

# Bindung

## Bindungstheorie

Nach John Bowlby (engl. Kinderpsychiater und Psychoanalytiker 1907-1990) gibt es ein biologisch angelegtes System der Bindung, das für die Entwicklung der emotionalen Bindung zwischen Mutter und Kind verantwortlich ist.

Der menschliche Säugling hat die angeborene Neigung, die Nähe einer vertrauten Person zu suchen. Fühlt er sich müde, krank unsicher oder allein, so werden Bindungsverhaltensweisen wie Schreien, Lächeln, Anklammern und Nachfolgen aktiviert, welche die Nähe zur vertrauten Person wieder herstellen sollen.

Das Bindungssystem ist relativ unabhängig von sexuellen und aggressiven Triebbedürfnissen. Es stellt ein eigenständiges Motivationssystem dar, das mit anderen Motivationssystemen (z.B. Angst, Exploration) interagiert, aber nicht aus ihnen abgeleitet werden kann.

## Grundbegriffe der Bindungstheorie

### • Vier-Phasen-Modell der Bindungsentwicklung

0 - 6 Wochen	Vorbindungsphase	noch nicht an bestimmte Personen gebunden
6 Wochen – 8 Monate	Entstehungsphase der Bindung	personenunterscheidendes Kontakt- und Sozialverhalten
8 - 24 Monate	Eindeutige Bindungsphase	Trennungsangst, sichere Basis Nähe-Exploration aktiv
Ab 24 Monate	Phase gegenseitiger Beziehungen	Mobiler, mehr Zeit ohne Bezugsperson; Absichten/ Gefühle/ Perspektive verstehen, Kommunikation

- **Objektpermanenz**

Zwischen dem 7. und 9. Monat kann ein Kind Gegenstände erkennen, die seinem Blick vorübergehend entzogen wurden. Es entwickelt einen Begriff der Objekt- und Personenpermanenz. Kindern gelingt es besser mit Trennungen von den Bezugspersonen umzugehen.

- **Internes Arbeitsmodell**

Mit zunehmender Bindungserfahrung des Kindes entwickelt sich das interne Arbeitsmodell zu einer stabilen mentalen Repräsentation der Bindungsbeziehung, die schließlich handlungsleitend für aktuelle Bindungskontexte werden kann. Die Bindungsperson ist hinsichtlich ihrer Verfügbarkeit und Sensitivität von herausragender Bedeutung bei der Entstehung dieses Systems.

- **Mütterliche Feinfühligkeit**

Sensitivität impliziert einen ungeteilten Aufmerksamkeitsfokus und die prompte, angemessene und konsistente Reaktion auf kindliches Verhalten. Nach Mary Ainsworth (Psychologin und Mitarbeiterin von John Bowlby; 1913-1999) soll sich mütterliche Feinfühligkeit während der ersten Monate als richtungsbestimmend für die Qualität der Bindungsbeziehung erweisen.

- **Bindungs-Explorations-Balance**

erhöhter Sicherheitsbedarf- Explorationsverhalten wird eingestellt; niedriger Sicherheitsbedarf- Kind kann frei explorieren.

- **Konzept der „sicheren Basis“**

Mutter wird als Ausgangsbasis zur Exploration benutzt. Bei Bedrohung oder nach Ablauf einiger Zeit suchen die Kinder die Nähe der Bezugsperson.

## **Bindungsmuster und ihre Erfassung**

Bei Kindern:

### **Der Fremde-Situations-Test („Strange Situation“) nach Mary Ainsworth (1969)**

- Der standardisierte Test dient zur Klassifizierung der Bindungsqualität von Kindern (1 - 6 Jahre)
- In 8 Episoden à 3 Minuten erfährt das Kind in zunehmender Intensität Unvertrautheit, Neuheit und Fremdheit, beinhaltend zwei Trennungen von der Mutter
- Das Bindungsverhalten von Kindern wird aufgrund ihrer Reaktion auf Fremde in An- und Abwesenheit der Mutter bestimmt

Als Schlüsselement gilt die Art, wie das Kind auf die Rückkehr der Mutter reagiert. Ainsworth (1982) erkannte dauerhafte, qualitativ unterschiedliche Beziehungsmuster, die sie in drei Kategorien einteilt: sicher, unsicher-vermeidend und unsicher-ambivalent.

Im letzten Jahrzehnt wurde noch eine weitere Kategorie hinzugefügt. Kinder mit widersprüchlichen Verhaltensweisen wurden als desorganisiert- desorientiert eingestuft. Die bizarren Verhaltensweisen entstehen häufig durch Misshandlung aber auch nach langer Trennung von der Bezugsperson.

• **Bindungsstil A: unsicher-vermeidend**

- zeigen überwiegend Explorationsverhalten,
- dafür eher wenig Bindungsverhalten
- zeigen kein (/kaum) Anzeichen des Vermissens
- ignorieren die Mutter bei ihrer Rückkehr, meiden Körperkontakt

→ Folgen mangelnder Feinfühligkeit und Sensibilität der Bindungsfigur für kindliche Bedürfnisse sowie des Mangel an Nähe und Zuwendung; Kind besitzt kein Vertrauen in die Mutter;

• **Bindungsstil B : sicher (, balanciert)**

- nutzen Mutter als sichere Basis für Erkundungen,
- zeigen Balance von Explorations- und Bindungsverhalten,
- vermissen die Mutter, empfinden sie jedoch noch als verfügbar (Personenpermanenz)
- zeigen ihre Freude über die Rückkehr der Mutter, setzen dann ihr Spiel fort

→ haben Bindungsfigur als sichere Basis kennen gelernt, Vertrauen auf die Zuverlässigkeit der Bindungsfigur

• **Bindungsstil C :unsicher-ambivalent**

- zeigen überwiegend Bindungsverhalten (starke Fixierung auf die Mutter), sind anhänglich,
- eher wenig Explorationsverhalten,
- zeigen stark ihre Trauer über Trennung von der Mutter
- reagieren widersprüchlich auf Rückkehr der Mutter: Ärger und Kontaktsuche in schneller Aufeinanderfolge

→ Folge von unorganisiertem/unberechenbarem Verhalten der Bindungsfigur, kein Vertrauen auf Zuverlässigkeit der Mutter

• **D-Komponente: desorganisiert, desorientiert**

- Kind friert während der Fremden Situation in Bewegungen ein
- zeigt sich teilweise aus unbekanntem Gründen unentschlossen
- zeigt teilweise schwer klassifizierbares Verhalten, z.B. Grimassen,

→ wohl Folgen unverarbeiteter Traumata (a. der Eltern?), z.B. sexueller Missbrauch, Misshandlung; wenigste konkrete Aussagen möglich

**Kritik an der „Fremden Situation“**

- einzelne Episoden, insbesondere die Trennungssituationen, müssen für die Kinder von gleicher Bedeutung sein ( andere Kulturen)
- nicht alle relevanten Bindungsqualitäten können in 20min erfasst werden
- ungewohnte Umgebung, in der die Fremde Situation“ stattfindet, evtl. beunruhigend für einige Kinder. Pederson u. Moran (1996): „Fremde-Situation“ in häuslicher Umgebung bestätigte jedoch die meisten Klassifizierungen aus der „Fremde-Situation“.
- Im FST wird nicht berücksichtigt: Temperament d. Kindes, Betreuungsverhalten und Qualität der Partnerschaft der Eltern, psychische Gesundheit der Eltern

→ **Konzipierung weiterer Methoden zur Erfassung der Bindungsqualität**

Beispiel: „Attachment Q-Sort“

- Fragebogen zur Bindungsqualität
- sprachlich formulierte Aussagen (im Gegensatz zur direkten Beobachtung)
- Beurteilung des Kindesverhaltens durch Mutter/Vater/ErzieherInnen/etc.

Bei Erwachsenen:

**Das Adult Attachment Interview (AAI) nach Mary Main**

- halbstrukturiertes Interview
- Erwachsene werden nach ihren Erinnerungen nach ihrer Beziehung zu ihren Eltern befragt

→ Bestätigung der drei klassischen Kategorien von Ainsworth, sowie des D-Typs

Typ B (sicher gebunden) entspricht demnach F (sicher-autonome Bindungspräsentation)

Typ A (unsicher-vermeidend) entspricht D (unsicher-distanzierte Bindungspräsentation)

Typ C (unsicher-ambivalent) entspricht E (unsicher-verwickelte Bindungsrepräsentation)

Sowie Typ D (desorganisiert/desorientiert) entspricht U (unverarbeiteter Bindungsstatus)

## 1. Inwieweit wird Bindung von der Mutter und vom Kind bestimmt?

Bindungsstudie von van IJzendoorn et al.(1992)

Wenn die Mütter Probleme haben, sind deren Kinder oft als unsicher gebunden festzustellen.

Mütter mit mentalen Störungen → unsicher ambivalent

Drogensüchtige Mütter oder Teenager-Mütter → unsicher vermeidend

Mütter mit Alkohol-Problemen und misshandelnde Mütter → desorganisiert

Dagegen haben Probleme der Kinder einen viel geringeren Einfluss auf die Bindung.

Desorganisiert gebundene Kinder kamen etwas häufiger vor.

## 2. Ist das Bindungsmuster stabil oder dynamisch ?

Die Bielefelder Längsschnittstudie

1976/77: 49 Familien

Mit 12-18 Monaten:

Durch die „Fremde Situation“, an der das Kind und dessen Eltern teilnehmen, sowie durch Hausbesuche bei der Familie, wurde die Bindungsqualität erfasst.

Mit 10 Jahren:

Sicher gebundene Kinder waren sozial kompetenter und hatten weniger Probleme mit Gleichaltrigen. (Spricht für ein stabiles internes Arbeitsmodell)

Mit 16 Jahren:

Stabilität der Bindungsqualität zwischen 10 Jahren und 16 Jahren wurde festgestellt.

Aber kritische Lebensereignisse(Risikofaktoren) verringerten diese Stabilität.

Die Regensburger Längsschnittstudie

1980: 54 Familien

Mit 12-18 Monaten:

wurde die Bindungsqualität in der „Fremden Situation“ beurteilt.

Mit 6 Jahren:

In einer einstündigen Trennungssituation wurde die Bindungsqualität erfasst. Es zeigte sich eine hohe Stabilität der Bindungsqualität über diesen Zeitraum.

(87% Übereinstimmung der Bindungsqualität)

- Sicher: 25 (von den 27 Kindern, die mit einem Jahr als sicher gebunden klassifiziert wurden)

- Unsicher-vermeidend: 8 (11)

- Unsicher-ambivalent: 2 (2)

- Desorganisiert: 9 (12)

Stabilisierungsfaktor im Kindergarten?

Unsicher gebundene Kinder werden von den Erzieherinnen als weniger sympathisch betrachtet.

Erarbeitete Sicherheit / „studies on earned secures“

Mögliche Erklärungen der Veränderung/Dynamik des Bindungsmusters:

- Stressoren oder „reparative“ Erfahrungen

- mehr als ein einziges internes Arbeitsmodell

### 3. Kultur und Bindung: Ist Bindung universell gültig?

Der Fremde-Situations-Test zeigte in verschiedenen Ländern eine unterschiedliche Verteilung in den Bindungskategorien.

Metaanalyse von van IJzendoorn und Kroonenberg (1988):

B (sicher gebunden) am verbreitetsten

A (unsicher- vermeidend) häufiger in Westeuropa

C (unsicher-ambivalent) häufiger in Israel und Japan

Erklärung:

Israel : im Kibbuz wenig Kontakt mit Fremden, kleine abgeschlossene Gruppen

Japan : japanische Mütter überlassen ihr Kind kaum der Obhut anderer Menschen; sind somit das Alleinsein mit Fremden nicht gewohnt

Deutschland : kulturelles Ideal unabhängiger, sich nicht an die Eltern klammernde Kinde

Es gibt verschiedene kulturelle Wertvorstellungen.

Beispiele:

- Puertoricanische und japanische Mütter legen größeren Wert auf Anpassung und Harmonie sozialer Beziehungen sowie Erfüllung sozialer Normen.

- Euroamerikanische Mütter schätzen eher Selbstmaximierung und Unabhängigkeit als Sozialisationsziele.

- Vergleich: Mittelklassenmütter aus Deutschland und USA und Nso-Bäuerinnen aus Westafrika halten das Stillen für das bedeutendste mütterliche Verhalten im Umgang mit einem dreimonatigen Säugling. Westliche Städterinnen erwarten vom Stillen, dass es das Baby selbstbewusst und unabhängig macht. Die Nso-Bäuerinnen erwarten durch das Stillen die Eingliederung in die Gemeinschaft.

Durch unterschiedliche Vorstellungen ergeben sich Sozialisationsstrategien, die entweder independente (Person ist geschlossene, stabile und autonome Einheit) oder interdependente ( Person ist fundamental mit anderen verbunden) Entwicklungsziele favorisieren.

Bisher wurden die entwickelten Konzepte und Methoden der Bindungsforschung (in der Regel USA oder Westeuropa) mit nicht viel mehr Anpassung als sprachlicher Übersetzung in andere Kulturen übertragen. Wenn jedoch kulturelle Werte und Normen in die Bindungsforschung integriert werden sollen müssen Bindungsbeziehungen in und aus dem kulturellen Kontext analysiert werden.

#### **4. Gibt es eine physiologische Grundlage der Bindung?**

Die Bindungstheorie geht von der Hypothese aus, dass es ein phylogenetisch erworbenes Bindungssystem gibt.

Neurobiologische Sichtweise (Erkenntnisse häufig aus Tierexperimenten gewonnen):

Positive und negative Gefühlserfahrungen während der ersten Lebensjahre können sich auch beim Menschen auf die Entwicklung des Gehirns auswirken.  
Versäumnisse während der kritischen Entwicklungszeitfenster behindern die Ausbildung der lernrelevanten Hirnsysteme (limbisches System) und bedingen dadurch eine Unter- oder Fehlentwicklung.

Ein neurochemisches Ungleichgewicht im limbischen System und Störungen des Stress-Systems (durch Traumen in der Kindheit oder instabile emotionale frühkindliche Bindungen) verändern langfristig die Wahrnehmung der Umwelt sowie die Verhaltens- und hormonellen Antworten auf künftige Stress-Situationen.

Physiologische Messungen in der Fremde Situation:

Spangler und Grossmann (1993)

Messung des Cortisolspiegels als Indikator für Stress

- D- Kinder hatten die höchsten Cortisolwerte
- A- und C-Kinder erhöhte Cortisolwerte

Schieche und Spangler (1998)

wollten die Studie von Spangler und Grossmann replizieren

Sie fanden zwar erhöhte Werte für A- und C-Kinder aber keine erhöhten Cortisolwerte für D-Kinder

Spangler und Grossmann (1993)

Messung der Herzfrequenz in der Fremde Situation

- Herzfrequenzänderung für alle Kinder in der FS; jedoch im besonderen Maße für die A- und D-Klassifikation während der zweiten Trennung
- Kinder mit sicherer Bindung hatten keine Belastung des physiologischen Systems; beruhigten sich schnell wieder
- Erhöhte Herzfrequenz wiesen A-Kinder besonders während der Objektorientierung nicht während der Orientierung zur Mutter hin auf.

Die beiden Cortisol-Messungen fielen für D-Kinder zwar nicht übereinstimmend aus; jedoch zeigte sich bei Hinzuziehung der Herzfrequenzmessung, dass ein unsicheres oder desorganisiertes Bindungsmuster mit erhöhtem Stress in der Fremden Situation verbunden ist. Die sichere Bindung scheint evolutionär die angemessenste Bindung zu sein.

## 5. Wird das Bindungsmuster von einer Generation zur nächsten übertragen?

Studie von van IJzendoorn (1995) zur Übertragung des Bindungsmusters zwischen den Generationen

Bindungskategorie der Eltern erhoben durch AAI

Bindungskategorie der Kinder erhoben durch FST oder AQ-Sort

2 Kategorien sicher/ unsicher: 75% Übereinstimmung

3 Kategorien A / B / D : 70% Übereinstimmung

4 Kategorien A / B / C / D : 63% Übereinstimmung

Bei zunehmendem Alter der Kinder verringerte sich die Übereinstimmung.

Weitere Studien von Pearson, Cohn, Cowan and Cowan (1995) und Phelps, Belsky & Crnic (1998)

40 Erwachsene wurden in 3 Gruppen aufgeteilt

1- sicheres Bindungsmuster, das im Laufe des Lebens entwickelt wurde

2 schon immer sicheres Bindungsmuster

3- unsicheres Bindungsmuster

Zwar berichtete die erste Gruppe von schwierigen frühen Bindungsbeziehungen. Sie zeigten sich jedoch als genauso warmherzige und gut strukturierte Eltern wie die zweite Gruppe, sogar unter sehr schwierigen Bedingungen. Die dritte Gruppe hatte insbesondere unter Stress mehr Probleme mit einem warmherzigen und gut strukturierten Erziehungsstil.

→ Bindungsmuster werden häufig von Generation zu Generation weitergegeben. Jedoch kann sich das Bindungsmuster auch verändern wie die Studien von Pearson und Phelps zeigen.

### Verwendete Literatur:

- Ahnert, L. (Hrsg.) (2004): Frühe Bindung. Entstehung und Entwicklung. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Bolen, R.M. (2000): Validity of Attachment Theory. *Trauma, Violence & Abuse*, Vol. 1, No. 2, April 2000.128-153.
- Brisch, H., Grossmann, Karin u. Klaus, Köhler, L.(2002): Bindung und seelische Entwicklungswege. Stuttgart: Klett Cotta Verlag.
- Dornes, Martin (2004): Die emotionale Welt des Kindes. Frankfurt am Main: Fischer.
- Field, T. (1996): Attachment and Separation in Young Children. *Ann. Rev. Psychol.* 1996. 47:541-561.
- Oerter, R. & Montada, L. (Hrsg.) (2002): Entwicklungspsychologie. Berlin: BeltzPVU.
- Petermann, F., Niebank, K. & Scheithauer, H. (2004): Entwicklungswissenschaft. Berlin: Springer-Verlag.