



Nach der Geburt



In der letzten Zeit haben eine Reihe von Fällen Aufsehen erregt, in denen Kinder verwaist oder misshandelt aufgefunden wurden. Häufig fehlt den Eltern eine gute Bindung zu ihren Kindern. In Hamburg gibt es seit eineinhalb Jahren das auf drei Jahre angelegte Projekt STEEP (Steps Toward Effective and Enjoyable Parenting), ein Programm für junge Mütter aus Risikogruppen. Mit Hilfe von Videoaufnahmen und deren Auswertung soll von Anfang an der Grundstein für eine gute Beziehung gelegt werden. Das Programm ist nun mit dem Ideenpreis der Körber-Stiftung ausgezeichnet worden.

Von Annette Göder

„Wie die Beziehung verläuft, entscheidet sich schon sehr früh“, sagt der Psychologe Professor Gerhard Suess (49), der das an der Uni Minnesota entwickelte Frühinterventionsprogramm STEEP seit Januar 2005 in Hamburg eingeführt hat. Angesprochen werden Schwangere oder junge Mütter im Alter von 16 bis 25 Jahren mit geringer Schulbildung. Besonders sehr junge Eltern oder solche,



Risiko Mutterschaft

Nicht bei allen Frauen stellen sich nach der Geburt Glücksgefühle über die Mutterschaft ein.

Foto dpa

die im Heim aufgewachsen sind, die in Armut leben, drogenabhängig oder psychisch krank sind, fühlen sich nach der Geburt oft überfordert. Wenn das Kind viel schreit, nachts wach ist, sich sträubt, wenn es gewickelt werden soll oder nicht essen will, kommen sie an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Insgesamt 39 junge Mütter haben sich für das Programm entschieden; mittlerweile sind noch 30 dabei. Alle zwei Wochen trifft sich die Mutter mit einer Sozialarbeiterin – am Anfang vielleicht im Park oder einem Cafe, später in der eigenen Wohnung. Alle zwei Wochen findet ein Gruppentreffen zum gegenseitigen Austausch statt.

Das Prinzip: Die Sozialarbeiterinnen nehmen Szenen aus dem täglichen Leben – Wickeln, Spielen, Füttern – auf Video auf, um sie mit den Müttern anschließend gemeinsam zu besprechen. Nach dem Motto: „Was man sehen kann, glaubt man auch“ sollen die Frauen auf diese Weise sensibilisiert werden, die Signale ihrer Kinder wahrzunehmen und auf sie in richtiger Weise zu reagieren. Ein Fallbeispiel: Eine Mutter

drängte beim Besuch ihrer Freundin ihr Kind, das sich an ihr Hosenbein klammerte, immer wieder weg. Als sie die Videoaufnahme sah, fiel ihr auf: „Wie geduldig ist doch mein Kind!“ Ein solcher Wechsel der Perspektive ist Ziel des vom Bundesministerium für Forschung und Bildung geförderten Projekts.

Das Programm, das an der Hamburger Hochschule für Angewandte Wissenschaften angesiedelt ist, soll aber nicht nur Sozialarbeit leisten, sondern dient auch der Forschung. Es wird ausgewertet, wie Mütter mit ihren Kindern im Verlauf des Projektes umgehen. STEEP beruht auf den Erkenntnissen der Bindungsforschung. Dieses Forschungsgebiet wurde Mitte der 50er Jahre von dem englischen Psychiater John Bowlby begründet und von seiner Kollegin Mary Ainsworth weiterentwickelt. Demnach ist eine verlässliche Zuwendung der Eltern oder anderer Bezugspersonen Voraussetzung für die Entwicklung einer stabilen Persönlichkeit. Aber dabei kommt es auch darauf an, wie

feinfühlig Eltern die Signale des Babys deuten und angemessen reagieren.

Kritiker geben zu bedenken, dass durch die Video-Situation sowohl die Mütter als auch die Kinder gehemmt sein können, so dass die Aufnahmen keine realen Alltagssituationen widerspiegeln. Doch trotz dieser Bedenken ist Suess davon überzeugt, dass die Videoaufnahmen ein gutes Mittel seien, um Mütter sensibler für die Bedürfnisse ihrer Kinder werden zu lassen, so dass die Beziehung tragfähiger wird.

Die Sozialarbeiterinnen bemühen sich, offene Fragen zu stellen, die es den Müttern ermöglichen, selber ihr Verhalten zu überdenken: „Wie hast du reagiert, als dein Kind mit dem Spielzeug um sich geworfen hat? Was meinst du, warum es immer wieder so ängstlich zusammenzuckt?“ So lauten einige Fragen. Ähnlich auch in diesem Fall: Im Video erkannte eine Mutter, die all ihre Sehnsüchte in ihr Kind hineinlegte, dass es sich immer wegdrehte und weinte, wenn sie sich ganz dicht zu ihm beugte. Mit Hilfe der Beobachtungen und Ge-

sprache lernte sie schrittweise, dem Jungen mehr Spielraum und Distanz zu lassen, was für beide das Leben erleichterte.

Das Projekt STEEP begleitet die Mütter auch im zweiten Lebensjahr, in dem die Eltern durch die Trotzphase ihrer Sprösslinge ebenfalls oft stark gefordert sind. Die Mitarbeiter helfen den Teilnehmerinnen außerdem, ein soziales Netz zu knüpfen, so dass sie zum Beispiel Freiraum durch einen Babysitter bekommen. Allerdings hat die Sicherheit der Kinder Vorrang vor allem: „Wenn wir feststellen, dass die Unversehrtheit der Kinder bedroht ist, müssen wir intervenieren und gegebenenfalls das Jugendamt einschalten. Allerdings werden vorher natürlich Wege mit der Mutter durchgesprochen“, sagt Suess. Er hofft, dass demnächst noch mehr Hilfen nach dem STEEP-Programm angeboten werden können. Doch dazu müssen weitere Sozialarbeiter qualifiziert werden. Um dies zu erreichen, ist eine Zusammenarbeit mit der Karl Kübel Stiftung in Niederkeule bei Malente vorgesehen.

Bindungstest nach STEEP

Es gibt eine Möglichkeit, um herauszufinden, wie stabil die Bindung zwischen Elternteil und Kind ist und die auch das STEEP-Programm anwendet: die sogenannte „Fremde Situation“, eine standardisierte Prozedur. Das Kleinkind befindet sich mit seiner Mutter oder seinem Vater in einem unbekanntem Raum, den eine fremde Person betritt. Die Mutter verlässt zweimal das Zimmer: Zunächst lässt sie das Kind mit der Fremden zurück, ein zweites Mal lässt sie das Kind alleine im Raum zurück und die Fremde kommt nach einigen Minuten erneut in den Raum und versucht das Kind zu trösten, falls es weint. Für die meisten Einjährigen bedeutet diese Situation Stress, und beobachtet wird, wie sie damit umgehen. „Sicher gebundene“ Kinder weinen oft beim Abschied, suchen sofort wieder die Nähe der Mutter, wenn sie zurück-

kehrt, lassen sich trösten und spielen dann weiter, beruhigen sich also mit Hilfe ihrer Mutter sehr schnell. Kinder mit einem „unsicher vermeidenden“ Bindungsverhalten dagegen ignorieren scheinbar die Abwesenheit der Mutter und auch ihre Rückkehr. Dennoch sind sie innerlich angespannt und finden nur mühsam ins Spiel zurück. „Ambivalent gebundene“ Kinder schreien und toben, wenn die Mutter geht, lassen sich dann nur kurz trösten, wollen wieder auf den Arm, reißens sich dann los. Besonderen auffällig verhalten sich so genannte „desorientierte“ Kinder. Sie kommen auf die Mutter zu, bleiben dann manchmal abrupt stehen und weinen vor sich hin, ohne sich an die Mutter zu wenden. Dies Verhalten kann nach Fachleuten zum Beispiel ein Anzeichen für schwere Störungen oder Misshandlungen sein. goed

„Eine sichere Bindung zu den Eltern ist der beste Schutz gegenüber Lebensrisiken“

IM GESPRÄCH

Mit Professor Suess unterhielt sich Annette Göder

Sofort nach der Geburt sendet ein Kind Signale aus mit dem Ziel, dass die Bezugspersonen darauf reagieren. So entstehen Bindungen. Verläuft dieser Prozess automatisch? „Kind & Co“ sprach darüber mit Professor Gerhard Suess, Professor für Psychologie an der Hamburger Hochschule für Angewandte Wissenschaften, der vorrangig in der Bindungsforschung arbeitet.

Kind & Co: Gibt es so etwas wie einen Mutterinstinkt?

Gerhard Suess: Das Wort Mutterinstinkt meint, dass die Bereitschaft, Fürsorge zu übernehmen, vollständig vererbt oder angelegt ist. Doch das ist nicht so. Nach heutiger Erkenntnis spielen immer angeborene Anlagen und die Erfahrung zusammen. Die Bereitschaft zur Fürsorge ist zwar angelegt, doch in welcher Form sie sich zeigt, hängt von den Erfahrungen aus der eigenen Kindheit und kulturellen-gesellschaftlichen Ein-



flüssen ab. Man hat herausgefunden, dass das Kindchenschema – also ein rundliches Gesicht mit hoher Stirn und großen Augen, wie es bei Babys zu finden ist, instinktiv eine Bereitschaft, Fürsorge zu übernehmen, auslöst. Doch diese Reaktion kann erfahrungsbedingt verschüttet sein.

Brauchen Mütter Zeit, sich nach der Geburt auf ihr Kind einzustellen?

In vielen Fällen braucht eine Mutter die ersten drei Monate, um sich zurechtzufinden. Es ist ganz wichtig, Mütter in dieser Situation nicht zu

überfordern, ihnen Freiraum zu geben und die Möglichkeit zu eröffnen, das Kind langsam anzunehmen und kennen zu lernen. Rooming-In sollte meiner Ansicht nach nicht als Pflicht für gute Mütter gelten. Wenn eine Mutter in der Klinik erschöpft ist und ihre Ruhe haben möchte, sollte sie das Kind mit gutem Gewissen in die Obhut der Kinderkrankenschwestern geben.

Gerade ist die deutsche Übersetzung des Buches „Ich würde dich so gerne lieben“ der Schauspielerin Brooke Shields auf den Markt gekommen, in dem sie offen über ihre postnatale Depression berichtet. Wie verbreitet sind Depressionen nach der Geburt und wie können Frauen aus diesem Tief herausfinden?

Bei uns leiden etwa zehn bis 15 Prozent der Mütter an postnatalen Depressionen, in Japan dagegen nur drei bis fünf Prozent der Mütter. Das wirft natürlich sofort die Frage nach den Ursachen dieser kulturellen Unterschiede auf. Und da fällt auf, dass es in Japan immer noch sehr verbreitet ist, dass Frauen für die ersten Mo-

nate nach der Geburt ihres Kindes zu ihrer eigenen Mutter ziehen. Durch Schwangerschaft und Geburt wird das Bindungssystem aktiviert und junge Mütter brauchen selbst eine sichere Basis zum Schöpfen von Sicherheit. Unterstützung schon ab der Schwangerschaft ist deshalb zur Verhinderung von postnatalen Depressionen bedeutsam – entweder durch die eigene Familie oder durch professionelle Hilfesysteme.

Gibt es von Geburt an eine Anlage, Bindungen einzugehen?

Die Bereitschaft zur Bindung ist beim Kind biologisch festgelegt. Doch es muss ein Gegenüber geben, der auf die Signale des Kindes eingeht und auf den sich das Kind verlassen kann. Das können Mütter, Väter, Opas, Omas, ältere Brüder, Schwestern, Verwandte oder Bekannte sein – alle, die sich kontinuierlich und eine längere Zeit lang um das Kind kümmern. Allerdings können die Erfahrungen im Umgang mit diesen Bindungspersonen für Kinder sehr unterschiedlich ausfallen und abhängig von diesen

unterschiedlichen Erfahrungen entwickeln sich dann auch unterschiedliche Bindungsqualitäten.

Inwiefern ist eine gute Eltern-Kind-Bindung wichtig, damit sich das Kind zu einer stabilen Persönlichkeit entwickelt?

In Langzeitstudien hat man herausgefunden, dass Kinder, die eine stabile Bindung zu ihren Eltern hatten, sich auch im Jugendlichen- und Erwachsenenalter verhältnismäßig wenig anfällig gegenüber psychischen Erkrankungen oder Abhängigkeiten zeigten und weniger gewalttätig waren. Eine sichere Bindung zu den Eltern ist der beste Schutz gegenüber vielfältigen Lebensrisiken. Es gab aber auch Fälle, in denen die Eltern keine stabilen Bindungspartner waren, die Kinder aber dennoch zu Persönlichkeiten heranwuchsen, die ohne große Probleme mit ihrem Leben zurecht kamen. Man hat festgestellt, dass es noch andere Schutzmechanismen gibt, zum Beispiel eine tragfähige Bindung zu einer anderen Person, verständnisvolle und fördernde Lehrer

oder ausgeprägte soziale Unterstützungssysteme.

Was kann man weiterhin tun, um eine gute Mutter oder ein guter Vater zu sein?

Es ist beispielsweise sehr hilfreich, sich mit seiner Beziehung zu den eigenen Eltern auseinander zu setzen. Denn die Gefahr ist groß, das Verhalten der Eltern auch mit all seinen schlechten Seiten zu übernehmen. Es gibt Eltern, die ihre Kindheit schönmalen und andere, die kein gutes Haar an ihnen lassen. Doch auf diese Weise bleibt man in seiner Kindheit verwickelt. Am sinnvollsten ist es, sowohl die guten als auch die schlechten Erfahrungen in den Blick zu nehmen, um aus der Vergangenheit für die Zukunft zu lernen.

ANREGUNGEN FÜR

Kind&Co

Petra Krause
0431-9032927



E-Mail: pkred@kieler-nachrichten.de

Kind&Co erscheint alle zwei Wochen montags außer an Feiertagen