

Dies kann besonders bei Kindern, bei denen der Bindungsprozess früh gestört wurde, schwerwiegende Folgen haben. Bei einem großen Teil dieser durch starke Vernachlässigung schwer geschädigten Kinder wurden Störungen der Hirnentwicklung durch Unterstimulation des neuronalen Netzwerkes und eine direkte Schädigung der Neurone durch die Auswirkungen von länger andauerndem Stress festgestellt. Die Schädigungen können sich im Sinne einer erhöhten Vulnerabilität erst nach einer langen Latenzzeit auswirken. Heine (2004) weist darauf hin, dass sich ein Funktionsdefizit erst nach über 50 Jahren im Rahmen einer Demenz bemerkbar machen kann. Seine provozierende Frage lautet, ob nicht ein großer Anteil der Entwicklung einer Demenz vom Alzheimerstyp in der frühen Kindheit angelegt wird, in der Phase, in der der größte Anteil des neuronalen Netzes verknüpft und organisiert wird. Dieses Netz ist die Grundlage der Leistungsfähigkeit des Gehirns und bietet bei guter Ausformung eine gewisse Funktionsreserve und stellt damit einen protektiven Faktor dar.

Auch auf der neurohumoralen Ebene haben sich die Erkenntnisse verdichtet. So wird neben der Auswirkung von sicherer Bindung auf die Reduktion der körperlichen Stressreaktionen auch die Bedeutung der „Bindungshormone“ (Wettig, 2006; Hüther, 2006) wie Oxytocin, Dopamin und Endorphine für die Entwicklung positiver Emotionen, Empathie und vertrauensvoller dauerhafter sozialer Beziehungen diskutiert. So kann der Dauerstress in einer von unsicherer Bindung geprägten Beziehung durch die Überstimulierung des Stresshormons Cortisol, auch zu einer Schädigung der neuronalen Verknüpfung in den Synapsen führen. Die ist umso folgenreicher, je früher die Schädigung in der neuronalen Entwicklung einsetzt und je länger sie andauert.

Bauer (2006) weist auch darauf hin, dass die neuronale Ausdifferenzierung auch die psychomotorische und emotionale Entwicklung durch das System der Spiegelneurone wesentlich beeinflusst. Insbesondere das Erleben von Empathie als bindungsstärkende Emotion wird auf der neurobiologischen Ebene durch die Spiegelneurone ermöglicht. Die Fähigkeit zur Empathie ist als potentielle Eigenschaft zwar angeboren, entwickelt sich aber am Besten in sicheren Bindungen und in Beziehungen zu anderen Menschen.

Ebenen von Bindungsprozessen

Wir verstehen Bindung und die Ebenen, auf denen Bindung wirksam wird, folgendermaßen:

- Bindung bezeichnet ein emotionales Band zwischen Personen untereinander (bzw. zwischen Personen und Objekten oder auch Tieren),
- das sich in der frühen Kindheit entwickelt, dessen Einfluss aber nicht auf diese Entwicklungsphase beschränkt ist, sondern sich auch auf die weiteren Lebensabschnitte erstreckt.
- Somit stellt Bindung eine emotionale Basis während des ganzen Lebens bis ins höhere Lebensalter hinein dar.
- Bindungen beeinflussen die Art und Weise, wie wir Beziehungen wahrnehmen, bewerten und gestalten – dabei wirken die ersten Bindungserfahrungen als Muster hilfreich oder erschwerend in späteren Beziehungen.
- Die reflektierten handlungssteuernden Motive (explizite Motive) werden bei fortschreitender Demenz immer mehr durch die unbewussten Motive (implizite Motive, den Grundbedürfnissen entsprechend) abgelöst.

Bindung ist aber weit mehr, als die Gestaltung aktueller Beziehungen und deren Vorgeschichte. Bindungen erfüllen zwei wesentliche Funktionen. Sie sollen sowohl Schutz und Entspannung bei Angst und Gefahr sicherstellen als auch eine aktive Auseinandersetzung mit der Umwelt von einer sicheren Basis aus fördern. Beide Aspekte sind notwendige Voraussetzungen für Anpassung und Umwelterkundung auch im biologischen Sinn. Die Ebenen von Bindung reichen daher von biologischen und prägenden Mechanismen bis zu grundlegenden Strukturen der Ich-Funktionen, des gegenseitigen Vertrauens und insbesondere des Selbstwertgefühls.

1.2 Die Bindungstypen

Die inneren Bindungsmuster entwickeln sich in ziemlich vorhersagbarer Weise und lassen sich in wenigen charakteristischen Bindungstypen beschreiben. In einer von der Bowlby-Schülerin Mary Ainsworth entwickelten Versuchsanordnung, die mit Kleinkindern im Alter von 12–18 Monaten und ihren Müttern durchgeführt und „Fremde Situa-

tion“ genannt wird, kann man feststellen, welches Bindungsmuster das Kind entwickelt hat. Ainsworth ging davon aus, dass in einer Stresssituation (wie z. B. Trennung von der Bezugsperson) Bindungsverhalten aktiviert wird, um die Nähe der benötigten Person nicht zu verlieren oder wieder zu erlangen. In dem Test spielen Mutter und Kind zunächst kurz in einem Spiellabor, dann verlässt die Mutter zweimal für drei Minuten den Raum. Während der Zeit ist eine „freundliche Fremde“, für kurze Zeit aber auch niemand, bei dem Kind. Bei den beobachteten Kindern fanden sich grundlegende Verhaltensweisen, die eine Bindung charakterisieren. In der arrangierten Trennung und Wiederkehr der Mutter werden typische Verhaltensmuster sichtbar:

- Das Kind sucht die Nähe der Mutter.
- Es nimmt periodisch Blickkontakt auf, um sich zu vergewissern.
- Erlebt Stress bei Trennung und
- fühlt sich wohl bei der Rückkehr der Mutter.

Maßgeblich für die Beurteilung der Bindung ist das Verhalten des Kindes während der Trennung und beim Wiedersehen mit der Mutter.

Aus diesen Beobachtungen beschrieben Bowlby/Ainsworth zwei grundlegende Varianten der Bindung:

Die sichere Bindung und die unsichere Bindung. Letztere wurde später noch unterteilt in die

- unsicher-vermeidende Bindung,
- unsicher-ambivalente Bindung und die
- unsicher-desorganisierte Bindung.

Zunächst sollen diese vier relativ konstanten Bindungstypen erklärt und die Auswirkungen auf die seelische Entwicklung beschrieben werden. Dabei spielt auch der eigene Bindungstyp der Mutter oder der einer späteren Bezugsperson eine wesentliche Rolle, da Bindung sich immer in einem wechselseitigen Prozess entwickelt.

Es wird nicht nur die Qualität der Mutter-Kind-Beziehung durch das kindliche innere Bild von der Mutter bestimmt, sondern das hier entstehende innere Modell des Kindes bestimmt auch sein Gefühl der Sicherheit und des Vertrauens in späteren Beziehungen. Dies geschieht auf der Basis der Bindungserfahrungen, die in dieser Phase der Persönlichkeitsentwicklung gesammelt wurden. In dem inneren Modell, das wie eine Schablone wirkt, werden weitgehend unbewusst und fast automatisch Beziehungen wahrgenommen und unter dem Aspekt der Sicherheit und Nähe oder Ablehnung und Verweigerung bewertet. Auch später

finden sich bei der spontanen Empfindung von Sympathie oder Antipathie in der ersten Begegnung (erster Eindruck) diese Aspekte wieder.

Die typischen Bindungsmuster werden aber nur dann beobachtbar, wenn die Notwendigkeit der Bindung in irgendeiner Weise aktiviert wird, z. B. bei tatsächlichem, bevorstehendem oder befürchtigtem Verlust einer Bezugsperson. Die Verhaltensweisen, die dabei ausgelöst werden, um die Sicherheit durch Bindung (wieder) zu erreichen, gelten als arttypisches Verhalten und werden als Bindungsverhalten bezeichnet. Durch Verhaltensweisen wie Weinen, Bewegungen, Rufen oder Lachen als Auslösereize wird das Verhalten der Bindungspersonen auch durch das Bindungsverhalten des Kindes gesteuert.

Die Bindungsresonanz entwickelt sich in den ersten Lebensmonaten, wenn Mutter und Kind sich aufeinander „einspielen“. Das Kind passt sich dabei den Verhaltensweisen der Mutter, zu denen natürlich auch der mütterliche Affekt gehört, an und entwickelt Strategien, wie es damit am besten zurechtkommt. Haben diese Verhaltensweisen Erfolg, werden sie zur wesentlichen Quelle von Ressourcen für die Bewältigungsstrategien im späteren Leben. Sie werden so zur Grundlage der Copingmechanismen des Kindes und später des Erwachsenen, die eingesetzt werden, wenn das Bindungssystem aktiviert wird, das heißt, wenn bei äußerer oder innerer Not Schutz gesucht wird. Das Bindungsniveau wird dabei durch vier Aspekte bezeichnet:

- Wer ist am wichtigsten bei der Suche von Nähe?
- Bei wem wird Schutz gesucht?
- Wer wird am meisten vermisst?
- Wer ist am zuverlässigsten?

Die grundlegenden Strategien zur Regulierung von Nähe und Distanz werden hier bereits im Sinne einer Grundhaltung in belastenden Situationen geformt. Die Verhaltensweisen umfassen Nähesuchen, Aufrechterhalten von Kontakt, Abwehr gegen Körperkontakt sowie Vermeiden von Nähe und Körperkontakt.

Auch die Person, bei der Bindung gesucht wird, erfüllt einige Voraussetzungen. Wesentliche Eigenschaften für die Ausbildung positiver Bindungsmuster von Seiten der Bezugsperson scheinen zu sein:

- Vorhersagbarkeit des Verhaltens (Zuverlässigkeit),
- Angemessenheit bzw. Feinfühligkeit des Verhaltens,
- gegenseitiges Vertrauen fördern – Vertrauen schenken und Vertrauen erleben sowie
- das innere Bindungsmodell aus der eigenen Lebensgeschichte.

Aus der Bindungsforschung hat sich insbesondere die Feinfühligkeit der Bezugsperson als der wesentliche Faktor erwiesen. Diese umfasst ein Bündel von Verhaltensweisen, die auch in anderen Beziehungen, z. B. der Pflege, wirksam sind und im Umgang genutzt werden können, um Bindungssicherheit zu fördern. Diese Elemente können sein:

- Wahrnehmung von Signalen – aufmerksames Beobachten von Mimik, Gestik u. a.,
- richtige Interpretation der Signale aus der Sicht der Person heraus und nicht gefärbt durch die Bedürfnisse der Bezugsperson,
- prompte Reaktion – verstärkt das Erleben der eigenen Wirksamkeit der pflegebedürftigen Person,
- angemessene, die Würde wahrende Reaktion (situations-, alters- und krankheitsangemessen),
- Unterstützung der Autonomie,
- Hilfen zur Orientierung und Strukturierung durch sensiblen Umgang mit Hinweisen und Grenzen sowie
- Anwendung in Alltagssituationen.

Als Belastung beim Aufbau einer sicheren Bindung wirken sich besonders von Seiten der Mutter nicht verarbeitete traumatische Erlebnisse aus. Personen, die in emotional belastenden Situationen auf eine sichere Bindungsbasis zurückgreifen können, entwickeln sichere innere Muster über das eigene Selbst und die Bindungsfigur. Bei weniger feinfühligem Bindungspersonen ist dieses innere Muster eher unsicher.

Im Prozess der Entstehung und Festigung von Bindung formen Kind und Bezugsperson durch wechselseitige Signale die Art und Stabilität der Bindung. Der Prozess verläuft in Phasen, die die psychische und soziale Entwicklung des Menschen begleiten. Köhler (1999) beschreibt diese Phasen unter den Aspekten der Anpassung und psychischen Gesundheit im späteren Leben. Die erste Anpassung erfordert die Koordination der biologischen Rhythmen des Kindes mit der Umwelt (z. B. Ernährung und Schlafen), die zunächst in der Pflege durch die erste Bezugsperson besteht. Je näher sie dabei den sich bildenden Eigenrhythmen des Säuglings kommt, desto schneller gelingt deren Koordination und desto eher kann das Kind ein (unbewusstes) Gefühl, auch das Verhalten der Mutter beeinflussen zu können, entwickeln.

Dazu ein Beispiel: Wenn der Säugling hungrig ist, gibt er dies durch Signale wie Weinen, Unruhe oder Bewegungen zu verstehen. Reflex-