

# Die psychische Geburt des Menschen

## Eine Darstellung der frühkindlichen Entwicklung (nach Margaret Mahler)

Von Dipl.-Psych. Bernhard Broekman

Der Begriff „die psychische Geburt des Menschen“ geht auf die Psychoanalytikerin Margaret Mahler zurück, die in dem gleichnamigen Buch die Entstehung des kindlichen Ichs und die Entwicklung der eigenen Grenze des Kleinkindes beschreibt. Das Wissen um die psychische Geburt des Menschen kann Eltern davor schützen, Fehler in der Erziehung ihrer Kleinkinder zu machen und einen wichtigen Beitrag zur gelungen Eltern-Kind-Bindung und zur psychischen Stabilität ihrer Kleinen zu leisten.

### 1. Einleitung

Der Zustand des Neugeborenen ist geprägt von Unreife, sowohl im physiologischen als auch im emotionalen Bereich, ohne die erstaunlichen Fähigkeiten des Säuglings abwerten zu wollen. Der lange Zustand der Unreife, der den Menschen im Vergleich zu anderen Säugetieren sehr störungsanfällig macht, bedingt eine einige Jahre dauernde Abhängigkeit von einer beschützenden und versorgenden, aber eben auch schädigenden Umwelt. Der emotionale und physiologische Wachstumsprozess ist gekennzeichnet durch eine abnehmende Symbiose (=der einseitig abhängige Zustand des Neugeborenen, der noch nicht „Ich“ von „Nicht-Ich“ unterscheiden kann), aus der das Kind in sein selbstständiges Leben hineinwächst. Abgesehen von der grobstofflichen Lösung aus der gemeinsamen Grenze mit der Mutter, der physischen Geburt, wird sich der Säugling nach ein paar Monaten seiner eigenen Ichheit bewusst, was Mahler als „ein Ausschlüpfen aus der

gemeinsamen Mutter-Kind-Membran“ beschreibt. Dabei „ist das symbiotische Bedürfnis nach der Mutter für den Säugling absolut, für die Mutter aber relativ“, was nicht weiter verwundert, da der Säugling von der Mutter unmittelbar abhängig ist, die Mutter aber nicht vom Säugling.

## **2. Die Phasen der psychischen Geburt des Menschen**

Mahler beschreibt nach langer Mutter-Kind-Forschung nach zwei Vorläuferphasen eine Reihe von vier aufeinanderfolgenden und nicht austauschbaren Phasen, die für die geglückte psychische Geburt des Menschen Pate stehen. Die erste Vorläuferphase nennt Mahler die

### **Normale autistische Phase,**

deren Benennung ich in Anlehnung an den pathologischen Zustand des eigentlichen Autismus (=Verlust des Umweltkontaktes und Rückzug in eine eigene Phantasiewelt) ungünstig finde. Sie ist geprägt von physiologischen Prozessen, die hauptsächlich der Nachreifung dienen, der Säugling zeigt eine relative Gleichgültigkeit gegenüber Außenreizen. Trotz dieser scheinbaren Gleichgültigkeit ist auch hier schon das Phänomen der organismischen Selbstregulation (Perls et al, 1994) im primitivsten Ausmaß zu beobachten, d.h. das Neugeborene ist in der Lage, diejenigen Signale der Umwelt gegenüber auszusenden, die für die Erfüllung seiner unmittelbarsten Bedürfnisse nötig sind. Es folgt als zweite Vorläuferphase die

### **Symbiotische Phase,**

die geprägt ist von der psychischen „Fusion mit der Mutter und insbesondere von der illusorischen Vorstellung einer gemeinsamen Grenze der beiden in Wirklichkeit getrennten Individuen.“ Von besonderer Bedeutung scheint das „kontakt-perzeptuelle Erleben des ganzen Körpers“ zu sein, den das Kind über die sinnliche Berührung beim Stillen erfährt. Ein beachtenswertes Ergebnis ist, dass „die Symbiose dann

optimal war, wenn ... die Mutter dem Säugling unbekümmert erlaubte, sie anzusehen, ... insbesondere während sie mit ihm sprach“ D.h., der gute Kontakt ist nicht allein davon geprägt, dass die Mutter das Kind anschaut, dass sie um dessen Bedürfnisse weiß und sie erfüllen kann, sondern dass sie dem Kind auch die Möglichkeit zur offenen, erkundenden Kontaktaufnahme bietet. Beide Vorläuferphasen gehen um den 6. Lebensmonat in die erste der vier Hauptphasen, die

### **Phase der Differenzierung und die Entwicklung des Körperschemas**

über. Das Kind beginnt Loslösung und Individuation zu erproben, es zeigen sich „sichere Anzeichen dafür, dass das Kind den eigenen Körper von dem der Mutter zu unterscheiden beginnt.“ Voraussetzung dafür ist die Entwicklung des Körperschemas, das mit zunehmender motorischer Geschicklichkeit und der Eroberung des Raumes einhergeht. In dieser Zeit sind die Übergangsobjekte, gemeint sind möglichst geruchsintensive und schmutzige Kuscheltiere für die Herausbildung der inneren Repräsentation der Mutter sehr wichtig, um sie in Zeiten der Abwesenheit zu ersetzen. Das Entfernen des Kindes von der Mutter und das genaue Ansehen der Mutter aus der Entfernung ist in dieser Phase genauso wichtig wie die Möglichkeit, bei drohender Gefahr/Unbehagen zu ihr zurückkommen zu können. Auch hier ist interessant, dass Kinder, die von ihren Müttern keine emotional behagliche Atmosphäre geboten bekamen, eher die Tendenz des vorzeitigen Ausschlüpfens aus der gemeinsamen Mutter-Kind-Membran zeigten. Die zweite Hauptphase, die sogenannte

### **Übungsphase**

schließt sich unmittelbar an, die Übergänge sind fließend. Im „frühen“ Üben, zwischen dem 8. - 10. Monat, erschließt sich das Kind durch Watscheln und Krabbeln die unmittelbare Umgebung, dabei ist die Mutter als „emotionale Auftankstation“ immens wichtig. In der eigentlichen Übungsphase zwischen dem 10. und 18. Monat lernt es das aufrechte Stehen, und das Laufen. Damit wächst das

autonome Ich des Kleinkindes enorm, das sehr empfindlich gegenüber den Gefühlen der Mutter ist, die sie gegenüber der gewonnenen Freiheit des Kindes erlebt. Optimal zeigt sie Freude an den Fortschritten und signalisiert ihm, dass es in Ordnung ist, wenn es sich seine Welt erobert. Im ungünstigen Fall lasten Angst und Misstrauen der Mutter, dass das Kind zu autonom wird, auf seinen Erkundungsbemühungen. Hier ist die Mutter gefordert, dem Entstehen der autonomen Grenze des Kindes eine positive Grundlage zu geben. Die dritte Phase, nach ca. 18 Monaten, ist die

### **Wiederannäherungsphase**

Das Kind hat laufen gelernt, es macht zudem enorme geistige Fortschritte, es wird sich seiner physischen Getrenntheit immer bewusster. Daraus entsteht eine mehr oder weniger starke Ambivalenz, ausgelöst einerseits durch die Freude an den eigenen Fähigkeiten, die Welt zu entdecken, und andererseits durch die Angst, die Mutter zu verlieren und das Getrenntsein rückgängig machen zu wollen. Das vorher noch so erkundungsfreudige Kind zeigt evtl. wieder Trennungsangst, und ist jetzt sehr auf die liebevolle und unterstützende Mutter angewiesen. Verhält sich die Mutter in dieser Phase den Rückversicherungswünschen des Kindes gegenüber ablehnend, kann dies zu großer Verunsicherung und in Folge zu gezielten Trotzreaktionen führen, die letztendlich doch wieder die Aufmerksamkeit der Mutter zum Ziel haben. Ich denke hier besonders an aufmerksamkeitsgestörte und hyperaktive Kinder, die in den letzten Jahren vermehrt in das öffentliche Interesse rückten. Bis zum 25. Monat kommen zunehmend kognitive (=geistig-intellektuelle) Entwicklungen, der zunehmende Spracherwerb, aber auch das Entdecken der eigenen Geschlechtlichkeit hinzu, bevor das Kind in die vierte Phase eintritt, die Mahler die

### **Konsolidierung (Verfestigung) der Individualität und die Anfänge der emotionalen Objekt Konstanz**

nennt. Objekt Konstanz meint das stabile innere Bild der geliebten Personen (also z.B. der Mutter oder des Vaters) in der Seele des Kindes. Die vierte Phase erstreckt sich über das 3. Lebensjahr, und ist als solche für die Entwicklung von großer Bedeutung.

Es entsteht jetzt „ein stabiles Gefühl der Einheitlichkeit (Selbstgrenzen) des eigenen Ichs ..., eine primitive Konsolidierung der Geschlechtsidentität ... und die geglückte Objektkonstanz beinhaltet jetzt nicht nur die Bewahrung der Repräsentanz des abwesenden Liebesobjekts (hier meist Mutter oder Vater, der Autor), ... sie beinhaltet auch die Vereinigung von „gutem und bösem“ Objekt zu einer Gesamtrepräsentanz.“ Das bedeutet, dass das Kleinkind sowohl „gute“ als auch „böse“ Seiten der Mutter nebeneinander sehen kann. Die missglückte Vereinigung dieser beiden gegensätzlichen Anteile ist ein häufiges Symptom bei Menschen mit der sogenannten Borderline-Störung.

Soweit zu Mahlers Entwicklungsphasen. Ich denke, es kommt nicht von ungefähr, dass unsere Kleinkinder ab dem dritten Lebensjahr reif für den Besuch des Kindergartens sind, denn sie verfügen dann über die nötige psychische Individualität, um als soziales Wesen andere Kinder als Wesen mit eigenen Grenzen zu erkennen. Obwohl die Phasen bis zur geglückten psychischen Geburt nur bis zum vollendeten dritten Lebensjahr reichen, heißt das nicht, dass in den verbleibenden Lebensjahren nicht auch gravierende Störungen auftreten können, sie haben aber bei weitem nicht die erschütternde Wirkung auf das Selbst, wenn das Fundament der psychischen Identität stabil ist.

### **Vertiefende und weiterführende Literatur:**

**Dornes M (1993) Der kompetente Säugling.** Fischer-Verlag. <http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/359611263X/drmedmichaungero>

**Dornes M (1997) Die frühe Kindheit.** Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre. Fischer-Verlag. <http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3596135486/drmedmichaungero>

**Harms H (2002) Beziehung lernen.** Grundlagen der Bindungstheorie. IPSIS. [http://www.ipsis.de/themen/thema\\_bindung.htm](http://www.ipsis.de/themen/thema_bindung.htm)

**Mahler M, Fuhrer M (1998) Symbiose und Individuation.** Psychosen im frühen Kindesalter. Klett-Cotta. <http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3608919619/drmedmichaungero>

**Mahler M, Pine F, Bergmann A (1999) Die psychische Geburt des Menschen – Symbiose und Individuation.** Fischer-Verlag. <http://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/3596267315/drmedmichaungero>

**Autor:**

Bernhard Broekman, Dipl.-Psychologe, Klinischer Psychologe BDP, Psychotherapeut in freier Praxis, Supervisor und Lehrbeauftragter für das Gestalt-Institut-Frankfurt, führt seit 10 Jahren im Raum Wiesbaden/Mainz für Krankenkassen und Unternehmen Nichtraucherкурse und Stressmanagementкурse durch.

**Copyright © 2003 by IPSIS® Institut für psychotherapeutische Information und Beratung, <http://www.ipsis.de>**