

# Paar- und Elternberatung als Entwicklungsförderung von Kindern

## Ergebnisse aus der Bindungsforschung



FOTO: Ursula Dannhäuser

*Im Rahmen einer der umfangreichsten, bisher durchgeführten Längsschnittuntersuchungen, konnte gezeigt werden, dass die Qualität der von einem Kind erfahrenen Zuwendung der beste Vorhersagewert für eine gesunde psychische Entwicklung ist. Auf diesem Hintergrund ist die beraterische Unterstützung von Eltern auch eine wichtige Maßnahme zur Förderung gesunder kindlicher Entwicklung.*

Das konkrete Verhalten von Eltern ihren Kindern gegenüber hinterlässt in der Psyche der Kinder Spuren. Die Bindungstheorie spricht davon, dass frühkindliche Interaktionserfahrungen das Bild prägen, das man von sich selbst, den anderen und der Welt entwickelt. Gemeint ist damit die verinnerlichte Erwartung von Schutz,

Trost und Nähe in Beziehungen. In diesem Sinne „gerinnen“ Bindungserfahrungen zu stabilen Strukturen in unserer Psyche in Form von inneren Bildern, Erwartungen und Überzeugungen. Sie prägen damit unsere individuelle Persönlichkeit; sie machen uns sozusagen aus. Die Bindungsforschung hat für das verinnerlichte

„Bild“ unserer Bindungserfahrungen den Begriff der „inneren Arbeitsmodelle“ (von Bindungen) geprägt.

Sind diese inneren Bilder, Erwartungen und Überzeugungen erst einmal verinnerlicht, dann sind sie recht stabil und beeinflussen die Art und Weise, wie wir uns selbst erleben und fühlen sowie unsere Wahrneh-

mungen von äußeren Situationen. Je nach Art und Beschaffenheit dieser Überzeugungen, Erwartungen und Bilder, führt dies zu einer unterschiedlichen Wahrnehmung und Bewertung sozialer (Konflikt-) Situationen. Ein konkreter Paarkonflikt wird z.B. je nach dem inneren Arbeitsmodell ganz unterschiedlich wahrgenommen und bewertet. Jemand, der die innere Überzeugung gebildet hat, dass andere ihn nicht tatsächlich lieben können (weil er selbst als Kind nicht vorbehaltlos geliebt wurde), wird sich vermutlich von einem Partner, der z.B. den Hochzeitstag vergessen hat, viel mehr innerlich verletzt erleben, als jemand, der sich für liebenswert hält.

Die spezifische Art, wie ich Konfliktsituationen wahrnehme, sozusagen meine „individuelle Einfärbung“, beeinflusst natürlich meine Reaktionen darauf. Mit diesen Reaktionen beeinflusse ich wiederum auch die anderen, die meine Reaktion wahrnehmen und aufgrund ihrer eigenen inneren Bilder und Überzeugungen interpretieren. So können leicht – sich gegenseitig aufschaukelnde, leidvolle

## Minnesota Längsschnittstudie

Die Minnesota Längsschnittstudie begann 1975 an der Universität von Minnesota und läuft bis heute. Bei Untersuchungsbeginn waren die Probanden Säuglinge und Babys. Sie wurden im Verlauf der Studie zu unterschiedlichen Zeitpunkten untersucht, sind heute schon erwachsen und haben zum Teil selbst schon wieder Kinder. Die Studie ist eine der ersten prospektiven Langzeitstudien, die ergründen sollte, wie sich die Eltern-Kind-Beziehung entwickelt, wie sie sich im Laufe der Jahre verändert und welchen Einfluss die Qualität der Bindung in der Kindheit auf die spätere Entwicklung ausübt. Ein Schwerpunkt dieser Studie liegt auf der Untersuchung der Effekte früher Erfahrungen, insbesondere der Bindungserfahrungen der Eltern-Kind-Beziehung. Es sollten Bedingungen zur Förderung gesunder Persönlichkeitsentwicklung erforscht werden, aber auch die Vorläufer von Fehlanpassungen und pathologischen Entwicklungen.



FOTO: Ursula Dannhäuser

Teufelskreisläufe von eskalierenden Konfliktsituationen, aber auch wohl-tuende Engelskreisläufe von lust- und freudvollen Beziehungserfahrungen – entstehen.

Durch die Art meiner inneren Überzeugungen nehme ich (unbewusst) aktiv Einfluss auf meine Umgebung. Ich „manipuliere“ sozusagen die anderen, sich in einer bestimmten Art und Weise mir gegenüber zu verhalten. Die anderen sind meinen „Manipulationsversuchen“ aber nicht ganz schutzlos ausgeliefert, sondern sie interpretieren sie aufgrund ihrer eigenen inneren Bilder, Erwartungen und Überzeugungen.

Bindungsforscher beschreiben 4 typische Formen von verinnerlichten Bindungserwartungen und –überzeugungen, die immer wieder anzutreffen sind:

- 1. Sicher gebundene Kinder** haben die Erwartung, durch Mitteilung ihrer Gefühlslage eine bessere Einstellung der anderen hervorzurufen. Sie erwarten Sicherheit, liebevolle Verbundenheit und Vertrauen. Sie sehen die Welt optimistisch und wurden bisher nur wenig enttäuscht.
- 2. Unsicher-vermeidend gebundene Kinder** versuchen durch Unterdrückung der eigenen Gefühle und der inneren Not, die Anerkennung und Zuwendung anderer zu erhalten. Indem sie eine offene Kommunikation ihrer Gefühle eher vermeiden, wollen sie sich vor Zurückweisung schützen und wirken dadurch oftmals autonomer als sie emotional tatsächlich sind.

### 3. Unsicher-ambivalent gebundene

**Kinder** sind ständig auf der Hut, misstrauisch und unsicher, ob die Beziehungsperson tatsächlich für sie da ist. Durch diese permanente innere Anspannung fällt es ihnen oft schwer, sich auf Dinge zu konzentrieren. Sie haben ein großes Nähebedürfnis, was aber gleichzeitig unstillbar zu sein scheint. Diese Kinder können oft die Art der Zuwendung der Beziehungsperson nicht gut einschätzen oder berechnen.

### 4. Desorganisiert gebundene

**Kinder** können keine einheitliche Erwartungshaltung ausbilden. Sie fallen durch widersprüchliches und schwer nachzuvollziehendes Verhalten auf.

Im Rahmen einer der umfangreichsten bisher durchgeführten Längsschnittsuntersuchung<sup>1</sup> (Minnesota-Studie siehe Kasten) konnte gezeigt werden, dass Kinder, je nachdem welche inneren Arbeitsmodelle von Bindungen sie verinnerlicht hatten, unterschiedliche Reaktionen bei ihren Erzieherinnen auslösten. Kinder mit sicherem Bindungshintergrund wurden als warm, sich gegenseitig respektierend, angenehm und aufrichtig charakterisiert. Sie hätten nur ein geringes Ausmaß an Kontrolle und Bemuttern benötigt und es hätte mehr Entgegenkommen von ihnen gegeben. Bei Kindern mit unsicher-ambivalentem und unsicher-vermeidendem Bindungshintergrund äußerten die Erzieherinnen das Gefühl, immer sehr viel Kontrolle ausüben zu müssen und wenig Entge-

genkommen der Kinder erwarten zu können. Unsicher-vermeidende Kinder lösten zudem auch häufiger Ärger aus, was für keines der Kinder der beiden anderen Bindungsklassifikationen zutrif. Diese Reaktion der Erzieherinnen prägt und beeinflusst natürlich wiederum die Kinder und verstärkt leider allzu oft deren ungünstige Überzeugungen von sich selbst und den anderen. Leicht können hier Kinder ins Abseits geraten und sich an die Rolle des Störenfrieds oder des nicht gemochten oder schwierigen Kinds gewöhnen.

Mit zunehmendem Alter spielen für Kinder Gleichaltrige eine immer bedeutendere Rolle. Im Rahmen der oben erwähnten Studie stellte man fest, dass sich die Qualität von Gleichaltrigenbeziehungen aufgrund des Bindungshintergrundes der Kinder

in Ansätzen vor, so reagierten sie mit Gegenaggression und hielten so Distanz. Ausbeutung konnte nur beobachtet werden, wenn Kinder mit unsicher-vermeidendem Bindungshintergrund untereinander oder mit unsicher-ambivalent gebundenen Kindern gepaart waren. Es kam in solchen Fällen „zu körperlichen Übergriffen, systematischem Sarkasmus, Herabwürdigung und Zurückweisung“<sup>2</sup>. Unsicher-ambivalent gebundene Kinder nahmen regelmäßig die Opferrolle ein und stellten immer wieder den Kontakt her, der schließlich in Ausbeutung resultierte.

Nach den Ergebnissen der Minnesota-Studie ist die Gesamtheit der von einer Person erfahrenen elterlichen Zuwendung der beste Vorhersagewert für die spätere Entwicklung. Aber es wurde auch festgestellt, dass sich das kindliche Verhalten verbesserte, wenn die Zuwendung sich verbesserte.<sup>3</sup> Diese wissenschaftlichen Ergebnisse begründen somit die Möglichkeit, durch Unterstützungsangebote für (insbesondere belastete) Eltern die Qualität der Beziehung zu ihren Kindern zu verbessern.

Ein weiteres Ergebnis der Studie besagt, dass die Unterstützung durch Familie und Freunde ein wichtiger Kontextfaktor für die Eltern in der Erziehung ihrer Kinder ist. Die Möglichkeit, solche Beziehungen eingehen zu können, ist wiederum abhängig von der eigenen Beziehungserfahrung und von früheren Beziehungserfahrungen mit Gleichaltrigen. Frühe Bindungserfahrungen bereiten den Weg für positive oder negative Beziehungen zu Gleichaltrigen. Diese Beziehungen wiederum bilden die Grundlage für zufriedenstellende oder

unbefriedigende Paarbeziehungen, und diese erwachsenen Partnerbeziehungen sind besonders bedeutsam, da sie, je nach Situation, einen Schutz- oder Risikofaktor für die Entwicklung der Bindungsbeziehung zu den eigenen Kindern darstellen.

Welch gute Wirkung unterstützende und stabile erwachsene Paarbeziehungen entfalten können, zeigte sich eindrucksvoll bei der Untersuchung von Müttern, die in ihrer Kindheit misshandelt wurden. Bei denjenigen, die ihre eigenen Kinder – aufgrund ihrer eigenen negativen Erfahrungen – nicht misshandelten, fand man stabile und unterstützende erwachsene Partnerbeziehungen. Befriedigende Erwachsenen-Partnerbeziehungen können also ein ausgezeichnetes Potential für die Veränderung von ungünstigen Bindungserfahrungen darstellen.<sup>4</sup> Durch sie können ungünstige frühe Erfahrungen nachträglich korrigiert werden. Aus bindungstheoretischer Perspektive geht es bei vielen Paar- und Einzelberatungen genau darum andere heilsame Bindungserfahrungen herzustellen.

Aus dem Ergebnis der Minnesota-Studie kann somit abgeleitet werden, dass, wenn man die Entwicklung von Kindern fördern will, neben der Förderung des Kindes zusätzliche Unterstützung der Eltern unabdingbar ist. Nur wenn Eltern sich ausreichend stabil erleben und sie mit ihrem eigenen Leben zumindest grundsätzlich zufrieden sind, haben sie die Möglichkeit ihren Kindern angemessene und hilfreiche Beziehungen anzubieten. Das intuitive Wissen um diesen Sachverhalt ist bei Praktikern aus dem Bereich der Jugendhilfe aufgrund ihrer alltäglichen Erfahrung schon lange vorhanden. In Zeiten engerer Haushaltsmittel wird ein Beleg der Wirksamkeit der Beratungsangebote immer wichtiger. Hierfür liefert die erwähnte Studie eine ausgezeichnete Datengrundlage. Es bleibt zu hoffen, dass in Zeiten zunehmend knapper finanzieller Mittel nicht am falschen Ende gespart wird.

Peter Kälble



FOTO: Ursula Dannhäuser

vorhersagen ließ. So konnte etwa das Vorkommen von Ausbeutung in Beziehungen bei Kinderpaaren mit sicherem Bindungshintergrund nicht beobachtet werden. Kam Ausbeutung bei sicher gebundenen Kindern

1 Minnesota Längsschnittstudie zu Risiken und Anpassung von der Geburt bis zum Erwachsenenalter. Vgl. Gerhard J. Sues: Das Selbst als Ausdruck dyadischer und individueller Organisation: Integrative Impulse der Bindungsforschung für die beraterische/therapeutische Praxis. In: Gottfried Spranger, Peter Zimmermann (Hrsg.): Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung. Klett-Cotta: Stuttgart, 1995. S. 396-408

Ebenso: Byron Egeland: Ergebnisse einer Langzeitstudie an Hoch-Risiko-Familien. Implikationen für Prävention und Intervention. In: Karl Heinz Brisch, Klaus E. Grossmann, Karin Grossmann, Lotte Köhler (Hrsg.): Bindung und seelische Entwicklungswege. Grundlagen, Prävention und klinische Praxis. Klett-Cotta: Stuttgart 2002. S.305-234.

2 Gerhard J. Sues, a.a.O. S. 400

3 Gerhard J. Sues und June Sroufe: Klinische Implikationen der Minnesota Längsschnittstudie zur Persönlichkeitsentwicklung von der Geburt bis ins Erwachsenenalter. In Zeitschrift: Frühe Kindheit 06/08. Dokumentation der Jahrestagung der Deutschen Liga für das Kind. S. 8ff.

4 Gerhard J. Sues und June Sroufe. A.a.O. S. 13