

1

Kindliche Entwicklung: ein Anpassungsprozess

Zum Verständnis der vielfältigen Pfade der Wirkung von Eltern als Schutzfaktor ist ein grundlegendes Verständnis des Wesens kindlicher Entwicklung hilfreich. Denn in der kindlichen Entwicklung versucht die Natur, Lösungen dafür zu finden, dass sich die Chance für ein erfolgreiches Überleben eines Kindes erhöhen, und sie schafft damit gleichzeitig Herausforderungen, die allen Eltern beim Heranwachsen ihres Kindes begegnen. Folge ist, dass eine menschliche Schwäche gleichzeitig eine große Stärke ist. Sie besteht darin, sich verschiedenen Umwelten anpassen zu können und selbst unter extremen Lebensbedingungen Wege zu finden, um zu überleben. Diese Eigenschaft unterscheidet Menschen von

anderen Arten, denn viele Tierjunge können bereits kurz nach der Geburt ohne die Unterstützung ihrer Eltern überleben. Der Preis für die hohe menschliche Anpassungsfähigkeit ist aber, dass ihnen zum Zeitpunkt der Geburt wichtige Fähigkeiten fehlen, die sie zum Überleben eigentlich dringend bräuchten. Sie müssen erst ganz allmählich in den ersten beiden Lebensjahrzehnten erworben werden. Dass dies so ist, geschieht aus guten Gründen – wenn Menschen bereits weitgehend ausgestattet geboren würden, wäre nach der Geburt eine differenzierte Anpassung an die Umwelt kaum noch möglich. Ein immenser Nachteil aber, den diese Anpassungsstrategie nach sich zieht, ist der enorm hohe Aufwand, den Menschen um ihren Nachwuchs betreiben müssen. Um Menschenkinder erfolgreich »aus dem Größten heraus« zu begleiten, investieren Eltern erhebliche Mengen an wichtigen Ressourcen und unternehmen große Anstrengungen mit dem Ziel, eine sichere Basis für die Entwicklung zur Verfügung zu stellen. Dabei werden Kinder gepflegt, versorgt, erzogen, gefördert, begleitet und unterstützt. Die allermeisten Eltern wissen, dass die Biographie ihres Kindes maßgeblich dadurch bestimmt wird, ob sie imstande und bereit sind, große und wirksame Anstrengungen zu unternehmen, um ihr Kind bei der erfolgreichen Anpassung an die Umwelt zu unterstützen.

Fähigkeiten, die in der gemeinsamen Umwelt gebraucht werden, sollen dabei systematisch verstärkt werden. Im Prozess der kognitiven, motorischen, sozialen und emotionalen Entwicklung steht der menschliche Organismus und dessen Umwelt aus diesem Grund in ständigem Austausch. Ein bedeutender Teil dieser Umwelt ist zunächst meistens die eigene Familie.

Betrachtet man die sich vollziehende Anpassung des Organismus »unter dem Mikroskop«, d. h. auf der Ebene der neuronalen Entwicklung, so kann man erkennen, dass sich dort grundlegende Veränderungen vollziehen. Während vor der Geburt die Hirnentwicklung noch weitestgehend durch die genetische Ausstattung des Individuums bestimmt wird, bewirkt die Umwelt nach der Geburt über eine Aktivierung und Deaktivierung der Gene eine Fein-

abstimmung der neuronalen Grundverbindungen (Petermann, Petermann und Damm, 2008). Sie ist somit beteiligt an der Entwicklung eines physiologischen Gegenübers in Form der Veränderung synaptischer Verbindungen. Diese Veränderung hat das Ziel der optimalen Passung an die Umwelt, jeweils abhängig von der vorhandenen. Während einzelner Entwicklungsphasen in der Kindheit sind Menschen durch diese Prozesse für bestimmte Lernerfahrungen empfänglich, die die Umwelt anbietet. Wann diese so genannten sensiblen Phasen stattfinden, lässt sich nicht mit Bestimmtheit sagen, da sie abhängig von der genetischen Ausstattung jedes Einzelnen sind und zusätzlich durch die Umwelt gesteuert werden. Dieser Prozess ist so zu verstehen, dass Umwelterfahrungen »erwartet« werden, indem der Organismus eine Überproduktion von Nervenverbindungen »einplant« und dabei verschiedene Entwicklungsmöglichkeiten vorhält. Werden Verbindungen genutzt, weil ein Kind entsprechende Erfahrungen in seiner Umwelt macht, führt dies zu einer Stabilisierung der jeweiligen Verbindung. So werden in einer Familie, deren Freizeitgestaltung maßgeblich durch intensive sportliche Betätigung geprägt wird, eher die motorischen Kompetenzen und sozialen Fertigkeiten quasi nebenbei gefördert. Eine andere Familie, die sich vornehmlich in musischen Themen engagiert, wird das entsprechende Potential ihres Kindes stärken. Weniger genutzte Verbindungen werden abgebaut, da sie in der jeweiligen Umwelt weniger benötigt werden. Auf diese Weise werden Fähigkeiten und Eigenschaften herausgebildet, die bereits früh in sensiblen Phasen entstehen und als eine Anpassung an die erlebte Umwelt zu verstehen sind.

Die Auswirkungen der frühen sozialen Umwelt in der Familie zeigen sich also auch auf der Ebene der Hirnentwicklung. Diese frühen Anpassungsleistungen sind besonders stabil und können grundlegende emotionale, geistige, sprachliche oder motorische Fähigkeiten und Eigenschaften betreffen. Der Volksmund bringt dies in Sprichwörtern zum Ausdruck, wie »*Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr*« oder »*Früh übt sich, was ein Meister werden will*«. Mangelt es dieser frühen Umwelt eines Kindes

an wichtigen Voraussetzungen für eine gesunde Entwicklung, z. B. weil es aufgrund einer Erkrankung unter Bewegungsmangel leidet, so findet eine entsprechende Anpassung auch an diese Umwelt statt. In diesem Fall wird sich der Bewegungsapparat in einer anderen Weise entwickeln als bei einem Kind, das mehr Gelegenheiten zur körperlichen Bewegung hatte. Frühe, sich wiederholende Erfahrungen führen somit allmählich zu einer Anpassung und damit zur Entwicklung von Fähigkeiten und Eigenschaften, die das bestmögliche Überleben des Organismus in seiner Umwelt anstreben.

Diese Anpassung kann auch darin bestehen, dass manche Fähigkeiten, die in der familiären Umwelt wenig gefördert werden, sich lediglich gering ausbilden. Spätere Anstrengungen, solche Kompetenzen zu fördern und eine Kompensation früher Mangel-erfahrungen zu erreichen, liegen zahlreich vor, z. B. in Form von medizinischen, pädagogischen oder psychologischen Interventionen. Ihre Wirksamkeit ist aber vergleichsweise gering, der Aufwand sehr groß und ihre Nachhaltigkeit leider eher begrenzt. Sie halten Belastungen oder kritischen Lebensereignissen häufig weniger gut Stand.

Unabhängig davon können auch zu späteren Zeitpunkten neue Fähigkeiten erlernt werden, wenn deren Erwerb weniger an sensible Phasen gebunden ist, wie z. B. eine weitere Sprache, neue Tanzschritte, ein Kochrezept oder das Spielen eines Musikinstruments. Dieses Lernen ist aber ebenso weniger stabil und unterliegt den Prozessen des Vergessens oder Verlernens, besonders dann, wenn die erworbenen Kompetenzen nicht mehr benötigt und genutzt werden. Auch dies stellt eine ökonomische Anpassung dar: *Was nicht benötigt wird, kann weg!*

2

Bindung zwischen Eltern und Kind

2.1 Eltern-Kind-Dialog

Die Fähigkeit von Kindern, sich an unterschiedliche Umwelten anzupassen, ist innerhalb der Familie von großer Bedeutung. Von Geburt an machen sie dort ständig Erfahrungen damit, wie sich andere Familienmitglieder verhalten. Und sie selbst senden Signale, z. B. indem sie schreien, quengeln, lächeln oder andere Hinweise geben, die von ihren nahen Bindungspersonen – meist sind dies die Eltern – in der Regel wahrgenommen und beantwortet werden. Dabei zeigt das Kind seine Bedürfnisse, die durch die Eltern erkannt und mit liebevollem Elternverhalten befriedigt werden. Die kindlichen Bedürfnisse, ob Hunger, Müdigkeit oder Si-

cherheit (Körperkontakt), betreffen zumeist die wichtigen Grundbedürfnisse und haben letztendlich zum Ziel, das eigene Überleben zu sichern.

Um dies zu ermöglichen, bringen Eltern in aller Regel die natürliche Fähigkeit mit, die kindlichen Signale richtig zu deuten und darauf angemessen zu reagieren (Grossmann und Grossmann, 2009). Es findet ein zirkulärer Prozess statt: Das Zeigen von Bedürfnissen durch das Kind löst dabei das passende Elternverhalten aus, woraufhin wiederum das Kind lernt, dass es wirksam und erfolgreich darin ist, seine Bedürfnisse nach außen zu zeigen, weil sie ja schnell und wirksam befriedigt werden. Eltern lernen gleichzeitig immer besser, wie man als Eltern richtig handelt, damit das Kind zufrieden ist. Die Zufriedenheit erkennen sie daran, dass das Kind z. B. lächelt, Kontakt aufnimmt, schläft oder später auch spielt. Kindliches Zufriedensein wiederum macht Eltern zufrieden und belohnt für die täglichen und nächtlichen Mühen der Versorgung eines kleinen Kindes.

Damit dieser Austausch erfolgreich ist, werden auf beiden Seiten, Kind und Eltern, grundlegende Fähigkeiten benötigt. Das Kind muss zunächst in der Lage sein, die eigenen Bedürfnisse überhaupt wahrzunehmen und ausreichend deutlich zu zeigen. Manche Babys können hierin beeinträchtigt sein, beispielsweise aufgrund von Erkrankungen, Behinderung oder Unreife. Manchmal sind die Signale der Kinder dann noch nicht deutlich genug wahrnehmbar, so dass die Eltern möglicherweise Unterstützung benötigen, um sie zu erkennen, zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren (Rauh, 2008).

Solche Kinder, deren Signale nicht erkannt werden, erleben sich nicht als wirksam, ihnen fehlt eine angemessene Rückmeldung und ihre Bedürfnisse werden nicht in ausreichender Form befriedigt. So kann sich das Verfeinern ihrer Fähigkeit zum Senden der Bindungssignale nicht hinreichend vollziehen, und es besteht die Gefahr, dass das Kind allmählich irritiert reagiert. Diesen meist vorübergehenden Schwierigkeiten beim Senden der Bindungssignale kann aber durch eine Unterstützung der

Eltern entgegengewirkt werden (► Kap. 2.5) (Scheuerer-Englisch, 1999).

Manche Eltern haben aufgrund ihrer aktuellen Lebenssituation oder aufgrund der eigenen Biographie größere Schwierigkeiten, die Signale ihres Kindes zu erkennen und darauf angemessen zu reagieren. Dabei kann das Wahrnehmen der Bindungssignale, deren Verständnis oder das prompte und angemessene Reagieren betroffen sein.

Überforderung

Emmy, die Tochter von Frau A., wurde in der 28. Schwangerschaftswoche geboren. Frau A. lebt in schwierigen wirtschaftlichen Verhältnissen, und sie hat u. a. auch aus diesem Grund ihr erstes Kind erst im Alter von 43 Jahren zur Welt gebracht. Der Vater des Kindes und Ehemann von Frau A. ist aktuell ohne Beschäftigung, die Beziehung zeitweise konfliktgeladen, aktuell besonders, weil Herr A. der Schwangerschaft gegenüber sehr skeptisch war. Frau A. war nicht auf eine Frühgeburt vorbereitet und ist angesichts ihrer Situation sehr belastet. Sie empfindet große Sorge hinsichtlich der Gesundheit und weiteren Entwicklung ihrer kleinen Tochter, über ihre schwierige partnerschaftliche Situation und über die befürchtete langfristige wirtschaftliche Not ihrer Familie. Zudem hat sich bei Frau A. die Angst festgesetzt, dass Emmy möglicherweise aufgrund ihrer Frühgeburt Schwierigkeiten in ihrer weiteren körperlichen und geistigen Entwicklung haben könnte. Frau A. versucht bereits wenige Wochen nach Emmys Geburt, im Kontakt zu ihrem Kind eine möglichst reichhaltige Förderung umzusetzen, mit dem Ziel, die Entwicklung des Kindes positiv zu beeinflussen. Sie spricht nahezu ununterbrochen mit Emmy, macht gymnastische Übungen und versucht das Kind zum Reagieren zu bewegen. Im intensiven Bemühen darum, dass Emmy Fortschritte machen soll, konfrontiert Frau A. ihr Kind mit vielerlei Reizen, wie z. B. Tönen, Streicheln, Riechen, und Übungen, von denen sie denkt, dass ihr Kind davon profitieren könnte. Sie hält Emmy konzentriert lang an-

dauernde Monologe, bei denen sie innerlich mit ihrer Sorge um die Entwicklung ihrer Tochter kämpft.

Aufgrund ihrer starken emotionalen Belastung fällt es ihr offenbar schwer, die kleinen, aber dennoch vorhandenen Signale und Reaktionen ihrer Tochter zu erkennen. Sie bestehen zum Beispiel darin, dass sich Emmy abwendet, wenn ihr die Reize ihrer Mutter zu viel werden, oder dass sie leise Geräusche von sich gibt. Emmy und Frau A. würden in dieser Situation von einer Unterstützung durch eine fachlich qualifizierte Person profitieren, die Hinweise geben könnte, welche Initiativen und Reaktionen Emmy bereits zeigt. Das Erkennen dieser feinen Signale würde Frau A. ermöglichen, darauf entsprechend zu reagieren, was wiederum Emmys Verhalten bestärken würde.

2.2 Bindungstypen

Kinder entwickeln im Verlauf der ersten Lebensjahre, auf der Grundlage ihrer Erfahrungen, zunehmend Annahmen über das zu erwartende Verhalten ihrer Eltern. Die wiederholten, frühen Erfahrungen mit ihren Bindungspersonen werden zunehmend verallgemeinert und verfestigen sich, so dass sich ein Gesamtbild über menschliche Beziehungen als Wissen anreichert und stabilisiert (Bowlby, 1980). Dieses Wissen führt zu grundlegenden Erwartungen über das Wesen enger Beziehungen, darüber, wie verlässlich sie sind und ob sie in Krisenzeiten belastbar bleiben. Bereits mit wenigen Monaten haben Kinder aufgrund ihrer alltäglichen Erfahrungen mit den Eltern also Erwartungen an deren Verhalten entwickelt (Main, 2001).

Den Ausdruck kindlicher Erwartungen kann man eindrucksvoll anhand des so genannten »Still Face Experiments« beobachten. Hierbei werden Mütter gebeten, sich zunächst gegenüber ihrem Baby so zu verhalten, wie sie es immer tun. Nach wenigen Minu-

ten werden sie schließlich aufgefordert, für einen kurzen Zeitraum (zwei Minuten) absolut nicht mehr auf die Initiativen ihres Kindes zu reagieren, also keinerlei verbale oder mimische Reaktion mehr zu zeigen, sondern nur noch regungslos dazusitzen (Gianino und Tronick, 1988). Ein YouTube-Video (Stichwortsuche »Still Face Experiment: Dr. Edward Tronick«) zeigt anschaulich, wie verzweifelt Kinder reagieren, wenn das Bindungsverhalten der Eltern plötzlich von ihren Bedürfnissen und Erwartungen negativ abweicht. Kinder erleben diese Situation als extrem bedrohlich und versuchen auf verschiedenen Wegen, ihre Eltern zum Reagieren zu bewegen. Solche Kinder aber, die bereits häufig die Erfahrung machen mussten, dass ihre Eltern plötzlich nicht mehr emotional verfügbar sind, so wie dies z. B. bei depressiven Episoden in der Familie der Fall ist, reagieren auf das »Still Face« ihrer Mutter weitaus weniger belastet. Ihre Erwartungen an die Beziehungsqualität hat bereits eine sichtbare Anpassung erfahren. Sie kennen vergleichbare Situationen der Unsicherheit und Unzuverlässigkeit ihrer Bindungspersonen und haben sich damit abgefunden, also keine Erwartung dahingehend, dass die Mutter dann reagiert, wenn sie einmal ein »Still Face« trägt.

Bereits im Alter von einem Jahr können verschiedene, sogenannte Bindungstypen unterschieden werden (Ainsworth et al., 1978). Ihre Entwicklung wird maßgeblich auf die Erfahrungen in der familiären Umwelt und mit den engsten Bezugspersonen zurückgeführt.

- ♦ Die meisten Kinder (50–60 %) lassen sich dem *Bindungstyp B* (sicher gebunden) zuordnen (Castello, 2016). Diese Gruppe hat in ihrer bisherigen Biographie gelernt, ihre Bedürfnisse und Emotionen in der Erwartung auszudrücken, dass dadurch angemessenes Elternverhalten ausgelöst wird und dass ihre Bedürfnisse gestillt werden. Ihre Eltern erkennen meist feinfühlig die Signale ihres Kindes und reagieren darauf in einer angemessenen Form und prompt. In die Belastbarkeit der Mutter-Kind-Beziehung haben sie Vertrauen entwickelt, reagieren zwar auch

mit Trauer auf Belastendes wie z. B. Trennungssituationen, lassen sich nach deren Beendigung aber wieder rasch beruhigen.

- ♦ Manche Eltern sind, wie dargestellt, nicht zuverlässig in der Lage, eine feinfühlig und verlässliche Beziehung aufrecht zu erhalten. Teilweise gelingt ihnen eine sensitive und angemessene Reaktion auf kindliche Bedürfnisse, teilweise nicht. Ihre Kinder erleben also nur manchmal, dass sie ihre Bedürfnisse zeigen dürfen und diese befriedigt werden. Manchmal reagieren die Eltern aber ablehnend oder bestrafend, wenn das Kind Emotionen zeigt, z. B. weint. Diese Kinder entwickeln mit einer höheren Wahrscheinlichkeit den *Bindungstyp C* (ambivalent gebunden). Die Kinder schwanken daher zwischen der Angst vor Ablehnung und dem Bedürfnis nach Nähe und Beruhigung hin und her. Etwa 10–20 % aller Kinder entwickeln diesen Bindungstyp als Anpassung an eine nicht immer zuverlässige familiäre Umwelt. Kinder mit dem Bindungstypus C neigen zu größerer Anhänglichkeit und reagieren auf Trennungssituationen besonders sensibel.
- ♦ Kinder mit dem sogenannten *Bindungstyp A* (unsicher vermeidend gebunden) haben hingegen gelernt, ihre Emotionen zu kontrollieren oder auch zu unterdrücken, da, so die vielfache Erfahrung der Kinder, diese in der Regel weder angemessen wahrgenommen, noch beantwortet werden. Das Zeigen von Bedürfnissen z. B. bei Krankheit, bei Schmerzen o. ä. wird durch die Eltern in Form von Ablehnung oder sogar Strafe beantwortet. Kinder entwickeln auf diese Weise Vorsicht oder sogar Ablehnung gegenüber Beziehungen. In Trennungssituationen zeigen sie zwar Kummer, ignorieren die Bindungsperson aber bei ihrer Rückkehr – etwa 30–40 % der Kinder haben diesen Bindungstypen entwickelt.
- ♦ Manche Kinder schließlich haben aus verschiedenen Gründen (noch) kein stabiles Bindungsmuster entwickelt (*Bindungstyp D*, desorganisiert). Sie verhalten sich uneinheitlich, z. B. suchen sie Nähe zur Bezugsperson, brechen aber kurz vor einem Körperkontakt ab oder erstarren (Brisch, 2009).