

Bindungsstörungen

Elisabeth von Stechow

Die **Bindungstheorie** wurde von dem britischen Kinderpsychiater John **Bowlby** und der kanadischen Psychologin Mary **Ainsworth** begründet. Die Theorie befasst sich mit dem Verhalten von Menschen in engen Beziehungen. Insbesondere geht es dabei um die ersten Beziehungen eines Babys bzw. Kleinkindes zu seiner Mutter oder anderen wichtigen Bezugspersonen, wenn das Bindungssystem durch Ärger, Trauer oder andere Belastungen aktiviert ist. Bowlby geht davon aus, dass das Bindungsverhalten angeboren ist. Es wird vor allem bei negativen Gefühlen wie Ärger, Trauer oder Angst aktiviert und lässt das Kind Zuwendung und Schutz bei der Bezugsperson suchen. Es ist für das Kleinkind überlebenswichtig, da dieses auf den Schutz von vertrauten Erwachsenen in gefährlichen Situationen angewiesen ist.

Mary Ainsworth beschreibt vier Phasen der frühkindlichen **Bindungsentwicklung**. In der **ersten Phase** zeigt das Kind kein spezifisches Bindungsverhalten, sondern folgt angeborenen Reflexen, so sucht es nach der Brust, und zeigt angeborene Nuckel- und Saugreflexe. Mit dem Alter von 8 – 12 Wochen wird schließlich zunehmend zwischen Personen differenziert. In dieser **zweiten Phase** lässt sich das Kind am leichtesten von der Mutter beruhigen, interagiert mehr mit ihr und weint, wenn diese den Raum verlässt. Bindungsverhalten wird vor allem dann gezeigt, wenn sich das Baby unglücklich oder unzufrieden fühlt, beispielsweise aufgrund von Hunger, Müdigkeit oder Angst. In der **dritten Phase** folgt der Säugling der Mutter immer mehr. Mit zunehmender Mobilität wächst jedoch auch der Aktionsradius und damit das **Explorationsverhalten** – die Mutter wird als **sichere Basis** genutzt um die Umgebung zu erkunden. Dabei versichert sich das Baby immer wieder durch Blicke über die Anwesenheit der Mutter (oder bei einer engen Bindung des Vaters) und wartet auf eine positive Rückmeldung von dieser. In der **vierten Phase** werden Bindungen zu anderen vertrauten Personen aufgebaut, das Kind zeigt zugleich aber auch häufig Angst vor fremden Personen – es „fremdelt“.

Durch die ersten Bindungserfahrungen entwickelt ein Kind ein **inneres Arbeitsmodell**. Es wird ständig angepasst und soll möglichst präzise die Reaktion von Bindungspersonen vorhersagen. So entstehen aus den Erfahrungen Erwartungen an die Bindungspersonen, z.B. ob diese zuverlässig verfügbar sein werden. Das innere Arbeitsmodell wird sich auf alle zukünftigen engen Beziehungen und die Beziehungsqualität auswirken.

Es lassen sich vier **Bindungsmuster** unterscheiden: Kinder mit **sicherer Bindung** entwickeln meist ein positives Selbstbild. Sie haben das Gefühl selbstbestimmt handeln zu können, und sind eher bereit auf Ge- und Verbote zu reagieren. Insgesamt sind sie ausgeglichener, weniger aggressiv, ängstlich oder traurig und zeigen eine hohe Frustrationstoleranz. Sie haben meist

eine konsistente, zuverlässige und liebevolle Erziehung erlebt. Kinder mit **unsicher-vermeidender Bindung** hingegen haben häufig Ablehnung und Vernachlässigung erlebt. Aber auch äußere Umstände wie langanhaltende Krankenhausaufenthalte in der frühen Kindheit können Grund für die Verunsicherung sein. Sie bilden vermeidende Verhaltensstrategien aus, um das Risiko erneuter Zurückweisung und Verletzung ihrer kindlichen Gefühle zu senken. Sie verhalten sich insgesamt eher brav und angepasst. Es fällt ihnen schwer Vertrauen zu Personen zu fassen. Kinder mit **unsicher-ambivalenter Bindung** zeigen widersprüchliche Verhaltensweisen. Häufig haben sie erlebt, dass ihnen die Zuwendung der Bezugsperson nicht sicher und zuverlässig ist und diese sich inkonsistent verhält. So kann es bei den Kindern zu einem schnellen Wechsel zwischen übermäßiger Anhänglichkeit mit Anklammern und Ärger, Wut und Zurückweisung der Bindungsperson kommen. Die Kinder fühlen sich wortwörtlich hin- und hergerissen. Sie sind oft aufgeregt und schwer zu beruhigen. Kinder mit **desorganisierter Bindung** haben meist besonders risikoreiche Eltern-Kind-Beziehungen mit traumatischen Erlebnissen/ Lebenssituationen wie Verlusten, Misshandlung oder sexueller Gewalt durchlebt. Insbesondere wenn die Hauptbezugspersonen, die Schutz und Zuwendung schenken sollte zugleich Quelle von Gefahr, Bedrohung und Gewalt ist, ist ein totaler Zusammenbruch aller Bindungsstrategien wahrscheinlich. Die Kinder sind nicht in der Lage, eine klare Bindungsstrategie zu entwickeln und ihre Erwartungen an die Bindungsperson in einem Arbeitsmodell abzubilden. Merkmale sind z.B. Nähe zur Bindungsperson zu suchen, die kurz vor dem Körperkontakt abgebrochen wird, plötzliches Erstarren oder zielloses Umherirren. Im Laufe der Kindheit werden kontrollierend-feindselige oder kontrollierend-überfürsorgliche Strategien gegenüber Bindungspersonen entwickelt. Insbesondere desorganisierte Bindungsmuster können ein schwerwiegender Risikofaktor für die **kindliche Entwicklung** von psychischen Symptomen sein.

Die vier Bindungsmuster haben gemeinsam, dass sie **personenspezifisch** sind und in Stresssituationen auftreten. Tritt ein Bindungs-Arbeitsmodell nicht selektiv, sondern in den meisten sozialen Kontakten auf, wird dies eine „**Bindungsstörung**“ genannt. Bindungsstörungen sind eine sehr schwerwiegende Form emotionaler Störungen. Im **ICD-10** und **DSM-5** wird unter definierten diagnostischen Kriterien zwischen der „reaktiven Bindungsstörung“ und der „Bindungsstörung mit Enthemmung“ unterschieden. Die **reaktive Bindungsstörung** ist besonders durch deutlich verringertes Auftreten von Emotionen in Interaktionen und deutlich verringerte Emotionsregulation, was sich durch aggressives- oder Rückzugsverhalten zeigt, gekennzeichnet. Häufig liegt dieser Störung extreme psychische und/oder physische Vernachlässigung und physische und/oder psychische Misshandlung zu Grunde. Diese Kinder haben häufig gelernt, sich der Beziehung zu Bezugspersonen durch dissoziales Verhalten vergewissern zu können. Eine negative gewohnte Reaktion (z.B.

körperliche Bestrafung) aus dem Umfeld auf das herausfordernde Verhalten des Kindes zeigt diesem, dass die (wenn auch gewaltvolle oder vernachlässigende) Beziehung noch intakt ist, und bietet mehr emotionalen Halt, als überhaupt nicht wahrgenommen zu werden. So macht es für das Kind subjektiv Sinn das Verhalten aufrechtzuerhalten – ein Gefühl für positive Bindungserfahrungen hat es nicht ausbilden können. Bei der **Bindungsstörung mit Enthemmung** zeigen sich hingegen vor allem **externalisierende** Verhaltensweisen auch gegenüber Fremden, wie übermäßiges Vertrauen, das Suchen von Nähe und Aufmerksamkeit durch körperliche und verbale Annäherungen. Mögliche Ursachen können im Aufwachsen mit häufig wechselnden oder wenig verfügbaren Bezugspersonen begründet sein, was beispielsweise in Institutionen oder wechselnden Pflegefamilien vorkommt.

Ihre frühen Bindungsmuster tragen Kinder in alle neuen Beziehungen hinein. So wird auch das Verhalten von Kindern gegenüber **Lehrkräften** entscheidend durch die internen Arbeitsmodelle von Bindung geprägt. Doch wie kennzeichnen sich die Bindungsmuster von Kindern in der Schule oder anderen Einrichtungen? Kinder mit **sicherem** Bindungsverhalten zeigen positive und negative Emotionen gegenüber z.B. Lehrkräften. Sie sind in der Lage dazu um Hilfe zu bitten und sich auf den Lerngegenstand zu konzentrieren. Bei unsicheren Bindungen ist das Verhalten vor allem durch Misstrauen gekennzeichnet. **Unsicher-vermeidende** Kinder versuchen aktiv Distanz zur Lehrkraft zu wahren und Interaktionen möglichst kurz zu halten. Sie reagieren häufig „präventiv“ aggressiv, da sie Zurückweisung und Enttäuschung von der Lehrkraft erwarten. **Unsicher-ambivalente** Kinder zeigen sich ungeduldig und werden bei den kleinsten Enttäuschungen frustriert oder wütend. Sie klammern sich stark an Lehrkräfte und können sich nur eingeschränkt auf Unterrichtsinhalte konzentrieren, da sie sich aus Verlustangst immerzu der Aufmerksamkeit der Lehrkraft vergewissern müssen. Ihr Bindungsverhalten kann als überdurchschnittlich aktiviert gesehen werden. Dies kann sich in kontrollierendem Verhalten, wie dem ständigen Versuch, die Erwachsene in Gespräche zu verwickeln, ausdrücken. Besonders herausfordernd zeigt sich im Unterricht und anderen pädagogischen Situationen oft das Verhalten von Kindern mit **desorganisierten** Bindungsmustern: Sie haben ein tiefes Misstrauen gegenüber Erwachsenen und nutzen diese nicht als sichere Basis. Oft sind sie durch traumatische Erfahrungen sehr leicht erregbar und reagieren schnell aggressiv - ihr Gehirn ist auf „Kampf oder Flucht“ eingestellt. Sie zeigen sich extrem hilflos und verletzlich gegenüber ängstigenden, stressvollen Situationen. Auch Versagen bei Aufgaben kann sich als Kontrollverlust anfühlen und so starke negative Emotionen hervorrufen. Sie zeigen häufig ein kontrollierendes Verhalten, dass entweder sehr fürsorglich sein kann, um sich positive Reaktionen zu sichern oder eher strafend äußert, was der Bewältigung der Angst, verlassen oder misshandelt zu werden, dient.

So störend die oben geschilderten Verhaltensweisen sein können, so muss man auch Respekt vor den Kindern haben, denen es gelingt, eine solch schwere **Anpassungsleistung** zu vollbringen. Ihr Verhalten „ist leicht zu verstehen, allerdings nicht immer leicht zu ertragen“ (Grossmann & Grossmann 2006, S.13). Um diese Belastung besser ertragen zu können, ist es hilfreich, wenn sich Lehr-und Fachkraft über die Erlebnisse mit diesen Kindern austauschen, wobei eine Supervision besonders zu empfehlen ist.

Und trotz relativer Stabilität der Arbeitsmodelle sind Bindungsmuster nicht unveränderbar. John Bowlby nennt zwei Möglichkeiten der **Bindungsbeeinflussung**, die Reflexion und Bearbeitung internaler Arbeitsmodelle und - für die pädagogische Arbeit realistischer und damit relevanter - das Erleben von neuen, positiven Bindungserfahrungen. Insbesondere Lehrkräfte oder Erzieher*innen verbringen viel Zeit mit Kindern und es bieten sich so vielfache Gelegenheiten für neue Beziehungserfahrungen. Nicht nur die Kinder, sondern auch die Fachkräfte haben eigene Bindungsmuster und bringen Erwartungen an Beziehungen in die pädagogische Interaktion ein. Deshalb ist es wichtig, dass eigene Bindungsverhalten kritisch zu reflektieren, um die ungünstigen Bindungsmuster der Kinder nicht zu bestätigen und damit zu festigen. Dabei ist es wichtig auf herausforderndes Verhalten nicht aggressiv, mit Ignorieren oder Zurückweisungen zu reagieren, um nicht die Erfahrungen, die das Kind schon kennt, zu wiederholen. Denn dies führt eher zu einer Verstärkung des Kindesverhaltens. Es gilt Wege zu finden dem Kind zu zeigen, dass man sich über das Verhalten ärgert – gleichzeitig aber unbedingt zu verstehen zu geben, dass man das Kind deshalb nicht zurückweisen wird, sondern es „aushält“, dennoch da und verlässlich bleibt.

Es bedarf also viel Sensibilität, Geduld und (Selbst-)Reflexion, um die Kinder dabei zu unterstützen den Weg, den sie schon so lange gehen, zu verlassen und die Richtung zu ändern.

Eine Untersuchung hat folgende Verteilung von Bindungsmustern nicht-klinischer Stichproben ergeben:

Verteilung der Bindungsmuster	sicher	vermeidend	ambivalent	desorganisiert
Allgemeine Grundschulen	50	30	8	12
Förderschulen für Erziehungshilfe	3	17	3	77
Förderschulen für Lernhilfe	8	20	3	69

(Henri Julius: <http://www.sopaed.uni.rostock.de/personal/professorinnen/prof-dr-henri-julius>)

Verwendete Literatur...

Bowlby, J. (2006): Bindung und Verlust. München: E. Reinhardt.

Brisch, K.-H. (Hg.) (2012): Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern. 4. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta.

Brisch, K.-H.; Hellbrügge, T. (2014): Wege zu sicheren Bindungen in Familie und Gesellschaft. Prävention, Begleitung, Beratung und Psychotherapie. 2. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.

Dilling, H.; Mombour, W.; Schmidt, M.; Schulte-Markwort, E. (Hg.) (2016): Internationale Klassifikation psychischer Störungen. 6., überarb. Aufl. Göttingen: Hogrefe.

Falkai, P.; Döpfner, M. (Hg.) (2015): Diagnostische Kriterien DSM-5. American Psychiatric Association. 1. Aufl. Göttingen: Hogrefe.

Grossmann, K.; Grossmann, K. E. (2017): Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit. 7. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.

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

Julius, H. (2014): Bindung, Entwicklung und bindungsgeleitete Interventionen. In: Behinderte Menschen (6), S. 3–21.