

# **Bindungsunsicherheit mit Risiken für die spätere Partnerschaft**

**(von Antje Kräuter)**

Unzweifelhaft haben die Erkenntnisse der Entwicklungspsychologie, der Bindungslehre, der Anthropologie und der Neurobiologie dazu beigetragen, dass wir die Entwicklung des emotionalen Gehirns des Kleinstkindes besser verstehen und damit zusammenhängend auch die Auswirkungen von Unsicherheit und Angst auf ihre psychische und körperliche Gesundheit bis hin ins spätere Erwachsenenleben.

Mehrere **Risikofaktoren** während seiner Entwicklung gefährden die psychische und physische Gesundheit des Menschen.

1. Dazu gehört auch lt. Deutscher Liga für das Kind eine **nicht qualitätsgemäße frühe Fremdbetreuung**, wie es aus dem Positionspapier "Gute Qualität in Krippe und Tagespflege" in folgenden Auszügen zu entnehmen ist:

"Inwieweit die Ausweitung des Platzangebots für unter Dreijährige tatsächlich den Kindern zugute kommt, welche **neuen Risiken** damit verbunden sind und in welchem Umfang das Wohl der dort betreuten **Kinder möglicherweise sogar Schaden erleidet, hängt entscheidend von der pädagogischen Qualität der Angebote ab.**

...Krippen und Kindertagespflegestellen, die **anerkannten Mindestanforderungen an Qualität nicht genügen**, können für die dort betreuten Kinder ein **erhebliches Entwicklungsrisiko** darstellen (Deutsche Psychoanalytische Vereinigung 2008, Maywald und Schön 2008, Scheerer 2008). Die Anpassungsfähigkeit des Kindes kann überfordert, das Sicherheitsgefühl erschüttert und die **seelische Gesundheit beeinträchtigt** werden. Risiken ergeben sich insbesondere in den Fällen, in denen eine Einrichtung oder Tagespflegestelle konzeptionell, strukturell oder personell nicht ausreichend für die Altersgruppe der unter Dreijährigen ausgestattet ist. Frei gewordene Plätze in Kindertageseinrichtungen ohne Weiteres mit Kindern unter drei Jahren aufzufüllen, ohne über die notwendigen Voraussetzungen zu verfügen, wird den Bedürfnissen der Kinder nicht gerecht und ist insofern fahrlässig.

**...Zu frühe, unvorbereitete oder zu lange Trennungen der Kinder** - besonders wenn deren **Sprach- und Zeitverständnis noch nicht weit genug entwickelt** sind - **erschüttern das Kind** in seinem **Vertrauen in** die Verlässlichkeit seiner wichtigsten **Bezugspersonen**.

...Die Deutsche Liga für das Kind - ein interdisziplinäres

Netzwerk von mehr als fünfzig Verbänden aus dem Bereich der frühen Kindheit – befürwortet den von der Politik beschlossenen und von einer breiten Mehrheit der Eltern erwünschten (Köcher 2007) Ausbau der Tagesbetreuung für Kinder in den ersten drei Lebensjahren. **Voraussetzung dafür ist, dass die Betreuung den Entwicklungsbedürfnissen der Kinder in dieser besonders verletzlichen Altersgruppe gerecht wird und fachlichen Mindestanforderungen genügt.** Eltern sollen und können selbst entscheiden, ob sie ihr Kind in die Krippe oder zu einer Tagespflegeperson geben oder ob sie es in den ersten Jahren zu Hause betreuen. Dafür müssen aber auch Betreuungsangebote in ausreichender Anzahl und guter Qualität vorhanden sein, was bisher an vielen Orten nicht der Fall ist.

...Eine solche gemeinsame Aktion muss sich an wissenschaftlich fundierten und fachlich anerkannten Qualitätsstandards orientieren. Die nachfolgenden „Eckpunkte guter Qualität in der Krippe“ bzw. „Eckpunkte guter Qualität in der Kindertagespflege“ bieten hierfür eine Grundlage. Ziel ist es, zu einer Länder- und Trägerübergreifenden Verständigung über Mindestanforderungen für die Qualität in Krippen und Kindertagespflegestellen zu kommen, die nicht unterschritten werden dürfen.

### **...(B) Strukturqualität**

#### **Erzieher(innen)-Kind-Schlüssel**

Der Erzieher(innen)-Kind-Schlüssel wird in Abhängigkeit vom Alter der Kinder festgelegt:

**Kinder im ersten Lebensjahr:1:2;**

**Kinder im Alter von ein bis zwei Jahren:1:3;**

**Kinder im Alter von zwei bis drei Jahren: 1:5.**

Bei altersgemischten Gruppen sind die Zahlen entsprechend anzupassen (Beispiel: bei zwei Kindern zwischen ein und zwei Jahren und zwei Kindern zwischen zwei und drei Jahren ergibt sich ein Schlüssel von 1:4). Bei Kindern mit besonderen Bedürfnissen (z. B. einer Behinderung) wird die Zahl der Kinder pro Erzieher(in) reduziert.

...In der Liga arbeiten Wissenschaftler(innen) und Praktiker(innen) unterschiedlicher Professionen zusammen. Vertreten sind Kinder- und Jugendpsychiatrie, Pädiatrie, Entwicklungspsychologie, Psychoanalyse, Pädagogik, Soziologie und Rechtswissenschaft."

Im ganzen Land wären entsprechend dieses Papiers im Jahre 2013 durchschnittlich alle Krippenkinder bisher Risiken ausgesetzt gewesen, da man davon ausgehen muss, dass dieser geforderte Betreuungsschlüssel weder in der DDR (5:1) noch in Gesamt-Deutschland noch

jemals verwirklicht worden ist, jedenfalls nicht im statistischen Mittel. Dazu folgende Angaben zum Betreuungsschlüssel in der Krippe in der Freien Presse Chemnitz am 26.07.2014: Ist (Mai 2013): **1 Erzieher auf 6,6 Kinder in Sachsen**

**1 Erzieher auf 6,3 Kinder in Ost**

1 Erzieher auf 3,8 Kinder in West

1 Erzieher auf 3,2 Kinder in Bremen

### **Wodurch entstehen dabei Risiken?**

**a)** Dieser **Betreuungsschlüssel** beraubt die Erzieher der zeitlichen Möglichkeit, auf die Kleinstkinder täglich über den Betreuungszeitraum hinwegausreichend feinfühlig eingehen und sie unterstützen zu können.

Unsere Kleinen müssen und mussten so bisher die wichtigsten zwei Prädiktoren für ein sicheres Bindungsmuster (Grossmann, K. & Grossman, K.E., 2004. *Das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett Cotta, S. ) entbehren, was damit ein erhebliches Risiko für ihre gesunde psychische Persönlichkeitsentwicklung darstellt:

"Die vielfältigen Ergebnisse sehr unterschiedlicher Langzeituntersuchungen lassen keinen Zweifel offen, dass die Struktur psychischer Sicherheit statistisch signifikant mit den elterlichen Reaktionen auf das Bindungs- und Explorationsverhalten des Kindes zusammenhängt, ebenso mit ihrer Unterstützung und angemessenen Herausforderung."

"... gibt zu jedem Alterszeitpunkt die von den Eltern beeinflusste Qualität der psychischen Sicherheit den Ausschlag dafür, wann, unter welchen Bedingungen und wie oft das Pendel in die Richtung eines weniger konstruktiven, weniger kohärenten psychischen Gefüges ausschlägt."

Viele Eltern sind gezwungen, auf das deutlich gezeigte morgendliche Bindungsverhalten ihrer Kleinstkinder beim Abschied in der Krippe, ja sogar schon manchmal beim Einsteigen ins Auto auf den Weg dorthin, unfeinfühlig zu reagieren, da der Arbeitgeber ruft. Häufige tägliche emotionale Erschütterungen, die sich dann in der Krippe auch fortsetzen können, wenn ihm dort auch von anderen Kindern oder anderen Personen unfeinfühlig oder wenig unterstützend begegnet wird, erschüttern seine Sicherheit. Falls schon unsichere Bindungen manifestiert sind (unsicher-vermeidend, ängstlich-ambivalent), verstärkt sich der innere Stress bis hin zu deutlichen körperlichen Auswirkungen mittels Veränderung des Cortisolprofils. Eine Schwächung des Immunsystems ist deren offensichtliche Folge.

**Prof. Dr. Lieselotte Ahnert** sprach 2007 auf dem Internationalen und interdisziplinären Symposium der Theodor-Hellbrügge-Stiftung in München zur Krippenforschung.

Die Berliner Studien zur Krippenadaptation von Kindern zwischen 12 und 24 Monaten von Rau und Ziegenhain im Westen (1984 bis 1989) und Ahnert, Lamb & Seltenhain (2000) zwischen 1993 und 1997 im Osten hätten gezeigt, dass die unsicher vermeidende Bindung von 26 bis 38 % im Westen und zu 46 % (!) im Osten vorkommt (die unsicher-vermeidende Bindung ist gefährlich wegen eines chronisch erhöhten Cortisol-Levels = Anm. d. Autorin). Auch sie stellte fest, dass weniger sichere Bindungsmuster zwischen Kind und Erzieherin als zwischen Kind und Mutter vorkommen und schlussfolgert: Erzieherinnen müssen mütterlich sein!

b) Risiken entstehen weiter durch **unfeinfühlig**e **Krippenerzieher** in der frühen Zeit auch dadurch, dass diese psychisch beeinträchtigt oder sogar (unbehandelt) traumatisiert sein können.

Deshalb fordert das Positionspapier der Deutschen Liga für das Kind:

### **Aufbau sekundärer Bindungen**

Jedem Kind wird ein(e) **Bezugserzieher(in)** zugeordnet. Die Erzieher(innen) gehen auf die Bindungsbedürfnisse der Kinder ein. Sie sind bereit und werden darin unterstützt, in Ergänzung zu den Eltern **sekundäre Bindungen** zu den Kindern aufzubauen und für sie zu vertrauten Bezugspersonen zu werden.

### **Bezugserzieher(in)**

Die/der Bezugserzieher(in) **begleitet** das Kind **kontinuierlich** während der Eingewöhnungszeit und soweit möglich während des gesamten Verbleibs des Kindes in der Einrichtung. Sie/er ist zugleich die zentrale Ansprechpartner(in) für die Eltern. **Unvermeidliche Wechsel von Erzieher(inne)n werden rechtzeitig bekannt gegeben und der Übergang wird gemeinsam mit den Eltern geplant.**

### **Beziehungsvolle Pflege und wertschätzender Dialog**

Die **Fähigkeit** und die Bereitschaft der **Erzieher(innen)** zu beziehungsvoller Pflege und zum wertschätzenden Dialog mit den Kindern sind Grundlage des pädagogischen Handelns. Die Erzieher(innen) sind bereit und in der Lage, die Bedürfnisse und Signale der Kinder wahrzunehmen, sie richtig zu interpretieren und darauf angemessen zu reagieren. Aufmerksamkeit, Feinfühligkeit und Wertschätzung der Kinder sind Kennzeichen der Bildung, Erziehung und Betreuung.

Dr. K.-H. Brisch ging auf der oben genannten Tagung noch weiter:

"Die Erzieherin darf selbst kein Trauma erlitten haben oder es muss erfolgreich psychotherapeutisch behandelt sein!"

Als Psychotherapeutin kann ich dies nur bestätigen. Es betrifft Mütter und Erzieherinnen. Mütter haben oft nach der Geburt erhebliche Schwierigkeiten in ihrem Gefühlsleben und mit der empathischen Betreuung ihres Babys. Klagen über unfeinfühliges Erziehverhalten im Kindergarten kommen oft von meinen erwachsenen Patienten. Mütter und Erzieher sind normale Menschen. Selbst wenn Erzieher in ihrer Ausbildung notwendiges Verhalten

anempfohlen bekommen, können es nicht alle umsetzen. Aus den neurobiologischen und psychotherapeutischen Erkenntnissen heraus wissen wir heute vom Primat der Gefühle gegenüber Kognitionen. Aus der Bindungstheorie wissen wir über die Auswirkungen unsicherer Bindungsmuster eines großen Teils unserer Bevölkerung. Selbst Erzieher kommen wegen Depression und Reizbarkeit in Therapie und arbeiten gleichzeitig weiter. Negative- wenn auch infolge der laufenden Therapie abgemilderte- Auswirkungen auf die ihnen anvertrauten Kinder sind unvermeidbar.

c) Fabienne Becker-Stoll wertete im Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik die NICHD-Studie des Early Child Care Network (1997) aus: "Die Kombination von wenig feinfühligem Betreuungsangebot sowohl zu Hause als auch in außerfamiliärer Betreuung war allerdings sehr häufig mit **unsicheren Mutter-Kind-Bindungen** verbunden. Dies zeigt, dass schlechte Tagesbetreuung eher von unfeinfühligem Müttern akzeptiert wird und sich diese Kombination dann besonders problematisch auf die Mutter-Kind Beziehungen auswirken kann."

In meiner Stadt haben wir das Problem, dass viel zu viele Eltern viel zu sorglos ihr Kind einer äußerlich gut aussehenden Krippe mit gutem Essen, schönen Räumen und großem Garten anvertrauen, ohne sich überhaupt nach dem so wichtigen Betreuungsschlüssel zu erkundigen. Eine Kinderkrippe ab den ersten 12 Monaten, wie sie im Durchschnitt in Deutschland angeboten wurde und wird, nämlich mit unzureichendem Betreuungsschlüssel und der Nichtgewährleistung einer festen Bezugsbetreuerin, die zu einer sekundären Bindungsperson werden könnte, gefährdet eine störungsfreie Entwicklung. Die erreichte Bindungssicherheit kann sich verschlechtern. Auch die Kinder mit bereits unsicher-vermeidenden oder desorganisierten Bindungsmustern reagieren zwar teilweise für Außenstehende angepasst, jedoch zeigten z.B. Untersuchungen, dass die Stoffwechsellage beim Stresshormon Cortisol bedenklich wurde. Später entwickeln sich auch bei ihnen auffällige Verhaltensmuster und / oder ein körperlich schlechterer Gesundheitsstand. Die ängstlich-ambivalent gebundenen Kinder weinen oft wochenlang beim Abgeben und auch beim Abholen, zeigen damit klar ihre Not. Sicher gebundene Kinder weinen oft auch noch längere Zeit beim Abschied, freuen sich aber in der Regel, wenn sie von ihrer Hauptbezugsperson abgeholt werden. Unter all diesen Verhaltensweisen liegt Angst, auch Enttäuschung, manchmal entsteht das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit, das Gefühl, vergessen zu sein.

2. Nachdem wir also wichtige frühe Risiken für die Bindungsentwicklung kennengelernt haben, darf nicht vergessen werden, dass auch **spätere Risiken in der Familie** im Verlauf der Kindheit (Elternstreit, Scheidung, Psychopathologie oder Sucht bei den Eltern) die Sicherheit des Heranwachsenden in Bezug auf seine Umwelt und auf seine Stellung in ihr, stark beeinflussen können. Um so unsicherer und negativer wird er über Bindung an nahe stehende Menschen eingestellt sein, je mehr er von seinen Bezugspersonen enttäuscht wurde.

Regelrecht traumatisiert werden Kinder, wenn Übergriffe von nahen Bezugspersonen, chronische Ablehnung oder chronisches Desinteresse auf sie einwirkte. Dies ist überzufällig mit einer unsicheren Bindung zwischen diesen Eltern und ihrem Kind schon von früher Kindheit an verbunden. Ist der Vater oder Stiefvater aggressiv und schützt die Mutter ihr Kind nicht, ist sie selbst meist schon traumatisiert worden und konnte ihrem Kind schon im

Babyalter zu keiner sicheren Bindung verhelfen (Transgenerationale Weitergabe von Bindungsunsicherheiten und Desorganisation).

### **3. Bindung und Partnerschaftsfähigkeit**

Diese oben genannten Gefühle der Angst und Unsicherheit werden oft dann im Leben wieder erweckt, wenn es um das Thema Bindung und Trennung geht, v.a. in der Partnerschaft und auch bei der Geburt der eigenen Kinder.

In meine Praxis kommen junge Mütter, die oft durch das Babyschreien destabilisiert werden. Sie fühlen sich hilflos und nicht in der Lage, ihr Kind zu trösten, ihre Elternrolle auszufüllen. In der Psychotherapie tauchen dann oft Bilder aus der früheren Krippenzeit, Bilder vom Gitterbett, von Dunkelheit, von ihren gefesselten Hände an die Gitterstäbe im Krankenhaus oder in der Krippe und viele weitere schreckliche "Erinnerungen" auf.

Wahrnehmungen, die uns über die Sinnesorgane erreichen (Auge, Ohr, Nase, Haut, Gleichgewichtsorgan) werden besonders dann im limbischen System des Gehirns gespeichert, wenn sie mit starken Gefühlen verbunden waren. Bestimmte, die Sicherheit gefährdende Vorkommnisse, dürfen unter einem evolutionären Blickwinkel nicht vergessen werden, darüber wachen die Gefühle von Angst. Bewusst können wir uns zwar an Vorkommnisse dieser Art in den ersten Jahren nicht erinnern, aber gleichartige Eindrücke im späteren Leben "triggern" die alten Gefühle, d.h. lösen diese auf Grund der Ähnlichkeit der Situation wieder aus. So können auch teilweise die sogenannten Wochenbettstörungen begründet werden. Mit Hilfe (trauma)therapeutischer Techniken kann man die den Gefühlen zugehörigen Bilder wieder sehen und dann auch heilsam behandeln. Danach ist die Mutter sehr viel besser in der Lage, ihrem Baby Zuwendung zu geben.

Sehr häufig begegnen uns in den Psychotherapie-Praxen junge Erwachsene, die sich nicht von ihrem aggressiven oder anderweitig schädigenden Partner trennen können, obwohl alles gegen die Fortführung einer Partnerschaft spricht. Sie können nicht einen Tag allein sein, nicht in ihrer Wohnung, auch manchmal nicht weit von ihren Eltern entfernt ihren Urlaub verbringen. Sie sind abhängig und nicht eigenständig lebensfähig. Das ist meist auf ein desorganisiertes Bindungsmuster aus der Kindheit zurückzuführen.

Aber auch diejenigen, die keine verbindliche Ehe eingehen können, haben in der Regel ein unsicher-vermeidendes Bindungsmuster und Angst vor einer endgültigen Bindung, die sie sich nicht vorstellen können. Die zugrunde liegende Angst, doch wieder verlassen zu werden, ist auf Grund einer sehr frühen Erfahrung des "Nicht-Ankommens" bei der Hauptbezugsperson und in der Krippe zu groß, aber meist vollkommen unbewusst.

Aggressiv handelnde Partner sind in ihrer Kindheit mit ziemlicher Sicherheit auch enttäuscht, möglicherweise selbst misshandelt oder vernachlässigt worden.

In all diesen Fällen spielen also unsere Erfahrungen auf der Gefühlsebene im sich entwickelnden Gehirn in den ersten Jahren des Lebens eine entscheidende Rolle.

So kann man vorsichtig vermuten, dass es im Osten Deutschlands auf Grund mehrerer Generationen mit Trennungserfahrungen in der frühen Kindheit entsprechend mehr

Bindungsunsicherheiten und zugrunde liegende Ängste, Aggressionen und Enttäuschungen bei den Kleinkindern auf Grund der flächendeckenden Berufstätigkeit der Mütter- meist in Vollzeit- gab, was mit erheblichem familiären Stress und begrenzten zeitlichen Ressourcen verbunden war. Solche Erfahrungen werden transgenerational weiter gegeben. So konnte sich dies möglicherweise auch auf Partnerschaftsqualität und -stabilität bzw. Eheschließungen in die nachfolgenden Generationen auswirken, wie es die im Rahmen auf unserer website unter Bindung aufgeführten Zahlen zum Anteil von Ehen im Gegensatz zu Lebensgemeinschaften und Alleinerziehenden in West und Ost zeigen.

Bindung ist ein roter Faden durch den Lebenslauf. Eine unsichere Bindung kann sich schwerer in eine sichere Bindung verwandeln, als dass sie sich manifestiert oder sogar noch stärker in die Unsicherheit bis zur Psychopathologie entwickelt.

Grossmann & Grossmann (Grossmann, K. & Grossman, K.E., 2004. *Das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett Cotta, S. 565) schreiben: "Je weniger feinfühlig die Mutter in den ersten drei Jahren gewesen war, desto unklarer war sich der junge Erwachsene über den Wert einer Partnerschaft. Aber auch hier war die Kettenwirkung deutlicher als der direkte Einfluss: Mütterliche Unfeinfühligkeit in der frühen Kindheit zeigte sich wieder in der mittleren Kindheit und spiegelte sich dann "doppelt" in einer unklaren Partnerschaftsrepräsentation (Partnerbindung- Anm. d. Autorin), aber auch direkt in einer verstrickten Bindungsrepräsentation (entwickelt sich aus der unsicher-amabivalenten Bindung in der frühen Kindheit- Anm. d. Autorin)."

Julia Berkic und Julia Quehenberger schreiben in K.-H. Brisch (Hrsg) (2012). *Bindungen- Paare, Sexualität und Kinder*. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 45: "...inflexibel regulieren Personen mit unsicheren internalen Arbeitsmodellen auch ihre Emotionen (Unterdrückung bzw. Übertreibung)." In ihrem Projekt "Emotionsregulation und Bindung bei Langzeit-Ehepaaren" fanden sie heraus, dass eine sichere Bindung dazu führt, dass diese Personen die Gefühle ihres Ehepartners genau beurteilen und angemessen auf sie reagieren können. Bindungssicherheit des einen Partners bestimme darüber hinaus auch die Wahrnehmung und das Verhalten seines Gegenübers. Unter den untersuchten 28 Langzeit-Verheirateten (15 bis 45 Jahre lang, durchschnittlich 28,5 Jahre) befand sich bei 80 % der Paare mindestens ein bindungssicherer Partner, untersucht nach dem AAI (Erwachsenen-Bindungsinventar). Bei über der Hälfte der Paare war ein Partner bindungsunsicher, der sichere Partner wirkte stabilisierend.

Kirsten von Sydow zu Bindung und Partnerschaft (dto.) "Die meisten Studien deuten darauf hin, dass eine höhere Partnerschaftssicherheit mit einer höheren Partnerschaftsqualität im Zusammenhang steht, mit freundlich-konstruktiveren Interaktionen und zuversichtlicheren partnerbezogenen Deutungsmustern." Gewalt und Aggression sei konsistent mit Bindungsunsicherheit assoziiert.

Aus Grossmann & Grossmanns Werk (s.o.) möchte ich abschließend ein zusammenfassendes Statement (S. 592) zitieren, das nahelegt, dass sich Bindungssicherheit in der frühen Kindheit zwangsläufig auf Fähigkeiten im Umgang mit anderen Menschen und dadurch natürlicherweise auch auf Partnerschaftsstabilität auswirkt: "Psychische Sicherheit zeigt sich darin, dass die Person kein oder nur wenig "abweichendes" Verhalten zeigt, sich zusammen mit nahestehenden Menschen um die Bewältigung kommender Anforderungen bemüht, sich

nicht entmutigen lässt, nicht verzagt oder resigniert und keine Widersprüche ausblendet. Psychische Unsicherheit führt leicht dazu, dass die Person ihr eigenes Leben oder das ihrer Mitmenschen unangemessen einschränkt, sich und andere belastet und der Lebensfreude beraubt. Die Anbahnungen dazu fanden wir besonders in der mittleren Kindheit, aber auch im Elternverhalten in der frühen Kindheit. Anders lassen sich die über 22 Jahre gefundenen Zusammenhänge nicht interpretieren."