Freundliche Bilder können Schmerzen bei Kindern lindern

geschrieben von Redakteur | Februar 17, 2025

Studie belegt, dass das das Betrachten eines Fotos der Mutter, einer lächelnden fremden Person oder einer positiven Szene zur Schmerzlinderung bei Kindern führt

Kinder erleben immer wieder Schmerzen – sei es bei kleinen Unfällen beim Spielen, beim Sport oder während medizinischer Eingriffe wie Impfungen. Eine Forschungsgruppe um Prof. Christiane Hermann von der Abteilung für Klinische Psychologie hat in einer experimentellen Studie untersucht, ob das gleichzeitige Betrachten von verschiedenen Bildern die Schmerzwahrnehmung lindern kann. Die Studie wurde jetzt in der Fachzeitschrift PLOS ONE veröffentlicht.

Leichte Hitzereize und angenehme Fotos

Für die Studie wurden Kindern im Alter von 8 bis 13 Jahren in ein Labor eingeladen, wo sie leichte, aber länger andauernde Hitzereize auf ihrem Unterarm spürten. Gleichzeitig betrachteten sie verschiedene Fotos: Gesichter ihrer Mutter mit neutralem Gesichtsausdruck, Gesichter fremder Frauen, die entweder lächelten oder neutral blickten, angenehme Szenen – etwa mit Delfinen –, aber auch unangenehme Szenen (z. B. angsteinflößende oder traurige Bilder). Die Kinder bewerteten sowohl die Fotos als auch die Intensität der Schmerzen, die sie während des Experiments empfanden.

Bilder können helfen

Das Betrachten bestimmter Bilder konnte die Schmerzempfindung der Kinder nachweislich beeinflussen: Bilder der neutral schauenden Mutter, einer lächelnden Fremden oder angenehme Szenen reduzierten die wahrgenommene Schmerzintensität. Unangenehme Bilder führten zu einer Verstärkung der Schmerzreaktionen, die sich besonders in psychophysiologischen Werten wie zum Beispiel der Hautleitfähigkeit oder der Aktivität der Stirnmuskulatur zeigte.

Erkenntnisse haben auch praktische Bedeutung

Die Ergebnisse der Studie zeigen nicht nur, dass schon das Betrachten eines Fotos der Mutter, einer lächelnden fremden Person oder einer positiven Szene spürbar zur Schmerzlinderung bei Kindern beitragen kann. Diese Erkenntnisse haben auch praktische Bedeutung: Wenn Eltern bei einem schmerzhaften Ereignis ihres Kindes, wie zum Beispiel einer Impfung oder einem Vorfall in der Kindertagesstätte, nicht anwesend sein

können, können solche Bilder eine einfache und wirksame Möglichkeit sein, dem Kind zu helfen, den Schmerz besser zu bewältigen. Die Ergebnisse eröffnen also neue Wege, wie Bilder als emotionale Unterstützung für Kinder genutzt werden können.

Originalpublikation

Hillmer K, Kappesser J, Hermann C (2024) Affective and social pain modulation in children—Experimental evidence using picture viewing. PLOS ONE 19(12): e0313636. https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0313636

Lisa Dittrich, Justus-Liebig-Universität Gießen