

VSAO Journal

Das Journal des Verbandes Schweizerischer Assistenz- und Oberärztinnen und -ärzte

Generationen

Alles, was wir weitergeben

Seite 24

Dermatologie

Vitiligo besser behandeln

Seite 38

Fettstoffwechselstörungen

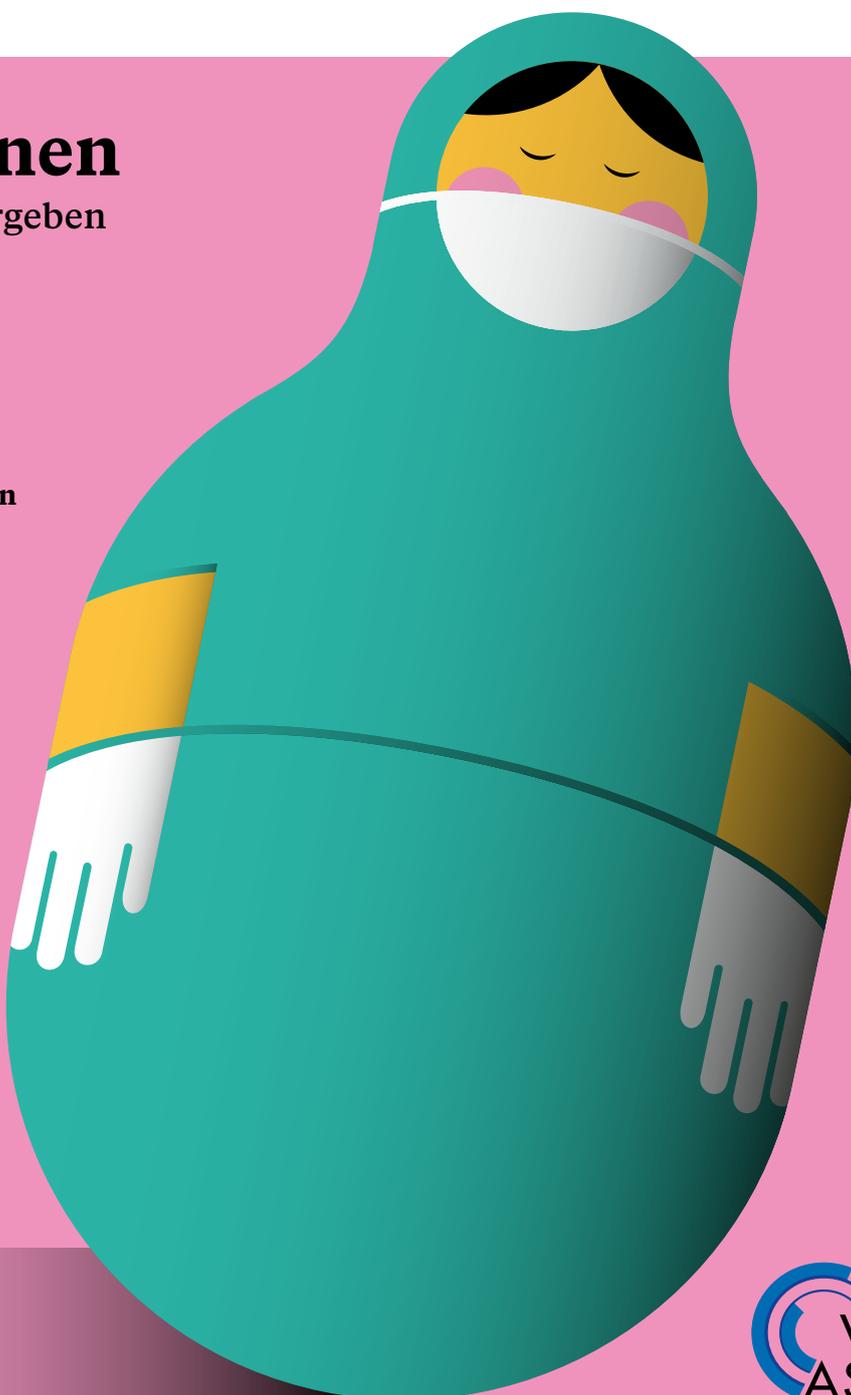
Ernährung und Lebensstil

Seite 40

Politik

Parlamentswahlen 2019 –
die Folgen für den VSAO

Seite 6



Kitt zwischen den Generationen

Das Schlüsselwort heisst sensitive Eltern: Erfährt ein Kind von Beginn an Zuneigung, Sicherheit und Geborgenheit, wird es physisch und psychisch gestärkt und kann dieses Verhalten eher seinen eigenen Kindern weitergeben.

Prof. Dr. Martina Zemp, Fakultät für Psychologie, Universität Wien,
Prof. Dr. Guy Bodenmann, Psychologisches Institut, Universität Zürich¹



In jeder Lebenslage sicher aufgehoben und geliebt: Kinder mit intakter Bindung entwickeln sich besser und geben diese positive Erfahrung eher an die nächste Generation weiter.

Aus evolutionsbiologischen Gründen werden Menschen zu einem sehr viel früheren Zeitpunkt in ihrer individuellen Entwicklung geboren als der Nachwuchs jeder anderen Art bei Säugetieren: Der verhältnismässig gigantische Gehirnumfang von menschlichen Neugeborenen muss durch den mütterlichen Beckenboden passen, bevor dies «zu spät» ist. Ein wesentlicher Zeitraum der Entwicklung findet deshalb ausserhalb des Mutterleibs statt. Dies führt dazu, dass sich die Ent-

wicklung des Bindungssystems beim Menschen im Vergleich zu den meisten Tierarten über eine erheblich längere Dauer vollzieht und das Investment in die Kinderbetreuung deutlich ausgeprägter ist. Mit der Geburt bringt der Säugling ein Verhaltensrepertoire mit, das bei Stress, Angst oder Unbehagen seiner Sicherheit dient: das Bindungsverhalten. Kindliches Bindungsverhalten wie es in Weinen, Wimmern und Schreien, später auch in Rufen, Nachlaufen oder Anklammern zum Ausdruck kommt, hat eine überle-

benswichtige Funktion. Ziel des Bindungsverhaltens ist eine beschützende und versorgende Bezugsperson zu erreichen, die dem Säugling Schutz bietet, seinen Stress reduziert und so zur Wiedererlangung des Grundbedürfnisses nach Sicherheit und Geborgenheit beiträgt (Grossmann & Grossmann, 2012).

Lebenswichtige Bindung

Die seit des 18. Jahrhunderts gut dokumentierten Beobachtungen, dass eine Mehrzahl der Säuglinge in Waisenhäu-

sern und Heimen trotz einwandfreier hygienischer und körperlicher Versorgung starke Entwicklungsverzögerungen aufwiesen oder starben, regte zur Erforschung der menschlichen Bindung und ihrer Bedeutung für die Kindesentwicklung an. Der englische Kinderpsychiater John Bowlby (1969, 1973), der heute als Vater der Bindungstheorie gilt, wurde von der WHO beauftragt, die Gründe für die hohe Kindersterblichkeit in Hospitälern zu untersuchen. Dank der frühen Veröffentlichungen von Wegbereitern der Hospitalismusforschung (Johny Bowlby, René Spitz) wurde allgemein anerkannt, dass Kinder, die in Heimen aufwuchsen, erheblichen Entwicklungsrisiken ausgesetzt waren. Dies führte vor über 60 Jahren zu einem zunehmenden Bewusstsein für die Wichtigkeit menschlicher Bindungen und in der Folge zu bedeutenden Verbesserungen in der Fremdbetreuung von Kindern in Krankenhäusern oder Heimen, um Deprivationserfahrungen fortan vorzubeugen (Brisch & Hellbrügge, 2009).

In den aktuellen Klassifikationssystemen für psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter finden das Hospitalismus- oder Deprivationssyndrom als solche keine Erwähnung mehr. Als Diagnosenfürentsprechende Symptomkomplexe gelten gegenwärtig die «Reaktive Bindungsstörung» sowie die «Bindungsstörung mit Enthemmung» (Brisch, 2003). Beide Bindungsstörungen zeichnen sich durch ein abnormes Beziehungsmuster aus, das sich vor dem fünften Lebensjahr entwickelt und während mindestens sechs Monaten in der Interaktion mit verschiedenen Bezugspersonen beobachtbar ist. Die Reaktive Bindungsstörung ist in der Regel auf eine ausgeprägte elterliche Vernachlässigung, Missbrauch oder Misshandlung zurückzuführen und geht mit einer schweren emotionalen Störung einher (widersprüchliche und ambivalente Reaktionen auf Bezugspersonen, ängstliche Überempfindlichkeit, Aggressivität etc.). Dahingegen charakterisiert sich die Bindungsstörung mit Enthemmung durch ein diffuses, nicht selektives Bindungsverhalten mit wahlloser Freundlichkeit und Distanzlosigkeit gegenüber fremden Personen, das meist Folge eines andauernden Mangels an Gelegenheit ist, selektive Bindungen zu entwickeln (z.B. ungenügende Kontinuität an Betreuungspersonen, Aufwachsen in Institutionen oder mehrfacher Wechsel in Fremdplatzierungen).

Feinfühligeltern

Nachdem die Trennungs- und Deprivationsforschung vermehrt in den Hintergrund gerückt war, fokussierte eine zweite Generation von Bindungsforschern stärker auf Determinanten einer sicheren Bindung von Kindern bei verfügbaren (nicht abwesenden) Eltern. In diesem Zusammenhang gilt das Konzept der elterlichen Sensitivität bzw. elterlichen Feinfühligkeit als die in der einschlägigen Fachliteratur am eingehendsten diskutierte Thematik. Unter *feinfühlig* verstand Ainsworth (1977) die Fähigkeit von Bezugspersonen, die kindlichen (Bindungs-)Signale adäquat wahrzunehmen, sie richtig zu interpretieren und letztlich prompt (zeitlich möglichst unverzüglich) sowie angemessen zu reagieren. Elterliche Sensitivität definiert sich also durch vier zentrale Merkmale: (1) *Wahrnehmung*: Nimmt die Bezugsperson die kindlichen Bedürfnisse wahr?; (2) *Interpretation*: Erkennt sie, was der Säugling braucht?; (3) *Promptheit*: Reagiert sie innerhalb eines für den Säugling wahrnehmbaren Zeitfensters (gemäß Experimentalstudien mit Säuglingen innerhalb von ca. 5 bis 8 Sekunden)?; (4) *Qualität des Fürsorgeverhaltens*: Geht sie angemessen auf die kindlichen Bindungsbedürfnisse ein? Dabei kann die elterliche Sensitivität nicht als stabile Persönlichkeitseigenschaft aufgefasst werden. Vielmehr wird sie von zahlreichen Faktoren beeinflusst, wie den früheren eigenen Bindungserfahrungen der Elternperson (eigener Bindungsstil), den Eigenschaften des Kindes (insb. leicht irritierbares Temperament) und den situativen Faktoren (allgemeines Befinden und Lebenszufriedenheit, Partnerschaftszufriedenheit, Familiengröße, Stress etc.).

Die elterliche Sensitivität hat sich als Schlüsselvariable im Verständnis von Bindungserfahrungen und ihren Folgen für die Kindesentwicklung herausgestellt. Es liegt eine beeindruckende Vielzahl an Langzeitstudien vor, welche empirisch bestätigen, dass Kleinkinder von sensitiven Eltern mehr wimmern als weinen oder schreien und sich leichter beruhigen lassen, im Kindergarten- und Schulalter weniger aggressiv sind und über bessere soziale und kommunikative Fähigkeiten verfügen sowie häufiger einen sicheren Bindungsstil entwickeln. In der Adoleszenz zeichnen sich diese Kinder durch ein positiveres Selbstkonzept, adäquatere Stress- und Emotionsregulationsstrategien und stabilere Freundschaftsbeziehungen aus und im Erwachsenenalter ge-

lingt es ihnen selbst besser, hohe Sensitivität gegenüber ihrem eigenen Nachwuchs entgegenzubringen (Bodenmann, 2016). Hochspannend sind neuere Studien, die die Qualität der elterlichen Sensitivität zusammen mit der genetischen Vulnerabilität für die Entwicklung psychischer Störungen seitens der Kinder untersucht haben. Die Befunde deuten klar darauf hin, dass eine hohe elterliche Sensitivität das genetische Risiko für kindliche Störungen (z.B. für Depressionen oder ADHS) kompensieren kann (Zimmermann, Mohr & Spangler, 2009).

Die längerfristigen Auswirkungen einer hohen elterlichen Sensitivität auf die psychische Gesundheit von Kindern lassen sich durch die zentrale Prämisse der Bindungstheorie erklären, dass Kinder unter dieser Voraussetzung günstige *innere Arbeitsmodelle* entwickeln (Bowlby, 2006). In den inneren Arbeitsmodellen werden frühe Bindungserfahrungen gespeichert, zunehmend verinnerlicht und in ein Gesamtbild integriert. Sie bilden die Grundlage für Urteile und Erwartungen bezüglich der eigenen Wichtigkeit für andere (Selbstwert), die eigene Einflussnahme auf die Umwelt (Selbstwirksamkeit) sowie über künftige Interaktionen mit wichtigen Bezugspersonen, deren Verlässlichkeit und Vertrauenswürdigkeit. Die inneren Arbeitsmodelle enthalten sowohl kognitive Komponenten (Erfahrung der eigenen Wirksamkeit und Kontrolle über die Umwelt) als auch emotionale Aspekte (Erfahrung von Geborgenheit, Sicherheit und Geliebtsein) und steuern das kindliche Verhalten auf der Grundlage dieser internen Konzepte.

¹ Dieser Beitrag ist eine gekürzte Fassung des Artikels «Die Bedeutung der Bindung für die psychische Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen» erschienen in *Akut – Informationsmagazin des Vereins für umfassende Suchttherapie*, 31(2017), 12–17.