

# Gelingender Start ins Leben – sichere Bindung als Prävention



DR. INA BOVENSCHEN

(UNIVERSITÄT ERLANGEN-NÜRNBERG)

Fachtag „Von Kindesbeinen an – Suchtvorbeugung in Kindheit und Jugend“

26.11.2012

## Suchtprävention - warum möglichst früh beginnen?



Nach eigenen Angaben begann Herr M. im Alter von etwa 12 Jahren regelmäßig mit Freunden in der Kneipe Alkohol zu trinken. **Er habe damals erhebliche Probleme mit seinen Eltern gehabt. Er bezeichnete seinen Vater als sehr streng, vor dem er immer Angst gehabt habe.** Wegen der **beruflich bedingten Reisetätigkeit seiner Eltern** wuchs er 8 Jahre seiner Kindheit bei den Großeltern auf. Er fühlte sich von Gleichaltrigen oft gehänselt (wegen seines fremden Dialekts und seiner abstoßenden Ohren). ...Vor diesem Hintergrund wurde das Trinken von Alkohol für Herrn M. zu einem **wichtigen Kontaktmittel**: Nüchtern fühlte er sich im Kreis von Freunden oder Bekannten stark gehemmt und fürchtete deren Spott oder Abwertungen. ... In Gedanken prüfte er die Reaktionen seiner Umwelt ständig auf Bestätigung der von ihm befürchteten Abwertung und steigerte sich auf diese Weise immer weiter in ein negatives Selbstwertgefühl hinein. Mit Hilfe von Alkohol konnte er sich dagegen entspannen, er wurde lustiger und risikofreudiger. Die Folge war ein aktiveres Kontaktverhalten, was wiederum dazu führte, dass sich Herr M. dann anerkannt fühlte. Nach wenigen Jahren betrug seine tägliche Trinkmenge bereits ca. 4 Bier. Verschärft wurden die Auseinandersetzungen mit seinen Eltern, als Herr M. mit 16 Jahren gegen seinen Willen (er wollte Automechaniker werden) auf Grund der Entscheidung seines Vaters eine Lehre als Kaufmann beginnen musste. Er brach die Lehre 2-mal in einer Kurzschlussreaktion trotzig ab und riss auch wiederholt von zu Hause aus. Im Kreis seiner Trinkkumpane ließ er sich unter Alkohol zu Straftaten hinreißen, um sich und den anderen zu beweisen, was für ein Kerl er sei. Zu einem vorübergehend deutlichen Anstieg des Alkoholkonsums kam es, als Herr M. mit 21 Jahren zur Bundeswehr eingezogen wurde. Herr M wurde wiederholt wegen Trunkenheit im Dienst auffällig. Im Anschluss v. a. im Zusammenhang mit seiner Heirat konnte er seinen Alkoholkonsum dagegen wieder reduzieren. ... Außerdem schloss Herr M. mit 28 Jahren erfolgreich eine Ausbildung zum Krankenpfleger ab und arbeitete seither als OP-Pfleger in einem großen Krankenhaus. Dies veränderte seinen Alkoholkonsum grundlegend. Aus Angst, wegen seines Alkoholkonsums aufzufallen, entwickelte er sich zunehmend zum Einzelgänger („Ich habe eigentlich keine richtigen Freunde“). Er trank nunmehr 4 bis 5 Bier am Tag. Auslöser für verstärkten Alkoholkonsum waren meist Konfliktsituationen mit seiner Umwelt. Anlass waren Forderungen (v. a. seiner Frau) oder die Zurückweisung seiner Anliegen (v. a. am Arbeitsplatz), was Herr M. sofort als Ablehnung seiner Person und Aussichtslosigkeit seines Handelns interpretierte. Offen wagte er nicht zu sagen, was er innerlich dachte und empfand, sondern verhielt sich angepasst und kooperativ. Oft floh er völlig überstürzt aus der Situation, um Alkohol zu trinken. Die Einnahme von Alkohol diente hierbei als einzig verfügbarer Beweis der eigenen Handlungsfähigkeit und zur Distanzierung von den Bewertungen durch seine Umwelt („Denen werde ich es zeigen“, „Es wird sie noch reuen, wenn ich jetzt trinke“). Seine Hilflosigkeit verwandelte sich in Wut und Trotz, um dann mit zunehmendem Alkohol in Ruhe und Gelassenheit überzugehen....

# Resilienz- was ist das?

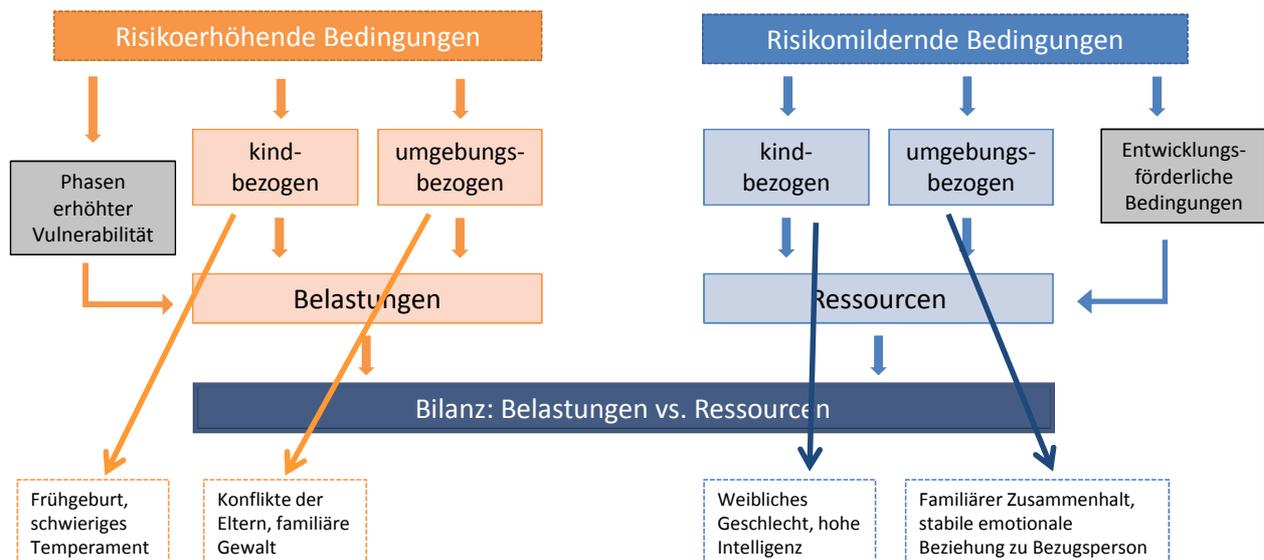


„Resilienz (Widerstandsfähigkeit) umschreibt in der Psychologie die Fähigkeit, relativ unbeschadet mit den Folgen belastender Lebensumstände umgehen und Bewältigungskompetenzen entwickeln zu können.“

„Resilienz bezieht sich nicht allein auf die Abwesenheit von psychischen Störungen, sondern schließt den Erwerb bzw. Erhalt altersangemessener Fähigkeiten mit ein.“

Scheithauer & Petermann (1999)

# Resilienz - was ist das?



vereinfacht nach Scheithauer & Petermann (1999)

# Was sind „frühe Hilfen“?



Frühe Hilfen sind

- präventiv ausgerichtete Unterstützungs- und Hilfeangebote für Eltern ab Beginn der Schwangerschaft bis etwa zum Ende des dritten Lebensjahres eines Kindes
- Zielgruppe: vorwiegend Familien in belastenden Lebenslagen mit geringen Bewältigungsressourcen
  - Risiken für ein gesundes Aufwachsen der Kinder sollen frühzeitig erkannt werden
  - Eltern sollen motiviert werden, passende Angebote zur Stärkung ihrer Erziehungskompetenz in Anspruch zu nehmen



**Langfristiges Ziel: Stärkung der positiven Entwicklung von Kindern**

Arbeitsdefinition des NZFH (2008)

# Warum Bindung?

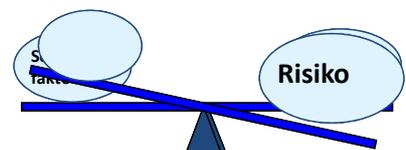


- Basis für unsere Entwicklung: die frühen Erfahrungen mit unseren engsten Bezugspersonen
- Beispiel: Wenn Kinder in schwierigen Bedingungen aufwachsen, kann eine sichere Bindung dem Kind dabei helfen, sich dennoch positiv zu entwickeln



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

**„Frühe“ Hilfen: je früher man ansetzt, desto erfolgsversprechender**



## Was ist Bindung?



Kinder verfügen von Geburt an über die Tendenz, Bindungen zu entwickeln

- Funktion: Schutz des Kindes vor Gefahren

Bindung beschreibt die Beziehung des Kindes zu seinen engsten Bezugspersonen und wird dabei verstanden als

- affektives Band zwischen Kind und Bindungsperson
- das unabhängig von Raum und Zeit besteht
- bei dem die Bindungsperson nicht ersetzbar ist

## Wie funktioniert Bindung?



Kind

Bindungsverhaltenssystem



Pflegeverhaltenssystem

Bezugsperson

- Wird aktiviert, wenn Kind sich verunsichert, krank, ängstlich usw. fühlt
- Folge: Kind sucht Nähe der Bezugsperson
- wird bei Bindungsverhalten des Kindes aktiviert
- Trost und Zuwendung der Bezugsperson beendet Bindungsverhalten des Kindes

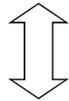
## Wie funktioniert Bindung?



Kind

Bindungsverhaltens-  
system

- Wird aktiviert, wenn Kind sich verunsichert, krank, ängstlich usw. fühlt
- Folge: Kind sucht Nähe der Bezugsperson



Explorations-  
verhaltenssystem

- Dient der Informationsgewinnung aus der Umwelt
- Kind erkundet Umwelt, kommt mit Gleichaltrigen in Kontakt

**Bezugsperson dient dem Kind als sichere Basis, von der aus es explorieren kann**

Erkunden der Welt  
ist Lernen!

## „Ideales“ inneres Arbeitsmodell – Selbst & Andere



„Ich bin  
liebenswert.“

„Modell des Selbst“

„Meine  
Mutter  
ist liebevoll  
und zuverlässig.“

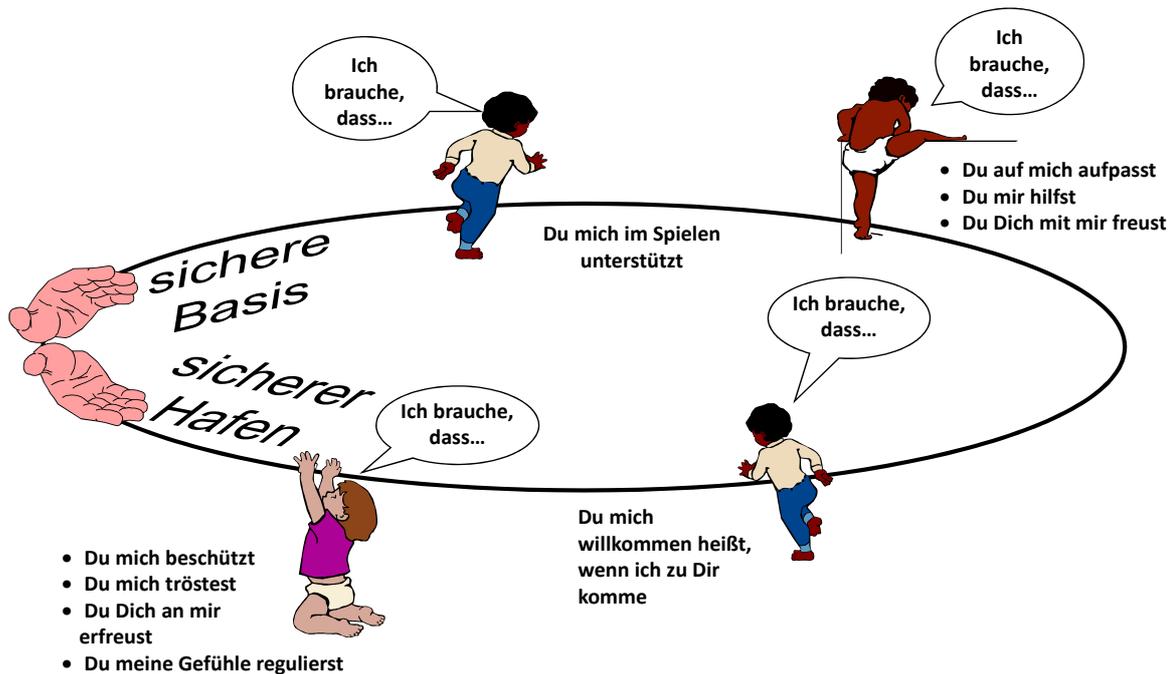
„Modell der anderen“

„Wenn ich traurig  
bin, tröstet meine  
Mama/mein Papa  
mich.“

„Meine Mutter/mein  
Vater sind für mich  
da, wenn ich sie  
brauche.“

**Unterschiedliche Erfahrungen ⇨ unterschiedliche Modelle**

# Wie funktioniert Bindung: Der Kreis der Sicherheit



© Cooper, Hoffman, Marvin & Powell, 1999

# Kreis begrenzter Sicherheit

© Cooper, Hoffman, Marvin & Powell, 1999

## Was ist Desorganisation?

- fehlende (Anpassungs-) Strategien bei Kleinkindern (Desorganisation)
- Zusammenbruch kindlicher Bewältigungsstrategien
- bizarr anmutendes Verhalten gegenüber der Bindungsperson

## Beispiele

- Angst vor der Bezugsperson
- Widersprüchliches Verhalten (Annäherung mit abgewendetem Kopf)



## Häufigkeiten der Bindungsmuster:

Normalstichproben & Risikostichproben



### Bindungssicherheit

#### „Normal“-Stichproben

- ca. 55-65%

#### „Risiko“-Stichproben

z.B. Carlson et al. (1989): misshandelte Kinder

- unter 50 % ⇒ z.B. Carlson et al. (1989): 14%

### Bindungsdesorganisation

#### „Normal“-Stichproben

- ca. 15%

#### „Risiko“-Stichproben

z.B. Carlson et al. (1989): misshandelte Kinder

- ca. 50-82%



**Spezifische Erfahrungen mit den Bezugspersonen (mangelnde Feinfühligkeit, beängstigendes Verhalten, Fehlen konstanter Bezugspersonen) sagen Bindungsunsicherheit und –desorganisation vorher**

## Bindung als Basis für Entwicklung in vielen Lebensbereichen



Die Erfahrungen von Kindern mit ihren engsten Bezugspersonen stellt die Basis für die Persönlichkeitsentwicklung und somit auch für die Entwicklung von außerfamiliären Beziehungen dar.



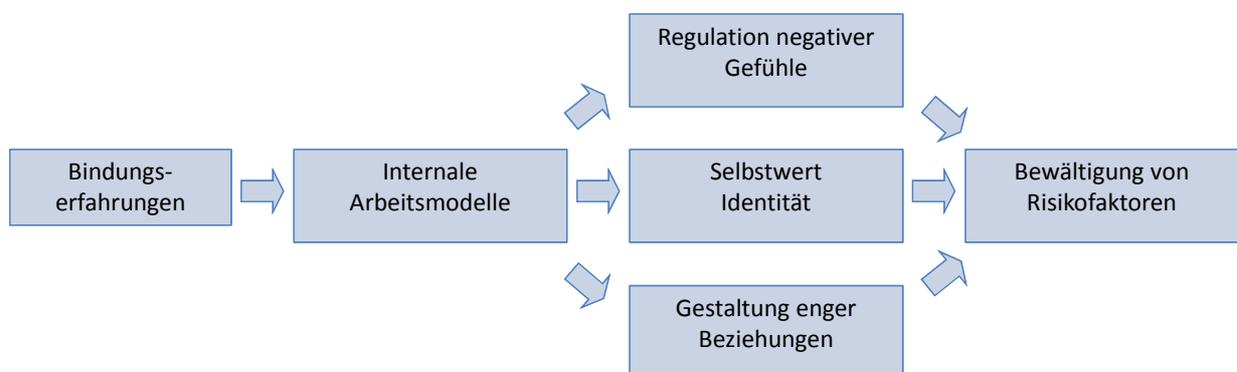
**Bindung als Schutzfaktor, der bei vorhandenen Risikofaktoren eine positive Entwicklung des Kindes sichern kann und damit Bindung als Basis für Entwicklungsförderung**

## Die Rolle der Bindung als Schutzfaktor



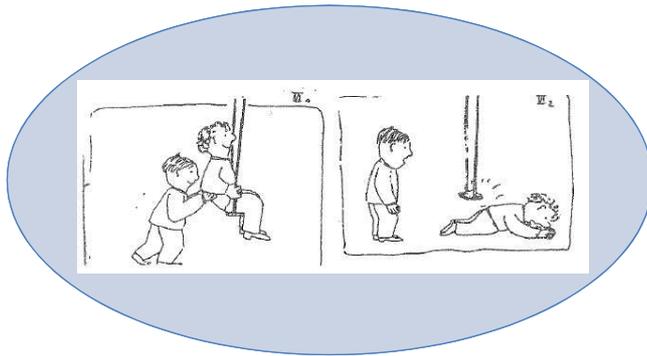
- Bindung & Entwicklung psychischer Gesundheit: welcher Mechanismus liegt zugrunde?
  - Bindungsaufbau als „developmental issue“ ⇒ beeinflusst die Bewältigung nachfolgender Entwicklungsthematiken
  - Bindungserfahrungen = Erfahrungen in der Regulation negativer Gefühle ⇒ Grundlage für individuelle Handlungsmuster im Umgang mit emotionaler Belastung

## Konsequenzen von Bindungsunterschieden



## Inneres Arbeitsmodell von Bindung beeinflusst, wie Kinder die soziale Welt wahrnehmen:

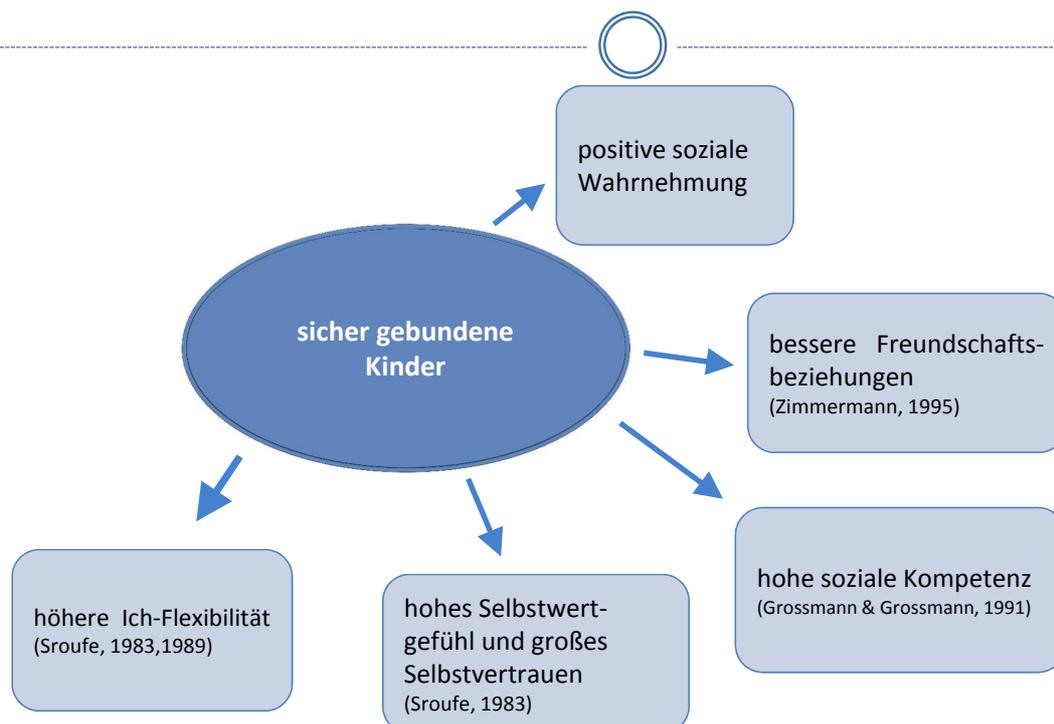
Studie von Suess et al. (1989) mit 5jährigen Kindergartenkindern



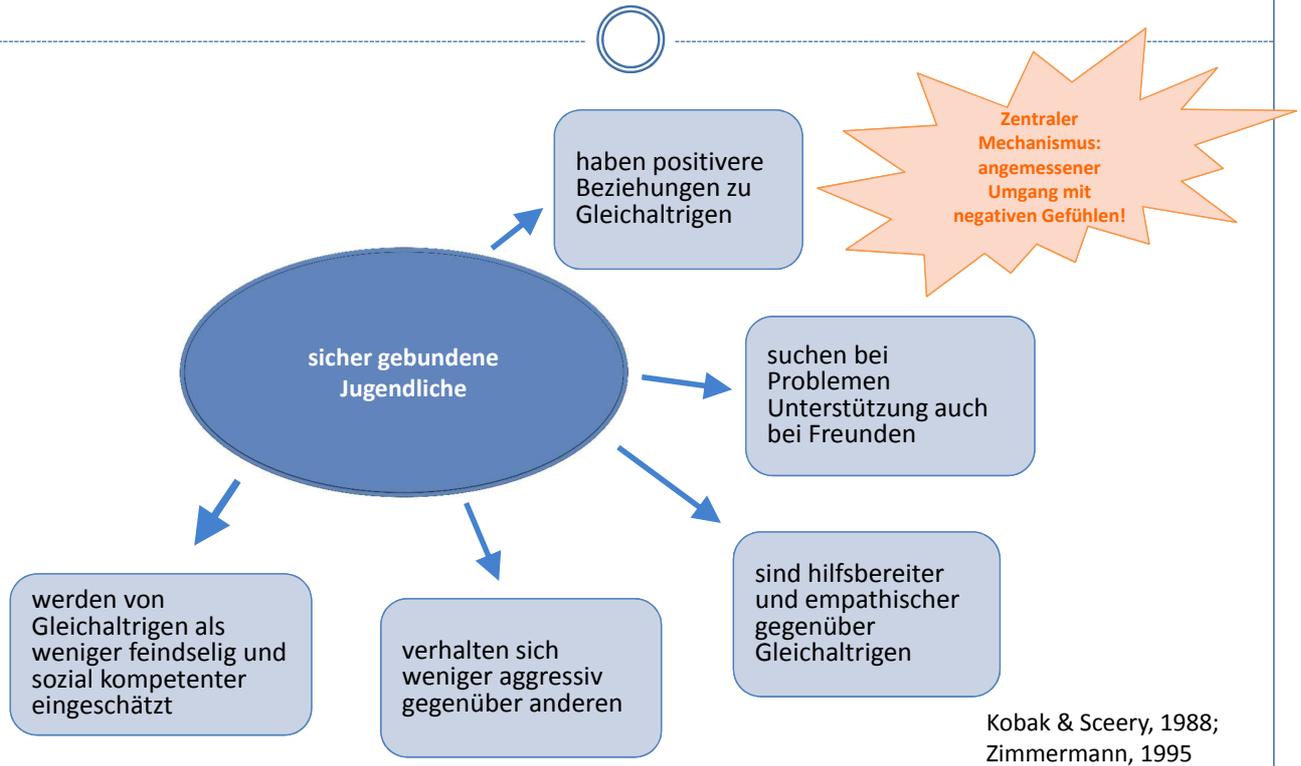
Sicher gebundene Kinder zeigen außerdem

- weniger aggressives bzw. feinseliges Verhalten gegenüber anderen Kindern
- weniger emotionale Isolation und Abhängigkeit von den Erzieherinnen
- mehr Kompetenz im Umgang mit anderen Kindern
- mehr Konzentration beim Spiel

## Bindung: Auswirkung auf soziale Fähigkeiten - im Schulalter

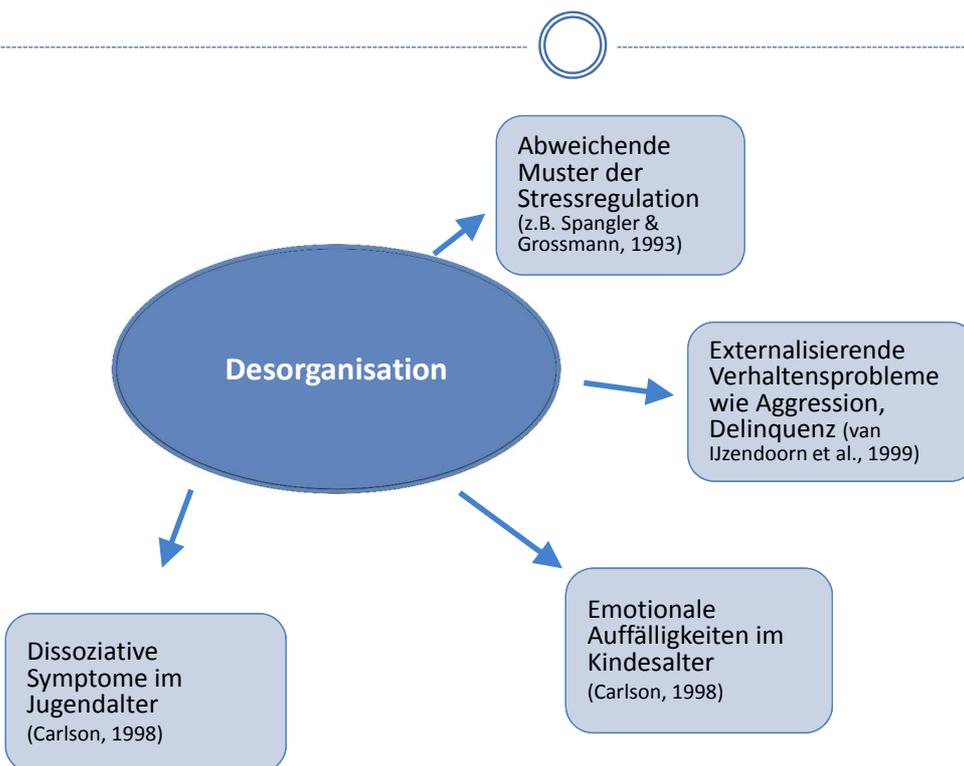


## Bindung: Auswirkung auf soziale Fähigkeiten - im Jugendalter



für einen Überblick: Zimmermann & Spangler (2008)

## Auswirkung von Bindungsdesorganisation



für einen Überblick: Zimmermann & Spangler (2008)

## Bedeutung der Bindungsentwicklung für die Gehirnentwicklung- Neurobiologische Grundlagen -



- Frühkindliche emotionale Erfahrungen beeinflussen die funktionelle Entwicklung des Gehirns
- wichtiger Bereich: limbisches System ⇒ „emotionales Gehirn“, zuständig für Stressregulation

Belege z.B.: Kinder aus rumänischen Waisenhäusern zeigen emotionale und kognitive Defizite (z.B. Rutter et al., 2001)

## Fazit bisher



- Sichere Bindung ist ein wichtiger Schutzfaktor für die Entwicklung von Kindern
- Ein Teil der frühen Hilfen hat als Ziel, die Beziehungsqualität und somit auch sichere Bindung zu fördern



**Wie kann man sichere Bindung fördern?**

## Wie kann man sichere Bindung fördern?

Basis: Wissen um relevante Einflussfaktoren



- Bedeutung der **Beziehungserfahrungen der Eltern** bzw. die **Verarbeitung der Erfahrungen**
- wichtige Rolle von **elterlichem Verhalten** für die Bindungsentwicklung
  - „Feinfühligkeit“
- Vor allem bei Desorganisation: **abweichendes Elternverhalten** (z.B. beängstigend /bedrohlich, ängstlich, passiv)
- zum Teil spielt auch die **Veranlagung** des Kindes eine Rolle (z.B. in Form von Verhaltensdispositionen)

## Wie kann man sichere Bindung fördern?

Basis: Wissen um relevante Einflussfaktoren



Bindungsunterschiede werden beeinflusst durch

- Verhalten der Bezugsperson
  - **Zentrale Komponente des Elternverhaltens: Feinfühligkeit**
- Feinfühligkeit wiederum wird beeinflusst durch die Verarbeitung eigener **Bindungserfahrungen der Bezugspersonen**



**„Frühe“ Hilfen setzen vor allem am Verhalten der Bezugsperson an und versuchen, dies zu verbessern**

# Welche Faktoren beeinflussen die Bindungsentwicklung? Feinfühligkeit

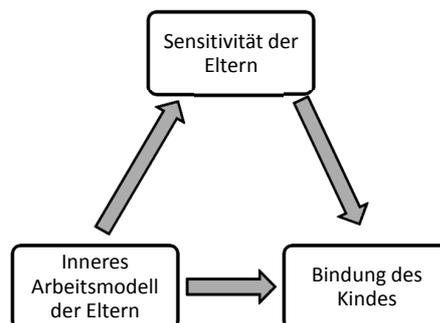


Die Fähigkeit, die Befindlichkeit und Bedürfnisse des Kindes

- wahrzunehmen
- richtig zu interpretieren und
- prompt und
- angemessen zu reagieren



## Bindungstheoretisch fundierte Interventionen: Überblick



### Verschiedene Ansatzpunkte für Prävention und Intervention:

- Elterliches Arbeitsmodell: Eltern sollen Einsicht bekommen, wie ihr Arbeitsmodell die Interaktion mit ihrem Kind beeinflusst; Diskussion eigener früher Bindungserfahrungen mit dem Therapeuten (abhängig von Reflexionsfähigkeit, die auch gefördert werden kann)
- Elterliches Verhalten: Eltern sollen lernen, die kindlichen Bedürfnisse nach Bindung und Exploration zu erkennen und zu interpretieren sowie angemessen darauf zu reagieren (Bindungs-Explorations-Balance)
- Unterstützung der Eltern (Familiensituation, bei finanziellen und berufsbezogenen Schwierigkeiten)
- Beziehungsqualität zwischen Eltern und Therapeuten: Therapeut als sichere Basis und als Modell

## Bindungstheoretisch fundierte Interventionen: Überblick



**„Weniger ist mehr“: Besonders erfolgreich sind Interventionen, die**

- zeitlich eher begrenzt sind
- sich klar auf das elterliche Verhalten beziehen

Programme, die die Feinfühligkeit der Eltern erhöhen, beeinflussen dann auch die Bindungssicherheit und -desorganisation positiv!

(Bakermans-Kranenburg et al., 2003)

## Ziel vieler bindungstheoretisch fundierter präventiver Angebote: Erhöhung der Feinfühligkeit



- Basis für Feinfühligkeit: Wahrnehmung und Verstehen der Bedürfnisse des Säuglings /Kleinkinds
- In den Beratungskonzepten soll den Eltern geholfen werden, die Bedürfnisse ihres Kindes besser wahrzunehmen und zu verstehen und sich daraus folgend feinfühlicher zu verhalten

## Überblick: einige bindungstheoretisch fundierte Konzepte in Deutschland



### STEER™ – „Steps towards effective, enjoyable parenting“

- Auch hier: Eltern-Kind-Beziehung im Fokus
- Zielgruppe
  - Schwangere und Mütter mit Kindern bis zum Ende des 2. Lebensjahres
  - Familien mit besonderen psychosozialen Risiken (**sekundär präventiv**)
- Kombination: Mütter-Gruppe & aufsuchende Einzeltermine im Wechsel
- wöchentliche Termine

### SAFE® – „Sichere Ausbildung für Eltern“

- Themen: sichere Bindung, Feinfühligkeit, **Traumata der Eltern**
- Zielgruppe
  - werdende **Eltern** ab der 25. Schwangerschaftswoche bis zum Ende des 1. Lebensjahres des Kindes
  - primäres Präventionsprogramm
- Gruppenkonzept
  - prä- und postnatale Gruppensitzungen
  - Beratungsstelle bzw. Hotline
  - Traumatherapie

## Überblick: einige bindungstheoretisch fundierte Konzepte in Deutschland



### Entwicklungspsychologische Beratung

(Ziegenhain et al., 1999)



- niederschwellige Beratung für Eltern mit Babys und Kleinkindern
- Verhaltensorientierte Beratung in Anwesenheit des Kindes
- zentrales Element: videogestützte Arbeit
- Intervention umfasst eine eher geringe Anzahl von Terminen

#### Ziel:

- Vermittlung allgemeinen entwicklungspsychologischen Wissens
- Sensibilisierung der Eltern bzgl. der Wahrnehmung der individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse des Kindes
- Stärkung des elterlichen Selbstwertgefühls

## Überblick: einige bindungstheoretisch fundierte Konzepte in Deutschland



### Entwicklungspsychologische Beratung

(Ziegenhain et al., 1999)



- Wo setzt das Konzept an?
  - Ressourcenorientierung
  - Verhaltensbeschreibung aus Kind-Perspektive
  - videogestützte Beratung



**SEHEN – VERSTEHEN – HANDELN**

## Welche Hürden gibt es bei der Umsetzung Früher Hilfen?



- ❑ Werden alle Eltern, vor allem belastete Familien, erreicht? Welche Informationswege sind nötig / möglich?
  - Schwellen zu hoch
  - „Imageprobleme“
- ❑ Sind die frühen Hilfen wirksam?
  - Wirksamkeit, wenn Angebote Teil eines Kontrollsystems sind?
- ❑ Mangelnde Vernetzung von Gesundheitshilfe und Kinder- und Jugendhilfe

## Ziele für die Umsetzung Früher Hilfen



- ❑ Zugang zu belasteten Familien ermöglichen
  - Einsatz von standardisierten und überprüften Instrumenten
  
- ❑ Eltern motivieren, Hilfe anzunehmen
  
- ❑ Fördern von Vernetzung und Kooperation
  - Vernetzung von Gesundheitshilfe und Kinder- und Jugendhilfe
  - Netzwerke auf kommunaler Ebene
  
- ❑ Daten über Wirksamkeit der Maßnahmen: Evaluation

## Kontakt



Bei Fragen / Wünschen nach weiteren Infos bitte melden!

Dr. Ina Bovenschen  
Institut für Psychologie /Lehrstuhl III  
Nägelsbachstr. 49a  
91052 Erlangen  
Tel.: (09131)85-24733  
e-mail: [ina.bovenschen@psy.phil.uni-erlangen.de](mailto:ina.bovenschen@psy.phil.uni-erlangen.de)

# Literatur



## Allgemeines über Bindung:

- Zimmermann, P. & Spangler, G. (2008). Bindung, Bindungsdesorganisation und Bindungsstörungen in der frühen Kindheit: Entwicklungsbedingungen, Prävention und Intervention. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (S. 689-704). Weinheim: Beltz.
- Scheuerer-Engelich, H., Suess, G.J. & Pfeifer, K-W. (Hrsg) (2003). *Wege zur Sicherheit. Bindungswissen in Diagnostik und Intervention*. Gießen: Verlag Psychosozial.

## Allgemeine Infos über frühe Präventive Angebote:

- Suess, G.J. & Pfeifer, K-W. (Hrsg) (1999). *Frühe Hilfen. Die Anwendung von Bindungs- und Kleinkindforschung in Erziehung, Beratung und Therapie*. Gießen: Psychosozial-Verlag. (2. Auflage: Mai 2000).
- Toth, S.L. & Gravener, J. (2012). Review: Bridging research and practice: relational interventions for maltreated children. *Child and Adolescent Mental Health*, 17, 3, 131-138.

## Entwicklungspsychologische Beratung:

- Ziegenhain, U., Fries, M., Bütow, B. & Derksen, B. (2004). *Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern. Grundlagen und Handlungskonzepte für die Jugendhilfe*. Weinheim: Juventa.

## Attachment and Biobehavioral Catch-Up:

- Dozier, M., Dozier, D. & Manni, M. (2002). Recognizing the special needs of infants' and toddlers' foster parents: Development of a relational intervention. *Zero to Three Bulletin*, 22, 7-13.
- Circle of security: [www.circleofsecurity.org](http://www.circleofsecurity.org)
- Elearning Plattform (auch für Infos über Frühe Hilfen): <https://fruehehilfen-bw.de/login/index.php>
- Lernprogramm „Baby-Lesen“ [http://www.amazon.de/Lernprogramm-Baby-Lesen-%C3%9Cbungsfilme-Kinderkrankenschwestern-Sozialberufe/dp/3830454821/ref=pd\\_bxgy\\_b\\_text\\_z/278-1804829-2609955](http://www.amazon.de/Lernprogramm-Baby-Lesen-%C3%9Cbungsfilme-Kinderkrankenschwestern-Sozialberufe/dp/3830454821/ref=pd_bxgy_b_text_z/278-1804829-2609955)