

*Thesenpapier zur Arbeitstagung:*

*Wie entwickelt sich psychische Sicherheit und wie kann man sie fördern?*

*Karin und Klaus E. Grossmann, Regensburg*

Die „Psychische Sicherheit“ einer Person beruht auf einem flexiblen Umgang mit potentiell herausfordernden Situationen, vor allem in sozialen Bereich. Alle Kinder entwickeln enge und einflussreiche Bindungen zu beständig ansprechbaren Personen aus. Deren Qualität hängt jedoch von der Feinfühligkeit der Bindungsperson gegenüber den emotionalen Bedürfnissen des Kindes ab. Während in der Säuglingszeit Beruhigung bei Leid und Verunsicherung den Vorrang hat, gewinnen Vergewisserung und Unterstützung beim Wunsch neugieriger Erkundung zunehmend an Bedeutung. Mit Hilfe der Bindungspersonen erfährt ein Kind während der Epochen geteilter (oder gemeinsamer) Aufmerksamkeit emotionale und sprachliche Rückmeldung über seine Umwelt und über seine eigenen Gefühle. Gleichzeitig lernt es, die Gefühle und Absichten verschiedener Personen kennen. Beim gemeinsamen Tun und im Gespräch lernt das Kind, der Zusammenhang zwischen Gefühlen („Emotionen“), ihren Bedeutungen auch für andere („Kognition“) und denen anderer zu erkennen. All das bildet die Grundlage psychischer Sicherheit. Anhand von Video-Szenen von Müttern mit ihren Klein- und Schulkindern werden die Grundprinzipien von feinfühlig, wertschätzendem Umgang mit dem Kind im elterlichen Verhalten und im gemeinsamen Gespräch verdeutlicht:

1. aufmerksames Wahrnehmen und Zuhören
2. richtiges Interpretieren aus der Sicht des Kindes
3. angemessenes Reagieren,  
das die Absichten beider Partner und die Entwicklung des Kindes berücksichtigt, und letztlich
4. promptes Reagieren.

Auf diese Weise entwickelt sich beim Kind

- a) eine stimmige Passung zwischen den eigenen Gefühlen und der Wirklichkeit anderer
- b) Vertrauen in den Erwachsenen auch bei Belastung
- c) die Fähigkeit offen und verständlich zu kommunizieren auch bei Konflikten.

Dies bezeichnen wir mit psychischer Sicherheit. Sie stellt ein „Inneres Arbeitsmodell“ dar, das eine Person beim konstruktiven Umgang mit sich und den Anforderungen der Welt kennzeichnet.

Psychische Sicherheit zeigt sich während der schulischen Entwicklung in der Art, wie Erwartungen anderer, z. B. Eltern, Freunde und Lehrer, erkannt werden, und ob sie mit den eigenen Gefühlen, Fähigkeiten und Zielen in Einklang gebracht werden können. Sichere Bindungserfahrungen erlauben ein Wachsen mit den Komplexitäten des Lebens, unsichere schränken dies durch Vermeidung, Angst oder Desorientierung häufig eher ein.