

Wissenschaftliche Grundlagen zur Bedeutung der frühen Bindung und der Beurteilung der außerfamiliären Frühbetreuung, mit Referenzstudien

Zusammenstellung von Dr. Rainer Böhm

Vorsitzender Wissenschaftlicher Beirat der Gesellschaft für frühkindliche Bindung

November 2022

Zu den Themen:

1. **Bedeutung der frühen Bindung**
2. **Auswirkungen U3-Betreuung, Quantität und Qualität**
3. **Langzeitauswirkungen früher Betreuung**
4. **Stressbelastung, Cortisol**
5. **Erkenntnisse der Neurobiologie zur Rolle der frühen Bindung**

1. Bedeutung der frühen Bindung

Die ersten drei Lebensjahre sind ein Entwicklungsraum, der seit gut 100 Jahren eine besondere Aufmerksamkeit erfährt. Ausgehend von Sigmund Freud haben sich Generationen von Psychoanalytikern intensiv mit der frühen Persönlichkeitsentwicklung und der frühen Eltern-Kind-Beziehung beschäftigt. Allerdings enthielt dieser spannende neue Ansatz anfangs noch zahlreiche spekulative Elemente, beschäftigte sich viel mit vermeintlichen Phantasien von Kleinkindern und projizierte Erkenntnisse der Erwachsenen-Psychopathologie recht umstandslos in die kindliche Seelenwelt.

Es war das große Verdienst des britischen Psychoanalytikers und Kinderpsychiaters John Bowlby und seiner kongenialen Kollegin, der kanadischen Psychologin Mary Ainsworth, diese frühen, stark geisteswissenschaftlich orientierten Erkenntnisse **mit den modernen Naturwissenschaften zu verbinden**. Die von ihnen formulierte **Bindungstheorie** betonte die reale Erfahrungswelt von Kindern, setzte auf prospektive Studien mit statistischer Auswertung und verband die Psychoanalyse mit Anthropologie, Ethologie, Biologie und Regulationstheorie. Dieser fulminante Neuansatz bestimmt bis heute ganz wesentlich die kindlichen Entwicklungswissenschaften, wobei seine grundlegenden Prinzipien in Bezug auf psychische Störungen bei Erwachsenen immer noch Gegenstand von Diskussionen sind.

Die Bindungstheorie stellt fest, dass jeder Mensch im Verlauf seines ersten Lebensjahres auf der Basis eines angeborenen Verhaltensprogramms eine enge emotionale Bindung zu einer **primären Bindungsperson** aufbaut, in aller Regel - aber nicht zwingend - der Mutter, und dass diese Person fürderhin als emotionale Sicherheitsbasis (secure base) für das Kind fungiert. Die weitgehend uneingeschränkte zeitliche Verfügbarkeit dieser Person ist so lange von Bedeutung, bis das Kind eine stabile innerpsychische Repräsentanz der Bindungsperson entwickelt hat, die es ihm erlaubt, seine Sicherheitsregulation zunehmend selbst zu übernehmen. Die Bindungsforschung zeigt, dass dieser Entwicklungsschritt von den meisten Kindern etwa im Alter von drei Jahren vollzogen wird.

Die Bindungstheorie wurde im Verlauf erweitert, wissenschaftlich ausdifferenziert, u.a. im Rahmen nationaler und internationaler Längsschnittstudien, und um neue Aspekte bereichert. So erfuhr die **Rolle des Vaters** größere Aufmerksamkeit. Hat dieser im Verlauf von Schwangerschaft und Säuglingsalter noch vorwiegend die Rolle des Unterstützers und Beschützers der Mutter-Kind-Dyade, so tritt er im Verlauf zunehmend stärker als weitere primäre Bindungsperson des Kindes in Erscheinung und nimmt damit intensiveren Einfluss auf die kindliche Entwicklung.

Gehen die Eltern **zugewandt und feinfühlig** mit dem Kind um, eine Eigenschaft, die sehr wesentlich auch von der gesellschaftlichen Unterstützung von Elternschaft abhängt, so entwickelt sich über Monate eine sogenannte **sichere Bindung**, die sich positiv auf

Persönlichkeitseigenschaften und langfristige seelische Stabilität des Kindes auswirkt. Umgekehrt können Belastungen im Eltern-Kind-Verhältnis, die zum Beispiel durch bestimmte Persönlichkeitsmerkmale, eigene Misshandlungserfahrungen oder psychische Störungen der Eltern begünstigt werden können, eine unsichere Bindung mit entsprechend negativen Entwicklungsauswirkungen zur Folge haben.

Im Verlauf wird das Spektrum von Bindungen idealerweise um weitere Personen im Sinne eines Beziehungs-Netzwerks erweitert, Geschwister, Großeltern, Freunde, Erzieher und andere. Diese Beziehungen werden als **Sekundärbindungen** bezeichnet. Sie zeichnen sich dadurch aus, dass sie, sowohl im Guten als auch im Schlechten, einen weniger intensiven Einfluss auf die kindliche Entwicklung haben. Die Gestaltung dieses sekundären Bindungsnetzwerks kann erheblich variieren und unterliegt starken kulturellen Einflüssen. Die entscheidende emotionale Regulationsinstanz bleiben aber in den ersten Jahren kulturübergreifend die Eltern als die primären Bindungspartner. Das Bedürfnis nach beständigen, liebevollen Bindungsbeziehungen wird mittlerweile als **wichtigstes kindliches Grundbedürfnis** angesehen.

Referenz:

Bowlby J (1988): A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. Basic Books, New York

Grossmann K, Grossmann KE (2006): Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit. Klett-Cotta, 4. Aufl.

2. Auswirkungen U3-Betreuung, Quantität und Qualität

Da die Bindungsdynamik in der Eltern-Kind-Beziehung in den ersten drei Lebensjahren besonders intensiv ist, haben Studien zu außerfamiliären Betreuungskonzepten in dieser Lebensspanne eine erhebliche Bedeutung. Unter den weltweit durchgeführten Untersuchungen ragt unter wissenschaftlichen Gesichtspunkten die US-amerikanische **NICHD-Studie** heraus, da sie die Auswirkungen früher Betreuungskonzepte in den ersten vier Lebensjahren an einer besonders großen Stichprobe prüft, die Altersspanne von der Geburt bis zum Teenageralter überblickt und schließlich eine Vielzahl von begleitenden Einflussfaktoren systematisch erfasst (multivariate Analyse).

Hier die wichtigsten Ergebnisse der NICHD-Studie im Überblick:

- hohe **Betreuungsqualität** kann Lernleistungen verbessern
- **je mehr Zeit** Kleinkinder **in außerfamiliärer Gruppenbetreuung** verbringen, **desto mehr Verhaltensauffälligkeiten** zeigen sie in ihrer Entwicklung
- **Elterliche Erziehung** zeigt deutlich stärkere Entwicklungseffekte als außerfamiliäre Betreuung

Die Effekte auf Lernleistungen und Verhaltensauffälligkeiten waren nicht besonders groß. Verglich man allerdings statistische „Randgruppen“ miteinander, Kinder mit weit überwiegender familiärer Betreuung gegen Kinder mit **sehr umfangreicher außerfamiliärer Betreuung**, so waren die **negativen Verhaltenseffekte** in der zweiten Gruppe doch erheblich und in ihrer Ausprägung vergleichbar mit den Effekten von Armut oder autoritär-straftenden Erziehungsstilen.

Die Autoren der NICHD-Studie leiteten aus ihren umfangreichen Befunden **drei Basis-Empfehlungen** ab:

- frühe außerfamiliäre Betreuung muss eine hohe Betreuungsqualität gewährleisten
- frühe außerfamiliäre Betreuung sollte im zeitlichen Umfang möglichst gering gehalten werden
- Elterliche Betreuung sollte insbesondere in den ersten drei bis vier Lebensjahren gezielt unterstützt werden

Andere qualitativ hochwertige Studien konnten diese Ergebnisse grundsätzlich bestätigen.

Referenz:

NICHD Early Child Care Research Network (2006). Child care effect sizes for the NICHD Study of Early Child Care and Youth Development. *American Psychologist*, 61(2), 99-116.

Belsky, J. (2001). Emmanuel Miller Lecture. Developmental risks (still) associated with early child care. *The journal of child psychology and psychiatry*, 42(7), 845-859

3. Langzeitauswirkungen früher Betreuung

Eine der wenigen Studien, die Effekte frühkindlicher Betreuungsarrangements **bis in das Erwachsenenalter** nachverfolgt haben, ist die sogenannte **Quebec-Studie**.

Diese Studie weist eine weitere hochinteressante Besonderheit auf, nämlich das Studiendesign eines sogenannten natürlichen Experiments (Kontrollgruppen-Design), welches in diesem Fall tatsächlich ein Alleinstellungsmerkmal darstellt. Während die verbreiteten Kohorten-Studien lediglich Korrelationen beschreiben können, kann man aus Experimentalstudien Kausalitäten, also Ursachenzuschreibungen ableiten.

Der kanadische Bundesstaat Quebec führte ab 1997 schrittweise ein allgemeines, hochsubventioniertes und qualitätskontolliertes Betreuungsprogramm für 0- bis 4-jährige Kinder ein, das zu einer deutlichen Erhöhung des Anteils außerfamiliär betreuter Kleinkinder führte. Die Effekte konnten im Rahmen einer nationalen epidemiologischen Langzeitstudie (NLSCY) überprüft werden. Als Kontrollgruppe dienten dabei die übrigen kanadischen Bundesstaaten, die das Programm nicht übernommen hatten.

Als politisch gewünschte Folge stellte sich eine gesteigerte Erwerbstätigkeit von Eltern, insbesondere Müttern, ein. In der Langzeit-Analyse bis in das junge Erwachsenenalter fanden sich beim Nachwuchs in Quebec hingegen **signifikante Verschlechterungen in den folgenden Bereichen**: Angst, Aggressivität, Hyperaktivität, familiäre Interaktionsmuster, selbstbeurteilter Gesundheitszustand, Zufriedenheit, Lebensqualität, Kriminalitätsraten. Eine kognitive Leistungsverbesserung, gemessen an den kanadischen PISA-Resultaten, war nicht nachweisbar.

Unter gender-medizinischen Gesichtspunkten ist besonders relevant, dass sich die negativen Effekte bei Jungen/Männern signifikant stärker ausgeprägt fanden als bei Mädchen/Frauen.

Referenz:

Baker M, Gruber J, Milligan K (2008): Universal Child Care, Maternal Labor Supply, and Family Well-Being. *Journal of Political Economy*, 116, 709-45

Baker M et al. (2019): The Long-Run Impacts of a Universal Child Care Program. *American Economic Journal: Economic Policy*, 11(3): 1–26

4. Stressbelastung, Cortisol

In der wissenschaftlichen Forschung zu Fragen körperlicher und seelischer Gesundheit spielt die Regulation von Stressbelastungen eine führende Rolle.

Drohender Kontrollverlust und eine **Überforderung individueller Ressourcen** führen im Körper zu einer Aktivierung von Notfall-Systemen, die unter anderem durch eine **vermehrte Ausschüttung des Stresshormons Cortisol** gekennzeichnet ist. Diese Stoffwechselreaktion führt zu einer kurzfristig erhöhten Leistungsfähigkeit, ist aber langfristig mit nachteiligen Auswirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit verbunden.

Ein potenter Gegenspieler von Cortisol ist das Bindungshormon Oxytocin, dessen Ausschüttung besonders stark in der frühen Eltern-Kind-Interaktion nachweisbar ist.

Um zu überprüfen, ob eine angemessene Stressregulation bei Kleinkindern auch bei längerdauernden Abwesenheiten der Eltern, als primäre Bindungspersonen, gewährleistet ist, wurden seit den 90er Jahren zahlreiche Studien durchgeführt, bei denen über den Tag verteilt die Konzentrationen von Cortisol in Speichelproben gemessen wurde.

Dabei zeigte sich, dass bei **einem hohen Anteil von Kleinkindern in außerfamiliärer Gruppenbetreuung erhöhte Cortisol-Werte nachweisbar** sind. Diese finden sich explizit auch in Betreuungssettings mit hoher Struktur- und Prozessqualität.

Referenz:

Vermeer, H.J. & van IJzendoorn, M.H. (2006). Children's elevated cortisol levels at daycare: a review and meta-analysis. *Early Childhood Research Quarterly*, 21(3), 390-401

Sumner MM, Bernard K, Dozier M (2010): Young Children's Full-Day Patterns of Cortisol Production on Child Care Days. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 164 (6), 567–571

5. Erkenntnisse der Neurobiologie zur Rolle der frühen Bindung

Moderne Forschung zum Wesen des Menschen ist ohne die Neurowissenschaften („Hirnforschung“) nicht mehr denkbar. Unser Gehirn ist die Zentrale, in der alle unsere sensomotorischen, kognitiv-intellektuellen und psychosozialen Eigenschaften angelegt und gesteuert werden.

Die technischen Möglichkeiten der Forschung am Gehirn haben sich in den letzten Jahrzehnten stark erweitert. Gleichzeitig hat sich das Forschungsinteresse sehr stark auch dem psychosozialen Bereich zugewendet, den man auch als seelische Entwicklungsdimension bzw. als Persönlichkeitsprofil beschreiben kann.

Neurowissenschaftliche Erkenntnisse konnten dabei zunehmend auch in einen fruchtbaren Austausch mit den Wissenschaften der seelischen Erkrankungen (Psychopathologie) und deren psychotherapeutischer Behandlung eintreten.

Die neuste Forschung sieht die menschliche psychosoziale Entwicklung wesentlich unter dem Einfluss von sogenannten **psychoneuralen Systemen**. Diese Systeme regulieren z.B. unser Stressempfinden, unsere sozialen Bindungen, unsere Impulskontrolle oder unser Realitätsbewusstsein.

Die psychoneuralen Systeme unterliegen wiederum einer Reihe von inneren und äußeren Einflüssen, die ihre Funktionsfähigkeit wesentlich mitbestimmen. Dazu gehören z.B. genetische Veranlagungen, sprachlich-intellektuelle Fähigkeiten und soziale Erfahrungen.

Den **bedeutsamsten Einfluss** nehmen dabei unsere **frühkindlichen Bindungserfahrungen** in den ersten zwei bis drei Lebensjahren.

Frühe Bindungserfahrungen lassen sich neurobiologisch in verschiedensten Systemen als **Synchronisationsprozesse** zwischen Eltern und Kind nachweisen, so z.B. beim Verhalten (Blickkontakt, Affekt, Stimme, Berührung), bei der Herzfrequenz, bei der hormonellen Regulation (Oxytocin, Cortisol) bis hin zu den Gehirnstrom-Mustern (Alpha- und Gamma-Rhythmen).

Man kann auch aufgrund dieser Erkenntnisse feststellen, dass das Bindungskonzept seinen Status als „Bindungstheorie“ zunehmend hinter sich lässt und sich als „Bindungswissenschaft“ beschreiben lässt.

Referenz:

Roth G, Strüber N (2014): *Wie das Gehirn die Seele macht*; Klett-Cotta

Feldman R (2017): *The Neurobiology of Human Attachments*. *Trends in Cognitive Sciences* 21, 80-99