

# Bindung ist Bildung – Was Kinder und Jugendliche stark macht

Im Blick: Entwicklung einer sicheren Bindung

Resilienzförderung im Kindes- und Jugendalter

*„Ohne Liebe wird kein Kind klug“*

Diese grundlegende Aussage der Bindungstheorie bestätigt aktuelle Erkenntnisse der Hirnforschung. Konkret heißt das: Es bedarf der zuverlässigen, aufmerksamen und feinfühligem Begleitung durch Erwachsene, damit ein erfolgreiches frühkindliches Lernen und die weitere kognitive Entwicklung möglich ist. Darüber hinaus ist eine sichere Bindung die Grundlage für die psychische, emotionale und soziale Entwicklung sowie die damit verbundene psychische Widerstandskraft eines Menschen – die so genannte Resilienz. Die Resilienzforschung zeigt, dass diese Fähigkeit gelernt, aufgebaut und trainiert werden kann, ein kontinuierlicher Prozess der Persönlichkeitsentwicklung. Resiliente Menschen verfügen über eine hohe Selbstwirksamkeit, eine optimistische Grundhaltung und ihr Handeln ist problemlöseorientiert.

Dieses Seminar vermittelt den Teilnehmern Wissen, was sichere Bindung bedeutet, wie sie entsteht und aufrechterhalten werden kann. Sie können gegebenenfalls Rückschlüsse daraus ziehen, welche Bindungserfahrungen ein Kind oder Jugendlicher gemacht hat und den Beziehungsaufbau entsprechend gestalten. Weiterhin erwerben die Teilnehmenden konkrete, resilienzstärkende Techniken. Diese beruhen auf dem TRUST-Resilienztraining, deren Anwendung die psychische Widerstandsfähigkeit stärkt.

## Themenschwerpunkte

- Kernaussagen und aktuelle Erkenntnisse der Hirnforschung zur Bindungstheorie
- Reflexion eigener Bindungserfahrungen
- Aufbau und Bedeutung einer sicheren Bindung
- Ressourcenorientierte Verfahren/ Techniken zur Resilienzstärkung

## Methoden

Impulsreferate, Energizer, Filmsequenzen

Interaktive Aufbereitung des Themas durch praxisnahe Übungen und Bearbeitung von Fallbeispielen

Einübung von unterschiedlichen ressourcenorientierten Ansätzen und Verfahren



**Astrid Steinberger M.A.**

*Studium*

*Erziehungswissenschaft/  
Psychologie/ Soziologie*

*Mediatorin*

*TRUST-Resilienz - Trainerin*

*22 Jahre Seminartätigkeit*

*Weitere Informationen:*

[www.astridsteinberger.de](http://www.astridsteinberger.de)

*Vielen Dank für Ihr*

*Interesse!*

*Ich freue mich darauf,*

*Sie kennenzulernen!*