbilder und ihrer Ausbilderin ist für sie von großer Bedeutung.

Ohne verlässliche Beziehungen mit den sie begleitenden Pädagogen ist es für Jugendliche mit Lernbehinderungen

schwieriger, teilweise nicht möglich, ihre Schul- und Ausbildungszeit erfolgreich zu beenden. Sie benötigen eine personenzentrierte Förderung und Begleitung. Eine Begleitung, die individuell auf ihre Bedürfnisse eingeht. Sie benötigen Begleiter, die die Entwicklung ihres Jugendlichen kennen, die wissen, worauf sie individuell aufbauen können. Ohne Vertrauen können Jugendliche nicht gut lernen und arbeiten. Ihre Bezugsperson kann ihnen dagegen Sicherheit und Selbstbewusstsein geben und so durch ihre Beziehung zu einem erfolgreichen Abschluss führen. Eine Lehrerin, ein Ausbilder kann seine Schützlinge dann motivieren, wenn er sie gut kennt und ihre Fähigkeiten und Schwächen einschätzen kann. Diese Kenntnisse werden selbst bei den Regelungen zum Nachteilsausgleich berücksichtigt: Eine Person des Vertrauens kann bei Prüfungen anwesend sein.

### ... und in der Freizeit

Neben den Kontakten in der Schule und der Ausbildung sind für unsere Jugendlichen auch organisierte Freizeitangebote wichtig. Im Jugendhaus, im Sport- oder Musikverein, bei der Freiwilligen Feuerwehr oder den Pfadfindern haben sie Möglichkeiten, Beziehungen zu knüpfen und aufzubauen.

Auch an dieser Stelle kommt den erwachsenen Betreuern eine entscheidende Funktion zu. Sie tragen viel dazu bei, dass ein Jugendlicher, eine Jugendliche in eine (bestehende) Gruppe integriert werden kann.

Entscheidend ist, dass sie alle Jugendlichen so annehmen, wie sie sind. Ihre jeweiligen Stärken (und Schwächen) kennen und damit umgehen gehen können. Auf diese Weise können sie die Jugendlichen motivieren und auch ihr Selbstvertrauen stärken. Jugendliche, die sich in einer Gruppe bewähren können, weil sie etwas gut können, werden selbstsicherer. Außerdem leben die Erwachsenen auf diese Weise als Vorbild vor, dass und wie jeder/jede in einer Gruppe akzeptiert und aufgenommen werden kann. Sie zeigen Respekt, Toleranz und Vertrauen und können so Mobbing und Diskriminierung in ihrer Gruppe begegnen.

Herr Meyer war für Marc von Anfang an eine wichtige Bezugsperson. Als Marc in die dritte Klasse kam, war Herr Meyer sein Klassenlehrer. Marc hatte gar keine Lust auf Schule. Die ersten beiden Schuljahre in der Grundschule waren bei ihm mit viel Frust verbunden. Das Lernen fiel ihm schwer und viele seiner Mitschüler haben sich über ihn lustig gemacht. Doch jetzt, in der Förderschule, war vieles besser. Am besten aber war Herr Meyer. Er schimpfte nicht mit Marc, wenn er etwas nicht konnte, sondern lobte, wenn er etwas konnte. Er hörte ihm zu und setzte ihn nicht unter Druck... Auch als Herr Meyer nicht mehr sein Klassenlehrer war, kam er regelmäßig im Pausenhof zu Marc: „Na, wie geht es? Warst du gestern wieder Fußballspielen?“

Als es darum ging, nach der Schule eine Ausbildung für Marc zu finden, war Herr Meyer wieder da. Er vermittelte einen Praktikumsplatz und sah immer wieder nach, ob alles gut lief.

Heute ist Marc schon lange erwachsen und hat eine gute Arbeitsstelle. Aber wenn etwas nicht so gut läuft, dann weiß er, dass er bei Herrn Meyer vorbeischauen kann.

Sabina fühlt sich wohl in ihrem Schwimmverein. Hier hat sie einen Ort gefunden, an dem die anderen sie so respektieren, wie sie ist. Hier kann sie mit den anderen quatschen und gemeinsam lachen. Das ist auch der Erfolg von Frau Müller. Sie behandelt Sabina wie die anderen auch. Sie hört ihr zu, zeigt ihr, dass sie sich freut, dass Sabina dabei ist und ist immer geduldig. Sie wartet zum Beispiel, bis Sabina mit dem Duschen und Umziehen fertig ist und achtet darauf, dass sie nichts vergisst.

Ganz am Anfang, als die Gruppe neu zusammenkam, hat Frau Müller deutlich gezeigt, dass sie Lästern und Auslachen in ihrer Schwimmgruppe nicht toleriert. Wer sich über andere lustig macht, muss gehen. Sie hat sich darum bemüht, alle Mädchen besser kennen zu lernen.

## Beziehungen (in der Freizeit) gestalten

Die Beziehung zu Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist dabei durch eine gewisse Ambivalenz geprägt. Auf der einen Seite handelt es sich hierbei meistens um „professionelle“ Beziehungen – d.h. ein Sozialpädagoge, ein Betreuer oder eine andere Fachkraft haben die Verantwortung für eine Gruppe von Kindern und Jugendlichen. Für sie ist dies Teil ihrer bezahlten oder ehrenamtlichen Arbeit. Sie übernehmen eine andere Rolle als die Eltern selbst oder andere Jugendliche. Auf der anderen Seite sind Beziehungen in der Arbeit mit Jugendlichen durch eine Asymmetrie geprägt, in der sie Eltern-Kind-Beziehungen ähneln. Der Erwachsene übernimmt ein Stück weit Verantwortung für die Jugendlichen.

### Ausgangspunkt: Positive Einstellung

Ausgangspunkt von verlässlichen Beziehungen ist insbesondere eine positive Einstellung gegenüber den Kindern und Jugendlichen. Gerade Jugendliche, die als „schwierig“ oder „auffällig“ gelten, brauchen das Gefühl, dass sie wertvoll und erwünscht sind. Dass sie so sein dürfen, wie sie sind und sich nicht verstellen oder verstecken müssen. Sie werden ermutigt, wenn sie spüren, dass Erwachsene ihnen nicht nur vertrauen, sondern ihnen auch et-

was zutrauen. Nur dann haben sie auch die Chance, sich individuell weiter zu entwickeln. Dabei können Erwachsene sie begleiten.

Kinder und Jugendliche wollen in ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen werden. Dabei hilft auch, dass Unterschiede nicht als „Abweichung“ von einer Norm, sondern selbst als normal angesehen werden.

### Mögliche Wege: Gestaltung einer verlässlichen Beziehung

Die bereits genannten Faktoren von verlässlichen Beziehungen (siehe S.8f.) spielen in jeder Beziehung eine Rolle. Sie stehen dabei in verschiedenen Spannungsfeldern von **Nähe – Distanz**, **Offenheit – Haltgeben** sowie **Selbst- und Fremdwahrnehmung**.

#### Nähe – Distanz

Die **Abgrenzung** zwischen persönlichen Beziehungen, die auch ein Teil des Privatlebens werden und der „professionellen Beziehung“, die Teil des Tätigkeitsprofils ist, ist dabei nicht immer einfach, da Beziehung immer auch „persönlich“ ist. Kontakt ohne persönlichen Bezug, auf rein sachlicher Ebene, kann für Jugendliche zumindest keine verlässliche Beziehung darstellen. Trotz bestehender Asymmetrien beruhen Be-

ziehungen auf **Gegenseitigkeit**: Wer sich selbst nicht öffnet, kann vom Gegenüber kein Vertrauen erwarten. Es stellt sich also eher die Frage: Wie weit lasse ich mich mit meiner Persönlichkeit auf die Beziehung ein?

Die Vorbereitungen für das große Sommerfest waren in vollem Gange. Der ganze Verein war daran beteiligt: Gemeinsam mit einer Gruppe Theaterpädagogen bereiteten die Ehrenamtlichen eine große Theateraufführung vor. Kinder, Jugendliche, Erwachsene, einfach alle Mitglieder waren daran beteiligt. Sie wurden bunt gemischt in Gruppen aufgeteilt und probten verschiedene Szenen, die später ein großes Ganzes wurden. Jonas war in der Gruppe der Theaterpädagogin Frau Schmidt. Jonas ist ein Integrationskind mit einer Lernbehinderung und ADHS. In seiner Schule wird er als auffällig und schwierig bezeichnet. Er sollte eine der Hauptrollen in seiner Gruppe spielen. Als Schauspieler wies er einiges an Talent auf und er probte in seiner Gruppe hart. Frau Schmidt und die ehrenamtliche Gruppenleiterin waren sich sicher: „Das schafft er.“ Jonas' Klassenlehrerin war da weniger optimistisch: „Der Jonas soll die Hauptrolle spielen? Das schafft der doch nie! Der macht doch immer alles kaputt...“ Nach diesem Gespräch war es für Frau Schmidt umso wichtiger, zeigen zu können, wozu Jonas fähig war. Jonas war ihr inzwischen ans Herz gewachsen. Ein unsicherer Junge, der Aufmerksamkeit und Anerkennung suchte und dabei manchmal über die Stränge schlug, aber oft genug lustig und unterhaltsam war. Ein Junge, der Motivation und Anerkennung braucht, damit er sich etwas zutraut und auch arbeiten kann – ohne Quatsch zu machen. Die Aufführung wurde zum vollen Erfolg. Jonas glänzte in seiner Rolle und beeindruckte nicht nur seine Klassenlehrerin.



Diese entscheidende Festlegung von zugelassener Nähe und eingehaltener Distanz bestimmt die meisten Beziehungen. Dabei müssen alle Beteiligten festlegen, wie viel Nähe sie zulassen, wie viel Abstand sie einfordern.

### Offenheit – Haltgeben

Bei Beziehungen zwischen Jugendlichen und Erwachsenen geben in der Regel die Erwachsenen den Rahmen vor: Sei es über die Struktur der regelmäßigen Treffen einer Freizeitgruppe, sei es über die vorgegebenen Regeln.

Regeln und Grenzen stellen für die Jugendlichen auch einen wichtigen Bezugspunkt dar, an dem sie sich reiben, aber auch orientieren können. Dadurch erhalten sie Sicherheit und Stabilität.

Dennoch ist eine gewisse Offenheit und Flexibilität unverzichtbar. Je älter die Jugendlichen sind, desto wichtiger ist auch, eine Gleichheit und damit Gleichberechtigung herzustellen – trotz aller Asymmetrie. Sie sollten selbst über Regelungen und ihre Einhaltung bestimmen oder zumindest mitentscheiden können. Sie müssen sich mit ihren Ideen, Interessen und Wünschen mit einbringen.

Zu den Charakteristika von zwischenmenschlichen Beziehungen zählt, den anderen in seiner ganzen **Persönlichkeit** wahrzunehmen und anzunehmen – und damit offen zu sein für seine Interessen, Wünsche, aber auch seine Sorgen und Ängste. Dazu gehört auch, sich für die Person, ihre Wünsche und



Lebensumstände zu interessieren, aber auch mehr über ihr **Umfeld** zu erfahren. Auf diese Weise erfahren sie eine Wertschätzung ihrer Person.

### Selbst- vs. Fremdwahrnehmung

Jugendbetreuer und Pädagogen müssen dabei aber noch eine weitere Rolle erfüllen. Als Fachkraft gehen sie auch einen Schritt zurück und beobachten das Verhalten der Jugendlichen. Sie analysieren, warum sich ein Junge oder ein Mädchen entsprechend verhält – welche Ursachen und Auslöser dahinter stecken können. Sie reflektieren aber auch ihr eigenes Verhalten.

### Gruppenprozesse

Wenn Erwachsene eine Gruppe von Kindern oder Jugendlichen begleiten, kommt es nicht nur darauf an, sich mit

allen individuell zu beschäftigen, sondern auch gruppenspezifische Prozesse im Blick zu haben. Welche Beziehungen entstehen innerhalb einer Gruppe? Welche positiven oder negativen Dynamiken ergeben sich daraus? Wie muss ich darauf reagieren?

### Ziel: Stärkung der Persönlichkeit

Pädagogische Arbeit ist nicht nur Selbstzweck, sondern mit Zielen verbunden. Kinder und Jugendliche sollen darin unterstützt werden, ihre Persönlichkeit (weiter) zu entwickeln, und selbstständiger zu werden, so dass sie in der Gesellschaft teilhaben können.

### Fazit

Es gibt viele Möglichkeiten und ganz verschiedene Situationen, verlässliche Beziehungen aufzubauen und zu gestalten. Kinder sind darauf angewiesen, dass Erwachsene für sie da sind, auf die sie sich verlassen können. Als Erwachsene können wir uns dagegen bewusst entscheiden, ob und wie intensiv wir eine Beziehung eingehen wollen und können. Damit dies gelingt, sollte man sich selbst treu bleiben und nur das geben, was man geben will und kann. Verlässliche Erwachsene verstellen sich nicht. Sie spielen keine Rolle vor, die sie nicht übernehmen wollen. Verlässliche Erwachsene sind authentisch – mit ihren eigenen Stärken und Schwächen, ihren Meinungen und Emotionen.



LERNEN FÖRDERN Schwäbisch Gmünd, die Schülerfirma der Pestalozzischule beim Einsatz auf der didacta

Martina Ziegler