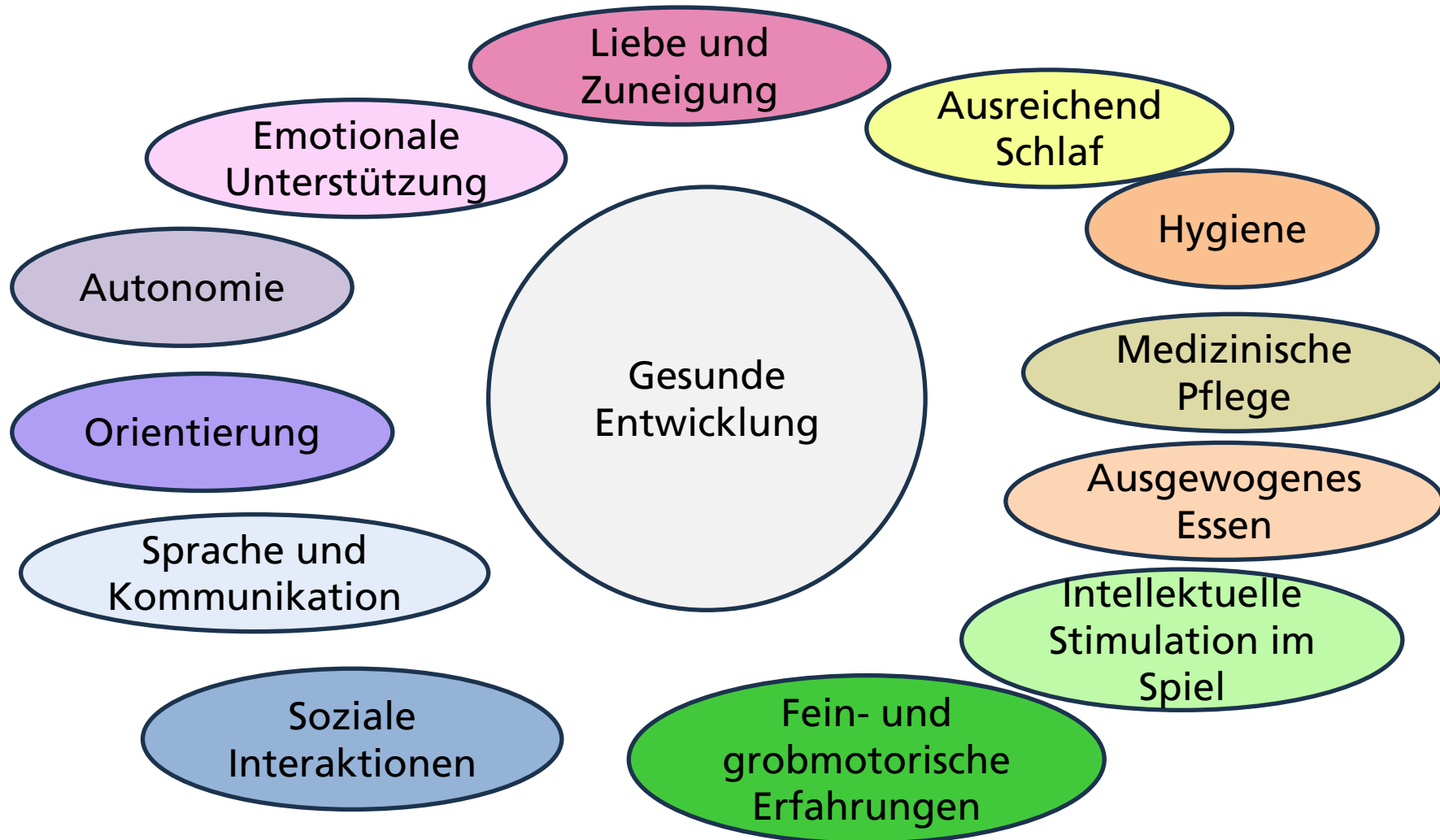


Bindung und/vor/statt Medien

Erfahrungen und Bedürfnisse von Kindern



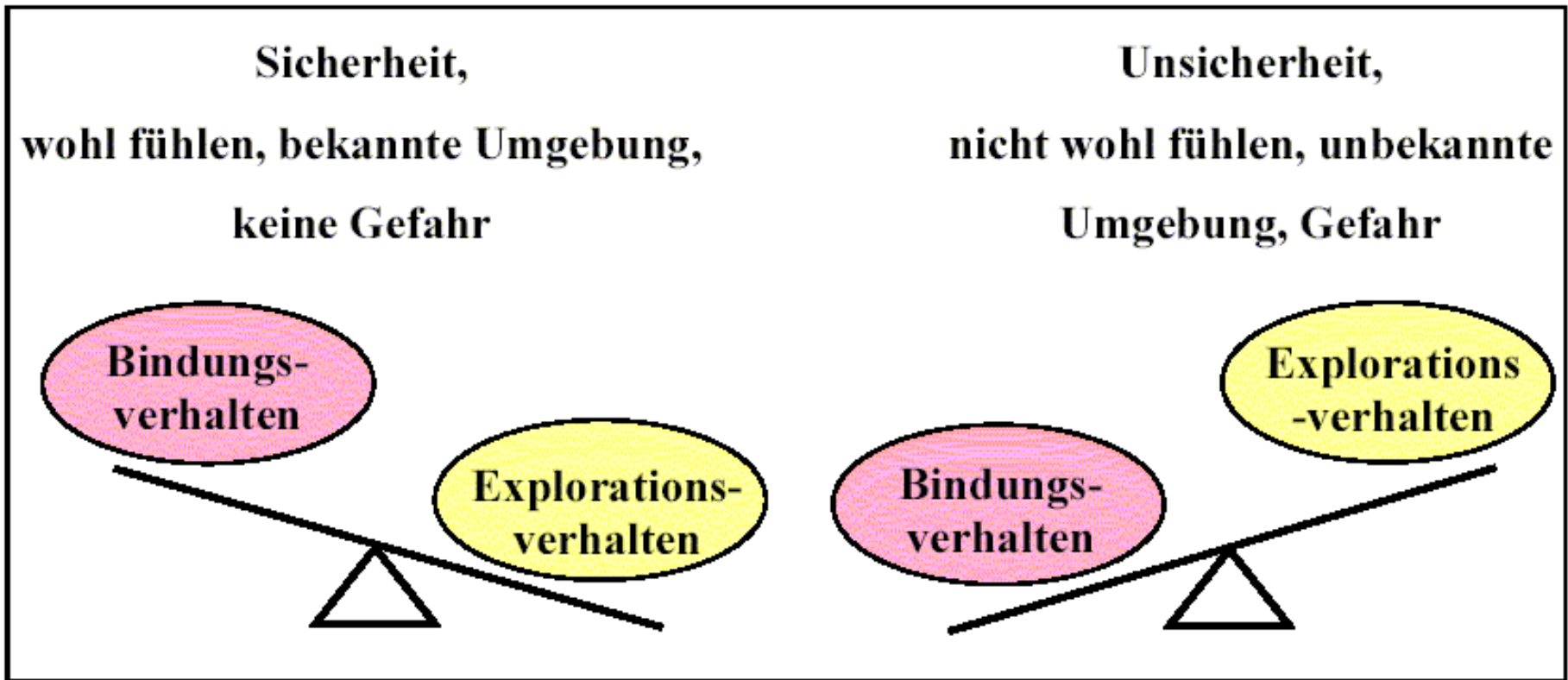
Was macht das Menschsein aus?

- Kinder können die Bedürfnisse nicht alle von Anfang an selbst befriedigen
- Von sozialem Umfeld abhängig zum Überleben
- → Soziales Lebewesen

Bindungstheorie

- In der Evolution sehr wichtig für das Überleben der Menschheit
- Bindungstheorie
 - Bindungsverhalten
 - Fürsorgeverhalten und
 - Exploration

Bindungstheorie



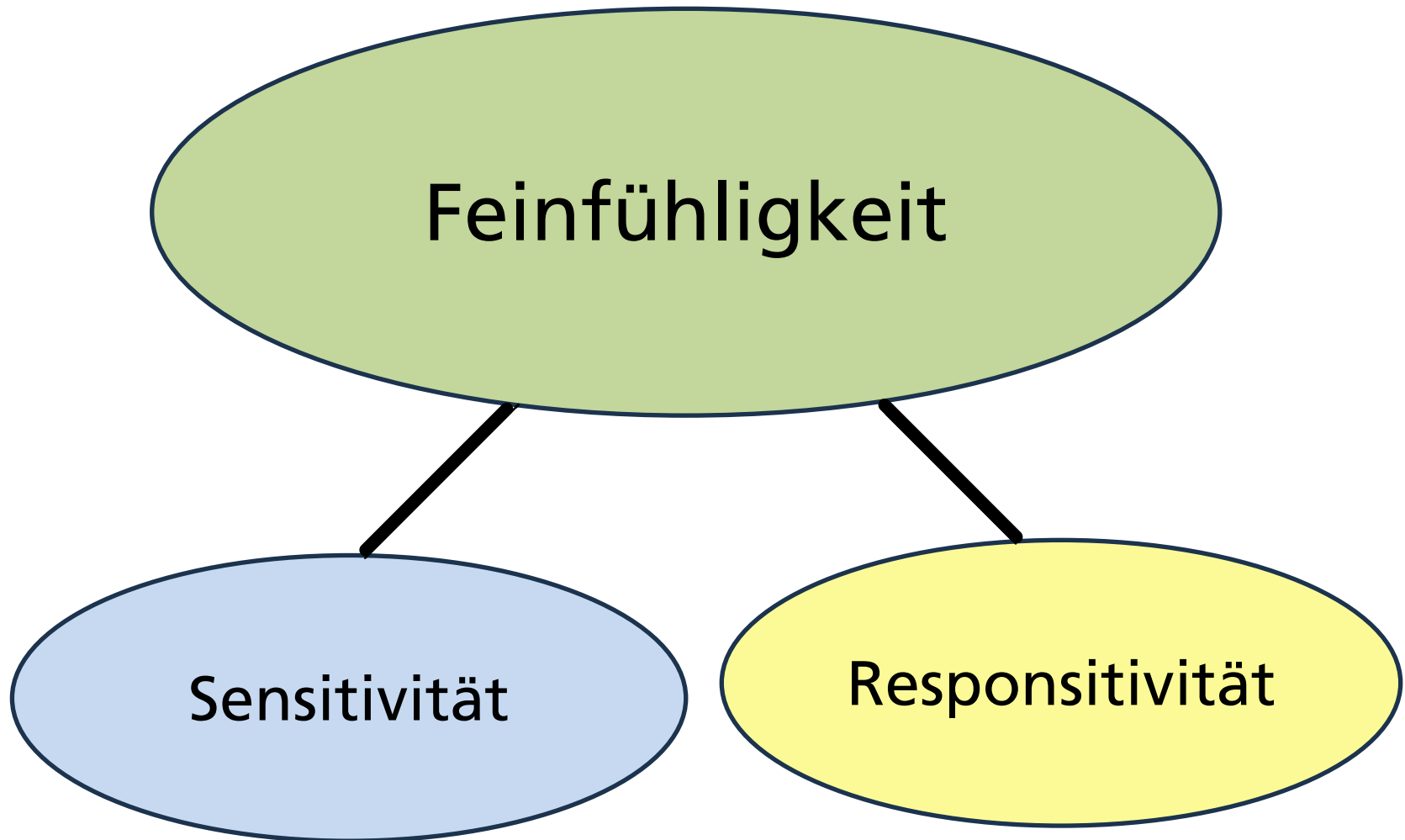
(Bowlby aus Zweyer, 2007)

Bindungstheorie

- Kind sendet Bindungssignale
 - Weinen, Klammern, Nachlaufen,...
- Eltern zeigen Fürsorgeverhalten
 - Nähe, Trösten, Füttern, Sicherheit bieten,...

Bindungsmuster

- Bindungsmuster entstehen in der frühen Kindheit im Zusammenleben mit den nächsten Bezugspersonen
- Sichere versus unsichere Bindung



Sichere Bindung

Bindungs- muster	Bedingung	Strategie	
B sicher	Feinfühligkeit -Sensitivität -Responsivität	-bei Stress Nähe suchen -ohne Stress Umwelt explorieren, stressfreie Exploration	primäre Strategie

Bezug zu Medienkonsum:

- Exploration und Bindung sind im Gleichgewicht
- Bedürfnisse werden wahrgenommen und darauf reagiert
- Umgang mit Medien ist risikoärmer (wie anderes Verhalten auch)

Vermeidende Bindung

Bindungs- muster	Bedingung	Strategie	
A vermeidend	<p>chronische Zurückweisung bei Stress</p> <p>-> Angst vor Zurückweisung</p>	<p>- keine Nähe bei Stress</p> <p>- Nähe vermeiden</p> <p>- «(Pseudo-) Explorieren» als Ablenkung bei Stress</p> <p>-> Bindungsvermeidung ist die optimale Anpassung des Kindes auf die erlebten Bedingungen</p>	sekundäre Strategie

Bezug zu Medienkonsum:

- Gamen/Fernsehen als optimale Ablenkungsstrategie
- eher Einzelspieler

Ambivalente Bindung

Bindungs- muster	Bedingung	Strategie	
C Ambi- valent	inkonsistentes Elternverhalten Bezug zu Medienkonsum -> Angst vor Verlust	- klammern, Kind traut sich nicht zu vertrauen -> affektive Aggression (verdeckt oder offen) bei Zurückweisung	sekundäre Strategie

Bezug zu Medienkonsum:

- Eher soziale Medien
- KI-Beziehungen (brechen nicht ab, sind immer da)

Desorganisierte Bindung

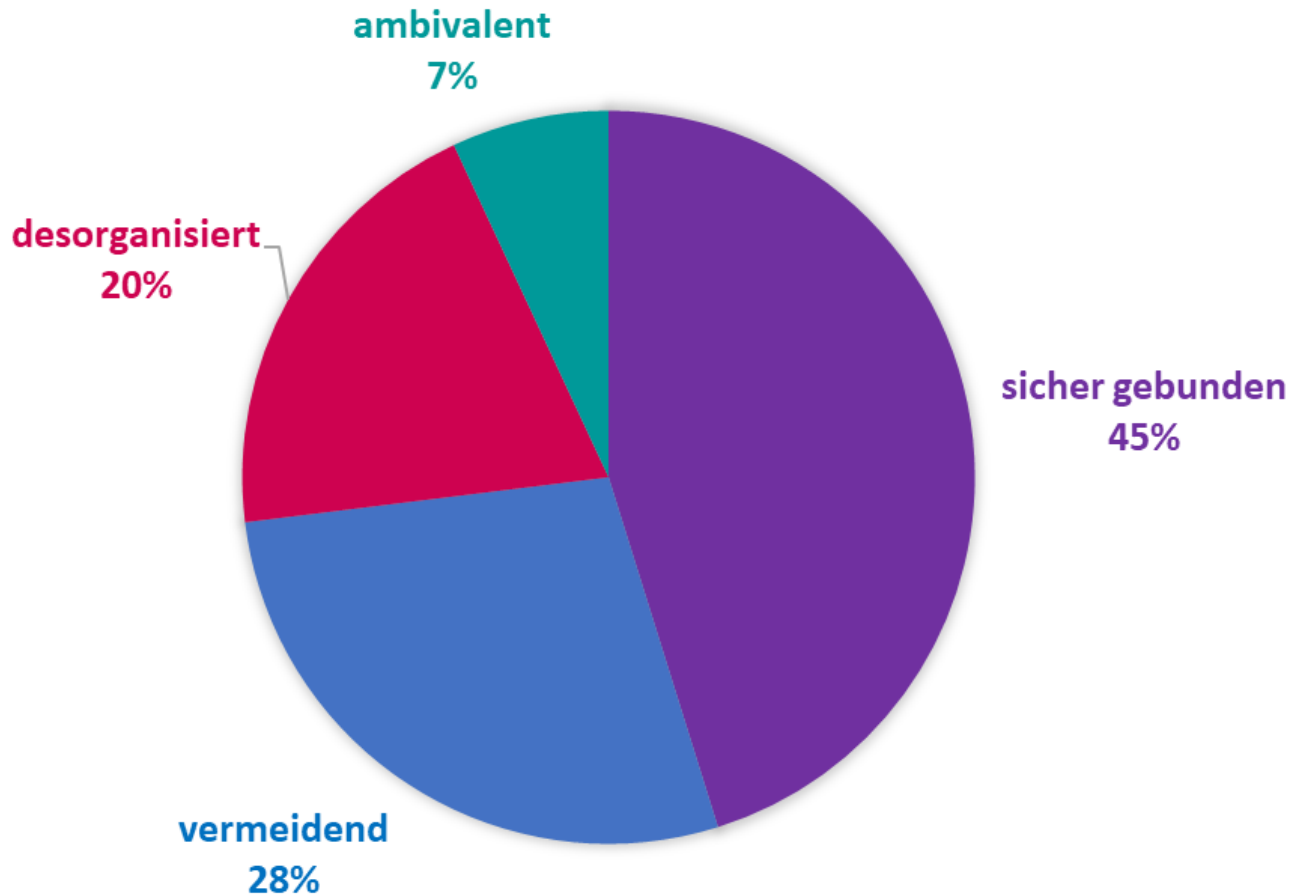
Bindungs- muster	Bedingung	Strategie	
D desorgani- siert	familiäre Gewalt Verlust Vernach- lässigung	Appetenz-Aversions- Konflikt -> Dissoziation als Folge - > kontrollierendes Verhalten	Zusammen- bruch organisierter Verhaltens- strategien

Bezug zu Medienkonsum:

→ Alles was Kontrolle/Macht gibt

→ Je nachdem Ausagieren/Reinszenieren von (erlebter) Gewalt

ANTEIL KINDER MIT JEWEILIGEM BINDUNGSMUSTER



(gemäss Gloger-Tippelt, Vetter & Rauh, 2000)

Sicher gebundene Kinder

- Kinder aus fürsorglichen Beziehungen haben
 - Höhere Sozialkompetenz
 - Zugang zu mehr Emotionen
 - Regulieren negative Emotionen besser
 - Haben einen höheren IQ

Folge von unsicherer Bindung

- Erhöhtes Risiko für gesundheitliche körperliche und psychische Erkrankungen
- Erhöhtes Risiko für schlechtere Schullaufbahn
- Ambivalente und desorganisiert gebundene Kinder erhöhen den Stress der LP (und Klasse)

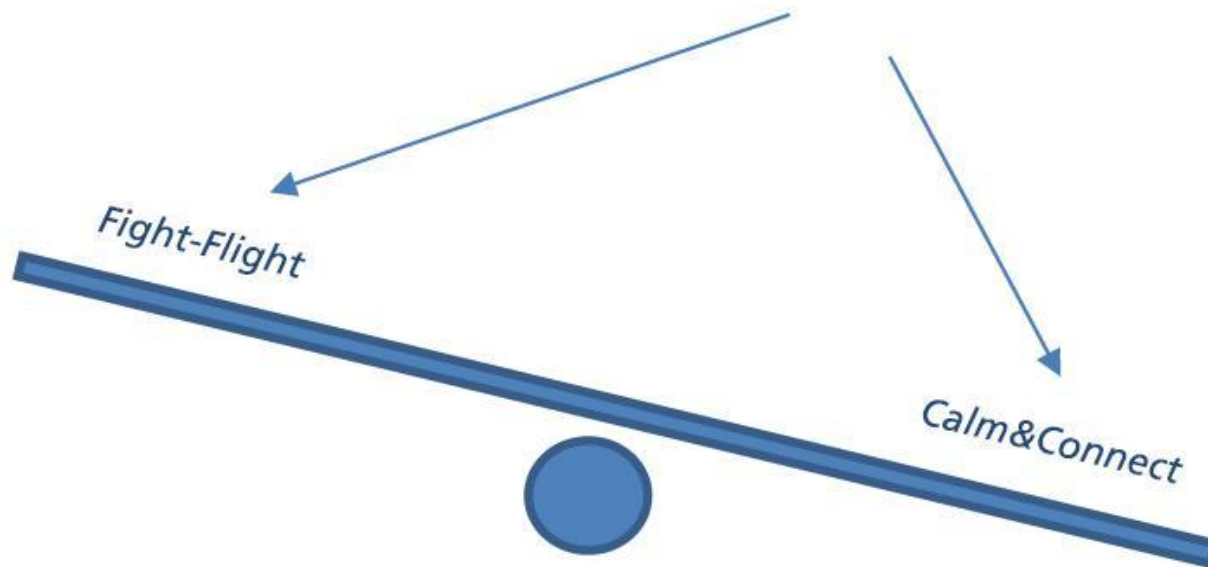
Und...

- Die Fürsorge von Fachpersonen orientiert sich an sicher gebundenen Kindern
- Für unsicher gebundene Kinder ist dies falsch
- Chronisch hoher Stress beeinträchtigt die soziale, emotionale und kognitive Entwicklung von Kindern

neurobiologischer Hintergrund

- Spiegelneuronen (Synchronisation mit dem Gegenüber)
- Flight-Fight-System (Cortisol etc.)
- Calm&Connecting-System (Oxytocin)

Das eigentliche Problem



Man kann sich nicht „nicht-beziehungsmässig“ verhalten

Fazit I

- Mit der Berücksichtigung der Bindungsmuster der Kinder können Fachpersonen einen Unterschied ausmachen (bindungsmusterbezogene Feinfühligkeit)
- Die eigene Stressregulation ist bereits ein wichtiger Beitrag zur Entwicklung von gesunden lernfähigen Kindern

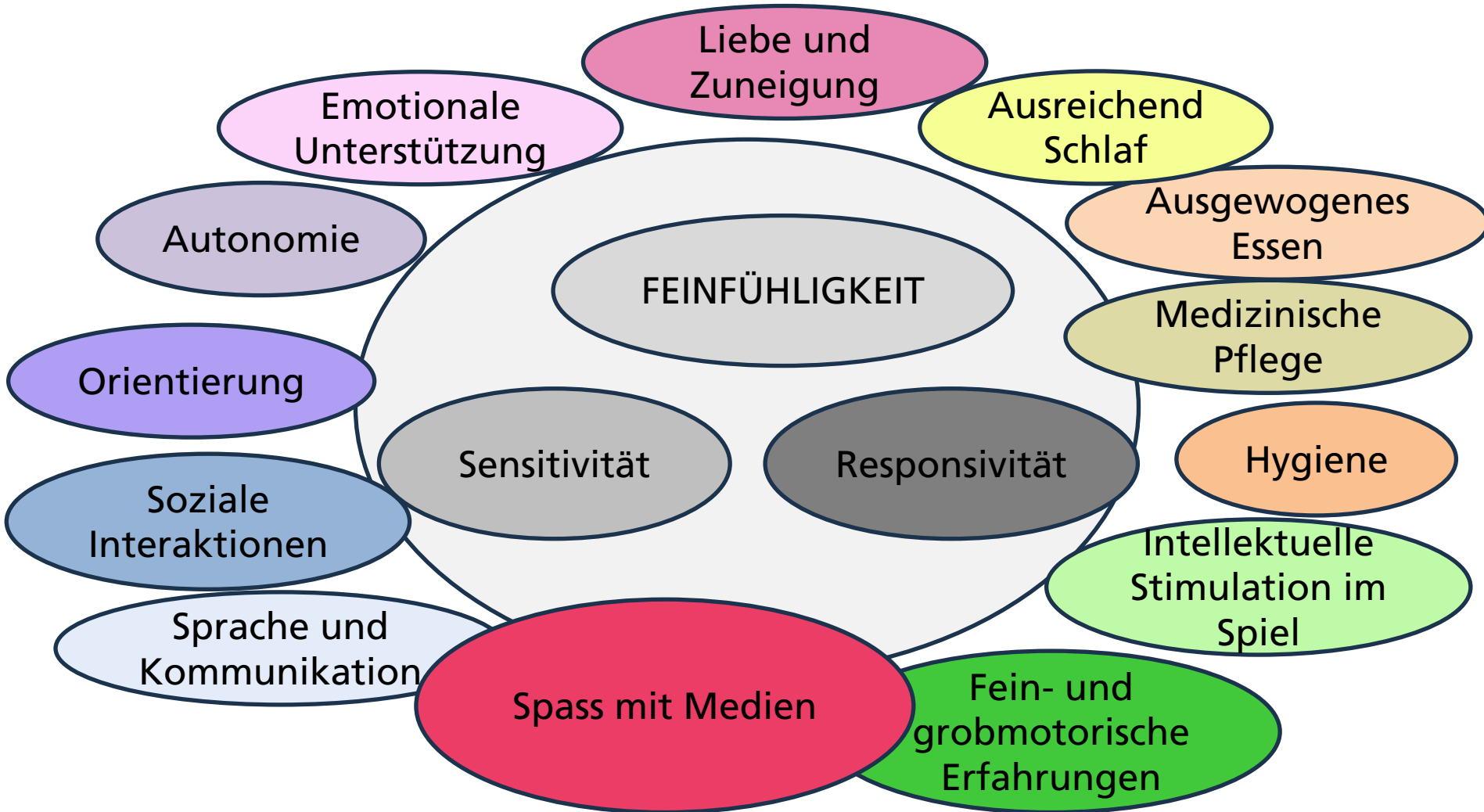
Fazit II

- Bindungsmuster sind eine optimale Anpassung an das Umfeld
- Es lohnt sich in eine sichere Bindung zwischen Eltern und Kind zu investieren
- Auch als Fachperson gibt es nur Kerosin oder Oxytocin
- Intuitiv verhält man sich oft falsch
- Nichts tun gibt es nicht

Fazit III

- sichere Bindung → psychische Gesundheit (auch was digitale Sucht anbelangt)
- Feinfühligkeit der Eltern → Abdeckung der Bedürfnisse → risikoarmer Spass mit Medien

Bindung vor Medien



Fragen?

Hinweis

Grundveranstaltung „Bindungsgeleitete
Schulen- Verhalten ist veränderbar“ für
alle Regelschulen vom Volksschulamt
unterstützt (2026-2028)
→ SObildung

Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit