

## **Ein Start mit Hindernissen** - Auswirkungen von Stress auf die Eltern-Kind-Bindung

Die Bindungsforschung und Verhaltensbiologie hat hinreichend belegt, dass die intuitive elterliche Fürsorge genetisch im Menschen veranlagt ist und somit angeboren ist. Das Kind richtet instinktiv seine angeborenen Erwartungen nach Bedürfnisbefriedigung an die Eltern (oder an andere vertraute Personen) und diese geben intuitiv und einfühlsam die entsprechende Fürsorgeantwort. Soweit die Theorie!

Doch wie sieht es in der Praxis aus? Was passiert bei Eltern und Kind, wenn die intuitive und elterliche Fürsorge nicht geschehen kann – ausgelöst durch Stress.

Was ist Stress? Was macht Stress?

Das autonome Nervensystem mit seinem Parasympathikus und Sympathikus spielt bei der Entstehung und Gestaltung unserer Bindungen eine entscheidende Rolle.

Die Bindungsfähigkeit ist, wie die körperlichen Funktionen auch- vom autonomen, vegetativen Nervensystem abhängig.

Der parasympathische Zweig des autonomen Nervensystems initiiert Entspannung. Er sorgt dafür, dass wir aufnahmefähig, zentriert und gefühlorientiert sind. Unter diesem Einfluss ist der Mensch warm, weich, ruhig, einfühlsam. Die Aufmerksamkeit ist nach innen, auf sich selbst gerichtet. Ruhe und Verdauung – auch die der äußeren Reize – setzen ein.

Alle vegetativen Prozesse verlangsamen sich, auch Bewegung und Sprache. Es ist also eine bindungsaufbauende Wirkung. Der Mensch (Mutter, Vater) kommt sich und dem Kind nah.

Beide Anteile des autonomen Nervensystems sind notwendig für die Entwicklung und die Gesundheit. Auf der einen Seite die Verlangsamung, das niedrige Erregungsniveau und die Bindung. Auf der anderen Seite die Beschleunigung, das hohe Erregungsniveau und die Autonomie.

Vor diesem Hintergrund soll die vorliegende Fortbildung dazu beitragen, dass Einrichtungen, pädagogisch und therapeutische Fachkräfte, die Säuglinge und Kleinstkinder aktuell oder zukünftig mit dieser Problematik begleiten, dieser anspruchsvollen Aufgabe sicher begegnen können.

Im Vordergrund der Fortbildung steht die Sensibilisierung für möglichen Ursachen und wie dem System Familie, dem Säugling und Kleinstkind mittels körperorientierte Methoden geholfen werden kann, nachhaltig Stress abzubauen und in ein gutes miteinander zu kommen.