

Hans-Dieter Dicke

Zur Konstruktion von Beziehungsrealitäten
Die Bindungstheorie BOWLBYs

in: Klaus Lumma (Hrsg.):
Orientierungsanalyse
Halbjahrbuch 2/99
Seite 118 – 123

IHP Manuskript 1408 F * ISSN 0721-7870

IHP Bücherdienst

Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447

eMail office@ihp.de internet www.buecherdienst.ihp.de



Zur Konstruktion von Beziehungsrealitäten

Die Bindungstheorie BOWLBYs

Hans-Dieter Dicke

Die Bindungstheorie - zuerst von John BOWLBY Anfang der 50-er Jahre formuliert - stellte in ihrer Entstehungsphase eine *Erweiterung und Differenzierung der psychoanalytischen Entwicklungstheorie* dar. Später stärkte die Bindungstheorie ihren eigenständigen Charakter durch die Verankerung ihrer Hypothesenbildung im evolutionsbiologischen Denken (Ethologie/Soziobiologie) und der systemtheoretischen Weltsicht (Kybernetik/Kontrolltheorie). Das ausgeprägte Interesse der empirischen Sozialforschung an der Überprüfung bindungstheoretischer Hypothesen unterstützte die Etablierung der Bindungstheorie.

Meiner Ansicht nach sind die bindungstheoretischen Erklärungsangebote menschlichen Verhaltens für das Verständnis der Grundbedingungen erfolgreichen biographischen Lernens besonders nützlich, weil sie im Rahmen der psycho-biologischen Konzeption radikal-konstruktivistischen Denkens einen hohen Plausibilitätswert bieten.

Die Bindungstheorie

- begründet eine biologische Bereitschaft und Notwendigkeit zur Herstellung von Bindungen auf der Grundlage stammesgeschichtlicher Entwicklungsbedingungen (Phylogenese),
- erläutert „die psychologischen Gegebenheiten bei der individuellen Verwirklichung von Bindungen des Kindes an seine Eltern zu Beginn des Lebens und ihre Konsequenzen für das Individuum während des Lebenslaufs (Ontogenese)“ (K.E. GROSSMANN, u.a., 1989, S. 31),
- erklärt, warum die jeweils sehr persönliche Verinnerlichung von subjektiven Bindungserfahrungen oft lebenslange Auswirkungen hat. Diese frühe Prägung beeinflusst überdauernd das Erleben und Bewerten von eigenen (und wahrgenommenen fremden) Gefühlen. Dieses „Gefühlsleben“ - verstanden als bewußtes oder unbewußtes Werturteil- bildet die Grundlage des Selbstempfindens und ist die mitentscheidende Basis bei der Herstellung von Beziehungsmustern zu anderen Menschen (einschließlich der späteren Beziehungspartner und der eigenen Kinder).

Die Bedeutung von frühen Bindungserfahrungen für das menschliche Selbstempfinden und die Herstellung von Beziehungsmustern

Gegenüber der psychoanalytischen Entwicklungstheorie hat die Bindungstheorie den Vorteil, daß sie sich aus empirisch weitgehend überprüfbareren Annahmen und Begriffen konstituiert. Statt von psychischer Energie, Trieben, Affektbesetzung und -entladung, etc. (die sämtlich nicht empirisch nachweisbar sind), ist innerhalb der bindungstheoretischen Begrifflichkeit von Verhaltenssystemen und deren Steuerung, von Feedback und Homöostase, etc., die Rede. Dieser „Begriffsapparat“ ist nicht nur plausibel, sondern auch empirisch überprüfbar. Außerdem werden Annahmen der *Kommunikationstheorie* zumindest implizit verarbeitet.

Im Gegensatz zur psychoanalytischen Sichtweise, die die Entstehung von Bindungen zwischen Eltern und Kind nur sekundär motiviert sah, (*durch das fortdauernde Ernährungs- und Versorgungsangebot der Mutter als Antwort auf die Triebforderungen des „ES“ von Seiten des Kindes*), begreift die Bindungstheorie die Bindungsbereitschaft von Eltern und Kind als primär motiviert. Primär bedeutet hier, daß Bindungsverhalten als System - also eine Ansammlung einzelner unterschiedlicher Verhaltensweisen, die dem gleichen Ziel dienen (z.B. weinen, anklammern, nachfolgen, rufen, etc., also jegliches Verhalten, das im günstigen

Fall zu Zuwendung, Tröstung und Versorgung von Seiten der Eltern führt) - neben dem *Selbsterhaltungssystem* und dem *Fortpflanzungssystem* eine eigenständige Stellung und Bedeutung zuerkannt bekommt. Das Zeigen von Bindungsverhalten soll auf Seiten der Eltern das dem Bindungsverhalten komplementäre Fürsorgeverhalten aktivieren. Im Zusammenspiel von Bindungsverhalten und Fürsorgeverhalten wird am Beginn des Lebens die Selbsterhaltung (Autopoiese) des Säuglings gewährleistet.

Ebenso ermöglicht die positive Rückkopplung der beiden Verhaltenssysteme die regelmäßige Wiederherstellung eines homöostatischen (ausgeglichene, harmonischen) Gefühlszustands im Kind, was wiederum die Bedingung für die Aktivierung des Explorationsverhaltenssystems beim Kind ist.

In der Alltagssprache ausgedrückt heißt dies: Wenn ein Säugling schreit, weil er Hunger hat oder einen sonstigen bedrohlichen Reiz verspürt und die Eltern auf dieses Signal reagieren, indem sie ihr Kind füttern, versorgen oder trösten, dann wird der Säugling in der Regel wieder ruhig und/oder zugewandt und wird nach dieser Bedürfnisbefriedigung entweder schlafen oder seine Umwelt erkunden. In dieser Ereignisabfolge hat der Säugling „gelernt“, daß es jemanden gibt, der seine existentiellen Bedürfnisse befriedigt, wenn es nötig ist, und daß er als befriedigter Mensch seine Mitwelt interessiert wahrnehmen kann. Die Eltern haben während derselben Ereignisabfolge „gelernt“, daß sie die „Sprache“ ihres Kindes richtig verstehen können und daher das Richtige tun können, um ihrem Kind gute Eltern zu sein. Die Beruhigung des Kindes selbst und seine anschließende Zuwendung (oder auch sein zufriedenes Schlafen) empfinden sie als Belohnung. Dieses Empfinden ist zumeist nicht bewußt aber gleichwohl wirksam im Sinne gegenseitiger positiver Verstärkung.

Der Begriff „Bindung“ selbst ist ein Konstrukt (eine gedankliche Hilfskonstruktion, die nicht direkt beobachtbar ist, sondern aus anderen beobachtbaren Daten erschlossen werden muß), das dem Bindungsverhaltenssystem und den zugehörigen Gefühlen auf Seiten des Kindes und dem Fürsorgeverhaltenssystem und den zugehörigen Gefühlen auf Seiten der Eltern einen plausiblen Rahmen gibt.

Natürlich ist der geschilderte Ablauf isoliert und idealtypisch, aber er verdeutlicht meines Erachtens den überlebensnotwendigen Sinn dieser systemischen Kommunikation. Um die Komplexität des oben geschilderten simplen Alltagsgeschehens zu verdeutlichen und damit das Verständnis für die oft entstehenden Probleme zu wecken, sowie zugleich mögliche Lösungsideen zu erzeugen möchte ich an dieser Stelle einen Exkurs in die Grundlagen der Kommunikationstheorie nach WATZLAWICK anbieten.

Exkurs in die Grundlagen der Kommunikationstheorie

Paul WATZLAWICK und andere Kollegen verwenden in ihren grundlegenden Arbeiten über die „Pragmatik der menschlichen Kommunikation“ die Begriffe „Kommunikation“ und „Verhalten“ synonym. Die wesentlichen Gesetzmäßigkeiten, die sie über das Funktionieren und Scheitern menschlicher Kommunikation behaupten, werden in 5 „Axiome“ extrahiert.

1. Man kann nicht nicht kommunizieren.

Dazu bemerkt WATZLAWICK knapp und prägnant, Verhalten habe kein Gegenteil, es sei also unmöglich sich nicht zu verhalten. Dies bedeutet folgerichtig auch, daß man sich einem Kommunikationsangebot eines anderen grundsätzlich nicht entziehen kann. Da jede Kommunikation zirkulär verläuft (auch wer mit sich selbst redet, muß sich notwendigerweise „spalten“), ist eben auch die bewußte oder unbewußte Nichtbeachtung eines Kommunikationsangebots eine „Rückmeldung“, die der Anbieter wahrnimmt und interpretiert. Daraus folgt weiterhin: Jede Kommunikation schränkt die Möglichkeiten aller nachfolgenden Kommunikationen ein!

2. Jede Kommunikation hat einen Inhaltsaspekt und einen Beziehungsaspekt, der den Inhalt im Sinne einer Metakommunikation bestimmt.

Der Inhaltsaspekt einer Botschaft, ist ihr „Sachinhalt“. Der Beziehungsaspekt einer Botschaft definiert die Beziehung zwischen dem Kommunikationsgeber und dem Kommunikationsnehmer.

Diese Beziehungsdefinition bestimmt die Art und Weise wie ein Sachinhalt aufgenommen wird, d.h. je nach der Art der wahrgenommenen Beziehungsdefinition wird der Sachinhalt einer Botschaft vom Kommunikationsnehmer verändert. Der Sachinhalt einer Botschaft wird digital (verbal) ausgestrahlt. Der Beziehungsaspekt wird dagegen analog (nonverbal über Gestik, Mimik, Körperhaltung, Tonfall, usw.) kommuniziert.

Der Beziehungsaspekt einer Botschaft ergänzt und bestimmt zugleich den Sachinhalt. Zusätzlich kann diese analoge Beziehungsdefinition von der jeweils (unterschiedlich?) wahrgenommenen Vorgeschichte der Beziehung beeinflusst werden. Darüber hinaus kann die gegenwärtige Beziehungsdefinition von Kommunikationsgeber und Kommunikationsnehmer unterschiedlich formuliert (aufgefasst) werden. Somit sind Verständigungsprobleme leicht möglich, wenn nicht gar wahrscheinlich.

Tafel 26 Fünf Axiome der Kommunikationstheorie

1. Man kann nicht *nicht kommunizieren!*
2. Jede Kommunikation hat einen Inhaltsaspekt und einen Beziehungsaspekt, der den Inhalt im Sinn einer Metakommunikation bestimmt.
3. Die Beziehung zwischen Kommunikationspartnern wird durch die gegenseitige Interpunktion der Kommunikationsabläufe bestimmt.
4. Menschliche Kommunikation bedient sich digitaler und analoger Modalitäten.
5. Zwischenmenschliche Kommunikationsabläufe sind entweder symmetrisch oder komplementär, je nachdem ob die Beziehungen zwischen den Partnern auf Gleichgewicht oder Unterschiedlichkeit beruhen.

3. Die Beziehung zwischen Kommunikationspartnern wird durch die gegenseitige Interpunktion der Kommunikationsabläufe bestimmt.

Dem unvoreingenommenen Beobachter erscheint eine Folge von Kommunikationen als ein ununterbrochener Austausch von Mitteilungen. Jeder Teilnehmer an dieser Interaktion muß ihr jedoch unvermeidlich eine Struktur zugrundelegen, *d.h. er muß entscheiden, wo für ihn Anfang und Ende seines Agierens oder Reagierens ist.* Wenn wir die prinzipielle Kreisförmigkeit aller Kommunikationsabläufe als Postulat ernstnehmen, müssen wir weiterhin folgern, daß die oben beschriebene Interpunktion von Ereignisfolgen seitens der Kommunikationspartner subjektiv und willkürlich aber nicht zufällig ist.

Vielmehr wird die Art und Weise der vorgenommenen Interpunktionen sowohl von der gemeinsamen Geschichte der Kommunikationspartner als auch von der gegenwärtigen Deutung der aktuellen Situation beeinflusst. Wir bestimmen also auf diesem Hintergrund wer „Verursachender“ und wer „Reagierender“ in einem interpunktierten Ereignisablauf ist. Häufig weichen diese „Bestimmungen“ aller-

dings voneinander ab. Die Folgen dieser unterschiedlichen Wirklichkeitskonstruktionen können sehr weitreichend sein, besonders, wenn zwischen den Kommunikationspartnern keine Metakommunikation möglich ist.

4. Menschliche Kommunikation bedient sich digitaler und analoger Modalitäten.

Unsere *Verbalsprache bedient sich der digitalen Darstellungsform*. „Digital“ heißt hier: einen Bedeutungsinhalt in abstrakten Zeichen darstellen (schriftlich oder mündlich).

Zwischen den Zeichen und ihren Bedeutungen bestehen wenig Ähnlichkeiten, z.B. zwischen einem Gegenstand und seinem Namen. Das Wort „Stuhl“ hat nichts besonders „stuhlartiges“. Die Zeichen werden meist aufgrund einer stillschweigenden Übereinkunft benutzt. Digitale Kommunikationsformen verfügen über ein höchst kompliziertes Regelwerk (Syntax), das festlegt, wie bestimmte Zeichen miteinander verknüpft werden können und wie ihre Beziehung zueinander definiert ist (z.B. Grammatik). Digitale Kommunikation ist klarer, weil die verwandten Zeichen eindeutig definiert werden können. Dagegen erfaßt sie nur beschränkt Aspekte zwischenmenschlicher Beziehungen.

Unsere *Ausdruckssprache bedient sich dagegen der analogen Darstellungsform*. „Analog“ bedeutet „entsprechend, ähnlich, gleichartig“.

In der analogen Kommunikation besteht eine grundsätzliche Ähnlichkeit zwischen dem, was ausgedrückt wird und der Art und Weise, wie es ausgedrückt wird. Analoge Kommunikation bringt sich durch nonverbale Sprache zum Ausdruck (Mimik, Gestik, Sprachtempo, Tonfall, usw.). Der Aussagewert von analoger Kommunikation im zwischenmenschlichen Beziehungsbereich ist hoch, dagegen ist ihre regelhafte Definierbarkeit beschränkt, d.h. sie ist immer mehrdeutig.

Überall dort, wo die Beziehungsdefinition zwischen Menschen im Vordergrund steht, wird der analoge Kommunikationsstil bedeutsamer als die digitalen Kommunikationsinhalte („Egal, was Du sagst, Du behandelst mich wie ein kleines Kind.“ „Wie Du da wieder im Sessel hängst. Du nimmst mich wohl nicht ernst!“).

5. Zwischenmenschliche Kommunikationsabläufe sind entweder symmetrisch oder komplementär, je nachdem ob die Beziehung zwischen den Partnern auf Gleichheit oder Unterschiedlichkeit beruhen.

Symmetrische Interaktionen zeichnen sich durch Spiegelbildlichkeit aus.

Die Kommunikationspartner rivalisieren grundsätzlich miteinander, unabhängig von Inhalt. Das Ziel der symmetrisch orientierten Kommunikationspartner ist primär mindestens Gleichheit herzustellen. [„Was Du gut kannst, kann ich auch gut (oder noch besser!).“]

Der komplementäre Kommunikationsstil beruht auf der Annahme und Anerkennung von Verschiedenheit.

Komplementär orientierte Interaktionspartner versuchen sich (im Grenzfall zwanghaft) durch Unterschiedlichkeit zu ergänzen („Was Du gut kannst, kann ich schlecht.“).

Entscheidend für die Funktionalität von Kommunikation ist die Frage, wie festgefahren und rigide Menschen das primäre Muster ihrer Kommunikation benutzen oder ob ein freies Wechselspiel zwischen den Interaktionsmustern erlaubt ist.

Die Entstehung von Beziehungsmustern

Der Exkurs in die Kommunikationstheorie soll uns helfen, Vorgänge im Beziehungsgeschehen zwischen Eltern und Kind besser zu verstehen, die die Art und Weise der Bindung zwischen Eltern und Kind bedingen. Wie oben beschrieben, kann das idealtypische Interaktionsgeschehen zwischen Eltern und Kind, formell als kreisförmiges „Reiz-Reaktions-Schema“ betrachtet werden.

Das Kind agiert aufgrund eigener innerer Zustände (Gefühle) und/oder aufgrund äußerer Reize. Die Eltern agieren ebenfalls aufgrund eigener innerer Zustände und/oder aufgrund äußerer Reize.

Dabei sind „Ursache-Wirkungs-Interpunktionen“ immer willkürlich!

Entscheidend für die Art und Weise der Beziehungsmusterbildung ist jedoch die elterliche Bereitschaft „das Richtige“ zu tun.

„Das Richtige“ wäre - wie oben aufgezeigt - auf das kindliche Bindungsverhalten mit authentischem elterlichem Fürsorgeverhalten zu reagieren. Reagieren die Eltern häufig oder überwiegend „unangemessen“, indem sie das Zeigen von Bindungsverhalten ignorieren, bestrafen und uneindeutig oder ambivalent beantworten, so wird das Kind auf je unterschiedliche Art und Weise lernen, sich seiner Gefühle und damit seines Selbstwerts unsicher zu sein.

Gefühle versteht BOWLBY als Bewertungsprozesse (intuitive Einschätzungen) bestehender oder zu verändernder Zustände. Gefühle können bewußt oder unbewußt sein. Ihnen können u.a. folgende Funktionen zugeordnet werden:

- 1) Sie dienen der Verhaltenssteuerung auf der Basis der Einschätzung von Umweltverhältnissen, organismischen Zuständen und geplanten Handlungen.
- 2) Sie stellen ein Warnsystem dar, wobei sie notwendigerweise als mehr oder weniger klares Empfinden bewußt werden.
- 3) Sie dienen der bewußten oder unbewußten zielgerichteten Steuerung der nichtsprachlichen, auf gestischem, verbalem und mimischem Ausdrucksverhalten basierenden Kommunikation mit anderen. [Deshalb wirkt das nonverbale Verhalten des Menschen auf sein Gegenüber auch oft so „verräterisch“ (oder auch verwirrend als „double-bind“), wenn die gesprochenen Worte und die „Körpersprache“ nicht übereinstimmen.]

Gefühle sind nicht unabhängig vom Verhalten, sondern untrennbare Bestandteile des Verhaltensprozesses.

Ein Kind, dessen Verhalten (und damit dessen Gefühle) angemessen beantwortet wird, lernt, daß sein Verhalten und Empfinden annehmbar und berechtigt ist.

Es fühlt sich sicher durch die Bestätigung der geliebten Bindungsperson (der es ganz und gar ausgeliefert ist). So entsteht „Bindung“ und so kann auch (ganz und gar unromantisch) das Entstehen und die Funktion von Liebe erklärt werden: als funktionales, aus endogenen und exogenen Quellen gespeistes Beziehungsverhaltenssystem, das der Selbsterhaltung und der Arterhaltung dient.

Tafel 27 **Drei Bindungstypen**

Die Bindungsforschung unterscheidet drei „Bindungstypen“.

Typ A Kinder mit unsicher-vermeidender Bindung an die Bezugsperson

Typ B Kinder mit sicherer Bindung an die Bezugsperson

Typ C Kinder mit ambivalent-unsicherer Bindung an die Bezugsperson

Der jeweilige *Bindungstyp* stabilisiert sich innerhalb der ersten 12 Lebensmonate und wird mit dem „Fremde-Situation-Test“ (siehe OERTER/MONTADA, 1987. S.198 f) bestimmt.

Allerdings erscheint aus konstruktivistischer Sicht diese Grobrasterung von Verhaltenstypen wenig sinnvoll und hilfreich.

Darüber hinaus erscheint es ethisch äußerst fragwürdig Säuglinge und Kleinkinder solchen und ähnlichen Experimenten auszusetzen. Caroline ELIACHEFF gibt in ihrem bemerkenswerten Buch über ihre psychoanalytische Arbeit mit Säuglingen und Kleinkindern („Das Kind, das eine Katze sein wollte“) folgendes zu bedenken: „Meiner Ansicht nach gibt diese Art von Experimenten eher eine Antwort auf die Frage: Wie kann man eine psychotische Versuchssituation herstellen? Übrigens habe ich noch nirgends gelesen, wie man Eltern dazu bringt, ihre Kinder solchen Experimenten auszusetzen.“ (S.52 ff)

Die „Bindungsqualität“ entsteht aus der oben beschriebenen Art der elterlichen Reaktion auf das Zeigen von kindlichem Bindungsverhalten und der fortlaufenden Modifikation dieses gezeigten Bindungsverhaltens als Folge der elterlichen Reaktion. So entsteht im Verlauf des Entwicklungsprozesses im Kind ein sogenanntes „inner-working model“ - also ein „inneres Arbeitsmodell“ - seines Selbstempfindens und der Art und Weise, wie für dieses Kind zwischenmenschliche Beziehungen vorstellbar werden.

D.h. dieses Kind (und später auch dieser Erwachsene) hat gelernt, seinen Gefühlen auf eine spezifische Art zu trauen oder zu mißtrauen, sich auf diese spezifische Art „selbstwertig“ oder „selbstunwertig“ zu empfinden und hat gelernt, die Art und Weise der zwischenmenschlichen Beziehung, wie sie zwischen seinen Eltern und ihm entstanden ist, für die „normale“ und oft auch einzig mögliche Beziehungsform zwischen Menschen zu halten.

Tafel 28

„Pathogene“ Bindungsmuster

- **Angstbindung:** Das Kind lebt in Unsicherheit, ob es überhaupt Schutz erfährt und lebt in ständiger Angst, seine Bindungsperson zu verlieren.

- **Zwanghaftes Selbstvertrauen:** Unterdrücken von Bindungsgefühlen und Bindungsverhalten; Verleugnen der Sehnsucht nach Nähe.

- **Zwanghafte Fürsorge:** Unterdrückung der eigenen Versorgungswünsche durch „falsche“ Fürsorglichkeit für andere.

- **Vermeiden im Dienst von Nähe:** Das Zeigen authentischer Gefühle (Angst, Wut, Ausgelassenheit, etc.) wird vermieden, da das Kind gelernt hat, daß die Bindungsperson die authentischen Gefühle nicht akzeptiert und daher abwehrt.