

# **Richtig verbunden?**

- Entwicklungschancen haltgebender Bindungserfahrungen-**

Göttingen, den 25.05.16

B.Riediger

Ltd. Oberärztin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und  
Psychotherapie

AFK Tiefenbrunn

# Gliederung:

## 1. Einführung in Bowlby's Bindungstheorie – Zentrale Thesen

- Bindung versus Exploration
- Konzept der inneren Arbeitsmodelle

## 2. Ainsworth/Main u. Hesse/ Grossmann u. v. Klitzing

- Fremde Situationen Test und Bindungsstile
- Konzept der mütterlichen Feinfühligkeit
- Spielfeinfühligkeit des Vaters

## 3. Bindung als Reifungs- und Entwicklungschancen

- Bindung und Emotionsregulation
- Bindung und Mentalisierung
- Bindung und Selbstvertrauen und Handlungskompetenz
- Einflüsse zwischen Bindung und Partnerschaft

## 4. Diskussion

## Was ist Bindung:

„ Bindung ist ein lang andauerndes affektives Band zu ganz bestimmten Personen, die nicht ohne weiteres auswechselbar sind, deren körperliche, psychische Nähe und Unterstützung gesucht wird, wenn z.B. Furcht, Trauer, Verunsicherung, Krankheit, Fremdheit usw. in einem Ausmaß erlebt werden, das nicht mehr selbstständig regulierbar ist...“

Seiffge-Krenke 2009

# Bindung:

- **J. Bowlby** (1969/1973/1980) entwickelte die Bindungstheorie und postulierte das universelle menschliche Bedürfnis emotionale Bindungen einzugehen, das sich besonders in Situationen von Gefahr zeigt und schaffte damit eine deutliche Abgrenzung zur Psychoanalyse Freuds
- **M. Ainsworth** (1969/ 1977)
  - Ainsworth und die Bindungsstile
  - M. Ainsworth und das Konzept der „mütterlichen Feinfühligkeit“
  - die väterliche Spielfeinfühligkeit (v.Klitzing 1999/Grossmann 2002)

Nicht nur Nahrungsaufnahme dient der Selbsterhaltung

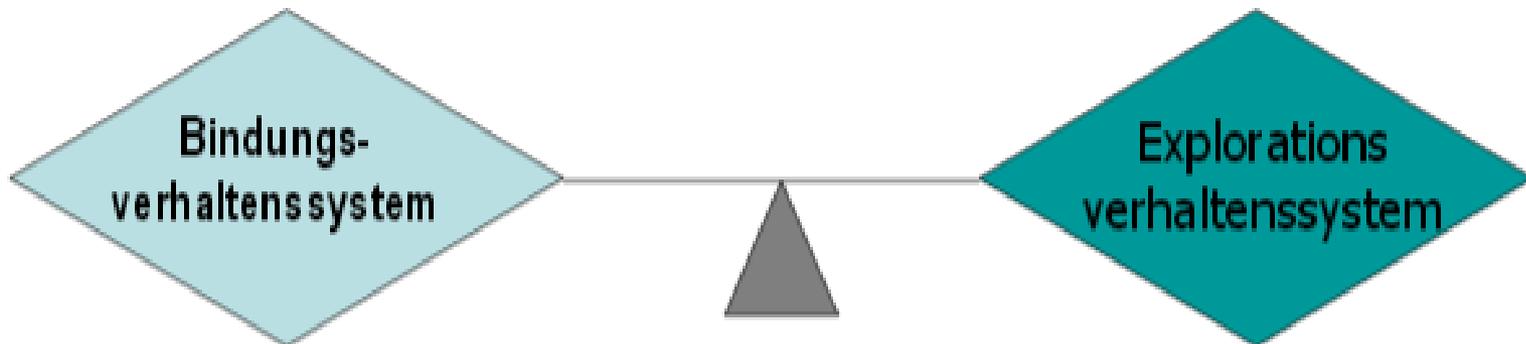


# Zentrale Thesen Bowlby's:

- Bindung ist ein instinktives soziales Verhalten mit einer biologischen Funktion, das bei Trennung und Angst aktiviert wird
- Bindung dient der Selbsterhaltung und ist bei allen Primaten genetisch vorprogrammiert
- Bindungsverhalten wechselt mit Explorationsverhalten

- Bindungsverhalten ist: Anklammern, Lächeln, Schreien, zur Mutter krabbeln oder ihre Nähe suchen
- Es wird aktiviert bei Alarmsituationen und ist begleitet von Stress
- Es hat zum Ziel die Nähe einer responsiven Bindungsperson zur Beruhigung zu erwirken

- Es dient zunächst der äußeren Regulierung innerer Spannungen durch die Mutter
- Dem gegenüber steht Explorationsverhalten: wegkrabbeln aber immer Rückversicherung durch Blickkontakt zur Bindungsperson, kurze Rückkehr zur emotionalen Heimatbasis, dann wieder Exploration



Graphik: Internet

# Inner working Models (innere Arbeitsmodelle)

- Inner working Models beinhalten frühe individuelle Bindungserfahrungen und daraus abgeleitete Erwartungen, die ein Kind gegenüber menschlichen Beziehungen hegt.
- Die Beziehung des Säuglings zu Fürsorgepersonen wird in Form innerer Bilder geprägt. Diese bestehen aus der Art des Umgangs (Interaktionsmodus), den dabei begleitenden Gefühlen und den dabei erlebten körperlichen Erfahrungen und Spannungszuständen.

- Bindungserfahrungen werden in den inner working Models bereits sehr früh geprägt
- Es gibt allerdings mehrere innere Arbeitsmodelle bezogen auf verschiedene Bindungspersonen; und es gibt ein „ranking“
- Nach dem ersten Lj. werden die inner working models zunehmend stabiler, es bilden sich Bindungsrepräsentanzen

# Zusammenfassung wichtiger Thesen Bowlby's:

- Biologischer Zweck des Bindungsverhaltens
- Bedürfnis nach Beziehung von Anfang an
- Bindungsverhalten versus Explorationsverhalten
- Erlernen der Emotionsregulation
- Ausbildung innerer Arbeitsmodelle
- Handlungsleitende Funktion von inner working models
- Relative Stabilität von Bindung und Bindungsbeziehungen

# Ainsworth/ Main u. Hesse/ Grossmann und v. Klitzing

1. Fremde Situationen- Test und Bindungsstile
2. Mütterliche Feinfühligkeit
3. Konzept väterlicher Spielfeinfühligkeit

# **M. Ainsworth und der Fremde- Situationen-Test**

Beobachtung von 12- 18 monatigen  
Kleinkindern

# Der Fremde-Situationen-Test

1. Mutter und Kind betreten das Spielzimmer.
2. Sie akklimatisieren sich, und das Kind kann den ungewohnten Raum erkunden.
3. Eine fremde Person tritt ein und nimmt mit der Mutter und dem Kind Kontakt auf.
4. Die Mutter geht, und die Fremde bleibt mit dem Kind zurück.
5. Die Mutter kehrt zurück, und die Fremde geht.
6. Die Mutter verlässt wieder den Raum, aber das Kind bleibt allein zurück.
7. Die fremde Person kommt hinzu.
8. Die Mutter erscheint, und die Fremde geht.

# Identifikation von zunächst drei Bindungsstilen:

- Sicher gebunden
- unsicher vermeidend gebunden
- unsicher ambivalent gebunden (Ainsworth 1969)
- später noch desorganisiert gebunden

(Main et Hesse 1990)

- **Unsicher- vermeidende Bindung:** gekennzeichnet durch ein verstärktes Bedürfnis nach Exploration
- **Unsicher- ambivalente Bindung:** gekennzeichnet durch ein verstärktes Bedürfnis nach Bindung
- **Sicher gebunden:** Bindungsbedürfnis und Explorationsbedürfnis halten sich die Waage
- **Desorganisierte Bindung:** Zeichen von Erstarrung, Annäherung und Vermeidung zugleich, mit bizarren motorischen Stereotypen; häufig als Zeichen transgenerationaler Weitergabe unverarbeiteter mütterlicher Trauma- und Verlusterfahrungen

# Ainsworth's Konzept der mütterlichen Feinfühligkeit

Wesentliches Merkmal zur Entwicklung einer sicheren Bindung ist die **Feinfühligkeit** der Bezugsperson. Durch individuelle Bindungserfahrung entwickelt sich ein implizites Beziehungswissen

Dem gegenüber steht nach neueren Erkenntnissen die **väterliche Spielfeinfühligkeit**, die das Explorationsverhalten unterstützt:

(v. Klinzing 1999/ Grossmann 2002)



# Vier Merkmale der mütterlichen Feinfühligkeit

- Wahrnehmung des Befindens des Säuglings und Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse
- Richtige Interpretation der ‚Äußerungen‘ des Säuglings
- Prompte Reaktion, damit der Säugling den Zusammenhang zwischen eigener Äußerung und Wirkung herstellen kann (Kontingenzerfahrung)
- Angemessenheit der Reaktion, die dem Säugling gibt, was er braucht

# Väterliche Spielfeinfähigkeit

- Kommt besonders ab dem 2.Lj zum Tragen; allerdings sind schon Säuglinge zur ‚Triade‘ fähig
- Unterstützt das Explorationsverhalten des Kindes
- Befördert die Gruppenfähigkeit des Kindes und die Fähigkeit zum „Trialog“
- Hat erheblichen Einfluss auf das Selbstwertgefühl
- Unterstützt die Selbstständigkeit des Kindes und vermittelt Modell außerfamiliärer Beziehungsmuster

# Entwicklungschancen haltgebender Bindungserfahrungen

- Mentalisierung
- Emotions- und Spannungsregulation
- Selbstsicherheit und Handlungskompetenz
- Bindung und Partnerschaft
- Transgenerationale Weitergabe von Bindungsstilen

# Bindung und Mentalisierung

Unter Mentalisierung versteht man, die Fähigkeit, die Gefühle, Verhaltensweisen, Befindlichkeiten von sich und anderen richtig zu differenzieren und wahrzunehmen und ein stimmiges Erklärungsmodell für diese Gefühle, Reaktionen und Verhaltensweisen von sich und anderen zu haben. ‚Bindungssicherheit geht dem Erwerb einer Theorie des Mentalen voraus‘.

(Seiffge- Krenke 2009)

Diese Fähigkeit kann nur erworben werden, wenn

- Ein Kind Spannungen und Impulse regulieren kann
- Emotionen regulieren kann
- Wenn es zwischen eigenem Erleben und dem Erleben anderer unterscheiden kann

Und genau diese Fähigkeiten erwirbt es zunächst in den Abstimmungsprozessen mit den frühen primären Pflegepersonen.

Ebenen der Mentalisierungsentwicklung:

- Körperliche Ebene: der Säugling wird gewahr, dass er ein körperliches Selbst hat und dass er und andere Menschen physische (handelnde) Akteure sind (1.- 3. Lm.)
- Soziale Ebene: Gewahrsein, dass kommunikative Äußerungen (z.B. Lächeln) andere soziale Akteure auf den Plan rufen und diese reagieren (2. – 6.Lm.)

- Teleologische Ebene: in der 2. Hälfte des ersten Lj. beginnen Säuglinge zu begreifen, dass andere Menschen zielgerichtete Akteure sind, dass ihre Handlungen zweckbestimmt und zielgerichtet sind; Kinder im ‚teleologischen Modus‘ drücken mentale Zustände durch zielgerichtete Aktivität und nicht durch Worte aus.
- Später glaubt das Kind: ‚was ich denke und fühle, denken und fühlen andere auch (Äquivalenzmodus) Dieser Zustand ist noch prämentalisierend.
- Die mentalisierende Ebene beginnt etwa mit dem 2. Lj. Kinder verstehen jetzt Handlungen als Ausdruck innerer mentaler Zustände. Sie beginnen den Perspektivenwechsel langsam zu lernen.

- Etwa ab dem 6. Lj kommt die autobiographische Entwicklung dazu. Nun können Kinder Erinnerungen an ihr Erleben in einen kausalen und autobiographischen Gesamtzusammenhang bringen.

Nach Fonagy (2008) sind die Kernprozesse mentaler Entwicklung eines Kindes:

- Entwicklung einer inneren Vorstellung von eigenen Erleben und dem Erleben anderer
- Emotionsregulation
- Gemeinsame Achtsamkeit
- Sprache
- Durch die Vorhersehbarkeit pädagogischer Mittel entwickelt sich ein Gefühl von Konsequenzerleben

# Bindung und Emotionsregulation

- Wird erlernt im Face- to- face- Kontakt durch Prosodie der Stimme, Berührung, Mimik , Gestik und Nachahmen zwischen Bindungsperson und Kind

(Schore 1994/2003; Keysers 2011)

- Mutter spiegelt Gefühle, markiert sie „durch Übertreibung“ als ihre eigenen

(Fonagy et al 2008)

- Kind lernt auf diese Weise den Unterschied zwischen sich selbst und anderen, eignen Gefühlen und anderen

- im Rahmen eines ständigen Abstimmungsprozess zwischen Mutter und Kind reguliert sich beim Kind die innere Spannung zu Wohlbefinden , es bilden sich Affektrepräsentanzen

(Schore 2003) 26

# Bindung, Selbstvertrauen, Handlungskompetenz:

Ein sicher gebundenes Kind entwickelt in der ersten verlässlichen Bindungsbeziehung ein Urvertrauen in sich und die Welt, das Exploration ermöglicht.

Väterliche Spielfeinfühligkeit befördert:

- Verwandlung von Neugier in kompetentes Handeln
- Vermittlung von Zuversicht bei Ängstlichkeit
- Setzen erreichbarer Ziele
- Entwicklung von Lösungsstrategien
- Regelakzeptanz
- Akzeptanz von Dritten

(nach Grossmann 2002b)

# Einflüsse zwischen Bindung und Partnerschaft:

- Junge Erwachsene haben an Ihre Eltern ähnliche Bindungsmuster wie an ihre romantischen Partner  
(Owens et al 1995)
- Für in der Kindheit sicher gebundene Erwachsene ist die romantische Partnerschaft mit positiven Beziehungsmerkmalen wie wechselseitiger Intimität und sexueller Zufriedenheit assoziiert  
(Shaver u.Hazan 1988)
- Unsicher vermeidend gebundene haben partnerschaftliche Beziehungen mit großer emotionaler Distanz und wenig Verpflichtung, die Beziehungen sind kurz, schnellere Bereitschaft zu Sex  
(Feeney et al 1993)

- Unsicher ambivalent gebundene junge Erwachsene entwickeln Partnerschaften mit vielen Konflikten, hohem Leidenschaftsgrad, großer Verlustangst und nicht „bedeutsam genug“ für den Partner zu sein mit einem übertriebenen Bedürfnis nach Nähe und Verpflichtung (Shaver und Hazan 1988)
- Sicher gebundene junge Erwachsene hatten signifikant seltener eine Scheidung der Eltern erlebt (Hazan und Shaver 1987)
- Junge Erwachsene aus Scheidungsfamilien waren misstrauischer und wiesen häufiger einen unsicher vermeidenden Bindungsstile gegenüber ihren Partnern auf (Summers et al 1998)

# Transgenerationale Bindungsforschung

- AAI erfasst Bindung beim Erwachsenen; es erfasst die aktuellen Verarbeitungsstrategien vergangener und gegenwärtiger Bindungserfahrungen
- In mehreren Studien konnte die Bindungsentwicklung der Kinder zu ihren Müttern aufgrund der Bindungsrepräsentationen der schwangeren Mütter zu deren Müttern zu 75 % vorhergesagt werden  
(Buchheim 2002)
- Der Bindungsstil des Kindes lässt sich aufgrund der bindungsrelevanten Einstellungen der Mutter zu etwa 80% vorhersagen  
(Köhler 1998)

# Fragen aus der Pausendiskussion:

## 1. Ist der Bindungstyp in „Stein gemeiselt“ ?

Bindungsrepräsentationen sind zwar relativ stabil, bergen aber doch ein Veränderungspotential zum Guten ( z.B. Therapie) wie zum Schlechten. Untersuchungen haben ergeben, dass sich Bindungsmuster verändern können, wenn z.B. schlechte Erfahrungen auch außerhalb der frühen Entwicklungszeit gemacht wurden. Typisches Beispiel: Krisen, Krankheiten, Trennung der Eltern oder spätere Traumatisierung. Es gibt aber auch Studien, die beeindruckende Stabilitäten in den Bindungsklassifikationen nachweisen. Hamilton 2000 und Waters 2000 wiesen in einem Beobachtungszeitraum von 20 Jahren (18 Lm. -21. LJ) eine Übereinstimmung der Bindungsklassifikation zw. 68% und 75% bei den Probanden als Kleinkinder und als Erwachsener nach. (Ausnahme adoleszentes Bindungsloch).

# Fragen aus der Pausendiskussion:

**2. Wenn das Bindungsmuster so früh festgelegt ist, sind dann Hilfen überhaupt sinnvoll ?** Antwort: Die Bindungsmuster entwickeln sich im Rahmen von Prägungsvorgängen, die nicht mit dem 18 Lm. abgeschlossen sind. Bindungserfahrungen werden zwar bereits im Säuglingsalter z.B. durch das beim Stillen, Schmusen, Trösten ausgeschüttete Kuschelhormon Ocytocin geprägt, sind aber im Positiven wie im Negativen veränderbar. (Siehe STEPP Studie G.Suess/ Hamburg). **Bindungsmuster sind grundsätzlich keine Störung.** Im Rahmen der Bindungsbeziehung erfolgen weitreichende Lernprozesse wie etwa die Fähigkeit zur Mentalisierung und Emotionsregulation . D.h. hier setzen frühe Hilfen sinnvoll und richtigerweise an: Die Eltern-Kind-Dyade muss dabei unterstützt werden, dass die Eltern in der Eltern-Kind-Interaktion zuverlässig, feinfühlig und explorationsunterstützend

agieren. Sie müssen dabei unterstützt werden, dass ihre Reaktionen vorhersehbar sind, und bereits das kleine Kind ein Gefühl von „Wirkmächtigkeit“ entwickelt. („wenn ich weine, kommt Mutter/Vater zuverlässig“). Zusammengefasst heißt das: **Frühe Hilfen sind nicht nur wichtig, sondern zwingend notwendig.**

Sie dienen der Entwicklung von Emotionsregulation, Steuerung und Mentalisierung. Dies geschieht, indem die Anbieter (Therapeuten/Helfersysteme) **für das System (also Eltern und Kind) eine regulierte Situation herstellen**, in der auch die Eltern sich gehalten fühlen.

Warum ist das wichtig: Eine ängstliche, überforderte Mutter kann nicht auf ihre empathischen und regulatorischen Fähigkeiten zurückgreifen, sie ist im Stress. In solchen Situationen hat ein Gehirn seine administrativen und regulatorischen Fähigkeiten nicht zur Verfügung und eine gestresste Mutter kann ihr Kind nur schwer beruhigen.

### **3. Sind denn Väter nicht feinfühlig sondern nur spielfeinfühlig? Die neue Generation „Väter“ wickelt, schmust und pflegt doch auch ihre Kinder!**

Ja, selbstverständlich sind Väter ebenfalls feinfühlig und pflegen ihre Kinder genau so wie Mütter. Der Körperkontakt der Väter beim Füttern ist aber oft aufregender und spielerischer für das Baby. Die Vater - Baby – Interaktion weist mehr Imitation, visuelle und akustische Stimulation auf. (Parke und Sawin 1980).

Studien belegen, dass kleine Babys nicht nur die Stimme der Mutter unter vielen anderen erkennt, sondern auch die Klangfarbe der Stimme des Vaters. (Szejer 1998)

v. Klizing et al. 1999 änderten den FST ab, in dem sie beide Eltern teilhaben ließen. Hierbei zeigte sich, dass die Fähigkeit des Kleinkindes sich in angstauslösenden Trennungssituationen zu regulieren und sich dann schnell wieder dem Spiel zuzuwenden sehr wohl von der Fähigkeit **beider** Eltern zum Dialog abhing.

## Quellen:

- Allen Jon G., Fonagy P. Batemann AW: Mentalisieren in der psychotherapeutischen Praxis, Stuttgart Klett- Cotta 2008/2011
- Ainsworth, MDS: Skalen zur Erfassung mütterlichen Verhaltens; Feinfühligkeit versus Unempfindlichkeit gegenüber des Babys in Grossmann KE (Hrg.) Entwicklung der Lernfähigkeit in der sozialen Umwelt; Kindler 1977
- Ainsworth, MDS; Waters, E., Wall S.: Patterns of Attachment , Hillsdale M. Erlbaum 1978
- Bowlby, J.: Trennung: Psychische Schäden als Folge der Trennung v. Mutter und Kind; München; Kindler 1976
- Bowlby, J.: Verlust – Trauer und Depression Frankfurt/ M. Fischer 1983
- Bowlby, J. : Bindung: Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung München: Kindler 1975
- Buchheim, A.: Bindung und Psychopathologie im Erwachsenenalter in Strauss, B. , Buchheim, A, Kächele, H. (Hrg): Klinische Bindungsforschung, Stuttgart, Schatthauer 2002
- Feeney, J.A, Noller P, & Patty J Adolescents interactions with the opposite sex: Influence of attachment style and gender Journal of Adolescence 16, 169 -186; 1993

## Quellen:

Grossmann KE, Grossmann K.: klinische Bindungsforschung aus Sicht der Entwicklungspsychologie ; in Strauss B, Buchheim A., Kächele H. (Hrg) Klinische Bindungsforschung; Stuttgart Schattauerverlag 2002

Grossmann KE, Grossmann K, Fremmer-Bombick E et al.: Väter und ihre Kinder: die ‚andere‘ Bindung und ihre längsschnittliche Bedeutung für die Bindungsentwicklung, das Selbstvertrauen und die soziale Entwicklung des Kindes. In E. Steinhardt & K. Ereky (Hrg): die Bedeutung des Vaters in der frühen Kindheit; Gießen Psychosozialverlag 2002b

Grossmann KE, Grossmann K, Winter M & Zimmermann P: Bindungsbeziehung und Bewertung von Partnerschaft. In K-H Brisch et al: Bindung und seelische Entwicklungswege Stuttgart Klett-Cotta 2002a

Hazan C und Shaver P: Romantic love conceptualized as an attachment process; Journal of Personality und social Psychologie 52 511- 524, 1987

Keysers C: Unser empathisches Gehirn; warum wir verstehen was andere fühlen, München C.Bertelsmann Verlag 2011

Köhler L.: Anwendung der Bindungstheorie in der Psychoanalytischen Praxis; Einschränkende Vorbehalte, Nutzen, Fallbeispiele Psyche Z- Psychoanalyse 369 -397, 1998

## Quellen:

Klitzing, v. K, Simoni H, & Bürgin, D.: Child development and early triadic relationships: International journal of Psychoanalysis 80, 71-89

Main, M. u. Hesse, E.: Parents unresolved traumatic experience are related to infant disorganized attachment status; is frightening and or frightening parental behavior the linking mechanism? In Greenberg MT, Cicchetti D, Cummings EM: Attachment in the preschool years. Chicago, University of Chicago Press 1990: 161 – 84.

Owens, G et al: the prototype hypothesis and the origin of attachment working models: adult relationships with parents and romantic partners. In E Waters, B E Vaughn G Posada & K Kondolckemura (Hrg): Caregiving, cognitive and cultural perspectives on secure base behaviors and working models: New growing points of attachment theory and research; Monographs of the Society for Research in Child Development 60, 216 - 233, San Francisco Jossey- Bass 1995

Parke RD & Sawin DB: The family in the early infancy: social interactional and longitudinal Analysis in F A Pederson: (Hrg.) The father Infant relationship; New York, Praeger 1980

Schore, A. Affektregulation und die Reorganisation des Selbst, Stuttgart, Klett-Cotta 2003

## Quellen:

Shaver P.R. & Hazan C. A biased overview of the Study of Love; Journal of Social and Personal Relationships 5, 473 -501; 1988

Seiffge-Krenke, I.: Psychotherapie und Entwicklungspsychologie; Beziehungen: Herausforderungen, Ressourcen, Risiken; Springer Medizin Verlag Heidelberg 2009

Summers P., Forehand L & Tannenbaum L.: Parential divorce in caucasian families, the role of family process variables and predicting the long-term consequences for early adult psychosocial adjustment. Journal of Consulting and clinical Psychologie 66, 327 -336; 1998

Szejer, M.: Platz für Anne; die Arbeit einer Psychoanalytikerin mit Neugeborenen, München: Kunstmann 1998

Waters, E. & al Attachment security from infancy to early adulthood: a twenty year longitudinal study; Child Development 71; 684 -689; 2000

Und Hamilton C.E.: Continuity and Discontinuity of attachment from infancy through adolescence Child Development 72 690 -694

Videos: Harleys Monkeys Youtube

Tronick & Gianno: The Still face experiment Youtube

**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit**

B.Riediger@asklepios.com