

Bonding – die sensibelste Phase der kindlichen Prägung in den ersten zwei Lebensstunden

Vortrag von Renate Fegter, IBCLC

Seit Anfang des letzten Jahrhunderts beschäftigen sich Psychologen, Verhaltensforscher und Kinderärzte mit der Frage, welche Auswirkungen die ersten Erfahrungen eines Neugeborenen auf dessen physiologische und psychische Entwicklung haben. Sie sehen die Ursachen gesundheitlicher Störungen zunehmend in Irritationen während der frühkindlichen Prägungsphase, medizinische Wissenschaftler dagegen vermuten mehrheitlich genetische Einflüsse.

Die Summe der Ergebnisse von Wissenschaft und Forschung gibt uns heute die Möglichkeit, die Hintergründe der „Bonding-Phase“ und deren Bedeutung für die kindliche Entwicklung zu erkennen. Informationen aus medizinischen und psychologischen Fachbüchern und eigene Erfahrungen als Kinderkrankenschwester und Stillberaterin, ergeben den Inhalt meines Referates.

Bonding ist die Verbindung der prä- und postnatalen Selbstwahrnehmung von Mutter und Kind in körperlicher und emotionaler Einheit.

Die Erfahrungen in der Bondingphase bedeuten für ein Kind die zentrale Prägung der **physiologisch-emotionalen** und der **kognitiv-ethischen Entwicklung**. Sie sind gespeichert, aber nicht rational, sondern nur emotional abrufbar.

Ich will versuchen, diese Aussagen in der Kürze der Zeit deutlich zu machen, und spreche über

1. die **intrauterine Entwicklung und Erfahrungen**
2. **den Ablauf einer Bondingphase**
3. **die Auswirkungen des „Bonding“**

1. Intrauterine Entwicklung und Erfahrungen

Wenn ein Kind termingerecht geboren wird, hat es bereits eine Fülle von Wahrnehmungen gespeichert. Es hat überwiegend Sinnesreize kennen gelernt, die Wohlfühlen auslösen, also Erfahrungen mit gestillten Bedürfnissen. Bedürfnisse sind individuelle Ansprüche der Sinne oder genauer gesagt, individuelle Ansprüche der sensorischen Nervenzellen, die in den unterschiedlichen Sinnesorganen Wahrnehmungen empfangen. Die Sensibilität von Sinnesrezeptoren ist genetisch vorgegeben. Jeder Sinnesreiz wird individuell wahrgenommen. Der erste Reiz eines Sinnesrezeptors gilt als prägend, weil er im Gehirn als Grundinformation gespeichert wird und die Orientierung für weitere Wahrnehmungen ist. Das Gehirn wird häufig mit einem Computer verglichen, er wird durch Sinnesreize programmiert. Jeder Sinnesreiz gibt über das neurale Reiz-Leitungssystem einen Impuls für physiologische und psychische Abläufe.

Genetische Anlagen und Prägung können also nicht getrennt gesehen werden, sie ergänzen sich und machen eine individuelle Entwicklung erst möglich.

Die Entwicklung braucht hormonelle Einflüsse und Wahrnehmungen. Zur vorgeburtlichen Entwicklung der Organe und ihrer Funktionen sowie zur Wahrnehmungswelt des ungeborenen Kindes gibt es inzwischen ausreichend Literatur¹, um zu erkennen, wie mit der Zunahme sensorischer Impulse auch die neurale Steuerung zunimmt. Ich empfehle das Buch von Marianne Krüll, „Die Geburt ist nicht der

Anfang“, weil es umfassend und allgemein verständlich geschrieben ist.

Es ist bekannt, dass Gehirn und Nervensystem eines ausgetragenen Neugeborenen noch relativ unreif sind. Das heißt, zur autonomen Steuerung von Körperfunktionen und Körpergefühl fehlen noch die Impulse derjenigen Sinnesrezeptoren, die erst im Außen aktiv werden. Darum ist ein Säugling über den Geburtstermin hinaus auf Stimulationen im vertrauten Körperkontakt und auf die Botenstoffe in der Muttermilch angewiesen. Nur so sind störungsfreie Körperfunktionen und gleichzeitig der neurale Reifeprozess möglich.

Der Psychologe John Bostock schlug für den Zeitraum der physiologisch-emotionalen Entwicklung die Bezeichnungen **Uterogestation** und **Exterogestation** vor¹¹ und sprach von einer zeitgleichen Dauer. Ich habe die schrittweise Zunahme der sensorischen Impulse während der Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit in einer sog. Wahrnehmungspyramide grafisch dargestellt.

In der Waagerechten ist der zeitliche Ablauf zu sehen. Links der Mittellinie die 40 Wochen der Schwangerschaft, rechts die ersten 40 Lebenswochen. Die Mitte steht für die innere Mutter. In der Senkrechten sehen wir fünf Wahrnehmungsebenen und die zu- und wieder abnehmende körperliche Bindung von Mutter und Kind.

Die Wahrnehmungsebenen zeigen den Funktionsbeginn der unterschiedlichen Sinne. Die Entwicklung durch Sinnesreize beginnt, wenn ein Embryo ca. 15 Tage alt ist. Dann sind die Anlagen für das Gehirn vorhanden, und im Neuralrohr werden alle Nervenzellen gebildet¹¹¹. Sie wandern an ihren Ort und beginnen sofort, sich zu vernetzen. Die Hautrezeptoren für Sensorik sind sofort aktiv. Schon erste Impulse stellen Nerven- und Muskelverbindungen

her. Nur so ist die frühe Herzaktion zu erklären. Die neurale Entwicklung eines Embryos geht ausschließlich von Hautstimulationen aus. Die Untersuchungen von D. Hooker und T. Humphrey zeigen, dass dieser bereits in der sechsten Schwangerschaftswoche auf Berührung mit Bewegung reagiert. Durch zunehmende Eigenbeweglichkeit beginnt mit der fetalen Phase die Entwicklung eines Körpergefühls. In dieser Zeit nimmt eine Frau ihr Kind erstmals wahr. Mit der Fähigkeit zu riechen und zu schmecken nimmt die individuelle Selbstwahrnehmung zu und gleichzeitig beginnt der Reifeprozess des Verdauungsapparates. Im Ultraschall sehen wir in dieser Zeit, dass ein Kind sich selbst stimuliert, indem es am Daumen saugt. Ab der 24. Schwangerschaftswoche beginnt es zu hören. Akustische Reize scheinen die Lungenreife wesentlich zu beeinflussen. Mit der Wahrnehmung visueller Reize sind alle Sinnesorgane gleichzeitig aktiv. Deren gemeinsame Impulse lösen einen Energiefluss aus, der alle Körperfunktionen anregt. Durch die intensive gegenseitige Stimulation von Mutter und Kind ergeben sich jeweils Hormonsituationen, durch die beide physisch und psychisch auf die Geburt vorbereitet werden.

Alle intrauterinen Sinnesreize prägen die erste Selbstwahrnehmung eines Kindes. Es fühlt sich durch sich selbst wohl, denn die Mutter ist Teil seines Selbst. Ein Kind bleibt auch nach der Geburt in der Selbstwahrnehmung. Es gibt eine Gesetzmäßigkeit in der menschlichen Entwicklung, nach der ein Kind so konditioniert ist, dass es sich in seinem Empfinden und Verhalten so lange an der Mutter orientiert, bis es sich selbst kennt.

gerade geborenes Kind an sich zog. Wenn Odent sagt: „Heute besteht kein Zweifel mehr, dass sowohl die Mutter als auch das Baby nach der Entbindung für eine bestimmte Zeit von Opiaten geradezu überschwemmt sind“^V, dann heißt das, dass beide in einem emotionalen Zustand sind, in dem das Außen keinen Platz hat. Wenn ein Neugeborenes auf dem Körper der Mutter liegt und ruhig wird, zeigen wir die größte Achtung, indem wir dieses Bild in Stille genießen. Nichts kann so wichtig sein, dass wir die Frau ansprechen und aus dem emotionalen Wahrnehmungszustand holen müssen. **Die Bondingphase braucht den Genuss des eigenen Seins, den Genuss des Glücks durch sich selbst.**

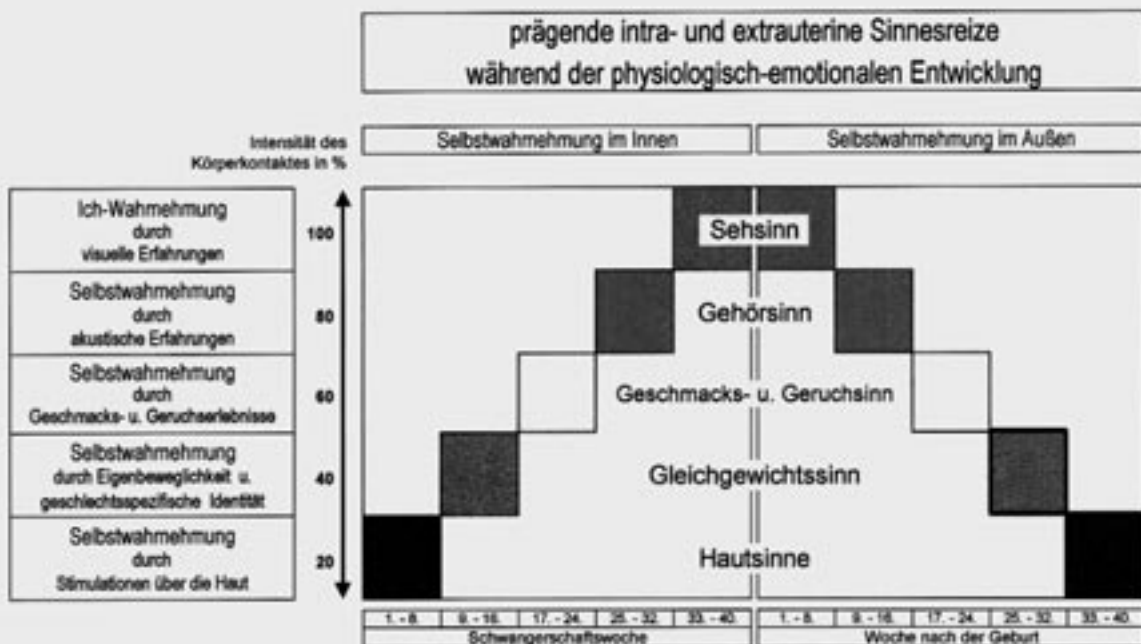
2. Ablauf der Bondingphase

2.1. Physiologisch-emotionale Prägung

Mit dem ersten Schrei fordert ein Neugeborenes die ihm vertrauten Wahrnehmungen im Einheitsgefühl mit der Mutter ein. Michel Odent hat in seinem Buch „Die Wurzeln der Liebe“ ausführlich über die Hormonsituation von Mutter und Kind während und kurz nach der Geburt gesprochen. Er schreibt, dass eine Frau durch den hormonellen Höchststand von Endorphinen und Adrenalin unmittelbar nach der Geburt eine aufrechte Haltung einnimmt, voller Energie ist und plötzlich den Drang verspürt, etwas oder jemanden zu packen^{IV}. Ich selbst habe erlebt, wie eine Frau völlig abwesend aus dem Vierfüßlerstand hochkam und ihr

Durch die vertrauten Wahrnehmungen am Körper der Mutter findet ein Kind die Impulse zur Aktivierung der Organfunktionen, die es vitalisieren. Während die Mutter noch abwesend ist, entwickelt ihr Baby schon eine solche Eigendynamik, dass es alleine die Mamille findet. Es ist voller Vertrauen und zeigt dies mit dem Öffnen des Mundes. Es signalisiert Offenheit für die Suche nach neuen Wahrnehmungen. Es traut sich zu, für sich zu sorgen, und stellt die körperliche Einheit mit der Mutter wieder her, indem es die

Wahrnehmungspyramide



Mamille mit dem Mund umschließt. Die Berührung des Gaumens durch die Mamille löst den Saugreflex aus. Gleichzeitig erlebt das Neugeborene ein Gefühl von Lust und Glück. Die Stimulation des weichen Gaumens, der in der embryonalen Phase Teil des Hypophysen-Vorderlappens war, löst eine sofortige Hormonausschüttung, besonders die von Endorphinen, aus.

Damit macht das Kind eine ganz neue Erfahrung des Glücks und des Wohlfühlens durch sich selbst. Es hört den vertrauten Herzschlag der Mutter und sieht das erste Mal Helligkeit. Alle Sinne erhalten gleichzeitig vertraute und neue Impulse, die einen harmonischen Energiefluss und eine einheitliche emotionale Prägung möglich machen. Diese Erfahrung löst Lebensfreude und Neugierde auf sich selbst aus. Beim Stillen sind die Augen von Mutter und Kind ca. 25-30 cm voneinander entfernt. Genau so weit, wie ein Neugeborenes klar sehen und fixieren kann.

2.2. Kognitiv-ethische Prägung

Mit der Suche nach Blickkontakt beginnt die Verbindung von emotionalen mit kognitiven Wahrnehmungen. Wenn ein Kind mit großen Augen dem Blick der Mutter begegnet, sieht es wie in einen Spiegel. Es sucht im Gegenüber das „Ja“ zum Glück des eigenen Seins. Es sucht Augen, die den Genuss ausdrücken, den es selbst beim Stillen findet. Ein Kind findet ihn, wenn auch die Mutter in einem emotionalen Bewusstseinszustand ist, in dem sie nicht darüber nachdenkt, ob sie wohl Milch hat oder ob sie irgendwelchen Ansprüchen gerecht wird. Eine Frau, die entspannt die Stimulation des Saugens genießt und dabei in die neugierigen Augen ihres Kindes sieht, teilt diesem ihr Glücksgefühl mit. Ein Säugling ist der Spiegel der Mutter. Er nimmt sich mit ihren Augen wahr. Umgekehrt lernt eine Frau sich durch ihr Kind kennen. Dessen strahlende Augen prägen eine positive Selbstwahrnehmung als Mutter. Mit dieser Erfahrung beim ersten Stillen ist die Bondingphase abgeschlossen. Sie gibt Mutter und Kind Vertrauen in die eigene Stillfähigkeit, in emotionale Bedürfnisse und die Erfahrung, aus sich selbst heraus

für inneres Glück sorgen zu können. Beide fühlen Liebe durch Vertrauen im „Ich“.

Wenn Michel Odent^{vi} Oxytocin das Hormon der Liebe nennt, dann denkt er dabei an die **altruistische** Liebe. Wenn wir das Geben beim Stillen in den Vordergrund stellen, dann folgt das Nehmen, wenn eine Frau sich durch ihr zufriedenes Kind wohlfühlt. Dieses Bild der selbstlosen Liebe gerät zunehmend ins Wanken.

Eine Frau, die den Genuß des eigenen Empfindens im Körperkontakt zum Kind zulässt, zeigt diesem beim Stillen das Glück des Nehmens oder **selbstbewusste** Liebe. Diese Liebe beginnt mit der Ausschüttung von Endorphinen und Prolaktin, der die von Oxytocin folgt. Sie ist ohne Anspruch und löst gegenseitiges Vertrauen aus. Wir leben heute glücklicherweise in einer Gesellschaft, in der auch Frauen der Genuss des eigenen Körpers gestattet wird. Die veränderten Moralvorstellungen machen eine selbstbewusste Liebe möglich.

Unabhängig davon, ob ein Kind durch Bonding sein selbstloses oder selbstbewusstes „Ich“ kennen lernt: Das Faszinierende und Einzigartige an der Bondingphase ist die Verbindung der emotionalen und der kognitiven Selbstwahrnehmung durch die Mutter. Das Erleben von Glück in Verbindung mit der Erfahrung, selbst für Bedürfnisbefriedigung sorgen zu können, führt zu der Erkenntnis, auch die Verantwortung für sich selbst übernehmen zu können. Diese Erkenntnis, die vielleicht nur eines Augenblicks bedarf, braucht Erfahrungen der Bestätigung.

Dafür genügt nicht das Selbstvertrauen einer Frau, dafür sind Mutter und Kind auch auf partnerschaftliches Vertrauen angewiesen. Sie sind darauf angewiesen, daß der Vater und andere Bezugspersonen ihr Einheitsgefühl so lange akzeptieren und möglich machen, bis beide sich für das „Außen“ öffnen. Für diese Zeit kennen wir den Ausdruck „Wochenbett“. Die gestillte Sehnsucht nach Einheit gibt Mutter und Kind Vertrauen für den Beginn einer angstfreien Lösung.

3. Auswirkungen des „Bonding“

Aus physiologischer Sicht werden in der Bondingphase das „primär sensorische Zentrum“ (Empfinden) und das „sekundäre sensorische Zentrum“ (Erkennen) miteinander verbunden. Deren gemeinsame Impulse fließen in sog. höheren „Zentren“ zur Begriffsbildung und Entschlüsselung zusammen^{vii}. Sie geben einem Kind das Gefühl der inneren Einheit und Energie durch die komplexe Vernetzung aller sensorischen Impulse.

In der Literatur wird der Zeitraum für die Prägung auf einen Menschen mit 18-20 Stunden angegeben^{viii}. Das heißt, dass ein Kind in dieser Zeit sein vorgeburtliches Vertrauen bewahrt. Seine Suche nach Bindung kann allerdings so groß sein, daß es sich – bei einer zu frühen Trennung von der Mutter – in einer liebevollen anderen Bezugsperson, meist im Vater, erkennt. Diese Prägung teilt sein Selbst, weil es eine andere emotionale als kognitive Orientierung hat. Diese Irritation verursacht nicht nur Stillprobleme. Ein Neugeborenes, das in der Prägungsphase keine Verbindung zu vorgeburtlichen Erfahrungen findet, verliert sein emotionales Selbstvertrauen, das heißt, es verliert das Vertrauen in seine Bedürfnisse. Dieser Verlust löst Ängste mit schockähnlichen Reaktionen und innerer Unruhe aus. Ohne Bonding-Erfahrung ist eine Mutter-Kind-Beziehung belastet, weil das Vertrauensverhältnis einen Bruch erlitten hat. Die wenigsten Frauen trauen sich danach zu, die Bedürfnisse ihres Kindes stillen zu können. Allein eine selbstbewusst liebende Frau mit einer positiven Selbstwahrnehmung als Mutter kann das Selbstvertrauen ihres Kindes wieder aufbauen.

Jedes Neugeborene, das bei der Geburt schreit, ruft nach der Mutter. Es verdient unsere Achtung und die Akzeptanz seiner Ur-Bedürfnisse. Wenn wir uns angewöhnen könnten, den Abschluss einer Geburt erst nach erfolgtem „Bonding“ zu sehen, gäben wir jedem Kind die Chance, zu lieben, eine gesunde Entwicklung zu erleben und die eigene Persönlichkeit entfalten zu können.

*Renate Fegter, IBCLC, Dorfstr. 22b,
D-24857 Stexwig, E-mail: reate.fegter@netz-kasten.de*