

Beziehung und Emotionen sichtbar machen

Das Bindungsbrett als Arbeitsinstrument im pädagogischen Kontext

Beziehungen spielen in unserem ganzen Leben eine entscheidende Rolle, nicht nur, wenn es um unser Wohlbefinden geht, sondern auch im Kontext von Lernen und Leistung. Bindungsbeziehungen sind zudem zentral, wenn Kinder erlernen, ihre Emotionen zu erkennen und zu regulieren. Und dies wiederum ist ein wichtiger Faktor im Zusammenhang mit auffälligem oder herausforderndem Verhalten und damit ein wesentlicher Grund, weshalb das Thema Beziehungsgestaltung im Schulkontext eine zunehmende Bedeutung erhält.

Das Bindungsbrett wurde im Rahmen meiner schulpsychologischen Arbeit entwickelt, um mit Eltern und Lehrpersonen besser über die emotionalen Bedürfnisse der Kinder reflektieren zu können. Bald zeigte sich, dass es auch für die Hand der Lehrperson geeignet scheint. Es freut mich, dass ich es mittlerweile an der PH-Luzern im Masterstudiengang Schulische Heilpädagogik vorstellen darf. Dieser Artikel gibt einen kleinen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten.

Auf einem zweiteiligen Spielbrett kann mit zwei und mehr Figuren dargestellt werden, wie nah sich die Personen fühlen (x-Achse: nah-erreichbar-unerreichbar und physisch abwesend) und in welchem emotionalen Erregungszustand sie sich befinden (Y-Achse mit farbigen Zeilen: ruhig-aktiv-gestresst und verängstigt/wütend).



Die meisten Situationen lassen sich mit zwei oder drei Figuren beschreiben. Mehr braucht man zu Beginn nicht. Die Box enthält jedoch viele zusätzliche Hilfsmittel, die man mit wachsender Erfahrung einbauen kann.

Spielt man kritische Situationen nach, lässt sich aus den Bewegungsmustern auf dem Spielbrett erkennen, welche Reaktionen und emotionalen Bewertungen für die Lösung zentral sein können. Dies liefert keine Diagnose des Bindungsmusters, aber doch Hinweise auf bindungsrelevante Reaktionstendenzen, die in der konkreten Situation und mit den aktuell beteiligten Personen wichtig sind.

Dank des einfachen Aufbaus lässt sich bereits mit Kindern ab der ersten Klasse über emotionale Situationen reflektieren. Dies kann Interaktionen zwischen Kind und Lehrperson betreffen, aber auch zwischen Schüler:innen. Mit einfachen Fragen wird exploriert, wie die Situation selbst erlebt wurde und fast ebenso spielend lässt sich herausarbeiten, wie sie wohl für das Gegenüber war.

Die folgenden Fragen sind Beispiele, wie dieses sogenannte Mentalisieren mit Kindern und Jugendlichen angeregt werden kann: *Wie ging es dir dabei? Auf welche Farbe musst du die Figur schieben? Und jene von Peter? Was hast du dann gedacht? Glaubst du, Peter wusste das? Hätte er sich dann anders gefühlt/verhalten? Wenn du mich rumschieben könntest, auf welches Feld würdest du mich gerne setzen? Was würde ich dann sagen? Was würde sich verändern, wenn du hier wärst?*

Die Visualisierung kann auch im Eltern- oder Eltern-Kind-Gespräch unterstützend wirken: *Wie können wir Peter helfen, ein Feld weiter nach links zu kommen? Wenn dies nicht in der Schule, sondern zuhause passieren würde, was wären dann ... deine / seine / Ihre ... Gedanken / Gefühle / Handlungen? Welche Bewegung könnte ein Lernziel sein und was braucht Anna dazu? Warum schiebt Peter sich selbst auf Gelb und Anna auf Rot?*

Und mit leicht abgewandelten Fragen dient das Bindungsbrett auch der Selbstreflexion und in der Fallbesprechung in einem Unterrichtsteam: *Wenn du dich dreiteilen könntest, welche drei Bewegungen auf dem Brett würdest du gerne gleichzeitig machen? Welcher Gedanke würde dich ein Feld weiter nach unten / oben / rechts / links bringen? Was läuft in Peter / in mir anders ab, dass es in Situation / bei Person X gut geht und in Situation / bei Person Y nicht? Was kann ich als IF-Lehrperson tun / denken, was du als Klassenlehrperson gerne würdest?*

Viele pädagogische Ansätze orientieren sich an den Lerntheorien, welche davon ausgehen, dass Verhalten am besten mittels positiver oder negativer Konsequenzen gesteuert werden kann. Bindungs- und emotionsfokussierte Ansätze postulieren hingegen, dass ein Kind, das sich emotional positiv gehalten fühlt, sich auch positiv verhalten will. Die richtige Massnahme ist dann nicht jene, die am engsten auf das Problemverhalten fokussiert, sondern, jene, die die beste emotionale Wirkung hat. Es lohnt sich deshalb, mit dem Bindungsbrett nicht nur Problemsituationen zu analysieren, sondern auch Alltagssituationen.

Weitere Informationen

Auf der Homepage <https://bondingboard.com> finden sich Links zu Youtube-Tutorials, zu Interview-Leitfäden und zum Webshop.

Monatlich findet ein gratis Einsteiger-Webinar statt und am Samstag, 04. Mai 2024 wird im eigenen Atelier- und Kurslokal in Emmen ein praxisorientierter Tageskurs angeboten. Kurse im Schuljahr 2024/25 an der PH Luzern sind in Vorbereitung. Auch individuell zugeschnittene Team-Fortbildungsanlässe sind möglich.

Im Verlaufe des kommenden Jahres sollen Massnahmenkarten erscheinen, welche das Bindungsbrett ergänzen. Sie werden aktuell im Rahmen einer Masterarbeit an der PH Wallis erprobt. Mit ihnen wird eine Brücke zwischen Verhaltens- und Beziehungsorientierung geschlagen. Jede Karte beschreibt eine pädagogische Massnahme, wie etwa *'Auswahl an Aufgaben anbieten'*, *'spiegelnde Botschaften'*, *'danken statt loben'*, und wie diese bei Schüler:innen mit unterschiedlichem emotionalem oder Bindungs-Bedarf wirkt und angepasst werden kann.

Wer sich unter <https://bondingboard.com/newsletter> beim maximal monatlich erscheinenden Newsletter einschreibt, bleibt auf dem Laufenden.

Lothar Steinke, lic.phil., Kinder- und Jugendpsychologe FSP

lothar.steinke@bondingboard.ch, Wesemlin-Terrasse 23, 6006 Luzern, +41 76 201 66 36