



König

# Bindung in Therapie und Beratung

Ein ressourcenorientierter Ansatz  
für die Arbeit mit Kindern



**BELTZ**

## Einleitung

Die Stärke der Bindungstheorie liegt in ihrer interdisziplinären Offenheit, die den Forschungsansatz von Bowlby, dem Begründer der Bindungstheorie, von Anfang an prägte. So gelang es ihm, wissenschaftliche Forschungserkenntnisse und Theorien aus unterschiedlichen Fachgebieten in seiner ganzheitlich orientierten Entwicklungstheorie zu integrieren, die er in seinem dreibändigen Werk zum Thema Bindung (1969/1982), Trennung (1973) und Verlust (1980) ausarbeitete. Die darin enthaltenen konzeptuellen Grundannahmen sind auch heute nach jahrzehntelanger Bindungsforschung bemerkenswert stabil geblieben, wurden durch modernere Methoden untermauert, durch neue Sichtweisen ergänzt und weiter erforscht. Dies hebt nicht nur die Bedeutsamkeit der Bindungstheorie hervor, sondern unterstreicht auch den nicht zu unterschätzenden Beitrag, den Bowlby zu unserem heutigen Verständnis von Entwicklung geleistet hat. Von daher ist es auch nicht erstaunlich, dass die Anwendung bindungstheoretischer Kenntnisse inzwischen in unterschiedlichsten psychosozialen und pädagogischen Handlungsfeldern nahezu selbstverständlich zu sein scheint.

Die weite Verbreitung einer guten Theorie birgt aber auch die Gefahr in sich, sie für alles Mögliche zur Erklärung heranzuziehen. So bestand in den Anfängen der Bindungsforschung die Tendenz, Entwicklungskonsequenzen auf der Grundlage einfacher Zusammenhänge abzuleiten und die frühen Bindungserfahrungen auch mit Entwicklungsbereichen und -prozessen in direkten Zusammenhang zu bringen, die von der Theorie her wenig plausibel sind. Dies hat auch in der Praxis dazu geführt, dass die Bedeutung und der Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die weitere Entwicklung zum Teil sehr eindimensional gedeutet wird und andere (moderierende) Variablen vernachlässigt werden. Bindungserfahrungen spielen zweifellos eine zentrale Rolle, sie sind aber nicht die einzigen Einflussfaktoren und wirken nicht monokausal. Andere Beziehungen innerhalb und außerhalb der Familie, Kontextfaktoren und sozioökonomische Bedingungen haben ebenfalls bedeutenden Einfluss. Fürsorgeaufgaben beschränken sich auch nicht auf die angemessene Erfüllung von Bindungsbedürfnissen, sondern bestehen u. a. darin, (kulturelle) Werte zu vermitteln, den Austausch mit der sozialen Umwelt zu unterstützen und Autonomie- sowie Kompetenzerfahrungen zu ermöglichen. Die Forschung ist diesbezüglich inzwischen weiter und berücksichtigt verschiedenste Moderatorvariablen und komplexere Analysemodelle, was die zweite und mehr noch die dritte überarbeitete und erweiterte Ausgabe des Grundlagenwerks *Handbook of Attachment* (Cassidy & Shaver, 2016) belegt. Um der Komplexität der Wirkmechanismen im Entwicklungsverlauf annähernd gerecht zu werden, ist es aber nicht nur Aufgabe der Forschung, das Zusammenwirken multipler Faktoren und Kontextbedingungen mitzudenken, sondern sollte auch Grundlage praktischen Handelns sein. Für die Anwendung bindungstheoretischer Erkenntnisse in den verschiedenen Praxisfeldern werden dadurch vielleicht mehr Fragen aufgewor-

fen als beantwortet, aber gerade in der verantwortungsvollen Arbeit mit Kindern ist es wichtig, vereinfachende Schlussfolgerungen über ihr Verhalten und ihre Motive zu hinterfragen oder andere Fragen zu stellen, um neue Antworten zu finden.

Dies setzt eine differenzierte Auseinandersetzung mit den unterschiedlichen Konzepten der Bindungstheorie voraus, wozu auch eine präzise Definition der Konstrukte gehört, die teilweise schon auf der begrifflichen Ebene zu Missverständnissen führen können, wenn beispielsweise Bindung mit Beziehung gleichgesetzt oder Desorganisation per se als pathologisch angesehen wird. Fließend scheint dann auch der Übergang zur psychiatrischen Diagnose »Bindungsstörung«, die nicht ohne Weiteres mit den Konzepten der Bindungstheorie verknüpft werden kann und davon abzugrenzen ist.

Das Bedürfnis nach emotionaler Nähe und Verbundenheit ist ein grundlegendes menschliches Bedürfnis und wird in unterschiedlichen Formen sozialer Beziehungen deutlich, ist aber nicht mit dem für Säuglinge und Kleinkinder überlebensnotwendigen Bindungsbedürfnis gleichzusetzen. Eine Bindungsbeziehung baut ein Kind nur zu wenigen vertrauten Bezugspersonen auf – meistens zu Mutter und Vater, während es temporär auch Bindungsverhalten gegenüber anderen wichtigen Bezugspersonen zeigen kann, die ersatzweise die Funktion einer Bindungsperson übernehmen. Die Qualität der Bindung, das heißt, ob sie als sicher oder unsicher einzuschätzen ist, lässt sich deshalb nicht über das Ausmaß der emotionalen Verbundenheit bestimmen. Alle Kinder lieben ihre Eltern und fühlen sich mit ihnen eng verbunden, auch die Kinder, die sich nicht sicher sind, ob ihre Bindungsbedürfnisse angemessen erfüllt werden. Selbst Misshandlungen heben das emotionale Band, das das betroffene Kind zu einer Bindungsperson aufgebaut hat, nicht auf. Die zentrale Funktion des Bindungssystems ist die Aufrechterhaltung und Wiederherstellung emotionaler Stabilität, die vor allem beim Kleinkind die Nähe zu einer vertrauten Bezugsperson voraussetzt. Eine gute, schlechte oder zu enge Bindung gibt es aus bindungstheoretischer Sicht nicht, vielmehr markiert die Bindungsqualität individuelle Varianten der Verhaltensorganisation im Kontext der Bindungsbeziehung. Sie resultiert aus wiederholten Interaktionserfahrungen, die das Kind als inneres Arbeitsmodell von sich selbst mit seiner Bindungsperson konstruiert (Bretherton, 2016). Diese Arbeitsmodelle (Bindungsrepräsentationen) beeinflussen, ob und wie bedrohlich Situationen erlebt bzw. eingeschätzt werden, wie groß das Vertrauen in die eigenen und in soziale Ressourcen ist und welche Ressourcen infolgedessen mobilisiert werden (können). Wie gut ein Kind in der Lage ist, vorhandene Ressourcen zu nutzen, wird aber auch durch die aktuellen Kontextbedingungen beeinflusst, sodass Bindungsrepräsentationen dynamisch zu betrachten sind und durch neue Erfahrungen modifiziert werden. Hier liegt dann auch die Schnittstelle zur beratenden und therapeutischen Praxis. Psychosoziale Stressoren entstehen in Abhängigkeit von Bewertungsprozessen und den antizipierten Bewältigungsmöglichkeiten, die in engem Zusammenhang mit den Bindungsrepräsentationen stehen. Bindungsrepräsentationen spiegeln aber nicht nur die bisherigen Erfahrungen wider, sondern sind zukunftsorientiert und können auch bei inkohärenten Lebenserzählungen Erwartungen und Potenziale enthalten, die Anhaltspunkte für alternative Konstruktionen bieten.

## **Aufbau des Buches**

In diesem Sinne wird in dem vorliegenden Buch ein ressourcenorientierter Ansatz verfolgt, der die Bedeutung von Bindungserfahrungen im Zusammenhang mit anderen wesentlichen Grundbedürfnissen in den Mittelpunkt stellt und die individuelle Bindungsvarianten als Anpassung an unterschiedliche Anforderungen und Lebenswirklichkeiten würdigt. Die Bezüge zur praktischen Arbeit mit Kindern orientieren sich vor allem an der Emotionsregulation und den damit verbundenen psychischen Prozessen sowie an den Fürsorgebedingungen, die alle Grundbedürfnisse einschließen. Die dafür relevanten bindungstheoretischen Konzepte werden auf der Basis des aktuellen Forschungsstandes dargestellt, teils ausführlicher, wo eher Missverständnisse zu erwarten sind, teils komprimiert oder mit Verweis auf weiterführende Literatur.

In Kapitel 1 wird das Bindungskonstrukt definiert und Bindung hinsichtlich ihrer Funktion und auf der Basis des Zusammenspiels spezifischer Verhaltenssysteme analysiert. Im Rahmen des Fürsorgesystems wird das Feingefühligkeitskonzept ausführlich behandelt, da es nicht nur in der Zusammenarbeit mit Eltern wichtig ist, sondern auch als Orientierungsrahmen für den Umgang mit dem Kind im therapeutischen Kontext dienen kann. Das in der Bindungsforschung eher selten beachtete Konzept des Sicherheits- und Wärmesystems wird kurz erläutert und seine Bedeutung im Hinblick auf die Abgrenzung von Bindung und Beziehung herausgestellt. Letzteres leitet dann auch über zu der Auseinandersetzung mit kontextuellen und kulturellen Einflüssen, um zum Abschluss die Bedeutung der Bindung in der Zusammenschau mit anderen psychischen Grundbedürfnissen einzuschätzen.

In Kapitel 2 stehen die verschiedenen organisierten Bindungsstrategien bei Kindern im Mittelpunkt. Ausgehend von der Frage, was sicher versus unsicher vor diesem Hintergrund bedeutet, werden die verschiedenen Bindungsvarianten hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf die Emotionsregulation erörtert und ihre adaptive Funktion gewürdigt. In diesem Zusammenhang wird auch das Konzept der inneren Arbeitsmodelle ausführlich erläutert und die Veränderungen im Entwicklungsverlauf beschrieben. Aufgrund der transgenerationalen Vermittlung werden in diesem Kapitel auch der mentale Bindungsstatus von Erwachsenen und damit zusammenhängende Abwehrprozesse diskutiert.

Die Bindungsdesorganisation erhält mit Kapitel 3 einen eigenen Platz. Sie gilt als Risiko und ist als Hinweis auf potenziell traumatische Erfahrungen zu beachten. Hier werden vor allem der sehr unterschiedliche Erfahrungshintergrund und die Konsequenzen erörtert. Zum Schluss geht es um das gerade für die psychotherapeutische Praxis sehr wichtige Thema Bindungsstörungen. Es ist bis heute noch kaum systematisch erforscht und wird in Abgrenzung zu den bindungstheoretischen Konzepten diskutiert.

Kapitel 4 vertieft das Thema Bindung und Trauma, das teilweise schon in Zusammenhang mit der desorganisierten Bindung angesprochen wurde. Hier geht es um mögliche Folgen von Traumata für die Bindungsentwicklung, aber auch umgekehrt, welchen Einfluss Bindungserfahrungen auf die Verarbeitung traumatischer Erfahrungen haben können.

Kapitel 5 gibt einen Überblick über ausgewählte, wissenschaftlich fundierte diagnostische Verfahren, die hinsichtlich ihrer Anwendbarkeit in der psychologischen Praxis und ihren Nutzen im Kontext von Therapie und Beratung diskutiert werden. In diesem Zusammenhang wird auch die Frage erörtert, ob die Bindungsqualität als stabiles Persönlichkeitsmerkmal oder beziehungspezifisch zu betrachten ist.

In Kapitel 6 werden die Anwendungsmöglichkeiten der Bindungstheorie im therapeutischen Kontext und in der Beratung von Eltern betrachtet. Zunächst wird diskutiert, inwiefern die therapeutische Beziehung die Kriterien einer Bindungsbeziehung erfüllt und welche Konsequenzen sich daraus für die Arbeit mit Kindern und für die Zusammenarbeit mit Eltern ergeben. Im Weiteren geht es darum, wie die Bindungsqualität im Therapieprozess wirksam werden kann und welche Schlussfolgerungen sich daraus für das therapeutische Handeln ziehen lassen. Im letzten Abschnitt wird ein Beratungsmodell für Eltern vorgestellt, das die Reflexion über ihre eigene Bindungsgeschichte anregt.

# 1 Bindung als psychologisches Konstrukt

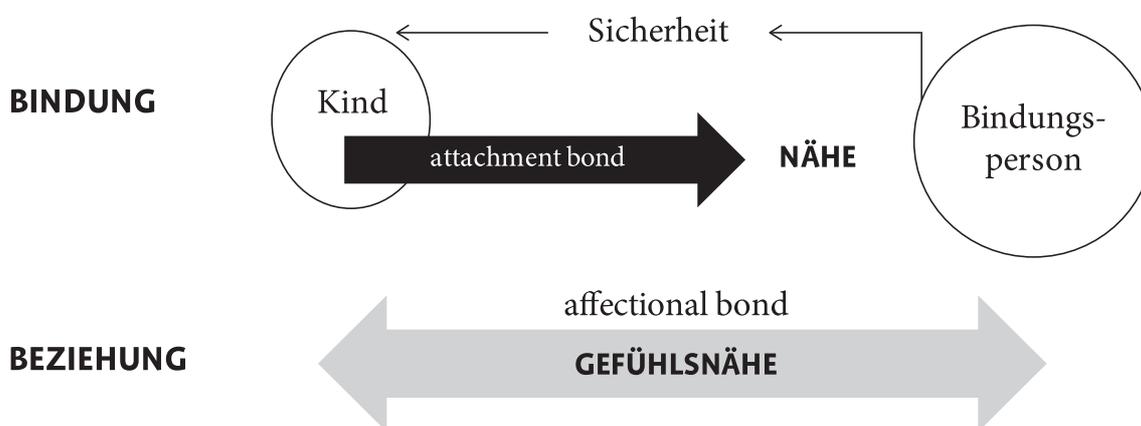
Bindungen haben für fast alle Menschen eine zentrale Bedeutung. Deshalb verwundert es nicht, dass die Bindungstheorie nicht nur in Fachkreisen, sondern inzwischen auch in der breiten Öffentlichkeit auf großes Interesse stößt. Das Alltagsverständnis von Bindung unterscheidet sich aber von dem bindungstheoretischen Konstrukt. Die Bedeutung der Bindung (attachment) im Sinne der Bindungstheorie beruht nicht allein auf dem menschlichen Grundbedürfnis nach Verbundenheit und sozialer Einbindung (affiliation), sondern erschließt sich erst durch ihre Funktion im Kontext einer spezifischen Beziehung. Bindungsverhalten, also das Herstellen von Nähe, basiert auf einem biologisch begründeten Verhaltenssystem (s. Abschn. 1.2) und lässt sich kulturübergreifend beobachten, wenn ein Kind emotional überlastet ist. Bindungsverhalten hat die Funktion, Sicherheit (wieder-)herzustellen, indem das Kind seine Bindungsperson zum Schutz und zur Regulation seiner Gefühle nutzt.

Da ein Säugling bzw. Kleinkind noch weitgehend von externer Regulierung abhängig ist, ist der Bindungsaufbau in dieser Alterspanne eine zentrale Entwicklungsaufgabe. Bindungserfahrungen sind aber über die gesamte Lebensspanne von Bedeutung. Als Bindungspersonen kommen Bezugspersonen infrage, die für die Versorgung des Kindes zuständig sind und ihm bei der Regulierung emotionaler Belastungen beistehen. In der Regel sind es Mutter und Vater, zu denen das Kind eine Bindung aufbaut und sein Bindungsverhalten an sie richtet. Die Eltern-Kind-Beziehung ist dann auch eine Bindungsbeziehung. Die Interaktionen zwischen Eltern und Kind sind dadurch aber nicht generell auf Bindung bezogen und müssen je nach Kontext und Funktion differenziert betrachtet werden. Dies ist besonders für die Einschätzung der Bindungsqualität notwendig, die nicht mit Liebe verwechselt werden darf. Die Bindungsqualität, das heißt, ob einem Kind eine sichere oder unsichere Bindung zugeordnet wird, bezieht sich auf sein Bindungsverhalten und die Fürsorgeerfahrungen, die diesem Verhalten zugrunde liegen. Die Abgrenzung von Liebe, Bindung und Beziehung ist besonders in der Praxis von fundamentaler Bedeutung und wird im Folgenden eingehender erörtert.

## 1.1 Bindung und Beziehung

In den meisten Definitionen wird Bindung als emotionales Band beschrieben, das sich Zeit und Raum übergreifend zwischen zwei Personen, insbesondere zwischen dem Kleinkind und seiner primären Fürsorgeperson entwickelt. Um zu verstehen, was mit dem Begriff »emotionales Band« gemeint ist, ist es hilfreich, das englische Wort »attachment bond« heranzuziehen. Wörtlich übersetzt würde dies in etwa Bindungsband heißen, was im Deutschen als unnötige Doppelung erscheint und so auch in der

Literatur nicht zu finden ist. Mit dem Begriff wird aber explizit hervorgehoben (s. z. B. Ainsworth, 1989, S. 711), dass das »emotionale Band« (attachment bond), das eine Bindungsbeziehung kennzeichnet, nicht mit der emotionalen Verbundenheit (affectional bond) in einer vertrauten und sehr nahen Beziehung gleichgesetzt werden kann (s. Abb. 1.1). Viele Missverständnisse, die gerade in der Praxis auftreten, entstehen durch eine einseitige Fokussierung auf die emotionale Verbundenheit, die zwar auch für die meisten Bindungsbeziehungen charakteristisch ist, aber eben nicht das Spezifische ausmacht, was eine Bindungsbeziehung von anderen nahen und vertrauten Beziehungen abhebt. Im Weiteren wird deshalb der Ausdruck »emotionales Band« verwendet, wenn es um die Bindungsbeziehung geht und gefühlsmäßige oder emotionale Verbundenheit, um enge nahe Beziehungen zu umbeschreiben. Der zentrale Unterschied zwischen beidem liegt darin, dass das »emotionale Band« (attachment bond) ein überdauerndes, weitgehend *stabiles Merkmal einer Person* ist, nämlich das der Bindungssuchenden bzw. des Kindes (Bowlby, 2008, S. 22). Wohingegen die gefühlsmäßige Verbundenheit (affectional bond) als *Beziehungsmerkmal*, je nach Art der Beziehung, variieren kann.



**Abbildung 1.1** Bindung als emotionales Band (attachment bond) und spezifisches Personenmerkmal (hier des Kindes) versus emotionale Verbundenheit (affectional bond) als Merkmal einer Beziehung

Eine Beziehung kann gefühlsmäßig sehr nah, vielleicht auch zu nah sein und sich in die eine oder andere Richtung mit der Zeit verändern.

Das »emotionale Band« ist nicht qualifizierbar, es ist entweder vorhanden oder nicht vorhanden und deshalb gibt es auch keine gute, schlechte, starke oder schwache Bindung, sondern nur Unterschiede im Bindungsverhalten. Insofern ist es auch missverständlich, eine Bindung als gestört zu bezeichnen, allenfalls (in sehr seltenen Fällen) kann davon ausgegangen werden, dass ein Kind zu keiner Person eine Bindung entwickeln konnte, was dann der psychiatrischen Diagnose »Bindungsstörung« entsprechen würde (Abschn. 3.2). Die Qualität der Bindung bezieht sich demnach weder auf das »emotionale Band« noch auf die emotionale Verbundenheit, sondern auf das Bindungsverhalten und damit einhergehende psychische Prozessen (Main, 2016). Das »emotionale Band« ist die Voraussetzung dafür, dass Bindungsverhalten gegenüber einer bestimmten Person gezeigt wird. Es entsteht durch die biologisch angelegte

Bindungsbereitschaft bzw. das überlebensnotwendige Bedürfnis des Kindes, Nähe zu einer (vermeintlich) kompetenteren Person zu suchen, um Sicherheit und Beistand zu erlangen (Bowlby, 2008, S. 22). Eine Bindungsbeziehung ist deshalb durch eine unumkehrbare Rollenverteilung gekennzeichnet, die der Bindungsperson die Aufgabe zuschreibt, als »sichere Basis« und »sicherer Hafen« zur Verfügung zu stehen. Hat ein Kind eine Bindung bzw. »ein emotionales Band« aufgebaut, ist damit die Person festgelegt, auf die sich sein Bindungsverhalten richtet. Der Bindungsaufbau ist nicht als prägungsartiger Vorgang zu verstehen. Wann er genau beginnt, ist nicht bestimmbar, Bowlby (1969/1982) sprach deshalb von einer Vorbindungsphase in den ersten drei Monaten nach der Geburt, den Zeitpunkt der »eindeutigen Bindung« z. B. zur Mutter setzte er ab ca. sechs Monaten an, während klar identifizierbare Bindungsverhaltensmuster gegen Ende des ersten Lebensjahres beobachtet werden können. Die (wechselseitige) gefühlsmäßige Verbundenheit kann dagegen von Anfang an, also bevor der Bindungsaufbau beginnt, sehr stark sein und die Mutter-Kind-Interaktion positiv beeinflussen.



Die gefühlsmäßige Verbundenheit ist nicht für den Bindungsaufbau entscheidend! Eine Bindungsperson muss sich nicht zwingend gefühlsmäßig mit dem Kind verbunden fühlen und ein Kind baut zu seinen Eltern sogar dann ein »emotionales Band« auf, wenn sie es misshandeln.

Die Eltern-Kind-Beziehungen umfassen in der Regel beide Aspekte: Eltern und Kind lieben sich, sind gefühlsmäßig eng miteinander verbunden und Mutter wie Vater sind die relevanten Bindungspersonen und das Kind baut zu jedem der beiden ein »emotionales Band« auf. Die Qualität der Eltern-Kind-Beziehung und die Bindungsqualität bedingen sich dadurch wechselseitig, Bindungs- und Beziehungsaspekte müssen dennoch sorgfältig auseinandergehalten werden. Entsprechend ist auch das Interaktionsverhalten unterschiedlich zu interpretieren. In vielen Alltagssituationen, in denen ein Kind emotional stabil ist (was jenseits des Säuglingsalters und wenn nicht andere Belastungsfaktoren dazukommen, die meiste Zeit am Tag der Fall sein sollte), wird die Eltern-Kind-Interaktion (auch) durch andere Faktoren beeinflusst. Wenn Kinder in solchen Situationen Nähe suchen, z. B. um mit der Mutter zu kuscheln, ist das ein Zeichen ihrer emotionalen Verbundenheit und sagt etwas über ihre Beziehungsqualität aus. Die Bindungsqualität lässt sich daraus nicht ableiten. Auch Kinder, denen ein unsicheres Bindungsmodell zugeordnet wird, kuscheln mit ihren Eltern, suchen ihre Nähe und können Freude in der Interaktion mit ihnen erleben. Umgekehrt führt ein sicheres Bindungsmodell nicht unbedingt dazu, dass die Eltern-Kind-Interaktionen in Spiel- oder Lernsituationen immer harmonisch verlaufen. Ein sehr autoritäres direktives Erziehungsverhalten kann sich auf der Beziehungsebene, z. B. in Form von Machtkämpfen, negativ auswirken, schließt aber nicht aus, dass die entsprechende Bindungsperson in Bindungssituationen dem Kind adäquaten Schutz und Sicherheit bietet.

Der wechselseitige Einfluss von Beziehungs- und Bindungsaspekten erschwert es, Bindung und Beziehung getrennt zu betrachten. Aber nur so sind Effekte von Erziehungsverhalten, der Einfluss kultureller Wertvorstellungen und kontextbedingte Wirkfaktoren zu erkennen und der besondere Beitrag der Bindung in diesem komplexen Bedingungsgefüge zu verstehen. Einschätzungen zur Bindungsqualität sind deshalb auch nicht auf der Grundlage alltäglicher Interaktionsbeobachtungen möglich, sondern erfordern die Analyse von Situationen, in denen das Bindungssystem des Kindes aktiviert ist, oder Verfahren, die durch spezifische Methoden Rückschlüsse auf die mental repräsentierten Bindungserfahrungen zulassen (Kap. 5).

## 1.2 Bindung im Kontext verschiedener Verhaltenssysteme

Die Bindungstheorie basiert auf der Annahme biologisch begründeter Verhaltenssysteme, denen ein wesentlicher Stellenwert für die Überlebenschancen zugesprochen wird.

### Definition

Mit dem Begriff **Verhaltenssystem** werden Regulationsmechanismen beschrieben, die durch biologisch begründete Verhaltensweisen dazu dienen, einen bestimmten Zustand aufrechtzuerhalten bzw. (wieder-)herzustellen.

Verhaltenssysteme können entsprechend ihrer Funktionsweise in einfache und zielkorrigierende Systeme unterteilt werden. Bei einfachen Systemen erfolgt die Zielerreichung ohne systematische Anpassung des Verhaltens, bei zielkorrigierenden Systemen wird das Verhalten je nach Kontext systematisch angepasst. So erfolgt z. B. die Aufmerksamkeitsuche als integrierter Bestandteil von Bindungsverhalten von Geburt an zielkorrigiert, damit die Kommunikationssignale des Kindes wahrgenommen werden. Dagegen sind Signal- und Annäherungsverhalten anfangs noch nicht zielkorrigiert. Sie erfolgen nach Bedarf, passen sich jedoch (noch) nicht an die Umweltbedingungen und soziale Reaktionen an. Ein Säugling signalisiert Unwohlsein durch Schreien, das Schreien hört auf, wenn er sich wieder wohlfühlt, z. B. weil die Mutter ihn auf den Arm nimmt oder füttert. Mit der Zeit lernt das Kind sein Verhalten anzupassen und schreit z. B. lauter, wenn die Mutter weiter weg ist, oder bewegt sich schneller auf sie zu. Zum Teil sind Verhaltensweisen vorprogrammiert, werden aber immer durch Interaktionserfahrungen mit der (sozialen) Umwelt modifiziert und durch interne (z. B. Emotionen, mentale Repräsentationen) und externe Informationen (Kontext) gesteuert. Schon das Kleinkind präferiert das Verhalten, das im jeweiligen Kontext am nützlichsten ist, und kann im Laufe der Entwicklung mit entsprechender sozialer Unterstützung auf immer ausdifferenziertere Verhaltensvarianten zurückgreifen.

Der konzeptionelle Rahmen der Bindungstheorie, wie ihn Bowlby (2006c, S. 44–47) in seinem dritten Band prägnant zusammengefasst hat, stellt das Bindungssystem in den Mittelpunkt, von dem aus er Bezüge zu anderen Verhaltenssystemen herstellte.

Zwei Verhaltensklassen und ihre wechselseitige Funktion in Bezug auf das Bindungssystem waren für Bowlby von besonderer Bedeutung: Exploration und Spiel sowie Fürsorgeverhalten. Die theoretischen Grundlagen dazu wurden von ihm zwar wenig ausgearbeitet, die entwicklungsbezogenen Konsequenzen des Gesamtgefüges der sich wechselseitig bedingenden Systeme aber klar herausgestellt. Bis heute konzentriert sich auch die Forschung überwiegend auf das Bindungsverhalten, während das Explorationsverhalten nur marginal berücksichtigt wird (Schölmerich & Lengning, 2008). Erst in neuerer Zeit hat sich die Sicht diesbezüglich erweitert, was sich vor allem in Untersuchungen zum Fürsorgeverhalten niederschlägt. Fürsorgeverhalten wird nun vermehrt sowohl auf Bindung als auch auf Exploration bezogen und entsprechend auch die Funktion der Bindungsperson. Der Begriff »sichere Basis«, den auch Bowlby verwendete und der meistens in der Literatur zu finden ist, impliziert beide Funktionen. Sprachlich eindeutiger ist die Splittung in die Ausdrücke »sichere Basis« und »sicherer Hafen«. So werden die unterschiedlichen Funktionen von Fürsorge bzw. der Bindungsperson besser sichtbar: Eine *sichere Basis* für die Exploration bereitzustellen, wenn das Kind in einem emotionalen ausgeglichenen Zustand ist und auf »Entdeckungsreisen« geht, und jederzeit als *sicherer Hafen* zur Verfügung zu stehen, wenn das Kind emotional überlastet ist und (emotionale) Nähe und Sicherheit braucht, um sich wieder zu stabilisieren (ausführlich in Feeny & Woodhouse, 2016).

## 1.2.1 Das Bindungsverhaltenssystem

### Definition

Als **Bindungsverhalten** gilt jegliches Verhalten, das darauf ausgerichtet ist, (emotionale) Nähe zu einer bevorzugten Person herzustellen oder aufrechtzuerhalten.

Damit Bindungsverhalten initiiert oder intensiviert wird, muss das Bindungsverhaltenssystem aktiviert sein. Entweder durch interne Bedingungen wie Müdigkeit, Schmerzen und/oder externe Bedingungen wie Standort bzw. Zugänglichkeit der Bindungsperson sowie andere alarmierende äußere Bedingungen und Ereignisse. Fühlt sich ein Kind in irgendeiner Weise bedroht und/oder kann es emotionale Belastungen nicht (mehr) allein regulieren, wird über die Aktivierung des Bindungsverhaltenssystems Bindungsverhalten ausgelöst.

Im Säuglings- und Kleinkindalter ist Bindungsverhalten vor allem in Form von *Signalverhalten*, wie Vokalisieren, Weinen und Schreien, oder in Form von *Annäherungsverhalten*, wie Anklammern, Festhalten und Nachlaufen, zu beobachten. Mit zunehmendem Spracherwerb kann Bindungsverhalten auch durch Verbalisieren von Gefühlen ausgedrückt werden. Es gibt aber keine Verhaltensweisen, die per se als Bindungsverhalten definierbar sind. Ob Verhalten als Bindungsverhalten identifizierbar ist, lässt sich nur vor dem Hintergrund der Funktion des jeweiligen Verhaltens beurteilen. Ein Kind kann auch ohne Bindungsbedürfnisse Nähe suchen, um