

Zusatz-Stress für Mütter: Die dunkle Seite der „Mutterschafts-Konstellation“

Lange vor der Geburt, vor allem aber in den folgenden Monaten nach der Geburt ihres Kindes ordnet sich in der Seele der Mutter vieles neu. Sie setzt innerlich und zum Teil auch äußerlich sichtbar andere Prioritäten. Es geht um das von ihr ausgetragene und dann geborene Baby, um dieses ist sie ab dann vorzugsweise zentriert, sie konzentriert sich im Zuge ihres „seelischen Umbaus“, ihrer Reorganisation ganz auf ihr Kind. Die entsprechende Neuausrichtung erfolgt auch bei Vätern, nur nicht so ausgeprägt.

Wie in anderen Umbruchphasen unseres Lebens, etwa der Pubertät arbeiten hier die körperliche und seelische Veränderung von Zu- und Anordnungen Hand in Hand. Wenn wir verstehen wollen, was da im Einzelnen und im Ganzen geändert wird, können wir uns vorstellen, dass auch die „Seele“ aus teils festen, teils veränderlichen Zuordnungen besteht (1). Wenn diese im Zuge einer Reorganisation als Ganze neu geordnet und im Einzelnen neu verknüpft werden, erzeugen sie das, was wir als im Umbruch befindliche und anschließend veränderte seelische Gewichtung erleben. Für neu gelegte Pfade und neu betretene Flächen wird dabei Schritt für Schritt die Beständigkeit und die sich aus dieser ergebende Zuverlässigkeit etabliert. Diese Zuverlässigkeit wird nicht zuletzt aus energetischen Gründen benötigt: Müsste die Mutter sie ständig innerlich und äußerlich neu einrichten, so müsste sie auch jedes mal wieder Kraft aufbringen - die braucht sie und brauchen beide Eltern aber ganz für etwas anderes, eben für ihr Kind.

Mit dem so betriebenen inneren „Umbau“ geht eine Wendung nach innen einher, alle Energien sind auf ihn - den Umbau - und darin auf das werdende oder neugeborene Kind gerichtet. Die neuartige Konstellation der seelischen Befindlichkeit der Mutter hat der Säuglingsforscher Daniel Stern als die Mutterschafts-Konstellation bezeichnet (2, 3). Die hierbei vorgenommene Wendung nach innen ist faktisch eine Bezogenheitsfigur, da im Innen, im Zentrum der Aufmerksamkeit ja das Kind liegt. Die Ausgestaltung der Bezogenheit hat viel mit Bewegungen, Berührungen, Blicken und Lauten zu tun, und hierbei wiederum ist die feine, passende Abstimmung erforderlich, das, was bei Daniel Stern im englischen Original „attunement“ heißt.

Aufgabe der Mutter ist dabei, dem Kind beim Aufbau einer abgestimmten, zur Einfügung bei Bewahren von Eigenheit fähigen Individualität zu helfen - ein ständiger Abstimmungsprozess von Außenansprüchen gegenüber Innenansprüchen. Die Mutter ist somit in diesem Zwischenbereich zwischen beider Aussen und beider Innen (des Kindes, seiner Individualität) aktiv. Das Innen zu erfahren, setzt aber die Fähigkeit zum Mitschwingen, zum „attunement“ voraus. Wann hat es Hunger, wann ist es ihm „zu viel“, wann herrschte zu viel Hektik, wann braucht es Schlaf und Ruhe? All diese Feinabstimmung kostet Aufmerksamkeit und Kraft. Wenn es nun gerade auf die kleinen, kurzen Sequenzen ankommt, die wieder und wieder durchlaufen werden - wodurch sich die oben genannten Zuordnungen schrittweise so verfestigen, dass sie ohne großen Energieaufwand jederzeit aufs Neue abzurufen sind, wenn also der Blick auf das Innen, das Zentrum, und darin auf das Kleine, die Mundbewegung, den Blick, jeden kleinen geäußerten Laut geht, dann ist klar, dass der korrespondierenden Bezogenheit nach außen in dieser Phase Energien entzogen werden. Und damit kommen wir zur **Schattenseite** dieser Reorganisation: Der aus energetischen und Zuordnungs-Gründen unumgänglich verringerten Widerständigkeit gegenüber dem sozialen Außen. Diesem Außen - etwa in Gestalt möglicher seelischer Übergriffe kann in der sich neu ausrichtenden Lebensphase nicht so viel Kraft gewidmet werden - die seelischen Prioritäten sind andere. So stark die Mutter nach „Innen“ ist, so gut sie die erforderliche „Bezogenheitsdichte“ erstellt, so schwach kann sie unter Umständen nach „Außen“ sein. Auf das Kind hin mobilisiert sie bei Bedarf ungeheure Kräfte, stärkstes Aus- und Durchhalten, starke positive Bezogenheit, gute Ernährung, gutes Einfühlungsvermögen, Intuition etc. -gegenüber dem Außen ist sie vor allem dann stark, wenn es um die Verteidigung und den Schutz ihres Kindes oder ihrer Kinder geht, aber nicht oder viel weniger, wenn es um sie selbst geht. Man kann das auch anders formulieren: zwangsläufig wird aus der Mutter, wenn sie ein Kind geboren hat zumindest anfangs ein Einzelwesen, das stark in Bezug auf ein anderes Einzelwesen, ihr Kind hin lebt. War sie vorher in Gruppen engagiert, etwa die ihrer Berufskolleginnen und Kollegen, so verschiebt sich nun ihr Tätigkeitsfeld, und sie selber wird vorübergehend aus einem Gruppenwesen zu einem Einzelwesen.

Nun schreiben Daniel Stern und Donald Winnicott (4, 5), auch dieser ein anerkannter Kinderpsychologe - beide naturgemäß nicht als erfahrene Mütter, sondern als engagierte Väter - geradezu schwärmerisch fast ausschließlich von einem schützenden näheren Umfeld, das Mütter und deren Kinder umgibt. Die Realität sieht, wie jede Mutter bestätigen wird zum Teil so, zum Teil aber anders aus. Seelische Übergriffe, wie wir das oben genannt haben, gibt es durchaus. Sie entspringen der „negativen Machtausübung“. Positive Machtausübung bestünde darin, dem Wissen

der Mutter aus eigenem Vermögen einen „inkrementellen“ Zuwachs zu verschaffen. Negative Machtausübung besteht dagegen in einer Schwächung des Gegenüber. Die von der Mutter schrittweise erarbeitete Sicherheit gewonnenen Wissens wird durch fremde Zweifel unterspült, sie wird dadurch wieder auf den status quo ante zurückgeworfen, nämlich auf den Stand, in dem sie sich befand, als sie Neues erstmals vorsichtig versuchte. Die Verunsicherung durch Besserwissen oder durch In-Frage-Stellen wirkt wie eindringendes Gift, es zerstört eine unter Kraftaufwand errichtete Ordnung, sie nimmt etwas weg, anstatt etwas hinzuzufügen.

Das merkwürdige ist nun, dass es nach aller Erfahrung nahezu ausschließlich Frauen sind, die diese negative Seite der Machtausübung gegenüber Müttern nutzen. Es sind die ungefragt gegebenen „Ratschläge“, die Zweifel säenden, durch keine Nachfrage legitimierten abfälligen Bemerkungen fast nur ihrer Geschlechtsgenossinnen, die die Mütter in Not und Zweifel bringen.

Ich will das an einer kurzen Sequenz verdeutlichen: Eine Mutter stillt, ihrem Baby geht es gut. Ein weibliches Wesen aus der vorherigen Generation (ich drücke mich vorsichtig aus) sagt: „Gib Deinem Kind doch mal was Richtiges!“ Der Subtext ist klar: Deine Milch taugt nichts, was Dein Körper produziert, ist nichts wert, andere machen es besser und haben etwas Besseres. Der Mutter kommen Zweifel ob der Qualität ihrer Milch, und wenn sie sich schlecht wehren kann, wird sie abstillen und fortan ihr Baby mit „etwas Richtigem“ füttern. Oder nehmen wir eine geläufige Gruppensituation: ihr Baby dreht sich noch nicht. Das ist zwar ganz im Rahmen der normalen Spannbreite von Entwicklungsfortschritten, dennoch bekommt sie die Verwunderung und leise oder laut geäußerte Kritik ihrer Geschlechtsgenossinnen z. B. in der PEKiP-Gruppe zu hören (Prager Eltern-Kind-Programm, siehe folgende Abschnitte). Sie ist verunsichert. Ein weiteres Beispiel: ein kleines Mädchen oder ein kleiner Junge ist im Kindergarten, der das „freie Spiel“, bisweilen also das unbeaufsichtigte Sich-Selbst-Überlassen seiner Schutzbefohlenen zum Programm macht. Das Kind ist zu Anfang vereinsamt und entsprechend verunsichert. Die Mutter wird durch die Erzieherinnen unter Druck gesetzt, ihr Kind untersuchen zu lassen, etwas stimme nicht mit ihm. Noch ein Beispiel: Ein Junge, der sich für alles mögliche, aber überhaupt nicht fürs Malen interessiert, hält den ihm angebotenen, ihm unvertrauten Stift ganz fest in der Hand. Das sei, sagen die Erzieherinnen zur Mutter, eine Verkrampfung und der Junge brauche dringend Ergotherapie. Therapie heißt im seelischen Subtext der Mutter immer, dass Krankes zu behandeln ist, somit ist ihr Junge seelisch oder körperlich krank, sie hat etwas Krankes zur Welt gebracht, etwas, das Mängel hat und deshalb Hilfe braucht.

Auch wenn sich die Mutter ein fürs andere mal rational von solchen Verunsicherungen frei machen kann, wird in ihr untergründig doch der Zweifel sein Unwesen treiben. Ist mein Kind nicht doch krank, hat es nicht doch „Defizite“?

Keine einfache Konkurrenz

Mütter erleben solche Belehrungen und Entwertungen oft nur als einfache, sozusagen wertneutrale Konkurrenz. Aber das ist es nicht, es ist mehr. Konkurrenz hieße ja nicht notwendig Entwertung. Sie könnte sich auf ein Auftrumpfen beschränken, das das Vorgehen der Mutter nicht in Zweifel zieht. Aber genau darum geht es oft: Verunsichern, Angst auslösen, Wert mindern. In der Sprache der Datenbanken geht es nicht um inkrementellen Zuwachs von Wissen, sondern um das Destabilisieren und womöglich Auslöschen mühevoll etablierter mütterlicher Routinen und - vielleicht - deren Ersatz durch fremde Routinen. Oft aber werden noch nicht einmal vermeintlich bessere Routinen angeboten, sondern es wird nur Zweifel gesät, wozu auch immer.

Unter normalen Umständen, das heißt bei einem sich gut und gesund entwickelnden Kind gehen Mütter den (von den Veranstaltern natürlich nie so gedachten, aber leider doch häufig so wirksamen) Brutstätten solcher Entwertungen, etwa PEKiP- oder Babyschwimmen - Gruppen einfach aus dem Weg, wenn es ihnen zu viel wird. Ist aber ein Kind tatsächlich und am Ende auch noch sichtbar krank, dann beugen sich auch gerne völlig fremde Frauen über den Kinderwagen und geben ungefragt ihre Verbesserungsvorschläge zum Besten. Auch hier sind es nur Frauen, die sich diese „Beratung“ herausnehmen, nach meiner Erfahrung so gut wie nie Männer. All diese Ratschläge werden aus Prinzip angeboten, und nicht erst, nachdem gewissenhaft geprüft wurde, ob das Angebotene auch das gut oder am besten Passende sei. Es fehlt also genau der spezifisch auf die Individualität des Neugeborenen gehende Bezogenheitsaspekt, und das, obwohl doch eben dieser Aspekt für die Mutter an allererster Stelle steht - siehe oben.

Stress und unsichere Bindung schädigen auch das Kind

In der Entwicklungspsychologischen Literatur wird das Konzept der wechselseitigen Bindungsqualität von Eltern zu Kind ausdifferenziert. Ein sicherer wird von einem unsicheren

Bindungsstil unterschieden (6). Elterliche Feinfühligkeit und Kompetenz bei guter oder ausreichender Bindungsdichte ergeben eine sichere Bindung (7). Umgekehrt führt z.B. eine peripartale Depression einer Mutter unter Umständen zu einem unsicheren Bindungsstil, und es sind „bis in die Pubertät geminderte kognitive, emotionale, verbale und soziale Fähigkeiten zu beobachten“ (Zitat (8) S. 420, siehe auch (9, 10)). Analog hat eine früh bei 0- bis 2-jährigen einsetzende Krippenbetreuung - wenn in der Krippe nur eine geringere Bezogenheitsdichte erreicht werden kann - eine nachteilige Veränderung der Stressparameter und mit diesen ebenfalls eine unsichere Bindung zu Folge. Dem entspricht eine in der Langzeitstudie *Study of Early Child Care and Youth Development (SECCYD)* des National Institute of Child Health and Development (NICHD), USA beobachtete Zunahme von späterem dissozialem Verhalten, die proportional zur in der Krippe verbrachten Stundenzahl der Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren pro Woche war. Die über 300 Veröffentlichungen zu dieser Studie finden sich auf der Website des NICHD unter: <http://www.nichd.nih.gov/research/supported/seccyd.cfm>. In der deutschsprachigen werden die hier ermittelten nachteiligen Wirkungen von frühkindlicher Gruppenbetreuung unter anderem von Rainer Böhm diskutiert (11). So zeigten Kinder im Alter von viereinhalb Jahren, die im Alter von 0-3 Jahren ganztags in einer Gruppenbetreuung waren 10-fach häufiger auffällige Werte im gängigen Messinstrument für Kinderverhalten, der „Child Behavior Check List“ CBCL als Kinder, die nur bis höchstens 9 Stunden pro Woche in solchen Einrichtungen betreut wurden. (Es gibt mittlerweile eine große Zahl evaluierter psychologischer Messinstrumente, darunter auch solche, die kindlichen Stress und belastende Lebensereignisse des Kindes erfassen (12, 13)).

Hieraus wurde in der genannten Studie die Empfehlung abgeleitet, dass die Zeit, die 0- bis 3-jährige in Tagesbetreuung verbringen, möglichst kurz sein sollte („reduce the amount of time children spend in child care“). Auch nach 15 Jahren liess sich bei Kindern, die in ihren ersten drei Lebensjahren in einer Krippe waren, eine gegenüber einer Kontrollgruppe verändertes Cortisolausschüttungsprofil nachweisen (14).

Die Häufigkeit, mit der Säuglinge atopische Dermatitis entwickeln, wird durch seelische Faktoren auf Seiten der werdenden Mutter beeinflusst. Ängstlichkeit und ein - so wird vermutet - darüber vermittelt erhöhtes Stressniveau in der Schwangerschaft erhöhten bei Kontrolle 6-8 Monate nach der Geburt die Häufigkeit, in der die Säuglinge an atopischer Dermatitis litten. Das Verhältnis von Ekzembhäufigkeit in der Gruppe der von den ängstlichsten Müttern geborenen Säuglingen zur Häufigkeit in der Gruppe der von den am wenigsten ängstlichen Müttern geborenen Säuglinge war

2,16 (odds ratio, OR). Der entsprechende Vergleichswert für die Gruppe mit mittlerer Ängstlichkeit zu der der am wenigsten ängstlichen Mütter betrug 1,60. Die Sicherheit der Bindung von Mutter zu Kind in den Folgemonaten nach Geburt dürfte nicht unbeeinflusst vom Ausmaß der Ängstlichkeit sein. ((15), siehe auch <http://www.prnewswire.com/news-releases/eczema-in-babies-due-to-stress-in-pregnancy-159159655.html>).

Kinder, die bereits im Alter von 0-2 Jahren und damit früher als andere in einer Tagesstätte betreut wurden haben ebenfalls ein erhöhtes Risiko, an atopischer Dermatitis zu leiden. (OR 1,56, (16), Geburtskohortenstudie LisaPlus).

Auch, wenn man weiter in die Zukunft des Kindes blickt, zeigen sich nachteilige Wirkungen von Stress sowie Bindungs- und Regulationsstörungen: Kinder, die - z. B. durch früh einsetzendem Krippenbesuch laut der eben zitierten Studie gefördert - an atopischer Dermatitis leiden - was Stress für das Kind und eine Verunsicherung der Eltern mit sich bringt - haben im Alter von zehn Jahren ein erhöhtes Risiko, an Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom mit oder ohne Hyperaktivität zu leiden (OR 1,78). Geht die atopische Dermatitis mit Regulationsstörungen im Sinn von gestörtem Schlafverhalten einher, sind für die gleiche Altersgruppe auch emotionale und Erziehungsprobleme deutlich häufiger (OR 2,63 bzw. 3,03, (17)).

Eine prospektive Evaluationsstudie gab erste Hinweise, dass sich der Schweregrad kindlicher atopischer Dermatitis deutlich verringert, wenn ein stationär tätiges Team aus Psychotherapeuten, Ärzten und Pflegern den Eltern des Kindes eine verbesserte Bindungsqualität mit sicherem Erleben von Selbstwirksamkeit ermöglichte. Der Wechsel zu einem geringeren Schweregrad der Neurodermitis trat dabei auch dann ein, wenn auf lokale Hautbehandlung und sogar auf die übliche Pflege weitgehend verzichtet wurde. (18)

Die gemeinsame Schlussfolgerung aus diesen Studien ist die, dass jede Form von Stress, sei es durch Ängstlichkeit und Angst, sei es durch Erschwernis des Alltagslebens, sei es durch unsichere Bindung in Kleinkindgruppen, sei es durch Verunsicherung, die von Bezugspersonen verursacht wird die gesundheits- und stärkebezogenen Lebenschancen des Kindes mindert. Mit der Verunsicherung von Müttern durch Institutionen, gesellschaftliche Vorgaben sowie Geschlechtsgenossinnen, mit der wir uns hier befassen, geht analog eine Verringerung der Gesundheitschancen ihrer Kinder einher. Das heißt, die oben beschriebene Konkurrenz unter Frauen

mag sich vordergründig auf die Ebene der Erwachsenen beschränken. Untergründig aber geht es auch darum, die Lebenschancen der Kinder der Konkurrentin zu mindern, es ist ein Kampf um die kommende Stärke der Kinder, vermittelt über den Kampf um die aktuelle Stärke der Mütter. Die Verunsicherung bewirkt -vermittelt über die Mechanismen des Stress auf späteres Ekzem, ADHS, dissoziales Verhalten etc. eine Verschlechterung der Lebenschancen des Kindes.

Zur Verdeutlichung dessen, worum es in Bezug auf die elementare Stärke von Individuen geht, diene ein Zitat, mit dem im Lexikon Wikipedia das Konzept des Kern-Selbst nach Antonio Damasio verdeutlicht wird: „Individuelle Perspektive, individuelle Besitznahme des Denkens und individuelle Urheberschaft sind die entscheidenden Aspekte, die das Kern-Bewusstsein zum geistigen Prozess beiträgt. Das Wesen des Kern-Bewusstseins ist eine Vorstellung von sich selbst, das Gefühl von sich selbst als individuelles Wesen, das mit dem Erkennen der eigenen Existenz und der Existenz anderer beschäftigt ist.“ (http://de.wikipedia.org/wiki/Ant%C3%B3nio_Damasio)

Wenn wir im Zusammenhang mit dem Erleben des hypothetischen Kern-Selbst auf den Aspekt der erlebten Selbstwirksamkeit abheben, dann besteht diese darin, persönlich schlüssige Gründe für die Annahme zu erleben, dass die äußere Ordnung mit der inneren Ordnung in beide Richtungen verbunden sei und somit eine herausgehobene und dabei beträchtliche Menge der beobachteten oder vermuteten Wirkungsketten zwischen „Innen“ und „Außen“ (zum Beispiel dem eigenen Kind) im erlebten „Innen“ ihren Ursprung hat (19, 20).

Weil das Stress-Toleranzsystem in den ersten Lebensjahren noch unreif ist, setzen zu früh beginnende Belastungen ungefiltert oder zu wenig abgemildert an den beiden genannten Figurationen Kern-Selbst und erlebte Selbstwirksamkeit an, was eine lebenslang wirksame nachteilige Veränderung zur Folge hat.

Warum fast nur Frauen?

Warum nun sind es nur oder fast nur Frauen, die bei Geschlechtsgenossinnen solche Zweifel säen?

Eine erste Überlegung wird fragen, ob es vielleicht mit der für beide Geschlechter spürbaren Schattenseite des Elternseins zusammenhängt, die in der Isolation und der fehlenden sozialen Anerkennung häuslicher Arbeit begründet ist und dann damit, dass ihr Frauen deutlich häufiger

ausgesetzt sind. Untersuchungen haben gezeigt, dass Hausmänner Hausarbeit als nervige Endlos-Schleife, die wenig oder keine bleibende und deshalb vorzeigbare Früchte trägt ein wenig anders zu interpretieren versuchen, um sie für sich erträglicher zu machen. Frauen gelingt diese in Wirklichkeit natürlich etwas aufgesetzte und künstliche Uminterpretation der alltäglichen Routine weniger, und sie erleiden ein weiteres Missgeschick, wenn ihnen das berufliche Umfeld, aus dem sie im guten Fall Anerkennung, Lohn und Bestätigung erfuhren weggebrochen ist. Die Aussichten, dorthin wieder auf gleichem Niveau zurückkehren zu können, sind in der Regel geringer, als das bei Hausmännern der Fall ist. Wie sagt es einer der 2% deutscher Hausmänner über seine Arbeit in einem Interview? (Folgendes Zitat aus: www.vaeter-zeit.de): „Das kann nur jemand machen, der seinen Job nicht zur Selbstbestätigung braucht“. Weil aber die meisten Menschen diese Bestätigung brauchen, wirkt sich ihr Mangel auch auf die meisten Menschen belastend aus.

Hinzu kommt für beide Geschlechter: Der Verlust des beruflichen Wirkungsfeldes bringt auch einen nachteiligen Verlust von Prüfmöglichkeiten für das eigene Verhalten mit sich. Ob das Verhalten Anerkennung oder Ablehnung hervorrief, war im beruflichen Umfeld ein wichtiges Kriterium, um einen eingeschlagenen Weg auf Angemessenheit oder Fehlentscheidung hin zu überprüfen. Dieses alltäglich verfügbare zusätzliche Korrektiv fehlt, sobald man nicht mehr berufstätig ist.

Eine weitere Überlegung zielt auf den einigen Menschen eigenen Machthunger. Auch dieser „Machthunger“ im negativen Sinn des Bedürfnisses, nämlich nicht hilfreich, sondern entwertend Macht auszuüben ist kein geschlechtsspezifisches Merkmal, sondern eine Ausprägung von für beide Geschlechter möglichen Persönlichkeitsmerkmalen. Deren eines Extrem besteht in Einfühlsamkeit, Rücksichtnahme, Hilfsbereitschaft, Verträglichkeit, Vertrauen, Fairness (21), Nachgiebigkeit. Das andere, das - ggf. im Sinn des Narzissmus häufig zusammen mit Egoismus, Überheblichkeit, Kälte, Rücksichtslosigkeit, Selbstüberschätzung auftritt, ist dasjenige, das „negativ“ machthungrige Menschen beiderlei Geschlechts zeigen.

Auch, wenn solche „negativ“ machthungrige Menschen gleichzeitig in größerer Zahl auftreten, bilden sie keine Gemeinschaft im Sinn einer zusammenarbeitenden Gruppe. Denn auch in der Menge kämpft jeder / jede für sich und sonst niemanden. Daraus kann ein kollektives Übel werden, indem keine Gemeinschaft, sondern eben eine Hackordnungs-orientierte Nicht-Gemeinschaft entsteht.

Hierbei muss eine Anforderung an gelingende Arbeitsteilung in einer Gruppe bedacht werden: die Arbeitsteilung glückt nur, wenn der betreffenden Person die Kompetenz für ihren Teil der Arbeit nach entsprechender Prüfung auch zugestanden wird. Das heißt, die Person muss hinsichtlich ihrer (bewiesenen) Fähigkeiten in ihrem Tätigkeitsbereich gewürdigt, respektiert, anerkannt, wertgeschätzt werden. Das Positive beim Anderen anerkennen zu können ist die Basis jeder Teamarbeit, sei es im Sport, im Beruf oder im Privatleben. Gerade im Sport ist der Primat der Fairness vollkommen anerkannt - gleich, ob es sich um Sport von Frauen oder um Sport von Männern handelt.

Frauen, denen die Bereitschaft zu Fairness und zum wechselseitigen Respekt in einer Gruppe fehlt sind statt Teamplayer eben Einzelkämpfer, was - wenn es um das berufliche Umfeld geht - für gruppenfähige weibliche und männliche Konkurrenten den Vorteil hat, dass die Einzelkämpfer dann kaum imstande sind, Teams im Sinn von „Seilschaften“ zu bilden. Es gibt positive Seiten solcher „Seilschaften“ - eben das wechselseitige Respektieren hinsichtlich der Fähigkeiten, die ein jeder Beteiligter zu Gunsten der Gruppenleistung einzubringen vermag. Gerät eine Mutter in ein weibliches Umfeld, das bevorzugt aus solchen Einzelkämpferinnen besteht, steht ihr kein Team und kein Netzwerk zur Verfügung, sondern im Gegenteil eine Reihe von Einzelnen, die sie eher misstrauisch und missgünstig beobachten und bewerten.

Natürlich hat die Fähigkeit, auf vom Mitmenschen ausgesandte Signale zur Zusammenarbeit zu reagieren auch ihre Schattenseiten. Was sich immer ändert, wenn die Signale befolgt werden ist die entstehende Kraft der Gruppe, die naturgemäß größer ist es es die von Einzelnen sein kann. Die so erzeugte gemeinschaftliche Kraft kann sowohl aufbauend wie zerstörerisch sein. Klassisches Beispiel für ein gelingendes Zusammenspiel im aufbauenden Sinn sind Sport-Teams, und für gelingende Zusammenarbeit im Sinn der Zerstörung Gruppen, die gemeinsam einen aussenstehenden Menschen quälen (Mobbing). In der hier besprochenen Schattenseite der Mutterschaftskonstellation haben wir naturgemäß besonderes Augenmerk auf die gelingende Zusammenarbeit im Sinn der Zerstörung. Es ist sicher, dass es dieses bedrückende Phänomen gibt. Sicher ist auch, dass beide Formen der Zusammenarbeit durch Frauen in der Mutterschaftskonstellation gewählt werden können: die kreative, und die zerstörerische. Es wäre eine Untersuchung wert, wodurch sich eine nachteilige Zusammenarbeit in eine schöpferisch-positive umformen lässt. Die Hilfsangebote von Beratungsstellen richten sich an Familien, also

Gruppen und bestehen aus Teams, also ebenfalls aus Gruppen. Aber beide Gruppen haben keinen Einfluss auf eine zerstörerische Gruppe, wenn es eine solche gibt.

Ich persönlich arbeite in meiner Praxis sinngemäß mit einer „Judo-Technik“, wenn ich dem Gespräch entnehme, dass eine Mutter durch eine Gruppe von Frauen unter Druck gesetzt wird. Sagen Erzieherinnen, dass das Kind der Mutter in irgendeiner Form gestört und beschädigt sei - mit der Absicht, sie unter Druck zu setzen und sie zum Befolgen von Empfehlungen alias Befehlen zu bringen - dann empfehle ich, die kritische Bemerkung positiv aufzunehmen, für den Hinweis zu danken und zu sagen, dass ab sofort genau beobachtet werde. Beobachten ist bei Medizinerinnen ja der Ausdruck für Nichts-Tun - und genau das geschieht dann - für einen vorab vereinbarten Zeitraum. Meist ist dann Ruhe. Die Erzieherinnen sind zufrieden und werden nicht ihrerseits entwertet, die Mutter ist aus dem Schneider und hat weniger Druck, eine symmetrische Eskalation konnte vermieden werden. Das gelingt, weil bei den Erzieherinnen auch tatsächlich eine helfende Komponente mit im Spiel ist. Nur auf sie wird eingegangen, und sie wird als positiv-unterstützend aufgegriffen. Es gibt aber Konstellationen, in denen es tatsächlich ausschließlich um Entwertung und Zerstörung, zum Beispiel das Brechen des Willens der Mutter geht. Hier hilft nur eine klare Grenzziehung, ggf. durch räumliche Trennung. Die kann als Moratorium gestaltet werden, das heißt als vorläufig und mit zeitlicher Befristung festgesetzt.

Fassen wir die Überlegungen zusammen, mögen folgende Gründe dafür sprechen, dass im Fall von Müttern diese „negative Machtausübung“ von Außen fast nur oder nur durch Geschlechtsgenossinnen der Mutter betrieben wird:

- Vorübergehende, relative „Abwehrschwäche“ der Mutter: sich auf das Kind konzentrieren zu müssen lässt für Aufmerksamkeit für das „Außen“ weniger Energie.
- Erhöhter Machtbedarf derjenigen Männer und Frauen, die in ihrem Beruf „negative“ Macht ausgeübt haben und die zeitweise nicht mehr berufstätig sind: bei für beide Geschlechter angenommener gleicher Normverteilung von weniger bis mehr machtorientierten Charaktereigenschaften wird demjenigen Teil des Spektrums, der machtbefürchtig ist das vormalige Betätigungsfeld genommen, sobald eine berufliche Auszeit in Anspruch genommen wird. Die Zahl der Väter, die eine berufliche Auszeit nehmen steigt zwar, sie ist aber absolut

gesehen immer noch gering. Also sind es häufiger Frauen als Männer aus diesem Teil des Spektrums veranlasst, sich Ersatz-Objekte ihrer Machtausübung zu suchen.

- Männer halten zueinander und zu Gruppen ihresgleichen typischerweise mehr gefühlsmäßige Distanz. Persönliche Betroffenheit z. B. kommt daher weniger zur Sprache. Der jeweilige Gruppenzusammenhalt wird weniger über die gefühlsmäßige Ebene erzeugt. Das mag Nachteile haben, aber es verringert das Risiko emotionaler Übergriffe oder unterschwellig wirksamer Grenzverletzungen. Die Hemmung, persönlich zu bewerten ist größer, sachbezogene Bewertungen werden bevorzugt. Väter würden daher, wenn sie sich in einem Wettstreit über ihre Kinder austauschen würden, eher mit besseren „Sachen“ und weniger oder nicht z. B. mit einer besseren emotionalen Beziehung zu ihrem Kind argumentieren, und sie würden grundsätzlich nicht oder weniger gefühlsgefärbte Aspekte wie Bewunderung und Stolz, Verzweiflung und Ängste, Sorgen und Hoffnungen, die sich auf ihr Kind beziehen einbringen. Was sie nicht thematisieren, kann von anderen nicht kommentiert werden, sie bieten somit weniger Angriffsfläche für emotionale Grenzverletzungen und Entwertungen. Die Kommunikation von Frauen bietet dagegen persönlichen Bewertungen grundsätzlich mehr Raum, und damit ist das Risiko höher, dass auch Grenzüberschreitungen im Sinne ungefragt negativer Bewertungen erfolgen.

Unter Umständen der zweite, insbesondere aber der letztgenannte Punkt wäre dann, wenn die Überlegungen richtig sind derjenige, der zur letztlich zu beobachtenden Beschränkung auf fast ausschließlich weibliche Akteure führt.

Szenarien: Neurodermitis und die „Globulisierung des Kreißsaals“ (22)

Greifen wir nun die Punkte auf und erfinden eine Unterhaltung mit den Eltern eines sichtbar an Neurodermitis leidenden Säuglings, können wir zwei nur in einem Punkt unterschiedliche Szenarien konstruieren: Einmal schiebt der Vater den Kinderwagen, und er trifft auf einen Arbeitskollegen, dessen Kinder geringfügig älter sind. Das andere mal schiebt die Mutter den Kinderwagen, und trifft auf eine Bekannte, deren Kinder geringfügig älter sind.

Jetzt unterstellen wir für beide Begegnungspartner, sie seien typologisch von gleicher Art: wenig einfühlsam, auf Machtausübung angewiesen. Der männliche Bekannte wird trotzdem nur einen flüchtigen Blick auf das Baby werfen, und sich allenfalls mit einer kleinen Stichelei etwa darüber mokieren, dass der frisch gebackene Vater jetzt das schicke Cabrio des Paares gegen eine voluminöse, aber unansehnliche Familienkutsche ausgetauscht hat. Er und seine Frau dagegen seien jetzt auf ein aggressiv motorisiertes SUV umgestiegen - und das biete schließlich auch viel Platz.

Die weibliche Bekannte im zweiten imaginären Szenario dagegen wird es sich nicht verkneifen können, im Gespräch auf die fraglos gefühlsbelastete Ebene des direkten, z. B. pflegenden Kontakts zum Kind zuzusteuern und auf dieser Ebene der frisch gebackenen Mutter ihr besseres Bescheid-Wissen im Allgemeinen und zur Hautpflege bei Neurodermitis im Besonderen „subcutan“ oder direkt zu verabreichen. Während sich der Vater im ersten Szenario über seinen angeberisch-wichtigtuersischen Kollegen ärgert, spürt die Mutter im zweiten Szenario vielleicht gar keinen - eigentlich sehr wohl veranlassen - Ärger, sondern sieht sich stattdessen direkt „ins Mark getroffen“. Geht es doch um ihre Kernkompetenz in der jetzigen Lebensphase, um das, worum fast all ihre Gefühle, Hoffnungen und Sorgen kreisen: um ihre Beziehung zu ihrem Kind. Sie ärgert sich somit nicht über die Bekannte, sondern macht sich verunsichernde Gedanken um sich selbst. Sie schafft nicht zusätzliche Distanz zum Gegenüber, betrachtet ihre Gesprächspartnerin nicht mit Abstand, entsprechendem Vorbehalt und angemessener Vorsicht, sondern destabilisiert stattdessen sich selbst, sie wendet sich hierdurch gegen sich selbst und nicht gegen die „Andere“.

Bereits vor der Geburt setzt eine weitere Form der Verunsicherung der Mutter ein, das, was ein Journalist ironisch die „Globulisierung“ des Kreißsaals“ genannt hat: Den werdenden Müttern wird von Geschlechtsgenossinnen, diesmal Hebammen suggeriert, dass sie im Hinblick auf den Geburtsvorgang Schwächen und Mängel haben und in Bezug auf ihn deshalb unbedingt auf externe Unterstützung angewiesen sind (22) Diese Unterstützung ist keine, die das Erleben von Selbstwirksamkeit erhöht, sondern eine, die externe Agenten einsetzt: Nadeln (Akupunktur), ätherische Öle, verdünnte oder in Form von Tees genutzte pflanzliche Wirkstoffe. In der Regel gibt es weder einen Wirkungsnachweis noch einen Nachweis von Schädlichkeit - das Problem liegt auf einer anderen Ebene, nämlich der Unterstellung, als werdende Mutter nicht selbstständig und sicher, sondern hilfsbedürftig und unsicher zu sein. Faktisch geht eine solche Unterstellung mit einer tendenziellen Infantilisierung der werdenden Mutter einher, wenn diese sich darauf einzulassen bereit oder gezwungen ist. Die vermeintliche Hilfsbedürftigkeit setzt sich dann als Unsicherheit im Umgang mit dem eigenen Kind fort, und an ihr setzen die folgenden Versuche von Einflussnahme an, auf die wir im Beitrag eingegangen sind.

An die Geburt schließt sich nahtlos die Unterstellung eines entwicklungsmäßigen Ungenügens und deshalb einer vermeintlichen erzieherischen Bedürftigkeit des Säuglings an. Bereits ab dem Alter von vier Wochen soll er zu festen Zeiten auf Gleichaltrige bezogen sein. Alle möglichen Bewegungsarten müssen ihm „beigebracht“ werden, als würde es kein inneres Selbstentwicklungsprogramm geben, das jedes Baby individuell und in eigenem Tempo lebt. An die Stelle von Ruhephasen treten fixe Zeitschemata, nach denen der Säugling „bespielt“ wird, ob er das in dem Augenblick will oder nicht. Insbesondere für „reizoffene“ Kinder ist das problematisch. Die bei diesen Kindern zwangsläufig eintretende Reizüberflutung und die aus den fixen Terminvorgaben resultierende Störung der individuellen Schlaf-Wach-Rhythmik des Säuglings werden aber im Kontext dieser Pädagogik nicht oder nur unzureichend thematisiert. Die Folge sind Stress für das reizoffene Baby und damit eben die Regulationsstörungen, derer sich dann die so genannten „Schreiambulanzen“ annehmen müssen. Zudem werden die Eltern, meist die Mütter einer Konkurrenz-Bewertung ausgesetzt, auf die wir im vorangehenden Text eingegangen sind.

Folgerungen für Kinderärzte

Von uns Kinderärzten soll eingedenk dieser besonderen Ausgesetztheit von Müttern, was die „negative Machtausübung“ vor allem durch Geschlechtsgenossinnen angeht die normale Variationsbreite kindlicher Entwicklung (23, 24), die Vielzahl möglicher Spielarten von Persönlichkeit, die zentrale Bedeutung der Bindung (6) und darin der Beständigkeit und Verlässlichkeit für die unter den gegebenen Umständen bestmögliche kindliche Entwicklung hervorgehoben werden. Misstrauen zu säen, die Eltern vorrangig oder fast nur nach Fehlern ihres Kindes abzufragen, die Vorsorgeuntersuchung wie eine „TÜV-Prüfung“ zu veranstalten, bei der als Erstes alle, auch nicht unmittelbar sichtbare Defekte aufzudecken sind, das würde die Verunsicherung der Mütter, der sie - aus den oben genannten Gründen - ohnedies ausgesetzt sind negativ verstärken. Verunsicherung wiederum schwächt das Selbstvertrauen und die Selbstgewissheit, sie raubt der Mutter einen Teil der Kraft, die sie zum Aufbau einer bestmöglichen Bindung an ihr Kind dringend braucht.

Besser ist es, wenn wir stattdessen den Müttern in gutem ärztlichen Sinn (25) vor allem anderen Gewissheit geben, dass das, was sie tun, gut und ganz ausreichend ist, ihnen sinngemäß den Rücken stärken, sie zur Verstetigung eigener Routinen befragen und positiv, das heißt - wie oben erwähnt - „inkrementell“ beraten. Das ist der „systemische“ Ansatz, der darin besteht, die Ressourcen der

Mutter und des Vaters zu ermitteln und diese zu bestärken. Bei Bedarf wird dann nach dieser Ermittlung jedes mögliche oder offenkundige Hindernis und jede Belastung thematisiert. Ratschläge werden somit nicht - wie von den „machtgierigen“ unter den Geschlechtsgenossinnen einfach aus Prinzip angeboten, sondern erst, nachdem gewissenhaft geprüft wurde, ob das Angebotene auch das gut oder am besten Passende sei. Genau der spezifisch auf die Individualität des Neugeborenen gehende Bezogenheitsaspekt wird somit in der - ansonsten wohlwollenden, dabei möglichst unbefangenen ärztlichen Beziehung zur Wirkung gebracht.

Wichtig ist dabei der Hinweis, dass es mittlerweile in vielen Gemeinden unterstützende Einrichtungen (umgangssprachlich z. B. „Schreiambulanz“ genannt) gibt, die Müttern und Vätern, die - aus welchen Gründen auch immer unter Druck sind zur Seite stehen (26). Eine Liste der Anlaufstellen bei frühkindlichen Regulationsstörungen, die Sprechstunden für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern anbieten findet sich unter http://www.dr-dotzauer.de/attachments/File/Beratungsstellen_nach_PLZ.pdf.

Internetseiten, die sich zusätzlich mit den Themen depressiver Phasen bei Müttern befassen, finden sich unter <http://www.schatten-und-licht.de>

Allgemeine Literatur zum Thema der Regulationsstörung des Säuglings findet sich in den Leitlinien der DGKJP unter <http://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/028-028.html>

Eine gute Einführung in das Thema des Zusammenspiels von Körper und Geist - auch im Hinblick auf die Auswirkungen von Stress gibt der Heidelberger Physiologe J. Caspar Rüegg (27, 28).

Literatur

1. Froehlich T, Bevier FF, Henningsen P, Miall DS, Pompe U, Sandberg S (2012): How words cause asthma; 31th Congress of the European Academy of Allergology and Clinical Immunology, Geneva, Switzerland, und: Allergy (im Druck)
2. Stern D N (2006): Die Mutterschaftskonstellation, Klett-Cotta, Stuttgart
3. Stern D N (2010) A developmental perspective on intersubjectivity from birth on, Goethe-Universität Frankfurt am Main, Campus Westend, (Festakt Sigmund-Freud-Institut) 24. April 2010
4. Winnicott DW (2002): Reifungsprozesse und fördernde Umwelt. Psychosozial-Verlag Gießen
5. Winnicott DW (2006): Vom Spiel zur Kreativität. Klett-Cotta Stuttgart
6. Brisch K H, Grossmann E, Grossmann K, Köhler L (2010): Bindung und seelische Entwicklungswege. 3. Auflage, Stuttgart, Klett-Cotta

7. Bertocchi I, Oberto A, Angela Longo A, Mele P, Sabetta M, Bartolomucci A, Palanza P, Rolf C E (2011): Regulatory functions of limbic Y1 receptors in body weight and anxiety uncovered by conditional knockout and maternal care. PNAS, doi: 10.1073/pnas.1109468108
8. Hübner-Liebermann B, Hausner H, Wittmann M (2012): Peripartale Depressionen erkennen und behandeln. Dtsch Ärzteblatt 109 (24), 419-424
9. Reck C (2008). Depressionen und Angststörungen im Peripartalzeitraum: Epidemiologie, Mutter-Kind-Beziehung und Behandlungskonzept. Nervenheilkunde 6, 489-490
10. Reck C, Noe D, Gerstenlauer J, Stehle E (2012). Effects of postpartum anxiety disorders and depression on maternal self-confidence. Infant Behavior & Development, 35, 264-272.
11. Rainer Böhm R (2011): Auswirkungen frühkindlicher Gruppenbetreuung auf die Entwicklung und Gesundheit von Kindern. Kinderärztliche Praxis 82, 5, 316-321
12. Sandberg S, Rutter M, Giles S, Owen A, Champion L, Prior V, et al. (1993): Assessment of psychosocial experiences in childhood: methodological issues and some substantive findings. Journal of Child Psychology and Psychiatry (34) 879–897
13. Froehlich T, Allen J, Rapee R, Sandberg S (2010): Check of Life Events in Childhood Based on an Established Interview for Psychosocial Assessment of Childhood Experiences – German Version. Allergy 65 (Suppl 92), 308
14. Roisman G I, Susman E, Barnett-Walker K et al. (2009): Early Family and Child-Care Antecedents of Awakening Cortisol Levels in Adolescence. Child Development 80, 907-920
15. Hamaguchi M, Kitazawa H, Shoda T, Futamura M, Narthe M, Ohya Y (2012) Maternal anxiety during pregnancy is associated with atopic eczema in the infant: 31th Congress of the European Academy of Allergology and Clinical Immunology, Geneva, Switzerland, und: Allergy (im Druck)
16. Cramer C, Link E, Bauer C P, Hoffmann U, von Berg A, Lehmann I, Herbarth O, Borte M, Schaaf B, Sausenthaler S, Wichmann H-E, Heinrich J, Krämer U, for the LISApplus study group (2011): Association between attendance of day care centres and increased prevalence of eczema in the German birth cohort study LISApplus. Allergy (66), 68–75
17. Schmitt J, Chen C M, Apfelbacher C, Romanos M, Lehmann I, Herbarth O, Schaaf B, Kraemer U, von Berg A, Wichmann H-E, Heinrich J, the LISA-plus Study Group. (2011): Infant eczema, infant sleeping problems, and mental health at 10 years of age: the prospective birth cohort study LISApplus. Allergy (66), 404–411
18. Lion KA, Langer D, Stemmann EA, Holling H (2011): Integrierte klinisch-psychosomatische Komplexbehandlung bei Kindern mit Neurodermitis - eine Evaluationsstudie. päd (17) 196-202
19. Froehlich T, Bevier FF, Henningsen P, Miall DS (2012): Mental Allergology. 31th Congress of the European Academy of Allergology and Clinical Immunology, Geneva, Switzerland, und: Allergy (im Druck)
20. Bevier F F (2012): Xpublic0_2012. http://www.infomath.busssole.de/Texte/Xpublic0_2012.pdf, busssole InformationsVerlag, Winden
21. Takahashi H et al. (2012): Honesty mediates the relationship between serotonin and reaction to unfairness, PNAS, March 13, 2012 (109) 4281–4284
22. Herrmann S (2011): Die Globalisierung des Kreißsaals. Süddeutsche Zeitung (270) 16
23. Largo RH (2011): Babyjahre. Die frühkindliche Entwicklung aus biologischer Sicht, Piper München
24. Largo RH (2000): Kinderjahre. Die Individualität des Kindes als erzieherische Herausforderung. Piper München
25. Maio G (2012): Ärztliche Hilfe als Geschäftsmodell? Eine Kritik der ökonomischen Überformung der Medizin, Dtsch Ärztebl 109 (16) A 804-807
26. Leitlinien der DGKJP, Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (2006): Regulationsstörungen im Säuglings- und Kleinkindalter (0-3 Jahre, F98.2 u.a.), <http://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/028-028.html>
27. Rüegg J C (2006) Gehirn, Psyche und Körper. Neurobiologie von Psychosomatik und Psychotherapie. 3. Auflage, Stuttgart: Schattauer
28. Rüegg J C (2010) Mind & Body, Wie unser Gehirn die Gesundheit beeinflusst. Stuttgart: Schattauer