



# Beziehungen brauchen Wurzeln



*Haben Sie heute schon mit jemandem telefoniert? Ein SMS geschrieben? E-Mails bekommen?*

*Noch nie zuvor in der Menschheitsgeschichte war es so einfach, Kontakt mit vielen Menschen zu haben. Ein Anruf am Handy, ein SMS, wo immer wir sind. Ein Klick im Internet – und schon haben wir wieder einen Freund auf unserer Social-Networking-Webseite mehr. Per Skype mit anderen Menschen in Amerika Kontakt halten? Kein Problem!*

*Aber wie tief sind die Bindungen, die da entstehen? Welche Bindungen sind uns wirklich wichtig? Lesen Sie auf den folgenden Seiten, welche Erfahrungen unsere FAB-Familien damit gemacht haben!*

## *Verwurzelt und gehalten*

**D**er moderne Mensch sagt: Bindungen machen unfrei, Bindungen behindern meine Flexibilität! Aber das stimmt auf die Dauer nicht: Der Mensch braucht Bindungen, wie der Baum Wurzeln braucht. Und es sind die Bindungen, die dem Menschen Halt geben: in meinen Bindungen bin ich nicht austauschbar, bin ich nicht nur eine Nummer – sondern da bin ich ein unverwechselbares Original. Nur wenn ich gesunde Bindungen habe, kann ich wachsen!

## *Natürlich – und übernatürlich*

Wir leben eingebettet in vielen Bindungen. Dabei kann man grundsätzlich zwei Arten unterscheiden: die natürlichen Bindungen und die übernatürlichen Bindungen. Natürliche Bindungen sind leichter greifbar: Mutter und Kind haben eine enge Bindung. Das Kind hat eine Bindung zu seinem Lieblingsspielzeug. Erwachsene haben eine Bindung an ihr Weltbild, an ihre erworbenen Gegenstände, ... Die übernatürlichen Bindungen gehen über diese Welt hinaus. Wir sind fest davon über-

zeugt, dass hinter allem, was auf dieser Welt passiert, ein liebender Vatergott steht. Und das ganz Entscheidende ist: die natürlichen und die übernatürlichen Bindungen schließen sich nicht gegenseitig aus. Richtig gelebt, ergänzen sich die beiden Arten der Bindung und ergeben einen gesunden, doppelten Bindungsorganismus. „Steht mit den Füßen auf der Erde und wohnt mit dem Herzen im Himmel.“ - dieser Satz von Don Bosco drückt das gut aus. In uns, in unseren Bindungen berühren sich Himmel und Erde!



Bindungspädagogik  
Arbeitsmaterial

### *Personale Bindungen*

Bereits im Mutterleib entsteht Bindung an die Mutter. Wenn sich Ei und Samenzelle getroffen haben und in der Gebärmutter einnisten, ist das die erste Bindung, die sie eingehen. Mit der Mutter verbunden beginnt das Wachstum. Der Embryo macht zwei Erfahrungen: Ich bin verbunden mit meiner Mutter – und ich wachse jeden Tag ein Stück über mich hinaus.

Im ersten Lebensjahr geht es darum, diese Bindung aufrecht zu halten. Früher hat man die Kinder schon in der Geburtsstation von den Müttern getrennt und nur zum Stillen gebracht; das ist heute zum Glück anders. Es tut den Kindern einfach gut, nahe bei der Mutter zu sein. Und recht bald lächelt das Kind die Mutter an, es sucht die Bindung: „Schau mich an, wende dich mir zu!“

Und durch das Kind lächelt Gott mich an: das führt hin auf die übernatürliche Ebene. Ich kann Gott erfahren in den Bindungen an meine Mitmenschen. Wenn die Kinder am Abend auf den Vater warten, weil der das kaputt gegangene Spielzeug reparieren kann – für die Kinder scheint im Vater der allmächtige Gott durch. Wir kommen zum lieben Gott – und der kann all unsere Probleme lösen.

### *Materielle Bindungen*

Hier geht es um Bindungen an Dinge und Orte. Wir haben viel mehr Dinge um uns als die Menschen vergangener Generationen. So viele Dinge, dass wir oft gar nicht mehr wissen, was wir alles haben!

Wenn wir zu viele Dinge haben, können wir keine Beziehung zu ihnen aufbauen. Wenn wir unserem Kind dabei helfen wollen, müssen wir darauf achten: Wenige Dinge – und zu diesen kann es Beziehung aufbauen. P. Kentenich spricht davon, dass jedes Ding Symbolgehalt hat. Der Teddybär von der Mutter weist immer auch ein Stück hin auf die Mutter. Hat das kleine Kind den Teddy bei sich, ist die Mama irgendwie nahe.

Symbole helfen auch uns Erwachsenen. Wenn wir in unserem Hausheiligtum ein Bild von der Gottesmutter haben, ich mich im Hausheiligtum wohlfühle und oft dort bete, dann baue ich eine Bindung auf zu dem Ort – und das Bild wird zum Symbol: hier wohnt die Gottesmutter! Das Bild schafft Verbindung zur übernatürlichen Welt: es verbindet mich mit der Gottesmutter.

Auch an anderen alltäglichen Dingen können wir die übernatürliche Bindung stärken: wenn unser Lieblingsessen gekocht wird – danke, lieber Gott! Wenn wir etwas geschenkt bekommen, wenn wir etwas Schönes erleben – danke, lieber Gott! Gott kommt dem Menschen entgegen; er lässt sich hinter den Dingen finden. Und das ist das große Ziel des ganzen Bindungsorganismus: Bindung an Gott aufbauen!

### *Ideelle Bindungen*

Es gibt heute sehr viele Ideen und Ideale. In der Vertrauenspädagogik haben wir gehört: wir sollen die Kinder anleiten, ihre Eindrücke zu verarbeiten und Entscheidungen aufgrund von Gründen zu treffen. So lernen sie, ihre eigene Meinung zu bilden: welche Werte sind mir wichtig? Wie sind meine Standpunkte in gesellschaftlichen und politischen Fragen? Wofür setze ich mich ein?

Und das soll hinführen zur Entdeckung der eigenen Berufung: was geht mir unter die Haut? Zu welchen Themen, zu welchen großen Ideen habe ich eine Bindung?

Bei Stürmen kann man beobachten, dass die Nadelbäume zuerst umfallen. Die haben

*Ich kann Gott  
erfahren in den  
Bindungen an  
meine Mitmen-  
schen.*

1/10  
Familie als  
Berufung  
11



ihre Wurzeln nur flach an der Oberfläche. Die Bäume mit tiefen Wurzeln halten stärkere Stürme aus. Je tiefer meine Wurzeln, desto mehr kann ich aushalten.

### *Formale Bindungen*

Der Mensch braucht Gewohnheiten und Rituale, um sich wohl zu fühlen. Kleine Kinder, die jeden Tag zur gleichen Zeit Pyjama anziehen, Zähne putzen und dann eine Gute-Nacht-Geschichte vorgelesen bekommen, schlafen leichter ein. Der Ablauf prägt sich im Gehirn ein.

Formale Bindungen können genützt werden, um die Verbindung zu Gott zu sichern. Jeden Sonntag in die Messe – das ist ein Fixpunkt, der uns Geborgenheit schenkt.

Die Mönche nach der Regel des Hl. Benedikt haben das sehr weit entwickelt: da gibt es alle drei Stunden Gebetszeit. Die Arbeit wird unterbrochen, um die Verbindung mit Gott wieder aufzunehmen. Das ist für Familien nicht so einfach zu übernehmen; aber wir sollten Wege suchen, wie wir durch gute Gewohnheiten die Verbundenheit mit Gott im Alltag sichern können.

### *Ausgewogenheit*

Die vier Bereiche der Bindungen sollen in einem ausgewogenen Verhältnis stehen. Ist ein Bereich zu stark, ist das problematisch: wenn jemand nur in formalen Bindungen lebt, immer alles so sein muss, wie es immer war – dann wird er unbeweglich und kann sich auf nichts Neues einstellen. Wenn jemand nur für seine materiellen Bindungen lebt – seine Villa, seinen Sportwagen, seine Pensionsvorsorge – dann wird er einsam werden.

Was tun wir, wenn wir solche einseitigen Bindungen bei uns oder unseren Kindern bemerken? Bewusst die anderen Bereiche stärken! Also nicht nur sagen: „Du darfst das nicht machen!“, sondern: ich fördere aktiv die anderen Bereiche.

Wenn wir merken, dass unsere Kinder nur noch über Computerspiele reden, ist es nicht so wirksam, nur die Computerzeit einzuschränken. Vielmehr müssen wir als Eltern überlegen: welche Bindungsart fehlt unseren Kindern? Und die muss gestärkt werden! Wie bringen wir den kleinen Computerfreak dazu, sich unter Menschen zu begeben?

### *Der an Gott gebundene Erzieher*

Als Vater und Mutter müssen wir ineinander und in Gott beheimatet sein. Das ist die innerste Bindung. Der weitere Kreis unserer Bindungen an Personen, Sachen, Orte, Ideen, Ideale, Rituale und Bräuche soll in möglichst großer Ausgewogenheit gepflegt werden – immer wieder auf der Suche nach dem Symbolwert dahinter: Wenn etwas geschieht, ist Gott dahinter, der handelt.

Natürlich gibt es Situationen, wo ich mich von Gott enttäuscht fühle. Wenn mir großes Unglück zustößt, wenn z.B. ein Kind stirbt. Dann kann ich eine Zeitlang Gott anklagen, ihm Vorwürfe machen; ich darf mein Leid ausschreien. Aber letztlich muss ich wieder den Zugang finden: Hinter dem Schweren, dem Unverständlichen, das mir Gott zumutet, steckt ein Liebesplan!

### *Schulkindalter*

Kinder brauchen „sinnenhafte“ Erlebnisse. Wenn wir gemeinsam auf einen Berg gehen, gemeinsam Musik machen, gemeinsam basteln: das schweißt uns als Familie zusammen.

Bindungen wachsen langsam und vertiefen sich nur langsam. Einmal ein großes Familienevent – und dann lange nichts – schafft keine Bindung. Wir müssen ständig dranbleiben.

Als Eltern müssen wir einen guten Mittelweg zwischen Bindung ans Elternhaus und dem Loslassen finden. Das Bindungsgeflecht muss sich altersgerecht ausweiten:

*Bindungen  
wachsen lang-  
sam und ver-  
tiefen sich nur  
langsam.*

Freunde, Schulkollegen, Sport usw. sollen immer wichtiger werden im Leben des Kindes – und wir als Eltern müssen langsam zurücktreten.

### *Pubertät*

Pubertierende sind für formale Bindungen fast nicht ansprechbar. Der Jugendliche muss alle Rituale der Eltern und der Kindheit in Frage stellen, um seine eigenen zu entdecken. Es ist Aufgabe der Kinder, Dinge nicht blind zu übernehmen, sondern zu „erwerben“, sich zu eigen zu machen.

Für den Pubertierenden ist es wichtig, von den Eltern ernst genommen zu werden. Da kommen vielleicht ausgefallene, skurrile Ideen – aber ich nehme den Jugendlichen ernst! Ich behandle ihn als Erwachsenen – erwachsener, als er es schon ist. Das wirkt aufbauend, zieht nach oben.

In der religiösen Erziehung heißt es: Freiheit lassen! Wir können nicht machen, dass alle in die Kirche gehen. Wenn unsere Kinder eine gute Jugendgruppe haben, können wir das fördern. Wir können sie zu verschiedenen Veranstaltungen einladen. Wir können die Gottesmutter bitten, dass sie auf unsere Kinder schaut. Aber wir lassen den Jugendlichen Freiheit.

Spätestens in der Pubertät merkt das Kind: Der Papa, die Mama haben ihre Schwächen und Fehler. Das ist eine Enttäuschung für die Kinder; und normalerweise bekommen die Eltern das auch deutlich zu hören. Aber Enttäuschung gehört zum Leben; es gibt nicht alles, was ich mir wünsche, und schon gar nicht sofort.

Hier ist Weiterleitung gefragt: nur in der Bindung an Gott kann ich die letzte Erfüllung finden. Und wenn ich immer wieder von Menschen enttäuscht werde, so ist das ein Stück weit auch ein Werben vom lieben Gott: „Hallo, ich bin auch noch da! Und ich enttäusche dich nicht. Ich gebe dir Sicherheit, auch wenn du vom Leben hin und her gebeutelt wirst.“

### *Wir sind Werkzeug*

Als Erzieher sind wir Werkzeuge Gottes. Er hat uns die Kinder geschenkt als Aufgabe, und er hat einen guten Plan mit den Kindern! Wenn ich selbst gebunden an Gott bin, in ihm verwurzelt, so werde ich viel kompetenter in der Erziehung.



Bindungspädagogik  
*Arbeitsmaterial*



*Barbara und Klaus  
Aichner,  
FAB - Redakteure  
und  
Familientrainer*



## Eheteamfragen:

- ☺ Welche Bindungen sind mir wichtig?
- ☺ Kann ich Gott hinter diesen Bindungen sehen?
- ☺ Welche Bindungen hat jedes Einzelne unserer Kinder?
- ☺ Sind diese Bindungen ausgewogen? Oder gibt es Einseitigkeiten?

