

Pränatale Identitätsbildung werdender Eltern – Störungen und Präventionsmöglichkeiten

G. Gauda

Frankfurt, Germany

Abstract

Parents who are still occupied with their own maternal or paternal identity development during the last months of pregnancy and during the first months of life of their child, seem to be less self-congruent and intuitive in reacting to the needs of their child in early parent-child-interactions. Such obstacles may induce gaze-aversion as expression of a basic disturbance of child's attachment to his parents.

Good conditions for a secure parental identity-development during prenatal months are to start pregnancy with the idea of a "possible parental-self" and for women to develop high sensibilities for their body changes. Those factors seem to induce more role-security and intuitive behaviors in interaction with the child than to fulfill a certain mother- or father role.

To prevent disturbant insecurities and ambivalent feelings of parents, preventive measures of a broad and global manner seem to be necessary in our changing society.

Zusammenfassung

Eltern, die während der späten Schwangerschaft und nach der Geburt ihres ersten Kindes noch mit ihrer eigenen Identitätsentwicklung als Mutter oder Vater beschäftigt sind, haben offenbar weniger Möglichkeiten, intuitiv und selbstkongruent auf die Bedürfnisse ihres Kindes einzugehen. Diese Hindernisse in den frühen Eltern-

Correspondence to: Dr. Gudrun Gauda, Sebastian-Rinz-Str. 20, 6000 Frankfurt 1, Germany

Vortrag auf der 4. Arbeitstagung der ISPPM „Die pränatale Beziehung und die elterliche Individuation“, Heidelberg, 2.–4. 10. 1992.

Kind-Interaktionen können beim Kind Blickkontaktvermeidung als Ausdruck einer frühen Beziehungsstörung auslösen.

Günstige Voraussetzungen für eine gelungene Identitätsbildung der Eltern in der Pränatalzeit sind: ein „mögliches Elternselbst“ als Vorstellung bereits mit in die Schwangerschaft einzubringen und eine hohe Sensibilität für körperliche Veränderungen bei der Frau. Mehr als die Ausübung einer bestimmten Elternrolle, bestimmen diese die spätere Rollensicherheit und einen sensiblen Umgang mit dem Kind.

Präventive Maßnahmen auf einer ganzheitlichen Weise und auf breiter Ebene scheinen in unserer Zeit nötig zu sein, um störende Verunsicherungen und Ambivalenzen der Eltern zu vermeiden.

*

Die Beschäftigung mit der Ökologie der Perinatalzeit ist ein relativ neues kulturelles Phänomen, bedingt durch den ständigen Wandel, dem unser Bild vom Kind und unser Bild von Elternschaft unterworfen sind.

Aus entwicklungspsychologischer Sicht ist Elternschaft eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben des Erwachsenenalters (Havighurst, 1972) – und längst nicht immer eine unproblematische, wie wir aus vielen Untersuchungen wissen (Gloger-Tippelt, 1988). Entwicklung und die mit ihr verbundenen Krisen sind in allen Märchen der Welt als Thema zu finden. So sind z. B. der Frage der Partnersuche viele Märchen gewidmet. Sie enden meist etwa so: „Da hielt das treue Mädchen Hochzeit mit seinem Liebsten und sein Leid war zu Ende und die Freude fing an.“ (Der Liebste Roland)* Manche Märchen beschäftigen sich auch mit den womöglich nachfolgenden Ehekrisen (Der treue Johannes)* oder der Frage des unerfüllt bleibenden Kinderwunsches (Dornröschen, Hans mein Igel, Das Eselein, Daumesdick)*. NICHT behandelt werden in den Märchen jedoch die psychischen Veränderungen der werdenden Eltern und die veränderten Lebensbedingungen mit der Geburt des Kindes. Es heißt höchstens lapidar: „... Seit jener Zeit lebten sie in Liebe und Zufriedenheit. Und weil sie schon so lange ein glückliches Paar sind, haben sie gewiß ein Dutzend Kinder oder noch viel mehr.“ (Der Waisenknabe und die Drachenprinzessin)**

Während also die Frage „ein Kind um jeden Preis“ für den Menschen schon vor vielen Jahrhunderten ein Problem darstellte, so stellt sich die Frage der Kinderzahl und der elterlichen Entwicklung in dieser Zeit erst in den letzten Jahren. Dafür sprechen eine ganze Reihe von Belegen:

- ein lautes öffentliches Nachdenken über die mit der Elternschaft verbundenen Probleme in Partnerschaft, Beruf und Gesellschaft;
- eine Einstellungsänderung zum Wert von Elternschaft allgemein, die sichtbar wird am Trend zu vielen Ein-Kind-Familien und dem Trend zu späterer und bewußter Elternschaft in einer relativ großen Bevölkerungsgruppe. (Schulze und Mayer, 1987)

* Kinder- und Hausmärchen der Brüder Grimm

** Tibetische Märchen

Auch die entwicklungspsychologische Forschung führte über die Beschäftigung mit den frühen Eltern-Kind-Beziehungen zu der Entwicklung der Eltern selbst. So kann z. B. die aktive Blickkontaktvermeidung des zwei bis vier Monate alten Kindes mit seinen Eltern als frühes Diagnoseinstrument einer Beziehungsgefährdung angesehen werden (Gauda, 1992). Der Versuch einer Erklärung, wie es zu diesen gestörten Beziehungen kommt, beschränkte sich auf die Beschreibung des Interaktionsverhaltens der Eltern, was leicht den Eindruck erwecken kann, die Eltern seien „schuld“ an der Beziehungsstörung. Das unsystematische Sammeln von Beobachtungsdaten über die Eltern* zeigte jedoch, daß es sich um Eltern handelte, die durchaus bemüht waren, den emotionalen Kontakt zu ihrem Kind herzustellen, die sich aber als Mutter oder Vater sichtlich nicht 'wohl in ihrer Haut fühlten' und dies auch formulierten: 'ich muß erst lernen, Mutter zu werden'. Eine Analyse der soziodemographischen Daten erbrachte keinerlei Hinweise: es handelte sich bei diesen Familien um die wohl für derartige Untersuchungen typischen Teilnehmer: Mittelschichtfamilien, die mit Ende ihrer Berufsausbildung und beginnender finanzieller Sicherheit ihr erstes Kind bekamen. Alle Kinder waren Wunsch Kinder. Mehr war rückblickend über die pränatalen Bedingungsfaktoren einer Beziehungsbildung nicht mehr zu ermitteln. Das Verhalten der Eltern in den Interaktionen mit ihrem Kind zeigte jedoch, daß es ihnen offenbar nicht gelang, dessen Bedürfnisse nach *Re*-aktion, Kontingenz und Konsistenz im Verhalten zu befriedigen, sondern, daß sie über das Kind hinweg agierten. Beobachtet man solche Eltern genauer, so wirken sie, als ob sie tatsächlich noch üben müßten, Eltern zu sein. Sie verhalten sich nicht selbstverständlich, nicht selbstkongruent.

Selbstkongruenz im Verhalten setzt voraus, daß die Eltern klare affektive Beziehungen zu ihrem Kind haben, ohne von ständigen Ambivalenzen hin- und hergerissen zu werden. Das bedeutet auch, daß die Eltern über eine eigene, *ihre* Identität als Mutter oder Vater verfügen und nicht das Kind dazu benutzen müssen, die eigene Person zu definieren, im Sinne von „ich bin eine gute Mutter, wenn mein Kind mich anlächelt“.

Darüber, wie eine stabile elterliche Identität entsteht und warum in diesem Bereich Störungen auftreten können, gibt es noch relativ wenige konkrete Aussagen. Die bisher vorliegenden Arbeiten zum Übergang zur Elternschaft betrachten entweder Rollenübergänge aus eher soziologischer Sicht (La Rossa, 1986) oder es wird die Entwicklung mütterlicher Gefühle aus tiefenpsychologischer Sichtweise betrachtet (Leifer, 1980).

Elternidentität jedoch ist mehr: sie ist die Intergration körperlicher, seelischer, kognitiver Anteile und des Verhaltens in die Gesamtidentität des Menschen. Das bedeutet einerseits: Sicherheit in der Kenntnis der Eltern *rolle* durch die Übernahme spezifischer Verhaltensweisen, die z. T. bereits weit vor der Schwangerschaft im Laufe der Sozialisation erworben wurden. Das bedeutet aber auch andererseits: ein stabiles Selbstwertgefühl insgesamt, das dann die Basis dafür liefert, sich auch als „gute Mutter“ oder „guter Vater“ zu erleben.

* bezogen auf das Forschungsprojekt „Explorationsverhalten und frühe Eltern-Kind-Beziehung“ gefördert von der Deutschen Forschungsgemeinschaft unter Leitung von Dr. H. Keller (Keller, 1989)

Die Entwicklung der Elternidentität beginnt also nicht erst mit der Schwangerschaft, sondern bereits sehr viel früher im Lebenslauf, z. B. durch die Erfahrungen mit den eigenen Eltern oder der Übernahme von Fürsorge für jüngere Geschwister usw.

Ein Versuch, die Entwicklung der Elternidentität in ihrer Komplexität zu erfassen (Gauda, 1990), konnte also zunächst nur eine globale Annäherung an das Thema bedeuten. Die Geschichtlichkeit des Menschen, die ja die Basis für die in der Schwangerschaft und frühen Elternschaft erlebte Entwicklung darstellt, konnte auch hier nur retrospektiv erfaßt werden und die einzelnen Identitätsanteile mußten zunächst getrennt voneinander betrachtet werden.

Hier ganz kurz, die wichtigsten Ergebnisse diese Pilotstudie:

A. Es zeigte sich, daß manche Eltern bereits eine positiv besetzte kognitive Vorstellung von sich als Mutter oder Vater besitzen, lange bevor in ihnen der Wunsch aufkommt, jetzt und mit diesem Partner ein Kind haben zu wollen. Kinder gehören für ihre Person und zu ihrem Lebenslauf ganz selbstverständlich dazu. Diese Männer und Frauen müssen im Übergang zur Elternschaft dieses „mögliche Elternselbst“ (Antonucci und Mikus, 1988) „nur“ noch durch ein tatsächliches Elternselbst ersetzen. „Nur“ heißt jedoch nicht, daß es sich immer und unter allen Umständen um einen problemlosen Prozeß handelt. Allerdings stellen sich für diese Eltern die zu Beginn einer Schwangerschaft aufkommenden Zweifel weniger grundsätzlich dar.

Es gibt jedoch heute offenbar zunehmend mehr Frauen und Männer, die kein – oder nur ein sehr schwach ausgeprägtes – mögliches Elternselbst als allgemeinen Anteil ihrer Identität mit in die Schwangerschaft einbringen. Hier muß dann zunächst ein weiter oben in der Wertehierarchie stehendes Selbst (z. B. Ich als berufstätige Frau) abgelöst werden. In solchen Fällen wird die Aktivierung eines Elternkonzeptes oft vom 'günstigen Zeitpunkt' abhängig gemacht (Gauda und Keller, 1987). Da es diesen 'günstigsten Zeitpunkt' in der Idealform nicht gibt, wird dann der Gedanke an ein Kind immer wieder aufgeschoben und das Eintreten einer Schwangerschaft ist oft mit großen Ambivalenzen verbunden (z. B.: Verhütungspanne; Überreden zur Schwangerschaft durch den Partner; Kind als Verlegenheitslösung bei beruflichen Entscheidungssituationen oder Arbeitslosigkeit usw.).

In diesen Fällen entwickelt sich ein Elternselbst erst in der prä- und postnatalen Auseinandersetzung mit dem konkreten Kind – was aber auch bedeutet, daß die Eltern noch stark mit ihrer eigenen Entwicklung beschäftigt sind und dadurch wenig kognitiven „Raum“ für das Kind haben.

B. Auch die emotionale Komponente der Elternidentität entwickelt sich sicher lebensgeschichtlich. Auf der Basis einer allgemeinen emotionalen Sicherheit aufbauend, scheint während der Schwangerschaft die Sensibilität für die körperlichen Signale des Kindes eine entscheidende Stütze zu sein. Das gilt in erster Linie natürlich für die Mütter, während es für die Väter immer nur eine Erfahrung aus zweiter Hand sein kann. Frauen, die sensibel für ihre Körperempfindungen sind und selbstkongruent mit ihrem Körper, haben es nicht nur selbst leichter (Beckord, 1983), sondern sie können zudem diese Erfahrungen auch als ange-

nehm und bedeutsam an ihren Partner weitervermitteln und damit auch diesem mehr emotionale Sicherheit geben.

Frauen dagegen, die aus unterschiedlichen Gründen eine Entfremdung und Distanz zu ihrer körperlichen Entwicklung in der Schwangerschaft erleben, erleben zwangsläufig auch mehr Distanz zu ihrem Kind, das in ihnen wächst. So entsteht die Gefahr, daß sie ihren Körper nur als Gefäß empfinden, das so lange zur Verfügung steht wie nötig und daß das Kind zu einem Fremdkörper wird, der in ihnen wächst. Kindesbewegungen werden von ihnen z. B. erst sehr spät wahrgenommen und oft als unheimlich oder als beängstigend empfunden.

Distale Wahrnehmungen des Kindes (z. B. Photos der intrauterinen Entwicklungsschritte oder Ultraschallaufnahmen) werden von ihnen oft als Hilfe erlebt, aber auch immer wieder neu gesucht. Das heißt: distale Wahrnehmungen können die leiblich-konkrete Erfahrung nicht nachhaltig auslösen oder aufrecht erhalten, sondern wirken nur für den Augenblick.

C. Im Hinblick auf das konkrete elterliche Verhalten sind während der Schwangerschaft keine allzu großen Unterschiede beobachtbar. Sie zeigen sich höchstens im Zeitpunkt der Geburtsvorbereitungen und der Umstellung der Wohnung usw. im Verlauf der Schwangerschaft. Erst im Umgang mit dem Kind zeigt sich dann deutlich, ob eine Integration emotionaler und kognitiver Identitätsanteile stattgefunden hat. Und das wird nicht erkennbar an dem, *was* die Eltern tun, also nicht an dem vieldiskutierten rollentypischen Verhalten oder darin, ob nun Väter Windeln wechseln oder nicht (was nicht bedeutet, daß Rollen*sicherheit* keine Bedeutung hätte!). Wichtig ist die *Qualität* des Verhaltens. Identitätssicherheit zeigt sich darin, *wie* die Eltern sich verhalten, wenn sie Kontakt mit ihrem Kind haben.

So scheint es, als ob die intensive Entwicklungsarbeit, die manche Eltern noch an sich selbst leisten müssen, die Störungen im intuitiven Elternverhalten verursachen; *die* Störungen, von denen wir wissen, daß sie z. B. die Blickkontaktvermeidung des Kindes auslösen.

Auch wenn diese Überlegungen zur Entwicklung der Elternidentität zunächst nur als Thesen formuliert werden konnten, deren Sicherung noch einige Forschungsarbeit in Anspruch nehmen wird, so scheint es doch sinnvoll, darüber nachzudenken, wie man eventuell auftretenden Problemen möglichst frühzeitig begegnen kann. Denn auf diesem Hintergrund wird deutlicher, warum gerade so viele erstgeborene Kinder in Therapien vorgestellt werden – Kinder, bei denen die Eltern nicht nur unsicher in der Erziehung waren, wie meist als Grund vermutet wird, sondern wohl häufig auch noch unsicher in ihrer eigenen neuen Identität.

Daneben scheinen präventive Maßnahmen zunehmend auf breiter Basis nötig, wenn wir bedenken, wie isoliert von der Restfamilie und anderen sozialen Einbettungen sich der Übergang zur Elternschaft heute meist vollzieht. Die Isolierung verstärkt die Selbstzweifel vieler werdender Eltern, die mit ihren – durchaus zur Entwicklung gehörenden – ambivalenten Gefühlen, Unsicherheiten und Überforderungen alleine fertig werden müssen.

Im Hinblick auf die kommenden Jahre scheinen begleitende Maßnahmen auch gesamtgesellschaftlich ungeheuer wichtig, wenn wir bedenken, wie groß die Zahl der Kinder und Jugendlichen ist, die in Ein-Eltern-Familien nur noch jeweils ein Modell zur Verfügung haben, das ihnen Orientierungsmöglichkeiten vermitteln kann. Dazu kommt, daß unsere Vorstellungen von Mutterschaft und Vaterschaft zur Zeit einen tiefgreifenden Wandel erfahren (Gauda, 1987).

Für alle begleitenden oder präventiven Maßnahmen wäre es natürlich sinnvoll, die Eltern möglichst frühzeitig in der Schwangerschaft zu erreichen und mindestens bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes zu begleiten, um sie so auf die Elternschaft als Ganzes vorzubereiten.

Es gibt inzwischen eine ganze Reihe solcher Versuche. Angefangen von Geburtsvorbereitungskursen und Säuglingspflegekursen, die ihr altes Gesicht gewandelt haben und nicht mehr nur auf die Geburt und den Umgang mit dem Kind, sondern auf das „andere“ Leben mit dem Neugeborenen vorbereiten wollen. Einzelpersonen wie Hebammen, Vertreter von Volkshochschulen, Mütterzentren und anderen haben diesen Wandel aufgegriffen und tun ihr Bestes. Dabei werden seit ca. 15 Jahren auch die Väter in vielen Fällen selbstverständlich mit einbezogen.

Leider interessieren sich vor allem Paare der mittleren und gehobenen Bildungsschicht für diese Kurse, was auch damit zusammenhängt, daß die Kosten meist selbst übernommen werden müssen. Dabei handelt es sich um Hindernisse, die nur schwer zu beseitigen zu sein scheinen und die verhindern, daß größerflächige und längerfristige Angebote sich durchsetzen können (Ruppert, 1991).

Alle Programme haben in ihrer Auswertung folgendes gezeigt:

- Trotz der Informationsflut unserer Zeit, sind Informationen *und* der Austausch darüber in der Gruppe über alle die „ein Kind bekommen“ betreffenden Veränderungen äußerst wichtig. Sie geben ein Gefühl der Sicherheit in die eigenen Fähigkeiten als Eltern und sollten den Raum bieten, auch auswählen zu können (z. B. welche Form der Entbindung ich wähle, ob ich mich entschieße zu stillen oder nicht). Jede Form von Dogmatismus erweckt sehr leicht das Gefühl, etwas falsch gemacht zu haben, wenn Eltern einen bestimmten Schritt nicht tun möchten oder können.
- Körperarbeit ist in diesen Gruppen ein sehr wichtiger Bestandteil, da sie das Vertrauen in den eigenen Körper stärkt und Möglichkeiten vermittelt, den eigenen körperlichen Veränderungen und Bedürfnissen nachzuspüren.
- Die Gruppe als solche ist von Bedeutung, da sie den Teilnehmern zeigt, daß sie vor der Geburt nicht die einzigen sind, die sich mit Ambivalenzen und Befürchtungen quälen und daß sie nach der Geburt nicht alleine sind, wenn ihnen die Umstellung auf das Leben mit dem Neugeborenen im wahrsten Sinne des Wortes schlaflose Nächte bereitet. Dabei ist es dann natürlich sinnvoll, wenn eine Gruppe über den ganzen Zeitverlauf zusammenbleiben kann, damit sich nicht jedesmal wieder neu ein Vertrauensverhältnis zwischen den Teilnehmern entwickeln muß.
- Im Hinblick auf die Gruppenleiter ist es wichtig, daß sie in der Lage sind, die Teilnehmer von unrealistischen und überfordernden Eigen- und Fremdan-

sprüchen zu befreien und Möglichkeiten aufzuzeigen, den eigenen individuellen Weg zu finden. D. h., die Gruppenleiter müssen entsprechend geschult sein. Reine Selbsthilfegruppen sind an diesem Punkt oft überfordert.

Während vor einigen Jahren die Herausforderung darin bestand, nicht mehr nur auf die Geburt, sondern auf das Leben mit dem Neugeborenen vorzubereiten, die Väter einzubeziehen und den werdenden Eltern insgesamt mehr Mut zu eigenen Entscheidungen zu machen, scheinen mir diese Ziele heute zumindest zum Teil erfüllt zu sein.

Heute sehe ich den nächsten Schritt und eine große gesundheitspolitische Herausforderung darin, diese Angebote einer breiten Schicht und insgesamt kontinuierlicher, sozusagen 'an einem Stück' zugänglich zu machen.

Das heißt: nicht mehr

Geburtsvorbereitungskurse
Säuglingspflegekurse
Nachsorge
Rückbildungsgymnastik
Stillgruppen
Säuglingsmassage usw.

in voneinander getrennten Angeboten, die auch noch zum großen Teil selbst finanziert werden müssen zugänglich zu machen, sondern vielmehr ein ganzheitliches Angebot für eine breite Zahl von Eltern kostenlos zur Verfügung zu stellen.

Der Aspekt der Ganzheitlichkeit erscheint mir deshalb so wichtig, da sich die Identitätsbildung zwar in verschiedenen Bereichen, aber doch nicht unabhängig voneinander vollzieht. Insgesamt scheint mir dabei heute noch immer viel zu viel Gewicht auf dem zu liegen, was Eltern *tun* und viel zu wenig beachtet zu werden, wie es ihnen damit geht und was sie dabei empfinden. Diesen Aspekt bei begleitenden Programmen zu betonen stellt natürlich auch größere Anforderungen an den jeweiligen Leiter oder die Leiterin. Ihnen dieses Wissen zu vermitteln, sehe ich als eine vordringliche Aufgabe an.

Literatur

- Antonucci, T.C. and Mikus, K. (1988). The power of parenthood: Personality and attitudinal changes during the transition to parenthood. In: Michaels, G.J. and Goldberg, W.A. (eds.). *The transition to parenthood. Current theory and research*. Cambridge University Press, Cambridge, pp. 62–84
- Beckord, D. (1983). *Theorie und Praxis der Körperbildforschung mit einer empirischen Untersuchung zum Körperleben in der Schwangerschaft*. Unveröffentlichte Dissertation, Universität Salzburg
- Gauda, G. (1987). Elternleitbilder gestern und heute: Modelle für die Entwicklung der Elternidentität. In: Fedor-Freybergh, P. (Hg.). *Pränatale Psychologie und Medizin*. Saphir, München, pp. 479–489
- Gauda, G. und Keller, H. (1987). Das subjektive Familienkonzept schwangerer Frauen. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und pädagogische Psychologie* 19, 32–45
- Gauda, G. (1990). *Der Übergang zur Elternschaft*. Eine qualitative Analyse der Entwicklung der Mutter- und Vateridentität. Lang, Frankfurt
- Gauda, G. (1992). Blickkontaktvermeidung in den ersten Lebensmonaten und Elternidentität – Ursachen, Folgen, Prävention. *Integrative Therapie* 1–2, 58–73

- Gloger-Tippelt, G. (1988). *Schwangerschaft und erste Geburt*. Psychologische Veränderungen der Eltern. Kohlhammer, Stuttgart
- Havighurst, R.J. (1972). *Developmental tasks and education*. McKay, New York
- Keller, H. (1989). Entwicklungspsychopathologie: das Entstehen von Verhaltensauffälligkeiten in der Frühesten Kindheit. In: Keller, H. (Hg.). *Handbuch der Kleinkindforschung*. Springer, pp. 529–543
- La Rossa, R. (1986). *Becoming a Parent*. Sage, Beverly Hills
- Leifer, M. (1980). *Psychological effects of motherhood*. A study of first pregnancy. Praeger, New York
- Ruppert, H. (1991). Wenn Paare Eltern werden – Ein anderes Konzept der Vorbereitung auf die Geburt und den Elternstart. In: *Systema*. Zeitschrift des Instituts für Familientherapie Weinheim 3, 34–44
- Schulze, H.J. und Mayer, T. (Hg.) (1987). *Familie – Zerfall oder neues Selbstverständnis?* Königshausen & Neumann, Würzburg