

**ARBEITSKREIS  
FRÜHE  
ENTWICKLUNG**

# **Welche Betreuung für mein Kind?**

**Ratgeber für junge Eltern**

# Elternschaft heute

Eltern von Kleinkindern haben es heute nicht leicht.

Lange Zeit war es selbstverständlich, dass die Mutter die Kinder betreute, während der Vater „hinaus in die Welt ging“, um den Lebensunterhalt für die Familie zu sichern.

Heute reicht oft ein Verdienst nicht aus und Frauen sind ebenso gut ausgebildet und stehen ebenso im Beruf wie Männer. Das Selbstbild und Rollenverständnis der Frauen hat sich verändert. Dabei sind die Berufe fordernder geworden, die Arbeitszeiten flexibler, die Wege zur Arbeit länger.

## Und jetzt ist unser Kind da!

Schon in der Schwangerschaft, spätestens nach der Geburt stellen junge Eltern fest, dass nichts mehr so ist wie es war. Das neue Familienmitglied beansprucht sie rund um die Uhr!

## Wie kann nun die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gelebt werden?

Heute wird gerne vermittelt: Alles kann beim Alten bleiben mit Kindern: Beruf, Karriere, Identität. Wenn das erste, mühsame Jahr überstanden ist, wird für Kinder bestens von sogenannten Fachkräften gesorgt. Sie hören Schlagworte wie „Frühe Förderung“, „Frühe Bildung“ oder „Kinder brauchen Kinder“.

Seit 2013 gibt es einen Rechtsanspruch auf „frühkindliche Förderung“ in Kitas ab dem 1. Lebensjahr – aber wie allseits bekannt, fehlt es an verfügbaren Plätzen und an ErzieherInnen. Deshalb wird geraten, sich rechtzeitig, durchaus schon vor der Geburt, nach einem Krippen-Platz umzuschauen – noch bevor die Eltern ihr Kind kennengelernt haben.

Krippe (Kita U3) ist der Mainstream: anscheinend machen es alle so und kommen damit einigermaßen zurecht – auch wenn viele Mütter oder Väter im Stress stehen zwischen Kind, Beruf und Haushalt. Manche zweifeln daran, ob es gut ist, ihr Kind schon mit einem Jahr oder sogar früher in Fremdbetreuung zu geben.

## Was ist das Beste für mein Kind?

Ist nicht diese Frage entscheidend für die Wahl der Betreuung? Denn Eltern wollen gute Eltern sein und wollen das Beste für ihr Kind.

# Was braucht mein Kind?

Dazu gibt es viele Meinungen, Stellungnahmen und unzählige Studien mit teils widersprüchlichen Ergebnissen.

Eine fundierte Basis liefert dagegen die Wissenschaft: die **Bindungs-** und die **Hirnforschung**. Daher wissen wir: vor allem in den ersten 3 Lebensjahren ist eine **sichere Bindung** das zentrale Bedürfnis der frühen Kindheit. Sie ist die Basis für eine möglichst gute Entwicklung des Kindes.

## Urvertrauen wird zu Selbstvertrauen

Ebenso wie die Kleinen abhängig sind von körperlicher Fürsorge, so sind sie es auch von einfühlsamer Zuwendung und Geborgenheit **mit wenigen festen, verlässlichen Bindungspersonen**, die achtsam, liebevoll und feinfühlig auf ihre Lebensäußerungen eingehen.

Mit diesen zentralen Bindungspersonen können die Kleinen mit sich selbst und der Welt langsam vertraut werden und ein **Grundgefühl von Sicherheit (Urvertrauen)** aufbauen. Die Bindungspersonen haben dabei eine bestimmte Rangordnung für das Kind. Bei der wichtigsten fühlt es sich am sichersten und lässt sich von ihr am besten beruhigen.

Die Erfahrungen, verstanden, getröstet und beruhigt zu werden, können allmählich verinnerlicht werden, so dass das Kind immer besser lernt, selbst seine **Gefühle zu regulieren**.

**Soziales Verhalten** und **Selbstwertgefühl** kann ein Kind unter drei Jahren im Wesentlichen in der Beziehung zu reifen, achtsamen Erwachsenen lernen. Kleinkinder haben noch nicht die notwendige emotionale und soziale Reife dazu. „Kinder brauchen Kinder“ ist für dieses Alter insofern fragwürdig.

Die **Eltern** haben in der Regel die **stärkste emotionale Beziehung** zu ihrem Kind und begleiten es durch die ganze Kindheit und Jugend hindurch. Daher kann vor allem in der Familie **Geborgenheit, Verlässlichkeit** und **Kontinuität** erfahren werden.

Wichtig sind auch eine vertraute Umgebung und **Reizschutz**, denn Kleinkinder nehmen noch alles ungefiltert auf.

All dies schafft in den ersten 3 Lebensjahren die Grundlage dafür, dass ein Kind **Selbstvertrauen** entwickeln, **gute Beziehungen** zu anderen Menschen aufbauen und

**Interesse an der Welt** entwickeln kann. Das sind Voraussetzungen für eine möglichst gesunde körperliche, seelische und geistige/kognitive Entwicklung. Daher die Erkenntnis:

## **Bindung vor Bildung**

Wenn dem Kind keine vertraute Bindungsperson zur Verfügung steht, empfindet es **Verlassenheitsängste, Desorientierung** und **Stress**.

Dabei können viele Kinder ihre Not nicht deutlich zeigen.

Aus langjähriger klinischer Erfahrung und psychologischer Forschung sind **frühe Trennungen** und **Entbehrung an liebevoller Zuwendung** bekannt als häufige Ursachen für Ängste und tiefgreifende psychische Störungen, die oft erst sehr viel später im Leben zu Tage treten.

## **Erziehung zu Selbstständigkeit**

Je besser die Bindungsbedürfnisse in den ersten 3 Jahren befriedigt werden, das heißt, je mehr Sicherheit ein Kind mit seinen vertrautesten und verlässlichsten Bindungspersonen erfahren darf, desto mehr kann es diese Sicherheit allmählich verinnerlichen und desto selbstständiger kann und will es selbst werden.

**Je abhängiger ein Kind in den ersten 3 Lebensjahren sein darf, desto unabhängiger, stabiler und selbstbewusster kann und will es später werden.**

## **Betreuung in der Krippe (Kita U3)**

Kann außerfamiliäre Betreuung in Gruppen den elementaren Bedürfnissen der Kleinkinder gerecht werden?

Die Nachfrage nach Krippenplätzen steigt enorm und vor allem die Betreuungszeiten.

Bei ErzieherInnen sind Stellenwechsel, Krankenstand, Anteil der Teilzeit-Stellen und Abwanderung in andere Berufe besonders hoch.

Daher ist ein Kind **häufigen Betreuerwechseln** ausgesetzt. Hinzu kommt, dass „seine“ Erzieherin gerade abwesend sein kann aufgrund von Urlaubszeiten, Fortbildungen, Teambesprechungen, Elterngesprächen, Vor- und Nachbereitung, Organisation, Dokumentation, Gruppenwechseln und Schichtwechseln – je länger die Öffnungszeiten desto mehr.

Wenn ein Kind seine Bezugspersonen nicht vorfindet, kämpft es mit Verunsicherungsängsten, die von einer anderen ErzieherIn kaum aufgefangen werden können.

**Kontinuität** und **Verlässlichkeit** sind deshalb in einer Krippe kaum zu realisieren.

Hinzu kommt, dass selbst bei einem **Personalschlüssel** von 1:3 – wegen der oben genannten Abwesenheiten – auf eine BetreuerIn mindestens 4 Kleinkinder kommen. Meist sind es jedoch viel mehr Kinder, da in der Regel der Personalschlüssel wesentlich höher ist.

Selbst engagierten ErzieherInnen mit viel Einfühlungsvermögen ist es neben der notwendigen Pflege schlicht unmöglich, jedem der Kleinen die **Zuwendung und körperliche Nähe** zu geben, die es von einer erwachsenen Bindungsperson braucht.

Für Kleinkinder bedeutet Trennung von ihren Haupt-Bindungspersonen höchsten psychosozialen **Stress**, vor allem, wenn sie keine verlässliche Ersatz-Bindungsperson haben, die ihre noch überwältigenden Gefühle und Bedürfnisse beruhigen kann. Alleine sind sie ihrem inneren Stress hilflos ausgeliefert, da sie ihn noch nicht selbst regulieren können. Hinzu kommt die Überforderung durch die Gruppensituation (viele Kinder) und die Reizüberflutung (Ablenkung, Lärm).

So wurden bei fast allen Krippenkindern vom normalen Tagesverlauf abweichende Werte des Stresshormons Cortisol gemessen, was auf eine deutlich **erhöhte Stressbelastung** hinweist – darin sind sich die Studien einig.

**Je jünger** die Kinder sind und **je länger** die tägliche Betreuungszeit, desto höher ist die Stressbelastung. Erst ab ca. 2 Jahren kann ein Kind Trennungen besser überbrücken. Den Kindern merkt man ihren Stress äußerlich oft nicht oder kaum an.

Stress schwächt die Immunabwehr (häufige Erkrankungen). Außerdem kann frühkindlicher Stress die Gehirnentwicklung nachhaltig beeinträchtigen, vor allem das Stress-Regulationssystem, das lebenslang einen großen Einfluss auf die seelische und körperliche Gesundheit hat.

Unter häufigem bzw. dauerhaftem Stress ist eine optimale kindliche Entwicklung kaum möglich.

Kann man da von „Früher Förderung“ sprechen?

# Alternative Betreuungsformen

## Tagespflege

kann den Vorteil einer größeren **Kontinuität** in der Beziehung zwischen Kind und Tagesmutter/-Vater haben.

Zu bedenken ist jedoch, dass jede Tagesmutter/-Vater auch eine Ersatzkraft haben muss im Falle von Krankheit oder Urlaub. Neuerdings können in der Tagespflege auch (Teilzeit-) Betreuer angestellt werden. Außerdem werden Großtagespflegestellen gefördert, wo sich mehrere Tagesmütter zusammenschließen. Daraus folgen dann ähnliche Umstände wie in der Krippe.

Eine **Tagesmutter/-Vater** kann bis zu 5 Kinder betreuen, was eine individuelle, feinfühlig und achtsame Zuwendung erschwert. Dies erfordert hohe fachliche und menschliche Qualitäten der BetreuerInnen.

Jedoch ist die Ausbildung für Tagesmütter/-Väter z.B. in Baden-Württemberg ohne Vorqualifikation bereits nach einem Kurs von wenigen Wochen abgeschlossen.

Wenn Eltern sorgfältig prüfen, ob die Tagesmutter bereit und fähig dazu ist, eine gute Bindungsbeziehung zu ihrem Kind aufzubauen, wenn diese im kleinen Rahmen wenige Kinder betreut und insgesamt ihre pädagogische Einstellung den Eltern zusagt, kann eine geeignete Tagesmutter dennoch eine gute Alternative zur Krippe darstellen.

## Au Pair Mädchen

haben u.U. nicht die nötige Reife und wechseln spätestens nach einem Jahr, sodass dadurch keine verlässliche Ersatzbindung entstehen kann.

## Kinderfrau

Dieses Modell wird von der öffentlichen Hand nicht unterstützt. Anstatt jedoch eine teure Privat-Kita zu bezahlen, können Eltern, die es sich leisten können, auch an eine geeignete **Kinderfrau** denken, die im familiären, häuslichen Umfeld über Jahre eine gute, individuelle Bindungsbeziehung zum Kind aufbauen und aufrechterhalten kann.

## Oma, Opa, Tante, ...

Kontinuität, Verlässlichkeit und liebevolle Zuwendung können z.B. Großeltern bieten, evtl. auch andere Verwandte oder Freunde.

Sie können, wie die Eltern, eine große emotionale Nähe zu dem Kind aufbauen, sich individuell auf das einzelne Kind einstellen und es über viele Jahre begleiten.

Wichtig ist dabei, wie immer, dass die Eltern und die anderen Bindungspersonen möglichst gute Beziehungen untereinander pflegen.

## Unser Anliegen

ist es, Sie darüber aufzuklären, wie wichtig Sie als **Eltern** durch alle Jahre der Entwicklung für Ihre Kinder sind.

Ganz besonders wertvoll aber ist in den ersten 3 Lebensjahren eine intensive, verlässliche, weitgehend kontinuierliche Bindungsbeziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind.

Weitere Anregungen rund um diese anspruchsvolle Aufgabe finden Sie auch in den „Empfehlungen zur Vertiefung“ auf der nächsten Seite.

### Und was haben Sie davon?

Je mehr Sie in den ersten Lebensjahren investieren, desto leichter werden Sie es später mit Ihrem Kind haben, denn dadurch kann es langfristig mehr Selbstvertrauen, Sozialkompetenz und Selbstständigkeit entwickeln, sowie seine Potentiale bestmöglich nutzen.

Es wird auch mehr auf Sie hören, sich mehr an Ihnen orientieren und sich auf Sie einlassen, je zuverlässiger Sie sich auf Ihr Kind und seine elementaren Bedürfnisse einlassen.

**Beziehung und Erziehung** stehen in engem Zusammenhang. Und in den ersten Lebensjahren wird die Basis gelegt für eine auch noch später tragfähige Beziehung.

In jedem familiären Gefüge müssen viele Faktoren bedacht und möglicherweise Kompromisse eingegangen werden. Uns ist es wichtig Ihnen zu vermitteln, was eine gute Entwicklung ausmacht, wenn Sie entscheiden, ob, wann, in welchem Umfang und in welcher Form Fremdbetreuung für Ihr Kind notwendig ist.

Denn bei der derzeitigen Diskussion über Vereinbarkeit von Familie und Beruf werden im Allgemeinen die elementaren Bedürfnisse der Kinder nicht ausreichend berücksichtigt.

# Empfehlungen zur Vertiefung

## Links und Kurzbeiträge

Bestellung der Flyer und weitere Informationen unter:  
[www.gute-erste-kinderjahre.de](http://www.gute-erste-kinderjahre.de)

### [www.fuerkinder.org](http://www.fuerkinder.org)

Viele gute Beiträge unter „Kinder brauchen Bindung“,  
z.B. „Risiken der frühen Krippenbetreuung“ von Erika Butzmann  
Unter anderem dort zu beziehen: die jährliche Zeitschrift „für uns“

### [www.fachportal-bildung-und-seelische-gesundheit.de](http://www.fachportal-bildung-und-seelische-gesundheit.de)

z.B. „Die dunkle Seite der Kindheit“ von Rainer Böhm

### [www.bindungsstark-wachsen.de](http://www.bindungsstark-wachsen.de)

Vielfältig, informativ, viele sehr gute Beiträge

### [www.neufeldinstitute.de](http://www.neufeldinstitute.de)

z.B. Kurse, Literatur u.v.m.

### [www.emil-zitlau.com](http://www.emil-zitlau.com)

(Wachstum begleiten, Kinder verstehen)  
Ein Vollzeit-Vater informiert

### [www.berufungmami.de](http://www.berufungmami.de)

## Empfohlene Literatur

Hanne K. Götze

### **Die Sehnsucht kleiner Kinder**

Ares-Verlag, 2019

Rainer Stadler

### **Vater – Mutter – Staat**

Ludwig-Verlag, 2014

Serge Sulz u.a. (Hrsg.)

### **Schadet die Kinderkrippe meinem Kind?**

CIP-Medien, 2018

Gordon Neufeld

### **Unsere Kinder brauchen uns**

Genius Verlag 2015

Margot Sunderland

### **Die neue Elternschule**

(Neurobiologie und Erziehung)

Dorling Kinderley Verlag, München 2017

Verantwortlich i.S.d.P: Gisela Geist,  
Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin.

### **Arbeitskreis frühe Entwicklung**

Leonorenstraße 13A, 70597 Stuttgart