

Das «wächst sich aus»?

Interaktionelle Not zwischen Eltern und Kleinstkindern

Erfahrungen aus der Eltern-Kleinkind Beratung und Therapie

LIC. PHIL.

ANNA VON DITFURTH,
BABY-HILFE-ZUERICH.CH

Korrespondenzadresse:
anna.vonditfurth@hin.ch

Welche Chancen liegen in der Beobachtung der frühen Eltern-Kind-Interaktion? Welches interaktionelle Geschehen fördert oder bremst Entwicklung? Warum sind frühe Erfahrungen in Beziehungen für die gedeihliche Entwicklung wichtig? Die Beantwortung dieser Fragen soll zeigen, dass es von Vorteil für die Entwicklung von Kindern ist, wenn dysfunktionale Entwicklungsverläufe nicht erst im Kindergarten wahrgenommen werden. Eltern in interaktioneller Not mit ihren Kleinstkindern müssen gehört, ernst genommen, von uns unterstützt und früh behandelt oder triagiert werden. Die Erfahrung zeigt, dass sonst die Lernbiografie und die Entwicklung der Kinder belastet wird.

Was müssen Neugeborene und Kleinstkinder in Beziehung zu ihren Eltern erleben,

damit ihre Entwicklung von einem abhängigen, Fürsorge bedürftigem Selbst zu einem autonomen, sich selbst versorgenden und weitgehend zufriedenen jungen Menschen gelingt? Die Forschung belegt vielfach: Ein Baby muss sich mit mindestens einer verlässlichen, erwachsenen Person vertraut machen können, die in seinen Wachphasen und in den Übergängen zum Schlaf an seiner Seite ist. Wenn diese vertraute Person Babys Sinneswahrnehmungen, Interessen und Verhaltenszustände wahrnimmt, ihnen Bedeutung beimisst und schliesslich durch emotionale Präsenz und Worte hilft, sich in diesen vielen neuen Zuständen zu orientieren, wächst Vertrauen, Beruhigung und Neugier (Fonagy 2009). Dabei gibt es Herausforderungen: Manche Babys lassen sich schwer beruhigen, trotz Hilfe. Und rund 30% der Eltern geraten nach der Geburt selbst und unabhängig vom Baby in Stress und emotionale Not. Ihre intuitiven Kompetenzen werden durch den Stress (vorübergehend) verschüttet. Dann ist der Perspektivenwechsel erschwert. Es entstehen «Teufelskreise negativer Gegenseitigkeit» (Papousek 2004), Eltern und Kind erreichen sich nicht. Der Zauber einer frühen, gelingenden Synchronisation bleibt aus. An

seine Stelle treten Tränen, grosser Stress und mitunter das Gefühl von Verlassenheit und grosser Trauer.

Wie trägt der Perspektivenwechsel der Eltern zur Entwicklung bei?

Das kontinuierliche Interesse der Eltern am Erleben und Beruhigen des Babys spiegelt ihm eine vertrauenswürdige Umwelt, die sein Wohlbefinden mehrt und seinen Explorationswunsch unterstützt. Diese Erfahrungen werden früh sichtbar in seinen Erwartungshaltungen in Interaktion: Zum Beispiel geht das Baby prompt in Kontakt, wenn seine Stimmungen und Tönchen in der Vergangenheit aufgegriffen, moduliert und vielfach unterstützt wurden. Der elterliche Perspektivenwechsel wirkt als Modell für das Baby: In Beziehung sein, ist spannend und auf schwierige Momente folgt Beruhigung. Diese zuversichtliche Verheissung pfadet seine Lernbiographie und seine Freude an Beziehung.

Warum ist das «Sich-Beruhigen-Lernen» in Beziehung so wichtig für gedeihliche Entwicklung und wo liegen die Herausforderungen?

Die Zeitfenster für entspannte, geteilte Emotionalität sind zunächst kurz. Schnell ist das Baby wieder erschöpft, wendet sich ab, weint, muss seine Erfahrungen verarbeiten und sein schnell erregtes ZNS durch selbstregulative Kompetenzen und mit Unterstützung beruhigen. Die Zustände zwischen wach und bezogen und wieder müde und belastet beeinflussen sich (Als H. 1982; Bischof-Köhler 1998, Papousek 2004). Nur ausreichend beruhigt können Babys Schritt für Schritt die Zeitfenster für Interaktion vergrössern, d. h. in Beziehung treten oder ruhig selber explorieren (Stern 1992). Hinzu kommt: Das Vertrauen des Babys in die Beziehung zur Mutter/zum Vater (als Gefährt von Entwicklung) wächst durch die Erfahrung emotionaler Präsenz und Hilfe in Belastungssituationen.

Die Aufgabe von Eltern, ständig wechselnde Verhaltenszustände beim Baby am Tag und oft auch in der Nacht zu begleiten, kann die seelische Balance der Eltern ins Wanken bringen und sie erschöpfen. Wechselnde Verhaltenszustände zu begleiten, fordert von Eltern, empathisch zu sein und zugleich sich genügend «Ich-stark» auch vom Stress des Babys abgrenzen zu können. Gelingt diese Abgrenzung nicht, werden Eltern ergriffen von der Not des Babys und verlieren sich in ihr. Oder sie flüchten davor, vom Baby «angeschrien» zu werden, weil die Not des Babys sich wie ihre eigene anfühlt.

Der Verein Baby-hilfe-zuerich.ch

hilft überforderten Eltern, die in der Betreuung ihrer Kinder nicht mehr weiterwissen. Schlafprobleme, unstillbares Schreien, auffallende Schüchternheit oder Anhänglichkeit des Kinds, Erschöpfung oder ein Ausnahmezustand der Eltern kann dazu führen, dass einem der Boden «unter den Füessen wegrutscht». Hier hilft der Verein, dass alle Familien – auch bei schwieriger finanzieller Situation – eine sofortige entwicklungspsychologisch fundierte Unterstützung und Betreuung erhalten. Der Verein wird dabei nur von Gönnern finanziert und wir freuen uns mit ihrer Unterstützung.»

Für den Vereinsvorstand: *Raffael Guggenheim*

Diese Abgrenzungsproblematiken sind häufig. Denn der ständige Perspektivenwechsel zum Baby während gleichzeitiger «psychodynamischer Reorganisation bei neuer Elternschaft» (Stern 2006) kann unvermittelt zur Einflugschneise werden in eigene, frühe interaktionelle oder auch aktuelle Not (Konflikte, Migration, Verlassenheit). Dann bleibt der Zauber gelungener, früher Synchronisation mit dem Baby aus, es bleibt unruhig, wirbt zunächst um Beziehung, resigniert oder schreit instrumentell.

Wie können wir in der Praxis den elterlichen Perspektivenwechsel «sehen»?

Im Fokus der Beobachtungen ist die Kommunikation der Eltern mit dem Baby und eine erste Einschätzung des entwicklungsfördernden, interaktionellen Geschehens. Passen die Antworten der Mutter/des Vaters zur Stimmung des Babys, sodass das Wohlbefinden gemehrt und Exploration möglich wird? Erhält das Kind durch die Antworten in unterschiedlichen Interaktionskanälen Orientierung über seine Zustände, damit es sich beruhigen und entspannen kann oder der Zustand zumindest nicht entgleist?

Die Höhe der Bereitschaft des Babys, in Kontakt zu treten, gibt einen Eindruck darüber, ob der Perspektivenwechsel in der Vergangenheit ausreichend gelungen ist.

Zentral ist die Beobachtung, wie hoch die Bereitschaft der beiden ist, in Kontakt zu gehen. Die Höhe der Bereitschaft des Babys gibt einen Eindruck darüber, ob der Perspektivenwechsel in der Vergangenheit ausreichend gelungen ist. Systematisiert man die Beobachtungen und ergänzt sie mit einer intuitiven Einschätzung, kann die elterliche Fähigkeit, die Perspektive zu wechseln, über Interaktionskanäle beschrieben werden:

- *Blickkontakt, altersadäquat und häufig gesucht und gehalten?*
- *Stimmkontakt, vorhanden und auf den Verhaltenszustand des Kleinstkindes abgestimmt?*
- *Affektive abgestimmte, d.h. passende Färbung der Stimme?*
- *Mimisches Spiegeln des kindlichen Zustandes?*
- *Positionierung und Körperkontakt zugewandt oder weggedreht?*
- *Altersangemessenheit des Spielangebotes?*
- *Art und Ausmass der Kontrolle über das Spiel und das Geschehen?*

(Crittenden 2006, Deneke 2004)

Kinder, die über die Interaktionskanäle häufig passende Antworten auf ihre Interessen und Zustände erhalten haben, wenden sich deutlich an die Eltern, beruhigen sich schnell und explorieren anschliessend.

Kinder, deren Eltern (psychisch) krank, erschöpft oder unter Stress sind, werden nicht adäquat gespiegelt. Sie erleben ein «Zuviel» oder ein «Zuwenig» an Stimulation. Die Folge ist, sie können sich schlechter beruhigen und explorieren weniger (vertieft).

Ergänzend muss die subjektive Schilderung der Mutter/des Vaters über ihr Befinden in die Beobachtungen einfließen und ernst genommen werden. Auch dann, wenn wenig interaktionelle Diskrepanzen zu beobachten sind.

Depressive Mütter sind beispielsweise sehr wohl in der Lage, das Baby feinfühlig wahrzunehmen. Ihre durch die Krankheit eingeschränkte Verfügbarkeit lassen es indes oft nicht zu, auf Babys Zustände auch prompt zu reagieren. Diese Babys wirken traurig oder schreien instrumentell.

Die Schilderungen der Eltern selbst und das, was wir in Beziehung «sehen», helfen, die interaktionelle Not früh zu erkennen und Hilfe in die Wege zu leiten, um gedeihliche Entwicklung nicht zu bremsen und die Lernbiografie der Kinder zu schützen.

Begriffliche Klärungen:

Es gibt verschiedene Begriffe und Theorien, die Not im «interaktionellen Geschehen» zu beschreiben.

Der Begriff der «Bindungsstörungen» im ICD10 (WHO) ist reserviert für eine schwerwiegende Pathologie, die im Kontext schwerer kindlicher Traumatisierung durch Misshandlung und Vernachlässigung entstanden ist (Beispiel: Kinder in rumänischen Waisenhäuser).

Auf einem anderen theoretischen Fundament stehen die Begriffe der «unsicheren und sicheren Bindung». Ainsworth (1969) hat in der Weiterentwicklung von Bowlbys Bindungstheorie (1951) diese Begriffe unterschieden. Dabei beschreibt «unsichere Bindung» keine pathologische Eltern-Kind-Beziehung. Kinder, die gemäss Ainsworth eine unsichere Bindung an ihrer Mutter oder an ihren Vater entwickelt haben, sind zwar vulnerabler aber *nicht bindungsgestört*. Unterschiedliche Bindungsmuster können unter dem 18. Lebensmonat mithilfe des von Ainsworth entwickelten FST (Fremden-Situations-Test) bestimmt werden. Die insgesamt drei unterschiedenen Bindungsmuster zeigen sich in unterschiedlichen Verhaltensweisen kleiner Kinder nach der Trennung von ihren Eltern und bei der Wiedervereinigung mit ihnen, d.h. in Belastungssituationen. Ohne die Durchführung eines FST können «sichere oder unsichere (vermeidende oder ambivalente) Bindungsmuster» nicht unterschieden werden.

Deshalb empfiehlt sich, im Alltag und in der Praxis bei der Beschreibung des interaktionellen Geschehens zu bleiben, zum Beispiel in Anlehnung an die oben erwähnten Interaktionskanäle von Pat Crittenden (2006). ■