

Was erklärt die Bindungstheorie?

Die interaktionellen Aspekte der frühen Gehirnentwicklung

Die Entwicklung der frühen Interaktion

Den Aufbau einer Bindungsbeziehung

Die lebenslange Bedeutung von Bindungserfahrungen:

- für die eigene Lebensbewältigung
- für bedeutsame Interaktionen
- für die therapeutische Beziehung
- für die Entstehung und Funktion sog. „Verhaltensstörungen“

Bindungstheorie

• Identitätsentwicklung bewegt sich zwischen fundamentalen menschlichen Grundbedürfnissen:

- Bezogenheit und Autonomie
- Bindung und Erkundung (Exploration)

10.12.2020

2

Definition von Bindung

Bindung bezeichnet die Tendenz (als Ausdruck des Grundbedürfnisses) einer Person, die Nähe zu einer anderen vertrauten Person zu suchen, insbesondere in Zeiten von Angst, Müdigkeit oder Krankheit.

Bindung ≠ Beziehung

Bindung ≠ Abhängigkeit

10.12.2020

3

Das Bindungssystem

Ein genetisch verankertes, psycho-biologisches Verhaltensprogramm zur Überlebenssicherung:

(Funktionszustand: aktiviert oder deaktiviert, Aktivierung durch innere oder äußere Trigger)

– „Bindung“: (engl.: attachment) angeborene Verhaltensdisposition des Kindes, welches Nähe und Distanz zu seiner „Bindungsperson“ reguliert.

– Das korrespondierende autoregulative Verhaltensschema, welches die Kontaktgestaltung der Mutter steuert: das Bonding, intuitiv gesteuertes Pflegeverhalten der Eltern

– Der „kompetente Säugling“ aktiviert das Bonding der Mutter, aus dem sich die überlebenssichernde Eltern- Kind- Beziehung entwickelt. Als „Parenting“ wird der Entwicklungsprozess hin zu einer kompetenten Elternschaft beschrieben

(andere) psychobiologische Überlebenssysteme

(Fanselow & Lester, 1988)

EOS (emotional operating systems), primitive (instinktive) Verhaltensprogramme, die der Überlebenssicherung dienen, im „limbischen System“ verankert, nach internen Regeln operierend, durch Impulse von außen aktivierbar,
(Panksepp 1998; Porges 1995, 2001, 2003)

Psychologisch: Persönlichkeitsan-Teile, die kooperieren aber auch zu widersprüchlichen Motivationen führen können. (Vgl. Ministerien)

Bisher neurowissenschaftlich erforschte Systeme:

- CARE: Pflegesystem
- FEAR: Furchtsystem
- LUST: Lustsystem
- PANIC: Paniksystem
- PLAY: Spielsystem
- RAGE: Ärgersystem
- SEEKING: Neugiersystem

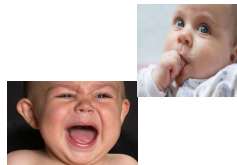
10.12.2020

5

Angeborene Reaktionsmuster

Säuglinge sind von Geburt an mit Reaktionsmuster ausgestattet, die darauf angelegt sind, emotionalen Kontakt und sozialen Austausch zu ermöglichen. Hierzu gehören:

- Saugen
- Anklammern
- Folgen
- Schreien
- Lächeln
- Kindchenschema



10.12.2020

6

Bindungssystem

- Signalverhalten
 - Schreien Weinen, Lächeln, Verbalisieren, Anblicken, Anklammern,...
 - Funktion: Die Bindungsperson wird animiert, sich zuzuwenden, bzw. in der Nähe zu bleiben
- Annäherungsverhalten
 - Suchen, Nachfolgen, motorische Aktivität zur Herstellung von Nähe

Explorationssystem

- Signalverhalten
 - Neugier, Interesse, Außenorientierung
- Erkundungsverhalten
 - Erkundung der Umwelt, ausprobieren, „begreifen“ etc.

10.12.2020 7

Bindungstheorie: Grundannahmen

- **Psychobiologische Annahme:**
in einem Zeitfenster etwa bis zum 3. Lebensjahr werden die "primäre" und weitere sekundäre Bindungspersonen gesucht. Väter, Großmütter, Pflegemütter etc. können durchaus zur „bevorzugten“ Bindungsperson mit lebenslang stabiler Beziehung werden.
- **Primäre Bindungsperson wird die, die prompt und angemessen feinfühlig auf den Säugling reagiert.**
- **Abrupte Trennungen in der Phase der Bindungsentstehung bzw. nach bereits erfolgter Bindung sind potentiell traumatisch.**
- **Bindungsenergie bleibt auch ohne Präsenz der Bindungsperson erhalten** (z. B. zeitlebens dauernde Suche nach der Mutter)
- **Neue Bindungen können sich entwickeln,** ersetzen aber die ursprüngliche nicht (sofort).
- **Ältere Bindungen sind stärker als neue.**

10.12.2020 8

Bestandteile einer Bindungsbeziehung

Damit Bindung entstehen kann, muss eine Beziehung die folgenden Faktoren aufweisen:

- **emotionaler Austausch**
- **Intimität (Nicht-Austauschbarkeit)**
- **Kontinuität**

10.12.2020 9

Feinfühligkeit

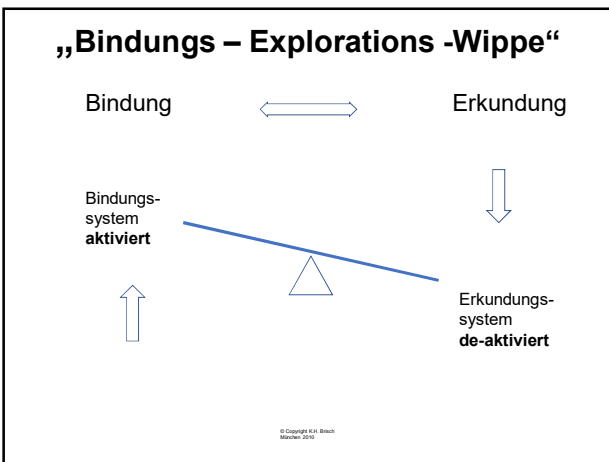
Fähigkeit, die Signale des Kindes

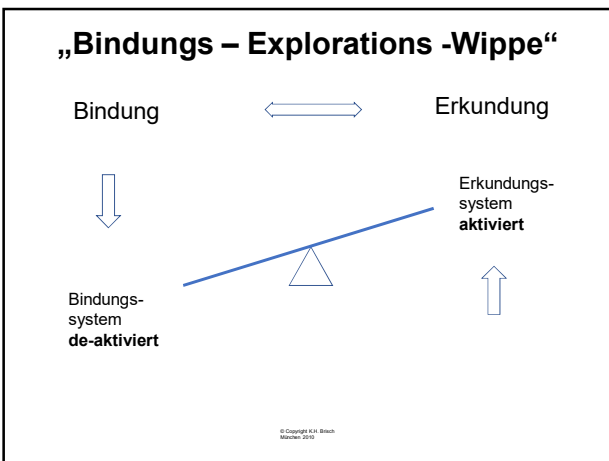
- angemessen wahrzunehmen
- richtig zu interpretieren/ zu deuten
- passend zu reagieren und Antworten zu geben
- prompt zu reagieren

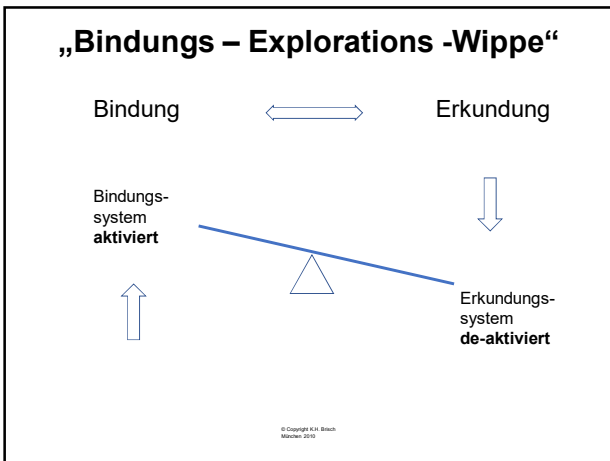
Mary Ainsworth

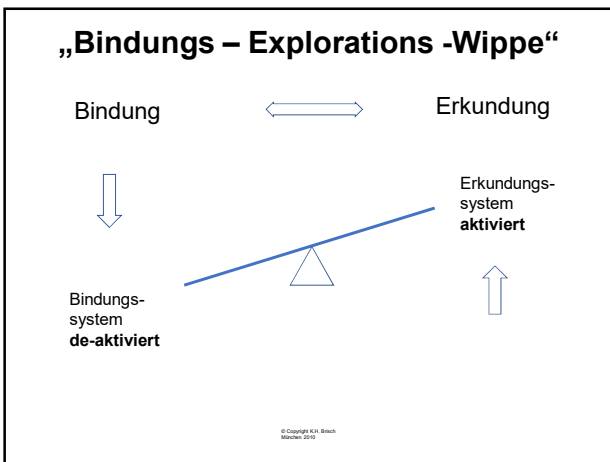
zu unterscheiden:
Bindungsbereitschaft (je nach Befindlichkeit d. Mutter, Umgebungsfaktoren etc.)

10









Bindungstypen

Grundlegende Unterscheidungen:

1. organisiert vs. Desorganisiert
2. sicher vs. unsicher

Unsichere Bindungsmuster unterscheiden sich in:

- 'unsicher-vermeidend'
- 'unsicher-ambivalent'

10.12.2020 15

Bindungsmuster

Bei Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen:	sicher gebunden	unsicher gebunden
Sozio-emotionale Kompetenz	- wenig aggressiv - fähig zu Empathie - mehr soziale Kompetenz im Umgang mit anderen Kindern	- öfter feindselig, wütend - Isolation, Anhänglichkeit
Selbst- und Persönlichkeitsentwicklung	- beziehungsorientiert - eher angemessenes Selbstbild + höhere Ich-Flexibilität + bessere Emotionsregulierung + bessere Verhaltensregulierung	- auf sich selbst fixiert - idealisiertes oder negatives Selbstbild - weniger Ich-Flexibilität - schlechtere Emotionsregulierung - schlechtere Verhaltensregulierung
Kognitiver Bereich	- planvolleres Handeln, Denken - höhere Effektivität <small>10.12.2020 Bindung & System DGSF 2018 Alexander Trost</small>	- planloseres Handeln - niedrigere Effektivität <small>36 10</small>

„Organisierte“ Bindungsstrategien

Muster	unsicher vermeidend	sicher gebunden	unsicher ambivalent
Bindungs-person	Zurückweisend, nicht erreichbar	feinfühlig akzeptierend, präsent, Sicherheit bietend	nicht berechenbar, inkonsistente Präsenz
Emotions-regulierung als Antwort	Heruntergeregelt, deaktiviert	ausbalanciert	maximiert
Anpassungs-reaktion	Unterdrückung von negativen Gefühlen Streben nach Autonomie	Wachsamer Offenheit für pos. u. negat. Gefühle	Gefühlsüberflutung von Ärger und Angst, Streben nach Beziehung
Persönlichkeits-entwicklung	„Distanzsucher“		„Nähesucher“

Bindungs- „Repräsentation“

- im Jugend- bzw. Erwachsenenalter nicht mehr das Verhalten als Kriterium, vielmehr die mehr oder weniger bewusste Vorstellung über das „innere Arbeitsmodell“ von Beziehungsgestaltung
- Sicher- autonom
- Unsicher-distanziert
- Unsicher- verstrickt
- Unverarbeitet

10.12.2020 19

Desorganisierte Bindungsmuster

- **K.H. Brisch:**
- Risikofaktor für die Entstehung von Psychopathologie
- Entstehen, wenn Bindungsperson zugleich sicherer Ort und Quelle von Bedrohung ist
- Eltern mit eigenen traumatischen Kindheitserfahrungen sind zu 80% Bindungspersonen, die desorganisierte Muster hervorrufen können.
- Misshandlung oder Deprivation in frühester Kindheit als Auslöser beeinträchtigen vor allem die Regulation eigener Emotionen insbes. in Stresssituationen (bei aktiviertem Bindungssystem)

10.12.2020 19

Desorganisierte Bindung
oft als Bindungsstörung bzw. als Bindungstraumatisierung diagnostiziert)

- Entstehen, wenn Bindungsperson zugleich sicherer Ort und Quelle von Bedrohung ist
- Eltern mit eigenen traumatischen Kindheitserfahrungen sind zu 80% Bindungspersonen, die desorganisierte Muster hervorrufen können.
- Misshandlung oder Deprivation in frühester Kindheit als Auslöser beeinträchtigen vor allem die Regulation eigener Emotionen insbes. in Stresssituationen
- Risikofaktor für die Entstehung von Psychopathologie

10.12.2020 20

Desorganisierte Bindung

Typische Merkmale beim Kleinkind in der fremden Situation:

1. Sich wiederholendes, widersprüchliches Verhalten,
2. gleichzeitiges Auftreten widersprüchlicher Verhaltensweisen,
3. ungerichtete, unvollkommene oder unterbrochene Bewegungen und Gesichtsausdrücke,
4. Stereotypen, asymmetrische Bewegungen, zeitlich unkoordinierte Bewegungen und seltsame Körperhaltungen,
5. Erstarren, Verharren und verlangsamte Bewegungen oder Ausdrücke,
6. direkte Anzeichen von Angst gegenüber den Bezugspersonen und
7. direkte Anzeichen von Desorganisation oder Desorientierung

21

Übersprungshandlungen

als Erklärungshypothese für desorganisierte Reaktionen

- Aus der Ethologie (K. Lorenz) nach Nico Tinbergen: typische Reaktion auf zwei unvereinbare Motive, die eine Entscheidung unmöglich machen. „Annäherungs- Vermeidungskonflikt“
- Konfliktverhalten von verschiedenen Motivsystemen, Verhinderung des Ausführens einer Verhaltenstendenz
- Bindungsperson ist ersehnte sichere Basis und zugleich Quelle von Bedrohung bzw. Angstauslöser
- Nur dann diagnostizierbar, wenn neurologische Störungen als Ursache ausgeschlossen sind.
- Mary Main beschreibt bei misshandelten Kindern im Kontakt zum misshandelnden Elternteil:
- Meist kurze (seltsam erscheinende) Verhaltensweisen, die zu keiner der organisierten Reaktionen passen und desorganisiert erscheinen: sich im Kreis drehen, Haare zupfen, etwas aufheben, in eine unpassende Richtung laufen, erstarren etc.

22

Desorganisierte Bindung

Spätere Erscheinungsformen und Konsequenzen:

- Schwächung von Mentalisierungs- und Empathiefähigkeit
- Schwächung der Beziehung zum eigenen Körper und des Kohärenzerlebens
- Schwächung von Selbstwertentwicklung und Selbstvertrauen
- Irritierende Beziehungsgestaltung gegenüber Bezugspersonen
- Verlust allgemeiner Beziehungskompetenz
- alle Anpassungsstörungen i. S. der ICD 10

23

Hirnforschung

Die Biographie des Menschen beginnt neun Monate früher, als bisher angenommen. (Ludwig Janus, Pränatalpsychologe)

- Hirnentwicklung: ein lebenslanger Prozess, indem unterwegs auch die Geburt stattfindet. Wichtigste (nicht kognitive) Erfahrung des Embryos: verbunden zu sein. (Hüter)
- Ab der 33. Woche: Hören und Signale wiedererkennen, also Lernen und Gedächtnis
- Netzwerke, die für das Zustandekommen von Freude, Lust oder auch Angst und Verunsicherung verantwortlichen sind, sind zum Zeitpunkt der Geburt bereits relativ gut ausgebildet. Erhöhtes motorisches Reagieren z.B. auf Angsterleben der Mutter werden als Strukturen und neuronale Muster im sog. Limbischen System verankert und bleiben in der Regel zeitlebens stabil. Sie verdichten sich zu Metaerfahrungen, die wir als Haltungen, innere Überzeugungen etc. identifizieren.
- Solche Muster zeichnen sich dadurch aus, dass sie
 - nicht dem Bewusstsein zugänglich,
 - zeitstabil und
 - änderungsresistent sind.

24

Hirnphysiologische Korrelate

- Cortisolspiegel steigt in der fremden Situation:
 - Bei unsicher gebundenen Kindern
 - Bei desorganisierten Mustern
- Nicht bei sicher gebundenen Kindern!

10.12.2020

25

Ergebnisse der Hirnforschung

- Die Biographie des Menschen beginnt neun Monate früher, als bisher angenommen. Bindung entsteht pränatal.
(Ludwig Janus, Pränatalpsychologe, Jans-Ottermann)
- Hirnentwicklung ist ein lebenslanger Prozess, indem unterwegs auch die Geburt stattfindet. Wichtigste (nicht kognitive) Erfahrung des Embryos: verbunden zu sein. (Hüther)
- Ab der 33. Woche: Hören, Signale wiedererkennen, also Lernen und Gedächtnis. Das Neugeborene erkennt seine Mutter am Geruch. Es gibt eine biologische Verbundenheit.
- Netzwerke, die für Freude, Lust oder auch Angst und Verunsicherung verantwortlichen sind, sind bei der Geburt bereits relativ gut ausgebildet.

26

Ergebnisse der Hirnforschung

- Netzwerke, die für Freude, Lust oder auch Angst und Verunsicherung verantwortlichen sind, sind bei der Geburt bereits relativ gut ausgebildet.
- Erhöhtes motorisches Reagieren z.B. auf Angsterleben der Mutter werden als Strukturen und neuronale Muster im sog. limbischen System verankert und bleiben in der Regel zeitlebens stabil. Sie verdichten sich zu Metaerfahrungen, die wir als Haltungen, innere Überzeugungen etc. identifizieren.
- Chronifizierte Muster zeichnen sich dadurch aus, dass sie nicht dem Bewusstsein zugänglich, aber zeitstabil und änderungsresistent sind.

10.12.2020

27

**Trennung
als traumatische Stressbelastung**

Die massivste Bedrohung für die frühe Hirnentwicklung:
Trennung von der Mutter!

Je früher eine Trennung erfolgt, desto umfassender ist die Auswirkung auf das Gehirn. Auch kurzfristige Trennungen sind potentiell traumatisch.

Die erste, spontane Reaktion auf Trennung ist extreme Anspannung und Erregung. Die Erregung kann sich so stark ausbreiten, dass das „Paniksystem“ stimuliert werden, welches die Überstimulation dämpft (Erstarren, Lähmung).

10.12.2020

28

**Das innere Arbeitsmodell-
„inner working model“**

- Während der sozio- emotionalen Entwicklung in der frühen Kindheit wird eine interne Repräsentation vom Selbst und dem Bezugsobjekt herausgebildet.
- Dieses verinnerlichte frühe Beziehungsmuster hat eine beständige Wirkung auf die weitere Entwicklung und wird in ähnlichen Beziehungssituationen während des ganzen Lebens reaktiviert.
- Die wichtigste Aufgabe dieses inneren Arbeitsmodells ist es, Ereignisse der realen Welt gedanklich vorwegzunehmen, um in der Lage zu sein, das eigene Verhalten besser zu planen und die Situation kontrollieren zu können.
- Bei sicher gebundenen Kindern, funktioniert dieses Arbeitsmodell als sichere Basis, von der aus sie ihre Umwelt erkunden und begreifen zu können. In Zeiten von emotionalem Stress fungiert es als eine Art sicherer Hafen.

**Risiken für Pflege- und
Adoptivbeziehungen**

- Kinder werden nicht als bereits geprägte Persönlichkeiten angesehen
- Kinder verstehen und sprechen eine „Sprache“, die nicht verstanden wird, erst gelernt werden muss.
- Phantasien über die unbekannte Vorgeschichte mit Traumata führen zu Schon- und Schutzmechanismen, die u. U. aus eigener Traumatisierung resultieren
- Unter Beobachtung von Angehörigen und Fachleuten zu stehen, macht ständigen Rechtfertigungs- und Kompetenzdruck, schafft Befangenheit und schwächt das Vertrauen in natürliche Intuition.
- Unklares Diagnosewissen und
- Unrealistische oder enttäuschte Erwartungen an Therapien

10.12.2020

30

Systemische (Be-) Deutungen

die „nicht sichere Bindung“ ist nicht primär eine Pathologie:

- in erster Linie Entwicklung eines „inneren Arbeitsmodells von Bindung“ als Anpassung an vorgefundene „abnormale“ Bedingungen
- ein Bewältigungsmuster mit (psychopathologischen) Folgekosten

Bindung und Bonding (Parenting) sind reflexiv aufeinander bezogen als grundsätzlich zweiseitiger Prozess:

Störungen haben Folgen für Kind und Eltern!

Bindungsstörungen sind immer auch Störungen des Beziehungssystems!!!

10.12.2020 31

Störung bei Bindungspersonen

als Störung des Parenting- Prozesses zu verstehen

- Gestörtes Beziehungserleben gegenüber dem Kind,
 - wenn Eltern keine verstehbaren Antworten bekommen
 - bei psychischen Beeinträchtigungen(z. B. Depression)
 - ungewollte Elternschaft
 - Extreme Stressbelastungen

Mögliche Folgen für die Eltern:

- Schwächung der „parentalen Intuition“,
- Vertrauensverlust in die parentale Wirksamkeit,
- Schwächung der Erziehungskompetenz,
- Generalisierter Selbstwertverlust,
- Parentale Traumatisierung

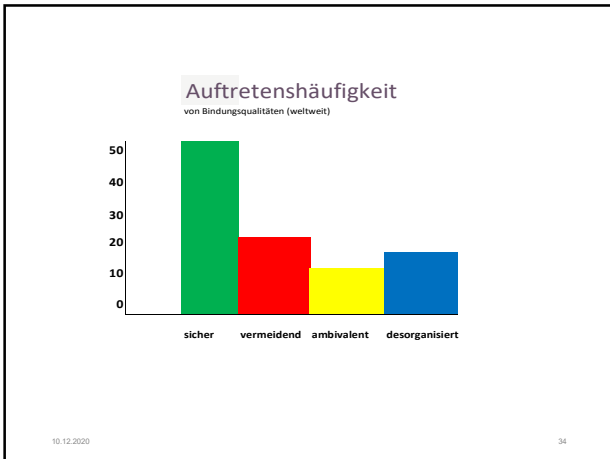
10.12.2020 32

Statistik:

Bindungsmuster bei Kindern

Sicher	50- 70%
Unsicher vermeidend	20- 40%
Unsicher ambivalent	10- 15%
desorganisiert	10- 20%

10.12.2020 33



Stabilität von Bindungsmustern im Lebenslauf

Statistisch lässt sich eine große Stabilität einmal erworbener Bindungsmuster feststellen.
Eine Prognose im Einzelfall ist allerdings nicht möglich.
Langzeituntersuchungen belegen einen engen Zusammenhang zwischen Bindungsverhaltensmustern im Erwachsenenalter und

- Qualität der primären Bindung
- Qualität der spielerischen Exploration
- Qualität der Erfahrungen in der Peergroup (besonders im Jugendalter)
- Qualität des Diskurses (Grad der Selbstreflexivität)

10.12.2020 35

Statistik:
Bindungsrepräsentanz bei Erwachsenen

	Dt. Bevölkerung	Sozialarbeiter/ Studierende	Steep-Berater	Systemiker DGSF/ SG
Sicher	40- 50%	30- 50%	nur 22% !!	23%
Unsicher vermeidend	20- 25%	10- 15%		13%
Unsicher ambivalent	35- 40%	25- 60%		64%

aus A. Trost, Bindungswissen...

10.12.2020 36

einige Forschungsergebnisse

•Im Normalfall ist der gesunde psychophysische Organismus der Mutter in der Lage eine sichere Bindung zum Ungeborenen aufzubauen und dem Baby alle Voraussetzungen für ein sicheres gebunden Sein, eine gesunde psychische Entwicklung und Beziehungsfähigkeit zu schaffen. Elternschaft als „intuitive Kompetenz“.

•Sich nicht von der Mutter lösen können, sich wie ein Organ der Mutter fühlen, undefinierbare Angst bei Gedanken an Trennung haben sind Symptome, die auf frühe Bindungsstörungen zurückgehen. (Helga Blazy, Int. Ges. f. Pränatale Psychologie und Medizin)

•Transgenerationale Weitergabe!

•Frauen mit traumatischen Vorerfahrungen (u. aktuellen psych. Belastungen) erleben im Kreissaal keinen „sicheren Ort“. Die Wahrscheinlichkeit einer Risikogeburt ist erhöht.

•Vorerfahrung, selbst abgelehntes Kind zu sein, führt zu Angst vor Wiederholung, auch wenn es ein Wunschkind ist.

Kinder depressiver Mütter sind mit einer höheren Wahrscheinlichkeit unsicher gebunden, als Kinder nicht depressiver Mütter
(Campbell 2004; Hipwell 2000; Martins u. Gaffan, 2000)

Folgerungen für Therapie und Pädagogik:

• **wohlgemeinte Beziehungsangebote von Therapeuten oder Erziehern machen sie nicht zu „Bindungspersonen“:**

Die bevorzugte Bindungsperson ist in einer frühkindlichen Entwicklungsphase „gewählt“ worden, auch wenn sie keine verlässliche Bindungsperson gewesen ist.

• **emotionale Beziehungen, Freundschaften etc. sind nicht mit „gewachsenen“ Bindungsbeziehungen i. S. der Bindungstheorie gleichzusetzen,**

- auch wenn Übertragungen möglich sind,
- auch wenn gelernte „Bindungsmuster“ eine Tendenz zur Generalisierung zeigen und im Umgang mit anderen Beziehungen Anwendung finden.

• **Wenn Pflegekinder Bindung verweigern, halten sie u. U. trotz aller emotionaler Investitionen von Ersatzeltern an der alten Bindung fest.**

Oberflächliche Anpassung und emotionale Annäherung sind nicht unbedingt gleichzusetzen mit Bindung i. S. der Bindungstheorie. Heranwachsende Pflegekinder zeigen Sehnsucht nach der ursprünglichen Bindungsperson auch bei erfahrener Misshandlung.

10.12.2020

38
