

4 Intuitives elterliches Verstehen

Damit ein Kind optimal versorgt werden kann, braucht es ein Zusammenspiel zwischen kindlichen Signalen und elterlichem Verstehen. Aufseiten des Kindes wird das Bindungssystem aktiviert, wenn das Kind Zuwendung, Schutz und Nähe braucht. Es setzt dazu spezifische Signale wie Weinen, Arme ausstrecken, Quengeln und Lächeln ein.

Das Fürsorgesystem der Bezugsperson zielt darauf ab, dem Kind durch Aufnehmen, Wiegen, Streicheln, Singen und beruhigende Sprache Sicherheit zu vermitteln. Die Bezugspersonen greifen dabei auf eigene frühere Erfahrungen zurück, die sie selbst erlebt haben und die ihnen meist nicht bewusst zugänglich sind.

Man kann sich eigentlich darauf verlassen

Kinder sind zum Zeitpunkt ihrer Geburt vollkommen hilflos und in existenzieller Weise auf die Zuwendung und Versorgung ihrer Eltern oder Bezugspersonen angewiesen. Diese Hilflosigkeit und Abhängigkeit des Neugeborenen löst meistens bei den Eltern das Bedürfnis aus, das Baby zu schützen, zu pflegen und zu versorgen und alles Erforderliche dafür zu tun, dass es dem Kind gut geht, dass es sicher, gesund, zufrieden und glücklich ist. Das kleine Kind löst in den Eltern ein spezifisches **Fürsorgeverhalten** aus, welches es den Eltern tatsächlich ermöglicht, Tag für Tag und Nacht für Nacht zugewandt, engagiert und kümmерnd zu sein. Dieses Fürsorgesystem weckt oft die wertvollsten Eigenschaften in Menschen, sie wachsen über sich hinaus und zeigen ein Engagement und eine Verantwortungsbereitschaft, die sie in vielen Fällen selbst nicht erwartet hätten und sich früher vielleicht auch nicht zugetraut hätten.

Schon das Neugeborene steuert als „**kompetenter Säugling**“, was es zum jeweiligen Zeitpunkt benötigt, und aktiviert seine Bezugspersonen durch seine Signale. In einer sehr feinen Form können schon kleine Säuglinge kundtun, wie es ihnen geht und was sie brauchen. Sie können ihre psy-

chischen Grundbedürfnisse nach körperlicher Versorgung, nach Nähe und Zärtlichkeit, aber auch nach Abgrenzung und Ruhe in Abhängigkeit von ihrem jeweiligen Reifungsgrad vermitteln und die aktuell sinnvolle soziale Unterstützung einfordern. Wichtig ist aber, dass die Signale wahrgenommen, verstanden und adäquat beantwortet werden. Um dies zu ermöglichen, braucht es seitens der Bezugspersonen eine gewisse Achtsamkeit und Feinfühligkeit.

Störungen der intuitiven elterlichen Kompetenz

Aufgrund verschiedener Ursachen kann diese instinktive Verhaltenssteuerung beim Menschen gestört sein. Es braucht ein gewisses Maß an Aufmerksamkeit und Zuwendung, um die kleinen, aber deutlichen Signale des Kindes wahrzunehmen. Wer selbst belastet und gestresst ist, wird möglicherweise nicht die Aufmerksamkeit haben, zusätzlich noch auf die Wünsche seines Kindes zu achten. Ferner braucht es auch die Einsicht, dass das Kind diese Signale aus gutem Grund vermittelt. Wer beispielsweise befürchtet, sein Kind zu verwöhnen, wenn er oder sie es bei Kummer tröstet, wird keine Motivation entwickeln, auf das Weinen des Babys zugewandt einzugehen.



**Maximilian verweigert sich –
„mag er mich vielleicht nicht?“.**

Patrizia empfindet ihr Kind als fordernd und aggressiv

Patrizia ist eine 37-jährige, sehr gewissenhafte und erfolgreiche Steuerberaterin, deren Mann Alexander in der IT-Branche arbeitet und meist erst spät am Abend nach Hause kommt. Sie schildert, dass die Beziehung zu ihrem 10-monatigen Sohn sehr schwierig geworden sei: „Maximilian spuckt beim Füttern den Brei immer wieder aus. Wenn ich ihn abends stillen will, lehnt er die Brust zunehmend ab. Er tut mir auch weh beim Stillen. Zugleich fordert er sehr viel Zuwendung. Er ist anstrengend, schwer zu beruhigen und zum Teil aggressiv.“

Von meinen Eltern habe ich nur wenig Liebe erfahren. Die waren sehr streng und fordernd. Ich musste gute Noten nach Hause bringen und beste Leistungen zeigen, das war ihnen wichtig. Ich kann mich aber nicht erinnern, dass sie mich jemals in den Arm genommen hätten. Ich habe seit einigen Jahren keinen Kontakt mehr mit ihnen. Ich brauche sie glücklicherweise nicht mehr. Ich habe mich als Steuerberaterin selbstständig gemacht. Meine Kanzlei mit drei Angestellten läuft gut. Dafür habe ich in den letzten Jahren aber auch viel Zeit investiert; es ist nicht so leicht, sich einen Kundenstamm aufzubauen und sich am Markt zu etablieren. Da muss man am Ball bleiben. Wenn Maximilian ein Jahr alt ist, soll er in eine Krippe, damit ich wieder in der Kanzlei nach dem Rechten schauen kann.

Aber so anstrengend, wie er jetzt ist, weiß ich gar nicht, wie das gehen soll. Ich kann ihn kaum mal für eine Weile ins Bettchen legen, um etwas anderes zu machen. Aber auch wenn ich ihn auf dem Arm habe, quengelt er weiter. Er ist irgendwie immer nervös und angespannt. Er ist nie so richtig zufrieden. Manchmal habe ich das Gefühl, dass er mich nicht mag. Selbst nach dem Stillen ist er quengelig und unruhig. Kann er mich nicht einfach mal in Ruhe lassen? Ständig muss ich mich um ihn kümmern. Mir wird das alles zu viel. Ich gebe mir wirklich sehr viel Mühe, eine gute Mutter zu sein. Ich habe mich auch umfassend informiert und viel gelesen. Aber dieses Kind gibt nie Ruhe. Es scheint einen unangenehmen, fordernden Charakter zu haben. Manchmal finde ich ihn richtig unsympathisch.“

Patrizia ist im Umgang mit ihrem Sohn äußerst gewissenhaft und will alles richtig machen – ihr Bemühen, eine gute Mutter sein zu wollen, ist klar erkennbar. Im konkreten Kontakt fällt jedoch auf, dass sie die feinen Signale

ihres Kindes nicht deutlich genug wahrnimmt und sein Bedürfnis nach mehr entspanntem Kontakt und Zuwendung ignoriert. Ihr Sohn erlebt das Füttern seiner Mutter als bedrängend und anstrengend. Der angespannte Gesichtsausdruck der Mutter beim Füttern sowie ihre Neigung, ihm ständig ihren Willen aufzudrücken, provoziert bei dem Sohn Abwehr und Abwendung. Aufgrund der eigenen schwierigen Erfahrung innerhalb ihrer Ursprungsfamilie kann die Mutter diese Signale nicht als gesundes Wehren gegen zu viel Druck verstehen, sondern *interpretiert sie als Ablehnung ihrer eigenen Person*. Darauf reagiert sie mit noch mehr Bemühen um Perfektion und wird noch angespannter und verkrampt.

Der Vater, welcher in dieser Situation unterstützend und entzerrend wirken könnte, ist zu wenig da. Im Moment wäre es hilfreich, wenn die enge und nicht unproblematische Beziehung zwischen Mutter und Baby durch eine weitere Person erweitert wird. Man spricht hierbei auch von „**Triangulierung**“: Aus einer Zweierbeziehung wird eine Dreierbeziehung – ein Dreieck. Diese dritte Person schafft Abstand, Raum und ermöglicht sowohl der Mutter als auch dem Baby, sich ein bisschen voneinander zu lösen. Die väterliche Unterstützung wäre für die Mutter jetzt notwendig. Zudem würde Patrizia eine andere Umgangsform des Vaters mit dem Sohn wahrnehmen können, welche ihr alternative Strategien des Zugangs aufzeigen und somit einen Ausweg aus der momentanen Verunsicherung und Anspannung aufweisen könnte. Die eigenen Beziehungserfahrungen, auch die schwierigen, misslingenden und traumatischen Beziehungserfahrungen, werden – unbewusst – im Rahmen der Beziehung mit dem eigenen Kind wieder aktiviert. So kann z.B. das Weinen des Kindes das eigene Erleben von Angst, Verlassenheit oder Einsamkeit reaktivieren und die Mutter in unerträgliche Spannungszustände versetzen. Sie hat dann nicht mehr die Möglichkeit, beruhigend und sicherheitgebend zu agieren, sondern gerät in eine innere Verfassung, in der sie zum Teil *ihr Kind mit sich selbst verwechselt*. Sie verliert dadurch ihre Erwachsenenposition, auf welche das Kind angewiesen ist, und rutscht in kindliche und bedürftige innere Zustände.

In diesem Prozess geht die intuitive Feinfühligkeit verloren. Je schlechter es der Mutter geht, desto unverbundener wird sie sich selbst erleben, und umso schlechter wird sie ihr Kind wahrnehmen und versorgen können. Die sich entwickelnde Distanz zum Kind ist somit kein Ausdruck fehlender Liebe und