

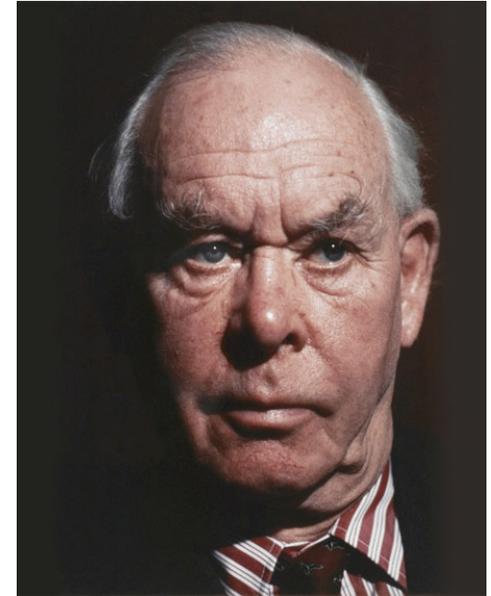
Was bedeutet „Psychische Bindung“ für Mütter und Kinder?

Online-Kongress 30.06.2019

www.franz-ruppert.de

John Bowlby (1911-1990) ist der Begründer der Bindungstheorie und der wissenschaftlichen Bindungsforschung.

Seine Arbeit wurde und wird unterstützt und weitergetragen u.a. von Mary Ainsworth (1913-1999), Karl Heinz Brisch (*1955), Klaus Grossmann, Gottfried Spangler, Peter Zimmermann und vielen anderen weltweit.



John Bowlby

Merkmale der Bindung nach John Bowlby (2006, S. 45ff.)

- Bindungsverhalten äußert sich als:
Beobachten, Schauen, Horchen,
Blickwechsel, Begrüßungen, Nachfolgen,
Rufen, Schreien, Anklammern
- Bindungsverhalten ist **immer aktiv**
- Bindungsverhalten wird **besonders aktiviert**,
wenn erforderlich, v.a. bei
Trennungssituationen

- Bindungsverhalten ist mit den **tiefsten Emotionen** verknüpft (Liebe, Freude, Stolz Angst, Wut, Schmerz, Scham, Schuld)
- Bindungsverhalten ist „**zielkorrigiertes Verhalten**“, d.h. **anpassungsfähig**
- Bindungsverhalten ist **ebenso wichtig** wie Ernährungs- und Sexualverhalten
- Bindungsverhalten ruft **Pflegeverhalten** hervor

- Aktives Bindungsverhalten lebenslang ist **nicht pathologisch**
- Es gibt **gestörte Muster** von Bindungsverhalten.
- Bindungsmuster im späteren Leben werden durch **frühkindliche Erfahrungen** geprägt.

- Frühkindliche Bindungsmuster **wiederholen sich im Leben eines Menschen:**
- **Meine Mutter/Vaterbindung wiederhole ich im Verhältnis zu Partner, Freunden, eigenen Kindern, Arbeitskollegen, größere sozialen Einheiten wie Familie, Firma, Staat.**

Psychische Bindung



= emotionale Nabelschnur

- geschieht unbewusst,
- ist auf besondere Personen bezogen und eingegrenzt,
- ist inklusiv und exklusiv,
- beruht auf Körperkontakt, intensiven Gefühlen und gemeinsamen Erfahrungen,
- ist auf Dauer angelegt,
- vermittelt Zugehörigkeit,
- erzeugt ein hierarchisches Verhältnis.
- Bindungsgefühle können mit Gegenständen, Tieren und Situationen verknüpft werden.

7

Wesentliche psychische Bindungen



- Mutter-Kind
- Vater-Kind
- Mann-Frau
- Kind-Kind
- Täter-Opfer

Jeder Mensch lebt
auf der psychischen Ebene
in einem Geflecht von
Bindungsbeziehungen,
das **drei bis vier Generationen**
umfassen kann.

Psychische Bindung beruht auf einem Bindungsbedürfnis und auf der Bindungsbereitschaft. Beide Prozesse entwickeln und verstärken sich wechselseitig.

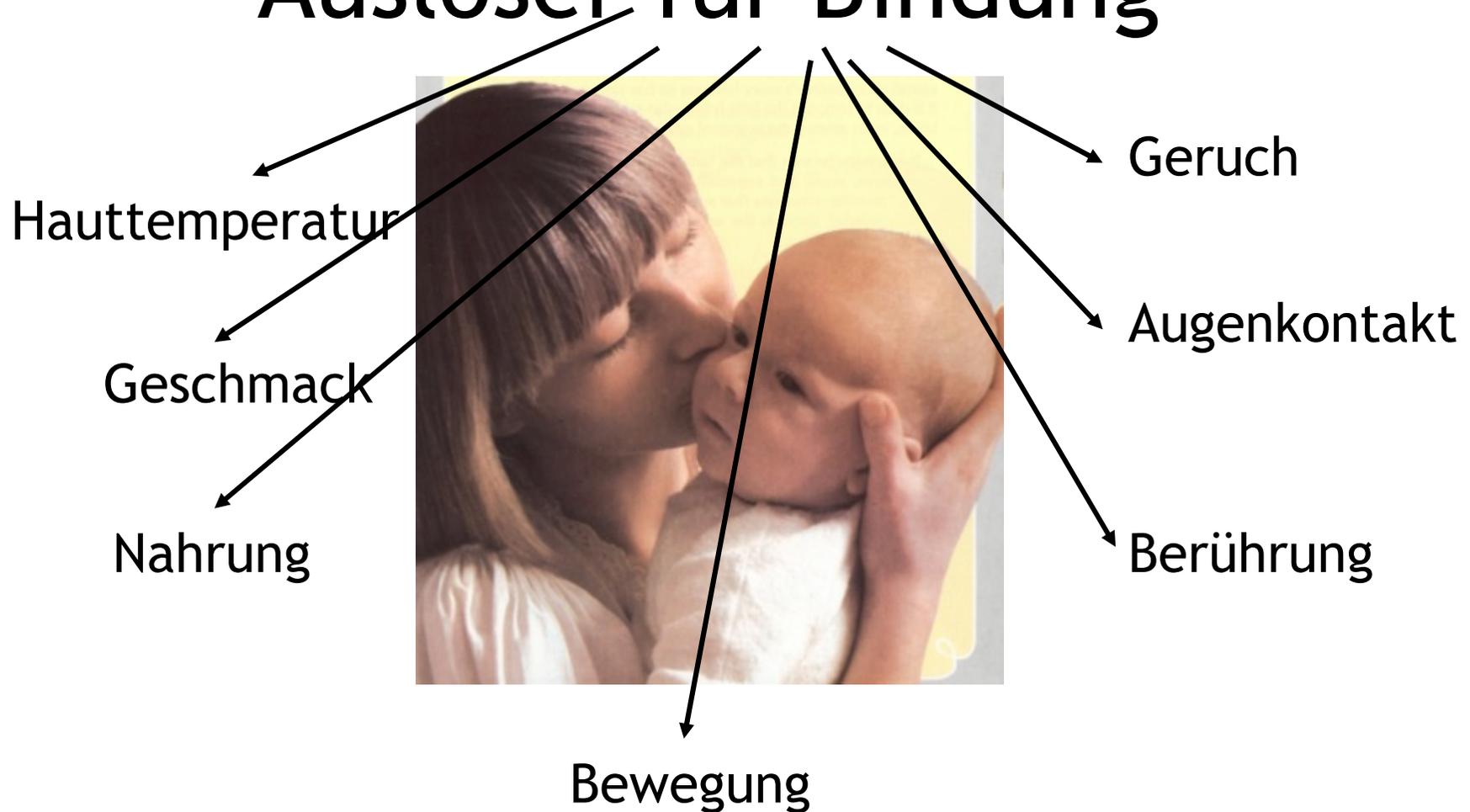


**Die zentrale
Bindungsbeziehung
für jeden Menschen ist die
Bindung an die eigene Mutter.**

Mutter-Kind-Bindung

- **beginnt** mit dem Zeitpunkt der Zeugung/Empfängnis,
- **entwickelt sich** während der Schwangerschaft (Hüther & Krens 2006),
- **prägt sich** bei und nach der Geburt (Klaus & Klaus 2003),
- **verfestigt sich** in ihrer besonderen Qualität den ersten drei Lebensjahren.

Auslöser für Bindung



Das Konzept der „Feinfühligkeit“ (M. Ainsworth)



- die kindlichen Signale mit großer Aufmerksamkeit und ohne Verzögerung wahrnehmen,
- die Signale aus der Perspektive des Säuglings richtig deuten (z.B. Bedeutet das Weinen Hunger, Unwohlsein, Schmerzen oder Langeweile?),
- angemessen auf die kindlichen Signale reagieren und zwar
- innerhalb einer für das Kind tolerablen Frustrationszeit.

Die psychisch gesunde Mutter

- liebt ihr Kind
- hält die Nähe zum Kind
- lässt ihr Kind nicht stunden-/tagelang alleine
- bleibt ruhig, wenn das Kind gestresst ist
- nimmt es gegen Gewalt in Schutz

Psychische Bindung

- Das Bindungssystem ist der **Gegenspieler zum Stresssystem**: Wärme und Liebe gegenüber Angst und Wut.
- **Oxytocin** ist ein wichtiger Neurotransmitter im Stoffwechsel des Bindungssystems.
- Möglicherweise haben die „**Spiegelneurone**“ eine wesentliche Funktion.
- entsteht nonverbal durch „**limbische Resonanz**“
- beruht auf einem **eigenen Bindungssinn**, der bindungsrelevante Informationen wahrnimmt, emotional bewertet, kognitiv verarbeitet und im Gedächtnis speichert.

Formen der Bindung

nach Bowlby, Ainsworth, Main und Hesse

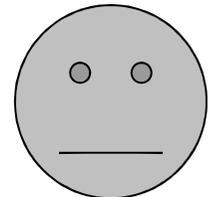


- Sichere Bindung
- Ambivalent-unsichere Bindung
- Unsicher-vermeidende Bindung
- Chaotische Bindung

www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUUU

Bindungsqualitäten

- Sicher gebundene Kinder protestieren heftig gegen die Trennung, geben sich nicht mit einer Ersatzmutter zufrieden, lassen sich von ihrer Mutter trösten, können nach kurzer Zeit ihr Spiel fortsetzen
- Unsicher-ambivalent gebundene Kinder protestieren gegen die Trennung, bleiben der Mutter böse, wenn sie zurückkommt
- Unsicher-vermeidend gebunden Kinder protestieren wenig gegen die Trennung, lassen sich leichter ablenken, bleiben auch beim Zurückkommen der Mutter reserviert, wollen nicht auf den Arm genommen werden



Die Bedeutung des Vaters für die gesunde Entwicklung des Kindes

- Die Beziehung zum Vater eröffnet dem Kind einen zweiten Zugang zur Welt, v.a. im Spielen.
- Sie hilft dem Kind, sich aus der Abhängigkeit von seiner Mutter zu lösen.
- Um selbständig zu werden, braucht ein Kind auch den Rückhalt einer sicheren Vater-Bindung.



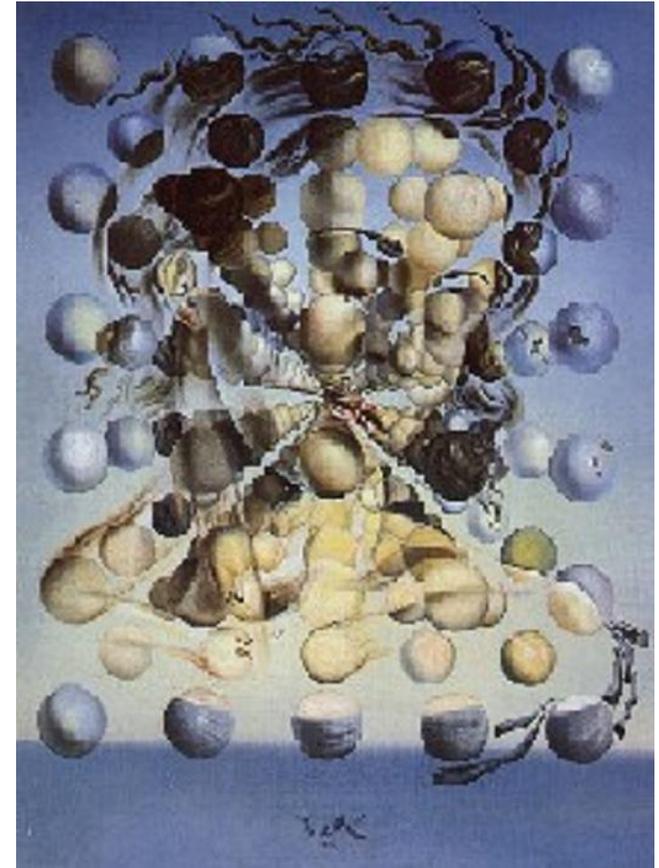
Wie kommt es zu einer gesunden psychischen Entwicklung?

- Symbiotische kindliche Bedürfnisse nach Wärme, Schutz, Halt, Liebe und Zugehörigkeit werden befriedigt.
- Bestreben nach Eigenständigkeit des Kindes wird gefördert.



Trauma und Elternliebe

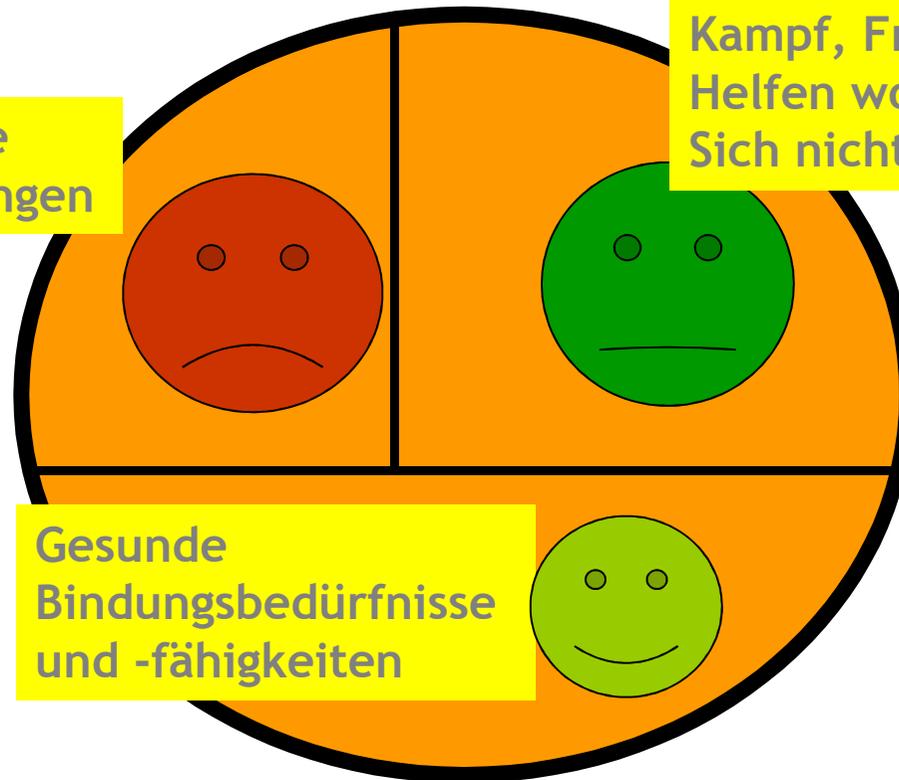
- Traumatische Erfahrungen beschädigen die Bindungsfähigkeit von Eltern,
- weil im Rahmen einer Bindungsbeziehung ihre traumatischen Erfahrungen getriggert werden und
- ihre Überlebensmechanismen einen tieferen emotionalen Kontakt nicht mehr zulassen.



Prof. Franz Ruppert

Spaltung der psychischen Strukturen bei einem Bindungstrauma

Traumatisierende
Bindungserfahrungen



Liebesillusionen,
Kampf, Frustration,
Helfen wollen, sich aufopfern,
Sich nicht lösen können

Gesunde
Bindungsbedürfnisse
und -fähigkeiten

Vorgeburtliche Ursachen für ein Bindungstrauma

- Das Kind ist ungewollt
- Abtreibungsüberlegungen und -versuche
- Kind hat keine Möglichkeit für Kontakt mit der Mutter während der Schwangerschaft
- Medikamenten-, Drogenkonsum der Mutter während der Schwangerschaft
- Mutter hat davor Kinder abgetrieben, verloren, ist selbst traumatisiert

Perinatale Ursachen für ein Bindungstrauma

- Geburtsstillstand
- Gewaltsame Interventionen (Zange, Saugglocke, Kaiserschnitt)
- Kein Kontakt mit der Mutter unmittelbar nach der Geburt
- Kein sofortiges Stillen

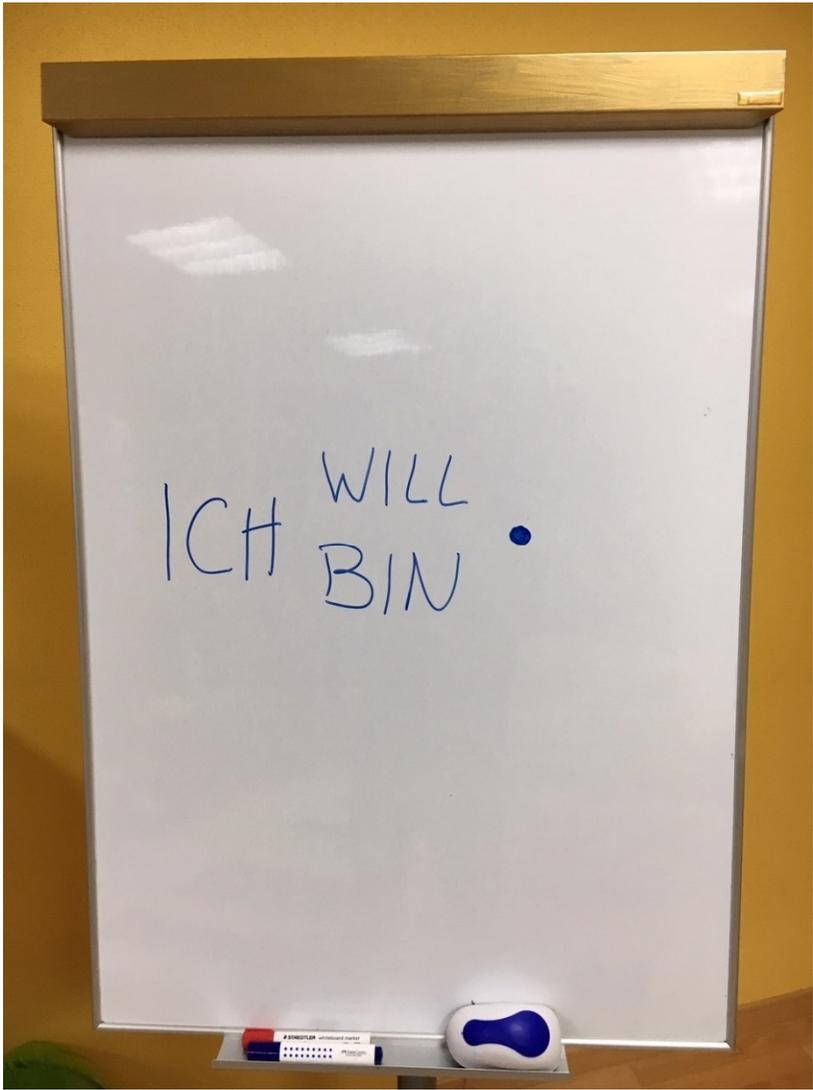
Ursachen für ein Bindungstrauma nach der Geburt

- frühe Trennung des Kindes von der Mutter (Frühgeburt, Kind bleibt alleine in der Klinik, Adoption ...)
- Frühe Fremdbetreuung
- häufiger Wechsel der Bezugspersonen



Prinzipien der Identitätsorientierten Psychotraumatherapie (IoPT)

- Bindungsstörungen als Psychotraumafolgen von Mutter wie Kind verstehbar machen
- Verstrickte Partnerschaften und Beziehungen mit eigenen Kindern als Überlebensstrategien für eigene Psychotraumata erkennen



ICH WILL
BIN •

Prinzipien der Identitätsorientierten Psychotraumatherapie (IoPT)

- Mittels der Anliegenmethode aus der eigenen Psychotrauma-Biografie aussteigen
- Emotionale Bindung zum eigenen Ich und ein eigenes Wollen als Voraussetzung dafür, Bindungen von Kindern als Möglichkeiten für die persönliche Weiterentwicklung zu erleben
- Möglichst frühe Traumabewältigung für die Kinder ermöglichen

Präventionsmöglichkeiten für werdende Eltern

- Klare Entscheidung von Müttern und Vätern für oder gegen ein Kind
- Ungeborene als Menschen mit einer vollwertigen Psyche ernst nehmen
- Bindungsbedürfnissen von Un- und Neugeborenen den höchsten Stellenwert einräumen
- Kontakt und Kommunikation zwischen Mutter und Vater mit dem Kind bereits während der Schwangerschaft aufbauen
- Werdende Mütter entwickeln mehr Vertrauen in ihre eigenen Gefühle und Fähigkeiten
- Keine Störung der hochsensiblen Bindungsprozesse während und nach der Geburt
- Frauen setzen sich mit ihren eigenen Psychotraumata auseinander, bevor und während sie Mutter werden
- Männer setzen sich mit ihren eigenen Psychotraumata auseinander, bevor und während sie Vater werden

Literatur

- Bowlby, J. (2006a). Bindung. München: Reinhardt Verlag.
- Bowlby, J. (2006b). Trennung. München: Reinhardt Verlag.
- Bowlby, J. (2006c). Verlust. München: Reinhardt Verlag.
- Brisch, K.-H. (1999). Bindungsstörungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Grossmann, K. & Grossmann, K.E. (2004). Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hüther, G. & Krens, I. (2006). Das Geheimnis der ersten neun Monate. Düsseldorf: Walter Verlag.
- Kennell, J. H. (2007). Kontinuierliche Unterstützung während der Geburt: Einflüsse auf Wehen, Entbindung und Mutter-Kind-Interaktion. In K.H. Brisch und Th. Hellbrügge (Hg.), Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung, Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 157-169.
- Klaus, M.H. & Klaus, P.H. (2003). Das Wunder der ersten Lebenswochen. München: Goldmann Verlag.
- Lewis, T., Amini, M.D. & Lannon, R. (2001). A General Theory of Love. New York: Vintage Books.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L. & Gallese, V. (2007). Spiegel im Gehirn. Spektrum der Wissenschaft, 3, 49-55.
- Ruppert, F. (2010). Symbiose und Autonomie. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Ruppert, F. (2018). Wer bin Ich in einer traumatisierten Gesellschaft? Stuttgart: Klett-Cotta.
- Ruppert, F. (2019). Liebe, Lust und Trauma. München: Kösel Verlag.
- Spangler, G. & Zimmermann, P. (2009). Die Bindungstheorie. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Uvnäs-Moberg, K. (2006). Die Bedeutung des Hormons „Oxytocin“ für die Entwicklung der Bindung des Kindes und der Anpassungsprozesse der Mutter nach der Geburt. In K.H. Brisch und Th. Hellbrügge (Hg.), Die Anfänge der Eltern-Kind-Bindung, Stuttgart: Klett-Cotta Verlag, S. 183-212.