



Sabine Berndt

LESE  
PROBE

NEUFELD VERLAG

# Sei mutig, schau hin und versteh' mich!

Lösungsorientiertes Verhaltenstraining und elementarer Bindungsaufbau





Sabine Berndt

# Sei mutig, schau hin und versteh' mich!

Lösungsorientiertes Verhaltenstraining und  
elementarer Bindungsaufbau



NEUFELD VERLAG

*Diese Veröffentlichung erscheint in Kooperation mit der  
Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V., Marburg/Berlin*



LOVT® – Lösungsorientiertes Verhaltenstraining  
TeBa® – Therapie zum elementaren Bindungsaufbau  
sind geschützte und eingetragene Marken von Sabine Berndt

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über [www.d-nb.de](http://www.d-nb.de) abrufbar

*Lektorat:* Sandra Zimmermann, Landau in der Pfalz

*Bildnachweis:* Umschlag unten: Alex and Maria photo/Shutterstock.  
com; Umschlag oben, S. 145, 174: Conny Wenk, [www.connywenk.com](http://www.connywenk.com);  
S. 7, 40, 109, 126, 230: Stefan Berndt; S. 16, 75, 90, 109, 126: Friederike  
Escher-Göbel; S. 21, 95, 112: iStockphoto.com; S. 53, 60, 177, 180, 182,  
184: Kurt M. Pichler, [www.kmp-creativ.at](http://www.kmp-creativ.at); S. 99, 229, 230: Sonja Bacher

*Druck:* CPI – Clausen & Bosse, Birkstraße 10, 25917 Leck

© 2021 Neufeld Verlag, Sauerbruchstr. 16, 27478 Cuxhaven  
ISBN 978-3-86256-174-2, Bestell-Nummer 590 174

Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise,  
nur mit Genehmigung des Verlages

[www.neufeld-verlag.de](http://www.neufeld-verlag.de)

Bleiben Sie auf dem Laufenden:

[newsletter.neufeld-verlag.de](mailto:newsletter.neufeld-verlag.de)

[www.facebook.com/NeufeldVerlag](https://www.facebook.com/NeufeldVerlag)

[www.neufeld-verlag.de/blog](http://www.neufeld-verlag.de/blog)

NEUFELD VERLAG



---

# Inhaltsverzeichnis

<b>Herzlich willkommen, liebe Leserinnen und Leser!</b> . . . . .	7
<b>1. Was ist das LOVT/TeBa-Konzept?</b> . . . . .	9
1.1. Zielgruppen des LOVT/TeBa-Konzeptes . . . . .	15
1.1.1. Pädagogen, Therapeuten, Ärzte . . . . .	15
1.1.2. Eltern und Betroffene . . . . .	15
1.1.3. Babys, (behinderte) Kinder und Jugendliche . . . . .	16
1.2. Grundlagen des LOVT/TeBa-Konzeptes . . . . .	17
<b>2. LOVT – Lösungsorientiertes Verhaltenstraining</b> . . . . .	21
2.1. Wurzeln des LOVT-Konzeptes . . . . .	21
2.1.1. Die Systemtheorie . . . . .	21
2.1.2. Die Motivationspsychologie . . . . .	23
2.1.3. Die Gedächtnispsychologie . . . . .	52
2.1.4. Die Lernpsychologie . . . . .	57
2.1.5. Sinne schärfen im Selbsttest – speziell für Eltern . . . . .	70
2.1.6. Die Bindungsforschung . . . . .	89
2.1.7. Die Verhaltenstherapie . . . . .	92
2.2. Indikationen und methodisches Vorgehen . . . . .	97
2.2.1. Video gestützte Arbeit . . . . .	99
2.2.2. Eltern-Kind-Intensivtherapie/Kurztherapie . . . . .	101
2.2.3. Die Wahrnehmung . . . . .	105
2.2.4. Die Bedeutung von Tieren . . . . .	107
2.3. Zielvorstellungen . . . . .	110
2.3.1. Verhaltensauffällige Kinder ... was können wir tun? . . .	112

2.4.	LOVT in der Anwendung . . . . .	.117
2.4.1.	Erfahrungsberichte . . . . .	.121
2.4.2.	LOVT und Verhaltensauffälligkeiten . . . . .	.131
2.4.3.	Was geschieht bei LOVT? . . . . .	.136
<b>3.</b>	<b>Grundpfeiler des TeBa-Konzeptes . . . . .</b>	<b>.145</b>
3.1.	Einleitung . . . . .	.147
3.2.	TeBa-Therapie . . . . .	.148
3.3.	Bindungsentwicklung . . . . .	.149
3.4.	Bindungsaufbau und Körperkontakt . . . . .	.159
3.5.	Bindungsverhalten . . . . .	.165
3.6.	Bindungspersonen . . . . .	.169
3.6.1.	Leibliche Mutter . . . . .	.169
3.6.2.	Adoptiveltern . . . . .	.172
3.6.3.	Pflegeeltern . . . . .	.175
3.7.	Bindungsformen . . . . .	.177
3.7.1.	Das sicher-gebundene Kind . . . . .	.177
3.7.2.	Das unsicher-gebundene Kind . . . . .	.179
3.8.	Bindungserfahrung . . . . .	.190
3.9.	Bindungsstörung und Traumata . . . . .	.198
3.9.1.	Psychische Störungen . . . . .	.210
3.9.2.	Kinder in belasteten Familien . . . . .	.214
3.9.3.	Weitere Störungen, die Bindung beeinträchtigen . . . . .	.218
3.10.	Die Arbeit mit dem TeBa-Konzept . . . . .	.221
<b>4.</b>	<b>Das macht LOVT/TeBa aus: Auf die eigenen Stärken vertrauen . . . . .</b>	<b>.227</b>
<b>5.</b>	<b>Eindrücke und Angebote . . . . .</b>	<b>.229</b>
<b>6.</b>	<b>Literaturtipps . . . . .</b>	<b>.233</b>
	<b>Nachwort. . . . .</b>	<b>.235</b>

## Herzlich willkommen, liebe Leserinnen und Leser!

Ich freue mich sehr, dass Sie zu diesem Buch greifen und bereit sind. Bereit, Neues zu lernen, sich selbst oder Situationen zu hinterfragen oder bei dem einen oder anderen Thema ein bisschen genauer hinzusehen. Vielleicht lesen Sie diese Zeilen aber auch nur, weil wir uns kennen oder Ihnen jemand davon erzählt hat. Wir werden nun einige Zeit miteinander verbringen und ich freue mich sehr darauf!

In diesem Buch werde ich nicht immer die männliche und weibliche Form extra benennen, da es den Lesefluss unterbricht. Ich sehe den Menschen als Ganzes, unabhängig vom Geschlecht, daher dürfen Sie sich alle angesprochen fühlen.

### **Zu meiner Person**

Seit über 28 Jahren arbeite ich nun mit Kindern, Jugendlichen und deren Eltern. Ich habe unzählige wunderbare Momente erlebt, Entwicklungen gesehen, Tränen des Aufruhrs und solche der Freude, Ablehnung und zutiefst innige Umarmungen. Gefühle in alle Richtungen sind stets ein Begleiter meiner Arbeit mit Menschen. Unvergessliche und berührende Begegnungen sind so Teil meines Lebens und auch das meiner Klienten geworden.



Weiterentwicklung und Weiterbildung waren schon immer eine große Motivation für mich und spiegeln sich auch in meiner Arbeit wider. Nach vielen Jahren entstand aus den theoretischen Impulsen aus Aus- und Weiterbildungen und meiner täglichen, praktischen Arbeit schließlich mein ganz eigener Ansatz, nämlich das **LOVT/TeBa-Konzept**.



## **LOVT – Lösungsorientiertes Verhaltenstraining** **TeBa – Therapie zum elementaren Bindungsaufbau**

Nachdem ich viele Jahre als Ergotherapeutin gearbeitet habe, bin ich heute als Psychotherapeutin (HPG) tätig. Während meiner beruflichen Laufbahn war ich immer sehr motiviert, mich weiterzubilden und meinen Blick zu erweitern. Die stärksten Impulse habe ich durch die folgenden Aus- oder Weiterbildungen erhalten: Ausbildung als Ergotherapeutin, Ausbildung als sensorische Integrationstherapeutin, systemische Familien- und Paartherapeutin, Dyskalkulie- und Legasthenie-Trainerin, ADHS-Coach, Verhaltenstherapie nach IntraAct und tiergestützte Therapie.

Die Kombination dieses breiten Tätigkeitsfeldes und die unterschiedlichen Erfahrungen in diesen Bereichen sowie die Zusammenarbeit mit diversen Fachrichtungen haben sich wesentlich auf meine Arbeit ausgewirkt. Das LOVT/TeBa-Konzept beinhaltet aus jedem Ansatz einige wesentliche Aspekte, kombiniert mit dem Erfahrungsschatz, den ich im Lauf der Jahre sammeln konnte.

Ich habe bis vor einigen Jahren ein eigenes Therapiezentrum mit einem großen interdisziplinären Team in Hamburg geleitet. Ich weiß nicht, ob man es als Heimweh bezeichnen kann, aber 2014 bin ich wieder in meine Heimat Bayern gezogen. Hier vereinen sich in unmittelbarer Umgebung die eigene Praxis, dazu Natur pur und meine Tiere, die mich bei den Therapien unterstützen.



# 1. Was ist das LOVT/TeBa-Konzept?

Das LOVT/TeBa-Konzept ist im Lauf von vielen Jahren durch meine Arbeit mit Kindern und Familien entstanden. Dabei habe ich Inhalte aus verschiedenen von mir erprobten Fachrichtungen aufgegriffen und diese mit meinen Erfahrungen und von mir entwickelten Ansätzen kombiniert. Das Konzept umfasst Aspekte aus der Verhaltenstherapie, der Motivations- und Lernpsychologie, der Bindungsforschung und der familiensystemischen Arbeit. Eine Stärke liegt darin, dass alle Altersgruppen durch beide Konzepte abgedeckt werden, vom Säugling über den Jugendlichen bis zum Erwachsenen.

Bei der Arbeit mit diesem Therapie- und Trainingskonzept gehe ich davon aus, dass alles mit allem verbunden ist. Man kann weder Personen noch Verhalten oder Probleme isoliert sehen.

Ein zentrales Arbeitsmittel in meiner Arbeit ist die videogestützte Arbeit. Dort werden Dinge sichtbar gemacht, die außerhalb unserer bewussten Wahrnehmung liegen. Die Beobachtung und Reflexion des eigenen Verhaltens ist eines der wichtigsten Puzzlestücke, um Verhaltensmuster zu verändern.

Die Bindungsarbeit und die verhaltenstherapeutisch-systemorientierte Arbeit sind Grundpfeiler dieses Konzeptes. Bei der Bindungsarbeit gilt: Je sicherer ein Kind gebunden ist, desto sicherer kann es sich entwickeln.

Verhaltenstherapeutisch-systemorientierte Arbeit ist wichtig, da die Analyse eines Verhaltens allein nicht genügt. Wenn man nur auf das Verhalten schaut, aber nicht die zugrundeliegenden Muster eines Menschen erkennt, greift die Analyse zu kurz. Wenn die Muster der Kinder, die sich „verhaltensauffällig“ zeigen, weil sie sich durch das System so verhalten müssen, nicht erkannt werden, so ist es schwierig, zielführend und gut zu arbeiten. Meist handelt es sich um gelernte und weitergegebene Muster in Familiensystemen, die oft über Generationen hinweg bestehen bleiben.

Stellen Sie sich beispielsweise folgende Situation vor: Die Mutter soll dem Kind in Mathematik helfen, weil es in diesem Fach schwach ist. Sie hat eine große Abneigung gegen Mathematik, weil sie selbst nie gut darin war. Die innere Abwehrhaltung der Mutter wird sich auf das Kind übertragen und die gemeinsame Arbeit wird sehr mühsam sein oder sogar scheitern.

Einen Blick auf das System zu werfen, in das eine Person hineingeboren ist, ist für mich als Therapeutin in dieser Ganzheitlichkeit unumgänglich. Es wirft für die Klienten Fragen auf. Zum Beispiel: Wie stehe ich heute in meinem Leben? Was macht mir Angst? Was stresst mich innerlich? Wie bin ich selbst als Kind groß geworden? Welche Assoziationen habe ich in Bezug auf meine eigene Kindheit? Ist es nur mein Kind, das mich stresst, oder liegt der Auslöser vielleicht doch woanders, etwa in meiner eigenen Vergangenheit?

### **Es geht um den Menschen als Individuum**

Diese Fragen zeigen, dass es um den Menschen als Individuum geht. Das LOVT/TeBa-Konzept ist ein Handwerkskoffer, in dem sich ganz viele unterschiedliche Dinge befinden. Als Therapeut ist es sehr wichtig, dass man die Möglichkeit hat, aus einer reichen Sammlung an „Material“ das geeignete für dieses eine Kind zu finden. Jedes Kind ist einzigartig, weshalb ich es grundlegend für wichtig halte, nicht ein Kind mit dem anderen zu vergleichen. So kann ich z. B. bei dem einen Kind mit Rechenschwäche sehr gut mit dem Konzept „Yes, we can!“ arbeiten, wenn die motorischen Fähigkeiten da sind, um die Hände miteinzubeziehen. Bei einem anderen Kind wiederum, welches keine Hände hat oder derart motorisch beeinträchtigt ist, dass es sie nicht miteinbeziehen kann, brauche ich einen anderen Zugang und muss mir ein anderes mathematisches Konzept überlegen. Die notwendige Frage, die ich mir auch stellen sollte – vor allem, wenn viele Ratschläge und Ideen mich fast erschlagen, – ist jene, ob für dieses Kind nun die Mathematik wichtig ist oder etwas anderes. Und wenn ja, was ist es dann? Meiner Meinung nach darf man einfach nie starr werden in dem, was man tut. Damit vermeidet man auch, es sich zu einfach zu machen. Es ist so wichtig,

---

dass ich für dieses eine Kind und diese eine Familie den bestmöglichen Ansatz finde, damit sie die optimale Unterstützung erhalten.

Der Inhalt meines Konzeptes ist nicht die Symptombehandlung. Es geht vielmehr um die Frage; „Warum zeigt das Kind dieses Verhalten?“ Das LOVT/TeBa-Konzept ist ein ganzheitlicher Ansatz, wie vorhin beschrieben. Es geht darum herauszufinden, welche Not das jeweilige Kind hat, dass es sich zurzeit auf diese Weise verhält. So eine Not sollte ich weder mit Ignoranz bestrafen noch mit Aufmerksamkeit belohnen. Ich kann aber hinschauen, an welcher Stelle ich dem Kind helfen kann und welche Ursache dieses Verhalten hat. Es gibt eine ganze Reihe von möglichen Ursachen. Es kann ein Verhaltensmuster, aber auch gespiegeltes Verhalten, Über- oder Unterforderung, eine unsichere Bindung ursächlich für das gezeigte Verhalten sein. Das Verhalten des Kindes dann zu ignorieren, sich wegzudrehen und ihm den Blickkontakt zu entziehen, weil es sich so oder so verhält, ist für ein Kind oftmals eine sehr große Verletzung. Weitere Details dazu finden Sie im Kapitel 2.3. Zielvorstellungen. Also, dranbleiben!

Menschen, die eine Schwierigkeit haben oder die sich in schwierigen Situationen befinden oder sich schwierig verhalten, sind nie allein. Sie sind Teil eines Systems, in dem sie leben, und dieses System muss betrachtet und unterstützt werden. In weiterer Folge muss mit den Beteiligten dieses Systems gearbeitet werden. Nur dann kann Veränderung eintreten. Die wichtigste Möglichkeit, die jeder hat, ist die, aus seinem mitgegebenen Potential das Bestmögliche zu machen. Das bedeutet, das Potential aus seinem Leben für ein erfülltes Leben zu nutzen. Das Ziel ist die größtmögliche Eigenständigkeit und Selbstständigkeit für die jeweilige Person. Das wünschen wir uns doch alle, nicht wahr? Um das zu erreichen, bedarf es eines Umfeldes, mit dem man in Interaktion treten und in dem ein gutes Miteinander aufgebaut werden kann. Neben der Interaktion und dem Miteinander gehört auch dazu, sich in der Gruppe, in der man sich befindet, wohlfühlen.

Bei etlichen Menschen ist das mitgegebene Potential nicht immer gleich für jeden ersichtlich. Manchmal muss man es trainieren, geradezu herauskitzeln. Manchmal braucht derjenige, der sein Potential ein wenig versteckt, einen Motivator. Dieser versucht dann, diesem Menschen wie ein Gärtner zu begegnen: das sich entwickelnde Pflänzchen zu hegen und zu pflegen.

Es mit viel Geduld und Liebe zum Blühen oder zur Ernte zu begleiten. Als Eltern, Lehrer, Therapeut oder Arzt begleiten wir Menschen ein Stück auf ihrem Weg.

Kinder und deren Seelen sind dabei für mich ganz zarte Pflänzchen, die einfach erstmal nur wachsen. Sie wachsen aber nur so, wie wir sie auch wachsen lassen. Neben den gegebenen Einschränkungen, z. B. durch eine Behinderung, hat die familiäre Prägung einen großen Einfluss auf die Entwicklung. Ich bin der Meinung, wenn Kinder in ihrer Entwicklung „krumm wachsen“ oder sich nicht richtig entwickeln, gibt auch das Umfeld nicht das Licht oder die nötige Energie, die sie brauchen, um sich entwickeln zu können und kraftvoll zu werden. Man weiß, dass bei Kindern, die bereits mit einer Einschränkung auf die Welt kommen, viele Eltern sehr betroffen, manchmal sogar traumatisiert sind und erstmal Schwierigkeiten haben, das Kind so anzunehmen. Gleichzeitig haben diese Eltern große Verlust- und Zukunftsängste. Ihre Kinder werden von Anfang an anders betrachtet, der Umgang mit ihnen ist ein anderer und manchmal muss das auch so sein. Es gibt Faktoren wie schwierige Geburten oder Traumata, die sich rund um die Geburt abspielen, Frühgeburten, Schwierigkeiten mit der Nahrungsaufnahme, manche Kinder haben große Herz-Operationen vor sich usw. Es kommt vieles zusammen, was für diese zarten Kinderseelchen und auch ihre Familien erstmal nicht einfach zu verarbeiten ist. An den Kindern geht dies nicht spurlos vorbei. Denn Kinderhirne spüren in dieser Situation: „Fühlt es sich gut oder schlecht an?“, und: „Bekomme ich Halt oder bekomme ich keinen Halt?“ Diese frühen Wahrnehmungen erschweren die Situation unvermeidlich für das Kind, oft von Anfang an. Auch im späteren Leben von Kindern gibt es immer wieder Situationen, die nicht immer so einfach weggesteckt werden können. Kinderseelen sind sehr verwundbar. Wenn man als Erwachsener vielleicht manchmal denkt: „Oje, dieses Kind verhält sich so auffällig oder aggressiv oder zurückgezogen“, dann tut es dies, weil es eine unglaublich verwundete Kinderseele ist.

## Das Besondere am LOVT/TeBa-Konzept

Mein Konzept baut auf der Grundlagenforschung der Lernpsychologie auf, und dies wesentlich stärker, als andere Ansätze oder Programme es tun.<sup>1</sup> In der psychologischen Grundlagenforschung der letzten 30 bis 40 Jahre hat man herausgefunden, dass die Basis für das Lernen und damit auch für die Arbeit in der Therapie als Gesetzmäßigkeit gilt. Das bedeutet, dass diese Gesetzmäßigkeiten wieder und wieder überprüft worden sind und als absolut zuverlässig zu werten sind. Es handelt sich hier um Ergebnisse, die in der Forschung breite Anerkennung finden.

Im LOVT-Konzept ist die Beziehung zwischen den Mitgliedern des Systems, in dem der Therapeut auch ein Teil ist, ein wesentlicher Bestandteil. Dabei nutzen wir die Beziehung unter besonderer Berücksichtigung der Forschung, denn diese liefert uns wesentliche Informationen: Wie werden bewusste und unbewusste Signale in der Kommunikation verarbeitet? Dem ungeschulten Beobachter ist oft gar nicht bewusst, ob gerade eine unbewusste Verarbeitung abläuft. Mit Hilfe des LOVT/TeBa-Konzepts kann die Perspektive auf das, was passiert, erweitert werden. Durch die Auswertung von Videomitschnitten z. B. in familiären Systemen, Therapiesituationen oder Schulsituationen können sich die Beteiligten ganz genau ansehen, was gerade passiert, und sich das Unbewusste bewusst machen. Dadurch entsteht die Möglichkeit, Verhalten danach entsprechend zu verändern. Sowohl Klient als auch Therapeut können dabei zusehen und lernen zu verstehen.

Eigensteuerung und Selbstkontrolle sind ebenfalls wichtige Eckpfeiler im LOVT-Konzept. Egal ob mit Schul- oder Fördermaterial, in der Therapie, im Kindergarten oder in der Schule – immer ist es ein wesentlicher Punkt, dem Kind ein Teil der Kontrolle über die Aufgabe zu geben, die es bewältigen soll. Das Kind soll die Dinge, die gelernt werden sollen, auch auf Dauer beherrschen. Hier setzt ein wichtiger Punkt an für die beteiligten Erwachsenen: Wir müssen uns im Klaren sein, dass wir ausstrahlen, was wir denken. Die unbewusste Verarbeitung ist nicht nur extrem schnell, sondern auch erschreckend ehrlich und gnadenlos. Wenn ich jemandem bei-

---

1 Lefrancois, Guy R.: *Psychologie des Lernens*. Springer, Berlin 2015.

spielsweise sage: „Ich glaube, du schaffst das!“, dann funktioniert das nur, wenn ich es auch spüre. Wenn ich unbewusst meine, dass mein Gegenüber die Anforderung bestimmt nicht schafft oder sich gleich wieder verweigert, dann wird der Lernerfolg ausbleiben.

Die Beziehung zwischen Kind und Eltern oder Kind und Therapeut ist die Grundlage für eine gelingende gemeinsame Arbeit. Über die Beziehung lässt sich ein gemeinsames Ziel aufbauen. Beim Lernen kann das Kind nur die Sachen gut schaffen, die ihm wichtig sind. Wenn dieses Ziel vom Kind verinnerlicht wird, entsteht eine große biologische Kapazität. Damit ist gemeint, dass das Kind mit seinem ganzen Sein, also seiner körperlichen Energie, seiner Motivation, seiner Konzentration bei der Sache ist. Wenn wir diese Zusammenhänge zwischen Beziehung, Ziel und Motivation beachten und wichtig genug nehmen, dann stellt unser biologisches System Möglichkeiten zur Verfügung, die wir sonst nicht haben.

Wir sprechen z. B. davon, dass wir schneller lernen, wenn die Motivation stimmt. Es wird aber in der Regel nicht ausreichend geklärt, wie das funktioniert und was das Gehirn genau macht, damit wir motiviert entsprechend schneller lernen. Wenn wir als Lehrer, Ärzte, Therapeuten und Eltern diesen hochkomplexen Vorgang begreifen, erfassen wir ganz wesentliche Bausteine in Lern- und Veränderungsprozessen: Motivierte Kinder lernen schneller und besser, weil sie ein Ziel vor Augen haben. Man nennt diesen Zusammenhang auch zielorientierte Adaption von Eigensteuerung. Wenn wir uns als grundlegendes Ziel setzen, dass ein Kind ein positives Gefühl entwickelt, sobald es etwas fertig gestellt hat, dann wird dieses Kind ganz unbewusst dieses Gefühl in einem anderen Durchlauf wieder erreichen wollen. Dieses Thema wird im Kapitel 2.1.2. Motivationspsychologie vertieft und anhand praktischer Beispiele erklärt.

## 1.1. Zielgruppen des LOVT/TeBa-Konzepte

Diese Buch richtet sich an Pädagogen, Therapeuten, Ärzte, Eltern, Betroffene und am Thema Interessierte. Ganz bewusst habe ich mich dazu entschieden, eine Sprache zu verwenden, die für möglichst jeden verständlich ist.

### 1.1.1. Pädagogen, Therapeuten, Ärzte

Die Zielgruppe aus psychosozialen Berufen ist sehr geschult, erfahren und kompetent in ihrer Profession und besitzt Wissen auf vielen Gebieten des eigenen Interesses. Ich biete den Pädagogen, Therapeuten und Ärzten an, hinzuschauen und die Gelegenheit zu nutzen, bekannte und manchmal auch festgefahrene Denkansätze und Methoden zu hinterfragen, offen für Neues zu sein oder eine gute Übersicht und Zusammenfassung als Wiederholung zu nutzen. Das Buch bietet einen guten Einblick in das Konzept LOVT/TeBa, wann und wie es zum Einsatz kommt und was die Basis dafür ist. Es gibt aber auch Einblicke zu Themen, die manchen bisher unbekannt sind, und öffnet hoffentlich für Themen, die in dieser Klarheit noch nicht bewusst waren.

Da nach meiner Auffassung jeder ein Teil des jeweiligen Beziehungssystems ist, sind nicht nur die Kinder oder Jugendlichen, sondern auch deren Familien oder auch professionell geschulte Personen betroffen und beteiligt an der Entstehung und dann aber auch an der Veränderung der schwierigen Situation, die sich durch das eigene Kind, anvertraute Personen oder Klienten zeigt.

### 1.1.2. Eltern und Betroffene

Eltern wollen immer das Beste für ihr Kind als Ausdruck ihrer liebevollen Zuwendung. Gleichzeitig stehen sie damit unter einem hohen Druck.

Ich beobachte, dass Eltern oft in einem System leben, in dem permanent verglichen wird. Man muss scheinbar „beweisen“, dass man alles gut schafft.

Wenn dann Dinge bei Kindern auftreten, die nicht passen, nimmt man sie zwar häufig wahr, wartet jedoch zu lange, um sich Hilfe zu holen. Man will es sich nicht eingestehen. Sie wissen ja – der Vergleich mit anderen! Wenn Sie selbst in der Situation sind und ein Kind haben, welches sich nicht konzentrieren kann, Lernschwierigkeiten hat, aggressiv und ablehnend ist, eine Behinderung hat, immer wieder Verhaltensweisen zeigt, die für Sie nicht in Ordnung sind, mache ich Ihnen Mut, sich Unterstützung zu holen. Auch dieses Buch will Sie in Ihrer Situation begleiten und wird vielleicht für manche Aha-Erlebnisse sorgen. Ich möchte Sie herausfordern, nicht nur das Verhalten Ihres Kindes, sondern die Zusammenhänge in Ihrer Familie in den Blick zu nehmen und neue Lösungswege zu beschreiten.

### 1.1.3. Babys, (behinderte) Kinder und Jugendliche



Das Konzept wurde für alle Altersgruppen, vom Baby über Kinder, Jugendliche, bis hin zu Erwachsenen entwickelt. Es inkludiert jeden und schließt niemanden aus. Jede Altersgruppe findet ihren Platz beim LOVT/TeBa Konzept, unabhängig von jeglichem Stand der körperlichen oder geistigen Entwicklung.

Einer der Schwerpunkte in meiner Arbeit liegt auf den Themen Down-Syndrom, Autismus und Trauma. Viele Kinder, Jugendliche oder Erwachsene mit den genannten

Beeinträchtigungen und deren Bezugspersonen kommen in meine Praxis. Mit diesen Klienten arbeite ich in einem breiten Spektrum. Es umfasst handlungsorientierte Gesprächstherapie, die Arbeit mit dem LOVT/TeBa-Konzept und Lerntrainings sowie Sommer- und Wintercamps. Über sämtliche Bereiche erfahren Sie etwas in den weiteren Kapiteln. Mein Ziel ist es, dass Betroffene und ihre Familien durch das LOVT/TeBa-Konzept in dieser



Breite Förderung und Beratung erfahren. Daher schule ich auch in unterschiedlichen Einrichtungen und begleite Fachleute auf dem Weg, ihr Repertoire und ihren Blick im Sinne ihrer Klienten zu erweitern.

## 1.2. Grundlagen des LOVT/TeBa-Konzeptes

Sie wissen bestimmt, dass es viele Wege gibt, um ans Ziel zu kommen. Ein paar Wege sind sicher für jeden vorgezeichnet und doch wird jeder Einzelne, abhängig von seiner eigenen Lebensgeschichte, auch seinen ganz eigenen individuellen Weg finden. Den einzig gültigen Weg gibt es dabei nicht, da niemand genauso ist wie ein anderer. Jeder Mensch hat seine eigene Vergangenheit, die ihn geprägt hat. Geschwister mit denselben Eltern entwickeln sich so unterschiedlich und sind meist auch in ihren Charakterzügen ganz verschieden. Es macht aber auch einen Unterschied, ob wir in einer bergigen Umgebung oder am Meer bzw. im Flachland aufwachsen. All das prägt uns. Ganz besonders aber prägt uns die Bindung zu unseren Eltern oder unseren Bezugspersonen. Mehr zum Thema Bindung finden Sie im dritten Kapitel.

Auf den Punkt gebracht: Ich bin der Überzeugung, dass es bestimmte Gesetzmäßigkeiten für die Entwicklung jedes Einzelnen gibt. Das zeigen auch die Forschung, Entwicklung und Erkenntnisse. Außerdem bin ich durch die jahrelange intensive Arbeit mit meinen Klienten zu der Überzeugung gelangt, dass es da, wo Probleme auftreten, für jeden Menschen eine individuelle, maßgeschneiderte Lösung gibt.

Mit dem LOVT/TeBa-Konzept habe ich zwar das Rad nicht neu erfunden, aber ganz verschiedene Speichen in dieses eingefügt. Wo sich Ansätze in der Praxis bewährt und weiterentwickelt haben, sind sie Teil dieses Konzepts geworden. Und wissen Sie, was an diesem Konzept so besonders ist? Wir sehen den Erfolg sehr schnell und beinahe unmittelbar. Und das steigert die Motivation bei allen Beteiligten enorm!

Das LOVT/TeBa-Konzept kommt neben der täglichen Arbeit in der Praxis bereits seit vielen Jahren in meinen Seminaren, Vorträgen und Ausbildungen, auch über die Grenzen Deutschlands hinaus, zur Anwendung.

Bei meiner täglichen Arbeit mit Klienten widme ich mich ganz besonders Kindern mit Beeinträchtigungen und deren Eltern bzw. Angehörigen. Sowohl Eltern, Therapeuten, Pädagogen und Ärzte haben mich bestärkt, die Vorträge und Erfahrungen in einem Buch zusammenzufassen, sodass es von Klienten und Teilnehmern noch einmal nachgelesen und vertieft werden kann und außerdem einem breiteren Publikum zugänglich gemacht wird.

Dieses Buch bietet einerseits die Chance, das Gehörte oder Erfahrene noch einmal Revue passieren zu lassen und zu vertiefen. Andererseits bietet es in manchen Bereichen eine Unterstützung für Fachleute in ihrer Arbeit. Um es gleich vorwegzunehmen: Das Buch soll dazu anregen, über sich selbst nachzudenken und sich zu reflektieren, sein eigenes Verhalten zu überdenken und bei Bedarf etwas zu verändern. Ich möchte Sie direkt ansprechen, mit Ihnen in einen Dialog eintreten, Erfahrungen, Geschichten und Emotionen erzählen. Und obwohl ich hin und wieder nicht umhinkomme, ein bisschen Theorie einfließen zu lassen, möchte ich, dass das Buch lebendig bleibt. Für Forschungsergebnisse und verschiedene Theorien zu unterschiedlichen Themen gibt es eine Reihe ganz wunderbarer Bücher. Viele davon sind mir bestens bekannt und sind auch eine wichtige Basis für dieses Buch. Ich möchte mich mehr auf das Leben an sich konzentrieren, mit all seinen individuellen Herausforderungen, und dazu aus der Praxis berichten.

Wenn Sie sich mit Ihren Herausforderungen in dem einen oder anderen Satz, Kapitel oder Beispiel sehen und Fragen haben oder Unterstützung benötigen, dann stehen Ihnen ausgebildete Fachkräfte im In- und Ausland zur Verfügung. Diese finden Sie aufgelistet auf meiner Website [www.lovt-teba-berndt.de](http://www.lovt-teba-berndt.de).

In jeder Zeile dieses Buches steckt mein ganzes Herzblut, stecken Unmengen an Motivation, viel Empathie und Engagement und eine ganz besondere Liebe zu meiner Arbeit mit Menschen ... Und natürlich hundertprozentiges Vertrauen in das LOVT/TeBa-Konzept.

*Ihre Sabine Berndt*

*Hier noch ein paar Zeichen, denen Sie immer wieder begegnen werden:*



Achtung, besonders wichtig!



Eine Studie, ein Bericht oder ein Beispiel aus der Praxis.



## 2. LOVT – Lösungsorientiertes Verhaltenstraining

### 2.1. Wurzeln des LOVT-Konzeptes

#### 2.1.1. Die Systemtheorie

Die Systemische Therapie bzw. *Familientherapie* entstand in den 1970er Jahren. Familientherapie – wie der Name schon sagt – bezieht immer die ganze Familie mit ein. Gemeinsam wird nach Lösungen gesucht – sie ist also *lösungsorientiert*. Das bedeutet, dass der Blick auf das Ziel gerichtet ist. Gemeinsam mit dem Klienten wird herausgefunden, welche Teilschritte nötig sind, um ein vereinbartes Ziel zu erreichen. Die Familientherapie arbeitet mit den Beziehungen untereinander und jenen zur Umwelt, also allen, mit denen die Familie oder das Kind in Beziehung stehen (Lehrer, Ärzte und Therapeuten, Ämter oder Vereine usw.).



Doch was ist ein „System“? Es kann die Familie sein, aber auch die Schule, der Arbeitsplatz oder der Sportverein.

- Es geht also um die Gesamtheit eines Systems.
- Und es geht darum, die Lösung im Blick zu haben und nicht das Problem an sich.
- Probleme werden nicht als Störung gesehen, sondern als Folge einer Störung im Umfeld des Klienten, also im System.
- Der Auftrag bzw. das Ziel des Klienten stehen im Mittelpunkt und nicht ein Ziel, das der Therapeut vorgibt.

Besonders wirksam wird die systemische Therapie bei Drogenproblemen und Essstörungen eingesetzt, aber auch bei Störungen des Sozialverhaltens, Suchtverhalten unterschiedlicher Ausprägung, Hyperaktivitätsstörungen sowie schweren psychischen Krisen wie z. B. Panikattacken, Ängsten, Depression, Trennung.<sup>2</sup>

Um Ihnen deutlich zu machen, welche Perspektiven den systemischen Ansatz prägen, möchte ich Ihnen gerne die *fünf Freiheiten* von Virginia Satir vorstellen.<sup>3</sup> Sie war eine der renommiertesten amerikanischen Familientherapeutinnen des 20. Jahrhunderts.

---

2 Sydow, Kirsten, Beher, Stefan, Retzlaff, Rüdiger, Schweitzer, Jochen: *Die Wirksamkeit der Systemischen Therapie/Familientherapie*. Hogrefe, Göttingen 2006.

3 [https://de.wikipedia.org/wiki/Virginia\\_Satir#Menschliche\\_Freiheiten](https://de.wikipedia.org/wiki/Virginia_Satir#Menschliche_Freiheiten) (aufgerufen am 31.05.2021).

### Die fünf Freiheiten

Die Freiheit, zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist,  
anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.

Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke,  
und nicht das, was von mir erwartet wird.

Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen,  
und nicht etwas anderes vorzutäuschen.

Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche,  
anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.

Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen,  
anstatt immer nur auf Nummer sicher zu  
gehen und nichts Neues zu wagen.

Ich stimme den Worten von Virginia Satir vollkommen zu. Sie sind so einfach und dennoch fällt es uns oft schwer, sie umzusetzen und danach zu handeln. Immer wieder stoßen wir an unsere Grenzen, um *wir selbst* zu sein. Wenn man bedenkt, dass man mit sich selbst die längste Beziehung seines Lebens eingeht, so ist man doch oft nicht sehr achtsam mit „seinem Partner“ – also mit sich selbst – unterwegs.

„Nur wenn ich gut bei mir bin, kann ich auch gut beim Anderen sein!“

(Viktor Frankl)

### 2.1.2. Die Motivationspsychologie

#### Ohne Ziel KEINE Motivation

Verhalten ist immer zielgerichtet und doch in der Regel unbewusst, d. h. die größten Teile dieser Zielsetzungen sind unbewusst, und nur einige davon werden uns bewusst. Durch diese Erkenntnis der Ziele können wir viel eher erkennen und definieren, wo die Probleme liegen.

Zu jedem Ziel gehört ein Ausführungsprogramm, d. h. wir entscheiden, wie wir etwas umsetzen und wie wir uns dem Ziel nähern.



### Beispiel

Stellen wir uns vor, dass Manuela gerne Menschen kennenlernen und in Kontakt kommen möchte. Dieses Ziel ist einem anderen Ziel untergeordnet, nämlich jenem, eine bestimmte Art von Leben führen zu wollen: eingebunden und vernetzt in die Gemeinschaft anderer Menschen. Dem ist ein generelles Oberziel übergeordnet, wie es jeder Mensch hat: Manuela hat das Ziel, ein angenehmes Leben zu führen, d.h. sie hat eine Hierarchie von Zielen. Bleiben wir aber bei dem bewussten Ziel: „Ich möchte Menschen kennenlernen“.

Das Ausführungsprogramm sieht bei Manuela so aus, dass sie, wenn sie auf Menschen zugeht, keinen Blickkontakt aufnehmen kann. Warum? Es wäre doch mit Blickkontakt einfacher. Damit tut



sich Manuela sehr schwer. Sie hat zwar das Ziel, Menschen kennenzulernen, aber das Ausführungsprogramm verhindert, dass sie ihr Ziel umsetzen kann. Hier liegt das Problem nicht in der Zielsetzung und auch Motivation wäre genug da. Gleichzeitig entsteht ein ganzer Kreislauf von Missverständnissen. Menschen, die Manuela begegnen, sehen die Motivation und das Ziel von Manuela nicht. Sie deuten den fehlenden Blickkontakt möglicherweise als Desinteresse oder Zurückhaltung und wenden sich ab. Das wiederum wird Manuela frustrieren, da die Kontaktaufnahme nicht gelingt.

In einer Therapiemaßnahme werden diese Zusammenhänge zum Beispiel durch eine Videoanalyse sichtbar gemacht und näher besprochen. Manuela will ja andere Menschen kennenlernen und trägt dieses Ziel schon in sich. Die Arbeit in der Therapie zielt also auf Änderungen am Ausführungsprogramm ab, d. h. sie wird in der Therapie über Rollenspiele lernen, Blickkontakt aufzunehmen. Und wenn sie das tut, wird sie erfahren, dass es mit neuen Kontakten leichter ist und neue, positive Kreisläufe entstehen.

Auf das Lernen übertragen, bedeutet das, dass sich die Ziele und die Ausführungsprogramme beeinflussen lassen. Durch die Interaktion zwischen den Beteiligten werden Ziele vermittelt und festgelegt. Dabei lassen sich sowohl positive als auch negative Kreisläufe beschreiben.



### Beispiel

Nehmen wir eine unsichere, ängstliche Mutter als Beispiel. Diese Unsicherheit geht nicht einfach so von der Mutter auf das Kind über. Es gibt einen sogenannten Transportweg, welcher eindrücklich beschreibt, was geschieht: Eine ängstliche Mutter reagiert bei einem Kind auf Signale, die mit Ängstlichkeit verbunden sind, überdimensional stark. In der Folge gibt sie ihrem Kind bei Angstreaktion so viel Zuwendung, dass es dahin gesteuert wird, sich ängstlich zu geben. Das hat zur Konsequenz, dass wir das Kind bald als wirklich

ängstliches Kind erleben oder als eines, das Angstsymptome vorgibt und im Kern gar keine Angst hat, aber Vorteile in der Aufmerksamkeit der Mutter sieht.

Wenn eine Mutter Schwierigkeiten in der Wahrnehmung der eigenen Gefühle und denen des Kindes hat, kann es sein, dass das Kind nur geringfügig ängstlich reagieren muss, um Signale zu senden, auf die die Mutter reagiert. Wenn die Mutter besonders leicht auf Ängstlichkeit reagiert und für diese besonders feine Antennen hat, dann produziert das Kind nur ein paar wenige Signale. Es genügt dann, wenn dieses Kind die Stirn ein bisschen sorgenvoll in Falten legt oder die Stimmlage ins Jammern verändert. Sofort wird die ängstliche Mutter reagieren. Was denkt sie in diesem Moment? Vermutlich, dass das Kind jetzt Angst hat, und sie wird es mit Zuwendung belohnen. Damit verstärkt sie aber gleichzeitig die Angst des Kindes. Sie sehen, es ist in diesem Beispiel ein Teufelskreis entstanden.

## Modelllernen

Eine weitere wichtige Lerntheorie ist das Modelllernen nach Albert Bandura u. a. Dabei ahmt der Lernende das beobachtete Verhalten anderer nach, unabhängig davon, ob diese gerade anwesend sind oder nicht.

In der Regel hat jeder unglaublich viele Modelle: Stellen Sie sich einmal ein Kind vor, das zuhause von den Eltern erzogen wird und in den Kindergarten geht. Mit Omas und Opas hat es Kontakt, es spielt mit anderen Kindern im Hof. Außerdem darf das Kind gelegentlich fernsehen. Dieses Kind hat eine Menge Modelle zur Verfügung. Es geht also nicht darum, wie das Kind an Modelle kommt, sondern welches Modell es sich aussucht und wie es dieses übernimmt. Bei seiner Wahl ist das Kind jedoch nicht frei, sondern erlebt auch hier Verstärkung in Form von Belohnung oder Bestrafung. Es bleibt gelenkt durch die Reaktionen auf das gezeigte Verhalten.

Sollte es vorkommen, dass kein Modell zur Verfügung steht, greifen Modelle der Eigenbelohnung.

Hat das Kind beim Thema „Konflikt lösen“ ein Modell, so übernimmt es dieses, speichert es ab und probiert es dann aus. An der Reaktion der Eltern merkt dieses Kind dann, wofür es am meisten belohnt wird. Kinder lernen Konfliktlösung zunächst durch die Eltern. Wenn das Kind beispielsweise Aufmerksamkeit für das Schubsen bekommt, schubst es weiter. Warum? Weil es Aufmerksamkeit erfährt. Auch negative Aufmerksamkeit zählt für das Kind. In dieser Situation geschieht im Gehirn die meiste Dopaminausschüttung. Dieses Verhalten zeigt das Kind von nun an immer öfter, unabhängig davon, ob das Verhalten sozial erwünscht ist oder nicht. Sollte das Verhalten nicht von anderen mit einer Reaktion positiv oder negativ verstärkt werden, wählt das Kind bei einem erneuten Konflikt ein Verhalten, dass für es selbst angenehme Ergebnisse mit sich bringt. Es belohnt sich selbst. Das ist zunächst nicht negativ, sondern wertfrei zu sehen. Denn jeder möchte ein angenehmes Leben führen und ordnet dementsprechend seine Ziele.



Am Beispiel der Prägung von Mädchen und Jungen lassen sich die einengenden Begrenzungen des Modelllernens in manchen Bezügen zeigen: Oft heißt es: Mädchen sind klein und süß, Jungen sind mutig und stark. Man kann am Verhalten der Kinder gut sehen, wenn sie keine eigene Freiheit haben, sich ihrer Persönlichkeit entsprechend zu verhalten. Sie werden in diese Verhaltensmuster geschoben. Die Kinder werden hinsichtlich dieser Modelle von den Eltern bedient: Mädchen werden Worte wie rosa und lieb zugesprochen und Jungen sollen mutig sein und nicht weinen, denn schließlich gilt: Ein Indianer kennt keinen Schmerz. An dieser Stelle findet das Modelllernen für späteres „sich als Frau oder Mann fühlen“ statt. Genau hierbei gehen Eltern oder andere Bezugspersonen über die Seele des Kindes hinweg. Was lernt das Kind? Es lernt, dass es nur positive Zuwendung erhält, wenn es stark und mutig ist oder lieb und süß.

Das Transportmittel für Verhalten ist immer Belohnung und Bestrafung und lässt den Kindern keine andere Möglichkeit, sich für oder gegen ein Modell zu entscheiden, da sie in diesem Fall gar keine

Entscheidungsfreiheit haben. Vielen Eltern fällt es schwer, das zu glauben. Doch beobachten und reflektieren Sie sich, werden Sie merken: Die Kinder können sich hier nicht frei entscheiden.

Die Evolution hat sich im Grunde eine unglaublich einfache Struktur ausgedacht, um derart komplizierte Dinge zustande zu bringen. Wenn es um Steuerung, Zielsetzungen und Ausführungsprogramme geht, haben wir es auch mit dem Mechanismus von Belohnung und Bestrafung zu tun, und das bereits ab der 30. Schwangerschaftswoche. Zu diesem Zeitpunkt ist dieser Mechanismus bereits ausgereift. Hier findet schon vorgeburtliches Lernen statt. Nicht nur im Sinne von Speicherung, wenn das Baby im Bauch eine bestimmte Musik wiedererkennt, sondern auch durch Interaktion. Wohlgemerkt: vorgeburtlich! Denken Sie beispielsweise an das Strampeln des Babys im Bauch – die Mutter legt die Hand auf den Bauch und redet – das Kind lernt dadurch, dass es die Mutter steuern kann.

## 5. Eindrücke und Angebote

### LOVT Camps und LOVT Skicamps

Eine speziell auf die Bedürfnisse von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Down-Syndrom abgestimmte LOVT Camp-Woche ist eine besondere Möglichkeit für Eltern und Kinder. Unterstützt werden Sie in dieser Zeit von einem Team erfahrener Therapeuten und Trainer.

Die LOVT Camps bieten Familien die Gelegenheit zu einer Auszeit mit Gleichgesinnten. Einmal durchatmen und nicht „die Familie mit dem speziellen Kind“ sein. Die Kinder haben Gelegenheit, mit Unterstützung des LOVT-Konzeptes positive Erfahrungen im Zusammensein mit anderen Kindern in der Gruppe zu machen. Die Eltern lernen neue Handlungsansätze kennen und können diese direkt anwenden. Die ganze Familie profitiert von diesen neuen Erfahrungen. Familien erleben eine tolle Zeit in erholsamer Umgebung, tanken Kraft, treffen alte Freunde wieder und finden neue.





### **Schulungsangebote für Fachleute und Betroffene**

Neben der Beratungsarbeit biete ich verschiedene Seminare und Weiterbildungen zu LOVT/TeBa an. Diese Angebote richten sich sowohl an Fachkräfte, die sich weiterqualifizieren möchten, als auch an Betroffene, die sich informieren möchten oder gezielt Hilfe suchen.

*[www.lovt-teba-berndt.de](http://www.lovt-teba-berndt.de)*





## 6. Literaturtipps

- Kopp-Duller, Astrid, Pailer-Duller, Livia R.: *Training der Sinneswahrnehmungen im Vorschulalter: Erfolgreich einer Legasthenie und Dyskalkulie vorbeugen*. EÖDL-Verlag, Klagenfurt <sup>4</sup>2020.
- Alberti, Bettina: *Die Seele fühlt von Anfang an: Wie pränatale Erfahrungen unsere Beziehungsfähigkeit prägen*. Random House E-Book, 2014.
- Ayres, A. Jean: *Bausteine der kindlichen Entwicklung. Sensorische Integration verstehen und anwenden*. Springer, Berlin <sup>6</sup>2016.
- Bauer, Joachim: *Warum ich fühle, was du fühlst*, Heyne, München 2006.
- Bauer, Joachim: *Das Gedächtnis des Körpers*. Piper, München <sup>8</sup>2013.
- Becker-Stoll, Fabienne, Beckh, Kathrin und Berkic, Julia: *Bindung. Eine sichere Basis fürs Leben*. Kösel, München <sup>2</sup>2018.
- Birbaumer, Niels: *Dein Gehirn weiß mehr, als du denkst*. Ullstein, Berlin 2014.
- Blackmore, Sarah-Jayne und Frith, Uta: *Wie wir lernen. Was die Hirnforschung darüber weiß*. DVA, München 2006.
- Ekmekcioglu, Cem: *Drück mich mal. Warum Berührungen so wichtig für uns sind*. Westend, Frankfurt am Main 2015. (E-Book)
- Ekmekcioglu, Cem, Ericson, Anita: *Der unberührte Mensch*. edition a, Wien 2011. (antiquarisch oder <https://download.e-bookshelf.de/download/0004/0065/15/L-G-0004006515-0008055349.pdf>)
- Harms, Thomas: *Emotionelle erste Hilfe, Bindungsförderung – Krisenintervention – Eltern-Baby-Therapie*. Psychosozial-Verlag, Gießen 2016.
- Gerhardt, Sue: *Die Kraft der Elternliebe*. Patmos, Düsseldorf 2006. (antiquarisch)
- Grunwald, Martin: *Homo Hapticus. Warum wir ohne Tastsinn nicht leben können*. Droemer, München 2017.
- Janus, Ludwig. *Der Seelenraum des Ungeborenen*. Patmos, Düsseldorf 2007. (antiquarisch)

- Jansen, Fritz und Streit, Uta: *Positiv lernen. Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Mit Beiträgen zu Legasthenie und Dyskalkulie. Das IntraActPlus-Konzept.* Springer, Berlin <sup>2</sup>2006.
- Köhler-Saretzki, Thomas: *Sichere Kinder brauchen starke Wurzeln: Wegweiser für den Umgang mit bindungsbeeinträchtigten Kindern und Jugendlichen.* Schulz-Kirchner, Idstein <sup>2</sup>2016.
- Lefrancois, Guy R.: *Psychologie des Lernens.* Springer, Berlin <sup>5</sup>2015.
- Ruppert, Franz. *Seelische Spaltung innere Heilung.* Klett-Cotta, Stuttgart <sup>7</sup>2017.
- Ruppert, Franz: *Trauma, Angst und Liebe.* Kösel, München <sup>6</sup>2012.
- Reddemann, Luise: *Trauma.* Trias, Stuttgart 2007.
- Spitzer, Manfred: *Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens.* Springer Spektrum, Berlin 2007.
- Strüber, Nicole: *Die erste Bindung.* Klett Cotta, Stuttgart <sup>7</sup>2018.
- Uvnäs Moberg, Kerstin: *Oxytocin, das Hormon der Nähe.* Springer, Berlin 2016.
- Handbuch *Yes, we can!* 2011. Aus dem EU-Projekt *Yes, we can!* Zu beziehen über: Verein Hand in Hand, 8700 Leoben, Österreich (<http://www.downsyndromzentrum.at/Produkte/handbuch-yes-we-can.html>)
- [www.piaget.org](http://www.piaget.org)

## Nachwort

Es ist mir am Ende dieses Buches noch ein großes Bedürfnis, Ihnen zu erzählen, wie wichtig echte Freundschaften sind.

Vor vielen Jahren kreuzten sich Anitas, Utes und mein Weg in Österreich beziehungsweise Norwegen. Wir drei standen an so unterschiedlichen Punkten unseres Lebens und doch war sofort eine Verbindung zu spüren. Anita und Ute haben bei mir die Ausbildung zur LOVT-Trainerin gemacht, die eine in Leoben, die andere in Oslo.

Anita machte damals die Ausbildung im Down Syndrom Zentrum Leoben. Sie war dort eine äußerst engagierte Mitarbeiterin, die mit viel Herzblut das Café, den Cateringbereich mit den jungen Menschen mit Down-Syndrom, leitete. Vielleicht hatten Sie schon mal das Kochbuch oder die Bücher in leichter Sprache, die Anita mit viel Engagement verfasst hat, in der Hand. In dieser Zeit tauschten wir uns sehr intensiv aus und doch trennten sich unsere zunächst Wege wieder. Den Kontakt haben wir dennoch nie verloren. Es war der Beginn einer innigen und lebenslangen Freundschaft. Wir waren beide zu unterschiedlichen Zeitpunkten unseres Lebens mit denselben Menschen und den damit verbundenen Herausforderungen und Stolpersteinen konfrontiert. Man sagt ja, in schwierigen Zeiten erkennt man seine wahren Freunde. Dem stimme ich absolut zu. Unsere identischen Werte, die Ehrlichkeit, Empathie, Menschlichkeit, die Demut und Dankbarkeit, die wir dem Leben gegenüber empfinden, sowie ein Stück gemeinsame Vergangenheit, auch mit tiefen Verletzungen und Enttäuschungen, hat uns stark und zu denen gemacht, die wir heute sind. Manchmal verabschieden sich vermeintliche Freunde in schweren Zeiten, doch es kommen auch ungeahnt ganz besondere dazu. Sie sind eine Bereicherung, geben Halt und sorgen für jede Menge Lachen im Leben des anderen.

Anita war mir eine große Unterstützung beim Verfassen meines Buches. Wenn ich vor lauter Erzählen und Gedanken mit dem Schreiben nicht mehr hinterherkam, war sie an meiner Seite und hat mich unterstützt, meine Gedanken, mein Wissen in die passenden Sätze zu bringen. Wir beide sprechen dieselbe Sprache, und das in jeder Hinsicht.

Mit Ute arbeite ich nun seit 18 Jahren zusammen. Sie ist eine außergewöhnliche Physiotherapeutin, die mit viel Feingefühl und Herzenswärme Babys und ihre Mütter nach einem schwierigen Start ins Leben begleitet. Wir unterrichten in Norwegen zusammen, um die Wichtigkeit von Haltegeben und Sicherheit zu vermitteln. Bindung ist ein lebenslanges Band, an dem man immer arbeiten kann und sollte. Ute und ich inspirieren uns gegenseitig, wir spüren und nehmen Dinge wahr, die leider zu oft in der medizinischen Versorgung keine Rolle spielen und doch im späteren Aufwachsen Probleme entstehen lassen können. Die kleinen Seelen zu schützen, ist unsere Herzensangelegenheit.

Ich bin von Herzen dankbar für meine Familie. Durch meine drei Kinder konnte ich Erfahrungen als Mutter sammeln, die mir bei der Entwicklung des LOVT/TeBa-Konzeptes immer wieder neue Impulse gegeben haben. Außerdem möchte ich noch meiner Lektorin Sandra Zimmermann für die bereichernde und sich auf das Konzept einlassende Zusammenarbeit bedanken.

Wenn David Neufeld nach dem Lesen des Manuskripts nicht angerufen hätte und mich beim weiteren Weg meines Buches unterstützt hätte, würden Sie dieses Buch nicht in Ihren Händen halten. Vielen Dank, Herr Neufeld, für Ihr Vertrauen und Engagement.



## NEUFELD VERLAG

*Stellen Sie sich eine Welt vor,  
in der jeder willkommen ist!*



Wir sind ein unabhängiger, inhabergeführter Verlag mit einem ambitionierten Programm.

### **Menschen mit Behinderung bereichern!**

Sie haben etwas zu sagen und zu geben, zum Beispiel:

- ⑤ Sie erinnern daran, dass jeder Mensch *einzigartig* ist.
- ⑤ Sie zeigen, dass der *Wert* eines Menschen nichts mit seiner Leistungsfähigkeit zu tun hat.
- ⑤ Sie bremsen uns immer wieder aus und halten uns vor Augen, was im Leben *wesentlich* ist.
- ⑤ Sie helfen, mit dem Herzen zu sehen: anderen Menschen unvoreingenommen und echt zu begegnen.

*neufeld-verlag.de*

# Mehr aus dem Neufeld Verlag

Rebecca Dernelle-Fischer, **Und dann kam Pia – Du hast uns gerade noch gefehlt!** ISBN 978-3-86256-077-6, 2017

Dagmar Eiken-Lüchau/Tanja Husmann, **Mia – meine ganz besondere Freundin. Ein Bilderbuch zum Thema Autismus.** ISBN 978-3-86256-079-0, 3. Auflage 2021

Doro May, **Das Leben ist schön, von einfach war nicht die Rede – Meine besondere Tochter ist erwachsen.** ISBN 978-3-86256-075-2, 2016

Silke Schnee/Heike Sistig, **Die Geschichte von Prinz Seltsam. Ein Bilderbuch zum Thema Vielfalt.** ISBN 978-3-86256-010-3, 5. Auflage 2018

Holm Schneider, **„Was soll aus diesem Kind bloß werden?“ 7 Lebensläufe von Menschen mit Down-Syndrom.** ISBN 978-3-86256-047-9, 2. Auflage 2014

Nina Skauge, **Die Tigerbande – in einfacher Sprache.** Band 1–3 im Set: ISBN 978-3-86256-100-1, 2018. Band 4–6 im Set: ISBN 978-3-86256-104-9, 2019

Alfred und Sylvia Sobel, **Stärke fürs Leben entwickeln – So meistern Sie den Alltag mit einem behinderten Kind.** ISBN 978-3-86256-096-7, 2018

Conny Wenk, **Außergewöhnlich – Kinder mit Down-Syndrom und ihre Mütter.** ISBN 978-3-86256-043-1, 2. Auflage 2015

Conny Wenk, **Außergewöhnlich: Geschwisterliebe.** ISBN 978-3-86256-080-6, 2017

Conny Wenk, **Wandkalender A little extra – Fotografien von Kindern und Jugendlichen mit Down-Syndrom.** Kalendarium in Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch. Erscheint jährlich

Sabine Zinkernagel, **Wer nur auf die Löcher starrt, verpasst den Käse – Aus dem Leben mit zwei besonderen Kindern.** ISBN 978-3-86256-027-1, 2. Auflage 2013

# Füreinander da sein In die Zukunft wirken



Sie haben ein geistig oder mehrfach behindertes Kind? Sie möchten mehr über Menschen mit geistiger Behinderung erfahren?

Die Lebenshilfe ist die größte Selbsthilfevereinigung von Eltern und Angehörigen für Menschen mit geistiger Behinderung in Deutschland. Über 500 lokale Lebenshilfe-Vereinigungen machen Angebote für 170.000 behinderte Menschen.

Informieren Sie sich unter [www.lebenshilfe.de](http://www.lebenshilfe.de) oder wenden Sie sich bei weiteren Fragen an:

Bundesvereinigung Lebenshilfe e. V.  
Raiffeisenstraße 18, 35043 Marburg  
Tel.: 0 64 21/4 91-0 oder  
[bundesvereinigung@lebenshilfe.de](mailto:bundesvereinigung@lebenshilfe.de)



Dieses Buch wurde **in Deutschland** hergestellt.

Das Papier, das dafür verwendet wurde, ist FSC®-zertifiziert. Als unabhängige, gemeinnützige, nichtstaatliche Organisation hat sich der Forest Stewardship Council® (FSC®) die Förderung des verantwortungsvollen und nachhaltigen Umgangs mit den Wäldern der Welt zum Ziel gesetzt.



Außerdem unterstützen wir ein **Waldschutzprojekt** in Brasilien. Auf über 86.000 Hektar schützt das Projekt Ecomapuá den Wald an der Amazonasmündung und verbietet kommerzielle Abholzung. Für die 400 ansässigen Familien schafft es alternative Einkommensquellen, zum Beispiel durch den Handel mit der Açaí-Frucht. So fördert das Projekt die Entwicklung in einer der ärmsten Regionen im Nordosten Brasiliens.



Dieses Buch wurde bewusst **nicht in Folie** eingeschweißt; unser Versandpartner verwendet zudem Papier und nicht Plastik als Füllmaterial.

**Stellen Sie sich eine Welt vor,  
in der jeder willkommen ist!**

