

Netzwerktreffen
„Frühe Kindheit/ frühe Hilfen“
22.11.2017

„Alles Bindung oder was?“



Sabine Lottermoser
Leitende Ärztin
Fachklinik Sankt Vitus
Visbek

„Bindung ist das gefühlsgetragene Band, das eine Person zu einer anderen spezifischen Person knüpft und das sie über Raum und Zeit miteinander verbindet.“

John Bowlby

Bin·dung

Substantiv [die]

1.1.

der Zustand, dass ein Mensch emotional eine enge Beziehung zu einem anderen Menschen oder zu einer Sache hat.

Be·zie·hung

Substantiv [die]

1.1.

Verbindung oder Kontakt zwischen Einzelnen oder Gruppen.

2.2.

Liebesbeziehung zwischen Mann und Frau.

Bindungstheorie

Die Bindungsbestrebungen des Menschen mit Bezugspersonen existieren von Geburt an und bedienen das primäre Bedürfnis nach Sicherheit. Zu diesem Zweck ist der Mensch von klein auf mit einem bestimmten Verhaltensrepertoire ausgestattet, das es ihm ermöglicht, die physische und psychische Verfügbarkeit und Nähe der primären Bezugsperson in und außerhalb von belastenden oder gefährden Situation wiederherzustellen oder zu bewahren.

Das fürsorgliche Pflegeverhalten der Bezugsperson ist der reziproke Teil des Verhaltensrepertoires und wird generational weitergegeben.

John Bowlby (amerikanischer Psychoanalytiker)

Aspekte

Bowlby (1975) definiert Bindung als

- langandauerndes affektives Band an nicht auswechselbare Bezugspersonen

Main (2001) postulierte, dass

- Kinder, wenn sie sich nicht in einer völlig desorganisierten Umgebung befinden, immer eine Bindung aufbauen (ggf. auch an Personen, die sie schlecht behandeln), weil sie es aufgrund des Bindungsbedürfnisses müssen. Sie benötigen eine „secure base“, eine oder mehrere Personen, die ihnen Sicherheit gibt bzw. geben. Das Kind versucht, zu seinen Bindungspersonen Nähe herzustellen, will von ihnen getröstet und geschützt werden. Das Gegenstück zum Bindungsverhalten des Kindes ist die Feinfühligkeit der Bindungsperson. Es gibt Bedingungen, unter denen Kinder etwa ab dem dritten Lebensjahr auch „detachment“ – also Entbindung - zeigen. Die – dauerhafte – Trennung von einer Bindungsperson löst bei Kindern Protest, Verzweiflung und Resignation, schließlich Lösung - „detachment“ – aus

Frühe Eltern-Kind-Beziehung

Subjekt- Kind

Geburt

Objekt-Eltern

gemeinsam
eingebunden
vital

bedürfnisbefriedigend
haltgebend
antizipierend

intentional-
Joint-attention
kommunikativ

affektregulierend
zugewandt-interessiert
spielerisch-involviert
feinfühlig-verstehend
verbalisierend

objektbedürftig
gebunden

Sicherheit gebend
belohnend

Frühe Eltern-Kind-Beziehung

Subjekt- Kind

Geburt

Objekt-Eltern

gemeinsam
eingebunden
vital

bedürfnisbefriedigend
haltgebend
antizipierend

intentional-
Joint-attention
kommunikativ

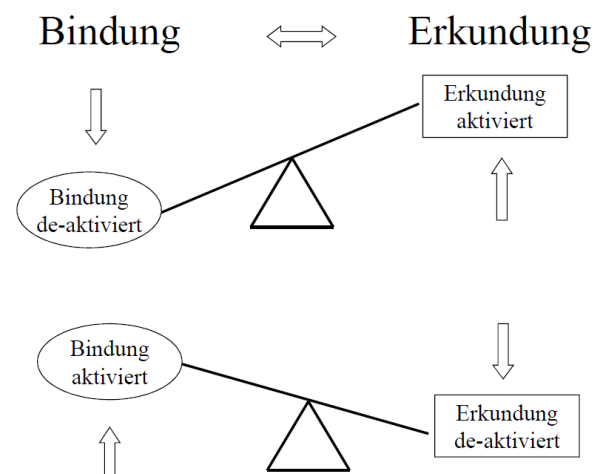
affektregulierend
zugewandt-interessiert
spielerisch-involviert
feinfühlig-verstehend
verbalisierend

objektbedürftig
gebunden

Sicherheit gebend
belohnend

sichere Bindung

- Bindung ist für das Leben so grundlegend wie Luft zum Atmen und Ernährung
- Die emotionale Bindung sichert das Überleben und die Entwicklung des Kindes
- Die Bindungsperson ist der sichere emotionale Hafen für das Kind
- Das Bindungsbedürfnis steht im Wechsel mit dem Erkundungsbedürfnis
- Ist das Bindungsbedürfnis beruhigt, kann der Säugling die Umwelt erkunden



Im Rahmen der persönlichen Entwicklung lernt der Mensch, einen eigenen psychischen Binnenraum zur Verfügung zu haben, Gefühle zu spüren, Erinnerungen zu ordnen, Konflikte auszutragen, Ambivalenz auszuhalten, Handlungen vorzubereiten.

Ich

**...die äußere Welt in die innere Welt hinein zunehmen,
in Sprache zu fassen
und dabei die eigene Position zu bestimmen.**

Fördernd für „sichere Bindung“ beim Kind sind:

- Fähigkeit Signale des Kindes wahrzunehmen, sie zu interpretieren, angemessen und prompt auf sie zu reagieren
- Feinfühligkeit in
 - Verhalten
 - Sprache
 - Rhythmus
 - Blickkontakt
 - Berührung
- Persönlichkeit der Bindungsperson
 - Feinfühligkeit
 - Emotionale Verfügbarkeit
 - Innerlich möglichst sicher gebunden
 - Gutes Repertoire an Ressourcen

Sichtweisen

Grossmann (2000a) fand in

- Längsschnittstudien heraus, dass Kinder sich an Bindungsverluste nicht „gewöhnen“ können, jede erneute Trennung macht Kinder sensibler, misstrauischer gegen enge Beziehungen und „abgestumpfter gegen neue Bindungsangebote“

Mary Ainsworth (1970-1978) entwickelte

- mit der sogenannten “Fremden Situation“ („*Strange Situation Test*“ 1970-1978) ein Setting zur Erforschung kindlicher Bindungsmuster. Ainsworth stellte mehrere Ausprägungen von Bindungstypen fest, welche sich innerhalb der Interaktion mit der Bindungsperson entwickeln können: **sicher, unsicher-vermeidend und unsicher-ambivalent**

Bei der ersten Gruppe mit „**sicherer**“ Bindung fand das von Bowlby vorhergesagte ausgewogene Wechselspiel zwischen Nähesuchen und Erkundung statt, wobei die Mutter als „sichere Basis“ diente.

Die zweite Gruppe, die Ainsworth als „**vermeidend**“ bezeichnete, zeigte ein starkes Erkundungs-, aber wenig Bindungsverhalten und schien kaum unter der Trennung zu leiden. Diese Kinder vermieden den Körper- und Blickkontakt zur Mutter.

Die „**ambivalenten**“ Kinder der dritten Gruppe zeigten kaum Erkundungsverhalten, waren stets in der Nähe der Mutter, litten sehr stark unter der Trennung und waren wütend auf die Mutter, wenn sie wieder zurückkam.

Bindungstypen**Frühkindliche Erfahrung****Spätere Auswirkung**

Sichere Bindung

Diese Kinder setzen großes Vertrauen in die Zuverlässigkeit und Verfügbarkeit der Bindungsperson und explorieren bei deren Anwesenheit ungestört.

Besseres Verständnis für Emotionen anderer
Engere Freundschaften
Soziale Beliebtheit
Schulerfolg

Unsicher vermeidende Bindung

Unsicher-vermeidend gebundene Kinder haben die Bindungsperson als zurückweisend verinnerlicht. Um diese Zurückweisung zu vermeiden, vermeiden sie Nähe zu ihr.

Verbergen ihre Emotionen
antizipieren ungünstige Reaktion Anderer

Unsicher ambivalente Bindung

Unsicher ambivalent gebundene Kinder erleben ihre Bindungsperson als unberechenbar und widersprüchlich und entwickeln daraus ein Bedürfnis nach Vergewisserung und Kontrolle

Versuch, Aufmerksamkeit zu erreichen
Selbstüberforderung oder Verweigerung
Überanpassung oder Opposition

Desorganisierte Bindung

Kleinkinder sind lange Zeit nicht in der Lage, eine klare Bindungsstrategie zu entwickeln und ihre Erwartungen an die Bindungsperson in einem Arbeitsmodell abzubilden.

Ambivalenz zwischen Versuch von Nähe und Bedürfnis nach Abwendung

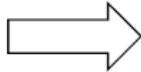
- Sicher (ca. 60-65%)
- Unsicher
 - Vermeidend (ca. 20-25%)
 - Ambivalent (ca. 10-15%)
- Beginnende Psychopathologie
 - Desorganisiert (ca. 5-15%)
- Psychopathologie
 - Bindungsstörung (ca. 3-5%)

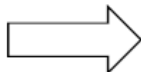
- Sichere Bindung des Säuglings zu erkennen an:
 - Trennungsprotest
 - Weinen, Rufen, aktive Suche nach der Bindungsperson, Wunsch nach Körperkontakt
 - Beruhigung durch Körperkontakt mit der Bindungsperson nach deren Rückkehr
 - Fortsetzung der Exploration nach kurzer Beruhigungszeit

- unsicher-vermeidende Bindung
 - kaum oder kein Trennungsprotest
 - etwas eingeschränktes Spiel während der Trennung
 - kein Wunsch nach Körperkontakt bei Rückkehr der Bindungsperson
 - aktive Distanzierung von Bindungsperson

- unsicher-ambivalente Bindung
 - extremer Trennungsprotest
 - unstillbares Weinen, extreme Erregung
 - keine Beruhigung nach Rückkehr der Bindungsperson trotz Körperkontakt
 - Nähesuchen und Aggression gleichzeitig
 - keine Rückkehr zum entspannten Spiel

- Desorganisierte Bindung
 - Widersprüchliches, nicht voraussagbares und rasch wechselndes Verhalten zwischen Nähesuche, Vermeidung, Ignorieren der Bindungsperson
 - Stereotype motorische Verhaltensweisen
 - "Unterwasser-Bewegungen" (verlangsamte Motorik)
 - Motorisches Einfrieren (Freezing)
 - Wiederholt für einige bis viele Sekunden wie im Halbschlaf oder Tagtraum („Trance“, dissoziativer Zustand)
 - Nicht vorhersagbare, rasch wechselnde Affektausbrüche
 - Plötzliche Liebesbekundung und Körperkontakt
 - Wut
 - Selbstverletzung
 - Aggression gegen andere Personen oder Gegenstände
 - Akute Körpersymptome
 - Schmerzen
 - Sucht

• **Sichere** Bindung  SCHUTZ

• **Un-sichere** Bindung  RISIKO

- ***Sichere*** Bindung
 - Schutzfaktor bei Belastungen
 - Mehr Bewältigungsmöglichkeiten
 - Sich Hilfe holen
 - Mehr gemeinschaftliches Verhalten
 - Empathie für emotionale Situation von anderen Menschen
 - Mehr Beziehungen
 - Mehr Kreativität
 - Mehr Flexibilität und Ausdauer
 - Mehr Gedächtnisleistungen und Lernen
- **Un-Sichere** Bindung
 - Risikofaktor bei Belastungen
 - weniger Bewältigungsmöglichkeiten
 - Lösungen von Problemen eher alleine
 - Rückzug aus gemeinschaftlichen Aktivitäten
 - weniger Beziehungen
 - Mehr Rigidität im Denken und Handeln
 - Weniger prosoziale Verhaltensweisen
 - schlechtere Gedächtnisleistungen und Lernen

- **Sichere Bindung**
 - Psychischer Schutz bei Belastungen
 - breites solides Fundament
- **Unsichere Bindung**
 - Psychisches Risiko bei Belastungen
 - Schmales und weiches Fundament
- **Desorganisierte Bindung**
 - Beginnende Psychopathologie
 - Löcher und fehlende Fundamenteile
- **Bindungsstörung**
 - Manifeste frühe Psychopathologie
 - Sumpf als Fundament

Menschen mit Bindungsstörungen können strukturelle Defizite entwickeln

- Sie können weniger über sich selbst nachdenken, bleiben sich fremd, verstehen sich nicht
- Sie können nur beschreiben, was sie selbst oder andere Menschen tun, aber weniger warum sie es tun
- Sie können sich weniger einfühlen, sind weniger oder nicht empathisch
- Sie können keine realistische Vorstellung über das Tun des Anderen entwickeln
- Sie können Sachebene und Beziehungsebene oft nicht trennen, Konflikte werden dann interpersonell ausgetragen
- Bei ihnen wird therapeutische Reflexion zur Interaktion -zum Interagieren- (Heigl u. Heigl- Evers)



**Eine Bindungsstörung
kann zu einer Werkzeugstörung werden!**

Ursachen der Bindungsstörung auf der Ebene des Kindes

- Multiple unverarbeitete Traumatisierungen von Kindern durch Bindungspersonen
 - Sexuelle Gewalt
 - Körperliche Gewalt
 - Massive Vernachlässigung
 - Häufig wechselnde Bezugssysteme
 - Multiple Verluste
- wiederholte Traumatisierung des Kindes
 - in der frühen Kindheit
 - häufig in der Bindungsbeziehung
 - nicht vorhersehbar
 - willkürlich
 - Vernachlässigung, Trennungen, Gewalt
 - Todesbedrohung

Ursachen der Bindungsstörung auf der Ebene der Eltern

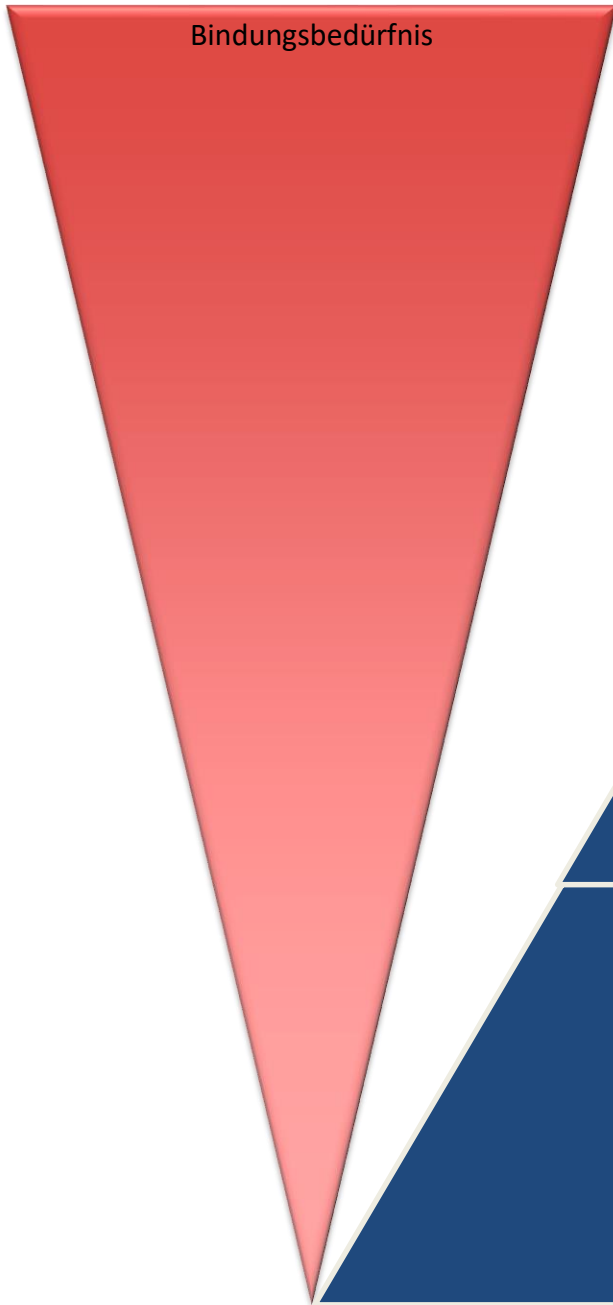
- Störung der Interaktion und der affektiven Kommunikation mit dem Säugling
 - Pränatal und postnatal
- ängstliches Verhalten der Mutter
- ängstigendes Verhalten der Mutter
- hilfloses Pflegeverhalten der Mutter
- Trigger im Verhalten des Säuglings, Kindes, Jugendlichen
 - Bindungswünsche, Nähe
 - Weinen, Kummer, Schmerz, Bedürftigkeit
 - Ablösung, Abgrenzung
- Trigger in der affektiven Erregung
- unbewußte Vorgänge!!!

- Drohung mit Entzug der elterlichen Liebe
- Drohung mit Entzug der elterlichen Nähe
- Drohung mit elterlichem Suizid
- Tabuisierung und Verschweigen von traumatischer Erfahrung

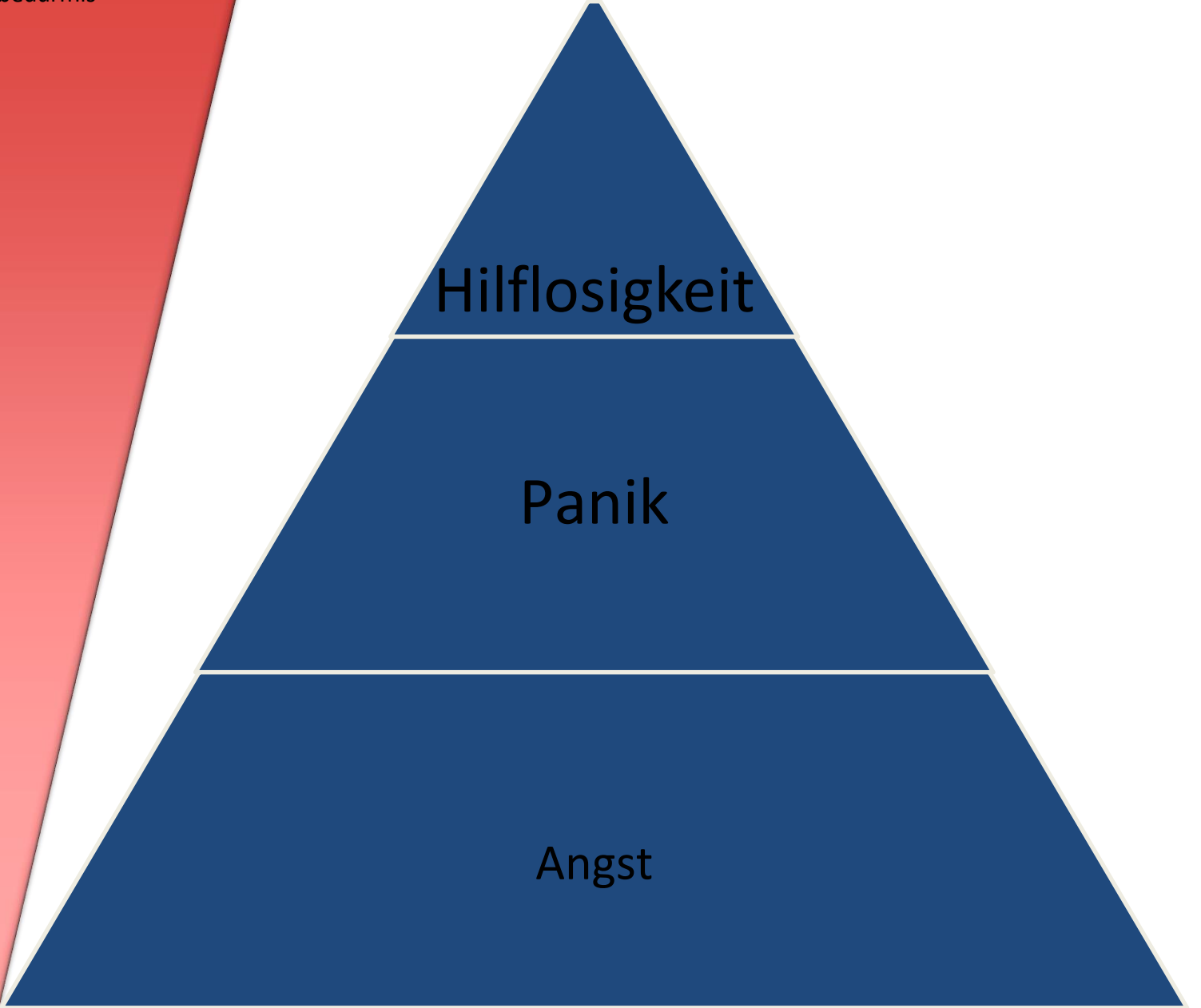
Folgen für den Säugling, das Kind, den Jugendlichen

- Bindungs-Desorganisation als beginnende Psychopathologie
 - Kein Aufbau von integriertem sicheren inneren Arbeitsmodell beim Säugling
 - Desorganisiertes Bindungsverhalten
 - Desorganisierte Narrative
 - Erhöhte Stressbelastung in Interaktion
- Bindungsstörung als schwere Psychopathologie

- Zerstörung der sicheren emotionalen Basis
- Verlust von emotionaler Sicherheit und Vertrauen
- mangelnde Beziehungsfähigkeit
- Hochgradige Verhaltensstörung in bindungsrelevanten Situationen



Bindungsbedürfnis



Hilflosigkeit

Panik

Angst

Sicherheit

Unsicherheit

Desorganisation

Bindungsstörung

Interpersonelle Folgen

- Zerstörung der sicheren emotionalen Basis
 - Verlust von emotionaler Sicherheit und Vertrauen
 - mangelnde Beziehungsfähigkeit
 - Hochgradige Verhaltensstörung in bindungsrelevanten Situationen
-
- Störung in der Entwicklung des Gehirns
 - Störungen in der Stressregulation
 - aggressives Verhalten in Stresssituationen
 - Defizite in den kognitiven Möglichkeiten
-
- psychosomatische Störungen
 - Gefahr von Missbrauch und Misshandlung
 - Weitergabe an die nächste Generation
 - aggressives Verhalten im Konflikt
 - Defizite in den kognitiven Möglichkeiten

Anzeichen der Bindungsstörung

- ohne Bindung
- Promiskuität
- Übererregung
- Hemmung
- Aggression
- Unfall-Risiko
- Rollenwechsel
- Sucht
- Psychosomatik

- ohne Bindungszeichen
 - keine Suche nach Hilfe oder Bindungsperson in Gefahr oder bei Aktivierung von Angst
 - kein Trennungsprotest
 - extreme Vermeidung von Beziehung
 - Rückzug in Isolation
- Promiskuität
 - Pseudo-Bindung an jede verfügbare Person
 - Suche nach Nähe in Gefahr und bei Angst
 - Bindungsperson beliebig austauschbar
 - keine „echte“ spezifische Bindungsperson
 - keine sichere emotionale Basis

- Hemmung
 - Hemmung, die Bindungsperson als sichere Basis bei Angst und Gefahr zu nutzen
 - in Abwesenheit der Bindungsperson zeigt Kind Bindungsverhalten und spezifische Bindungssuche zu fremden Personen
- Aggression
 - ambivalente Bindungsnähe wird durch aggressive Verhaltensweisen hergestellt
 - Verkennung des Bindungswunsches durch andere Personen
 - aggressive Antwort auf Bindungswunsch
 - Ablehnung steigert Angst
 - Spirale

- Unfall-Risiko
 - spektakuläre Risikosituation mit Aktivierung der Aufmerksamkeit der Bindungspersonen
 - Inszenierung von Unfällen
 - Reaktion der Bindungsperson nur bei maximaler Gefahr für ihr Kind
- Rollenwechsel
 - Kind muss „sichere emotionale Basis“ für erwachsene Bindungsperson sein
 - Umkehrung in den Rollen
 - Kind hat kein Vertrauen, potentielle Bindungspersonen in Angst und Gefahr zu nutzen

- Psychosomatik
 - Deprivation mit physiologischer Dysregulation
 - psychogene Wachstumsretardierung
 - Störungen der Eltern-Kind-Interaktion
 - Schreistörung
 - Schlafstörung
 - Essstörung

- Kinder zeigen etwas von ihrer inneren Not
 - Angst
 - Alpträume
 - Intrusionen
 - Flashbacks
 - Psychosomatische Beschwerden
 - Essstörungen
 - Schmerzen
 - Dissoziative Symptome
- Kinder bringen ihre Not vorsichtig in die Beziehung
 - Weinen
 - Körperkontakt
 - Trost
 - Angst vor Verlassenwerden
 - Trennungsschmerz

- Kinder verbalisieren akute Not
 - Narrative des akuten Erlebens
- Kinder verbalisieren vergangene Not
 - Narrative Fragmente von erlebten Traumata
- Wiedererleben von wachgerufenen, alten Affekten und emotionalem Schmerz in der schützenden haltenden Pflegebeziehung
- Neuerfahrung des sicheren emotionalen Hafens mit Pflegeperson bei Angst und Schmerz
- Entwicklung von Bindungssicherheit
 - Vertrauen, Schutz, Beruhigung, Suche nach Nähe

„Emotionale Bindungen an andere Menschen sind der Dreh- und Angelpunkt im Leben eines Menschen, nicht nur in der Säuglingszeit oder im Kindergartenalter, sondern auch in der Schulzeit und Jugend sowie im Erwachsenenleben bis ins hohe Alter.

Aus diesen emotionalen Bindungen schöpft ein Mensch Kraft und Lebenszufriedenheit, und er kann hieraus auch wieder anderen Menschen Kraft und Lebensfreude schenken. Dies sind Themen, in denen sich die Erkenntnisse der modernen Wissenschaft und traditionaler Weisheit treffen und übereinstimmen....“

„Wir hoffen daher, dass unser gegenwärtiges Wissen – trotz aller Unzulänglichkeiten – schon umfassend genug sein möge, um uns in unseren Anstrengungen zu leiten, denjenigen zu helfen, die bereits große psychische Schwierigkeiten haben und noch mehr andere Menschen davor zu bewahren, solche Schwierigkeiten erst gar nicht zu bekommen.“

- In J. Bowlby (1980) *Attachment and loss. Vol. III: Loss: Sadness and depression* (pp. 442). New York: Basic Books. © Copyright Karl Heinz Brisch LMU München 2012. Alle Rechte vorbehalten.

Ein sinnerfülltes Leben ist ein Leben in Beziehung

Wilhelm Schmid



Danke!

sabine.lottermoser@sucht-fachkliniken.de