



Elterliche Zuwendung beeinflusst Gehirnprozesse

von Christa Meves

Wer mit Kindern arbeitet und von deren Müttern sorgfältig die Vorgeschichte ihrer Kinder erfragte, konnte es lange schon wissen:

Es sind vorrangig die ersten Lebensjahre, in denen sich Erfahrungen in das Gehirn geradezu eingraben – bei sorgsamer Pflege mit dem Ergebnis seelischer Stabilität oder – bei unzureichenden Eindrücken - mit geringerer Belastbarkeit, mit vielfältigen seelischen Erkrankungen, die sich aber erst später manifestieren.

Das ist unbequemes Wissen, es steht dem Zeitgeist entgegen. Obgleich die Zahl der seelisch Gestörten weiter zunimmt, wird hieraus nicht die notwendige Schlussfolgerung gezogen.

Die neue Hirnforschung aber liefert bestätigende Ergebnisse und untermauert Praxiserfahrungen, so dass diese nicht länger verleugnet werden sollten. Auch zeigen Erkenntnisse der Epigenetik, dass sich in der ersten Lebenszeit sogar die Gene im sich konstituierenden Gehirn durch Fehlschaltungen negativ verändern können!

„Potentielle Ansatzpunkte für eine epigenetische Prägung unseres Charakters gibt es genug“, schreibt der Biologe Dr. Spork in seinem den Stand der epigenetische Forschung zusammenfassenden Buch: „Der zweite Code“ und zitiert u.a. den

Epigenetiker Dr. Meany: **„Vergleicht man die Genaktivität** im Hippocampus erwachsener Nachkommen von Ratten, die ihre Jungen besonders viel oder besonders wenig geleckt und gepflegt haben, so zeigen sich Unterschiede bei ein paar hundert Genen.

Das legt nahe, dass die Intensität der mütterlichen Zuwendung das epigenetische Programm im Gehirn der Nachkommen im großen Stil verändert. Neben den Stresshormonen beeinflussen eine Vielzahl weiterer Botenstoffe die Erregbarkeit der Gehirnzellen – und damit das Verhalten von Tier und Mensch“ (Spork S.101).

Diese Forschungsergebnisse bestätigen praktische Beobachtungen (Meves). Die Psychologin Allison Fries untersuchte Kinder, die von ihren leiblichen Eltern vernachlässigt worden waren und deshalb längere Zeit in Heimen gelebt hatten. Später wurden die Kinder adoptiert und wuchsen in normalen Verhältnissen auf. Dennoch hatte die mangelnde Fürsorge in ihrer



frühesten Kindheit Spuren im Regulationssystem des Stresshormons Cortisol hinterlassen: „Die schwersten Ablehnungserfahrungen waren verbunden mit den höchsten gemessenen Cortisolspiegeln, je größer die Vernachlässigung in frühester Kindheit war, desto empfindlicher reagierte das Stressaktionssystem auch noch nach Jahren danach“ (Spork S. 105). Auch eine gesunde psychische Entwicklung - und damit eine Verringerung von Krankheiten wie Diabetes und Adipositas nimmt durch Schaltungen im perinatalen Zeitraum ihren Anfang: Epigenetiker empfehlen z.B. das Stillen nicht nur zur Vorbeugung gegen Depressionen, sondern auch zum Absenken des Risikofaktors Übergewicht (Spork S.159).

„Die Erkenntnisse aus Montreal, Trier, Madison und vielen anderen Laboratorien auf der Welt untermauern jedenfalls, was sensible Eltern intuitiv schon immer gespürt haben und Psychologen mit ihren Analysen schon oft belegen konnten:

Ein Kind entwickelt sich besser, wenn es in einer Umgebung aufwächst, die Geborgenheit und sinnvolle Anregungen aller Art zugleich bietet. Die Epigenetiker decken allmählich auf, welche positiven Prozesse im Gehirn der Kinder angestoßen werden, wenn Erwachsene sie lieb haben, ihnen häufig vorlesen, sich viel mit ihnen unterhalten und sich die Zeit nehmen, so oft es geht mit ihnen zu spielen“ (Spork S.110f).

Diese Erkenntnisse kommen mir so bekannt vor, als hätten die Autoren im Auditorium meiner Vorträge gesessen, wie ich sie seit vierzig Jahren halte, um geschwächten Lebensschicksalen vorzubeugen. Hoffen wir, dass diese wissenschaftlichen Befunde endlich mehr Gehör finden.