



Sichere Mutter-Kind-Bindung schützt vor Stress

Neurobiologen der Stanford University haben an Totenkopffaffen gezeigt, dass kleinere Stresserlebnisse in der frühen Kindheit für Affen nicht schädlich sein müssen. Dosierte schwache Stresserlebnisse würden die Jungtiere darauf vorbereiten, auch später Stress physiologisch wirkungsvoll abzubauen.

Lassen sich diese Resultate auch auf menschliche Kinder übertragen? Man weiß sehr gut, dass starke Belastungen, wie sie etwa Waisenkinder in Rumänien erdulden mussten oder Kinder, die misshandelt wurden, zerstörerisch sind. Die Jungaffen hatten eine sichere Bindung zu ihren Müttern aufgebaut, etwas, das nicht bei allen Mutter-Kind-Beziehungen gelingt, etwa weil die Mutter sich ihrem Kind gegenüber mal überfürsorglich, mal aggressiv verhält. "Ich vermute, dass Kinder, die keine sichere Bindung zu ihren Müttern haben, weniger gut mit diesem milden Stress fertig werden, sie werden vermutlich nicht "geimpft"."

Bei menschlichen Babys könnte die Sache grundsätzlich anders sein als bei Affen, meint Psychologieprofessor Gottfried Spangler. Er weist darauf hin, dass Stressexperimente bei verschiedenen Affenarten zu sehr unterschiedlichen Resultaten führen und dass solche Experimente beim Menschen nicht ethisch zu vertreten sind. In mehreren "**Regensburger Längsschnittstudien**" hat Spangler allerdings mit einem winzigen Stresserlebnis untersucht, wie sich in einer fremden Umgebung kurze Trennungen von drei Minuten zwischen Mutter und ihrem einjährigen Kind auswirken.

Das interessante Resultat:

Sicher gebundene Kinder beginnen zu weinen und zeigen deutlich ihre Unzufriedenheit, wenn die Mutter den Raum verlässt.

Unsicher gebundene Kinder dagegen verhalten sich so, als ob ihnen die Trennung wenig ausmachen würde.

Die Messung des Stresshormons Cortisol im Speichel der Kinder ergab genau das umgekehrte Bild: Die Kinder, die ihren Kummer zeigten und Kontakt zur Mutter herstellten, zeigten keinen Anstieg des Stresshormons - bei den anderen Kindern dagegen, die wenig betroffen schienen, keinen Kontakt suchten oder sich mit Hilfe der Mutter nicht beruhigen konnten, war das Stresshormon deutlich angestiegen.

"**Die sicher gebundenen Kinder** verfügen über Verhaltensstrategien, die die Nähe zur Bindungsperson gewährleisten", meint der Kinderpsychologe. Sie können den Stress schon durch ihr Verhalten verarbeiten und produzieren daher kaum Stresshormone.

Dass die unsicher gebundenen Kinder nicht weinen, heiße nicht, dass sie keinen Kummer haben, sie glauben nur nicht mehr an den Erfolg ihres Verhaltens, seien sozusagen resigniert. Ihr Stress äußert sich dann physiologisch, durch Produktion von Stresshormonen. "Die Eltern tragen durch ihr einfühlsames Verhalten dazu bei, dass Kinder lernen, mit für sie schwierigen Situationen besser umzugehen", erklärt Spangler. Es habe nichts mit Verwöhnen zu tun, wenn man auf sein weinendes Baby eingeht - die angemessene Reaktion von Mutter oder Vater zeigt dem Kind vielmehr, dass es nicht hilflos ist, sondern aktiv die Situation verändern kann - zunächst durch Weinen, später durch eigene Aktivitäten.

Ohnehin seien kleine Frustrationen im Kinderalltag kaum vermeidbar: Entscheidend für eine positive Entwicklung beim menschlichen Säugling ist aber nicht, dass er regelmäßig Stress- oder Anforderungssituationen erlebt, sondern wie er sie mit Hilfe seiner Bezugspersonen bewältigt.

Weiterführende Literatur:

Parker K.J., Buckmaster C.L., Justus K.R., Schatzberg A.F., Lyons D.M.: "Mild early life stress enhances prefrontal-dependent response inhibition in monkeys." *Biol Psychiatry* 2007; 57: 8: 848-855