Stichwort der Psychologie: Bindung
Von Sarah Middendorf (Psychologie B. Sc.)

1. Die Bindungstheorie

Die Bindungstheorie gilt als eine der wichtigsten entwicklungspsychologischen Theorien. Der Begriff Bindung meint ein enges emotionales Band zwischen zwei Personen. John Bowlby (1978) gilt als Vater der Bindungstheorie. Er stellt darin die Wichtigkeit von Bindungserfahrungen für die kindliche Entwicklung heraus. Er definierte Bindung als ein Grundbedürfnis des Menschen, vergleichbar beispielsweise mit dem Grundbedürfnis der Nahrungsversorgung. Die emotionale Nähe zu einer Bezugsperson ist von überlebenswichtiger Bedeutung.

Dass das nicht immer selbstverständlich war, zeigen Untersuchungen von René Spitz (1946). Er beobachtete die Entwicklung von Kleinkindern, die in Heimen untergebracht waren. Ein Teil der Kinder wurde von der Mutter getrennt und anschließend durch Pflegepersonal betreut. Das Pflegepersonal konnte keine persönliche Beziehung zu den Kindern aufbauen, sondern kümmerte sich mechanisch ausschließlich um die hygienische Versorgung und die Nahrungsversorgung. Spitz dokumentierte unter diesen Bedingungen intellektuelle und emotionale Retardierung bis hin zu Deprivationsstörungen. Seine Beobachtungen machen deutlich, dass Versorgung und Ernährung alleine nicht ausreichen, für eine gesunde Entwicklung ist das Bindungsbedürfnis genauso entscheidend.

Bowlbys Bindungstheorie resultierte aus ethologischem sowie klinisch-psychoanalytischem Denken. So sah er in einem genetisch angelegten Bindungssystem auch evolutionäre Vorteile: Es sichert das Überleben des Säuglings (Carter & Keverne, 2002). Ohne Schutz und Fürsorge kann kein Junges überleben, es braucht eine sichere emotionale Basis, die Sicherheit gibt und gegen Stress schützen kann. Dafür ist das Kind von Geburt an mit Kommunikationsfähigkeiten ausgestattet, um mit den Menschen in seiner Umgebung in Kontakt treten zu können und seine Bedürfnisse deutlich zu machen. Bei angstauslösenden Situationen oder Belastungen wird das Bindungsverhalten aktiviert und die Nähe der Bezugsperson wird aufgesucht (Grossmann & Grossmann, 2011). Typisches Bindungsverhalten sind daher Verhaltensweisen wie Weinen, Festklammern, Schreien aber auch Lächeln und Protest bei Trennung. Dies sind alles Verhaltensweisen, die die Nähe zu der Bezugsperson wiederherstellen sollen. Gefühle, die mit Bindungen einhergehen, beinhalten jedoch nicht nur Zuneigung und Liebe, auch Trennungsleid und Sehnsucht sind Merkmale einer unterbrochenen Bindungsbeziehung und ein wesentlicher Unterschied zu freundschaftlichen Spielbeziehungen.

Das Bindungsverhalten wird deaktiviert, wenn das Kind sich ausreichend sicher führt. In dem Zustand von Sicherheit und Vertrauen ist dem Bindungsverhalten ein Explorationsverhalten gegenübergestellt. Das Kind fängt an, die Umwelt zu inspizieren und neue Dinge zu erkunden. Wenn ein Kind jedoch Unsicherheit oder Gefahr verspürt, wird erneut das Bindungsverhalten aktiviert und versucht, die Nähe zur Bezugsperson wiederherzustellen, um Schutz und Trost zu suchen.

Auf Seiten der Bezugsperson existiert ein komplementär angelegtes Verhaltenssystem, das sogenannte Fürsorgesystem. Mary Ainsworth hat in dem Zusammenhang den Begriff der

„Feinfühligkeit“ geprägt, welcher heute als wesentlicher Bestandteil der Erziehungsfähigkeit gesehen wird (Dettenborn & Walter, 2016). Feinfühliges Elternverhalten steht im Zusammenhang mit der Qualität der Bindungsbeziehung zwischen den Eltern und dem Kind und meint ein feinfühliges Reagieren auf die Signale des Kindes. Nach Ainsworth beinhaltet Feinfühligkeit die Signale des Kindes wahrzunehmen, sie richtig zu interpretieren und in der Folge situations- und altersangemessen zu reagieren (Ainsworth, 1978). Die elterliche Reaktion sollte dabei prompt erfolgen, da das Kind ansonsten keinen Zusammenhang zwischen seinen Äußerungen und der Reaktion der Bezugsperson herstellen kann. Das Feinfühligkeitsverhalten wird auch durch eigene Bindungserfahrungen der Eltern oder durch instabile Lebensbedingungen beeinflusst (Dettenborn & Walter, 2016).

2. Bindungsmuster

Die Bindungstheorie hat sich heute unter anderem aufgrund des umfangreichen empirisch gesicherten Wissens etabliert und bestätigt. Die empirische Testung der Annahmen der Bindungstheorie gelang zuerst ebenfalls Mary Ainsworth durch die Entwicklung des „Fremde Situation“-Tests (Ainsworth, 1978). In dem „Fremde-Situation“-Test wird das Verhältnis von Bindungs- und Explorationsverhalten bei Kindern in Abhängigkeit der An- oder Abwesenheit der Bezugsperson sowie die Trennungs- und Wiedervereinigungssituationen zwischen Kind und Bezugsperson beobachtet. In den Untersuchungen konnten drei klassische Bindungsmuster nachgewiesen werden: sichere Bindung, unsicher-vermeidende Bindung und unsicher-ambivalente Bindung (Grossmann & Grossmann, 2011). Einige Kinder konnten jedoch keinem der Muster zugeordnet werden, ihr Bindungsverhalten wurde später als desorganisiert bezeichnet (Main & Hesse). Die Bindungsmuster stehen in Zusammenhang mit unterschiedlichen Merkmalen und Verhaltensweisen aber auch mit unterschiedlichen Auswirkungen auf die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder. Die Muster sind außerdem immer als Interaktionsstrategie zu begreifen. Die Kinder haben gelernt, sich an das Verhalten der Bezugsperson bestmöglich anzupassen. Sicher gebundene Kinder explorieren beispielsweise aktiv. Das Kind hat Vertrauen in die Sicherheit und Verfügbarkeit der Bezugsperson und zeigt daher Explorationsverhalten. Bei der Trennung von der Bezugsperson kommt es zu offen gezeigtem Bindungsverhalten wie Weinen oder Rufen. Durch eine fremde Person lässt sich das Kind nicht trösten, ein Zeichen, dass es zwischen Bindungspersonen differenziert. Bei der Rückkehr der Bindungsperson sucht das Kind körperlichen Kontakt und lässt sich schnell beruhigen (Strauß, 2014).

Unsicher-vermeidend gebundene Kinder zeichnen sich hingegen durch ein Unterdrücken von Gefühlen und ein Vermeiden von Nähe und Abhängigkeit aus (Dettenborn & Walter, 2016). Die Trennung von der Bezugsperson erzeugt bei ihnen keine sichtbare emotionale Beteiligung und die fremde Person wird als Ersatz akzeptiert. Bei der Rückkehr der Bindungsperson scheinen sich die Kinder zu widersetzen und zeigen kein besonderes Interesse. Dieses Verhalten als Selbstständigkeit oder Unabhängigkeit zu interpretieren wäre jedoch falsch. In weiteren Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass sich die Kinder in den Trennungssituationen in einem Zustand höchster Erregung befinden (Strauß, 2014). Das Unterdrücken von Bindungsverhaltens geht scheinbar mit einer hohen emotionalen Belastung einher. Auch dieses Bindungsmuster ist als Interaktion zu verstehen. Die Bezugspersonen zeichnen sich vermehrt durch

Zurückweisung oder verdeckte Feindseligkeit gegenüber dem Kind aus. Das Kind hat in dem Fall gelernt, der Zurückweisung zu entgehen, indem es sein Bindungsverhalten unterdrückt.

Als drittes Bindungsmuster werden unsicher-ambivalente Bindungen beschrieben. Kinder, die unsicher-ambivalent an ihre Bezugspersonen gebunden sind, zeichnen sich durch eine geringere Frustrationstoleranz und hohe Trennungsangst aus (Dettenborn & Walter, 2016). Das Explorationsverhalten dieser Kinder ist gehemmt oder nicht vorhanden, das Bindungsverhalten ist durchgehend aktiviert. Bei der Rückkehr der Bezugsperson kommt es zu ambivalenten Verhalten: die Kinder suchen zwar den Kontakt, zeigen gleichzeitig aber auch Ärger und Wut gegenüber der Bezugsperson. Dieses Bindungsmuster ist als übermäßige Fokussierung auf die Bezugsperson zu interpretieren und häufig Folge von wechselhaften Elternverhalten (Strauß, 2014). Die Bezugspersonen wechseln zwischen zugänglichen, hilfsbereiten Verhalten und Abweisung und Enttäuschung. Die Kinder erleben die Bezugsperson daher als unberechenbar.

Von diesen Bindungsmustern abzugrenzen sind Bindungsstörungen, welche häufig in Folge von schwerer Vernachlässigung oder Missbrauch auftreten. In der ICD-10 werden zwei Bindungsstörungen unterschieden: die reaktive Bindungsstörung und die Bindungsstörung mit Enthemmung. Die Symptome einer reaktiven Bindungsstörung sind anhaltende Furchtsamkeit oder Übervorsichtigkeit, gegen sich selbst oder andere gerichtete Aggression und eingeschränkte Interaktion mit Gleichaltrigen, Unglücklichsein und in einigen Fällen Wachstumsverzögerungen. Bei einer Bindungsstörung mit Enthemmung kommt es hingegen zu diffusen Bindungsverhalten, wahllos freundlichem Verhalten und kaum modulierter Interaktion mit Gleichaltrigen.

3. Innere Arbeitsmodelle von Bindung

Wie bereits beschrieben, sind die Bindungsmuster eine adaptive Strategie als Antwort auf das Verhalten der Bezugsperson. Die Kinder haben gelernt, sich an das Verhalten der Bezugsperson bestmöglich anzupassen. Dieser Prozess wird durch die Entwicklung sogenannter innerer Arbeitsmodelle unterstützt. Die Entwicklung innerer Arbeitsmodelle ist eine der wichtigen bindungstheoretischen Annahmen. Die Arbeitsmodelle beinhalten Annahmen und Erwartungen über sich selbst, von anderen Menschen und von Beziehungen. Sie stützen sich dabei auf bisherige Bindungserfahrungen, welche internalisiert und in ein inneres Arbeitsmodell integriert werden (Strauß, 2008). Die inneren Arbeitsmodelle sind bei Kindern ab dem fünften bis sechsten Lebensjahr relativ stabil ausgebaut und lassen sich nur schwer veränderbar (Zimmermann, 2002). Die Kinder verfügen nun über ein Grundschema mit Annahmen, welche Zuneigung, Vertrauenswürdigkeit und Erreichbarkeit von der Bindungsperson beispielsweise zu erwarten sind, die Kinder sind sozusagen voreingenommen. Die inneren Arbeitsmodelle enthalten auch Annahmen über das eigene Selbst. Auch diese speisen sich aus den Erfahrungen mit Bindungspersonen: war man der Zuneigung und Fürsorge anderer wert? Diese Ausführungen machen deutlich, dass die kindlichen Bindungserfahrungen für die weitere Sozial- und Persönlichkeitsentwicklung von enormer Bedeutung sind.

4. Bindung und psychische Entwicklung

Die Qualität der Bindungen steht in Zusammenhang mit viele Bereiche der individuellen Entwicklung. Dies Bedeutsamkeit der Bindungen von Kindern und Jugendlichen wird auch im Familienrecht Sorge getragen, indem Bindungen „vor allem für die differenzierte Beurteilung des Kindeswohls“ von zentraler Bedeutung sind (Dettenborn & Walter, 2016, S. 37).

Grundlegend haben Bindungserfahrungen einen Einfluss auf das Selbstwertgefühl, die soziale Kompetenz und die Autonomieentwicklung (Grossmann & Grossmann, 2011). Die Qualität der Bindungen, welche sich in den Bindungsmustern niederschlagen, spielen dabei eine bedeutende Rolle. So zeigen sicher gebundene Kinder eine höhere Stressresistenz, eine ausgeglichene Emotionalität und ein realistisches Selbstbild (Dettenborn & Walter, 2016). Bei unsicher oder desorganisiert gebundene Kinder kommt es hingegen häufiger zu psychischer Labilität bei Stressbelastung, Selbstunzufriedenheit, Ängstlichkeit und Hilflosigkeit. Des Weiteren konnte ein Zusammenhang zwischen unsicheren Bindungsmustern und psychischen Problemen und Psychopathologie nachgewiesen werden (Strauß, 2008). Holmes (2003) führt beispielsweise einen Zusammenhang zwischen einer Borderline Störung und einem desorganisierten Bindungsmuster aus. Bei diesen Patienten käme es im Zuge des desorganisierten Bindungsmusters zu einem „Annäherungs-Vermeidungsdilemma“ (S. 526) im Kleinkindalter. Die Bezugsperson würde gleichzeitig als eine Quelle von Angst und Schrecken aber auch als sichere Basis erlebt werden.

5. Missbrauch und Bindung

In traumatischen Erfahrungen, in denen wir uns in besonderer Weise bedroht und gefährdet fühlen, wird unser Bindungsbedürfnis in extremer Form aktiviert. Traumatisierungen, besonders Typ II Traumata, welche länger andauern und dessen Ende nicht vorhersehbar sind, passieren am häufigsten im Kontext von familiärer Gewalt. Diese Traumatisierungen stellen eine besonders schlimme Form dar, da es sich um Traumatisierungen durch Bindungspersonen handelt. Das Kind erlebt Missbrauch oder Gewalt durch eine Person, die eigentlich Schutz und Sicherheit garantieren soll. Die Bindungsperson wird so zur Quelle des Traumas. Diese Konstellation hat Auswirkungen auf das Bindungssystem und ist mit intensivsten Gefühlen von Ohnmacht und Hilfslosigkeit verbunden. Später sind Bindungstraumatisierungen häufig mit Formen von schweren Persönlichkeitsstörungen verbunden (Brisch, 2018).

In der familienrechtspsychologischen Begutachtung kommt es vor, dass Kinder von Bindungspersonen getrennt werden, bei denen sie Missbrauch oder Gewalt erfahren haben. Die Kinder können wünschen, wieder bei der Bindungsperson zu leben. Dieser Wunsch erscheint oft paradox. Er ist aber vor dem Hintergrund zu erklären, dass die Kinder immer noch Schutz und Sicherheit suchen und keine andere Bindungsperson zu Verfügung haben.

Häufig findet man bei Täter oder Mittäter, dass diese selbst traumatische Erfahrungen in der Kindheit erlebt haben. Diese eigene Bindungstraumatisierung veranlasst sie (unbewusst) dazu, sich dem Täter zu unterwerfen und sich ihm gegenüber loyal zu verhalten (Brisch, 2018). Sie wiederholen die eigenen Erfahrungen aus der Kindheit.

6. Rechtsprechung

Da Bindungen den Kern von Familien darstellen und gleichzeitig sehr bedeutsam für die individuelle Entwicklung sind, spielt die Beurteilung von Bindungen in familienrechtlichen Fragestellungen eine besondere Rolle.

In Sorgerechtsverfahren, in denen der regelmäßige Aufenthalt des Kindes geregelt werden soll, spielen auch die Bindungen zu Pflegefamilien eine wichtige Rolle. Das OLG Köln entscheidet sich für ein Kind, welches seit der Geburt bei einer Pflegefamilie untergebracht ist, gegen eine Rückführung zu den Kindeseltern, da die Rückführung „einen Beziehungsabbruch [bewirke], welches als gravierendes Risiko für die kindliche Persönlichkeitsentwicklung gelte und eine Bindungsstörung mit weitreichenden negativen Folgen bis ins Erwachsenenleben hinein zur Folge haben könne“ (OLG Köln, Beschluss vom 04. Oktober 2017 – II-27 UF 7/17 -, juris).

Die Qualität von Bindungen und das Bindungsverhalten der Eltern können außerdem zur Begründung eines Sorgerechtsentzugs herangezogen werden. Das OLG Hamm entzieht einer Kindesmutter Teilbereiche der elterlichen Sorge wegen Gefährdung des Kindeswohls, welche vor allem in der „Gefahr der Bindungsschwäche bei dem Kind [und] bei emotionaler Vernachlässigung/Vorenthaltung psychischer Zuwendung“ gesehen wurde. Zuvor wurde bei den Kindern eine „deutliche Störung im Bindungsverhalten“ und eine „unsichere Bindung mit ambivalenten Zügen“ festgestellt worden. Das Gericht stellte fest, dass die Kindesmutter nicht in der Lage sei, an der Bindungsförderung zu arbeiten (OLG Hamm, Beschluss vom 09. März 2015 – II-8 UF 156/14 –, juris).

Schließlich sind jedoch auch Fehlerquellen in der Diagnostik von Bindungen zu vermeiden. So können vermeintlich starke Bindungen an ein Elternteil auch Ausdruck einer Parentifizierung sein (mehr dazu hier). Das Brandenburgische Oberlandesgericht beschloss die Sorgerechtsübertragung auf den Kindesvater wegen fehlender Bindungstoleranz der Kindesmutter. Die „weitaus intensivere Bindung“ zur Mutter steht der Sorgerechtsübertragung nicht entgegen, da es sich nicht „um eine sichere Bindung handelt“. Eine Bindungsstörung wurde darin gesehen, „dass die Mutter, statt in bestimmten Situationen angemessen erzieherisch einzugreifen, ihre Elternrolle gleichsam auf das Kind delegiert“ (Brandenburgisches Oberlandesgericht, Beschluss vom 27. Juli 2009 – 15 UF 98/08 –, juris).

7. Literaturverzeichnis

Ainsworth, M. D. S. (1978). *Patterns of attachment. A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bowlby, J. (1978). *Attachment* (Penguin education, vol. 79, Reprinted.). Harmondsworth: Penguin Books.

Brisch, K. H. (Hrsg.). (2018). *Bindungstraumatisierungen. Wenn Bindungspersonen zu Tätern werden* (Klett-Cotta Fachbuch, Zweite Auflage). Stuttgart: Klett-Cotta.

Carter, C. S. & Keverne, E. B. (2002). The Neurobiology of Social Affiliation and Pair Bonding. In D. W. Pfaff (Ed.), *Hormones, brain, and behavior* (pp. 299–337). Amsterdam: Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-012532104-4/50006-8

Dettenborn, H. & Walter, E. (2016). *Familienrechtspsychologie* (UTB Psychologie, Rechtswissenschaften, Bd. 8232, 3., durchgesehene Auflage). München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag.

Grossmann, K. E. & Grossmann, K. (Hrsg.). (2011). *Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie* (3. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Holmes, J. (2003). Borderline personality disorder and the search for meaning: an attachment perspective. *The Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *37*(5), 524–531. https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.2003.01232.x

Main, M. & Hesse, E. Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking … In M. Greenberg, D. Ciccetti & E. Cummings (Hrsg.), *Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention* (S. 161–182). University of Chicago Press. Verfügbar unter https://psycnet.apa.org/record/1990-98514-005

Spitz, R. A. (1946). Hospitalism. *The Psychoanalytic Study of the Child*, *2*(1), 113–117. https://doi.org/10.1080/00797308.1946.11823540

Strauß, B. (Hrsg.). (2008). *Bindung und Psychopathologie*. Stuttgart: Klett-Cotta. Verfügbar unter http://www.socialnet.de/rezensionen/isbn.php?isbn=978-3-608-94507-2

Strauß, B. (2014). *Bindung* (Analyse der Psyche und Psychotherapie, Band 11, Originalausgabe). Gießen: Psychosozial-Verlag.

Zimmermann, P. (2002). Bindungsentwicklung von der frühen Kindheit bis zum Jugendalter und ihre Bedeutung für den Aufbau mit Freundschaftsbeziehungen. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung* (S. 203–231). Stuttgart: Klett-Cotta.

© 2010 Praxis Ritter und Gerstner, www.ritter-gerstner.de