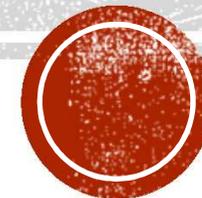


AUTONOMIE

DIE UNTERSCHÄTZTE DIMENSION DER **BINDUNGSENTWICKLUNG**



Ursula Henzinger, Fachtag am 26. 4. 2024

1. ZUM AUTONOMEN VERHALTEN

WAS IST AUTONOMIE?

- Bei autonomen Menschen zu beobachten:
 - „Pulsieren“ von entspannter Gelassenheit und kraftvollem Muskeltonus
 - Folgen der Faszination bestimmter Reize
 - Aushalten von Spannungen
 - Zurückweisen und Ganz-bei-sich-Bleiben
 - Wechsel von Staunen und Sich-Ausdrücken
 - Aufgaben Annehmen und Bewältigen
 - Sich-Bewegen und Rückzug
 - Kooperieren
- Bedeutung des Wortes (griech.): Selbstgesetzlichkeit

Beispiel: entspannte Gelassenheit und kraftvoller Muskeltonus

Nach einer Geburt in Norwegen 1936 ist einiges an der Mutter zu tun. Weil die Hebamme alleine damit zurechtkommen muss, legt sie das Baby inzwischen auf den Bauch der Mutter. Es hat viel Zeit, niemand stört ihre unwillkürlichen Bewegungen und Ruhephasen dazwischen. So arbeitet sie sich zur Brust hoch, findet die Brustwarze und beginnt zu saugen. (Geburt der Ethologin Bergljot Børresen)

Heute weiß man aus systematischer Forschung, dass Neugeborene, die die Brustsuche autonom steuern können, das komplexe Zusammenspiel von Atmen, Saugen und Schlucken perfekt beherrschen.

Beispiel: Zurückweisen und Ganz-bei-sich-Bleiben

Anton*, neugeboren, unerwünschtes 4. Kind. Notkaiserschnitt. Die Mutter fühlt sich schwer verletzt. Der Vater versorgt das Baby und bringt es ihr zum Stillen. Danach wird es unruhig.

Zurück beim Vater genießt es den Körperkontakt sichtlich.

Beispiel: Zurückweisen und Ganz-bei-sich-Bleiben

Mia*, 6 Monate, seit kurzem in einer Pflegefamilie. Die Pflegemutter füttert die neben ihr liegende Mia aus ziemlicher Distanz mit dem Fläschchen. Sie erklärt, die Kleine hat es so „eingefordert“.

Mia saugt ruhig und entspannt.

Beispiel: Zurückweisen und Ganz-bei-sich-Bleiben

Lea*, 2 Jahre. Auseinandersetzung mit einem anderen Kind. Zorniges Weinen. Die Mutter bietet eine Leckerei an, um sie zu beruhigen. Lea unterbricht das Weinen, bleibt, wo sie ist und sagt: „I bin no ned fertig mit Weinen!“

Danach schreit sie weiter.

AUTONOMIE ALS TEIL DYNAMISCHER SYSTEME

Ein System ist ein Ganzes, bei dem jede Veränderung eines Teils auf die anderen zurückwirkt.

Intrapsychische Regulation - Bedürfnissystem

Dynamik durch innere Abstimmung eigener sozialer Bedürfnisse nach 1. emotionaler Sicherheit, 2. spannenden Reizen und 3. etwas selbst zu tun

- das Baby kann von Anfang an seine Bedürfnisse autonom wahrnehmen und zunehmend differenzierter ausdrücken
- das Bedürfnis nach Sicherheit ist grundlegend
- jede selbst gewählte, selbst gesteuerte und selbst gelöste Herausforderung verstärkt den Anspruch auf Autonomie und vermindert das Bedürfnis nach Sicherheit von außen
- es gibt keine „internen Kontrollen“ für Autonomie

Regulation durch Interaktion – Beziehungssystem Triade

Dynamik der Abstimmung kindlicher Bedürfnisse mit denen der Bezugspersonen, beeinflusst von deren „triadischer Kompetenz“

- Autonomie braucht emotionale Sicherheit innerhalb der Triade oder eines anderen ausreichend verlässlichen Fürsorge-Systems
- Konflikte gehören zunehmend dazu – es gibt nur „äußere Kontrollen“ für Autonomie
- Bindung = Ergebnis vieler zirkulärer („triadischer“) Regulationsprozesse
- Autonomie kann ein gewisses Defizit an Bindung kompensieren

2. DER ZWECK FRÜHKINDLICHER AUTONOMIE

BINDUNG

- wird in der Schwangerschaft grundgelegt.
- kann durch Körperkontakt am Lebensbeginn und „prägungsähnliche Prozesse“ (Bonding, Re-Bonding) nachhaltig etabliert werden.
- entsteht vor allem durch sehr viele kleine unspektakuläre alltägliche Eltern-Kind-Interaktionen während der ersten 4-5 Lebensjahre.
- gelingt am leichtesten, wenn es dem Kind überlassen wird, den Bindungsaufbau zu initiieren und aufrecht zu erhalten.

KINDLICHES BINDUNGSVERHALTEN

ist **angeborenes Verhalten**,
das **im Zustand der psychischen Unsicherheit**
durch den Wunsch nach Nähe ausgelöst wird.

Dazu gehört:

Saugen, Lächeln, Rufen, Schreien, Anklammern, Nachfolgen (John Bowlby).

3. DIE UNTERSCHÄTZTE DIMENSION

DIE ENTWICKLUNG AUTONOMEN VERHALTENS

Jeder frühkindliche Reifungsschritt erweitert den Aktionsradius des Kindes

- verändert die Wahrnehmung auf einer neuen Entwicklungsebene
- lässt neue Wahrnehmungskategorien (Zusammenfassung von Reizen) entstehen, die den Herausforderungen der jeweiligen Entwicklungsebene perfekt angepasst sind

DIE ENTWICKLUNG AUTONOMEN VERHALTENS

Jeder frühkindliche Reifungsschritt erweitert den Aktionsradius des Kindes,

- verändert die Wahrnehmung auf einer neuen Entwicklungsebene und
- lässt neue Wahrnehmungskategorien (Zusammenfassung von Reizen) entstehen, die den Herausforderungen der jeweiligen Entwicklungsebene perfekt angepasst sind
 - ab der Geburt: Wohlbehagen und Unbehagen
 - ab 6-9 Monaten: „vertraut“ und „fremd“
 - ab 14-24 Monaten: „Ich“ und „Du“
 - ab 4-5 Jahre: „Was kann/muss/will/soll/darf/mag ich (nicht) tun?“

BEOBACHTBARES BINDUNGSVERHALTEN BIS 5 JAHRE



BEOBACHTBARES BINDUNGSVERHALTEN BIS 5 JAHRE

Das Kind findet nach jedem Reifungsschritt neue Wege zur Nähe:

Annäherungsverhalten (wirkt bottom-up – löst Liebesverhalten bei der Bezugsperson aus):

- ab der Geburt (**Körperkontakt und Konstanz**): Brust-Suchen, Saugen, Augenkontakt, Sich-Anschmiegen, Lächeln, Rufen, Weinen
- ab 6-9 Monaten (**intuitiv einschätzbare Nähe zur 1. Bezugsperson**): Schutz- und Trostsuchen, Teilen von Freude und Schmerz, Kuschneln, Nachfolgen, Sich-Versöhnen
- ab 14-24 Monaten (**emotional stimmige Nähe zu einigen wenigen Bezugspersonen**): Sprechen über Gefühle, Verhandeln von Motivationen, Versuche, zu trösten und helfen
- ab 4-5 Jahren (**kognitiv nachvollziehbare Nähe zu mehreren Bezugspersonen**): vertrauensvolles Erzählen, Nachfragen, Kooperieren, Zeigen von Liebe und Treue

Beispiel: intuitiv einschätzbare Nähe zur 1. Bezugsperson

Mia*, nun 8 Monate, mit ihrer Pflegemutter in einer Gruppe. Inniger Augenkontakt während des Fütterns – immer noch etwas distanziert.

Etwas später ist Mia die erste in der Gruppe, die sich zur Pflegemutter wendet und „Mama“ sagt.

Beispiel: emotional stimmige Nähe zu einigen wenigen Bezugspersonen

Elias*, 14 Monate. Eltern seit der Schwangerschaft getrennt.

Gut überlegter Beschluss der Mutter: Besuch des Vaters mit Elias in der Malgruppe.

Elias führt ihn zu Fuß dorthin, zeigt ihm alles, bringt ihm ein Kissen zum Sitzen. Zuvor hat er seine kleinen Schuhe links und rechts neben die des Vaters gestellt.

Beispiel: kognitiv nachvollziehbare Nähe zu mehreren Bezugspersonen

Mateo*, 4 Jahre, Tod der Großtante. Gespräche über Krankheit, Sterben und Verlust.

In der Malgruppe bringt er auf's Blatt, was er erlebt. Er spricht darüber, was er fühlt und was ihm durch den Kopf geht.

Spontan fasst er – zur Mutter gewandt – zusammen: „Das ist ein Abenteuer!“

„Der Schrei nach Nähe“ (wirkt top-down – braucht Regulierung):

wird nur geäußert, wenn ausreichend Vertrauen da ist. Gelingt es der Bezugsperson, den dadurch ausgelösten Stress bei sich selbst und auch das Kind zu beruhigen, kann es zu einem fundamentalen Bindungsereignis kommen („prägungsähnlicher Prozess“).

- ab der Geburt: Schreien (Körperkontakt und Konstanz)
- ab 6-9 Monaten: Klammern (intuitiv einschätzbare Nähe braucht die Akzeptanz der 1. Bezugsperson für ihre Rolle)
- ab 14-24 Monaten: Wüten, Toben, Ausdruck von starken Gefühlen (emotional stimmige Nähe braucht Klarheit und fordert die Lösung von Konflikten der Bezugspersonen miteinander heraus)
- ab 4-5 Jahre: „Probleme-Machen“ - indirekter Ausdruck von Ängsten, Scham, Schuldgefühlen und inneren Konflikten (kognitiv nachvollziehbare Nähe erkundet Belastungsfähigkeit, Ehrlichkeit und Glaubwürdigkeit der Bezugsperson)

Beispiel: Nähe durch Regulation

Anton*, 5 ½ Jahre später, weiterhin mit dem Vater innig verbunden. Seit kurzem macht er der Mutter Probleme, die diese nicht verstehen kann. Besuch bei einer Psychologin. Diese rät, Anton in verschiedenen Situationen einfach nur zu beobachten.

Die Mutter berichtet, dass sich dadurch etwas fundamental ändert, sie immer wieder ein klares „JA“ zu ihm wahrnimmt.

KINDLICHE AUTONOMIE JENSEITS VON BINDUNGSANGEBOTEN

Intrinsisch motiviertes Verhalten im Zustand der psychischen Sicherheit

- ist vielfältig, frei, unerschöpflich; nicht immer erwünscht, oft herausfordernd; kann attraktiv sein und
- stärkt über den Selbstwert der Eltern auch die Bindung.

Beispiel: „Ich kann’s selber!“

Der Opa zieht der kleinen Sofia* die Schuhe an. Beim 2. Schuh sagt sie: „Selber!“, zieht ihn wieder aus und macht es selbst. Danach führt er sie auf der Treppe vor dem Haus wie immer an der Hand die Stufen hinunter. Auf einmal bleibt sie stehen und sagt wieder: „Selber!“, geht zurück und steigt dann alleine vorsichtig die ganze Treppe hinunter.

Unten treffen sich eine stolze Sofia und ein berührter Opa.

SCHLUSSWORT

**Es lohnt sich,
dem Kleinen und Unscheinbaren,
das dem Leben näher steht als wir,
mit respektvoller Zurückhaltung
zu begegnen.**

* Die Namen der betreffenden Kinder wurden geändert.