



# **Frühe Bindungserfahrungen als Grundlage späterer Bindungsentwicklung**

## **Bachelorarbeit**

an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig zur Erlangung  
des akademischen Grades Bachelor of Education (BEd)

## **Studiengang**

Lehramt Primarstufe

*Eingereicht von*

Simone Dertnig 42202945

*Gutachterin*

Prof. MMag. DDDr. Ulrike Kipman, BSc

*Datum*

Salzburg, 18.08.2026

## Vorwort

Die vorliegende Bachelorarbeit entstand im Rahmen meines Studiums Lehramt Primarstufe an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig. Mit der Fertigstellung dieser Arbeit geht für mich ein wichtiger Abschnitt meines Studiums langsam zu Ende.

Das Thema Bindung und die Bedeutung früher Beziehungserfahrungen hat mich bereits vor Beginn dieser Arbeit besonders interessiert. Im Laufe der intensiven Auseinandersetzung mit der Bindungstheorie wurde mir zunehmend bewusst, wie bedeutsam frühe Beziehungen für weitere Entwicklungsprozesse sein können und wie wichtig es gleichzeitig ist, Entwicklung nicht als unveränderbar zu betrachten. Besonders im Hinblick auf meine zukünftige Tätigkeit als Lehrperson empfand ich die Beschäftigung mit diesem Thema sehr wertvoll.

An dieser Stelle möchte ich mich bei meiner Betreuerin, Frau Prof. MMag. DDDr. Ulrike Kipman, BSc, für die Betreuung meiner Bachelorarbeit bedanken.

Außerdem möchte ich mich bei allen Menschen bedanken, die mich auf meinem bisherigen Weg begleitet und dazu beigetragen haben, dass ich diesen wichtigen Abschnitt meines Studiums abschließen kann.

## Eidesstattliche Erklärung

Hiermit gebe ich die Versicherung ab, dass ich die vorliegende Bachelorarbeit mit dem Titel: „Frühe Bindungserfahrungen als Grundlage späterer Bindungsentwicklung“ selbstständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Hilfsmittel angefertigt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäß aus veröffentlichten und nicht veröffentlichten Publikationen entnommen sind, sind als solche kenntlich gemacht.

Die Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form weder im In- noch im Ausland (einer Beurteilerin/ einem Beurteiler zur Begutachtung) in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt.

Mir ist bewusst, dass eine falsche Erklärung rechtliche Folgen haben kann.

Salzburg, August 2026

A handwritten signature in blue ink, reading "David Sommer", is written over a horizontal line.

## Kurzfassung

Die vorliegende Bachelorarbeit beschäftigt sich mit dem Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter. Ziel der Arbeit ist es, auf Grundlage bindungstheoretischer und entwicklungspsychologischer Literatur herauszuarbeiten, wie frühe Beziehungserfahrungen langfristig bedeutsam bleiben können und welche Zusammenhänge mit der späteren Bindungsentwicklung bestehen. Im Mittelpunkt stehen dabei innere Arbeitsmodelle als möglicher Entwicklungsmechanismus, Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter sowie die Frage nach Kontinuität und Veränderbarkeit der Bindungsentwicklung.

Die theoretische Auseinandersetzung zeigt, dass frühe Bindungserfahrungen eine bedeutsame Grundlage für spätere bindungsbezogene Erwartungen und Verarbeitungsweisen bilden können. Früh entwickelte Erwartungen können in spätere Beziehungserfahrungen einbezogen werden und mitprägen, wie Nähe, Unterstützung und emotionale Belastung erlebt und reguliert werden. Die dargestellten längsschnittlichen und meta-analytischen Befunde sprechen für eine gewisse Kontinuität der Bindungsentwicklung, ohne eine unveränderte Fortsetzung kindlicher Bindungsmuster bis ins Erwachsenenalter anzunehmen. Weitere und wiederkehrende Beziehungserfahrungen können bestehende Erwartungen erweitern und Veränderungen im weiteren Entwicklungsverlauf ermöglichen.

Die Ergebnisse verdeutlichen somit, dass frühe Bindungserfahrungen die spätere Bindungsentwicklung prägen und Entwicklungsrichtungen mitgestalten können, ohne sie deterministisch festzulegen. Für den pädagogischen Kontext unterstreichen die Erkenntnisse zudem die Bedeutung verlässlicher und unterstützender Beziehungen.

## Abstract

This bachelor's thesis examines the influence of early attachment experiences on later attachment development in adulthood. Based on attachment theory and developmental psychology literature, the aim of this thesis is to explore how early relationship experiences can remain significant over time and how they are related to later attachment development. Attention is given to internal working models as a possible developmental mechanism, attachment representations in adulthood and the continuity and changeability of attachment development.

The theoretical analysis indicates that early attachment experiences can provide an important foundation for later attachment-related expectations and ways of processing relationship experiences. Expectations developed early in life can be incorporated into later relationship experiences and may influence how closeness, support and emotional distress are experienced and regulated. The longitudinal and meta-analytic findings discussed suggest a certain degree of continuity in attachment development without implying an unchanged continuation of childhood attachment patterns into adulthood. Further and repeated relationship experiences can expand existing expectations and enable changes throughout the course of development.

The findings therefore indicate that early attachment experiences can shape later attachment development and influence developmental pathways without determining them in a deterministic manner. In the educational context, the findings also highlight the importance of reliable and supportive relationships.

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| Vorwort.....                                                                  | 1  |
| Eidesstattliche Erklärung.....                                                | 2  |
| Kurzfassung.....                                                              | 3  |
| Abstract.....                                                                 | 4  |
| Inhaltsverzeichnis .....                                                      | 5  |
| Abbildungsverzeichnis .....                                                   | 7  |
| Tabellenverzeichnis .....                                                     | 8  |
| 1 Einleitung .....                                                            | 9  |
| 1.1    Problemstellung und Relevanz .....                                     | 9  |
| 1.2    Zielsetzung und Forschungsfrage.....                                   | 10 |
| 1.3 Aufbau der Arbeit .....                                                   | 11 |
| 2 Theoretische Grundlagen der Bindung .....                                   | 13 |
| 2.1 Begriff und Bedeutung von Bindung .....                                   | 13 |
| 2.2 Entwicklung der Bindungstheorie nach Bowlby und Ainsworth .....           | 13 |
| 2.3 Bindungssystem und sichere Basis .....                                    | 15 |
| 2.4 Innere Arbeitsmodelle.....                                                | 16 |
| 3 Entwicklung früher Bindung .....                                            | 19 |
| 3.1 Bindungsentwicklung in der frühen Kindheit .....                          | 19 |
| 3.2 Bedeutung der Bezugsperson und Feinfühligkeit.....                        | 22 |
| 3.3 Risiko- und Schutzfaktoren .....                                          | 23 |
| 4 Bindungsmuster im Kindesalter.....                                          | 25 |
| 4.1 Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung im Kindesalter ..... | 25 |
| 4.2 Sichere und unsichere Bindungsmuster.....                                 | 27 |
| 4.3 Desorganisierte Bindung .....                                             | 29 |
| 4.4 Abgrenzung zu Bindungsstörungen.....                                      | 31 |

|                                                                                                 |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5 Bindung im Erwachsenenalter .....                                                             | 33 |
| 5.1 Bindung über die Lebensspanne .....                                                         | 33 |
| 5.2 Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter .....                                          | 34 |
| 5.3 Stabilität und Veränderbarkeit von Bindungsrepräsentationen.....                            | 37 |
| 6 Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung .....                 | 38 |
| 6.1 Kontinuität früher Bindungserfahrungen.....                                                 | 38 |
| 6.2 Innere Arbeitsmodelle als Entwicklungsmechanismus.....                                      | 39 |
| 6.3 Zusammenhänge zwischen kindlicher Bindung und erwachsenen<br>Bindungsrepräsentationen ..... | 41 |
| 6.4 Bedeutung für Beziehungsgestaltung und Emotionsregulation .....                             | 42 |
| 6.5 Korrigierende Beziehungserfahrungen und Veränderungsmöglichkeiten .....                     | 44 |
| 7 Diskussion .....                                                                              | 47 |
| 7.1 Einordnung der zentralen Erkenntnisse und Beantwortung der Forschungsfrage .....            | 47 |
| 7.2 Kritische Reflexion und Limitationen.....                                                   | 48 |
| 7.3 Pädagogische Implikationen .....                                                            | 49 |
| 8 Fazit und Ausblick.....                                                                       | 51 |
| Literaturverzeichnis .....                                                                      | 52 |

# Abbildungsverzeichnis

|                                                                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Abbildung 1: Zusammenspiel von Bindungs- und Explorationsverhalten .....                                            | 16 |
| Abbildung 2: Entwicklung und Funktion innerer Arbeitsmodelle .....                                                  | 17 |
| Abbildung 3: Entwicklung der Bindung im Kindesalter .....                                                           | 21 |
| Abbildung 4: Ausgewählte Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung im Kindesalter .....                  | 27 |
| Abbildung 5: Überblick über die Bindungsmuster im Kindesalter .....                                                 | 31 |
| Abbildung 6: Entwicklungszusammenhang zwischen frühen Bindungserfahrungen und der späteren Bindungsentwicklung..... | 46 |

# Tabellenverzeichnis

|                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabelle 1: Entwicklung der Bindung in der frühen Kindheit .....                                   | 20 |
| Tabelle 2: Vergleich der Bindungsmuster im Kindesalter.....                                       | 30 |
| Tabelle 3: Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter und ihre charakteristischen Merkmale..... | 36 |

# 1 Einleitung

Zwischenmenschliche Beziehungen begleiten Menschen über die gesamte Lebensspanne. Bereits in der frühen Kindheit entstehen enge emotionale Beziehungen zu vertrauten Bezugspersonen, die insbesondere in Situationen von Unsicherheit, Belastung und Angst Schutz und Sicherheit bieten können. Innerhalb dieser Beziehungen sammeln Kinder erste Erfahrungen darüber, wie Bezugspersonen auf ihre Signale und Bedürfnisse reagieren.

Die Frage, welche Bedeutung solche frühen Beziehungserfahrungen über die Kindheit hinaus besitzen, bildet einen zentralen Gegenstand der Bindungsforschung. Ausgehend von den Arbeiten Bowlbys und Ainsworths entwickelte sich die Bindungstheorie zu dem theoretischen Ansatz, der frühe Bindungsbeziehungen und deren Bedeutung für weitere Entwicklungsprozesse in den Blick nimmt. Dabei stellt sich insbesondere die Frage, wie langfristige Entwicklungszusammenhänge beschrieben werden können, ohne spätere Entwicklung als unmittelbare Folge früher Erfahrungen zu verstehen.

Die vorliegende Arbeit greift diese Fragestellung auf und richtet den Blick auf den Zusammenhang zwischen frühen Bindungserfahrungen und der späteren Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter. Im Mittelpunkt stehen theoretische Konzepte und empirische Erkenntnisse, die dazu beitragen können, Kontinuitäten und Veränderungen innerhalb der Bindungsentwicklung differenziert zu betrachten.

## 1.1 Problemstellung und Relevanz

Die langfristige Bedeutung früher Bindungserfahrungen stellt eine besondere Herausforderung für die Betrachtung von Bindungsentwicklung dar. Zwar können frühe Beziehungserfahrungen für weitere Entwicklungsprozesse bedeutsam sein, ihre Wirkung lässt sich jedoch nicht im Sinne einer einfachen Ursache-Wirkungs-Beziehung beschreiben. Entwicklung vollzieht sich über die Lebensspanne und schließt sowohl frühere als auch nachfolgende Erfahrungen ein (Sroufe, 2022, S. 193–196).

Eine weitere Schwierigkeit besteht darin, dass Bindung im Kindes- und Erwachsenenalter unterschiedlich erfasst wird. Während im Kindesalter insbesondere

das beobachtbare Bindungsverhalten gegenüber einer spezifischen Bindungsperson betrachtet wird, stehen im Erwachsenenalter Bindungsrepräsentationen und die gegenwärtige Verarbeitung bisheriger Bindungserfahrungen im Mittelpunkt. Kindliche Bindungsmuster können daher nicht unmittelbar mit Erwachsenen Bindungsrepräsentationen gleichgesetzt werden (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268; Huber, 2024, S. 76–82).

Die Frage nach dem Einfluss früher Bindungserfahrungen erfordert somit eine entwicklungsbezogene Betrachtung, die mögliche Kontinuitäten berücksichtigt und zugleich Veränderungen im weiteren Lebensverlauf einbezieht. Gerade diese differenzierte Einordnung ist bedeutsam, um frühe Bindungserfahrungen weder in ihrer langfristigen Bedeutung zu unterschätzen noch als unveränderbare Festlegung späterer Entwicklung zu interpretieren (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268; Huber, 2024, S. 76–82).

Auch für pädagogische Kontexte ist die Auseinandersetzung mit Bindungsentwicklung relevant. Kinder bringen unterschiedliche Beziehungserfahrungen in pädagogische Beziehungen mit. Lehrpersonen und andere außerfamiliäre Bezugspersonen können im weiteren Entwicklungsverlauf bedeutsame Beziehungserfahrungen ermöglichen und unter bestimmten Bedingungen eine kompensatorische Beziehungsquelle darstellen (Huber, 2024, S. 159–160). Ein vertieftes Verständnis bindungsbezogener Entwicklungsprozesse kann dazu beitragen, kindliches Verhalten differenziert zu betrachten und die Bedeutung verlässlicher pädagogischer Beziehungen stärker zu berücksichtigen.

Vor diesem Hintergrund untersucht die vorliegende Arbeit den Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter.

## 1.2 Zielsetzung und Forschungsfrage

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, die Bedeutung früher Bindungserfahrungen für die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter auf Grundlage bindungstheoretischer und entwicklungspsychologischer Literatur herauszuarbeiten. Dabei wird betrachtet, durch welche Entwicklungsmechanismen frühe Beziehungserfahrungen langfristig bedeutsam bleiben können und welche

Zusammenhänge sich mit späteren bindungsbezogenen Erwartungen der Beziehungsgestaltung und der Emotionsregulation zeigen.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Konzept der inneren Arbeitsmodelle sowie auf der Frage nach Kontinuität und Veränderbarkeit der Bindungsentwicklung. Dabei soll herausgearbeitet werden, wie frühe Bindungserfahrungen innerhalb eines fortlaufenden Entwicklungsprozesses eingeordnet werden können.

Aus der Zielsetzung ergibt sich folgende Forschungsfrage: „Welchen Einfluss haben frühe Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter?“

Zur Beantwortung der Forschungsfrage verfolgt die Arbeit einen theoretischen Zugang. Auf Grundlage ausgewählter bindungstheoretischer und entwicklungspsychologischer Fachliteratur werden zentrale Konzepte und Forschungserkenntnisse zusammengeführt und im Hinblick auf die Forschungsfrage eingeordnet.

### 1.3 Aufbau der Arbeit

Die Arbeit gliedert sich in acht Kapitel. Nach der Einleitung werden in Kapitel 2 die theoretischen Grundlagen der Bindung dargestellt. Dabei werden der Begriff und die Bedeutung von Bindung, die Entwicklung der Bindungstheorie nach Bowlby und Ainsworth, das Bindungssystem und das Konzept der sicheren Basis sowie die inneren Arbeitsmodelle erläutert.

Kapitel 3 beschäftigt sich mit der Entwicklung früher Bindung. Im Mittelpunkt stehen die Bindungsentwicklung in der frühen Kindheit sowie die Bedeutung der Bezugsperson und der Feinfühligkeit. Darüber hinaus werden Risiko- und Schutzfaktoren der Bindungsentwicklung betrachtet.

In Kapitel 4 werden unterschiedliche Bindungsmuster im Kindesalter dargestellt. Zunächst werden ausgewählte Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung im Kindesalter betrachtet. Anschließend werden sichere und unsichere Bindungsmuster sowie die desorganisierte Bindung beschrieben. Abschließend erfolgt eine Abgrenzung zu Bindungsstörungen.

Kapitel 5 richtet den Blick auf Bindung im Erwachsenenalter. Dabei werden Bindung über die Lebensspanne, Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter sowie deren Stabilität und Veränderbarkeit thematisiert.

Darauf aufbauend wird im Kapitel 6 der Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung näher betrachtet. Im Mittelpunkt stehen die Kontinuität früher Bindungserfahrungen, innere Arbeitsmodelle als Entwicklungsmechanismus, Zusammenhänge zwischen kindlicher und erwachsener Bindung und die Bedeutung früher Bindungserfahrungen für Beziehungsgestaltung und Emotionsregulation. Abschließend werden korrigierende Beziehungserfahrungen und Veränderungsmöglichkeiten dargestellt.

Kapitel 7 führt die zentralen Erkenntnisse der Arbeit zusammen, ordnet diese im Hinblick auf die Forschungsfrage ein und reflektiert die Aussagekraft sowie die Limitationen der Arbeit kritisch. Darüber hinaus werden pädagogische Implikationen abgeleitet. Kapitel 8 schließt die Arbeit mit einem Fazit und einem Ausblick auf mögliche weiterführende Forschungsfragen ab.

## 2 Theoretische Grundlagen der Bindung

Um den Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung betrachten zu können, ist zunächst eine Auseinandersetzung mit den theoretischen Grundlagen der Bindung erforderlich. Dazu werden der Begriff und die Bedeutung von Bindung sowie die Entwicklung der Bindungstheorie nach Bowlby und Ainsworth dargestellt. Anschließend stehen das Bindungssystem, das Konzept der sicheren Basis und die inneren Arbeitsmodelle als zentrale theoretische Grundlagen im Mittelpunkt.

### 2.1 Begriff und Bedeutung von Bindung

Unter Bindung wird die spezifische emotionale Qualität der Beziehung zwischen einem Kind und seinen vertrauten Fürsorgepersonen verstanden. Diese besitzen insbesondere in belastenden oder verunsichernden Situationen eine besondere Bedeutung, da sie dem Kind Schutz und Sicherheit bieten können. Bindung ist biologisch begründet, wird jedoch durch die wiederkehrenden Erfahrungen des Kindes mit seinen Bezugspersonen individuell ausgestaltet. Die innerhalb früher Beziehungen gesammelten Erfahrungen stehen damit im Zusammenhang, welche Qualität eine Bindungsbeziehung entwickelt (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 264–265).

Frühe Erfahrungen mit familialen und außerfamilialen Fürsorgepersonen können für die sozial-emotionale Entwicklung sowie weitere Entwicklungsprozesse von Bedeutung sein. Die zugrunde liegenden Mechanismen der Bindung und die langfristige Bedeutung früher Bindungserfahrungen werden in den folgenden Kapiteln näher betrachtet (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 262–264).

Aufbauend auf diesem Begriffsverständnis entwickelte sich die Bindungstheorie, die bis heute die theoretische Grundlage der Bindungsforschung bleibt.

### 2.2 Entwicklung der Bindungstheorie nach Bowlby und Ainsworth

Die Bindungstheorie wurde maßgeblich von John Bowlby begründet. Seine theoretischen Überlegungen entstanden aus der Auseinandersetzung mit frühen

Bindungsbeziehungen und der Bedeutung von Trennungserfahrungen. Bowlby betrachtete Bindung als eigenständiges Verhaltenssystem, das nicht aus anderen Verhaltenssystemen, wie etwa dem Ernährungsverhalten, abgeleitet werden kann. Aus evolutionärer Perspektive erfüllt das Bindungsverhalten eine Schutzfunktion, indem es die Nähe zu vertrauten Bezugspersonen fördert (Ainsworth, 1985, S. 772–773).

Die von Bowlby entwickelte Bindungstheorie bildet die Grundlage für eine umfangreiche wissenschaftliche Auseinandersetzung mit frühen Bindungsbeziehungen. Die daraus hervorgegangene Forschung trug zugleich dazu bei, die theoretischen Annahmen weiterzuentwickeln und zu differenzieren (Ainsworth, 1985, S. 771–772).

Eine zentrale Bedeutung für die empirische Bindungsforschung wird unter anderem Mary Ainsworth zugeschrieben. In Längsschnittstudien untersuchte sie die Entwicklung der Bindung zwischen Säuglingen und ihren Müttern im Verlauf des ersten Lebensjahres und stellte Unterschiede in der Qualität früher Bindungsbeziehungen fest (Ainsworth, 1985, S. 774–775).

Zur systematischen Untersuchung qualitativer Unterschiede früher Bindungsbeziehungen entwickelte Ainsworth mit der Fremden Situation ein standardisiertes Beobachtungsverfahren. Dieses Verfahren ermöglichte es, Unterschiede im kindlichen Bindungsverhalten empirisch zu erfassen und verschiedene Bindungsmuster zu beschreiben (Ainsworth, 1985, S. 775–776).

Die Arbeiten Bowlbys und Ainsworths sind eng miteinander verbunden. Bowlbys theoretische Überlegungen bildeten einen wesentlichen Ausgangspunkt der Bindungsforschung, während Ainsworth durch ihre Beobachtungs- und Längsschnittstudien zur empirischen Untersuchung und Differenzierung der Bindungstheorie beitrug. Die dabei beschriebenen Bindungsmuster werden in Kapitel 4 ausführlicher dargestellt (Ainsworth, 1985, S. 771–776).

Aus diesen theoretischen Überlegungen lassen sich zentrale Konzepte ableiten, die das Verständnis von Bindung bis heute prägen.

## 2.3 Bindungssystem und sichere Basis

Ein zentraler Bestandteil der Bindungstheorie ist das Bindungssystem. Bowlby versteht Bindungsverhalten als die Suche nach und Aufrechterhaltung von Nähe zu einer vertrauten Person. Das Bindungssystem besitzt eine Schutzfunktion und wird insbesondere bei Angst, Unsicherheit oder Belastung aktiviert. Auch Müdigkeit, Krankheit oder die Trennung von einer Bindungsperson können das Bedürfnis nach Nähe verstärken (Bowlby, 2008, S. 20–22).

Um Nähe herzustellen oder aufrechtzuerhalten, können Kinder Bindungsverhaltensweisen wie Weinen, Rufen, Anklammern oder das aktive Aufsuchen der Bindungsperson zeigen. Wird ausreichend Nähe und Sicherheit erlebt, kann die Aktivierung des Bindungssystems wieder abnehmen (Bowlby, 2008, S. 20–22).

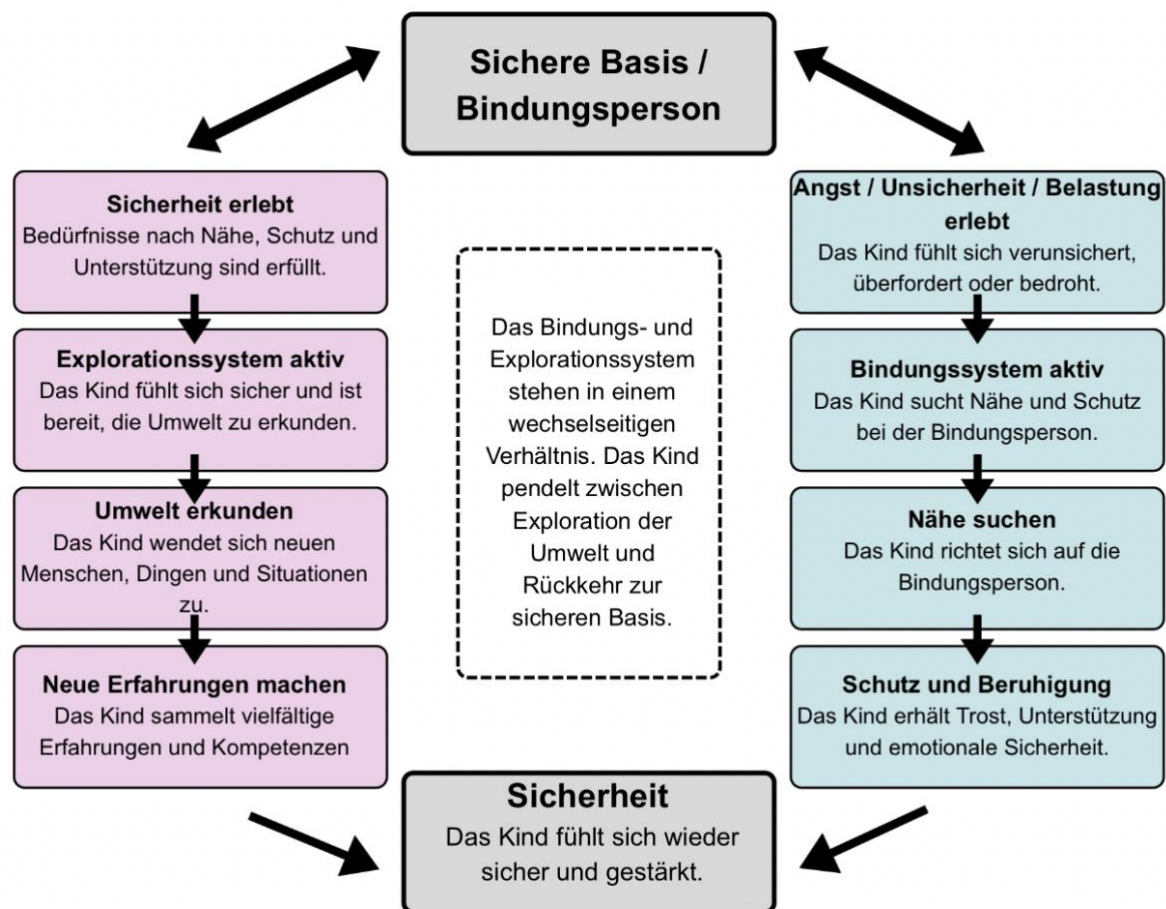
Dem Bindungsverhalten steht das Explorationsverhalten gegenüber. Fühlt sich ein Kind sicher, kann es sich von seiner Bindungsperson entfernen und seine Umwelt erkunden. Bei Angst oder Verunsicherung tritt das Bedürfnis nach Nähe stärker in den Vordergrund. Bindungs- und Explorationsverhalten stehen somit in einem wechselseitigen Verhältnis (Bowlby, 2008, S. 20–22).

In diesem Zusammenhang kommt dem Konzept der sicheren Basis eine besondere Bedeutung zu. Die Bindungsperson kann einen sicheren Ausgangspunkt für die Erkundung der Umwelt darstellen und dem Kind zugleich ermöglichen, bei Angst oder Verunsicherung zurückzukehren und Schutz zu suchen. Ainsworth beobachtete die Nutzung der Mutter als sichere Basis für die Exploration sowie als Rückzugsort bei Beunruhigung bereits im Rahmen ihrer Längsschnittuntersuchungen (Ainsworth, 1985, S. 773–774).

Das Zusammenspiel von Bindung und Exploration verdeutlicht, dass das Bedürfnis nach Nähe und die zunehmende Selbstständigkeit des Kindes keine Gegensätze darstellen. Die Verfügbarkeit einer sicheren Basis kann vielmehr dazu beitragen, dass sich das Kind seiner Umwelt zuwendet und neue Erfahrungen sammelt (Bowlby, 2008, S. 20–22; Ainsworth, 1985, S. 773–774).

Das wechselseitige Verhältnis von Bindungs- und Explorationsverhalten wird in Abbildung 1 zusammenfassend dargestellt:

Abbildung 1: Zusammenspiel von Bindungs- und Explorationsverhalten



Anmerkung. Eigene Darstellung nach Ainsworth (1985) und Bowlby (2008).

Die wiederholten Erfahrungen mit der Verfügbarkeit und Reaktion der Bindungsperson bilden zugleich die Grundlage für die Entwicklung innerer Arbeitsmodelle.

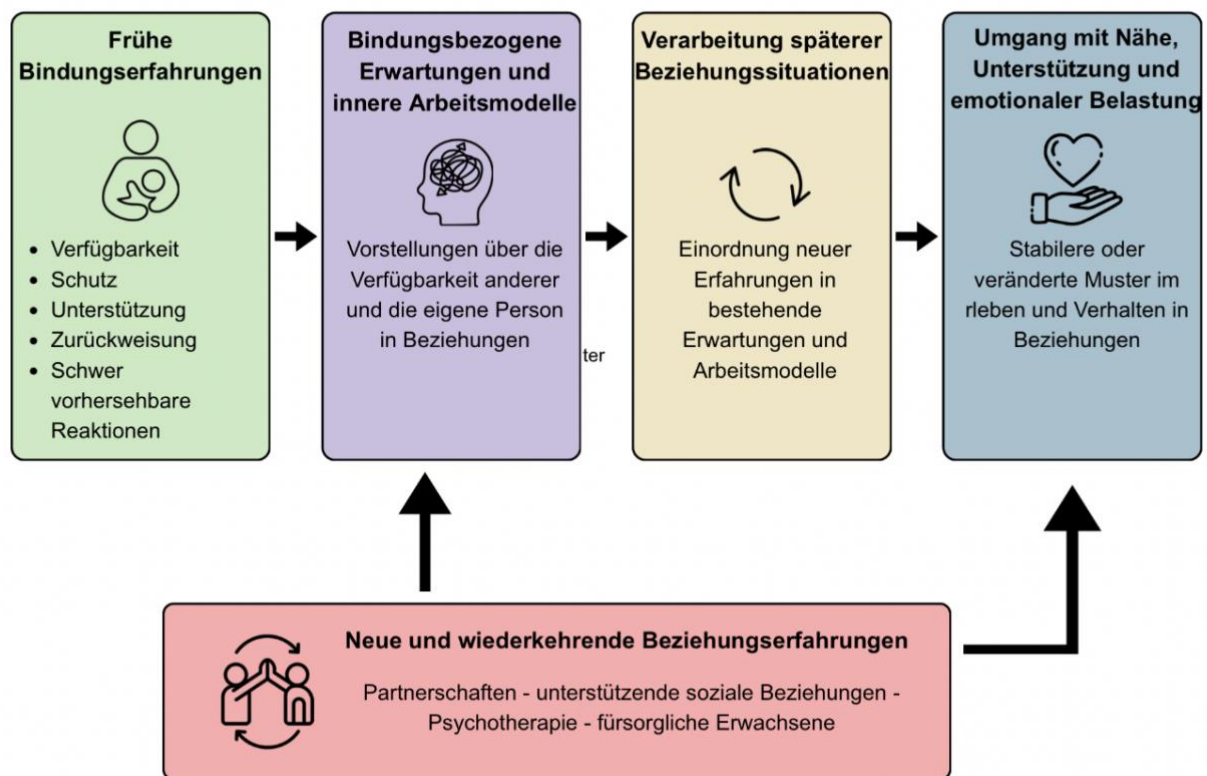
## 2.4 Innere Arbeitsmodelle

Auf Grundlage wiederkehrender Erfahrungen mit ihren Bindungspersonen entwickeln Kinder zunehmend innere Vorstellungen über sich selbst und andere Menschen. Bowlby bezeichnet diese als innere Arbeitsmodelle. Sie umfassen Erwartungen darüber, wie Bindungspersonen in bestimmten Situationen reagieren und in welchem Maß sie verfügbar und unterstützend sind (Bowlby, 2008, S. 114–115).

Neben den Vorstellungen über die Bindungsperson entwickelt das Kind auch ein Bild von sich selbst innerhalb von Beziehungen. Erlebt es seine Bindungsperson als verfügbar und zugewandt, können sich Vorstellungen von anderen Menschen als verlässlich und von der eigenen Person als beachtens- und liebenswert herausbilden. Gegenteilige Beziehungserfahrungen können entsprechend zu anderen Erwartungen an sich selbst und nahestehenden Personen beitragen (Bowlby, 2008, S. 114–115).

Die Entstehung und Funktion innerer Arbeitsmodelle werden in Abbildung 2 grafisch veranschaulicht:

Abbildung 2: Entwicklung und Funktion innerer Arbeitsmodelle



*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Bowlby (2008) und Sroufe (2022).

Im Verlauf des ersten Lebensjahres entwickeln Kinder zunehmend Erwartungen über wiederkehrende Erfahrungen. Diese können sich zu inneren Arbeits- beziehungsweise Repräsentationsmodellen der Umwelt, der Bindungsperson und schließlich der eigenen Person organisieren (Ainsworth, 1985, S. 773).

Obwohl innere Arbeitsmodelle im Verlauf der Entwicklung eine gewisse Beständigkeit entwickeln können, sind sie nicht als unveränderbar zu verstehen. Frühere Erfahrungen können für die weitere Entwicklung bedeutsam bleiben, während zugleich Veränderung im Erleben und Verhalten möglich ist. Kontinuität und Veränderung sind daher als miteinander verbundene Bestandteile der Entwicklung zu betrachten (Sroufe, 2022, S. 141–144).

Innere Arbeitsmodelle stellen damit ein zentrales Konzept der Bindungstheorie dar. Sie ermöglichen es, bindungsbezogene Erfahrungen und daraus entwickelte Erwartungen theoretisch zu erfassen. Inwiefern solche Erwartungen für die Verarbeitung späterer Beziehungserfahrungen bedeutsam sein können, wird im Kapitel 6 näher betrachtet (Bowlby, 2008, S. 114–115).

Zusammenfassend verdeutlichen die theoretischen Grundlagen, dass frühe Beziehungserfahrungen die Grundlage für die Entwicklung bindungsbezogener Erwartungen bilden. Das Bindungssystem, die sichere Basis sowie die inneren Arbeitsmodelle bieten einen theoretischen Erklärungsrahmen dafür, wie Bindung entsteht und über die Entwicklung hinweg wirksam bleiben kann. Darauf aufbauend wird im folgenden Kapitel die Entwicklung früher Bindung im Kindesalter näher betrachtet.

## 3 Entwicklung früher Bindung

Nach der Darstellung der theoretischen Grundlagen richtet sich der Blick auf die Entwicklung von Bindung in der frühen Kindheit. Zunächst wird die schrittweise Bindungsentwicklung im Säuglings- und frühen Kindesalter betrachtet. Anschließend werden die Bedeutung der Bezugsperson und der Feinfühligkeit für frühe Beziehungserfahrungen erläutert. Abschließend stehen mögliche Risiko- und Schutzfaktoren der Bindungsentwicklung im Mittelpunkt.

### 3.1 Bindungsentwicklung in der frühen Kindheit

Die Entwicklung von Bindung vollzieht sich in der frühen Kindheit schrittweise. In der ersten Zeit nach der Geburt besteht noch keine Bindung im eigentlichen Sinne. Säuglinge verfügen jedoch über angeborene Signale und Verhaltensweisen wie Weinen, Lächeln, Greifen oder Blickkontakt, durch die sie mit anderen Menschen in Kontakt treten und deren Nähe fördern. Das Verhalten des Kindes richtet sich zunächst noch nicht bevorzugt auf eine bestimmte Bindungsperson (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 23–24).

Im Verlauf der ersten Lebensmonate beginnt der Säugling zunehmend zwischen vertrauten und unbekannten Personen zu unterscheiden. Die Orientierung richtet sich verstärkt auf bekannte Bezugspersonen, mit denen das Kind wiederholt interagiert. Vertraute Personen können das Kind zunehmend leichter beruhigen. Wiederkehrende Erfahrungen mit den Reaktionen der Bezugsperson tragen dazu bei, dass das Kind zunehmend Erwartungen hinsichtlich ihrer Verfügbarkeit und Zuverlässigkeit entwickelt (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 24–25).

Ab etwa dem sechsten bis achten Lebensmonat wird eine ausgeprägte Bindung an bestimmte Personen zunehmend erkennbar. Das Kind sucht aktiv deren Nähe und kann auf Trennungen mit Weinen oder Protest reagieren. Mit zunehmenden motorischen Fähigkeiten ist es zudem in der Lage, der Bindungsperson zu folgen und ihre Nähe gezielt aufzusuchen (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 25–26).

In der zweiten Hälfte des ersten Lebensjahres gewinnt die Bindungsperson zunehmend als sichere Basis an Bedeutung. Von ihr aus kann das Kind seine Umwelt erkunden und bei Belastung oder Unsicherheit zu ihr zurückkehren. Die

Bindungsentwicklung zeigt sich damit zunehmend im Zusammenspiel zwischen dem Aufsuchen von Nähe und der Exploration der Umwelt (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 26–27).

Die schrittweise Entwicklung früher Bindung wird in Tabelle 1 zusammenfassend dargestellt:

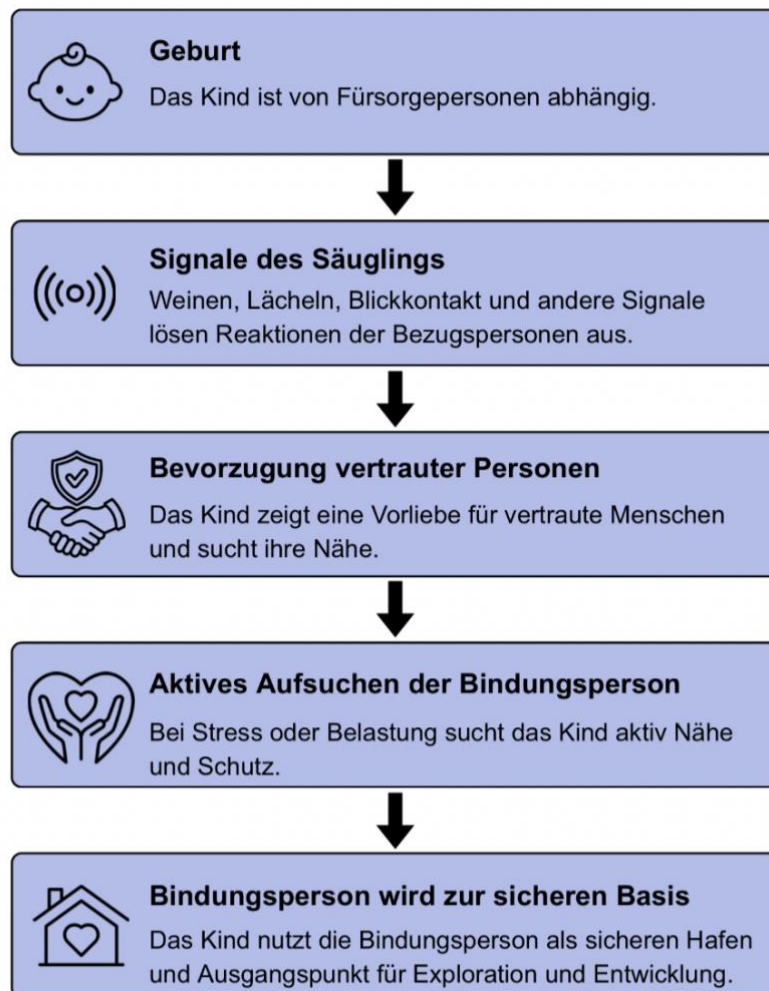
Tabelle 1: Entwicklung der Bindung in der frühen Kindheit

| Entwicklungsphase              | Kennzeichen der Bindungsentwicklung                                                                                                                                                 |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Geburt bis ca. 2 Monate</b> | Angeborene Bindungssignale (z. B. Weinen, Lächeln oder Greifen) dienen der Kontaktaufnahme mit Bezugspersonen. Das Verhalten richtet sich noch nicht an eine bestimmte Person.      |
| <b>Ca. 2 bis 6 Monate</b>      | Das Kind unterscheidet zunehmend zwischen vertrauten und unvertrauten Personen und reagiert auf vertraute Bezugspersonen bevorzugt.                                                 |
| <b>Ca. 6 bis 8 Monate</b>      | Eine spezifische Bindung entwickelt sich. Das Kind sucht aktiv Nähe zur Bindungsperson und zeigt bei Trennungen häufig Protest oder Unsicherheit.                                   |
| <b>Ab ca. 8 Monaten</b>        | Die Bindungsperson dient als sichere Basis für Exploration sowie als sicherer Hafen in belastenden Situationen. Das Kind beginnt, seine Umwelt zunehmend selbstständig zu erkunden. |

*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Jungmann und Reichenbach (2016).

Abbildung 3 veranschaulicht die schrittweise Entwicklung der Bindung im Kindesalter in grafischer Form:

Abbildung 3: Entwicklung der Bindung im Kindesalter



*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Jungmann und Reichenbach (2016).

Die dargestellten Entwicklungsphasen verdeutlichen, dass Bindung nicht allein durch das Alter des Kindes bestimmt wird, sondern wesentlich von den Erfahrungen mit den Bezugspersonen abhängt. Welche Bedeutung dabei der Qualität dieser frühen Interaktionen zukommt, wird im folgenden Abschnitt erläutert.

## 3.2 Bedeutung der Bezugsperson und Feinfühligkeit

Bezugspersonen nehmen eine zentrale Rolle in der frühen Entwicklung des Kindes ein. Säuglinge und Kleinkinder sind zunächst in besonderem Maß auf Unterstützung vertrauter Personen angewiesen. Diese begleiten das Kind bei der Bewältigung von Belastungen und unterstützen die Regulation körperlicher und emotionaler Zustände. Die Qualität der frühen Interaktionen zwischen Kind und Bezugsperson ist daher für die Entwicklung der Bindungsbeziehung von besonderer Bedeutung (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 262).

Eine zentrale Rolle spielt dabei die Feinfühligkeit der Bezugsperson. Das von Mary Ainsworth entwickelte Konzept beschreibt die Fähigkeit, kindliche Signale aufmerksam wahrzunehmen, aus der Perspektive des Kindes richtig zu interpretieren und angemessen sowie zeitnah darauf zu reagieren. Die Reaktion sollte dabei an die jeweiligen Bedürfnisse und den Entwicklungsstand des Kindes angepasst sein (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 66–68).

Eine angemessene Reaktion auf kindliche Signale setzt voraus, dass die Bezugsperson deren Bedeutung aus der Perspektive des Kindes erfasst. Eigene Erwartungen oder Belastungen können die Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse beeinflussen. Von Bedeutung ist zudem eine zeitnahe Reaktion, da diese dem Kind ermöglicht, einen Zusammenhang zwischen dem eigenen Signal und der Antwort der Bezugsperson zu erfahren (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 67–68).

Insbesondere in belastenden Situationen ist das Kind zunächst auf Unterstützung bei der Regulation von Stress angewiesen. Wiederkehrende Erfahrungen von Nähe, Beruhigung und Unterstützung können zur Regulation kindlicher Stressreaktionen beitragen. Frühe Beziehungserfahrungen stehen damit auch mit der Entwicklung von Prozessen in Zusammenhang, die an der Verarbeitung und Regulation von Belastungen beteiligt sind (Strüber, 2019, S. 130–136).

Feinfühligkeit gilt als bedeutsamer, jedoch nicht alleiniger Einflussfaktor auf die Bindungsentwicklung. Kinder feinfühligere Bezugspersonen entwickeln häufiger eine sichere Bindungsqualität als Kinder, deren Signale wiederholt unzureichend wahrgenommen oder beantwortet werden (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 66–68; Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 264–265).

Neben der Qualität der frühen Interaktionen können jedoch auch weitere familiäre und soziale Bedingungen die Bindungsentwicklung beeinflussen.

### 3.3 Risiko- und Schutzfaktoren

Die Entwicklung von Bindung findet unter unterschiedlichen familiären und sozialen Bedingungen statt. Neben den unmittelbaren Interaktionen zwischen Kind und Bezugsperson können daher auch die Lebensumstände einer Familie für die Bindungsentwicklung von Bedeutung sein. Belastungen sind insbesondere dann relevant, wenn sie die Möglichkeit der Bezugsperson beeinträchtigen, dem Kind verlässlich Schutz, Nähe und Unterstützung zur Verfügung zu stellen (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 61–64).

Abrupte oder wiederholte Trennungserfahrungen und Beziehungsunterbrechungen können belastende Bedingungen für die Bindungsentwicklung darstellen. Insbesondere länger andauernde Belastungen können sich auf die Beziehung zwischen Kind und Bezugsperson auswirken und die Bedingungen für die Entwicklung von Bindung erschweren (Brisch, 2022, S. 60–62).

Neben belastenden Bedingungen sind auch schützende Faktoren für den Entwicklungsverlauf von Bedeutung. Eine sichere Bindung kann als Schutzfaktor der kindlichen Entwicklung verstanden werden. Darüber hinaus können unterstützende Beziehungen und soziale Netzwerke für die Bewältigung belastender Lebensbedingungen bedeutsam sein (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 66–68, 138–142).

Risiko- und Schutzfaktoren sind nicht isoliert zu betrachten. Ihre Bedeutung ergibt sich aus dem Zusammenspiel unterschiedlicher Beziehungserfahrungen und sozialer Lebensbedingungen. Aus dem Vorliegen einzelner belastender oder schützender Bedingungen lässt sich daher nicht unmittelbar eine bestimmte Bindungsqualität ableiten (Jungmann & Reichenbach, 2016, S. 138–142).

Zusammenfassend zeigt sich, dass die Entwicklung früher Bindung durch das Zusammenspiel biologischer Voraussetzungen, der Qualität früher Beziehungserfahrungen sowie familiärer und sozialer Rahmenbedingungen geprägt wird. Feinfühligkeitsvolle Bezugspersonen und unterstützende Entwicklungsbedingungen

können die Ausbildung einer sicheren Bindung fördern, während belastende Lebensumstände die Bindungsentwicklung erschweren können. Auf dieser Grundlage werden im folgenden Kapitel die unterschiedlichen Bindungsmuster im Kindesalter dargestellt.

## 4 Bindungsmuster im Kindesalter

Aufbauend auf die Entwicklung früher Bindungsbeziehungen richtet sich der Blick im folgenden Kapitel auf unterschiedliche Bindungsmuster im Kindesalter. Zunächst werden ausgewählte Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung in unterschiedlichen Altersstufen betrachtet. Anschließend werden sichere und unsichere Bindungsmuster sowie die desorganisierte Bindung dargestellt und von Bindungsstörungen abgegrenzt.

### 4.1 Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung im Kindesalter

Ein Verfahren zur Untersuchung früher Interaktionsprozesse im Säuglingsalter stellt das Still-Face-Paradigma dar. Dabei interagiert die Bezugsperson zunächst wie gewohnt mit dem Säugling und nimmt anschließend für eine begrenzte Zeit einen unbewegten und ausdruckslosen Gesichtsausdruck ein. Die Säuglinge reagieren auf diese Unterbrechung der wechselseitigen Interaktion unter anderem mit Versuchen, die Aufmerksamkeit der Bezugsperson wiederzugewinnen sowie mit zunehmenden negativen Reaktionen und Abwendung. Das Verfahren ermöglicht damit Einblicke in frühe Formen sozialer Interaktion und die Reaktion des Säuglings auf deren vorübergehende Unterbrechung (Tronick et al., 1978, S. 5–8).

Die Fremde Situation wurde entwickelt, um qualitative Unterschiede der Organisation des kindlichen Bindungsverhaltens unter standardisierten Bedingungen beobachten zu können. Im Mittelpunkt steht dabei nicht das alltägliche Verhalten des Kindes in einer unbelasteten Situation. Vielmehr werden Bedingungen hergestellt, unter denen das Bindungssystem schrittweise aktiviert wird und sich Unterschiede im Umgang mit Belastung und der Verfügbarkeit der Bindungsperson zeigen können (Ainsworth, 1985, S. 775–776).

Das Verfahren besteht aus einer festgelegten Abfolge kurzer Beobachtungsepisoden. Zu Beginn befinden sich das Kind und seine Mutter gemeinsam in einer für das Kind unbekannten Umgebung. Anschließend betritt eine fremde Person den Raum. Im weiteren Verlauf verlässt die Mutter den Raum und kehrt nach einer kurzen Trennung zurück. Eine zweite Trennung und Wiedervereinigung steigern die Belastungssituation

zusätzlich. Durch die Kombination aus fremder Umgebung, Anwesenheit einer unbekannten Person und zeitweiliger Abwesenheit der Bindungsperson wird das Bindungssystem des Kindes zunehmend aktiviert (Ainsworth, 1985, S. 775–776).

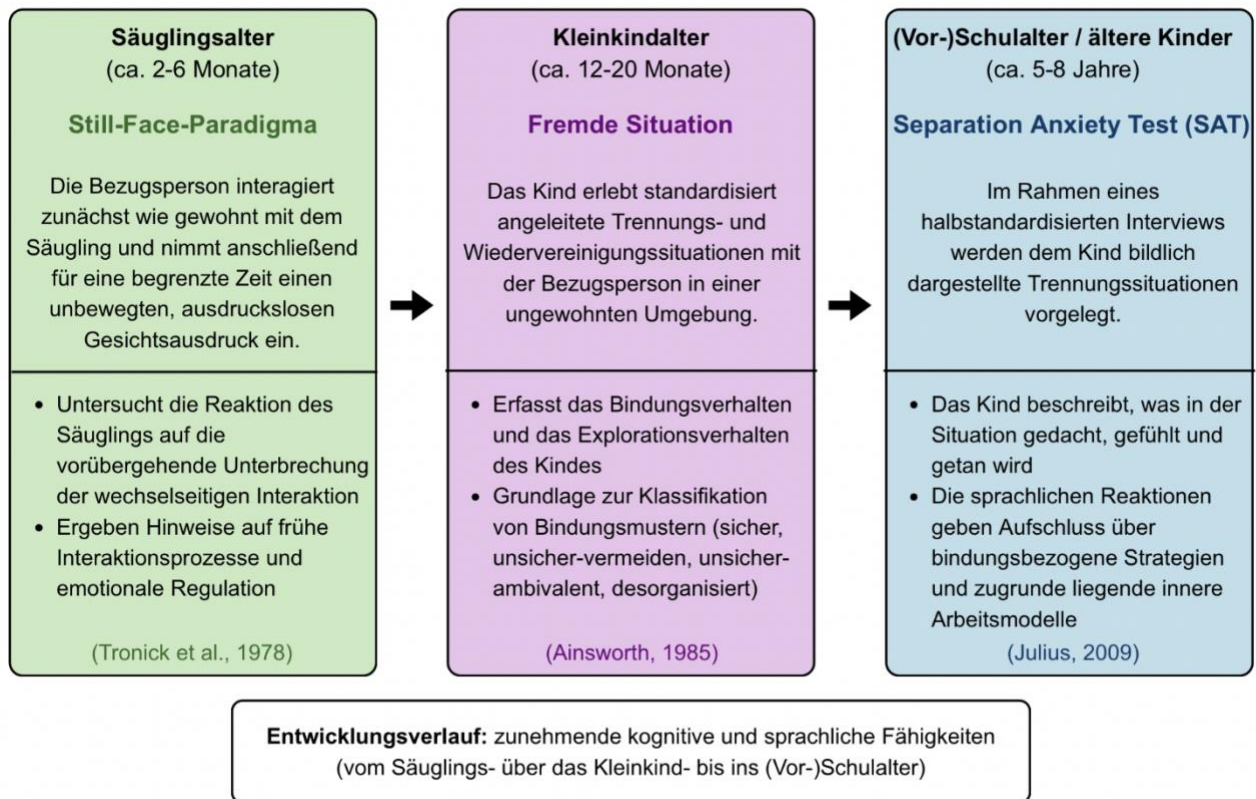
Für die Beurteilung der Bindungsqualität ist insbesondere das Verhalten des Kindes während der Wiedervereinigung mit der Mutter von Bedeutung. Beobachtet wird unter anderem, ob das Kind Nähe und Kontakt sucht, inwiefern es sich beruhigen lässt, ob es Kontakt vermeidet oder Widerstand gegenüber der Bindungsperson zeigt. Auch die Fähigkeit, nach einer Beruhigung erneut zur Exploration zurückzukehren, wird berücksichtigt (Ainsworth, 1985, S. 775–779).

Die Fremde Situation dient somit nicht dazu, lediglich die Stärke einer Bindung zu erfassen. Vielmehr werden unterschiedliche Formen sichtbar, in denen Kinder ihr Bindungsverhalten unter Belastung organisieren (Ainsworth, 1985, S. 775–779).

Für ältere Kinder stehen Verfahren zur Verfügung, die stärker auf sprachliche Äußerungen und Vorstellungen über Trennungssituationen zurückgreifen. Der Separation Anxiety Test (SAT) wird unter anderem bei Kindern im Alter von etwa fünf bis acht Jahren eingesetzt. Im Rahmen eines halbstandardisierten Interviews werden den Kindern acht bildlich dargestellte Trennungssituationen vorgelegt und ihre Reaktionen darauf erfasst. Die sprachlichen Äußerungen können dabei Hinweise auf bindungsbezogene Strategien und zugrunde liegende innere Arbeitsmodelle geben (Julius, 2009, S. 121–124)

Die dargestellten Verfahren verdeutlichen, dass zur Untersuchung und Erfassung bindungsbezogener Prozesse je nach Entwicklungsalter unterschiedliche methodische Zugänge herangezogen werden können. Abbildung 4 fasst die ausgewählten Verfahren überblicksartig zusammen:

Abbildung 4: Ausgewählte Verfahren zur Untersuchung und Erfassung von Bindung im Kindesalter



*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Ainsworth (1985), Julius (2009) und Tronick et al. (1978).

Für die weitere Betrachtung der Bindungsmuster ist insbesondere die Fremde Situation von Bedeutung, da auf Grundlage der darin beobachteten Verhaltensweisen unterschiedliche Muster des kindlichen Bindungsverhaltens beschrieben werden konnten (Ainsworth, 1985, S. 775–779).

## 4.2 Sichere und unsichere Bindungsmuster

Die in der Fremden Situation beobachteten Verhaltensweisen wurden drei grundlegenden Bindungsmustern zugeordnet. Muster B beschreibt die sichere Bindung, während Muster A als unsicher-vermeidende und Muster C als unsicher ambivalente Bindung bezeichnet wird. Entscheidend für die Unterscheidung ist insbesondere, wie das Bindungs- und Explorationsverhalten unter Belastung

organisiert ist und wie das Kind auf die Wiedervereinigung mit der Bindungsperson reagiert (Ainsworth, 1985, S. 775–776).

Sicher gebundene Kinder zeigen bei Anwesenheit der Bindungsperson Bereitschaft zur Exploration und nutzen diese als sichere Basis. Bei Belastung suchen sie nach der Wiedervereinigung Nähe und Trost, lassen sich vergleichsweise rasch beruhigen und können sich anschließend erneut dem explorativen Spiel zuwenden (Ainsworth, 1985, S. 775–776, 778).

Kinder mit einem unsicher-vermeidenden Bindungsmuster wirken durch die Trennung äußerlich wenig beeinträchtigt. Bei der Wiedervereinigung suchen sie nicht verstärkt nach Nähe, sondern neigen dazu, die Bindungsperson zu vermeiden. Ainsworth interpretiert dieses Verhalten als defensive Strategie und weist darauf hin, dass die äußerlich geringe Belastung nicht mit dem Fehlen von Bindung gleichzusetzen ist (Ainsworth, 1985, S. 775, 779).

Das unsicher-ambivalente Bindungsmuster ist durch eine starke Orientierung an der Bindungsperson und deutliche Belastung während der Trennung gekennzeichnet. Bei der Wiedervereinigung zeigen die Kinder widersprüchliche Reaktionen, indem sie einerseits Nähe suchen und andererseits mit Widerstand oder Ärger reagieren. Dadurch sind sie nur schwer zu beruhigen (Ainsworth, 1985, S. 775, 778–779).

Die drei Bindungsmuster beschreiben somit unterschiedliche, erkennbare Formen des Umgangs mit bindungsbezogener Belastung. Während bei sicherer Bindung die Rückkehr der Bindungsperson Beruhigung und erneute Exploration ermöglicht, zeigen sich bei den unsicheren Bindungsmustern vermeidende beziehungsweise ambivalente Verhaltensweisen. Trotz dieser Unterschiede weisen die Reaktionen jeweils ein charakteristisches Muster auf (Ainsworth, 1985, S. 775–779).

Neben diesen organisierten Bindungsmustern wurde in späteren Forschungsarbeiten ein weiteres Muster beschrieben, das sich deutlich von den bisher dargestellten Strategien unterscheidet.

### 4.3 Desorganisierte Bindung

Die von Ainsworth beschriebenen sicheren, unsicher-vermeidenden und unsicher-ambivalenten Bindungsmuster werden als organisierte Verhaltensmuster betrachtet. Damit ist gemeint, dass die Reaktionen des Kindes trotz ihrer Unterschiede eine erkennbare und vergleichsweise vorhersehbare Form des Umgangs mit bindungsbezogener Belastung aufweisen. Die später ergänzte Bindungsdesorganisation unterscheidet sich davon durch das zeitweise Fehlen einer kohärenten Strategie im Umgang mit Bindungsverhalten (Huber, 2024, S. 59).

Kinder mit einem desorganisierten Bindungsmuster können widersprüchliche, konfuse oder desorientiert wirkende Verhaltensweisen zeigen. Bereits eingeleitete Verhaltensabläufe werden mitunter plötzlich unterbrochen. Beispielsweise kann sich ein Kind der Bindungsperson annähern und die Bewegung unvermittelt abbrechen oder in einem Bewegungsablauf plötzlich erstarren (Huber, 2024, S. 59–60).

Nähe suchende und vermeidende Verhaltensweisen können dabei in widersprüchlicher Weise auftreten. Darüber hinaus können stereotype oder ungewöhnlich wirkende Verhaltensweisen, das Einfrieren von Bewegungen sowie desorientiert oder dissoziativ wirkende Zustände beobachtet werden. Das Verhalten lässt somit zeitweise keine konsistente Strategie im Umgang mit der aktivierten Bindungssituation erkennen (Huber, 2024, S. 59–61).

Als bedeutsame Entstehungsbedingungen einer desorganisierten Bindung werden insbesondere stark belastende Beziehungserfahrungen beschrieben. Elterliche Kindesmisshandlung und intrusives Verhalten gelten als besonders bedeutsame Prädiktoren, ebenso kann eine unverarbeitete Traumatisierung eines Elternteils mit der Entwicklung einer Bindungsdesorganisation in Zusammenhang stehen. Für das Kind kann dabei eine widersprüchliche Situation entstehen: Die Bindungsperson, deren Nähe in belastenden Situationen Schutz und Sicherheit bieten soll, wird zugleich als ängstigend, unsicher oder chaotisch erlebt. Dadurch kann es dem Kind erschwert werden, eine konsistente Strategie im Umgang mit bindungsbezogener Belastung zu entwickeln (Huber, 2024, S. 60).

Die Bindungsdesorganisation ist dennoch nicht mit einem vollständigen Fehlen organisierter Bindungsverhaltensweisen gleichzusetzen. Auch innerhalb eines desorganisierten Bindungsmusters können Ansätze organisierter Strategien

erkennbar sein. Kennzeichnend ist vielmehr, dass diese zeitweise durch widersprüchliche oder desorientiert wirkende Verhaltensweisen unterbrochen werden (Huber, 2024, S. 59–61).

Die zentralen Kennzeichen der dargestellten Bindungsmuster werden in Tabelle 2 vergleichend zusammengeführt:

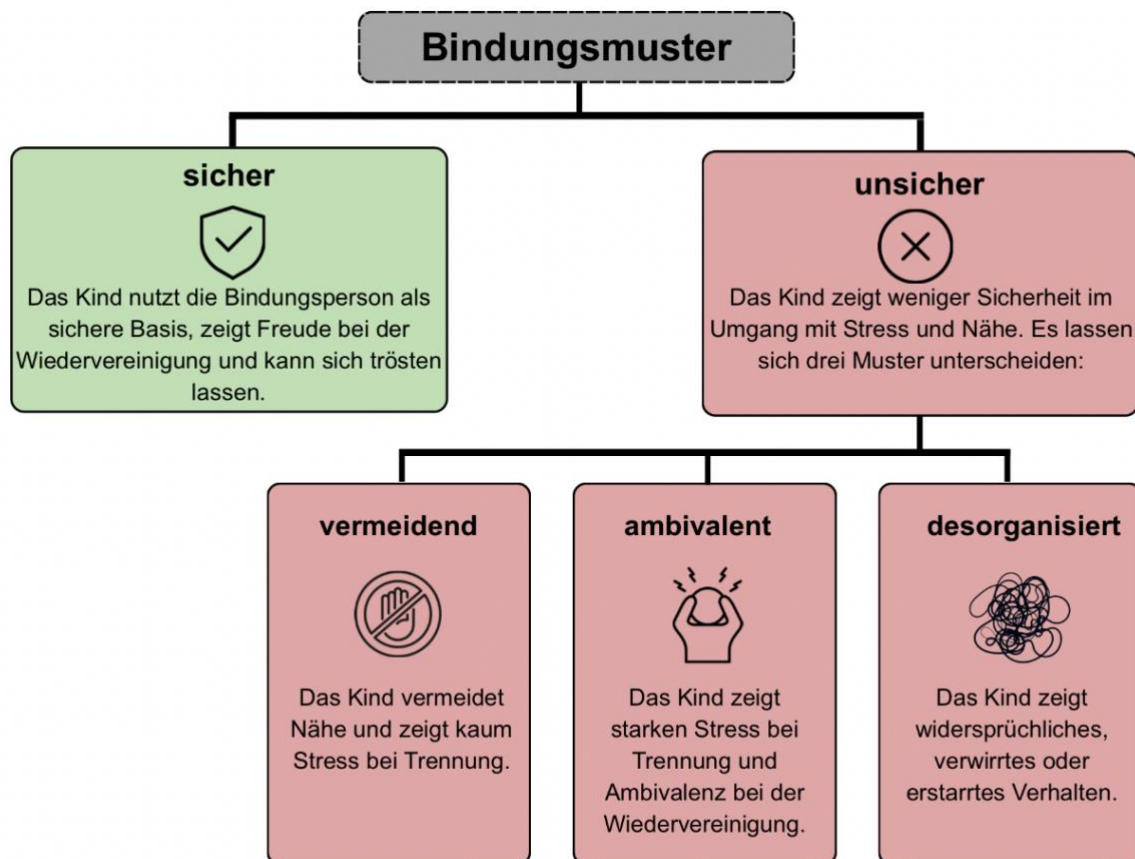
**Tabelle 2: Vergleich der Bindungsmuster im Kindesalter**

| <b>Bindungsmuster</b>        | <b>Merkmale der Bezugsperson</b>                                                | <b>Typisches Verhalten des Kindes</b>                                                                            |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sichere Bindung              | Feinfühlig, verlässlich und emotional verfügbar                                 | Nutzt die Bindungsperson als sichere Basis, erkundet die Umwelt und lässt sich nach Belastungen rasch beruhigen. |
| Unsicher-vermeidende Bindung | Häufig zurückweisend oder wenig emotional verfügbar                             | Zeigt scheinbar geringe Belastung bei Trennungen, vermeidet Nähe und unterdrückt Bindungsbedürfnisse.            |
| Unsicher-ambivalente Bindung | Inkonsistentes und schwer vorhersehbares Fürsorgeverhalten                      | Sucht intensive Nähe, zeigt gleichzeitig Ärger oder Widerstand und lässt sich nur schwer beruhigen.              |
| Desorganisierte Bindung      | Verhalten der Bezugsperson wirkt für das Kind beängstigend oder widersprüchlich | Zeigt keine konsistente Bindungsstrategie, sondern widersprüchliche oder desorientierte Verhaltensweisen.        |

*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Huber (2024).

Abbildung 5 bietet einen schematischen Überblick über die Bindungsmuster im Kindesalter:

Abbildung 5: Überblick über die Bindungsmuster im Kindesalter



*Anmerkung.* Eigene Darstellung nach Huber (2024).

Die dargestellten Bindungsmuster beschreiben unterschiedliche Formen der Organisation kindlichen Bindungsverhaltens. Sie sind jedoch von klinisch relevanten Bindungsstörungen abzugrenzen.

#### 4.4 Abgrenzung zu Bindungsstörungen

Bindungsmuster und Bindungsstörungen sind fachlich voneinander zu unterscheiden. Bindungsmuster beschreiben das Bindungsverhalten eines Kindes gegenüber einer

spezifischen Bindungsperson. Ein Kind kann daher gegenüber unterschiedlichen Bezugspersonen potenziell unterschiedliches Bindungsverhalten zeigen (Huber, 2024, S. 61–62).

Bindungsstörungen unterscheiden sich davon durch ihre generalisierte und kontextübergreifende Ausprägung. Auffällige Beziehungsmuster sind nicht ausschließlich an eine spezifische Bindungsperson gebunden, sondern zeigen sich über unterschiedliche Beziehungskontexte hinweg (Huber, 2024, S. 61–62).

Auch unsichere Bindungsmuster sind nicht mit einer Bindungsstörung gleichzusetzen. Die unsicher-vermeidende und unsicher-ambivalente Bindung werden nicht als psychopathologische Störungen verstanden. Die desorganisierte Bindung wird hingegen als Risikofaktor und Übergangsbereich zu einer klinisch relevanten Bindungsstörung eingeordnet, ist jedoch ebenfalls nicht grundsätzlich mit einer Bindungsstörung gleichzusetzen (Huber, 2024, S. 60–61).

Die fachliche Abgrenzung ist insbesondere deshalb bedeutsam, weil unsichere oder desorganisierte Bindungsqualitäten nicht vorschnell als klinische Bindungsstörungen eingeordnet werden dürfen. Bindungsmuster und Bindungsstörungen bezeichnen unterschiedliche Phänomene und sollten daher begrifflich klar voneinander unterschieden werden (Huber, 2024, S. 60–62).

Zusammenfassend verdeutlicht dieses Kapitel, dass bindungsbezogene Prozesse im Kindesalter mit unterschiedlichen, an das jeweilige Entwicklungsalter angepassten Verfahren untersucht und erfasst werden können. Die dargestellten Muster beschreiben unterschiedliche Formen der Organisation des Bindungsverhaltens und sind klar von Bindungsstörungen abzugrenzen. Aufbauend darauf richtet sich der Blick im folgenden Kapitel auf die Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter.

## 5 Bindung im Erwachsenenalter

Nachdem die Entwicklung früher Bindungsbeziehungen und unterschiedliche Bindungsmuster im Kindesalter dargestellt wurden, richtet sich der Blick nun auf Bindung im Erwachsenenalter. Zunächst wird die Bedeutung von Bindung über die Lebensspanne betrachtet. Anschließend stehen Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter und deren Erfassung im Mittelpunkt. Abschließend wird die Frage nach ihrer Stabilität und Veränderbarkeit aufgegriffen.

### 5.1 Bindung über die Lebensspanne

Die Bedeutung von Bindung endet nicht mit der Kindheit. Bowlby geht davon aus, dass das Bedürfnis nach starken emotionalen Beziehungen ein grundlegendes Merkmal des Menschen darstellt und bis ins hohe Alter bestehen bleibt. Die Fähigkeit, enge Bindungen einzugehen, besitzt damit über verschiedene Entwicklungsphasen hinweg Bedeutung (Bowlby, 2009, S. 20–21).

Im Verlauf der Entwicklung verändert sich jedoch das Gefüge der Personen, die bindungsbezogene Funktionen übernehmen. Während in der Kindheit vor allem Eltern und andere vertraute Fürsorgepersonen im Mittelpunkt stehen, gewinnen im Jugendalter Beziehungen zu Gleichaltrigen zunehmend an Bedeutung. Freundschaften und intime Partnerschaftsbeziehungen können das bestehende Netzwerk emotional bedeutsamer Beziehungen erweitern (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268–269).

Im Erwachsenenalter können insbesondere Paarbeziehungen zentrale bindungsbezogene Funktionen übernehmen. Die Betrachtung von Bindung verschiebt sich damit zunehmend von der Beobachtung kindlichen Bindungsverhaltens hin zur Frage, wie bisherige Bindungserfahrungen innerlich organisiert und verarbeitet werden. Dieser Perspektivwechsel bildet die Grundlage für das Konzept der Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter (Bowlby, 2009, S.20–21; Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268).

Mit der Veränderung bindungsbezogener Beziehungen über die Lebensspanne verändert sich auch die wissenschaftliche Betrachtung von Bindung.

## 5.2 Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter

Mit zunehmendem Lebensalter verändert sich auch der wissenschaftliche Zugang zur Erfassung von Bindung. Während im frühen Kindesalter insbesondere beobachtbares Bindungsverhalten gegenüber einer spezifischen Bindungsperson untersucht wird, können mit zunehmendem Alter auch sprachliche Äußerungen und bindungsbezogene Vorstellungen einbezogen werden. Im Jugend- und Erwachsenenalter richtet sich der Blick stärker auf die innere Organisation und Verarbeitung bisheriger Bindungserfahrungen. Bindungsrepräsentationen beschreiben in diesem Zusammenhang, wie bindungsbezogene Erfahrungen gegenwärtig innerlich organisiert und in einen Zusammenhang gebracht werden (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268).

Zur Erfassung von Bindungsrepräsentationen im Jugend- und Erwachsenenalter wird unter anderem das Adult Attachment Interview eingesetzt. In diesem halbstrukturierten Interview werden frühere Bindungserfahrungen und deren gegenwärtige Verarbeitung thematisiert. Für die Einschätzung ist nicht allein entscheidend, ob positive oder belastende Erfahrungen berichtet werden. Von besonderer Bedeutung ist vielmehr, in welcher Weise eine Person über diese Erfahrung spricht und ob ihre Darstellung nachvollziehbar und in sich stimmig ist (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268).

Auf dieser Grundlage werden unterschiedliche Bindungsrepräsentationen beschrieben. Personen mit einer sicher-autonomen Bindungsrepräsentation können sich mit früheren Bindungserfahrungen auseinandersetzen und diese in schlüssiger Weise darstellen. Auch negative Erfahrungen können benannt und in die eigene Lebensgeschichte eingeordnet werden. Kennzeichnend ist somit nicht eine ausschließlich positive Kindheit, sondern ein kohärenter Umgang mit den eigenen Bindungserfahrungen (Huber, 2024, S. 82–83).

Bei einer unsicher-distanzierenden Bindungsrepräsentation zeigt sich hingegen eine Tendenz, die Bedeutung von Bindung und früheren Beziehungserfahrungen herabzusetzen. Bindungspersonen können idealisiert dargestellt werden, obwohl konkrete Erinnerungen diese Bewertung nicht ausreichend stützen. Teilweise bestehen nur wenige konkrete Erinnerungen an bindungsbezogene Erfahrungen der Kindheit (Huber, 2024, S. 83–84).

Die unsicher-verstrickte Bindungsrepräsentation ist durch eine anhaltende gedankliche und emotionale Beschäftigung mit früheren Bindungserfahrungen gekennzeichnet. Vergangene Erfahrungen können die gegenwärtige Darstellung stark bestimmen und mit weiterhin bestehenden intensiven Gefühlen verbunden sein. Dadurch kann es schwerfallen, frühere Erfahrungen mit ausreichender innerer Distanz zu betrachten und in einen geordneten Zusammenhang zu bringen (Huber, 2024, S. 84–85).

Als weitere Kategorie wird eine unverarbeitete Bindungsorganisation im Zusammenhang mit ungelösten traumatischen Erfahrungen oder Verlusten beschrieben. Hinweise darauf können sich in vorübergehenden Brüchen oder Auffälligkeiten in der Darstellung entsprechender Erlebnisse zeigen. Diese Klassifikation bezieht sich insbesondere auf die Verarbeitung belastender Bindungs- und Verlusterfahrungen (Huber, 2024, S. 86–87).

Die Klassifikation erwachsener Bindungsrepräsentationen richtet sich somit nicht allein nach dem Inhalt erinnelter Beziehungserfahrungen, sondern insbesondere nach deren gegenwärtiger Organisation und Verarbeitung. Damit unterscheiden sich Bindungsrepräsentationen grundlegend von den in Kapitel 4 dargestellten kindlichen Bindungsmustern und erfordern eine eigenständige Betrachtung der Bindung im Erwachsenenalter (Huber, 2024, S. 76–87).

Die zentralen Kennzeichen der dargestellten Bindungsrepräsentationen werden in Tabelle 3 zusammenfassend gegenübergestellt:

Tabelle 3: Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter und ihre charakteristischen Merkmale

| Bindungsrepräsentation | Charakteristische Merkmale                                                                        | Umgang mit Beziehungen und Emotionen                                                                                              |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sicher-autonom         | Kohärente und ausgewogene Verarbeitung früher Bindungserfahrungen                                 | Beziehungen werden als vertrauensvoll erlebt, Nähe kann zugelassen und Autonomie angemessen gestaltet werden.                     |
| Distanzierend          | Frühere Bindungserfahrungen werden häufig idealisiert, verharmlost oder emotional abgegrenzt      | Nähe wird eher vermieden, Unabhängigkeit steht im Vordergrund und emotionale Bedürfnisse werden häufig heruntergespielt.          |
| Verstrickt             | Frühere Beziehungserfahrungen wirken emotional stark nach und werden wenig distanziert betrachtet | Beziehungen sind häufig von Unsicherheit, starker emotionaler Abhängigkeit oder intensiver Nähe geprägt.                          |
| Unverarbeitet          | Belastende Erfahrungen oder Verluste wurden nicht ausreichend verarbeitet                         | In emotional belastenden Situationen können widersprüchliche Reaktionen oder Schwierigkeiten in der Emotionsregulation auftreten. |

Anmerkung. Eigene Darstellung nach Huber (2024).

Nachdem dargestellt wurde, wie Bindung im Erwachsenenalter erfasst wird, stellt sich die Frage, wie stabil solche Bindungsrepräsentationen über den weiteren Entwicklungsverlauf hinweg sind.

### 5.3 Stabilität und Veränderbarkeit von Bindungsrepräsentationen

Die Frage nach der Stabilität von Bindung ist für die Betrachtung langfristiger Entwicklungsverläufe von besonderer Bedeutung. Meta-analytische Befunde von Fraley (2002, S. 123) zeigen eine moderate Stabilität der Bindungssicherheit über die ersten 19 Lebensjahre. Bindungsbezogene Unterschiede weisen damit eine gewisse Kontinuität auf, ohne über den Entwicklungsverlauf hinweg unverändert bestehen zu bleiben.

Fraley diskutiert unterschiedliche Erklärungsmodelle für diese Stabilität. Ein Modell geht von einer langfristig fortwirkenden Bedeutung früher Bindungsrepräsentationen aus. Ein anderes Modell nimmt an, dass Bindung fortlaufend durch neue Beziehungserfahrungen beeinflusst wird, wobei eine stabile Umwelt zur beobachteten Kontinuität beitragen kann. Die Befunde verdeutlichen damit, dass beobachtete Stabilität nicht automatisch mit einer unveränderbaren Festlegung durch frühe Erfahrungen gleichzusetzen ist (Fraley, 2002, S. 123–125)

Auch aus entwicklungspsychologischer Perspektive sind Kontinuität und Veränderung miteinander verbunden. Frühere Erfahrungen werden in weitere Entwicklungsprozesse einbezogen, während neue Erfahrungen den weiteren Verlauf mitgestalten können. Bindungsrepräsentationen sind daher weder als vollständig stabil noch als beliebig veränderbar zu verstehen (Sroufe, 2022, S. 193–197)

Zusammenfassend zeigt sich, dass Bindung auch im Erwachsenenalter eine bedeutsame Rolle spielt, sich jedoch in ihrer Ausdrucksform verändert. Im Mittelpunkt stehen nun Bindungsrepräsentationen sowie deren Stabilität und Veränderbarkeit im weiteren Entwicklungsverlauf. Aufbauend auf diesen Erkenntnissen wird im folgenden Kapitel der Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung näher betrachtet.

## 6 Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung

Aufbauend auf den theoretischen Grundlagen sowie der Darstellung kindlicher und erwachsener Bindung richtet sich der Blick nun gezielt auf den Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung. Zunächst wird die Kontinuität früher Bindungserfahrungen betrachtet und die Bedeutung innerer Arbeitsmodelle als Entwicklungsmechanismus erläutert. Anschließend werden Zusammenhänge zwischen kindlicher und erwachsener Bindung sowie die Bedeutung früher Bindungserfahrungen für Beziehungsgestaltung und Emotionsregulation dargestellt. Abschließend stehen korrigierende Beziehungserfahrungen und Veränderungsmöglichkeiten im Mittelpunkt.

### 6.1 Kontinuität früher Bindungserfahrungen

Frühe Bindungserfahrungen können über die frühe Kindheit hinaus für weitere Entwicklungsprozesse bedeutsam sein. Sroufe beschreibt Entwicklung als fortlaufenden Prozess, in dem frühere Erfahrungen in spätere Entwicklungsschritte einbezogen werden. Dabei wirken frühe Beziehungserfahrungen nicht unabhängig von der weiteren Entwicklung, sondern im Zusammenspiel mit nachfolgenden Erfahrungen und den jeweiligen Lebensbedingungen (Sroufe, 2022, S. 193–194).

Hinweise auf längerfristige Entwicklungszusammenhänge zeigen sich auch in der Minnesota-Längsschnittstudie. Kinder mit einer sicheren Bindungsgeschichte zeigten in späteren sozialen Situationen häufiger größere soziale Kompetenz und ein differenziertes Verständnis enger Beziehungen. Die frühe Bindungsgeschichte stand damit mit Merkmalen der späteren sozialen und beziehungsbezogenen Entwicklung im Zusammenhang (Sroufe, 2022, S. 131–140).

Die Befunde sind jedoch nicht als unmittelbare Ursache-Wirkungs-Beziehung zwischen früher Bindung und späterer Entwicklung zu verstehen. Frühere Erfahrungen können eine Grundlage für nachfolgende Entwicklungsschritte bilden, ohne deren Verlauf vollständig festzulegen. Weitere Beziehungserfahrungen und

Lebensbedingungen bleiben für die Entwicklung ebenfalls bedeutsam (Sroufe, 2022, S. 193–196).

Gleichzeitig können bereits entwickelte Anpassungsweisen im weiteren Entwicklungsverlauf an Stabilität gewinnen. Dies ist insbesondere dann möglich, wenn spätere Erfahrungen bisherige Erwartungen wiederholt bestätigen. Frühe Bindungserfahrungen können auf diese Weise innerhalb längerfristiger Entwicklungsprozesse fortwirken und zur Kontinuität bindungsbezogener Erwartungen und Anpassungsweisen beitragen (Sroufe, 2022, S. 195–196).

Kontinuität früher Bindungserfahrungen ist daher nicht als unveränderte Fortsetzung eines kindlichen Bindungsmusters bis ins Erwachsenenalter zu verstehen. Vielmehr können frühe Erfahrungen spätere Entwicklungsprozesse mitprägen, während die weitere Entwicklung zugleich in nachfolgenden Beziehungs- und Lebenserfahrungen eingebettet bleibt (Sroufe, 2022, S. 195–196). Wie frühe Beziehungserfahrungen für die Wahrnehmung und Verarbeitung späterer Beziehung bedeutsam bleiben können, lässt sich insbesondere anhand des Konzepts der inneren Arbeitsmodelle näher betrachten.

## 6.2 Innere Arbeitsmodelle als Entwicklungsmechanismus

Für die langfristige Bedeutung früher Bindungserfahrungen ist insbesondere relevant, dass die in frühen Beziehungen entwickelten Erwartungen einen Bezugsrahmen für die späteren bindungsbezogenen Erfahrungen bilden können. Wie in Kapitel 2.4 dargestellt, beziehen sich innere Arbeitsmodelle sowohl auf die erwartete Verfügbarkeit und Unterstützung anderer Menschen als auch auf die eigene Person innerhalb von Beziehungen (Bowlby, 2008, S. 114–115).

Im weiteren Entwicklungsverlauf können bereits entwickelte Erfahrungen dazu beitragen, wie neue Beziehungserfahrungen wahrgenommen und eingeordnet werden. Sroufe beschreibt, dass frühere Anpassungsweisen in spätere Entwicklungsprozesse einbezogen werden und bestehende Erwartungen insbesondere dann an Stabilität gewinnen können, wenn sie durch nachfolgende Erfahrungen wiederholt bestätigt werden. Auf diese Weise können frühe

Beziehungserfahrungen mittelbar für spätere Beziehungen bedeutsam bleiben (Sroufe, 2022, S. 193–196).

Die Bedeutung solcher inneren Vorstellungen zeigt sich bereits in späteren Entwicklungsphasen. In der Minnesota-Längsschnittstudie stellten Kinder mit einer sicheren Bindungsgeschichte Bezugspersonen in ihren Erzählungen häufiger als unterstützend und beschützend dar. Zudem zeigten sie ein differenziertes Verständnis enger Beziehungen. Unterschiede in der frühen Bindungsgeschichte spiegelten sich somit auch in der inneren Darstellung von Beziehungen wider (Sroufe, 2022, S. 138–140).

Für die spätere Bindungsentwicklung ist bedeutsam, dass bindungsbezogene Erwartungen auch den Umgang mit Unterstützung beeinflussen können. Sroufe beschreibt, dass Personen mit einer sicheren Bindungsgeschichte eher Unterstützung suchen können, wenn sie diese benötigen. Wiederholte Erfahrungen von Zurückweisung können hingegen mit der Erwartung verbunden sein, Schwierigkeiten allein bewältigen zu müssen. Die daraus entstehenden Verhaltensweisen sind als Anpassungen an bisherige Beziehungserfahrungen zu verstehen (Sroufe, 2022, S. 195–196).

Innere Arbeitsmodelle bieten damit einen Erklärungsansatz dafür, wie frühe Bindungserfahrungen für die Bindungsentwicklung bis ins Erwachsenenalter bedeutsam bleiben können. Nicht das kindliche Bindungsverhalten selbst wird unverändert auf spätere Beziehungen übertragen. Vielmehr können früh entwickelte Erwartungen darüber, ob andere Menschen verfügbar und unterstützend sind und welche Bedeutung die eigene Person innerhalb enger Beziehungen besitzt, in die Verarbeitung späterer Beziehungserfahrungen einbezogen werden (Bowlby, 2008, S. 114–115; Sroufe, 2022, S. 193–196).

Der Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung lässt sich somit unter anderem über die fortwirkende Bedeutung bindungsbezogener Erwartungen erklären. Innere Arbeitsmodelle können einen Bezugsrahmen für das Erleben späterer Beziehungen bilden, ohne deren Entwicklung unveränderbar festzulegen. Wie sich der Zusammenhang zwischen kindlicher Bindung und Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter empirisch einordnen lässt, wird im folgenden Kapitel näher betrachtet (Sroufe, 2022, S. 141–144, 195–196).

Auf Grundlage dieser theoretischen Überlegungen stellt sich die Frage, wie sich solche Entwicklungsprozesse in der Bindungsforschung empirisch widerspiegeln.

### 6.3 Zusammenhänge zwischen kindlicher Bindung und erwachsenen Bindungsrepräsentationen

Die Frage nach dem Zusammenhang zwischen kindlicher Bindung und Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter erfordert zunächst eine Unterscheidung beider Konzepte. Kindliche Bindungsmuster beziehen sich auf das beobachtbare Bindungsverhalten gegenüber einer spezifischen Bindungsperson. Im Erwachsenenalter richtet sich die bindungsbezogene Forschung hingegen stärker auf die innere Organisation und gegenwärtige Verarbeitung bisheriger Bindungserfahrungen. Kindliche Bindungsmuster und erwachsene Bindungsrepräsentationen erfassen daher unterschiedliche Aspekte der Bindungsentwicklung und können nicht unmittelbar gleichgesetzt werden (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268; Huber, 2024, S. 76–82).

Trotz dieser Unterschiede weisen längsschnittliche Untersuchungen auf eine gewisse Kontinuität der Bindungsentwicklung hin. Fraley (2002, S. 123) untersuchte in einer Meta-Analyse die Stabilität von Bindung von der frühen Kindheit bis ins junge Erwachsenenalter. Die zusammengeführten längsschnittlichen Befunde zeigen eine moderate Stabilität der Bindungssicherheit über die ersten 19 Lebensjahre. Frühe Bindungsqualität steht somit in einem statistischen Zusammenhang mit späterer Bindung, ohne dass daraus eine vollständige Übereinstimmung früher und späterer Bindungsorganisation abgeleitet werden kann.

Die moderate Stabilität ist für die Einordnung des Einflusses früher Bindungserfahrungen besonders bedeutsam. Einerseits sprechen Befunde dagegen, frühe Bindung und spätere Bindungsentwicklung als voneinander unabhängige Prozesse zu betrachten. Andererseits zeigen sie ebenso wenig eine unveränderte Fortsetzung früher Bindungsmuster bis ins Erwachsenenalter. Frühere Bindungserfahrungen können damit zur Kontinuität der Bindungsentwicklung beitragen, besitzen jedoch keine uneingeschränkte Vorhersagekraft für spätere Bindungsrepräsentationen (Fraley, 2002, S. 123).

Auch entwicklungspsychologische Längsschnittbefunde sprechen für eine solche differenzierte Betrachtung. Die Minnesota-Längsschnittstudie verfolgte Entwicklungsverläufe von der frühen Kindheit bis ins Erwachsenenalter. Frühe Bindungserfahrungen erwiesen sich innerhalb dieser Entwicklungsverläufe als bedeutsam für spätere soziale und beziehungsbezogene Prozesse. Gleichzeitig blieben nachfolgende Beziehungen und weitere Lebensbedingungen Bestandteil der individuellen Entwicklung (Sroufe, 2022, S. 193–197).

Bindungsrepräsentationen im Erwachsenenalter sind daher nicht als bloße Fortsetzung eines in der Kindheit beobachteten Bindungsmusters zu verstehen. Wie in Kapitel 5.2 dargestellt, beziehen sie sich auf die gegenwärtige Organisation und Verarbeitung bisheriger Bindungserfahrungen. Eine sicher-autonome Bindungsrepräsentation setzt beispielsweise nicht voraus, dass ausschließlich positive frühe Beziehungserfahrungen gemacht wurden. Entscheidend ist vielmehr, in welcher Weise bisherige Erfahrungen im Erwachsenenalter verarbeitet und in einen kohärenten Zusammenhang gebracht werden können (Huber, 2024, S. 76–83).

Der Zusammenhang zwischen kindlicher Bindung und erwachsenen Bindungsrepräsentationen lässt sich somit am ehesten als entwicklungsbezogene Kontinuität beschreiben. Frühe Bindungserfahrungen können eine Grundlage für spätere bindungsbezogene Erwartungen und Verarbeitungsweisen bilden. Welche Bindungsrepräsentationen sich im Erwachsenenalter zeigen, kann jedoch nicht allein aus einem frühen Bindungsmuster abgeleitet werden. Die weitere Bindungsentwicklung bleibt in nachfolgenden Beziehungs- und Lebenserfahrungen eingebettet (Fraley, 2002, S. 123; Sroufe, 2022, S. 193–197).

Diese Zusammenhänge zeigen sich nicht nur in der Organisation von Bindung, sondern können auch für die Gestaltung späterer Beziehungen und den Umgang mit emotionalen Belastungen bedeutsam sein.

## 6.4 Bedeutung für Beziehungsgestaltung und Emotionsregulation

Die langfristige Bedeutung früher Bindungserfahrungen kann sich auch darin zeigen, wie Menschen in späteren Beziehungen mit Nähe, Unterstützung und emotionaler

Belastung umgehen. Bindungsbezogene Erfahrungen stehen mit unterschiedlichen Formen der Regulation in Zusammenhang. Während eine sichere Bindungsorganisation eine flexible Regulation zwischen dem Bedürfnis nach Nähe und der Hinwendung zur Umwelt ermöglicht, sind unsichere Bindungsorganisationen mit anderen Anpassungsweisen verbunden. Bei vermeidenden Bindungsmustern kann eine mögliche Zurückweisung von Bindungsbedürfnissen vorweggenommen werden, während bei ambivalenten Bindungsmustern eine verstärkte Aktivierung des Bindungssystems und ein stärkerer Fokus auf Personen und Affekte beschrieben werden (Huber, 2024, S. 90).

Solche Anpassungsweisen können für spätere Beziehungserfahrungen bedeutsam bleiben. Früh entwickelte Erwartungen darüber, ob andere Menschen in belastenden Situationen verfügbar sind, können beeinflussen, wie Unterstützung in späteren Beziehungen wahrgenommen und eingeschätzt wird. Erfahrungen von Verfügbarkeit können mit der Erwartung verbunden sein, bei Belastungen Hilfe erhalten zu können. Wiederholte Erfahrungen von Zurückweisung können hingegen dazu beitragen, dass Unterstützung weniger erwartet und Schwierigkeiten eher allein bewältigt werden (Sroufe, 2022, S. 195–196).

Für die Beziehungsgestaltung im Erwachsenenalter bedeutet dies, dass bindungsbezogene Erwartungen in Situationen von Nähe und emotionaler Belastung wirksam werden können. Die Einschätzung, ob eine andere Person als verfügbar und unterstützend erlebt wird, kann dazu beitragen, wie mit eigenen Bedürfnissen umgegangen wird. Frühe Beziehungserfahrungen können auf diese Weise mittelbar dafür bedeutsam sein, ob Nähe und Unterstützung gesucht, angenommen oder eher vermieden werden (Bowlby, 2008, S. 114–115; Sroufe, 2022, S. 195–196).

Auch die Regulation emotionaler Belastungen ist eng mit bindungsbezogenen Erfahrungen verbunden. In Bindungsbeziehungen wird Unterstützung insbesondere dann relevant, wenn Unsicherheit, Angst oder Belastung auftreten. Früh entwickelte Anpassungsweisen können daher einen Bezugsrahmen dafür bilden, wie Menschen später mit emotional belastenden Situationen umgehen und welche Bedeutung sie der Unterstützung durch andere beimessen (Huber, 2024, S. 20, 90; Sroufe, 2022, S. 195–196).

Die Bedeutung früher Bindungserfahrungen für spätere Beziehungen liegt somit nicht in einer festgelegten Form der Beziehungsgestaltung. Vielmehr können bindungsbezogene Erwartungen und Anpassungsweisen beeinflussen, wie Nähe, Distanz und Unterstützung im Erwachsenenalter erlebt und reguliert werden. Diese Zusammenhänge bleiben jedoch Teil eines fortlaufenden Entwicklungsprozesses und können durch weitere Beziehungserfahrungen verändert werden (Sroufe, 2022, S. 193–197).

## 6.5 Korrigierende Beziehungserfahrungen und Veränderungsmöglichkeiten

Die bisher dargestellten Zusammenhänge zwischen frühen Bindungserfahrungen und späteren bindungsbezogenen Erwartungen werfen die Frage auf, unter welchen Bedingungen Veränderungen im weiteren Entwicklungsverlauf möglich sind. Bereits entwickelte Erwartungen können zunächst zur Kontinuität bisheriger Anpassungsweisen beitragen. Sroufe betont jedoch, dass Entwicklung nicht ausschließlich durch frühere Erfahrungen bestimmt wird, sondern auch nachfolgende Erfahrungen in den weiteren Entwicklungsprozess einbezogen werden (Sroufe, 2022, S. 193–197).

Für Veränderungen können insbesondere Beziehungserfahrungen bedeutsam sein, die sich wiederholt von bisherigen Erwartungen unterscheiden. Erwartet eine Person aufgrund früher Beziehungserfahrungen beispielsweise keine verlässliche Unterstützung, können spätere Erfahrungen von Verfügbarkeit und Unterstützung dieser bisherigen Erwartung entgegenstehen. Werden solche Erfahrungen wiederholt gemacht, können bestehende Erwartungen infrage gestellt und neue Möglichkeiten im Umgang mit Nähe und Unterstützung eröffnet werden (Sroufe, 2022, S. 195–197).

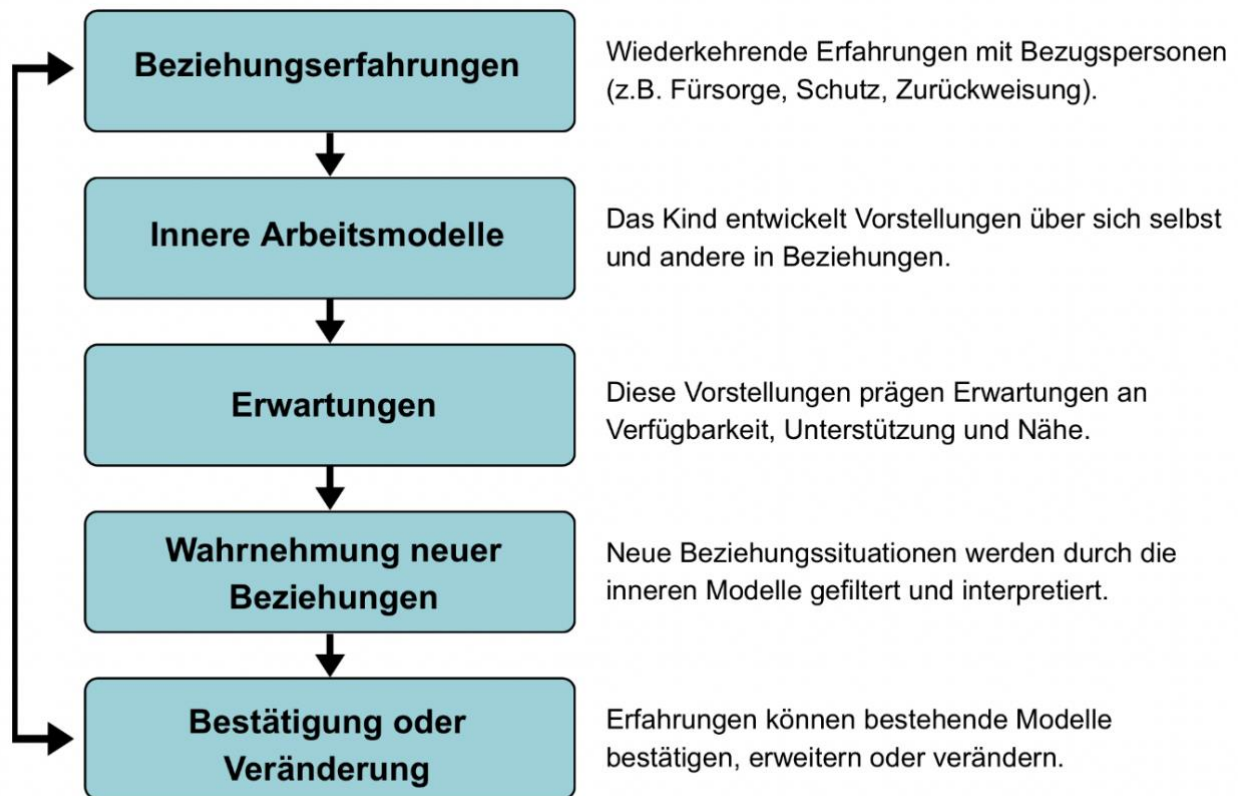
Sroufe beschreibt in diesem Zusammenhang die Bedeutung transformierender Beziehungen. Langfristige Partnerschaften, unterstützende soziale Beziehungen und Psychotherapie können Erfahrungen ermöglichen, die Veränderungen im weiteren Entwicklungsverlauf unterstützen. Damit können gerade im Jugend- und Erwachsenenalter neue Beziehungen für die weitere Entwicklung bedeutsam werden und bisherige bindungsbezogene Erwartungen um zusätzliche Erfahrungen erweitern (Sroufe, 2022, S. 197).

Veränderung ist dabei nicht als unmittelbare Aufhebung früher Bindungserfahrungen zu verstehen. Einzelne positive Beziehungserlebnisse führen nicht automatisch dazu, dass bisher entwickelte Erwartungen verschwinden. Entwicklungsveränderungen sind vielmehr im Zusammenhang mit neuen und wiederkehrenden Erfahrungen zu betrachten. Frühere Beziehungserfahrungen bleiben Bestandteil der individuellen Entwicklungsgeschichte, während spätere Erfahrungen weitere Entwicklungsrichtungen ermöglichen können (Sroufe, 2022, S. 193–197, 200–203).

Korrigierende Beziehungserfahrungen verdeutlichen somit, dass frühe Bindungserfahrungen zwar langfristig bedeutsam sein können, die Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter jedoch nicht unveränderbar festlegen. Gerade längerfristige Beziehungen können neue Erfahrungen von Nähe, Verfügbarkeit und Unterstützung ermöglichen und damit bestehende bindungsbezogene Erwartungen erweitern oder verändern. Die spätere Bindungsentwicklung ist daher als Zusammenspiel von Kontinuität früher Erfahrungen und der Möglichkeit weiterer Entwicklungsveränderungen zu verstehen (Sroufe, 2022, S. 193–203).

Der in Kapitel 6 dargestellte Entwicklungszusammenhang zwischen frühen Bindungserfahrungen und der späteren Bindungsentwicklung wird in Abbildung 6 zusammenfassend visualisiert:

Abbildung 6: Entwicklungszusammenhang zwischen frühen Bindungserfahrungen und der späteren Bindungsentwicklung



Anmerkung. Eigene Darstellung nach Bowlby (2008).

Zusammenfassend verdeutlichen die dargestellten Erkenntnisse, dass frühe Bindungserfahrungen eine bedeutsame Grundlage für die spätere Bindungsentwicklung bilden können. Ihre langfristige Wirkung zeigt sich insbesondere über bindungsbezogene Erwartungen und innere Arbeitsmodelle, die die Wahrnehmung und Verarbeitung späterer Beziehungserfahrungen mitprägen können. Gleichzeitig machen die dargestellten theoretischen und empirischen Befunde deutlich, dass Bindungsentwicklung nicht als unveränderbar zu verstehen ist. Neue und wiederkehrende Beziehungserfahrungen können bestehende Erwartungen erweitern und Veränderungen im weiteren Entwicklungsverlauf ermöglichen. Auf dieser Grundlage werden im folgenden Kapitel die zentralen Ergebnisse zusammengeführt und im Hinblick auf die Forschungsfrage kritisch eingeordnet.

## 7 Diskussion

Aufbauend auf den dargestellten theoretischen und empirischen Erkenntnissen werden im folgenden Kapitel die zentralen Ergebnisse im Hinblick auf die Forschungsfrage zusammengeführt und eingeordnet. Anschließend erfolgt eine kritische Reflexion der Aussagekraft und der Limitationen der vorliegenden Arbeit. Abschließend werden pädagogische Implikationen für den schulischen Kontext abgeleitet.

### 7.1 Einordnung der zentralen Erkenntnisse und Beantwortung der Forschungsfrage

Die Forschungsfrage der vorliegenden Arbeit lautet: Welchen Einfluss haben frühe Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter? Die dargestellten Erkenntnisse zeigen, dass frühe Bindungserfahrungen eine bedeutsame Grundlage für die spätere Bindungsentwicklung bilden, den weiteren Entwicklungsverlauf jedoch nicht festlegen. Ihr Einfluss zeigt sich insbesondere darin, dass früh entwickelte bindungsbezogene Erwartungen in spätere Bindungserfahrungen einbezogen werden können und deren Wahrnehmung und Verarbeitung mitprägen (Bowlby, 2008, S. 114–115; Sroufe, 2022, S. 193–196).

Die Ergebnisse sprechen dabei nicht für eine unveränderte Übertragung kindlicher Bindungsmuster auf das Erwachsenenalter. Vielmehr weisen sie auf eine entwicklungsbezogene Kontinuität hin. Die von Fraley (2002, S. 123) festgestellte moderate Stabilität der Bindungssicherheit über die ersten 19 Lebensjahre unterstützt die Annahme eines Zusammenhangs zwischen früher und später Bindungsentwicklung, ohne eine vollständige Stabilität anzunehmen.

Für die spätere Bindungsentwicklung können frühe Erfahrungen insbesondere deshalb bedeutsam bleiben, weil bindungsbezogene Erwartungen den Umgang mit Nähe, Unterstützung und emotionaler Belastung mitprägen können. Gleichzeitig können neue und wiederkehrende Beziehungserfahrungen bestehende Erwartungen erweitern und verändern. Langfristige Partnerschaften, unterstützende soziale Beziehungen und Psychotherapie können dabei transformierende Beziehungserfahrungen ermöglichen (Sroufe, 2022, S. 195–197).

Die Forschungsfrage lässt sich somit dahingehend beantworten, dass frühe Bindungserfahrungen die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter prägen und Entwicklungsrichtungen mitgestalten können, ohne sie deterministisch festzulegen. Ihr Einfluss ist als Teil eines fortlaufenden Entwicklungsprozesses zu verstehen, in dem Kontinuität und Veränderung zusammenwirken (Fraley, 2002, S. 123; Sroufe, 2022, S. 193–203).

Die dargestellten Ergebnisse verdeutlichen somit sowohl die Erkenntnismöglichkeiten als auch die Grenzen bindungstheoretischer Forschung. Daher erscheint es sinnvoll, die Ergebnisse im nächsten Abschnitt kritisch zu reflektieren.

## 7.2 Kritische Reflexion und Limitationen

Die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit müssen hinsichtlich ihrer Aussagekraft differenziert betrachtet werden. Bindungsentwicklung ist in komplexe Entwicklungsprozesse eingebettet. Frühe Bindungserfahrungen stellen einen bedeutsamen Einflussfaktor dar, wirken jedoch nicht unabhängig von späteren Beziehungen, sozialen Bedingungen und weiteren Lebenserfahrungen. Aus den dargestellten Zusammenhängen können daher weder eindeutige Ursache-Wirkungs-Beziehungen noch individuelle Vorhersagen über die Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter abgeleitet werden (Sroufe, 2022, S. 193–197).

Eine weitere Einschränkung ergibt sich aus der unterschiedlichen Erfassung von Bindung im Kindes- und Erwachsenenalter. Während kindliche Beziehungsmuster insbesondere anhand des beobachtbaren Verhaltens gegenüber einer spezifischen Bindungsperson untersucht werden, stehen im Erwachsenenalter Bindungsrepräsentationen und die Verarbeitung bisheriger Beziehungserfahrungen im Mittelpunkt. Ein unmittelbarer Vergleich ist daher nur eingeschränkt möglich (Gloger-Tippelt & Tippelt, 2017, S. 268; Huber, 2024, S. 76–82).

Eine Limitation der vorliegenden Arbeit liegt zudem in ihrem theoretischen Zugang. Die Forschungsfrage wurde auf Grundlage ausgewählter bindungstheoretischer und entwicklungspsychologischer Literatur bearbeitet, eigene empirische Daten wurden nicht erhoben. Die Ergebnisse stellen daher eine theoriegeleitete Zusammenführung bestehender Erkenntnisse dar. Die Auswahl der Literatur und der Schwerpunkt auf die

Bindungstheorie nach Bowlby und Ainsworth begrenzen zugleich die Berücksichtigung anderer theoretischer Perspektiven und Einflussfaktoren.

Darüber hinaus weisen individuelle Entwicklungsverläufe eine große Vielfalt auf. Ähnliche frühe Beziehungserfahrungen müssen nicht zu vergleichbaren späteren Bindungsrepräsentationen führen. Die Bedeutung früher Bindungserfahrungen kann daher nur im Zusammenhang mit der weiteren Entwicklungsgeschichte und den jeweiligen Lebensbedingungen einer Person betrachtet werden (Sroufe, 2022, S. 193–203).

Trotz der dargestellten Limitationen lassen sich aus den Ergebnissen wichtige Schlussfolgerungen für pädagogische Kontexte ableiten.

### 7.3 Pädagogische Implikationen

Die Erkenntnisse dieser Arbeit sind auch für den schulischen Kontext relevant. Kinder bringen unterschiedliche Beziehungserfahrungen und daraus entwickelte Erwartungen in die Schule mit. Diese können mitprägen, wie sie Unterstützung und Verlässlichkeit innerhalb pädagogischer Beziehungen erleben. Ein zurückhaltendes Hilfesuchverhalten sollte daher beispielsweise nicht vorschnell mit einem fehlenden Unterstützungsbedarf gleichgesetzt werden.

Für Lehrpersonen ergibt sich daraus die Bedeutung einer verlässlichen und vorhersehbaren Beziehungsgestaltung. Huber (2024, S. 159–160) weist darauf hin, dass außerfamiliäre Bezugspersonen für Kinder und Jugendliche unter bestimmten Bedingungen eine kompensatorische Beziehungsquelle darstellen können. Lehrpersonen können somit im Rahmen ihres pädagogischen Auftrags Beziehungserfahrungen ermöglichen, die durch Verlässlichkeit, Aufmerksamkeit und Unterstützung gekennzeichnet sind.

Eine bindungstheoretische Perspektive kann zudem dazu beitragen, kindliches Verhalten differenzierter zu betrachten. Ein starkes Einfordern von Unterstützung oder ein zurückhaltender Umgang mit Hilfsangeboten kann vor dem Hintergrund bisheriger Beziehungserfahrungen betrachtet werden. Dies ersetzt weder eine individuelle fachliche Abklärung noch bedeutet es, dass Lehrpersonen familiäre Bindungspersonen oder therapeutische Fachkräfte ersetzen sollen. Vielmehr kann das

Wissen um Bindungsentwicklung die Aufmerksamkeit für die Bedeutung von Beziehung und emotionaler Sicherheit im schulischen Alltag stärken (Huber, 2024, S. 159–160).

Für die pädagogische Praxis lässt sich daraus ableiten, dass Lehrpersonen frühe Bindungserfahrungen eines Kindes nicht verändern können, durch eine beständige und wertschätzende Beziehungsgestaltung jedoch neue Beziehungserfahrungen ermöglichen können. Gerade die Erkenntnis, dass Entwicklung durch wiederkehrende spätere Erfahrungen mitgestaltet werden kann, unterstreicht die Bedeutung pädagogischer Beziehungen für weitere Entwicklungsprozesse (Sroufe, 2022, S. 193–197).

## 8 Fazit und Ausblick

Ziel der vorliegenden Arbeit war es, den Einfluss früher Bindungserfahrungen auf die spätere Bindungsentwicklung im Erwachsenenalter zu untersuchen. Die Auseinandersetzung mit bindungstheoretischen, entwicklungspsychologischen und empirischen Erkenntnissen zeigt, dass frühe Beziehungserfahrungen eine bedeutsame Grundlage für weitere Bindungsprozesse darstellen. Ihre langfristige Bedeutung liegt insbesondere darin, dass früh entwickelte bindungsbezogene Erwartungen in spätere Beziehungserfahrungen einbezogen werden können. Gleichzeitig lässt sich aus frühen Bindungsmustern keine eindeutige spätere Bindungsentwicklung ableiten. Die moderate Stabilität von Bindung über längere Entwicklungszeiträume spricht für Kontinuität, jedoch nicht für eine unveränderbare Festlegung. Neue und wiederkehrende Beziehungserfahrungen können bestehende Erwartungen erweitern und weitere Entwicklungswege ermöglichen (Bowlby, 2008, S. 114–115; Fraley, 2002, S. 123; Sroufe, 2022, S. 193–196).

Zusammenfassend sind frühe Bindungserfahrungen somit als prägende, aber nicht determinierende Grundlage der späteren Bindungsentwicklung zu verstehen. Gerade das Zusammenspiel von Kontinuität und Veränderbarkeit verdeutlicht, dass die Bedeutung früher Beziehungen über die Kindheit hinausreichen kann, während Bindungsentwicklung zugleich über die Lebensspanne hinweg offen für weitere Erfahrungen bleibt.

Für zukünftige Forschungsarbeiten erscheint insbesondere die Frage relevant, unter welchen Bedingungen sich bindungsbezogene Erwartungen im weiteren Lebensverlauf verändern. Dabei könnten die Merkmale langfristiger Partnerschaften, therapeutischer Beziehungen und weiterer unterstützender sozialer Beziehungen näher untersucht werden. Darüber hinaus wäre eine stärkere Betrachtung pädagogischer Beziehungen von Interesse, um deren mögliche Bedeutung innerhalb längerfristiger Entwicklungsprozesse differenzierter zu erfassen. Insgesamt verdeutlicht die vorliegende Arbeit, dass frühe Bindungserfahrungen eine bedeutsame Grundlage der späteren Bindungsentwicklung darstellen, deren langfristige Bedeutung jedoch nur im Zusammenspiel mit weiteren Beziehungs- und Lebenserfahrungen verstanden werden kann.

# Literaturverzeichnis

Ainsworth, M. D. S. (1985). Patterns of infant-mother attachments: Antecedents and effects on development. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61(9), 771–791.

Bowlby, J. (2008). *Bindung als sichere Basis: Grundlagen und Anwendung der Bindungstheorie*. Ernst Reinhardt.

Bowlby, J. (2009). Bindung: Historische Wurzeln, theoretische Konzepte und klinische Relevanz. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.), *Die Bindungstheorie: Grundlagen, Forschung und Anwendung* (S. 17–26). Klett-Cotta.

Brisch, K. H. (2022). *Bindungsstörungen: Von der Bindungstheorie zur Beratung und Therapie* (20. Aufl.). Klett-Cotta.

Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123–151.

Gloger-Tippelt, G., & Tippelt, R. (2017). Frühkindliche Bildung und Bindung aus Lebenslaufperspektive. *Pädagogische Rundschau*, 71(3/4), 261–274.

Groh, A. M., Fearon, R. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Steele, R. D., & Roisman, G. I. (2014). The significance of attachment security for children's social competence with peers: A meta-analytic study. *Attachment & Human Development*, 16(2), 103–136.

Huber, J. (2024). *Kinder brauchen Bindung: Beziehungsgestaltung in Familie und Kita*. Kohlhammer.

Julius, H. (2009). Diagnostik der Bindungsqualität im Grundschulalter – Der Separation Anxiety Test (SAT). In H. Julius, B. Gasteiger-Klicpera & R. Kißgen (Hrsg.), *Bindung im Kindesalter: Diagnostik und Interventionen* (S. 121–137). Hogrefe.

Jungmann, T., & Reichenbach, C. (2016). *Bindungstheorie und pädagogisches Handeln: Ein Praxisleitfaden* (4., verb. und erw. Aufl.). Borgmann Media.

Sroufe, L. A. (2022). *Der Weg zur eigenen Persönlichkeit: Wie Bindungserfahrungen uns lebenslang prägen*. Klett-Cotta.

Strüber, N. (2019). *Die erste Bindung: Wie Eltern die Entwicklung des kindlichen Gehirns prägen* (6. Aufl.). Klett-Cotta.

Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S., & Brazelton, T. B. (1978). The infant's response to entrapment between contradictory messages in face-to-face interaction. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 17(1), 1–13.