

Die Bindungstheorie und ihr praktischer Nutzen

Fachvortrag anlässlich des 10jährigen Jubiläums der GfS Aurich

Prof. Dr. Ulrike Zach

Fachhochschule Oldenburg/Ostfriesland/Wilhelmshaven, Fachbereich Sozialwesen

Die Bindungstheorie stellt nicht nur in Wissenschaft und Forschung eine zentrale Theorie dar, sie findet auch in der Kinder- und Jugendhilfearbeit zunehmend Beachtung. Gerne nehme ich die Gelegenheit wahr, einen kurzen fachwissenschaftlichen Beitrag beizusteuern, der natürlich keinen vollständigen Überblick über bindungstheoretische Erkenntnisse bieten kann, sondern eher aufzeigen möchte, welchen Nutzen es haben kann, bindungstheoretisch zu denken.

Der zunehmende Rückgriff auf die Bindungstheorie mag zum einen darauf zurück zu führen sein, dass diese Theorie immer wieder durch wissenschaftliche Untersuchungen bestätigt wird und seit ca. 30 Jahren interessante Befunde zu berichten hat. Zum anderen aber berührt das Thema „Bindung“ durch seine unmittelbare Bedeutung jeden Menschen und jeder einzelne von uns ist, jenseits erworbenen theoretischen Wissens, ein Erfahrungs-Experte in Sachen Bindung. Neue handlungsleitende Impulse entstehen, wenn unser Erfahrungswissen durch Wissen über Theorien ergänzt und erweitert wird. Daher möchte ich im Folgenden aufzeigen, wo bindungstheoretische Konzepte über unsere Alltagsüberzeugungen hinaus weisen können.

Erste Definitionen von Bindung, die die traditionelle Bindungstheorie anbietet, überlappen sich sehr gut mit unseren Alltagsüberzeugungen: in der Fachliteratur ist oft von einem „*emotionalen Band*“ die Rede, dass zwischen Mutter und Kind besteht, und dass sehr früh eine zentrale Voraussetzung für eine weitere gute Entwicklung des Kindes sein soll. Eine Annahme, die spontane Zustimmung erfährt - so jedoch unser Alltagsverständnis nicht wirklich erweitert, und der auch ein - berechtigtes - „aber“ folgen kann. Zum einen wissen wir auch ohne die Bindungstheorie, dass zwischen Eltern und Kind eine emotionale Beziehung besteht. Zum anderen, stellt sich die Frage nach dem Gewicht der Bedeutung der ersten Mutter-Kind Beziehung, und ob die frühen Erfahrungen tatsächlich weitere Entwicklungsprozesse festlegen - insbesondere, wenn Kinder nicht bei ihren Eltern bleiben können.

Die Bindungstheorie integrierte schon früh Erkenntnisse der Artvergleichenden Verhaltensforschung und postuliert ein grundlegendes Bindungsbedürfnis für jedes Neugeborene. Jeder Mensch ist also bindungsfähig und entwickelt in Abhängigkeit von seinen Erfahrungen eine **individuell passende - und damit "richtige" - Bindungsstrategie**, auf die später noch genauer eingegangen wird. Somit rückt die Frage nach der *Qualität des "emotionalen Bandes"* zwischen einem Kind und seiner Bezugsperson zunächst in Hintergrund, denn die Bindungstheorie betrachtet in erster Linie die **zentrale Funktion von**

Bindung. Die zentrale Funktion von Bindung besteht darin, dass ein stärkerer, reiferer Mensch einem schwächeren **bei Gefahr Schutz und Sicherheit** bietet. Im wahrsten Sinne des Wortes lebensgefährlich sind in der frühen Kindheit nicht nur die Vernachlässigung der Erfüllung der primären Bedürfnisse nach regelmäßiger Nahrungszufuhr, sondern auch die Zurückweisung des Bedürfnisses nach Zuwendung (sozialer Interaktion, Körperkontakt, Ansprache) sowie die Erfahrung schädigenden Verhaltens durch andere.

Die Bindungstheorie ist also *keine Theorie über liebevoll fürsorgendes, emotional warmes, liebevolles Verhalten* als vielmehr eine **Theorie über den Schutz vor Gefahren**. Um das Beziehungsverhalten von Kindern besser zu verstehen, bietet die Bindungstheorie uns die Fragestellung an **"Wie ist es dem Kind bisher gelungen, sich vor Gefahren zu schützen, insbesondere vor Gefahren, die von Bezugspersonen ausgehen?"**.

An dieser Stelle ist einzufügen, dass sich durch die Verlagerung unserer Betrachtung weg von den positiven Beziehungsaspekten hin zu der Schutzfunktion von Bindung die Frage nach dem Ausmaß elterlicher Liebe nicht mehr stellt. Vielmehr wird in dieser Art des bindungstheoretischen Denkens die **Liebe** von Eltern oder Betreuungspersonen zu ihren Kinder **nicht hinterfragt**. Es wird davon ausgegangen, dass Eltern im Normalfall ihre Kinder lieben - unabhängig davon, welche Art der Bindung sie verwirklichen können.

Was ist nun genau darunter zu verstehen, dass jedes Kind in Abhängigkeit von seinen Erfahrungen eine individuell passende und damit "richtige" Bindungsstrategie entwickelt? Wie verhält es sich mit individuellen Unterschieden der Kinder, mit problematischen Beziehungsregulationen, und was sind pädagogisch sinnvolle Reaktionen? Die reduzierte Botschaft der traditionellen Bindungstheorie lautet: Kinder sind entweder "sicher" oder "unsicher" gebunden und pädagogische Hilfe zielt auf die Vermittlung von Sicherheit ab. Vordergründig stimmt auch hier zunächst unser Alltagswissen mit dieser oberflächlichen Lesart der Bindungstheorie überein. Auf der Suche nach handlungsleitenden Impulsen bietet diese Sichtweise dem geeigneten Leser jedoch noch wenig.

Betrachten wir also, was genau unter "sicher" und "unsicher" eigentlich zu verstehen ist. Die Bindungstheorie und -forschung unterscheidet drei grundlegende Verhaltensstrategien: **"sicher"**, **"vermeidend"** und **"ambivalent"**. Speziell ausgebildete Experten können darüber hinaus eine Desorganisation i.S. von Brüchen in einer dieser Strategien diagnostizieren. Wie gesagt, erfüllt Bindung in erster

Linie eine Schutzfunktion. Dies gelingt natürlich am besten je ungefährlicher die Lebensumwelt ist und je weniger Gefahr von den Bezugspersonen selber ausgeht. In diesen Fällen ist es die richtige Strategie der Kinder, sich in allen ungunstigen Situationen vertrauensvoll an ihre Bezugspersonen zu wenden - sie können sich berechtigter Weise "sicher" sein, gut versorgt zu werden.

Je gefährlicher die Lebensumwelt und je gefährlicher die Bezugspersonen selber für ein Kind sind, desto "sicherer" ist es für die Kinder jedoch, sich *nicht* vertrauensvoll an diese Bezugspersonen zu wenden - und in diesen Fällen wird in der traditionellen Bindungstheorie von "unsicherer" Bindung gesprochen. **Zwei grundlegend unterschiedliche Arten "unsichere" Bindung, die unterschiedliche Schwerpunkte im Umgang mit diesen Kindern erfordern, sind zu unterscheiden.** Während Kinder, deren zentraler **Erfahrungshintergrund** in **Zurückweisung** ihrer Bedürfnisse bestand, haben - ganz richtig- gelernt, dass es sinnvoller ist, keine Nähe und Sicherheit bei ihren Bezugspersonen zu suchen und sie vermeiden sogar derartige Angebote. Eine andere Gruppe von Kindern hat in erster Linie sehr **unvorhersagbare Erfahrungen** gemacht und zeigt nun extreme Wechsel zwischen der Suche nach Nähe und Kontakt und abrupten Kontaktabbrüchen, da sie zutiefst verunsichert über die Verfügbarkeit von Bezugspersonen sind. Unser Alltagsverständnis sagt uns ganz richtig: beide Gruppen von Kindern brauchen viel Zuwendung, eine sensible Wahrnehmung und Erfüllung ihrer Bedürfnisse, Schutz und Sicherheit.

Aber nur wenn man diese Unterscheidung innerhalb der "unsicheren" Bindungen trifft, erlaubt die Bindungstheorie handlungsleitende Schlussfolgerungen, die über unser Alltagsverständnis hinaus gehen:

- Die Kinder, die sehr zurückgezogen oder vordergründig auch sehr selbständig und unabhängig wirken können oder sich stark unterordnen, wurden **durch Zurückweisungserfahrungen primär in**



Frau Prof. Dr. Ulrike Zach hielt beim 10jährigen Jubiläum der GfS Aurich einen Fachvortrag zu diesem Thema.

Ihrem Selbstwertgefühl verletzt, und hier bedürfen sie besonderer Stärkung. Diese Kinder sind sich sicher, dass sie es nicht wert sind; dass man sich um sie kümmert.

- Die Kinder hingegen, die sehr vereinnahmend, verwickelnd und dabei gleichzeitig auch emotional heftig ablehnend reagieren können, sind hingegen **zutiefst verunsichert durch die Erfahrung äußerst beliebiger Fürsorge und sie tun alles um die Aufmerksamkeit für sich zu maximieren.** Auf diese Kinder trifft das Wort "unsicher" vielleicht am ehesten in Sinne unseres Alltagsverständnisses zu. Da sie gelernt haben, dass es keine Vorhersagemöglichkeit für fürsorgliches Verhalten der Bezugsperson gibt, ist es in diesen Fällen besonders wichtig, das Bedürfnis nach Verlässlichkeit nicht zu enttäuschen (z.B. unbedingt Regeln und Versprechungen einhalten).

Diese beiden so genannten unsicheren Bindungsstrategien sind also die Selbstregulationen, mit der Kinder versuchen, sich größtmögliche Sicherheit zu verschaffen. Erstere fühlen sich im Rückzug sicher, die zweite Gruppe in der Maximierung der Aufmerksamkeit, die ihr Verhalten bewirkt. (Während es unserem Alltagswissen entspricht, dass Kinder auch zwei der Grundstrategien gleichzeitig oder abwechselnd zeigen können, wird dieses Phänomen in der Wissenschaft kontrovers diskutiert.) Im Lebensalltag ist ein rigides, hilfloses Festhalten an einer einzigen Verhaltensstrategie sicher von Nachteil.

So sollten die Bindungsstrategien zunächst erkannt, respektiert und akzeptiert werden und die Kinder sollten von fachlich gut ausgebildeten Betreuungspersonen neue stützende Reaktionen erfahren, die ihnen die Entwicklung neuer, zusätzlicher Verhaltensweisen ermöglichen. Dies geht natürlich vordergründig oft mit Zurückweisungen und Herausforderung einher und stellt für neue Bezugspersonen und Geschwister eine Belastung dar. Hier ist ein verlässliches Betreuungsangebot (Fortbildung, Gesprächskreise, Supervision) natürlich sehr wichtig.

Abschließen möchte ich mit dem Gedanken einer international bekannten Bindungsforscherin, **Patricia Crittenden, die darauf hinweist, dass unsere Lebensumwelten eher gefährlich und unsicher sind, sodass ein Mensch, der nur die sichere Bindung kennt, nicht der ist, der am besten auf die vielfältigen Anforderung des Lebens vorbereitet ist.**

Ich hoffe, ich habe Ihnen mit meinen Ausführungen zur Bindungstheorie ein paar anregende Impulse geben können.

Für „Durchblick“ 1/2004, Prof. Dr. Ulrike Zach
Fachhochschule Oldenburg/Ostfriesland/Wilhelmshaven
Fachbereich Sozialwesen