

Vertrauen: Die Basis liegt in der Kindheit

geschrieben von Redakteur | November 15, 2023



Erfahrungen in der Familie spielen eine zentrale Rolle für die lebenslange Bereitschaft zu vertrauen

Vertrauen ist ein elementarer Bestandteil des Lebens. Das Vertrauen in uns selbst ebenso wie das Vertrauen in andere. Ob Eltern, Partnerinnen und Partner, Kolleginnen und Kollegen – Vertrauen bildet häufig eine Grundlage für funktionierende zwischenmenschliche Beziehungen.

Ein wichtiger Grundstein für die Fähigkeit, anderen zu vertrauen, wird bereits in der Kindheit gelegt. Das hat nun ein Team von Forschenden unter der Leitung von Psychologin Andrea Reiter in einer mehrjährigen Studie herausgefunden. An der Julius-Maximilians-Universität Würzburg (JMU) hat Reiter die Professur für Psychotherapie und Interventionspsychologie inne. Zusätzlich leitet sie am Universitätsklinikum Würzburg (UKW) eine Arbeitsgruppe in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Die Ergebnisse der Studie wurden kürzlich im Fachjournal

Nature Communications veröffentlicht.

Mit dem Alter wächst das Vertrauen

In der Studie wurden insgesamt 570 Teilnehmende zwischen 14 und 25 Jahren befragt. Bei einem Experiment wurde außerdem gemessen, wie sehr die Probandinnen und Probanden anderen vertrauen. Nach eineinhalb Jahren folgten Follow-ups, bei den Fragebögen noch ein weiteres nach mehr als zwei Jahren. Ein erstes spannendes Ergebnis: Mit dem Übergang ins Erwachsenenalter nahm die Fähigkeit zu vertrauen im Experiment zu. „Das deutet darauf hin, dass wir mit zunehmendem Alter tendenziell offener dafür werden, den Menschen um uns herum zu vertrauen“, so Reiter.

Noch faszinierender sei in den Augen der Psychologin die Erkenntnis, dass diese Veränderung auf eine geringere Abneigung gegenüber sozialen Risiken zurückzuführen sei. „Mit zunehmendem Alter wurden die Teilnehmenden weniger vorsichtig und waren so eher bereit, ihr Vertrauen in andere zu setzen“, erklärt Reiter.

Vertrauen als Resilienzfaktor

Die Studie zeigte weiterhin, dass das Maß an Vertrauen auch mit den familiären Umständen zusammenhänge. So entwickelten diejenigen, die angaben, mehr familiäre Widrigkeiten – wie etwa Gleichgültigkeit, wenig Wärme, Missbrauch oder übermäßige Kontrolle von Seiten der Eltern – erlebt zu haben, weniger Vertrauen. Sie zeigten im Experiment zudem eine Tendenz, ihr Gegenüber bei unkooperativem Verhalten zu bestrafen und versuchten seltener, Vertrauen zurückzugewinnen.

Für Reiter besonders interessant war hier der Umstand, dass im Laufe der Zeit gerade diejenigen, die zum ersten Messzeitpunkt bedingungsloses Vertrauen zeigten, obwohl sie gleichzeitig mit erheblichen Widrigkeiten in der Familie konfrontiert gewesen

waren, allgemein bessere Beziehungen zu Gleichaltrigen entwickelten.

„Das deutet darauf hin, dass Vertrauen ein Resilienzfaktor sein kann, der Menschen hilft, trotz schwieriger familiärer Verhältnisse, stärkere Beziehungen aufzubauen“, erläutert die Forscherin.

Adoleszenz als sozial sensible Phase

Die Ergebnis untermauert eine alte Hypothese, dass frühere Erfahrungen mit den Eltern sehr wichtig sind, weil sie auch die Grundlage für die spätere Entwicklung von Vertrauen in andere Menschen legen könnten.

Die Adoleszenz bildet eine sozial besonders sensible Phase, weiß Reiter: „Das Jugendalter ist eine Zeit voller sozialer Umbauprozesse. Hier erfolgt die Ablösung von der Familie und das Etablieren eigener Kontakte und Freundschaften stellt eine wichtige Entwicklungsaufgabe dar. Die Fähigkeit, anderen zu vertrauen, scheint deshalb für Jugendliche hochrelevant zu sein.“

Die gewonnen Erkenntnisse verdankt das Team auch der Auswertung der Studie mithilfe eines mathematischen Modells, der computationalen Modellierung. So fanden die Forschenden heraus, welche Mechanismen der Entwicklung der Vertrauensbildung zugrunde liegen. Die nachgewiesene wegweisende Funktion der Eltern-Kind-Beziehung wirft dementsprechend beispielsweise die Frage auf, wie Eltern früh möglichst positiv Einfluss auf diese nehmen können.

In aktuellen Untersuchungen beschäftigt sich Reiter gezielt mit Jugendlichen, die an psychischen Problemen leiden, welche ihnen den Aufbau stabiler soziale Beziehungen erschweren: „In Zusammenarbeit mit der Klinik für Kinder- und

Jugendpsychiatrie in Würzburg testen wir derzeit die Fähigkeit von Jugendlichen, die an einer psychischen Erkrankung leiden, Vertrauen in andere auszubilden.“ Auch hier kommt die mathematische Modellierung zum Einsatz.

Originalpublikation:

Andrea M. F. Reiter, Andreas Hula, Lucy Vanes, Tobias U. Hauser, Danae Kokorikou, Ian M. Goodyer, NSPN Consortium, Peter Fonagy, Michael Moutoussis & Raymond J. Dolan: Self-reported childhood family adversity is linked to an attenuated gain of trust during adolescence in Nature Communications. Oct. 30th 2023. DOI: 10.1038/s41467-023-41531-z

Lutz Ziegler, Julius-Maximilians-Universität Würzburg