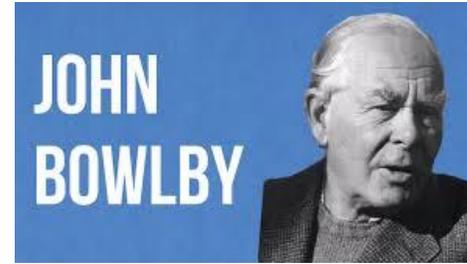


4. PRÄVENTIONSKONFERENZ INITIATIVE GESUNDHEIT FÖRDERN – VERSORGUNG STÄRKEN

FACHVORTRAG: „SCHAU MIR IN DIE AUGEN, MAMA!“

Mechthild Sckell
Diplom Psychologin
Psychologische Psychotherapeutin
Albert Schweitzer Kinderdorf Hessen e.V.
ask Familienberatungsstelle
M.Sckell@ask-familienberatung.de

BINDUNG



"Bindung ist das gefühlstragende Band, das eine Person zu einer anderen spezifischen Person anknüpft

und

das sie über Raum und Zeit miteinander verbindet."

SICHERER EMOTIONALER HAFEN

Das Bindungssystem wird insbesondere in Situationen von Verunsicherung/Angst aktiviert.

Weinen, Rufen, Anklammern, Nachfolgen oder Nähesuchen gehören zum typischen Bindungsverhalten.



Durch **körperliche Nähe** der Bindungsperson kommt es zu einer Beruhigung des Bindungsbedürfnisses.

WIE WIRD MAN EINE BINDUNGSPERSON?

Konzept der Feinfühligkeit, Ainsworth 1969

Feinfühliges Verhalten bedeutet:

- ✓ die Signale des Kindes wahrzunehmen
- ✓ sie richtig zu deuten, zu interpretieren
- ✓ sie angemessen
- ✓ und im ersten Lebensjahr prompt zu befriedigen

FEINFÜHLIGES VERHALTEN

Feinfühligkeit drückt sich in der **Sprache** aus:

- durch die **Verbalisierung**
 - ✓ der „inneren Welt“ der affektiven Zustände
 - ✓ der Handlungszusammenhänge des Säuglings
 - ✓ Wechselseitige Abstimmung in der Mutter-Kind-Interaktion und Kommunikation

FEINFÜHLIGES VERHALTEN

Feinfühliges **Berührung** und Körperkontakt zwischen Eltern und Säugling/Kind fördert die sichere Bindungsentwicklung

FEINFÜHLIGES VERHALTEN

Feinfühliges Verhalten drückt sich aus durch:

Blickkontakt mit gelungener Abstimmung zwischen Kind und Pflegeperson

EMOTIONALE BINDUNG

Die Pflegeperson mit der größten Feinfühligkeit in der Interaktion wird *die* Hauptbindungsperson für das Kind.

- Zuwendung, Blickkontakt, Nähe und Körperkontakt festigen eine sichere Bindungsentwicklung physiologisch.



Emotionale Bindung des Kindes an die Bindungsperson entsteht nicht durch genetische Verwandtschaft!

BINDUNGSPERSON

Die Bindungsperson ist Quelle emotionaler Sicherheit und gleichzeitig externe Hilfe zur **Regulation**.

RÜCKVERSICHERUNG DES KINDES

Ab ca. 7–8 Monate

- Die Kinder beginnen mit ihren ersten Versuchen, sich selbstständig fortzubewegen. Die geistigen und emotionalen Fähigkeiten sind inzwischen so weit entwickelt, dass das Kind stärker als zuvor die Trennung von Mutter oder Vater erlebt.
- Das Kind braucht die **Rückversicherung** durch seine Eltern, wenn es sich von ihnen entfernt, Neues ausprobiert und entdeckt.

- OHNE „DU“ KEIN „ICH“ (Martin Buber 1923)

„Der Mensch wird zu dem ICH, dessen DU wir ihm sind“

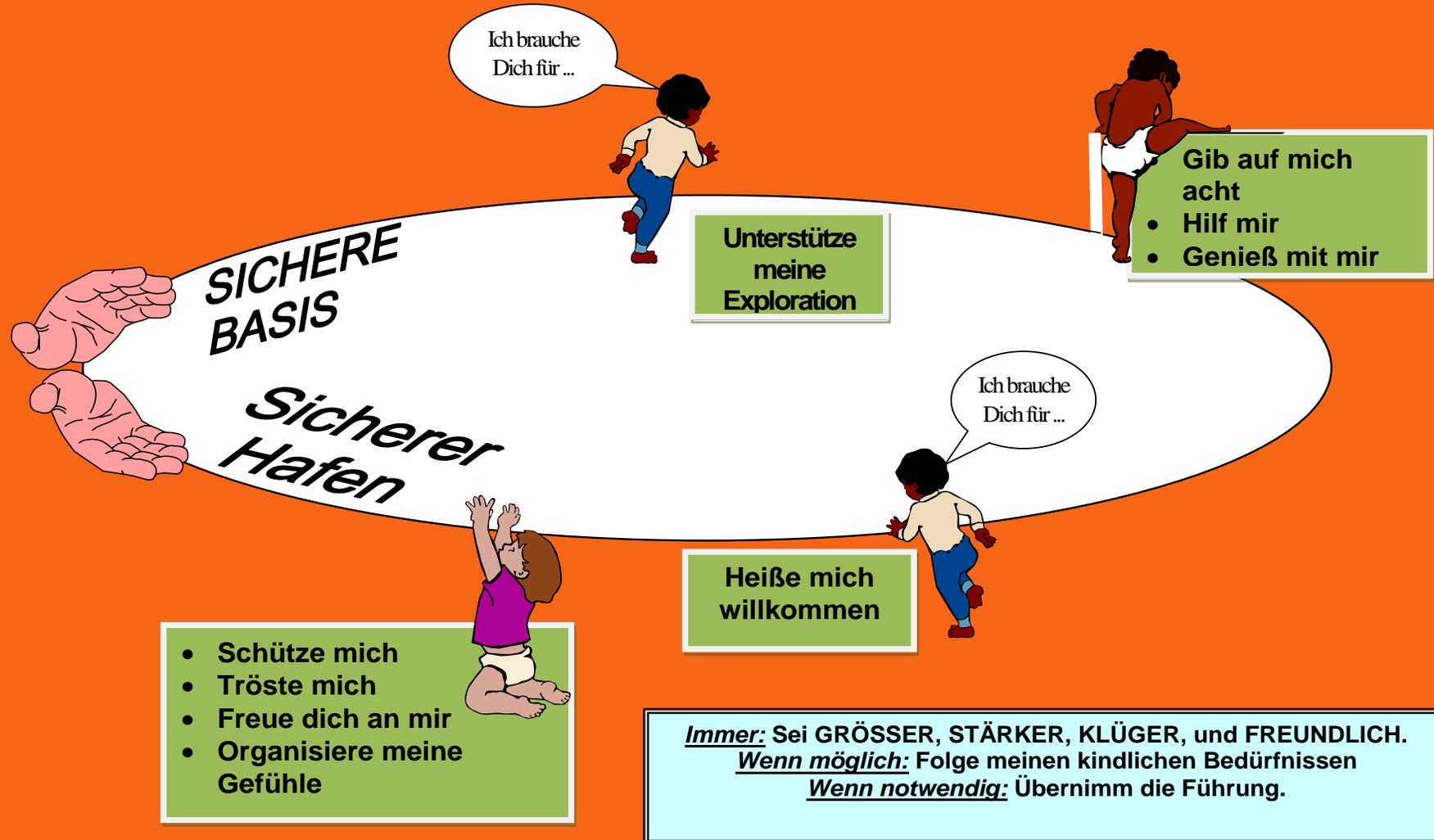
EXPLORATIONSBEDÜRFNIS

Bindungsbedürfnis und Explorationsbedürfnis sind entgegengesetzte Motivationen und wechselseitig voneinander abhängig:

- **Erst wenn das Bindungsbedürfnis beruhigt ist, kann das Kind seine Umwelt erkunden, kann sich konzentrieren, kann lernen.**

Der Sicherheitskreis

Elterliche Achtsamkeit auf die Bedürfnisse des Kindes



BINDUNGSREPRÄSENTATIONEN

Bindung entwickelt sich aus der wechselseitigen Beziehung zwischen dem Kind und seinen nahen Bezugspersonen.

Ein Kind baut im **ersten Lebensjahr** eine Bindungsbeziehung auf (9 Monats Fremdeln).

Es entwickelt sich **inner working model**.

Das *inner working model* beinhaltet die individuellen frühen Bindungserfahrungen sowie die daraus abgeleiteten Erwartungen, die ein Kind gegenüber menschlichen Beziehungen hegt. Sie dienen dazu, das Verhalten der Bindungsperson zu interpretieren und ihr Verhalten vorherzusagen.

Nach der Entwicklung im ersten Lebensjahr werden die *inner working models* zunehmend stabiler. Sie bilden sich **Bindungsrepräsentationen** aus.

BINDUNGSSICHERE KINDER

zeigen:

- Schutzfaktor bei Belastungen
- mehr Bewältigungsmöglichkeiten
- können sich Hilfe holen
- mehr gemeinschaftliches Verhalten
- Empathie für emotionale Situation von anderen Menschen
- mehr Beziehungen
- mehr Kreativität
- mehr Flexibilität und Ausdauer
- mehr Gedächtnisleistungen und Lernfähigkeit

**HAT DIE SMARTPHONE-NUTZUNG DER ELTERN EINEN EINFLUSS AUF DIE
ELTERN-KIND-INTERAKTION UND SOMIT AUF DIE ENTWICKLUNG DES
KINDES – INSBESONDERE AUF DIE BINDUNG?**

„TECHNOFERENCE“

Im Durchschnitt benutzen junge Erwachsene ihr Smartphones **85 Mal** am Tag und verbringen durchschnittlich **fünf Stunden pro Tag** damit. (Andrews et al., 2015)

Oft wird unterschätzt, wie die Zeit vergeht, wenn man im Internet surft oder Nachrichten schreibt.

FEHLENDER BLICKKONTAKT

Wenn das Kind eine sichere Bindung hat, dann sucht es immer wieder den Kontakt.

Hat die Mutter aber einen teilnahmslosen Blick - etwa weil sie psychisch krank ist oder das Kind wegen des Handys dauernd ignoriert - dann stellt man bei diesen Kindern schon im Alter von vier Monaten fest, dass sie den Blick vermeiden.

Aus der Deprivationsforschung wissen wir, dass bei fehlendem Blickkontakt der Aufbau stabiler Bindungen zu den ersten Bezugspersonen erschwert ist und dies Folgen fürs ganze Leben haben kann.

Und: Die kleinen Kinder erleben etwas, dass sie mutmaßlich nicht verstehen: Die erwachsene Bezugsperson ist körperlich da, seelisch aber nicht.

NOCH UNZUREICHENDE STUDIENERGEBNISSE

Querschnittsstudien an älteren Kindern haben bereits einige der Auswirkungen der Smartphone-Verwendung untersucht.

-
- Eine in den USA durchgeführte Studie bei Familien mit Kindern unter fünf Jahren zeigte, dass Unterbrechungen in der Interaktion zwischen Mutter und Kind durch digitale Technologie zu verstärkten Verhaltensschwierigkeiten führen.

BLIKK-MEDIENSTUDIE 2017*

Erste Hinweise liefert die BLIKK-Medienstudie:

Sie zeigt **signifikante** Zusammenhänge

zwischen der mütterlichen digitalen Mediennutzung im Beisein des Säuglings und Fütter,- und Einschlafstörungen des Kindes auf.

- * Blikk Studie: „Kinder und Jugendliche im Umgang mit elektronischen Medien“ vom Institut für Medizinökonomie & Medizinische Versorgungsforschung des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte, 2017

ANDERE STUDIEN

Rainer Riedel, Direktor des Instituts für Medizinökonomie und medizinische Versorgungsforschung Köln und Mitverfasser der BLIKK-Studie, **unterstreicht:**

„Säuglinge brauchen die Nähe der Eltern und deren Blickkontakt. Das ist unersetzlich, um unter anderem das Urvertrauen mit aufzubauen.“

„Der allgegenwärtige Zugang zu digitalen Medien ist das größte In-Vivo-Experiment, das jemals stattgefunden hat. Wir wissen derzeit nicht, wie sich das auf uns Menschen in 20 oder 30 Jahren auswirken könnte.“

ANDERE STUDIEN

Eine andere Studie konnte dabei die **bidirektionalen** Wege von ‘‘Technofernce’’ aufzeigen: Eltern, die durch das Problemverhalten ihres Kindes gestresst sind, ziehen sich häufiger durch die Nutzung von Technologien aus der Eltern-Kind-Interaktionen zurück.

Dieses Verhalten sagte jedoch erneut auch das Problemverhalten des Kindes voraus (McDaniel und Radesky, 2018a).

PROF. DR. BRISCH:

Manche Babys könnten sich an den häufigen Blick auf das Smartphone bereits gewöhnt haben – und das Gegenteil, nämlich der Blick zum Baby, könnte Stress hervorrufen.

„Für Babys mit Müttern, die ihr Smartphone viel im Beisein ihres Babys nutzen, könnte das eine normale Situation sein. Sie würden eher Stress verspüren, wenn die Mutter im Rahmen des Experiments anfängt, intensiv mit dem Baby zu kontakten, weil das Baby das gar nicht mehr gewohnt ist.“

PROF. DR. BRISCH

- Ein weiteres Problem der elterlichen Smartphone-Nutzung sei allerdings auch die Vorbildwirkung schon auf die Kleinsten, erklärt Brisch.

„Wenn das Baby den sozialen Kontakt sucht, die Mutter aber gerade mit dem Smartphone beschäftigt ist und dabei ganz lebendig spricht, so lernt das Baby: Das, was es evolutionär sucht, findet mit dem Smartphone statt. Ganz klar, so etwas möchte das Baby dann auch haben. Das Baby wird mit der Zeit erpicht auf das Smartphone.“

FAZIT

- Es lässt sich vermuten, dass häufige Unterbrechungen in der Eltern-Kind-Interaktion zu einer verspäteten Beantwortung kindlicher Signale führen und so den **Bindungsaufbau erschweren**.

ENTWICKLUNG EINER UNSICHEREN BINDUNG



Unsichere Bindung

Eine unsichere Bindung entwickelt sich häufiger, wenn die Bedürfnisse des Säuglings in der Interaktion mit der Bezugsperson gar nicht, nur unzureichend oder inkonsistent beantwortet werden.

UNSICHER VERMEIDEND GEBUNDENE KINDER

Ein solches Bindungsmuster ist bei Kindern zu beobachten, die häufig Zurückweisung erfahren haben. Die Kinder finden einen Ausweg aus der belastenden bedrohlichen Situation des immer wieder Zurückgewiesen-Seins nur durch Beziehungsvermeidung.

Unsicher-vermeidenden Kindern fehlt die Zuversicht bezüglich der Verfügbarkeit ihrer Bindungsperson.

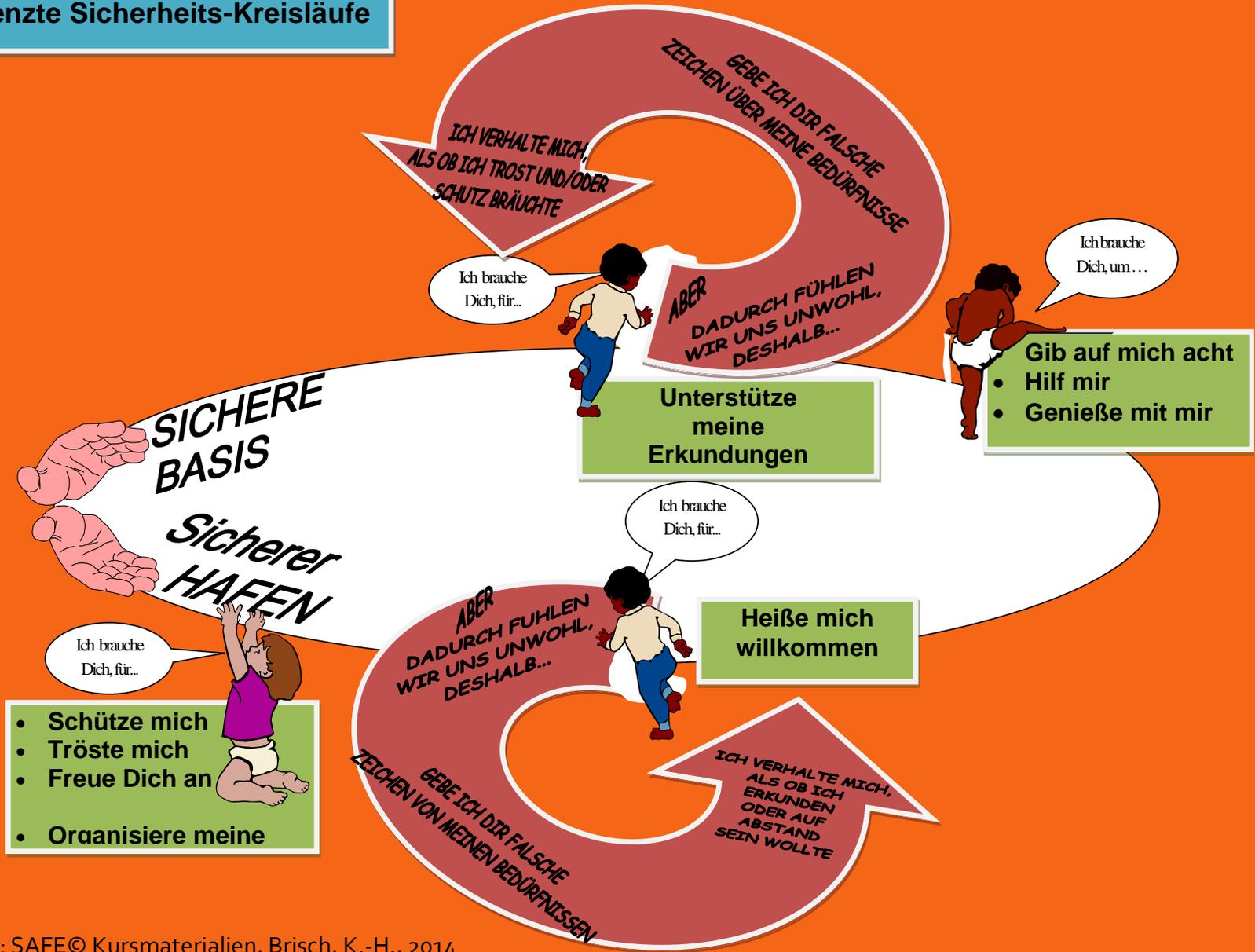
Sie entwickeln die Erwartungshaltung, dass ihre Wünsche grundsätzlich auf Ablehnung stoßen und ihnen kein Anspruch auf Liebe und Unterstützung zusteht.

UNSICHER VERMEIDEND GEBUNDENE KINDER

Bei einer Trennung

- ist eine Integration negativer Gefühle in eine positive Erwartungshaltung nicht möglich
- werden die negativen Gefühle zur Bindungsfigur nicht mehr ausgedrückt
- wird das Risiko einer negativen Gefühlsäußerung durch **Vermeidung** minimiert.

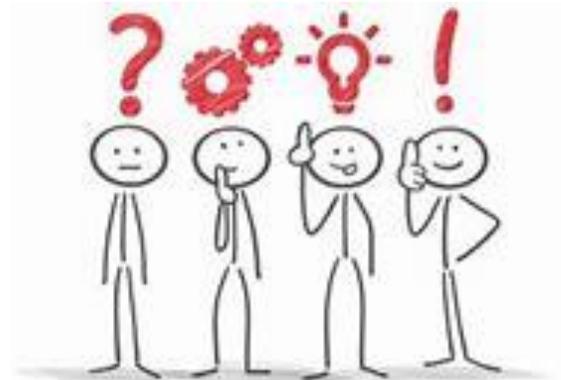
Begrenzte Sicherheits-Kreisläufe



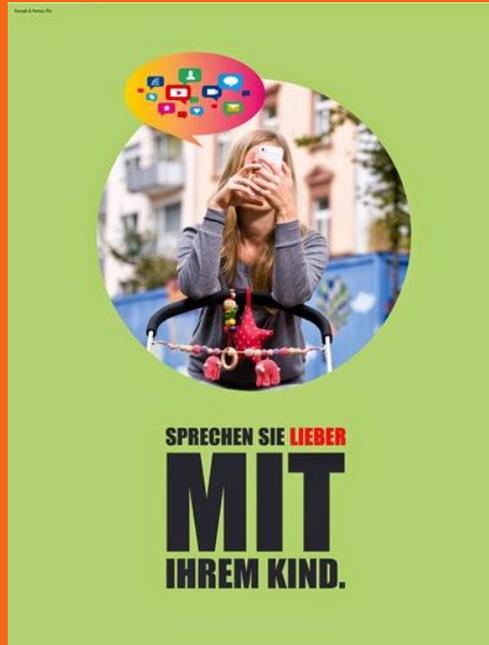
ALS ERWACHSENE WIRD DER BINDUNGSTYP UNSICHER-DISTANZIERT DEFINIERT

- Emotionale Themen werden eher vermieden, er betont seine Unabhängigkeit.
- Sie erkennen Widersprüche zu erinnerlichen Episoden mit Zurückweisung oder mangelnder Nähe nicht und haben kaum Erinnerungen an alte Ereignisse.
- Sie halten sich für starke Menschen, für die Nähe zu anderen und Bindungen wenig bedeuten. Zu große Nähe macht ihnen Angst.

WAS NUN?



WAS WURDE SCHON GETAN?



WAS NUN?

Es geht nicht darum, die Nutzung gänzlich zu vermeiden, sondern junge Eltern in der Reflexion ihres Nutzungsverhalten zu unterstützen.

Der Gebrauch digitaler Medien hat auch positive Seiten:

- Er ermöglicht Müttern in der Zeit nach der Geburt, die stark durch die Versorgung des Kindes geprägt ist und in der sich Mütter manchmal sozial isoliert fühlen, Kontakt zu halten, sich auszutauschen oder Rat einzuholen. Über das Smartphone vernetzt zu bleiben, kann ein wichtiger Weg sein, eine emotionale Bindung zu Freunden aufrechtzuerhalten.
- Zudem können neue Technologien wie z. B. diverse Apps Informationen und Austausch mit anderen Müttern anbieten oder das Gesundheitsverhalten positiv beeinflussen.

WAS TUN?

- **Sabina Pauen ist Professorin für Entwicklungspsychologie und Biologische Psychologie an der Universität Heidelberg und vielfach ausgezeichnete Säuglingsforscherin :**

„Das Thema wird total unterschätzt, wir brauchen unbedingt Aufklärung“.

- Sie schlägt vor, dass werdende Eltern bereits während der Schwangerschaft von Gynäkologen und Hebammen für das Thema sensibilisiert werden. Sonst könnten bei den Kindern später Konzentrationsstörungen, Empathiemangel oder Defizite bei der Aufmerksamkeitsentwicklung die Folge sein.
- „Und erst wenn es zu spät ist, kommen die Eltern dann zum Kinderarzt.“

WAS TUN?

- Es gibt wenige klare Empfehlungen, aber es gibt sie schon und man sollte sich an sie halten.
- Und für die Eltern gilt: **Wenn möglich das Handy nur in der Schlafenszeit des Kindes nutzen. Es sollte nicht ständiger Begleiter sein.“**



WAS KÖNNEN FACHKRÄFTE KONKRET TUN?

Sensibilisierung der Eltern und der Fachkräfte für das Thema

- ✓ Informationsbroschüre, um auf die Folgen des elterlichen Handy Konsums für das Kind aufmerksam zu machen
- ✓ Themenspezifische Elternabende
- ✓ Handyfreie Zonen in Einrichtungen, Kita und Schule

