



# BINDUNG

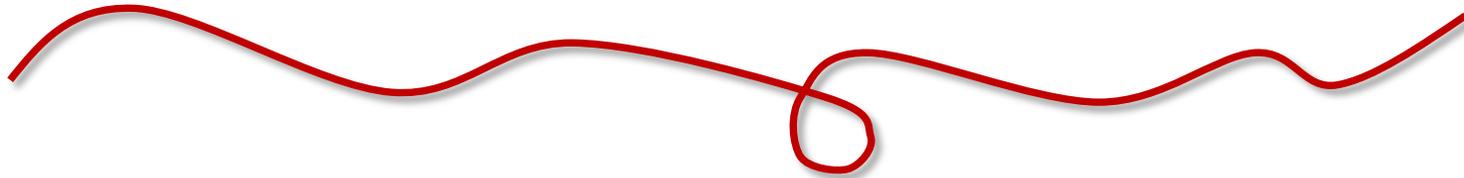
## EINE SICHERE BASIS FÜR DIE ENTDECKUNG DER WELT

Fachvortrag im Rahmen der systemischen Reihe  
**„Glücksmomente und Stolpersteine“**

Dr. Sandra Gabler

26. Februar 2018

# DER ROTE FADEN DURCH DEN VORTRAG



- Grundlagen der Bindungstheorie
- Einflussfaktoren auf die Bindung
- Bindungsunterschiede
- Auswirkungen von Bindung
- Förderung von sicherer Bindung

# BINDUNGS- UND EXPLORATIONSVERHALTEN

**John Bowlby (1969): angeborene Verhaltenssysteme**, die dem Überleben der Spezies Mensch dienen

## ○ Bindungsverhaltenssystem

- aktiviert in ungewohnten Situationen; bei negativen Emotionen oder Überforderung und wenn Kinder sich selbst nicht ausreichend regulieren können (Zimmermann, 2002)
- veranlasst Kinder, Nähe und Schutz zu suchen
- aktiviert bei Erwachsenen das komplementäre **Pflegeverhaltenssystem**

## ○ Explorationsverhaltenssystem

- aktiviert in Situationen, die für das Kind gewohnt und sicher sind
- Erkundungsverhalten, Umgebung entdecken, Neues lernen

# BINDUNG

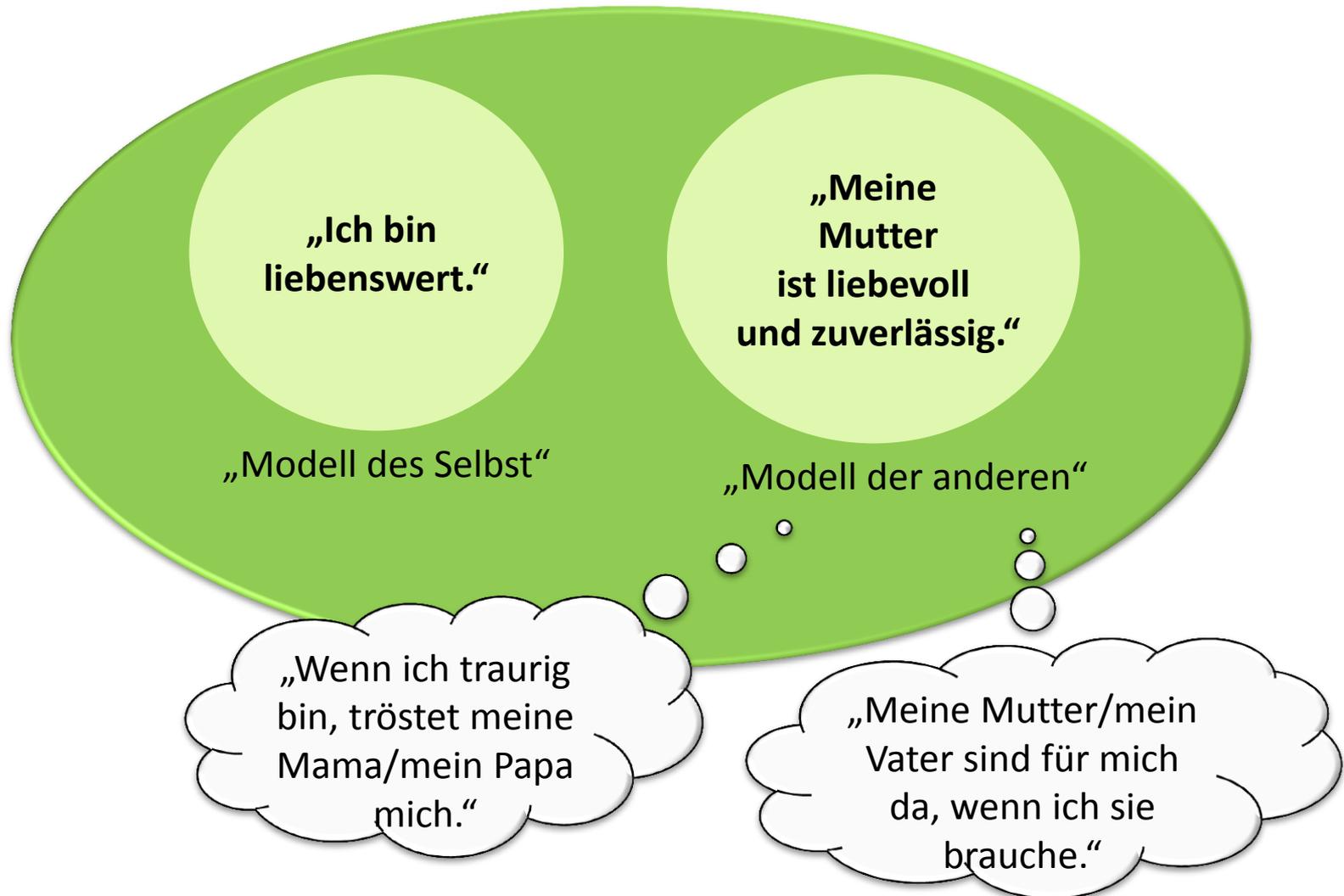
- auf Basis dieser angeborenen Verhaltenssysteme entwickelt ein Säugling im ersten Lebensjahr eine emotionale Bindung an seine Hauptbezugspersonen
- Grundlage: menschliche Neigung enge emotionale Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten
- **Bindung** stellt dabei ein **affektives Band** zwischen dem Kind und seiner Bezugsperson dar

„...a relatively long-lived tie in which the partner is important as a unique individual, interchangeable with none other, from whom inexplicable involuntary separation would cause distress, and whose loss would occasion grief.” (Ainsworth, 1985, p.799).

# BINDUNGSENTWICKLUNG

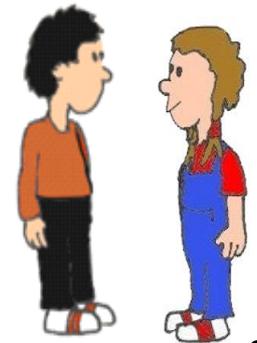
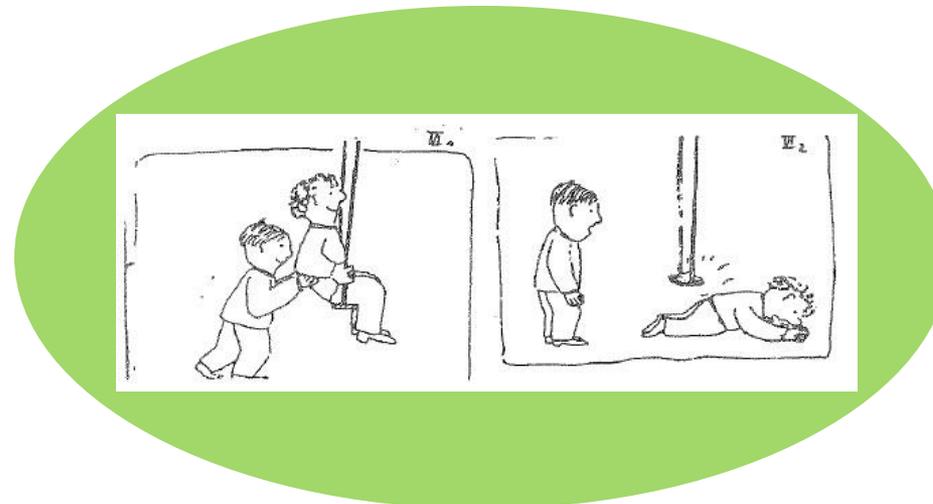
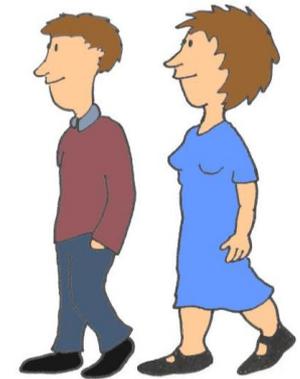
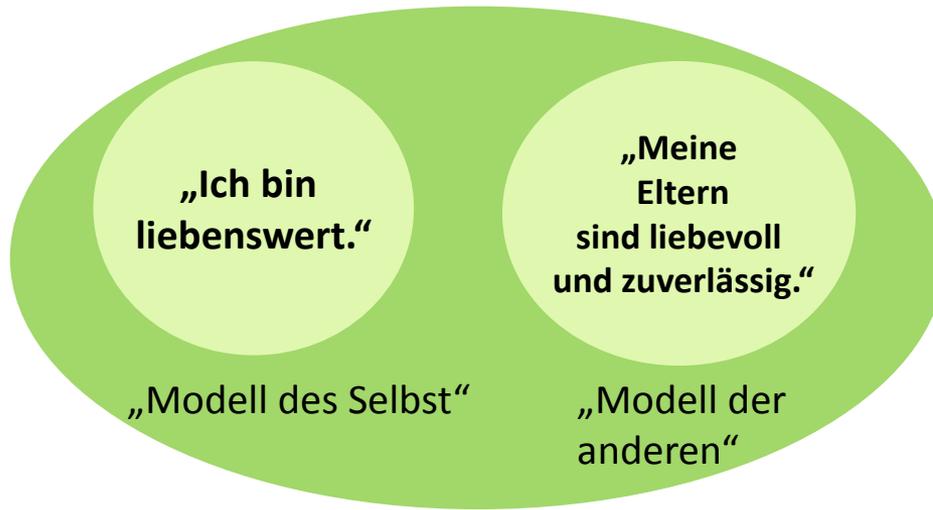
- Kinder haben nicht von Beginn an eine selektive Bindung
- selektive Bindung entwickelt sich zwischen 6 und 9 Monaten
  - Trennungsangst oder Protest, wenn Hauptbezugsperson das Zimmer verlässt; Unbehagen gegenüber Fremden
  - Bezugsperson stellt für das Kind eine sichere Basis dar, die Voraussetzung dafür ist, dass es die Umwelt erkunden kann
- entscheidend für die Bindungsentwicklung sind die Erfahrungen, die ein Kind mit seinen Bezugspersonen macht
- Das Kind sammelt dadurch Wissen...
  - über sich selbst
  - über die Umwelt
  - über die Reaktionen der Bindungsfigur

# INNERE ARBEITSMODELLE VON BINDUNG

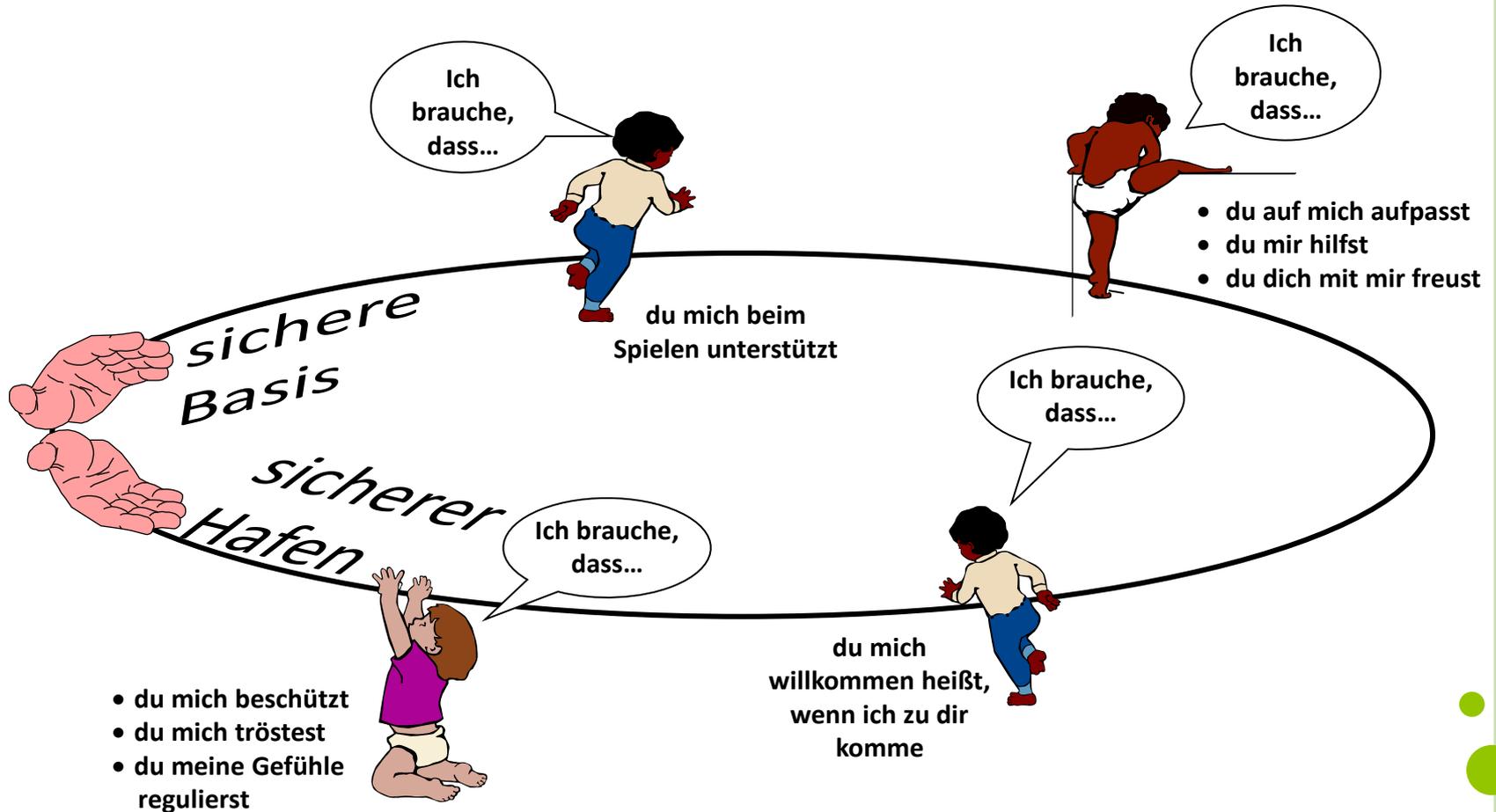


**unterschiedliche Erfahrungen ⇒ unterschiedliche Modelle**

# INNERE ARBEITSMODELLE VON BINDUNG



# BINDUNGSMUSTER: DER KREIS DER SICHERHEIT



# BINDUNGSMUSTER, DESORGANISATION, BINDUNGSSTÖRUNGEN

## Bindungsmuster des „normalen Spektrums“

- sichere Bindung
- unsicher-vermeidende Bindung
- unsicher-ambivalente Bindung

desorganisiertes Bindungsverhalten/  
hochunsichere Bindung

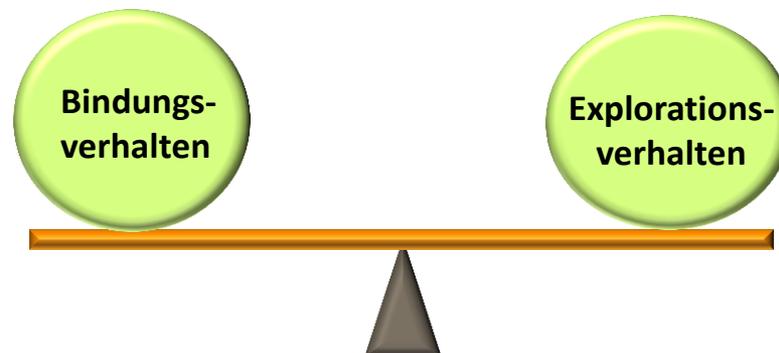
## Bindungsstörungen (nach ICD-10)

- Bindungsstörung mit Enthemmung
- reaktive (gehemmte) Bindungsstörung

# BINDUNGSMUSTER

## sichere Bindung (Ainsworth et al., 1978)

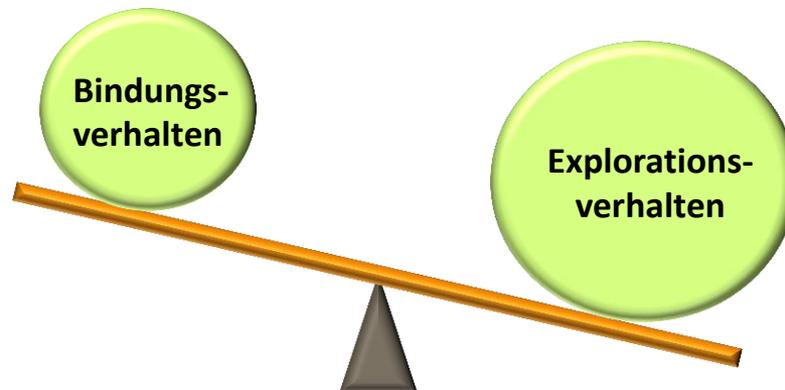
- ausgewogene Balance zwischen Bindungsverhalten und Neugier
- offene Kommunikation der Gefühle gegenüber der Bindungsperson, besonders auch der negativen Gefühle
- Vertrauen und Zuversicht in die Bindungsperson, dass sie Leid und Kummer beenden kann
- Bindungsperson wird bei Leid und Kummer aktiv aufgesucht
- körperliche Nähe oder Körperkontakt ermöglicht Sicherheitsgewinn
- bei genügend Sicherheit erneutes Überwiegen der Neugier
- die Bindungsperson ist die sichere Basis für Erkundungen



# BINDUNGSMUSTER

## **unsicher-vermeidende Bindung** (Ainsworth et al., 1978)

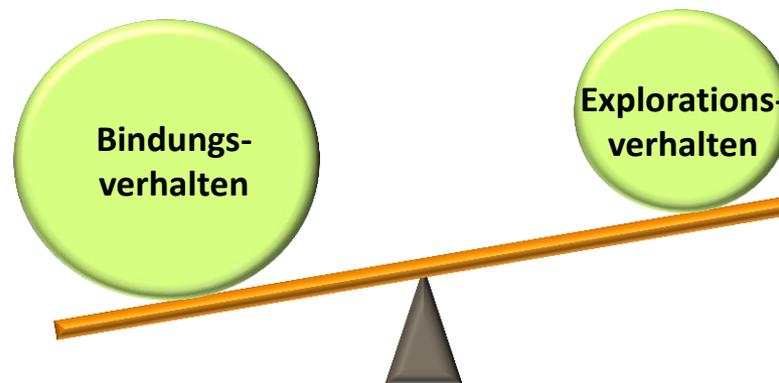
- Überwiegen des Neugier-Erkundungssystem auf Kosten des Bindungssystems
- Verbergen oder Unterdrücken negativer Gefühle gegenüber der Bindungsperson, positive Gefühle werden geäußert
- Distanz zur Bindungsperson aus Furcht vor Zurückweisung



# BINDUNGSMUSTER

## **unsicher-ambivalente Bindung** (Ainsworth et al., 1978)

- Überwiegen des Bindungsverhaltens aus Angst vor der Trennung von der Bindungsperson
- übertriebener Ausdruck von Angst, um Bindungsperson auf sich aufmerksam zu machen
- Mischung aus Angst und Ärger, weil das Kind die Zuwendung der Bindungsperson nicht steuern kann



# BINDUNGSMUSTER

## Verhalten in einer Trennungs- und Wiedervereinigungssituation (Fremde Situation)

### **unsicher-vermeidende Bindung**

eingeschränkter  
Emotionsausdruck bei  
Trennung  
  
Nähe vermeiden bei  
Wiedervereinigung  
  
Fokus auf Exploration

### **sichere Bindung**

offener Ausdruck emotionaler  
Betroffenheit bei Trennung  
  
Nähe suchen oder  
Kommunikation bei  
Wiedervereinigung  
  
rasche Beruhigung und  
Exploration

### **unsicher-ambivalente Bindung**

starke emotionale Betroffenheit  
bei Trennung  
  
Kontaktaufnahme und Ärger bei  
Wiedervereinigung  
  
keine oder kaum Exploration  
  
keine oder kaum Beruhigung

### **desorganisierte Bindung**

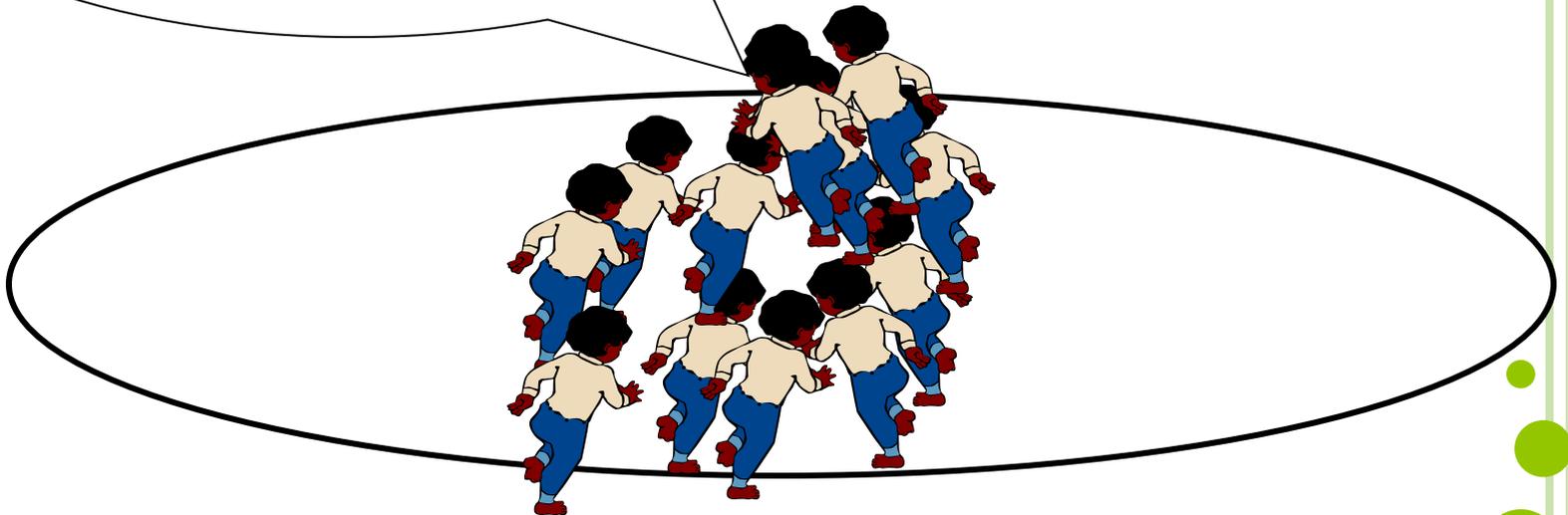
bizarre Verhaltensweisen, z.B. Einfrieren des Gesichtsausdrucks  
  
sich widersprechende Bindungsverhaltensstrategien z.B. Unterbrechung des  
Nähesuchens  
  
ungeordnete, unterbrochene Bewegungen, Desorientierung, Furcht

(Spangler & Zimmermann, 1999)

# Kreis der Desorganisation

© Cooper, Hoffman, Marvin & Powell, 1999

Ich brauche Dich, aber Du bist selbst so ängstlich oder so beängstigend, dass ich nicht weiß, was ich tun soll



# BINDUNGSSTÖRUNGEN (ICD-10)

## Reaktive Bindungsstörung

keine Suche nach Trost und Zuwendung, auch nicht bei Bezugspersonen

übermäßige Hemmung oder Wachsamkeit in sozialen Situationen auch in Situationen, in denen Kinder typischerweise die Rückversicherung der Bezugspersonen brauchen

## Bindungsstörung mit Enthemmung

wahllos freundliches, aufmerksamkeitsuchendes Verhalten

„Pseudo“-Bindung an jede verfügbare Person

# BINDUNGSSICHERHEIT

## Bezugspersonen als sicherer Hafen und sichere Basis

- **immer:** „stärker, größer, klüger“ und liebevoll
- **wann immer möglich:** die kindlichen Bedürfnisse erfüllen
- **wann immer nötig:** die Führung übernehmen

„Mitgehen, mitgehen und führen!“

Pacing & Leading



# EINFLUSSFAKTOREN FÜR DIE BINDUNGSENTWICKLUNG

## Einflussfaktoren für die Bindung

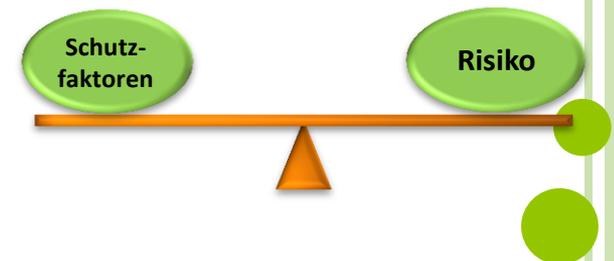
- elterliche **Feinfühligkeit**:  
Fähigkeit der Bezugsperson, kindliche Signale und Bedürfnisse wahrzunehmen, sie richtig zu interpretieren und prompt und angemessen darauf zu reagieren
- elterliche **Bindungserfahrungen**
- teilweise auch Verhaltensdispositionen auf Seiten des Kindes (z.B. frühe Verhaltensorganisation)
- bei Bindungsstörungen: häufig sehr schwierige Fürsorgeerfahrungen bis hin zu Kindeswohlgefährdung

# BINDUNG ALS SCHUTZFAKTOR

- Basis für unsere Entwicklung: die frühen Erfahrungen mit unseren engsten Bezugspersonen
- wenn Kinder unter schwierigen Bedingungen aufwachsen, kann eine sichere Bindung dem Kind dabei helfen, sich dennoch positiv zu entwickeln
- positive Beziehungserfahrungen können negative Folgen abmildern
- Kauai-Studie: positive Beziehungen zu Personen außerhalb der Familie fungieren als Schutzfaktor (Werner & Smith, 1992)



Bindung als Schutzfaktor, der bei vorhandenen Risikofaktoren eine positive Entwicklung des Kindes sichern kann



# BINDUNG ALS SCHUTZFAKTOR

**Sichere Bindung** leistet einen wichtigen Beitrag zu

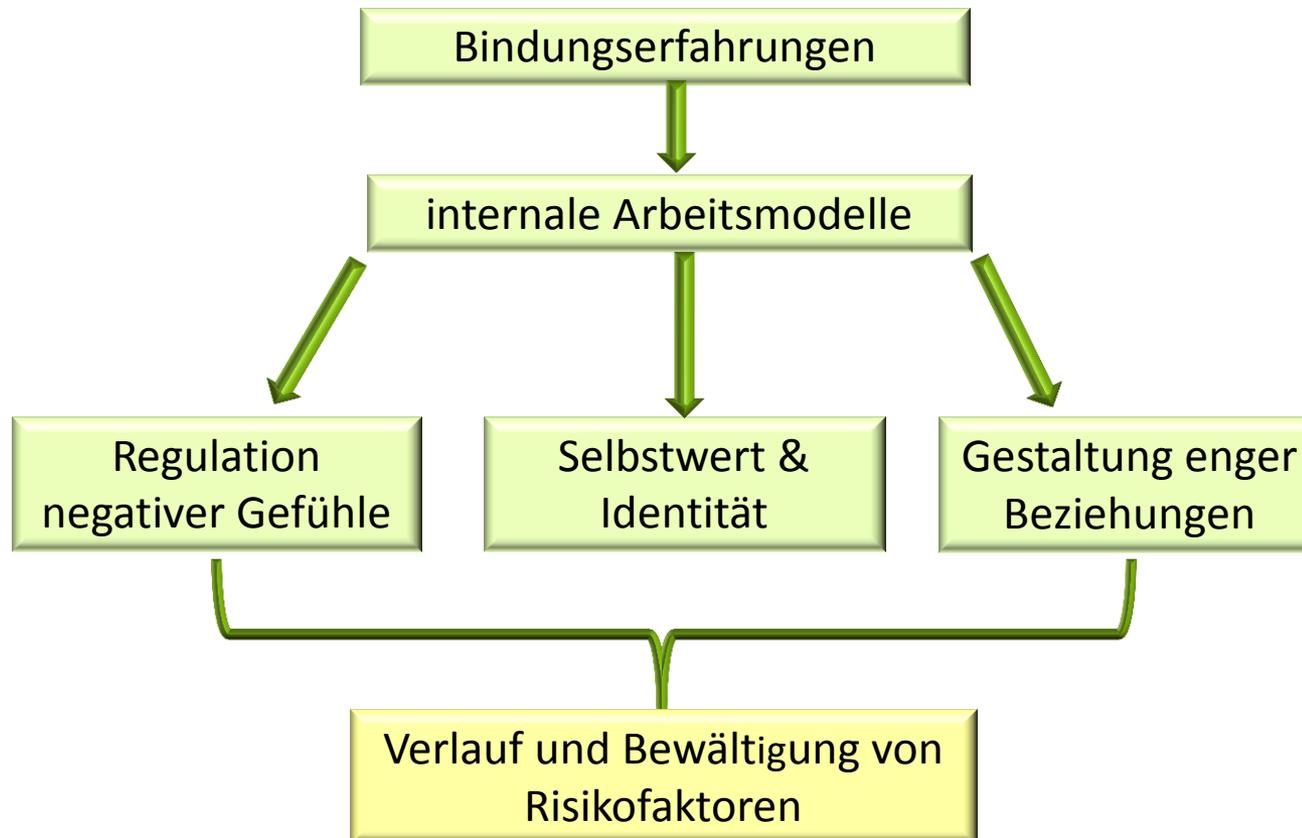
- Selbstwirksamkeit
- sozialer Kompetenz
- Emotionsregulation

und wirkt sich auf die Qualität der Exploration aus.

(Geserick & Spangler, 2007; Suess et al., 1992; Sroufe et al., 2005; Zimmermann et al., 2001)

# BINDUNG & RESILIENZ

Erklärungsmodell zum Zusammenhang von Bindung und Resilienz  
(Zimmermann & Spangler, 2008)



# WIE LÄSST SICH EINE SICHERE BINDUNG FÖRDERN?

## Verbesserung der elterlichen Feinfühligkeit

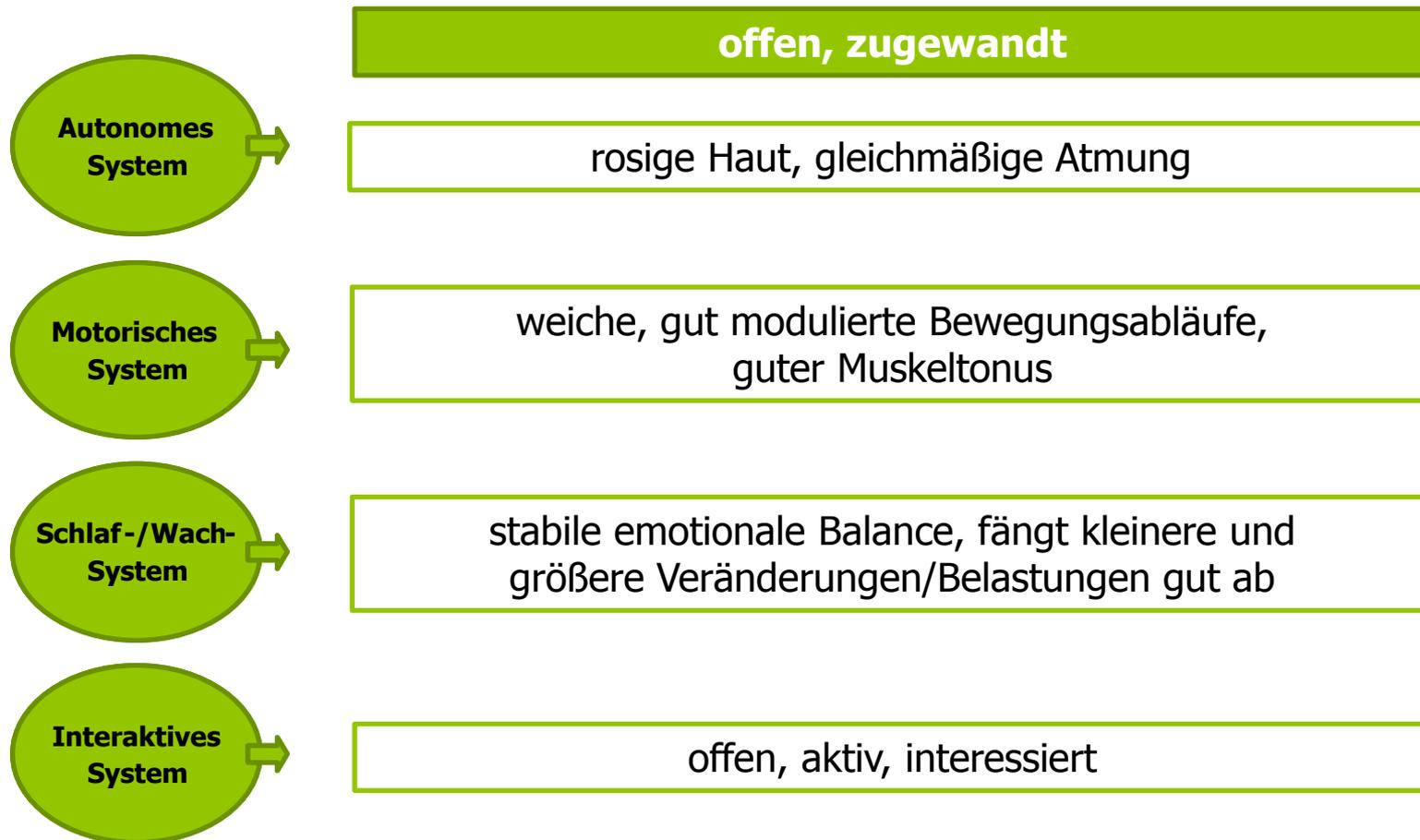
- „Babylesen“: Erkennen der Feinzeichen des Babys
- Stärkung intuitiver elterlicher Kompetenzen
- videogestützte Beratungsansätze (z.B. EPB, Marte Meo, ABC, Steep, Safe)

## Reflexion der eigenen Bindungsgeschichte

- Welche Strategien Gefühle zu regulieren habe ich in meiner Familie gelernt?
- Welche Erfahrungen habe ich mit meinen Eltern gemacht bezüglich Trost, Fürsorge und Nähe?
- Bei welchem Elternverhalten und bei welchem Ausmaß an Nähe oder Distanz fühle ich mich selbst wohl?

# „BABYLESEN“ – VERHALTENSREGULATION VON BABYS

## Feinzeichen der Befindlichkeit (nach Als & Brazelton)



# „BABYLESEN“ – VERHALTENSREGULATION VON BABYS

## irritiert, abgewandt

Autonomes System →

marmorierte, rötliche oder blasse Hautfarbe, Wechsel der Hautfarbe, unregelmäßige Atmung, Grimassieren, Zittern, Würgen, Spucken

Motorisches System →

starke Schläffheit oder starke Anspannung bzw. wechselnder Tonus, unkoordinierte, fliegende, fahrige Bewegungen

Schlaf-/Wach-System →

brüchige emotionale Balance (häufiger Wechsel der Verhaltenszustände - döst, aufgerissene Augen, starrt, meckert, schreit)

Interaktives System →

unzugänglich, nicht ansprechbar, zurückgezogen bzw. erregt/“überwach“

# „BABYLESEN“ – VERHALTENSREGULATION VON BABYS

## Balanciert und offen für Anregung

- Füße zusammen gelegt  
(Selbstregulation)
- Hände umgreifen das Knie  
und das Bein
- Blick ist auf die Mutter  
gerichtet
- Mund als Zeichen von  
Aufmerksamkeit leicht geöffnet



# „BABYLESEN“ – VERHALTENSREGULATION VON BABYS

## **Selbstberuhigung, -regulation**

- hält sich am Hemd fest
- Hand zu Mund
- Füße sind zusammengelegt
- Blick ist zur Decke gerichtet



# „BABYLESEN“ – VERHALTENSREGULATION VON BABYS

## Abwendung, leicht angestrengt

- Kopf abwenden
- marmorierte Haut als Hinweis für Belastung
- Leichte motorische Anspannung (drückt sich mit dem rechten Arm ab, leichtes Fäusteln)



# INTUITIVE ELTERLICHE KOMPETENZEN (PAPOUSEK & PAPOUSEK)

## Funktionen

- Erleichterung der Verhaltensregulation von Säuglingen
- angemessene Strukturierung der frühen Erfahrungen
- Unterstützung sich entwickelnder Fähigkeiten

## Intuitive Kompetenzen in verschiedenen Bereichen

Mimik

Stimme

Gestik

Sprache

# INTUITIVE ELTERLICHE KOMPETENZEN (PAPOUSEK & PAPOUSEK)

## Mimik

- Augenbrauengruß
- Bemühungen um Blickkontakt
- Übertrieben wirkender Ausdruck von Freude, Überraschung, Erstaunen, rhythmische Wiederholungen des mimischen Ausdrucks

## Stimme

- höhere Stimmlage
- melodische Stimmführung (Singsang): anregende Stimmführung, um Aufmerksamkeit zu erlangen, abfallende Stimmführung, um beruhigend zu wirken
- Variation der Lautstärke entsprechend des kindlichen Verhaltenszustandes, z.B. Flüstern, um zu beruhigen oder erneute Aufmerksamkeit zu erlangen



# INTUITIVE ELTERLICHE KOMPETENZEN (PAPOUSEK & PAPOUSEK)

## Gestik

- Regulation von Nähe und Abstand
- Zeigegesten zur Lenkung der Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Gegenstand

## Sprache

- Verwendung von Baby- oder Ammensprache: Nachahmung der kindlichen Vokalisation, Verwendung von rhythmischen Silben, kurze Sätze, häufige Wiederholungen, Verkleinerungen



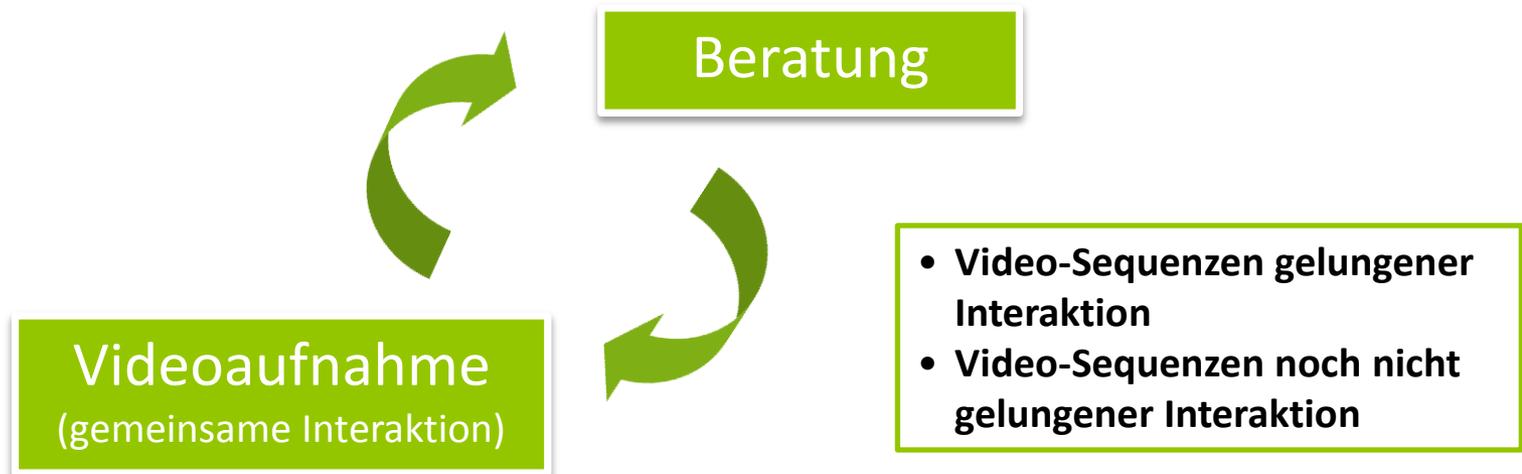
# INTUITIVE ELTERLICHE KOMPETENZEN

<b>Abstimmung</b>	<b>Kind</b>	<b>Eltern</b>
1. zeitlich	auf kindliche Signale	Latenz, Kontingenz, Synchronie, Wechselseitigkeit
2. räumlich	auf Nähe/Distanz	Dialogabstand, Körperkontakt
3. emotional	auf Art und Intensität der emotionalen Erregung	empathisches Nachahmen, emotionale Verfügbarkeit & Abgestimmtheit, Dosierung der Anregungen
4. inhaltlich	auf Bedürfnis, Interesse	gemeinsame Aufmerksamkeit, Angemessenheit der Antwort
5. kommunikativ	auf kommunikative und integrative Fähigkeiten	„Verständlichkeit“ der Anregungen



# EPB – ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGISCHE BERATUNG

- Ressourcenorientierung
- Verhaltensbeschreibung aus Kind-Perspektive
- videogestützte Beratung



SEHEN – VERSTEHEN - HANDELN

# LITERATUR

- Ainsworth, M. D. S., Bell, S. M., & Stayton, D. J. (1974). Infant-mother attachment and social development: 'Socialization' as a product of reciprocal responsiveness to signals. In P. M. Richards (Ed.), *The integration of a child into a social world* (pp. 99-135). London: Cambridge University Press.
- Geserick, B. & Spangler, G. (2007). Der Einfluss früher Bindungserfahrungen und aktueller mütterlicher Unterstützung auf das Verhalten von sechsjährigen Kindern in einer kognitiven Anforderungssituation. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 2, 86-102.
- Scheithauer, H., Niebank, K., & Petermann, F. (2000). Biopsychosoziale Risiken in der frühkindlichen Entwicklung: Das Risiko- und Schutzfaktorenkonzept aus entwicklungspsychopathologischer Sicht. In F. Petermann, K. Niebank, & H. Scheithauer (Hrsg.), *Risiken in der frühkindlichen Entwicklung. Entwicklungspsychopathologie der ersten Lebensjahre* (S. 65-97). Göttingen: Hogrefe.
- Schieche, M., & Spangler, G. (2005). Individual Differences in Biobehavioral Organization During Problem-Solving in Toddlers: The Influence of Maternal Behavior, Infant-Mother Attachment and Behavioral Inhibition on the Attachment-Exploration Balance. *Developmental Psychobiology*, 46, 293-306.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. New York: Guilford.
- Suess, G. J., Grossmann, K. E., & Sroufe, L. A. (1992). Effects of Infant Attachment to Mother and Father on Quality of Adaptation in Preschool: From Dyadic to Individual Organisation of Self. *International Journal of Behavioral Development*, 15, 43-65.
- Ziegenhain, U., Fries, M., Bütow, B. & Derksen, B. (2006). *Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern. Grundlagen und Handlungskonzept für die Jugendhilfe*. 2. Auflage. Weinheim: Juventa. relevant: S.143-178
- Ziegenhain, U., Derksen, B., & Dreisörner, R. (2004). Frühe Förderung von Resilienz bei jungen Müttern und ihren Säuglingen. *Kindheit und Entwicklung*, 13, 226-234.
- Zimmermann, J. (2015). *Symptoms of Disordered Attachment in High-Risk Populations: Prevalence, Risk-Factors, and Prevention*. Dissertation, Universität Erlangen-Nürnberg.