

Literatur nicht zu finden ist. Mit dem Begriff wird aber explizit hervorgehoben (s. z. B. Ainsworth, 1989, S. 711), dass das »emotionale Band« (attachment bond), das eine Bindungsbeziehung kennzeichnet, nicht mit der emotionalen Verbundenheit (affectional bond) in einer vertrauten und sehr nahen Beziehung gleichgesetzt werden kann (s. Abb. 1.1). Viele Missverständnisse, die gerade in der Praxis auftreten, entstehen durch eine einseitige Fokussierung auf die emotionale Verbundenheit, die zwar auch für die meisten Bindungsbeziehungen charakteristisch ist, aber eben nicht das Spezifische ausmacht, was eine Bindungsbeziehung von anderen nahen und vertrauten Beziehungen abhebt. Im Weiteren wird deshalb der Ausdruck »emotionales Band« verwendet, wenn es um die Bindungsbeziehung geht und gefühlsmäßige oder emotionale Verbundenheit, um enge nahe Beziehungen zu umbeschreiben. Der zentrale Unterschied zwischen beidem liegt darin, dass das »emotionale Band« (attachment bond) ein überdauerndes, weitgehend *stabiles Merkmal einer Person* ist, nämlich das der Bindungssuchenden bzw. des Kindes (Bowlby, 2008, S. 22). Wohingegen die gefühlsmäßige Verbundenheit (affectional bond) als *Beziehungsmerkmal*, je nach Art der Beziehung, variieren kann.

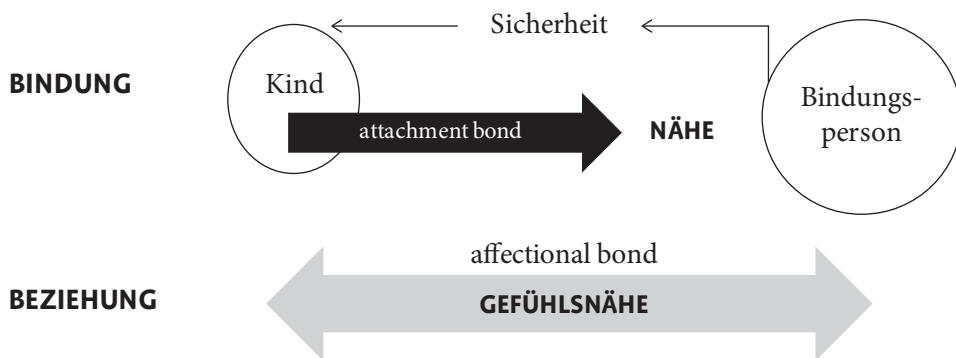


Abbildung 1.1 Bindung als emotionales Band (attachment bond) und spezifisches Personenmerkmal (hier des Kindes) versus emotionale Verbundenheit (affectional bond) als Merkmal einer Beziehung

Eine Beziehung kann gefühlsmäßig sehr nah, vielleicht auch zu nah sein und sich in die eine oder andere Richtung mit der Zeit verändern.

Das »emotionale Band« ist nicht qualifizierbar, es ist entweder vorhanden oder nicht vorhanden und deshalb gibt es auch keine gute, schlechte, starke oder schwache Bindung, sondern nur Unterschiede im Bindungsverhalten. Insofern ist es auch missverständlich, eine Bindung als gestört zu bezeichnen, allenfalls (in sehr seltenen Fällen) kann davon ausgegangen werden, dass ein Kind zu keiner Person eine Bindung entwickeln konnte, was dann der psychiatrischen Diagnose »Bindungsstörung« entsprechen würde (Abschn. 3.2). Die Qualität der Bindung bezieht sich demnach weder auf das »emotionale Band« noch auf die emotionale Verbundenheit, sondern auf das Bindungsverhalten und damit einhergehende psychische Prozessen (Main, 2016). Das »emotionale Band« ist die Voraussetzung dafür, dass Bindungsverhalten gegenüber einer bestimmten Person gezeigt wird. Es entsteht durch die biologisch angelegte

Bindungsbereitschaft bzw. das überlebensnotwendige Bedürfnis des Kindes, Nähe zu einer (vermeintlich) kompetenteren Person zu suchen, um Sicherheit und Beistand zu erlangen (Bowlby, 2008, S. 22). Eine Bindungsbeziehung ist deshalb durch eine unumkehrbare Rollenverteilung gekennzeichnet, die der Bindungsperson die Aufgabe zuschreibt, als »sichere Basis« und »sicherer Hafen« zur Verfügung zu stehen. Hat ein Kind eine Bindung bzw. »ein emotionales Band« aufgebaut, ist damit die Person festgelegt, auf die sich sein Bindungsverhalten richtet. Der Bindungsaufbau ist nicht als prägnanter Vorgang zu verstehen. Wann er genau beginnt, ist nicht bestimmbar, Bowlby (1969/1982) sprach deshalb von einer Vorbindungsphase in den ersten drei Monaten nach der Geburt, den Zeitpunkt der »eindeutigen Bindung« z. B. zur Mutter setzte er ab ca. sechs Monaten an, während klar identifizierbare Bindungsverhaltensmuster gegen Ende des ersten Lebensjahres beobachtet werden können. Die (wechselseitige) gefühlsmäßige Verbundenheit kann dagegen von Anfang an, also bevor der Bindungsaufbau beginnt, sehr stark sein und die Mutter-Kind-Interaktion positiv beeinflussen.



Die gefühlsmäßige Verbundenheit ist nicht für den Bindungsaufbau entscheidend! Eine Bindungsperson muss sich nicht zwingend gefühlsmäßig mit dem Kind verbunden fühlen und ein Kind baut zu seinen Eltern sogar dann ein »emotionales Band« auf, wenn sie es misshandeln.

Die Eltern-Kind-Beziehungen umfassen in der Regel beide Aspekte: Eltern und Kind lieben sich, sind gefühlsmäßig eng miteinander verbunden und Mutter wie Vater sind die relevanten Bindungspersonen und das Kind baut zu jedem der beiden ein »emotionales Band« auf. Die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung und die Bindungsqualität bedingen sich dadurch wechselseitig, Bindungs- und Beziehungsaspekte müssen dennoch sorgfältig auseinandergelassen werden. Entsprechend ist auch das Interaktionsverhalten unterschiedlich zu interpretieren. In vielen Alltagssituationen, in denen ein Kind emotional stabil ist (was jenseits des Säuglingsalters und wenn nicht andere Belastungsfaktoren dazukommen, die meiste Zeit am Tag der Fall sein sollte), wird die Eltern-Kind-Interaktion (auch) durch andere Faktoren beeinflusst. Wenn Kinder in solchen Situationen Nähe suchen, z. B. um mit der Mutter zu kuscheln, ist das ein Zeichen ihrer emotionalen Verbundenheit und sagt etwas über ihre Beziehungsqualität aus. Die Bindungsqualität lässt sich daraus nicht ableiten. Auch Kinder, denen ein unsicheres Bindungsmodell zugeordnet wird, kuscheln mit ihren Eltern, suchen ihre Nähe und können Freude in der Interaktion mit ihnen erleben. Umgekehrt führt ein sicheres Bindungsmodell nicht unbedingt dazu, dass die Eltern-Kind-Interaktionen in Spiel- oder Lernsituationen immer harmonisch verlaufen. Ein sehr autoritäres direktives Erziehungsverhalten kann sich auf der Beziehungsebene, z. B. in Form von Machtkämpfen, negativ auswirken, schließt aber nicht aus, dass die entsprechende Bindungsperson in Bindungssituationen dem Kind adäquaten Schutz und Sicherheit bietet.

Der wechselseitige Einfluss von Beziehungs- und Bindungsaspekten erschwert es, Bindung und Beziehung getrennt zu betrachten. Aber nur so sind Effekte von Erziehungsverhalten, der Einfluss kultureller Wertvorstellungen und kontextbedingte Wirkfaktoren zu erkennen und der besondere Beitrag der Bindung in diesem komplexen Bedingungsgefüge zu verstehen. Einschätzungen zur Bindungsqualität sind deshalb auch nicht auf der Grundlage alltäglicher Interaktionsbeobachtungen möglich, sondern erfordern die Analyse von Situationen, in denen das Bindungssystem des Kindes aktiviert ist, oder Verfahren, die durch spezifische Methoden Rückschlüsse auf die mental repräsentierten Bindungserfahrungen zulassen (Kap. 5).

1.2 Bindung im Kontext verschiedener Verhaltenssysteme

Die Bindungstheorie basiert auf der Annahme biologisch begründeter Verhaltenssysteme, denen ein wesentlicher Stellenwert für die Überlebenschancen zugesprochen wird.

Definition

Mit dem Begriff **Verhaltenssystem** werden Regulationsmechanismen beschrieben, die durch biologisch begründete Verhaltensweisen dazu dienen, einen bestimmten Zustand aufrechtzuerhalten bzw. (wieder-)herzustellen.

Verhaltenssysteme können entsprechend ihrer Funktionsweise in einfache und zielkorrigierende Systeme unterteilt werden. Bei einfachen Systemen erfolgt die Zielerreichung ohne systematische Anpassung des Verhaltens, bei zielkorrigierenden Systemen wird das Verhalten je nach Kontext systematisch angepasst. So erfolgt z. B. die Aufmerksamkeits-suche als integrierter Bestandteil von Bindungsverhalten von Geburt an zielkorrigiert, damit die Kommunikationssignale des Kindes wahrgenommen werden. Dagegen sind Signal- und Annäherungsverhalten anfangs noch nicht zielkorrigiert. Sie erfolgen nach Bedarf, passen sich jedoch (noch) nicht an die Umweltbedingungen und soziale Reaktionen an. Ein Säugling signalisiert Unwohlsein durch Schreien, das Schreien hört auf, wenn er sich wieder wohlfühlt, z. B. weil die Mutter ihn auf den Arm nimmt oder füttert. Mit der Zeit lernt das Kind sein Verhalten anzupassen und schreit z. B. lauter, wenn die Mutter weiter weg ist, oder bewegt sich schneller auf sie zu. Zum Teil sind Verhaltensweisen vorprogrammiert, werden aber immer durch Interaktionserfahrungen mit der (sozialen) Umwelt modifiziert und durch interne (z. B. Emotionen, mentale Repräsentationen) und externe Informationen (Kontext) gesteuert. Schon das Kleinkind präferiert das Verhalten, das im jeweiligen Kontext am nützlichsten ist, und kann im Laufe der Entwicklung mit entsprechender sozialer Unterstützung auf immer ausdifferenziertere Verhaltensvarianten zurückgreifen.

Der konzeptionelle Rahmen der Bindungstheorie, wie ihn Bowlby (2006c, S. 44–47) in seinem dritten Band prägnant zusammengefasst hat, stellt das Bindungssystem in den Mittelpunkt, von dem aus er Bezüge zu anderen Verhaltenssystemen herstellte.

Zwei Verhaltensklassen und ihre wechselseitige Funktion in Bezug auf das Bindungssystem waren für Bowlby von besonderer Bedeutung: Exploration und Spiel sowie Fürsorgeverhalten. Die theoretischen Grundlagen dazu wurden von ihm zwar wenig ausgearbeitet, die entwicklungsbezogenen Konsequenzen des Gesamtgefüges der sich wechselseitig bedingenden Systeme aber klar herausgestellt. Bis heute konzentriert sich auch die Forschung überwiegend auf das Bindungsverhalten, während das Explorationsverhalten nur marginal berücksichtigt wird (Schölmerich & Lengning, 2008). Erst in neuerer Zeit hat sich die Sicht diesbezüglich erweitert, was sich vor allem in Untersuchungen zum Fürsorgeverhalten niederschlägt. Fürsorgeverhalten wird nun vermehrt sowohl auf Bindung als auch auf Exploration bezogen und entsprechend auch die Funktion der Bindungsperson. Der Begriff »sichere Basis«, den auch Bowlby verwendete und der meistens in der Literatur zu finden ist, impliziert beide Funktionen. Sprachlich eindeutiger ist die Splittung in die Ausdrücke »sichere Basis« und »sicherer Hafen«. So werden die unterschiedlichen Funktionen von Fürsorge bzw. der Bindungsperson besser sichtbar: Eine *sichere Basis* für die Exploration bereitzustellen, wenn das Kind in einem emotionalen ausgeglichenen Zustand ist und auf »Entdeckungsreisen« geht, und jederzeit als *sicherer Hafen* zur Verfügung zu stehen, wenn das Kind emotional überlastet ist und (emotionale) Nähe und Sicherheit braucht, um sich wieder zu stabilisieren (ausführlich in Feeny & Woodhouse, 2016).

1.2.1 Das Bindungsverhaltenssystem

Definition

Als **Bindungsverhalten** gilt jegliches Verhalten, das darauf ausgerichtet ist, (emotionale) Nähe zu einer bevorzugten Person herzustellen oder aufrechtzuerhalten.

Damit Bindungsverhalten initiiert oder intensiviert wird, muss das Bindungsverhaltenssystem aktiviert sein. Entweder durch interne Bedingungen wie Müdigkeit, Schmerzen und/oder externe Bedingungen wie Standort bzw. Zugänglichkeit der Bindungsperson sowie andere alarmierende äußere Bedingungen und Ereignisse. Fühlt sich ein Kind in irgendeiner Weise bedroht und/oder kann es emotionale Belastungen nicht (mehr) allein regulieren, wird über die Aktivierung des Bindungsverhaltenssystems Bindungsverhalten ausgelöst.

Im Säuglings- und Kleinkindalter ist Bindungsverhalten vor allem in Form von *Signalverhalten*, wie Vokalisieren, Weinen und Schreien, oder in Form von *Annäherungsverhalten*, wie Anklammern, Festhalten und Nachlaufen, zu beobachten. Mit zunehmendem Spracherwerb kann Bindungsverhalten auch durch Verbalisieren von Gefühlen ausgedrückt werden. Es gibt aber keine Verhaltensweisen, die per se als Bindungsverhalten definierbar sind. Ob Verhalten als Bindungsverhalten identifizierbar ist, lässt sich nur vor dem Hintergrund der Funktion des jeweiligen Verhaltens beurteilen. Ein Kind kann auch ohne Bindungsbedürfnisse Nähe suchen, um

mit der Mutter zu spielen oder bei ihr auf dem Schoß sitzen. Umgekehrt kann das Bindungssystem aktiv sein, ohne dass das Kind offensichtliches Annäherungsverhalten zeigt. Welches Verhalten gezeigt wird bzw. wie Bedürfnisse kommuniziert werden, hängt von den Erfahrungen im sozialen Kontext ab und zudem vom aktuellen Entwicklungsstand bzw. kann auch durch mögliche Behinderungen modifiziert sein.



Bindungsverhalten kann also in unterschiedlicher Weise gezeigt werden, hat aber immer das primäre Ziel, Schutz und Sicherheit sowie Unterstützung bei der Regulation von Emotionen zu erlangen.

Die Funktionsweise des Bindungsverhaltenssystems lässt sich mit einem voreingestellten Regelkreissystem vergleichen, das einem situations- und entwicklungsangemessenen Sollwert an Kontakt und Nähe folgt. So wird kontinuierlich kontrolliert, ob die Bindungsperson in Relation zu den Anforderungen der aktuellen Situation ausreichend zugänglich und responsiv ist. Wird dieser Sollwert unterschritten, wird das Bindungssystem aktiviert und Bindungsverhalten ausgelöst, während Explorationsverhalten unterbrochen oder gehemmt wird. Nähert sich z.B. ein Hund einem Kind, das im Sandkasten spielt, während seine Mutter auf einer Bank sitzt, wird es sehr schnell sein Spiel unterbrechen und in irgendeiner Form die Nähe zur Mutter suchen, sei es, dass es weint und die Arme ausstreckt, damit sie zu ihm kommt, oder dadurch, dass es sich selbst zu ihr hinbewegt. Ist die nötige Nähe für das Kind hergestellt und die Gefahr beseitigt (der Hund verjagt oder das Kind mit ihm vertraut geworden), wird das Bindungssystem deaktiviert und das Kind kann sein Spiel fortsetzen.

Bindungsverhalten wird also ausgelöst, wenn ein Kind sich nicht mehr in seinem Ressourcenbereich (Hantke & Görge, 2012) befindet, das heißt, wenn es zur Wiederherstellung emotionaler Stabilität auf soziale Unterstützung angewiesen ist. Bei Kleinkindern kann dies schon in einer fremden Umgebung oder bedingt durch die Anwesenheit fremder Personen geschehen, bei kurzfristigen Trennungen von der Bindungsperson ist es fast immer der Fall. Sind die kognitiven Fähigkeiten des Kindes entsprechend fortgeschritten und ist das Kind dadurch mehr und mehr in der Lage, sich in die mentalen Prozesse anderer bzw. der Eltern hineinzusetzen, entwickelt sich zwischen Kind und Bindungsperson eine sogenannte zielkorrigierte Partnerschaft. Das Kind kann dann elterliches Verhalten in einem Raum-Zeit-Kontinuum vorhersehen und sich in ihre Handlungsplanung hineinversetzen. Die Verhaltensorganisation innerhalb der Bindungsbeziehung kann nun immer aktiver vom Kind mitgestaltet werden. Bindungsverhalten zielt dann nicht mehr nur darauf ab, das Bedürfnis nach Sicherheit und den Unterstützungsbedarf zu kommunizieren, sondern auch die Pläne der Bindungspersonen durch wechselseitige Aushandlungen zu beeinflussen bzw. dadurch zu einer Kompromisslösung zu kommen.