

Unter Bindung versteht man eine lang anhaltende emotionale Beziehung zu einem anderen Menschen, die man nicht ohne weiteres durch eine andere ersetzen kann. Solche Bindungen können dauerhaft und stabil oder eben nur vorübergehend und instabil sein. Stabile Bindungen sind durch ein Gleichgewicht von Nähe und Distanz gekennzeichnet; Kinder in solchen Beziehungen wissen, dass ihre Eltern für sie da sind. Durch dieses Vertrauen ist es ihnen möglich, auch zeitlich begrenzte Trennungen von den Eltern (z. B. durch den Kindergartenbesuch) hinzunehmen.

Kinder mit einer Bindungsstörung besitzen dieses Vertrauen jedoch nicht. Vielmehr reagieren sie bei der Trennung von einer Bezugsperson emotionslos und zeigen fremden Menschen gegenüber genauso viel Vertrauen wie ihren eigenen Eltern. Sie glauben auch nicht, dass sie sich mit Ängsten und Nöten an nahestehende Personen wenden können.

Es werden zwei Formen von Bindungsstörungen unterschieden:

**Reaktive Bindungsstörungen** sind durch gehemmtes Verhalten des Kindes im Umgang mit Eltern gekennzeichnet. Sie wird diagnostiziert, wenn

- die Probleme vor dem fünften Lebens einsetzen,
- das Kind sich in Beziehungen zu seinen Eltern sehr distanziert (keine Emotion bei Trennung) oder widersprüchlich verhält (z. B. bei Traurigkeit Nähe suchen, aber nicht über Emotionen sprechen und mit Wut reagieren, wenn die Eltern nicht ausreichend auf es eingehen),
- das Kind wenig Kontakt zu Gleichaltrigen hat und/oder intensives Rückzugsverhalten zeigt (z. B. Zusammenkauern und Nichtreagieren nach einem Konflikt),
- Aggressionen gegen andere gerichtet werden.

Bei einer **Bindungsstörung mit Enthemmung** ist das Kind seinen Eltern gegenüber nicht distanziert; vielmehr macht es keinen Unterschied darin, wem es sich öffnet und seine Zuneigung schenkt. Es redet auch mit fremden Personen unangemessen offen über seine Emotionen oder sucht bei ihnen körperliche Nähe. Die Bindungsstörung besteht also darin, dass das Kind nicht wahrnimmt, dass die enge Beziehung zu seinen Eltern etwas Besonderes und nicht jederzeit Austauschbares ist.

Weitere Untertypen der Bindungsstörung umfassen eine fehlende Bindung (das Kind verhält sich seinen Eltern gegenüber ausschließlich distanziert und emotionslos) oder extreme Folgsamkeit (das Kind stellt die Bedürfnisse der Eltern über alles und verleugnet dabei komplett seine eigenen).

### Was sind Bindungsstörungen im Kindesalter?

Bindungsstörungen entstehen, wenn das Kind in seiner Entwicklung nicht die Erfahrung macht, dass es sich mit seinen Sorgen und Ängsten regelmäßig an dieselben Bezugspersonen wenden kann und dafür Trost und Aufmerksamkeit bekommt. Viele Bedingungen können zu dieser Problematik beitragen:

- ▶ Wenn die Bezugspersonen der Kinder häufig wechseln (verschiedene Tagesmütter, wechselndes Aufwachsen bei den Eltern, Großeltern, Heimen), bekommt das Kind den Eindruck, dass Menschen „austauschbar“ sind; eine Bindungsstörung mit Enthemmung wird dadurch begünstigt.
- ▶ Widersprüchliches Verhalten der Eltern; Wenn Eltern sich in einem kritischen Lebensumstand befinden (Tod des Ehepartners, eigene Erkrankungen), nehmen sie die Bedürfnisse des Kindes (seine Ängste, Traurigkeit) kaum wahr und haben nicht die Kraft darauf einzugehen, in anderen Momenten (wenn es ihnen gut geht) gelingt ihnen das jedoch durchaus. Das Kind lernt so keine Regelmäßigkeit kennen. Es weiß nicht, wann es auf die Unterstützung der Bezugsperson vertrauen kann und wann nicht.
- ▶ Fehlende Bindung kann entstehen, wenn das Kind häufig über lange Zeit allein gelassen wurde oder die Erfahrung gemacht hat, dass seine Eltern nicht auf seine Bedürfnisse eingehen.

In der Diagnostik wird die bisherige Betreuungsgeschichte des Kindes sowie das aktuelle Verhältnis zu seinen Eltern erfasst.

In einem **Gespräch** mit den Eltern wird geklärt,

- ▶ wer die aktuellen Bezugspersonen des Kindes sind und wie viel Zeit sie jeweils mit ihm verbringen,
- ▶ ob es in der Entwicklung des Kindes einen häufigen Wechsel an Bezugspersonen gab (z. B. durch Tagesmütter oder Heimaufenthalte),
- ▶ ob es durch Krankenhausaufenthalte oder Ähnliches zu längeren Trennungen von den Eltern kam,
- ▶ wie sich das Kind vor und nach kurzen Trennungen (z. B. bei der Verabschiedung im Kindergarten) verhält,
- ▶ wie sich das Kind fremden Personen gegenüber verhält,
- ▶ welche Erfahrung die Eltern selbst als Kind mit Bindung gemacht haben (hatten sie z. B. ein gutes Verhältnis zu den eigenen Eltern?),
- ▶ wie die Eltern reagieren, wenn sie bemerken, dass ihr Kind traurig ist oder Angst hat.

Zusätzlich beobachtet der Therapeut Eltern und Kind in verschiedenen Situationen in der Praxis und in Alltagssituationen (z. B. beim Spielen zuhause, in Trennungsmomenten). Die **Beobachtungen** werden dahingehend ausgewertet,

**Wie entstehen Bindungsstörungen im Kindesalter?**

**Wie wird eine Bindungsstörung im Kindesalter diagnostiziert?**

- ▶ ob die Eltern bemerken, wenn das Kind bei ihnen Trost oder Rückhalt sucht,
- ▶ wie Trennungen und die darauf folgenden Wiedervereinigungen vonstatten gehen (Zeigt das Kind Gefühle wie Trauer, wenn es allein gelassen wird? Wie reagiert es, wenn die Mutter wieder da ist? Wendet es sich nachtragend ab oder freut es sich?),
- ▶ wie die Bezugsperson reagiert, wenn das Kind sich abwendet (Versucht sie, Kontakt zu ihm aufzunehmen oder distanziert sie sich selbst?).

In der Therapie wird die Eltern-Kind-Beziehung verbessert. Den Eltern wird gezeigt, wie sie aufmerksamer für die Bedürfnisse des Kindes werden können (Wie verhält sich mein Kind? Was könnte es gerade brauchen? Wie fühlt es sich?) und wie sie ihr Verhalten so ändern können, dass das Kind Vertrauen zu ihnen aufbaut und sich bei Unsicherheit, Angst oder Traurigkeit an sie wendet. Sie lernen, feinfühlig auf die Bedürfnisse ihres Kindes einzugehen („Warum quengelt mein Kind? Warum ist es nicht zufrieden und wie kann ich seinen Zustand ändern?“). Die Behandlung erfolgt in Teilschritten:

**Feinfähigkeitstraining.** Der Therapeut macht Videoaufzeichnungen von Eltern und Kind in ihrem alltäglichen Umfeld. Die Videosequenz wird im Nachhinein mit den Eltern ausgewertet. Sie werden aufgefordert herauszufinden, welche Emotion das Kind gerade zeigt (z. B. Traurigkeit) und welche Anzeichen dafür sprechen.

**Veränderung von Gedanken und Verhalten.** Es wird überprüft, welche ungünstigen Gedanken die Eltern im Umgang mit ihrem Kind haben (z. B. „Mein Kind quengelt zuviel.“). Im Anschluss daran wird überlegt, welche eigentlichen Ursachen hinter dem Verhalten des Kindes stecken könnten („Mein Kind ist nicht fordernd, es sucht gerade Trost.“) und was man für das Kind tun kann, um es zu entlasten („Ich werde das nächste Mal, wenn mein Kind quengelt, nicht mit Wut reagieren, sondern liebevoll auf es eingehen und fragen, was nicht stimmt.“).

**Aufarbeitung der eigenen Vergangenheit.** In vielen Fällen von Bindungsstörungen haben die Eltern selbst negative Erfahrungen mit Bindung gemacht. Der Therapeut spricht daher mit den Eltern des Kindes über ihre eigene Kindheit. Wie wurde mit ihnen umgegangen, wenn es ihnen schlecht ging und sie Angst hatten? Der Therapeut lässt die Eltern darüber reflektieren, wie sie sich selbst gefühlt haben, wenn sie bei ihren eigenen Eltern keinen Trost fanden. Dieses Gefühl sollen sie im Hinterkopf behalten, wenn sich ihr eigenes Kind das nächste Mal mit Ängsten an sie wendet.

**Wie werden  
Bindungs-  
störungen  
im Kindesalter  
behandelt?**

Für den Erfolg der Therapie ist es wichtig, dass die Eltern die neu erlernten Fähigkeiten (Emotionen des Kindes deuten, ihm bei Ängsten zuhören) auch im Alltag anwenden. Dazu haben sie viele Gelegenheiten. Entsprechende Möglichkeiten werden mit den Eltern erörtert und planmäßig herbeigeführt (z. B. die Eltern fragen das Kind abends, wie sein Tag war, regelmäßige Gespräche). Gemeinsame Tätigkeiten (Mahlzeiten, eine halbe Stunde Lesen vor dem zu Bett gehen) helfen dem Kind beim Aufbau von Vertrauen darin, dass die Beziehung zu der Bezugsperson lang anhaltend und stabil ist.

Je mehr solcher kleinen Aufmerksamkeiten gegeben werden, desto schneller lernt das Kind, dass sie der Bezugsperson vertrauen und bei Ängsten ansprechen kann. Durch dieses Vertrauen muss es sich nicht mehr durch Emotionslosigkeit abgrenzen und kann eine stabile Bindung zu seinen Bezugspersonen aufnehmen.

**Ganz wichtig!**

Monika Löhle (2007). Wie Kinder ticken. Vom Verstehen zum Erziehen. Bern: Huber.

**Lesetipp**