

Wie Eltern lernen, Eltern zu werden

Prof. Dr. med. Manfred Cierpka

Vortrag am 12. April 2005 im Rahmen der
55. Lindauer Psychotherapiewochen 2005 (www.Lptw.de)

Kontakt:

Prof. Dr. med. Manfred Cierpka
Ärztlicher Direktor des Instituts für
Psychosomatische Kooperationsforschung und Familientherapie
Universitätsklinikum Heidelberg
Bergheimer Str. 54, D - 69115 Heidelberg

Wie Eltern lernen, Eltern zu werden

LPW 2005
„Lernen“

Elternschaft wird in der Kindheit gelernt!

Eltern haben normalerweise das Glück,
daß sie selbst einmal Kind von Eltern waren

Therese Benedek

Manfred Cierpka
Universitätsklinikum Heidelberg

Natürliche interaktionelle Kompetenzen

Kinder

Selbstregulation
postnatale Umstellung
Beruhigung
Schlaf-Wach-Zyklus
Integrationsfähigkeit

Eltern

Babysprache
Gesichts-Präsentation
Erregungssteuerung
Körpersprache lesen
intuitive elterliche Didaktik

Bedingungen, auf die ein Baby zur Integration von Erfahrung angewiesen ist

- Verständlichkeit der elterlichen Anregungen (häufige Wiederholungen, langsames Tempo)
- Berücksichtigung der Aufnahmebereitschaft, des Erregungsniveaus
- Abstimmung auf den Entwicklungsstand
- Vermittlung von Kontingenzerfahrung (Voraussagbarkeit)

Merkmale Intuitiver Kompetenzen

nach M. Papousek

Verhaltensbereitschaften I

Angeborene Verhaltensweisen, die auf das Kind abgestimmt werden.

Universell

Die Verhaltensweisen sind kultur-, alters- und geschlechtsunabhängig bzw. haben- wenn überhaupt - nur minimale Variationen.

unbewusst

Personen, die darüber befragt werden, können darüber keine Auskunft geben (Augengruß, Attribution von Zuständen in der Mimik des Kindes obwohl über Handhaltung erschlossen.)

schnell

Kurze Latenz, die Reaktionszeiten bewegen sich im Millisekundenbereich (200-600 msec).

Merkmale Intuitiver Kompetenzen

nach M. Papousek

Verhaltensbereitschaften II

Angeborene Verhaltensweisen, die situations- und altersspezifisch auf das Kind abgestimmt werden.

unwillkürlich

Intuitive Verhaltensweisen sind der willkürlichen Kontrolle entzogen, sie können normalerweise für kurze Zeit bewusst unterdrückt werden, setzen sich dann aber wieder durch.

nicht ermüdend

Verhaltensweisen aus dem Repertoire der Intuitiven Kompetenzen können beinahe endlos wiederholt werden, ohne das sie für den Ausführenden ermüdend werden. Sehr wichtig für Säuglinge und kleine Kinder, da Frühkindliches Lernen in erster Linie auf unzählige Wiederholungen aufbaut.

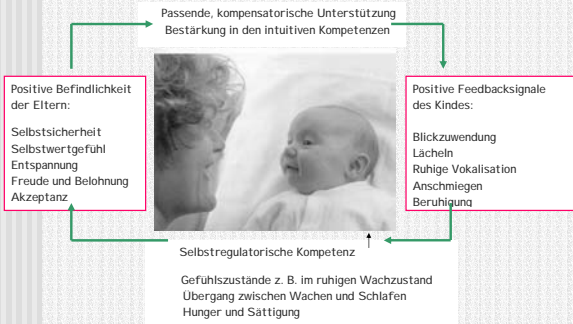
Sensitivität nach Ainsworth et al. 1974

Eltern fühlen sich beim Umgang mit ihrem Baby empathisch in dieses ein, wenn sie die kindlichen Signale

- 1) wahrzunehmen, sie
- 2) richtig interpretieren sowie
- 3) prompt und
- 4) angemessen darauf reagieren

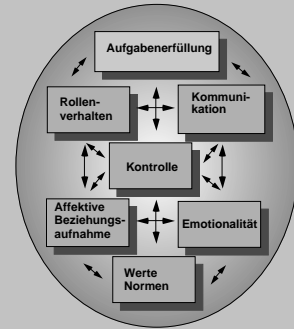
Kreislauf positiver Gegenseitigkeit zwischen Eltern und Kind

nach M. Papousek

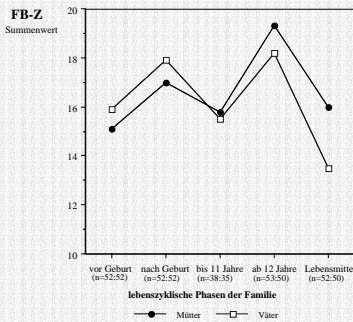


Das 'Familienmodell'

Cierpka (1990)



Der familiäre Lebenszyklus Entwicklung in Krisen



„Wie geht es Ihnen zu dritt?“

in Zusammenarbeit mit
Silke Adler, Gabriele Frevert, Dan Pokorny, Micha Strack
an der Frauenklinik der Universität Ulm
(Abteilung Ultraschall, Leiter: Prof. Dr. med. Terinde)

n = 52 Paare, die ihr erstes Kind erwarteten

n = 47 an beiden Erhebungszeitpunkten

Ausschlusskriterien

- # Schwangerschaft, die noch nicht die 12. Woche erreicht hatte
- # Schwangerschaft, die bereits die 28. Woche überschritten hatte
- # Ausschluss einer psychiatrischen oder psychotherapeutischen Behandlung in den letzten 5 Jahren

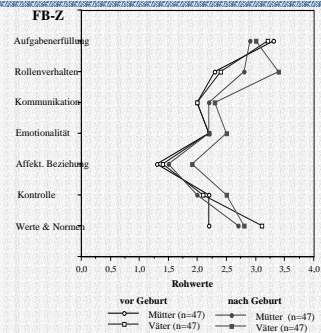
Soziodemographische Daten

- # Im Mittel lebten die Paare 4,3 Jahre zusammen
- # Alter der Frauen 31,2 Jahre
- # Alter der Männer 33,4 Jahre
- # Zum Zeitpunkt der ersten Erhebung waren 41 (79%) Frauen und 49 (94%) Männer erwerbstätig

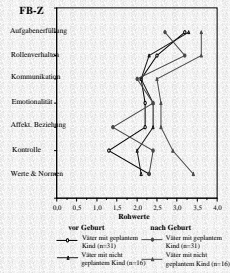
Hypothesen

1. Paarbeziehung wird nach der Geburt problematischer eingeschätzt als in der Schwangerschaft.
2. Die Rollen- und Aufgabenverteilung, und die Kommunikation verändern sich am stärksten
3. Die Reaktion des Vaters auf die Schwangerschaft und die Geburt des Kindes beeinflusst die Bewältigung des Entwicklungsschritts durch die Mutter
4. Bei Paaren, die das erste Kind nicht geplant haben, kann durch die Unvorbereitetheit die Krisenhaftigkeit der Geburt verstärkt werden.

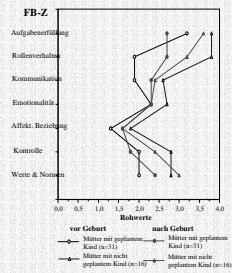
Veränderungen in der Familiendynamik



Schwangerschaft geplant oder nicht geplant I - Väter -



Schwangerschaft geplant und nicht geplant II - Mütter -



Ergebnisse

- keine generelle Verschlechterung der Funktionalität der Familie nach der Geburt sondern spezifisch erhöhte Anforderungen in bestimmten Bereichen der Familienfunktionen
- Das Rollenverhalten ist ein sensibler Bereich. Mütter und Väter befürchten Schwierigkeiten schon vor der Geburt und sehen diese Schwierigkeiten auch nach der Geburt
- Eingeschätzte Familienfunktionalität ist abhängig vom Ausmaß der Beteiligung des Vaters an der Kinderbetreuung

Der Übergang von der Partnerschaft zur Elternschaft - kritische Ereignisse

- Das Ende der Schwangerschaft - Erleichterung oder Trauer
- Die Geburt als (traumatische) Erfahrung
- Das phantasmatische und das reale Baby
- Die Eifersucht
- Das Baby und die Sexualität
- Das Baby reaktiviert Eltern-Großeltern-Konflikte
- Das Baby durchtrennt die Nabelschnur
- Das Baby stimuliert Rivalitäten
- Das Baby reaktiviert Erinnerungen
- die frühen Erwartungen an das Baby
- Das Baby als Funktionsträger

Interdisziplinäre Sprechstunde für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

Prof. Dr. M. Cierpka, Prof. Dr. O. Linderkamp, Prof. Dr. F. Resch

Universitätsklinikum Heidelberg
Abteilung für Psychosomatische Kooperationsforschung und
Familientherapie
Leitung: C. Thiel-Bonney

Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie
E. Möhler

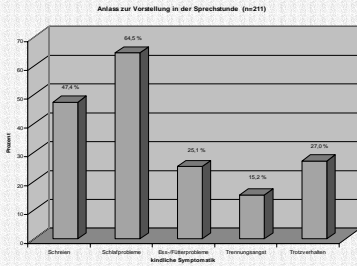
Abteilung Neonatologie, Kinderheilkunde

A. Cierpka, Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeutin
in eigener Praxis

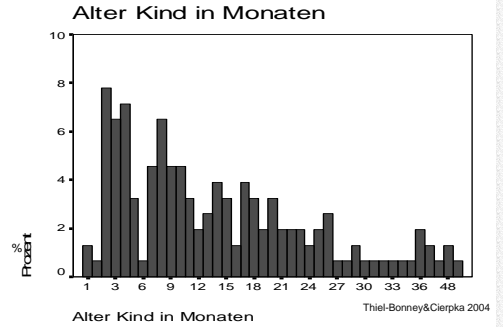
Wenn Eltern und Baby in eine Krise geraten



Anlass zur Vorstellung in der ESS 1999-3/2004



Altersverteilung bei Erstvorstellung (N=154)



Frühkindliche Regulationsstörungen des Selbst...

- gehen fast regelmäßig mit Beeinträchtigungen der dyadischen bzw. triadischen Beziehungen einher, in denen das Kind lebt.

Die Probleme sind umso ausgeprägter,

- je länger die Störung andauert,
- je mehr Regulationsbereiche betroffen sind,
- je gravierender die psychosoziale Belastungen und psychische Auffälligkeiten der Mutter bzw. des Vaters sind

Kritische Paarkonstellationen: Das Baby als Funktionsträger und Platzhalter

Das unvorbereitete, verunsicherte Paar
Das Baby als Halt

Das „verschmolzene“ Paar
Das Baby als Bedrohung

Das „distanzierte“ Paar
Das Baby als Lückenfüller

Die konflikthafte Partnerschaft
Das Baby in neurotischer Verstrickung

Die transgenerational belastete Partnerschaft
Das Baby als „Delegierter“

Negative Gegenseitigkeit in der Eltern-Kind Interaktion

Selbstregulatorische
Kompetenzen des Säuglings

Intuitive regulatorische
Kompetenzen der Eltern

Negative Feedbacksignale:

Unzugänglichkeit
Blickabwendung
Unruhe, Schreien
Eßproblem
Schlafproblem



Negative Befindlichkeit:

Verunsicherung
Erschöpfung
verletztes
Selbstwertgefühl
Depression
Frustration, Ablehnung
Neurotische Konflikte



- Mangel an intuitiver Unterstützung
- Vernachlässigung, Ängstlichkeit



Schritte in der Video-Mikroanalyse

nach George Downing

- positive (gelungene) Szenen hervorheben
- negative (dysfunktionale) Szenen ansprechen
- Erfragen des kognitiven Hintergrunds der negativen Szenen (warum haben Sie so gehandelt bzw. das Verhalten ihres Kindes so interpretiert?)
- Erfragen der Erinnerungen an die eigene Kindheit
- Herausarbeiten der Konnotationen in positiven Szenen
- Transfer für zuhause vorbereiten (was könnte zuhause helfen, um positive Situationen zu initiieren?)

Interventionen bei Säuglingen und deren Familien

Aufklärung und Information über die kindliche Entwicklung

angeleitete Übungssitzungen mit Eltern und Kind

Arbeit an den Repräsentanzen der Eltern

Probleme der Babys

Im ersten Lebensjahr

- Exzessives Schreien
- Schlafstörungen
- Fütterungsstörungen
- Gedeihstörungen

Im zweiten und dritten Lebensjahr

- Bindungs- und Verhaltensprobleme z.B.
- oppositionelles Verhalten und Trotzanfälle
- Klammern

Bedingungen für effektive Prävention

- „Je früher, desto besser“
- Immer wieder
- „Breitenwirksamkeit“
- Mehrere Ansatzpunkte synergistisch
- Qualitätssicherung/Evaluation
- Erreichen der Risikofamilien

Das Baby verstehen ...

- Vorbereitung der Paare auf die Elternschaft
- Förderung der elterlichen Kompetenz
- Förderung eines sicheren Bindungsverhaltens
- Förderung der positiven Gegenseitigkeit in der Beziehung zwischen Eltern und Baby

Strategien der Implementierung

- 5 Abende, jeweils 2 Stunden
- 4-6 Paare
- Leitung der Abende durch Hebammen
- Training der Hebammen durch Experten
- Umsetzung über Focus-Familie gGmbH, ein gemeinsames Unternehmen des Heidelberger Präventionszentrums und der Karl-Kübel-Stiftung

www.focus-familie.de

Inhalte der Abende

- Ich Sorge auch für mich selbst
- Wie können Partner zusammenarbeiten
- Das Baby sendet Signale aus
- Warum weint unser Baby?
- Vertrauen auf die eigenen Kompetenzen



Videoanalysen:

1. Was glauben Sie, wie sich dieses Baby fühlt? (Es fühlt sich wohl)

Wiederholen Sie das Abspielen der Sequenz 2-3mal und stellen Sie ein Standbild ein, das Sie für die Demonstration verwenden können.

2. Woran kann man das erkennen? – Woran noch? (.....)

Ja, wir können sehen, daß das Kind zufrieden ist, sich freut. Es hält den Blickkontakt zur Mutter. Das bedeutet, daß es seine ganze Aufmerksamkeit auf sie richtet. Es schaut sie an und hält dadurch Kontakt über die Augen.

3. Was teilt das Kind auf diese Weise mit? Wie können wir dieses Kind verstehen? (.....)

Das Kind gibt der Mutter so zu verstehen, daß es im Moment nichts so interessant findet wie ihr Gesicht, vielleicht auch ihre Töne. Es signalisiert Interesse und Vergnügen. Wenn die Mutter sich jetzt abwenden würde, wäre es sicher nicht mehr so zufrieden. Also ist die Botschaft: Laß uns flirten, bleib im Blickkontakt und unterhalte dich mit mir.

Weitere Informationen

zu den Materialien und den Trainings bei
www.focus-familie.de

Psychotherapeut 2005, 50:144-147

A. Gregor, M. Cierpka „Frühe Hilfen für Eltern“