

# *Wie viel Mama, wie viel Papa?*

*Bindung und Umgang nach elterlicher Trennung*



**DIPL. PSYCH. MECHTHILD SCKELL**

ALBERT SCHWEITZER KINDERDORF HESSEN E.V.

ASK FAMILIENBERATUNGSSTELLE

M.SCKELL@ASK-FAMILIENBERATUNG.DE



Albert Schweitzer Kinderdorf

Hessen e.V.

# Übersicht



## **Bindungstheorie**

Konzept der Feinfühligkeit

Unterschiede in den kindlichen Bindungsqualitäten

## **Bindung und Trennung der Eltern**

**Was bedeutet dieses Wissen für die  
Beratung?**

# John Bowlby ( 1907-1990)



*"Bindung ist das gefühlstragende Band, das eine Person zu einer anderen spezifischen Person anknüpft*

*und*

*das sie über Raum und Zeit miteinander verbindet."*

# Bindung zum Überleben



*Bindung ist für das Leben so grundlegend wie Luft zum Atmen und Ernährung.*



Die emotionale Bindung sichert das Überleben und die Entwicklung des Säuglings.

# Sicherer emotionaler Hafen



Bei **Gefahr**, Unsicherheit, Trennung wird der „**sichere emotionale Hafen**“ gesucht.



Durch **körperliche Nähe**:  
Beruhigung des Bindungsbedürfnisses

# Feinfühliges Verhalten



bedeutet:

- ✓ die Signale des Kindes wahrzunehmen
- ✓ sie richtig zu deuten, zu interpretieren (z. B. als Suche nach Nähe und Körperkontakt)
- ✓ sie auch angemessen und prompt zu befriedigen

# Feinfühliges Verhalten



Feinfühligkeit drückt sich in der **Sprache** aus:

- durch die **Verbalisierung**
  - ✓ der „inneren Welt“ der affektiven Zustände
  - ✓ der Handlungszusammenhänge des Säuglings
  - ✓ Wechselseitige Abstimmung in der Mutter-Säuglings-Interaktion und Kommunikation

# Feinfühliges Verhalten



Feinfühliges Verhalten drückt sich aus durch:

**Blickkontakt** mit gelungener Abstimmung  
zwischen Säugling und Pflegeperson



# Feinfühliges Verhalten



Feinfühliges **Berührung** und Körperkontakt zwischen Pflegeperson und Säugling fördert die sichere Bindungsentwicklung

# Feinfühligkeit



- *Die* Pflegeperson mit der größten Feinfühligkeit in der Interaktion, egal ob weiblich oder männlich, wird *die* Hauptbindungsperson für den Säugling.
- Große Feinfühligkeit fördert eine sichere Bindungsentwicklung.

# Bindungspersonen



## Hauptbindungspersonen und nachgeordnete Bindungspersonen:

- Hauptbindungspersonen
  - werden bei größtem Stress aufgesucht
  - und können am besten beruhigen.
- Nachgeordnete Bindungspersonen
  - können bei kleinem Stress trösten
  - und werden als Ersatz für Hauptbindungspersonen akzeptiert, wenn diese nicht verfügbar sind.

Emotionale Bindung des Kindes an die Bindungsperson entsteht nicht durch genetische Verwandtschaft!

# Explorationsbedürfnis



- Bindungsbedürfnis und Explorationsbedürfnis sind entgegengesetzte Motivationen und wechselseitig voneinander abhängig:
- Erst wenn das Bindungsbedürfnis beruhigt ist, kann der Säugling die Umwelt erkunden.

# Bindungs- und Explorationsverhalten



**Sicherheit,**  
**wohl fühlen, bekannte Umgebung,**  
**keine Gefahr**

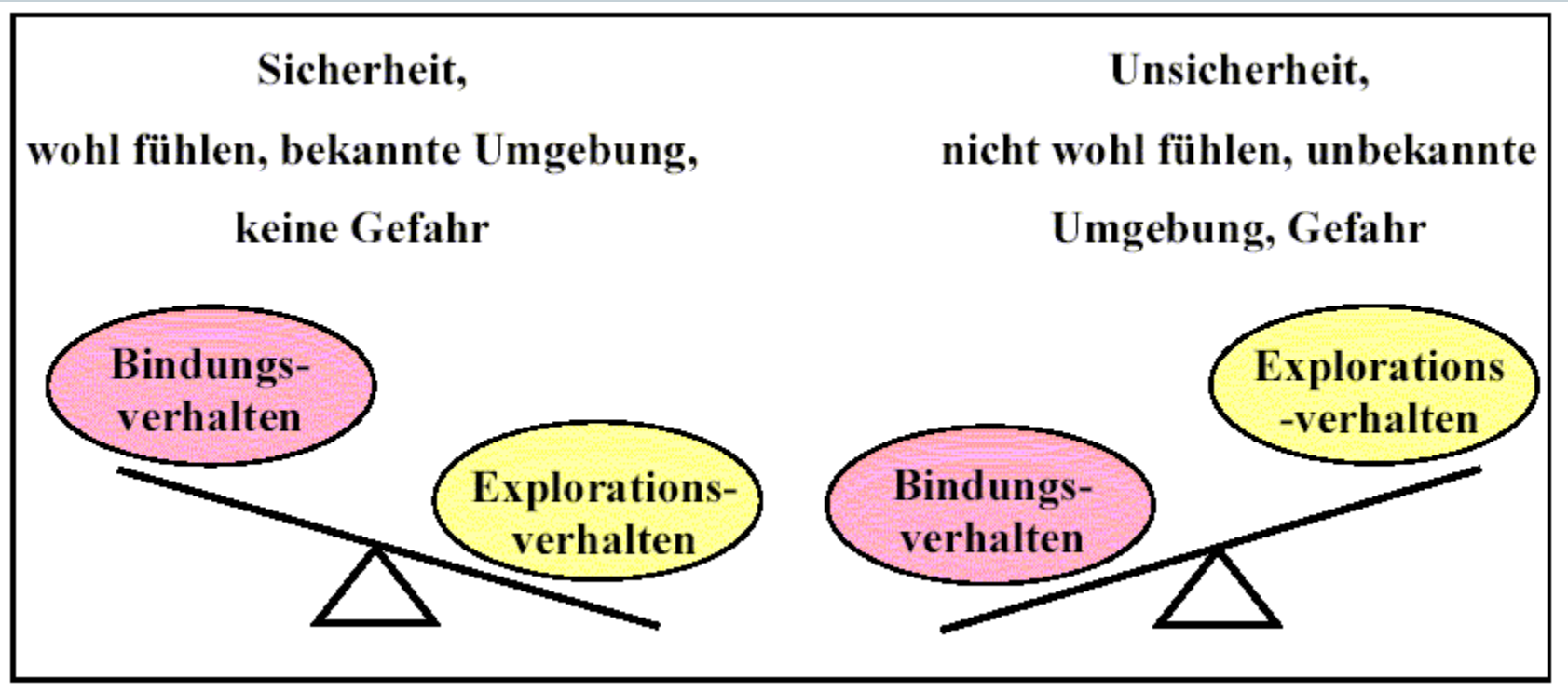
**Bindungs-**  
**verhalten**

**Explorations-**  
**verhalten**

**Unsicherheit,**  
**nicht wohl fühlen, unbekannte**  
**Umgebung, Gefahr**

**Explorations-**  
**verhalten**

**Bindungs-**  
**verhalten**



# Väterforschung



- Grossmann et al. 2002 :
- ✓ Väter verfügen über intuitive Elternprogramme und können ebenso feinfühlig mit dem Säugling umgehen feinfühlig wie Mütter.
- ✓ Im Vergleich zu Müttern legen sie einen deutlicheren Schwerpunkt auf die Förderung der Eigenständigkeit
- ✓ und haben eine stärker durch motorische Stimulation geprägte Spielinteraktion (Dornes 2006).



**MARY AINSWORTH**

**1913-1999**

# Diagnostik von Bindungstypen



- Entwicklung des **Fremde-Situations-Tests** zur standardisierten Erfassung von Bindungsverhalten bei Kindern und ihren Müttern
  - ➔ Klassifikation von Bindungstypen



# Diagnostik von Bindungstypen



## Die Fremde Situation:

In einem durch Einwegscheiben beobachtbaren Raum mit Spielzeug auf einer Matte im Zentrum und zwei Stühlen an der Seite finden nacheinander die folgenden acht dreiminütigen Episoden statt:

- (1) Mutter und Kind werden vom Beobachter in den Raum geführt. Die Mutter setzt das Kind auf den Boden.
- (2) Mutter und Kind sind allein. Die Mutter liest eine Zeitschrift. Das Kind kann die Umgebung und die Spielzeuge erkunden.
- (3) Eine freundliche Fremde tritt ein, setzt sich, unterhält sich mit der Mutter eine Minute lang und beschäftigt sich dann auch mit dem Kind.
- (4) Die Mutter verlässt unauffällig den Raum, hinterlässt aber ihre Tasche. Die Fremde bleibt mit dem Kind allein. Sie beschäftigt sich mit ihm und tröstet es, wenn notwendig.

# Diagnostik von Bindungstypen



- (6) Die Mutter kommt zurück, während die Fremde geht. Mutter und Kind sind allein. Die Mutter beschäftigt sich mit dem Kind und versucht es wieder für das Spielzeug zu interessieren.
- (7) **Die Mutter verlässt mit deutlichem Abschiedsgruß den Raum und lässt das Kind allein.**
- (8) Die Fremde tritt ein. Sie versucht, wenn notwendig, das Kind zu trösten.
- (9) **Die Mutter kommt wieder, die Fremde verlässt gleichzeitig den Raum.**

Die Szenen (4), (6) und (7) können notfalls verkürzt werden. Die Mutter kann das Geschehen durch die Einwegscheibe beobachten und über die Dauer entscheiden.

# Bindungsqualitäten



## **Sicher gebundene Kinder:**

- Zeigen Kummer, wenn die Bezugsperson den Raum verlässt, unterbrechen das Spiel und suchen aktiv nach ihr.
- Von Fremden lassen sie sich ungern trösten, aber zur Neuaufnahme des Spiels überreden.
- Wenn die Mutter zurückkommt, reagieren sie freudig und suchen Körperkontakt.
- Fortsetzung der Exploration nach kurzer Beruhigungszeit

# Ursachen für sichere Bindung



- ❖ hohe Feinfühligkeit der Pflegeperson
- ❖ verlässliche Qualität der Feinfühligkeit
- ❖ Annahme von Bindungssignalen
- ❖ Zuverlässige Beantwortung von Bindungssignalen
- ❖ Emotionale Verfügbarkeit
- ❖ Pflegepersonen haben häufig selbst sichere Bindungen mit eigenen Eltern (Großeltern)

# Bindungsqualitäten



## **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

# Bindungsqualitäten



## Unsicher- ambivalent gebundene Kinder

- Extremer Trennungsprotest
- Unstillbares Weinen, extreme Erregung
- Nur langsame Beruhigung nach Rückkehr der Bindungsperson trotz Körperkontakt
- Nähesuchen und Aggression gleichzeitig
- Verzögerte Rückkehr zum entspannten Spiel
  - Sie sind im Konflikt zwischen Nähebedürfnis und Wut (Bindungsambivalenz)

# Bindung und psychische Entwicklung



- **Sichere Bindung** → **SCHUTZ**
- **Un-sichere Bindung** → **RISIKO**

# Ursachen für unsichere Bindung



- ❖ Geringe Feinfühligkeit
- ❖ Wechselnde Qualität der Feinfühligkeit
- ❖ Zurückweisung von Bindungssignalen (Vermeidung)
- ❖ Unzuverlässige Beantwortung von Bindungssignalen (Ambivalenz)
- ❖ emotional nur teilweise verfügbar
- ❖ Pflegepersonen haben häufig selbst unsichere Bindungen mit eigenen Eltern (Großeltern)



# Desorganisierte Kinder



Konflikt zwischen Bedürfnis nach Sicherheit durch die Bindungsperson und Furcht vor ihr.

# Verhalten des Kindes bei desorganisierter Bindung

- 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

# Ursachen der desorganisierten Bindung



- ❖ Ungelöstes Trauma der Eltern
- ❖ Auffälligkeiten der Pflegeperson in der Interaktion mit dem Kind
  - ❖ Angstmachendes Verhalten
  - ❖ Ängstliches Verhalten
  - ❖ Hilfloses Verhalten
- ❖ In einzelnen Episoden Wiederholung des Traumas mit eigenem Kind (Gewalt)

# Bindungsqualitäten



## Physiologie des Säuglings

- Stressreaktionen bei allen Bindungsmustern durch die Trennung von der Bindungsperson
- Erhöhung von Herzfrequenz, Erniedrigung von Hautwiderstand, Anstieg des Speichel-Cortisols
- maximale Werte und kaum Abfall nach Ende der Trennung bei
  - unsicher-vermeidender Bindung
  - desorganisierter Bindung

# Theorem von John Bowlby



*Die Erfahrungen eines Kindes mit seiner primären Bezugsperson prägen entscheidend sein späteres Leben.*

Bereits im Zeitraum **von sechs bis zwölf Monaten** sind die Zuordnungen von Kindern zu den dargestellten Bindungsmustern sehr stabil (Brisch, Grossmann und Grossmann)

# Zusammenhang zwischen Bindung der Eltern und des Kindes



## Bindung zwischen den Generationen

- sichere Eltern mit sicheren Kindern
  - Mutter-Kind ca. 75%
  - Vater-Kind ca. 65%
- unsichere Eltern mit unsicheren Kindern
- traumatisierte Eltern mit desorganisierten Kindern
- Bindungsgestörte Eltern mit bindungsgestörten Kindern

# Desorganisierte Kinder



- Der stärkste Prädiktor für eine desorganisierte Bindung ist die Kindesmisshandlung.
- Der zweitstärkste Vorhersagbare Effekt auf die Entwicklung desorganisierte Bindung des Kindes besteht in erlebten Traumata der Eltern.

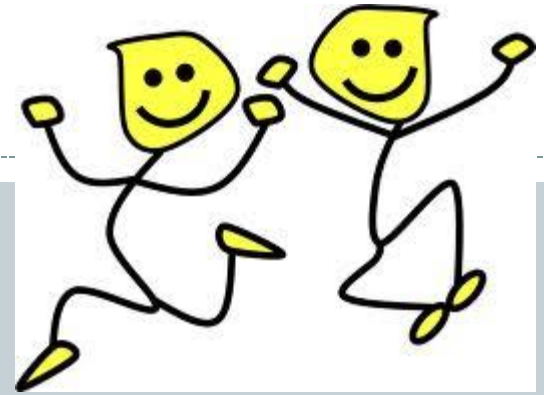
# Grundbedürfnisse von Kinder



- Physiologische Grundbedürfnisse
- Das Bedürfnis nach Sicherheit und Schutz durch Bindungspersonen
- Das Bedürfnis nach Anregung und Exploration
- Das Bedürfnis nach sensorischer Stimulation
- Das Bedürfnis nach Vermeidung von negativen Stimuli
- Das Bedürfnis nach Selbstwirksamkeit
- Das Bedürfnis nach verbindlichen, tragfähigen Beziehungen zu beiden Eltern



# Bindungssichere Kinder



zeigen:

- Schutzfaktor bei Belastungen
- mehr Bewältigungsmöglichkeiten
- können sich Hilfe holen
- mehr gemeinschaftliches Verhalten
- Empathie für emotionale Situation von anderen Menschen
- mehr Beziehungen
- mehr Kreativität
- mehr Flexibilität und Ausdauer
- mehr Gedächtnisleistungen und Lernfähigkeit

# Bindungs**un**sichere Kinder



## **zeigen:**

- Können sich nicht selbst steuern: Impulskontrolldefizite
- Können Bedürfnisse nicht aufschieben
- Benötigen selbst bei kleinen Anforderungen viele Aufforderungen
- Mangelnde Entwicklung des Gewissens
- Fehlendes Unrechtsbewusstsein
- Können oft Emotion des Gegenübers nicht emotional nachvollziehen
- Verhaltensauffälligkeiten in bindungsrelevanten Situationen
- Schnell aggressives Verhalten im Konflikt
- Lernschwierigkeiten, Konzentrationsprobleme
- Störung in der Entwicklung des Gehirns
- Weitergabe an die nächste Generation

# Übersicht



## **Bindungstheorie**

Konzept der Feinfühligkeit

Unterschiede in den kindlichen Bindungsqualitäten

## **Bindung und Trennung der Eltern**

**Was bedeutet dieses Wissen für die  
Beratung?**

# Bindung und Umgang Scheidung im Idealfall



- Partner lösen Partnerschaftskonflikte
- Elternebene bleibt weitgehend frei von aggressiven oder depressiven Spannungen
- Kind hat sichere Bindung mit beiden Elternteilen
- Kind nutzt im freien Umgang beide Elternteile als sichere emotionale Basis
- Kindeswohl durch Bindungssicherheit

# Bindung und Umgang Scheidung bei Partnerschaftskonflikt



- ✓ Partner lösen Partnerschaftskonflikte nicht
- ✓ Elternebene ist voller Aggressionen, Depressionen aus Partnerebene
- ✓ Paar- und Elternebene können nicht getrennt werden
- ✓ Paarkonflikt strahlt auf die Fragen von Besuch und Umgang aus
- ✓ Kind bekommt Angst bei freiem Umgang mit beiden Elternteilen
- ✓ sichere Bindung zu beiden Elternteilen gefährdet, weil BEIDE Bindungspersonen nicht als sicherer Hafen erlebt werden.
- ✓ **Lösung:** Stabilisierung des Kindes durch Bindungssicherheit mit dritter Person/Psychotherapie und Mediation

# Bindung und Umgang Trennung bei Gewalt durch einen Elternteil



- Partner lösen Partnerschaftskonflikte nicht
- Elternebene ist voller Aggressionen, Depressionen aus Partnerebene
- Kind bekommt Angst bei freiem Umgang mit beiden Elternteilen
- sichere Bindung zu EINEM Elternteilen hoch belastet bis gefährdet, wenn Umgang mit gewalttätigem Elternteil
- Gefährdung des Kindeswohls durch Verlust der Bindungssicherheit
- **Lösung:** Psychotherapie und Beratung für Kind und Eltern

# Übersicht



## Bindungstheorie

Konzept der Feinfühligkeit

Unterschiede in den kindlichen Bindungsqualitäten

## Bindung und Trennung der Eltern

**Was bedeutet dieses Wissen für die  
Beratung?**

# Verhalten bei Bind~~un~~gsunsicherheit nach elterlicher Trennung



- Zuverlässigkeit im feinfühligem Zuwendungsverhalten
- Regelmäßigkeit und Vorhersagbarkeit (Rituale)
- Angebot von Interpretationen insbesondere für Ärger und Wut des Kindes anlässlich unvermeidlicher Enttäuschungen
- Vermeiden einer bindungsverstrickten Kollusion
- feinfühlig auf die Kontrollbedürfnisse des Kindes reagieren
- Trauer begleiten
- Kooperation statt Gehorsam und Unterwerfung
- Verabschiedungsrituale



# Verhalten bei Bind~~un~~gsunsicherheit nach elterlicher Trennung



- Dem Alter entsprechende zeitliche Abstände zwischen den Umgängen
- **Regel: je jünger das Kind, desto kleinere zeitliche Abstände**
- Erst bei Aufbau einer sicheren (meist) Vater-Kind-Bindung längere Intervalle zwischen den Umgängen, längere Besuche, später erst Übernachtungen

# Umgang bei kleinen Kindern 0-bis 3



- **Aufbau einer sicheren Bindung durch:**
  - ✓ Trennung von Paar- und Elternebene
  - ✓ Entspannung auf der Elternebene
  - ✓ Viel Zeit mit Kind verbringen
  - ✓ Kind wickeln
  - ✓ Kind füttern
  - ✓ Mit Kind spielen
  - ✓ Klärung, in welchen Räumen Vater-Kind-Zeit stattfindet
  - ✓ **Kein Wechselmodell (Kind kann in diesem Alter Zeiträume noch nicht vorhersehen)**

# Bei Kontaktanbahnung



- ✓ ausreichend lange Begleitung des Kindes durch Hauptbindungsperson, ggf. durch sekundäre Bindungsperson (s.o.)
- ✓ Wenn Hauptbindungsperson Kontaktanbahnung nicht möchte, verliert Kind seinen „sicheren Hafen“
- ✓ Möglichkeiten für Rückversicherung für das Kind schaffen
- ✓ Sicherer Hafen muss anwesend sein
- ✓ Kurze Besuche mit feinfühligem Spiel auf sicherem Terrain

# Literatur



- **Brisch**, K.H. 1999 (8. Auflage 2009); Bindungsstörungen,
- **www.K.H.Brisch.de**
- **Ruppert**, F. 2005, Trauma, Bindung und Familienstellen
- **Ziegenhain**, Fegert (Hg.); Kindeswohl und Vernachlässigung
- **Suess** G. Scheuerer-Englisch H., Pfeifer W.-K. (Hg.); 2001, Bindungstheorie und Familiendynamik
- **Cierpka**, M. 2012, Frühe Kindheit 0-3 Jahre