

Zur frühen Mutter-Kind-Beziehung: eigene Forschung

Seit ich mich in meiner psychotherapeutischen Praxis mit dem „verletzten inneren Kind“ der Menschen befasse, habe ich auch Bücher geschrieben, und alle haben Sie ein gemeinsames Thema: Die frühe Mutter-Kind-Beziehung. Weil meine Bücher alle vergriffen sind, möchte ich sie einleitend hier zusammenfassen, es ist dies die Grundlage für meine Weiterbildung über die vorgeburtliche Psychologie und Psychotherapie.

Das Baby bei den ursprünglichen Kulturen: Angst und Geborgenheit

Wie Babys bei den verschiedenen Völkern dieser Welt behandelt werden und die *prägende* Wirkung dieser ersten Erfahrungen auf die gesellschaftliche Struktur ist das Thema meines ersten Buches: „Angst und Geborgenheit“ (1974).

Was versteht man in der Biologie unter **Prägung**? Der Verhaltensforscher Konrad Lorenz hat das Phänomen in den Dreissigerjahren des letzten Jahrhunderts entdeckt. Befand er sich in der Nähe von jungen Graugänsen, die soeben aus dem Ei schlüpften, wurden sie auf ihn als „Mutter“ geprägt, folgten ihm überhalla hin nach und wollten auch nachts in seiner Nähe schlafen. Dies wird als Mutter-Prägung bezeichnet – zudem sind heute Futterprägung, sexuelle, aggressive und andere Prägungen bekannt.³ Dabei geschieht die Prägung in einer ganz speziell sensiblen Phase und was dort gelernt wird, bleibt ein Leben lang für das Tierjunge wie für das menschliche Kinderhalten, Verhaltensforscher nennen dies die Irreversibilität, die Unumkehrbarkeit der *ersten emotionalen* Lernerfahrungen. Natürlich ist bekannt, dass Neues gelernt werden kann, aber dies ist nach der ersten Lebenszeit immer mit einem hohen Aufwand verbunden – und in Krisen brechen immer wieder die alten, die ersten Lernerfahrungen durch.

Die Tiefenpsychologie hat sich speziell beim Menschen mit diesen ersten Lernerfahrungen beschäftigt – Sigmund Freud darf als der Begründer dieser neuen Wissenschaft, der Psychoanalyse bezeichnet werden. Seine bahnbrechende Entdeckung lag darin, dass unser Erleben und Verhalten zum grössten Teil von einer Struktur bestimmt wird, welche unserem bewussten Erleben nicht zugänglich ist, er nannte dies das Unbewusste - es wird in den ersten Jahren der menschlichen Entwicklung festgelegt.

³ Siehe Hess 1975

Dieses Unbewusste ist somit eng verwandt oder nahezu identisch mit dem Phänomen, welches die Verhaltensforschung mit dem Begriff der Prägung zu umreissen suchte. Nach Freud steht im ersten Lebensjahr eines Menschen der Mund und damit verbunden die Ernährung im Zentrum des kindlichen Erlebens, er nannte dies die orale Phase. Abgelöst wird sie im zweiten Lebensjahr durch die anale Phase, hier ist der Anus von grosser Bedeutung – es ist die Zeit der Sauberkeitserziehung. Und im dritten Lebensjahr beginnt das Kind seine Aufmerksamkeit auf die Geschlechtsorgane zu richten, die so genannte genitale Phase.⁴

Freud's Theoriebildung über die „psychosexuelle“ Entwicklung, gewann er ausschliesslich durch die Behandlung von erwachsenen Menschen. Ganz anders hat sich der englische Psychoanalytiker John Bowlby in der Mitte des letzten Jahrhunderts ausschliesslich auf *Beobachtungen* am Verhalten von Kleinkindern gestützt: einmal bei Babys in ursprünglichen Kulturen, ein andermal bei der Mutter-Kind-Beziehung bei Affen, unseren nächsten Verwandten. Dabei hat Bowlby entdeckt, dass die **Bindung** des Babys an seine Mutter sein zentrales Erleben im 1. Lebensjahr darstellt. Dabei konnte folgende Gesetzmässigkeit entdeckt werden: Je

⁴ Freud's Interesse galt zentral dem Ödipus-Komplex: So möchte der kleine Junge mit der Mutter schlafen und der Vater steht ihm dabei im Weg. Das kleine Mädchen wünscht sich umgekehrt ein Kind vom Vater und möchte die Mutter beseitigen. Aus den Ergebnissen der heutigen Familientherapie wissen wir, dass Freud damit die Psychopathologie unserer Gesellschaft beschrieben hat: Wenn die Liebe der Eltern zueinander abnimmt oder gar erkalte, suchen sie

sich einen emotionalen Ersatz bei ihrem Kind, die Mutter beim Sohn, der Vater bei der Tochter. Die ödipale Situation bedeutet somit eine zu frühe Weckung der sexuellen Wünsche und Bedürfnisse beim Kind, weil es die unerfüllte Emotionalität der Eltern spürt. Erwähnenswert ist, wie Freud persönlich zur Entdeckung des Ödipus-Komplexes gekommen ist. Er hat von seinen ersten Patientinnen erfahren, wie sexuell traumatisierend deren Kindheit verlaufen ist.

Konsequenterweise versuchte er dann über Jahre seine eigene Kindheit zu erforschen – allerdings musste er dies alleine machen, er hatte noch keinen Analytiker – und hätte somit spüren müssen, wie traumatisch seine Eltern für ihn waren. Davor aber ist er zurück geschreckt und hat den „Ödipus“ erfunden: Nicht seine Eltern waren „böse“ und das heisst traumatisierend, sondern er als kleiner Junge wollte mit seiner Mutter eine sexuelle Beziehung eingehen und den Vater umbringen. Und das Erwachsenwerden besteht dann darin, auf solche Wünsche zu verzichten. Freud stand

somit kurz davor, die Traumatisierung seiner frühen Kindheit zu entdecken und hat dies aus Rücksicht auf die eigenen

Eltern geleugnet. Anstelle davon hat er die „polymorphe Perversität“ eines Kindes postuliert. Wunderschön dargestellt ist dies im Buch von Marianne Krüll 1979: „Freud und sein Vater, die Entstehung der Psychoanalyse und Freud's ungelöste Vaterbindung“. Beck, München.

Ganz ähnlich hat auch Jung seine Eltern durch seine Theoriebildung geschont. In seiner langjährigen Praxis konnte Jung die Erfahrung machen: Wenn wir in grosse Tiefen der menschlichen Seele vordringen, gelangen wir unter Umständen an erschreckende, psychosenaher Bilder von Vernichtung durch die „grosse Mutter“. Jung konnte beobachten, dass solche archaische Ängste und Bilder zerstreut über die ganze Welt sowohl in Träumen, Märchen als

auch in Mythen zu finden sind. Er beschrieb solche archaischen Erlebnisweisen als „angeborene Bilder“, als Archetypen, die nichts mit der realen Erfahrung eines Menschen zu tun haben. Auch Jung hat somit durch diese Theoriebildung seine Eltern geschont.

sicherer ein Kind sich in seiner ersten Lebenszeit an seine Mutter gebunden fühlt, desto offener ist es für Bindungen an andere Menschen (Blaffer Hrdy) und desto mehr Selbstvertrauen kann es später entwickeln, um sich von der Mutter wieder zu trennen, um die Welt zu entdecken und zu erobern. Durch diese neue Betrachtungsweise von Bowlby ist unser Verständnis für ein Baby grundlegend verändert worden, alle modernen Beobachtungen und Theoriebildungen über das Kleinkind sind durch ihn grundlegend beeinflusst worden.⁵

Ich bin ursprünglich Biologe und mit diesem evolutiven Hintergrund habe ich das Verhalten eines Jungtieres und damit auch des menschlichen Babys nochmals neu beschreiben können. Bei den Vögeln und Säugetieren wird die Nachkommenschaft von der Mutter intensiv betreut – dabei haben sich im Laufe der Evolution drei verschiedene Typen der frühen Mutter – Kind – Beziehung herausgebildet. Das Überleben des ganz jungen Tieres ist jeweils abhängig von einem „Angstmechanismus“ und andererseits ist das Erleben der Mutter durch das Kind bei jedem Typus ganz verschieden. In meinem Buch „Angst und Geborgenheit“ weise ich nach, wie das menschliche Kleinkind alle diese Typen und das heisst die verschiedenen Aspekte der Mutter und damit verbunden die entsprechenden Angstmechanismen sukzessive in seiner Entwicklung erlebt. Dies hilft uns die Erlebnisweisen und die Bedürfnisse eines kleinen Kindes besser zu verstehen.

1. Die Nestflüchter: Hier ist das Jungtier fähig sich schon kurze Zeit nach der Geburt auf die Beine zu erheben und es folgt der Mutter in ihrer Herde überall hin nach, beispielsweise bei Rindern oder Pferden. Hätte ein solches Jungtier keine *Trennungsängste*, würde es in der Herde

⁵ Sein Grundlagewerk: „Bindung, eine Analyse der Mutter – Kind – Beziehung“, 1975. „Trennung, psychische Schäden als Folge der Trennung von Mutter und Kind“, 1976. „Verlust: Trauer und Depression“, 1983, alle drei Bände sind bei Kindler, München erschienen. Im englischsprachigen Raum ist seine Forschung vor allem durch Marshall H. Klaus und

John H. Kennel weiterentwickelt worden: „Mutter-Kind-Bindung, über die Folgen einer frühen Trennung“, Kösel München 1983. Im deutschsprachigen Raum ist sie durch Karl-Heinz Brisch 1999: Bindungsstörungen, von der Bindungstheorie zur Therapie, Klett-Cotta und Karl-Heinz Brisch und Theodor Hellbrügge (Hgs.) 2007: „Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung, Schwangerschaft, Geburt und Psychotherapie“, Klett-Cotta, Stuttgart und durch Karin und Klaus E. Grossmann 2004 vervollständigt worden: Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit, Klett-Cotta, Stuttgart. Im dreibändigen Werk von Martin Dornes sind alle neuen Beobachtungen und Theoriebildungen über das Baby und Kleinkind enthalten – der Zwiespalt zwischen Freud und Bowlby wird hier immer wieder klar beschrieben und

thematisiert: „Der kompetente Säugling“, 1993, „die frühe Kindheit“, 1997, „Die emotionale Welt des Kindes“, 2000, alle

Bände im Fischer Verlag, Frankfurt. Als Ergänzung zum Bindungsverhalten sei auch auf das „Zürcher Modell“ von Norbert Bischof hingewiesen. Im Artikel von Ursula Henzinger (2006): Stress als Teil eines kompetenten Systems, Nähe und Distanz in der frühen Mutter-Kind-Beziehung. In: Brigitte Borrmann und Beate A. Schücking: Stillen und Müttergesundheit. Vandenhoeck und Ruprecht, Göttingen. Das Buch von Ursula Henzinger zum gleichen Thema: humanthologische Beiträge zu Bindung und Autonomie wird 2013/14 erscheinen.

seine Mutter sofort verlieren. Mutter und Baby sind über stimmliche Äusserungen konstant miteinander in Verbindung. Beim Menschen beginnt diese Angstphase schon im Laufe des ersten Lebensjahres, erreicht ihren Höhepunkt jedoch vor allem im zweiten Lebensjahr, nämlich wenn es zu laufen beginnt. Positiv ausgedrückt: Die Mutter ist ein *Sicherheitsfeld* (secure base), von dem aus die Welt entdeckt und „erobert“ wird. Je sicherer seine Bindung an die Mutter, desto grössere Kreise kann sich ein Kleinkind erlauben, desto grösser ist sein Neugierdeverhalten, desto weiter kann es sich von der Mutter wegbewegen.

2. Nesthocker: Bei den Nesthockern kommt das Jungtier nackt und mit geschlossenen Augen auf die Welt. Die Mutter hat für ihre Jungen – meist sind es mehrere - ein Nest gebaut. Sie selbst geht den grösseren Teil des Tages auf Nahrungssuche, um die Jungtiere zu ernähren. Ein paar Tage nach der Geburt beginnen die Jungen ihre Augen zu öffnen und können sich dann auch kriechend fortbewegen. Hätten sie nun keine Angst vor der ihnen fremden Umgebung, würden sie in den sicheren Tod kriechen. Durch die *Fremdenangst* bleiben sie an die Umgebung des Nestes gebunden, sie ist ein notwendiger Mechanismus zum Überleben der Jungtiere. Das menschliche Kinder erlebt diese Phase vorwiegend im zweiten Halbjahr, wenn es zu kriechen beginnt: Kleinkinder sind dann eher scheu in fremden Umgebungen und unbekanntem Menschen gegenüber. Positiv ausgedrückt: Ein Baby ist an seine hauptsächliche Betreuerperson, meist ist es die Mutter, gebunden. Und je stabiler die Bindung erlebt wird, desto sicherer kann es auch *Bindungen* zu anderen Betreuerperson eingehen.

3. Die Mutter – Kind – Beziehung bei den Affen zeichnet sich durch eine ganz spezielle Situation aus, in dem die Mutter selbst das Nest für ein Jungtier darstellt – nach der Geburt hält es sich mit Händen und Füssen am Fell der Mutter fest. Verliert es nur einen Griff, beginnt es sofort zu weinen oder gar zu schreien und die Mütter reagieren sofort auf diese Notsignale, denn die Affen leben häufig auf Bäumen: Ein Kind wäre ohne diesen sicheren Körperkontakt direkt vom Tod bedroht. Die hauptsächliche *Angst* bei den Primaten besteht somit vor dem *Verlust des Körperkontaktes* mit der Mutter. Ein Baby das sich umgekehrt am Körper der Mutter befindet, fühlt sich *geborgen*, sein primäres Bedürfnis ist erfüllt. Wir Menschen haben unser Fell vor ca. 45 Mio. Jahren verloren, trotzdem wäre ein Neugeborenes auch heute noch fähig, sich mit den Händen am Fell der Mutter festzuklammern. Daraus ist ersichtlich, wie archaisch das *Bedürfnis nach Körperkontakt* beim menschlichen Baby ist.⁶

⁶Zu diesem Thema gab es früher drei wichtige Bücher: Desmond Morris, 1972: „Liebe geht durch die Haut“, Droemer Knauer, München/Zürich. Bernhard Hassenstein 1973: „Verhaltensbiologie des Kindes“, Piper München (heute 5. überarbeitete Auflage 2001) und Ashley Montagu, 1974: „Körperkontakt, die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen“, Klett – Cotta, Stuttgart. Unbedingt erwähnt werden muss in diesem Zusammenhang auch das Buch

Nach diesem Exkurs in die Evolution, um die archaischen Bedürfnisse und Ängste eines menschlichen Babys zu verstehen, will ich mich nun einer spezifischen Eigenheit der menschlichen kleinkindlichen Situation zuwenden. Als die Menschen ihr Fell vor circa 4 – 5 Mio. Jahren verloren haben, konnte sich ein Baby nicht mehr selber am Fell der Mutter festhalten, es musste getragen werden. Deswegen auch haben alle **traditionellen Kulturen** irgendeine Tragehilfe geschaffen (ursprünglich Schlingen, später Tragetücher). Aber auch damit wäre eine Mutter überfordert gewesen, denn die ursprünglichen Menschen sind als Jäger und Sammlerinnen den ganzen Tag herumgezogen, je nach Nahrungsangebot in ihrem

Lebensraum.

Dabei ist die Mutter sicher die wichtigste, aber nur *eine* von mehreren Betreuungspersonen, welche ihr behilflich sind ihr Baby oder Kleinkind zu tragen⁷.

Zurück zu „Angst und Geborgenheit“: an Hand von drei Beispielen aus ganz verschiedenen Kulturen zeige ich, wie unterschiedlich Babys in den jeweiligen Gesellschaften erlebt und entsprechend behandelt werden. In dieser Zeit der emotional grössten Prägnanz werden sie so betreut, dass sie sich später als Erwachsene gefühlsmässig in ihrer Kultur eingepasst fühlen⁹.

von Jean Liedloff 1982: „Auf der Suche nach dem verlorenen Glück, gegen die Zerstörung unserer Glücksfähigkeit in der frühen Kindheit“. C.H. Beck München, (neue Auflage 2006). Heute gibt es eine grosse Menge populärer Bücher zum Thema Körperkontakt und Bindung, vergl. etwa Barbara Sichter mann 1981: „Leben mit einem Neugeborenen“, Fischer Frankfurt.

⁷ Sarah Blaffer Hrdy hat darüber ein wunderbares Buch geschrieben: Mütter und Andere. Sie sieht in dieser „kooperativen Kinderaufzucht“ einen wesentlichen Schrittmacher in der Evolution des Menschen: Babys müssen so zu Spezialisten geworden sein, 1) um Gemütsstimmungen von ihren Müttern und von anderen Betreuerpersonen zu lesen und das heisst zu verstehen und 2.) um ihre eigenen Bedürfnisse anderen Menschen mitzuteilen. Hier liegt nach Blaffer Hrdy die Wurzel, warum wir Menschen hypersozial sind, hier liegt die Wurzel für unsere Fähigkeit zur Empathie und zum Teilen. Und schliesslich ist diese Spezialisierung des menschlichen Babys auch eine wesentliche Ursache für die Grösse, für die höhere Entwicklung des menschlichen Gehirns, was uns von allen anderen Tieren, was uns von den Menschenaffen unterscheidet. Das kriegerische Verhalten beim Menschen entsteht erst nach der Entwicklung von Eigentum – eine späte Entdeckung in der kulturellen Evolution des Menschen. Siehe auch das ältere Buch von Sarah Blaffer Hrdy 2000: „Mutter Natur, die weibliche Seite der Evolution“, Berlin Verlag, Berlin. Siehe zudem Barry S. Hewlett und Michael E. Lamb (eds.) 2005: Hunter-Gatherer Childhoods, Evolutionary, Developmental and Cultural Perspectives. Transaction Publishers, New Brunswick, New Jersey.

⁸ 10'000 Jahre vor unserer Zeit sind die menschlichen Kulturen allmählich sesshaft geworden, d.h. 50-100 Personen leben in einem Dorf, um welches herum sie ihre Äcker für die benötigten Nahrungsmittel anbauen oder ihre Tiere halten können. Dabei wird es auch möglich, dass eine Mutter ihr Baby tagsüber an einer bestimmten Schlafstätte niederlegen kann.

⁹ „Angst und Geborgenheit“ haben vor allem Mütter gelesen und sie haben „meine Botschaft“ richtig verstanden: Wenn jedes Volk ihre Babys anders behandelt, dann gibt es keine „Norm“, jede Mutter kann selber entscheiden und das heisst auf ihre innere Stimme hören, wie sie ihr Baby, ihr Kind betreuen, wie sie mit seinen Wünschen und Bedürfnissen umgehen möchte.

Jedoch trotz der Verschiedenheit der Kleinkinderbetreuung bei allen Kulturen gab es eine herausragende *Gemeinsamkeit* in der Beschreibung der traditionellen Völker und Kulturen: Alle Ethnologen waren sich darin einig, dass sie nie ein längeres Weinen oder Schreien eines Babys hören konnten. Auf seine Wünsche und Bedürfnisse und vor allem auf seine Angstäusserungen wird sofort reagiert. Oder anders ausgedrückt: Sein Weinen wird intuitiv als kleinkindliche Todesbedrohung erlebt.

Ganz anders ist die Situation in den „**Hochkulturen**“, hier leben die Menschen in Städten, sie sind „gefangen“ oder „eingesperrt“ in ihren Häusern. In den Hochkulturen gibt es Paläste und Tempel und all dies ist verbunden mit einer starken Konzentration von Eigentum, was die „Geburtsstunde“ des Krieges bedeutet. Alle Hochkulturen nun zeichnen sich dadurch aus, dass Mutter und Baby voneinander getrennt werden. Dabei gilt: *Je höher die Kultur, desto radikaler die Trennung*. Das Thema des weinenden Babys beschäftigt somit alle Hochkulturen angefangen bei den Sumerern vor 5-6 Tausend Jahren im Zweistromland des Nahen Ostens bis hin zu den Mayas oder Azteken im alten Mittelamerika. So lesen wir beispielsweise in der sumerisch medizinischen Literatur: „Baby warum weinst du so viel, du warst doch so ruhig im Bauch deiner Mutter. Durch dein Geschrei können sogar die Götter nicht mehr schlafen“¹⁰. Diese Trennung von Mutter und Baby in den Hochkulturen verstehe ich als *emotionale*

Einprägung in das entfremdete Leben der Menschen in den Städten. In der führenden „Adelsschicht“ aller Hochkulturen der Welt wird ein Baby zudem komplett von seiner Mutter getrennt und einer Amme übergeben, das heisst in der Oberschicht ist die Entfremdung von Mutter und Kind noch zusätzlich verstärkt, es ist dies die emotionale Einprägung innerhalb einer Adelsschicht. All dies bedeutet: In der Seele der Menschen aller „Hochkulturen“ ist ein weinendes und tobendes Baby verborgen. Je höher die Kultur, desto heftiger ist diese Trauer, Verzweiflung und Wut ausgeprägt – und damit „für immer“ im Kellergeschoss des Unbewussten verborgen.

¹⁰ Siehe mein Buch: Antike Mythen oder das Trauma der Geburt: das weinende Baby in Sumer und Babylon: 29-32.