

*Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.*

HERMANN HESSE, LEBENSSTUFEN

1

Einladung zu einer Entdeckungsreise

An den Zauber der frühen Kindheit kann sich mancher noch erinnern. Das Wunder der Geburt erlebt jeder Erwachsene noch einmal, der dabei sein darf, wenn ein Kind zur Welt kommt. Aber alles, was davor geschieht, scheint völlig vor uns verborgen. Keiner kann sich an diese Phase seines Lebens direkt erinnern, und niemand kann zuschauen, wie sich die befruchtete Eizelle zu einem geburtsreifen Kind entwickelt. Es bleibt ein Mysterium, warum jedes Kind mit ganz eigenen Fähigkeiten, Begabungen und Möglichkeiten zur Welt kommt. Wir ahnen, dass Kinder bereits vor der Geburt individuelle Erfahrungen machen und ihre eigene Persönlichkeit ausbilden, dass die Gebärmutter auch das erste Zuhause für die Seele ist. Aber wir wissen nicht, wie das genau geschieht. Das ist das Geheimnis der ersten neun Monate.

In diesem Buch wollen wir versuchen, dieses Geheimnis ein wenig zu lüften. Aber keine Angst, es wird dabei nicht entzaubert. Im Gegenteil. Wir wollen zeigen, dass das Geheimnisvolle der ersten neun Monate im Leben eines Menschen seinen Zauber nicht verliert, wenn man es zu verstehen beginnt. Wer begreift, was für einen komplizierten Weg ein Kind bereits hinter sich hat, wenn es auf die Welt kommt, für den wird das Geheimnis der Schwangerschaft nur noch bewundernswerter und kostbarer.

Erst ganz allmählich wächst das gesellschaftliche und wissenschaftliche Interesse daran, wie die vorgeburtliche Entwicklung wirklich vonstatten geht und welche Bedeutung sie für das weitere Leben des Kindes hat. Glücklicherweise wird unser Wissen darüber immer komplexer, ein Ende ist aber noch lange nicht in Sicht. Neue Erkenntnisse machen jedoch deutlich, dass ein ungeborenes Kind eben kein Zellhaufen ist, der – ganz gleich wie es der Schwangeren geht und wie mit ihr umgegangen wird – von genetischen Programmen gesteuert automatisch zu einem geburtsreifen Kind heranwächst. Nach allem, was wir heute wissen, und im Gegensatz zu dem, was manche Menschen glauben, wird ein Embryo eben nicht wie ein Auto oder ein anderes technisches Gerät nach einem bestimmten Bauplan »zusammengebaut«. Das ungeborene Kind ist ein lebendiges Wesen, dessen Entwicklung nur dadurch möglich ist, dass es mit seiner mütterlichen Umgebung in ständiger Kommunikation steht. Von Beginn an findet eine komplexe Interaktion statt. Von Anfang an braucht der Mensch »Beziehung«.

Für die vorgeburtliche Entwicklung ist dieses Wissen noch relativ neu. Wie wichtig die Mutter-Kind-Beziehung in der Säuglingszeit ist, wissen wir inzwischen recht genau – wenn auch noch nicht allzu lange. Noch vor wenigen Jahrzehnten wurden neugeborene Babys ohne Narkose operiert, weil man glaubte, ihr Schmerzempfinden sei noch nicht entwickelt. Neugeborene wurden nach der Geburt von ihren Müttern getrennt, damit sich die Mütter in Ruhe erholen konnten. Dabei ging man davon aus, dass die Neugeborenen noch kein psychisches Leid empfinden. Erst neue wissenschaftliche Erkenntnisse konnten diesem Spuk ein Ende bereiten. Ein Beispiel hierfür sind die an Rhesus-Äffchen gewonnenen Erkenntnisse über die Bedeutung des Körperkontaktes zwischen Mutter und Kind. In diesen recht grausam anmutenden Versuchen wurden mutterlosen Rhesus-Äffchen zwei künstliche Ersatzmütter zur Auswahl angeboten. Die eine bestand aus einem Drahtgeflecht, das die groben Umrisse eines mütterlichen Körpers nachbildete und

in dem eine Nahrung spendende künstliche Milchquelle untergebracht war. Die andere Attrappe war ähnlich aufgebaut, hatte jedoch keine Milchquelle, dafür aber einen kuscheligen fellartigen Überzug. Es galt herauszufinden, welche der »Ersatzmütter« für die Kleinen wichtiger war. Entgegen allen damals herrschenden Erwartungen war das nicht die Ersatzmutter mit der Futterquelle. Vielmehr klammerten sich die Jungen stundenlang an die Ersatzmutter mit Fell. Erst als der Hunger zu groß wurde, huschten sie schnell zur »Drahtmutter« hinüber, saugten hastig an der künstlichen Zitze, um sich dann so schnell wie möglich wieder an die »Fellmutter« anzuklammern. Das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit durch die künstliche »Fellmutter« war den Affenbabys offensichtlich wichtiger als die Futterquelle. Für die kleinen Affen – und wohl auch für menschliche Babys – ist die Qualität der emotionalen Beziehung wichtiger als die pure Versorgung. Ähnliche Untersuchungen wurden auch an Hunden durchgeführt. Einer dieser Versuche bestand darin, Welpen selbstständig nach Nestwärme suchen zu lassen. Dazu wurden sie, nachdem die Mutter vorübergehend ferngehalten wurde, um eine Kupferwärmflasche gelegt, die die Körpertemperatur der Hündin ausstrahlte. Die in diesem Alter noch blinden und tauben Welpen versuchten nun, ihre unangenehme Lage zu verbessern. Keiner der Welpen zeigte trotz Kontakt mit der Wärmflasche ein Bestreben, Nähe zu dieser Wärmequelle zu halten. Vielmehr suchten die Welpen weiter, bis der größte Teil untereinander Körperkontakt fand. Abseits der angebotenen Wärmflasche versuchten die Welpen also einander zu wärmen. Damit war deutlich geworden, dass man für Nestwärme mehr braucht als nur eine physikalische Wärmequelle.

Solchen und noch vielen anderen neuen Erkenntnissen verdanken wir die inzwischen wachsende und um sich greifende Einsicht, dass neugeborene Kinder, genau wie alle Hundewelpen oder Affenbabys, vor allem eines brauchen, um sich gesund entwickeln und die in ihnen angelegten Fähigkeiten optimal entfalten zu können: Geborgenheit und

Sicherheit und eine einfühlsame, zugewandte Fürsorge von Müttern und Vätern oder anderen Pflegepersonen, die bereit sind, sie mit Sensibilität und Liebe zu erkunden und ihre Bedürfnisse auf angemessene Art zu beantworten. Inzwischen haben Säuglingsforscher, Kinderpsychologen, Hirnforscher und Entwicklungsbiologen noch viele andere neue Entdeckungen gemacht, die belegen, wie sehr Kinder auf ihre Eltern angewiesen sind. Wir wissen heute, dass unsere Kinder mit einem noch sehr unfertigen Gehirn zur Welt kommen. Die endgültigen Verschaltungen zwischen den Fortsätzen der Nervenzellen werden erst später durch die von jedem Kind in seiner jeweiligen Lebenswelt selbst gesammelten Erfahrungen in einer bestimmten, nutzungsabhängigen Weise herausgeformt und stabilisiert. Die von seinen Eltern gestalteten Entwicklungsbedingungen und die in der jeweiligen Herkunftsfamilie herrschenden Rahmenbedingungen haben also einen ganz entscheidenden Einfluss darauf, wie sich das Gehirn eines Kindes entwickelt.

Neues Wissen und neue Erkenntnisse, die etwas enthüllen, was bisher verborgen war und bestenfalls (von manchen Menschen) erahnt wurde, können Eltern helfen, ihre Kinder besser zu verstehen, ihre Bedürfnisse besser zu erkennen und Verantwortung für die Gestaltung ihrer Lebenswelt zu übernehmen. Sie verderben also weder die Freude noch nehmen sie den Zauber oder die Ehrfurcht vor dem, was jedes Kind ist: ein einzigartiges Geschenk und ein Wunder, das wir ein Stück weit auf seinem Weg ins Leben begleiten dürfen. Geahnt haben das Menschen, vor allem Eltern, schon immer. Das ist wohl auch der Grund dafür, dass fast alle Eltern – und manchmal auch die Hebammen und Geburtshelfer, meist auch die Großeltern – vor Rührung weinen, wenn ein Kind zur Welt gekommen ist. Auch dieses Phänomen haben die Hirnforscher inzwischen untersucht: Wir weinen immer dann, wenn die emotionalen Zentren in unserem Gehirn erschüttert werden. Das kann z. B. passieren, wenn wir etwas verlieren, was uns bisher geholfen hat, so zu werden und so zu sein, wie wir sind. Dann fließen die Tränen aus Trauer.

Eine Erschütterung der emotionalen Zentren wird aber auch immer dann ausgelöst, wenn wir spüren, dass etwas passiert, das uns über uns selbst hinauswachsen lässt. Wenn wir ahnen, dass wir zu etwas Verbindung bekommen, das größer und mehr ist als das, was wir derzeit sind. Dann wird der gleiche Mechanismus im Hirn in Gang gesetzt, aber die Tränen fließen jetzt aus Rührung, Dankbarkeit und Freude. Das Wissen darüber, wie die Tränen zustande kommen, ändert nichts an dem Gefühl, dass die Geburt eines Kindes etwas Wunderbares ist. Aber man kann neues Wissen auch nutzen, um das, was bisher rätselhaft und geheimnisvoll war, zu verstehen. Immer dann, wenn es uns gelingt, etwas mehr über einen anderen zu erfahren und ihn besser als bisher zu begreifen, entsteht ein auf diesen anderen Menschen gerichtetes Gefühl – Mitgefühl. Es gelingt uns dann besser, sich in den anderen hineinzusetzen, dessen Art zu sein, auch seine Probleme und Schwierigkeiten nachzuempfinden. Erst so wird es uns möglich zu erkennen, wie wir ihm auf seinem Weg helfen können, was er braucht, um seinen Weg zu finden. Erst dann sind wir wirklich in der Lage, das aus dem Weg zu räumen oder zu vermeiden, was ihn in Gefahr bringen könnte. Das gilt für unseren Umgang mit Kindern, das gilt aber auch für unseren Zugang zu Schwangerschaft und Geburt. Wenn es tatsächlich so ist, dass wir Eltern sind »von Anfang an«, dann ist es notwendig, mehr über diese frühe Entwicklungsphase zu erfahren. Denn nur so kann es gelingen, uns in die verborgene Welt des ungeborenen Kindes einzufühlen und die Herausforderungen der Elternschaft zu meistern.

Eltern zu sein ist heutzutage nicht gerade einfach. Die Welt, in der wir leben und in die unsere Kinder hineingeboren werden, verändert sich inzwischen in einem atemberaubenden Tempo. Nie zuvor hatten so viele Kinder so viele Möglichkeiten wie heute, ihre Neigungen und Begabungen zu entfalten, sich so viel Wissen und so viele unterschiedliche Fähigkeiten und Fertigkeiten anzueignen. Aber unsere und damit auch ihre Welt ist nicht nur vielfältiger und bunter,

sie ist auch unruhiger und unsicherer geworden. Mit all dem, was ihre Eltern und Großeltern noch wissen und können und was ihnen noch geholfen hat, sich im Leben zurechtzufinden, können die in die heutige Welt hineinwachsenden Kinder immer weniger anfangen. Immer schneller wandeln sich von Generation zu Generation die Vorstellungen von dem, worauf es im Leben ankommt. Das gilt nicht nur für die Gestaltung des eigenen Lebensweges, sondern auch für die Versuche von Eltern, ihre Kinder auf diesem Weg ins Leben zu begleiten und ihnen dabei all das mitzugeben, was sie dafür später einmal brauchen. Je stärker aber das Ziel dieser Reise, auf der Eltern ihre Kinder begleiten, im Nebel einer ungewissen Zukunft verschwimmt, desto größer wird die Gefahr, dass sich zunächst die Eltern und dann auch ihre Kinder dabei verirren und einander verlieren. Manche Eltern versuchen deshalb – wie schon ihre Eltern und deren Eltern – den immer wieder aufsteigenden Nebel wegzublasen und damit das Ziel der Reise wieder deutlich sichtbar zu machen. Andere hoffen, ihre Kinder durch das Aufstellen von auch bei dichtem Nebel noch weit hin sichtbaren Wegweisern auf den rechten Weg zu lotsen. Aber es gibt auch immer mehr Eltern, die das wahre Geheimnis einer gelingenden Erziehung entdecken, vielleicht auch nur wiederentdecken: Sie versuchen nicht, ihre Kinder auf einen bestimmten, von ihnen vorgezeichneten Weg zu schicken, sondern sie bemühen sich darum, ihnen dabei behilflich sein, diesen Weg selbst zu finden. Und sie sind bereit, sich selbst und ihre vorgefassten Ideen in Frage zu stellen. Wenn sich Eltern und Erziehende gefühlsmäßig auf die Welt der Kinder einlassen – ganz gleich, ob es sich um das ungeborene Kind im Mutterleib, um Kleinkinder oder Jugendliche handelt –, dann wird nicht nur der Werdegang der Kinder optimal gefördert. Auch die Eltern lassen sich dann auf einen emotionalen Entwicklungsprozess ein, der ihr Leben bereichert.

Inzwischen wissen wir sehr viel über Schulkinder, über Kindergartenkinder, über Kleinkinder und über Säuglinge.

All diese Erkenntnisse lassen sich in vier Sätzen zusammenfassen:

1. Kinder sind zu jedem Zeitpunkt ihrer Entwicklung weitaus kompetenter, als wir bisher angenommen haben.
2. Um sich optimal entwickeln zu können, brauchen sie die Erfahrung, willkommen zu sein und in den Eltern bzw. Pflegepersonen sichere Bindungspartner zu finden, die ihre Bedürfnisse in angemessener Weise beantworten.
3. Sie suchen sich ihren Weg und erschließen sich die Welt aus eigenem Antrieb; und wir können ihnen dabei Mut machen, ihnen mögliche Wege zeigen und sie unterstützen, wenn sie allein (noch) nicht weiterkommen und sich zurechtfinden.
4. Jeder Schritt auf dieser Entdeckungsreise wird durch all das bestimmt, was die Kinder im Verlauf ihres bisherigen Lebens bereits entdeckt und in ihrem Gehirn verankert haben.

Wirklich neu ist das, wovon dieses Buch handelt: All das gilt nicht erst nach, sondern ebenso bereits vor der Geburt. Das ganze Leben ist eine Entdeckungsreise. Vieles, was die Forscher in den letzten Jahren herausgefunden haben, spricht dafür, dass wir den spannendsten und aufregendsten Teil dieser Reise bereits hinter uns haben, wenn wir auf die Welt kommen.