

# Leidfaden

FACHMAGAZIN FÜR KRISEN, LEID, TRAUER

## **BINDUNG**

Entstehung – Bedeutung – Belastung





28 Monika Müller | Reibung erzeugt Wärme



55 Elisabeth Hopfmüller und  
Thomas Klonek | Bindung  
und Verlust

## Inhalt

- 1** Editorial
- 4** Hermann Scheuerer-Englisch  
**Mit Sicherheit und Vertrauen Herausforderungen  
im Leben bewältigen: Bindungen als Entwicklungs-  
grundlage**
- 9** Roland Kachler  
**Sichere und heilsame Orte für die Verstorbenen**
- 14** Martin Goßmann  
**Das Übergangssubjekt**
- 17** Ursula Henzinger  
**Das »Zürcher Modell« am Beispiel Babyweinen –  
Zu Bindungsaufbau und Bindungsabbrüchen**
- 20** Regina Stawowy  
**Bonding(-Psychotherapie) – Wie wir gute Bindung  
lernen (können)**
- 23** Andrea Amberge  
**Ich will es begreifen! Die Arbeit am Tonfeld® –  
Ein Bericht aus der Praxis**
- 28** Monika Müller  
**Reibung erzeugt Wärme – Idealisierung und  
Verdammung, Wut, Hass und Schuld(zuweisung) –  
Bindungen über den Tod hinaus**
- 33** Andreas Hejj  
**Die Bedeutung von Gerüchen für Beziehungen**



20 Regina Stawowy |  
Bonding(-Psychotherapie)



- 36** Thomas Stölzel  
**Den Löffel abgeben – Anmerkungen zu einer intergenerationellen Metapher**
- 39** Marianne Rauwald und Sophia Becke  
**Psychotraumatische Erfahrungen und ihre Wirkung auf die Bindungs- und Beziehungsfähigkeit**
- 45** Andre Kleuter  
**Mobbing als Ausdruck einer (Ver-)Bindungsstörung**
- 48** Wolfgang Beelmann  
**Reorganisation familiärer Beziehungen und kindliche Anpassungsprozesse nach einer ehelichen Trennung/Scheidung**
- 51** Arnold Langenmayr  
**Dürfen Ärzte und Ärztinnen trauern?**
- 55** Elisabeth Hopfmüller und Thomas Klonek  
**Bindung und Verlust – Abschied in Psychotherapie und Beratung – Psychodynamisch-mentalitätsbasierte Annäherungen**
- 62** Manuela Stoye  
**»Ich brauche Sie jetzt!« Bindungsverführung – Ein Erfahrungsbericht**
- 65** Walter Tewes  
**Das Dilemma zwischen Beziehung und Abschied**
- 68** Reiner Sörries  
**Mit dem Glauben durchs Leben – oder ohne? Was heißt eigentlich religiöse Bindung?**
- 72** Sigurd Agricola  
**Bindung an Vereine**
- 75** Viola Denda  
**Probleme beim Aufbau von Bindung an den Arbeitgeber**
- 78** Antje Randow-Ruddies  
**Emotionsfokussierte Paartherapie – Erwachsene Bindung braucht Mut**
- 81** Dietlinde Schmalfuß-Plicht  
**Über existenzielle Fragen philosophieren**
- 84** Simone Stölzel  
**Bindung an die Toten – Wie alte, magische Vorstellungen heute noch fortwirken**
- 88** Aus der Forschung: Anhaltende Trauerstörung, Depression und Bindungssicherheit
- 91** Fortbildung: Ein Blick, eine Mimik, eine Geste – An-Bindung und Ent-Bindung im Kontext helfender Berufe
- 95** Rezensionen
- 101** Verbandsnachrichten
- 109** Cartoon | Vorschau
- 110** Impressum



## Das »Zürcher Modell« am Beispiel Babyweinen

### Zu Bindungsaufbau und Bindungsabbrüchen

Ursula Henzinger

Das angeborene Bedürfnis des Babys nach Bindung wurde dem Menschen erst sehr spät bewusst. Noch bis in die 1980er Jahre hielt man beispielsweise Trennungen von Babys und Eltern anlässlich eines Krankenhausaufenthalts für unvermeidlich! Doch schon Anfang des 19. Jahrhunderts sprach der österreichische Kinderarzt Meinhard von Pfaundler (1909) die psychischen Folgen der Pflege in Anstalten und Krankenhäusern an und prägte den Begriff *Hospitalismus*. Er traf damit bei seinen Fachkollegen auf heftigen Widerstand.

Ebenso erging es Harry Harlow (1958), der erstmals die weitreichenden Folgen des Mutterentzugs bei Primaten beschrieb. Er trennte neugeborene Rhesus-Äffchen von der Mutter und beobachtete deren starke Angstzustände und gestörtes Sozialverhalten. Dieses hielt lebenslang an und äußerte sich in Orientierungslosigkeit, Hilflosigkeit und Aggression den eigenen Jungen gegenüber. In Europa entstand zur selben Zeit die Bindungsforschung, auch sie stieß zunächst auf Ablehnung.

John Bowlby (1969) definierte Bindung als ein dauerhaftes Band, das eine Person mit einer anderen über Zeit und Raum hinweg verbindet, und das Babyschreien als angeborenes Bindungsverhalten, das den Bindungsaufbau sichert. Wie sich Bindung aufbaut, wird im Folgenden anhand des »Zürcher Modells« von Norbert Bischof (1975) dargestellt. Obwohl systemtheoretisch anspruchsvoll, zeigt es stark vereinfacht, wie kleine, unterschiedlich motivierte Nähe-Distanz-Interaktionen zu einer verlässlichen Bindung führen.

Jedes Baby kommt mit den Bedürfnissen nach Sicherheit, Erregung und Autonomie auf die Welt, die von drei angeborenen – miteinander verbundenen – Systemen reguliert werden

und die augenblicklich auf ein Zuwenig oder Zuviel reagieren. Beweglichkeit prägt die gesunde Nähe-Distanz-Regulation. Babyweinen gehört in den ersten Monaten dazu.

#### Wie viel Vertrautes?

Das grundlegende *Sicherheitssystem* reguliert Nähe und Distanz zum Vertrauten. In Schwangerschaft und erster Lebenszeit wird grundgelegt, was das Baby als vertraut erlebt. Sozialen »Lärm« erlebt das Baby – wie alle anderen Primaten auch – als sicherheitsspendend. Verliert es die vertraute Nähe, dann antwortet es mit Kontaktweinen. Es kann aber auch sein, dass sich die Befindlichkeit der Mutter (oder einer anderen Hauptbezugsperson) auf das Baby überträgt: Unsicherheit, Trauer, ein abwesender, kranker oder abhängiger Partner, eine fehlende Gemeinschaft, fremde Kultur oder posttraumatische Belastungsstörung können Auslöser für Babyweinen sein. Das Kleine unterscheidet die eigene Befindlichkeit noch nicht von der seiner Bezugsperson.

Wird ein quengelndes Baby ruhig, sobald es abgelegt wird, dann kann es sein, dass es die Nähe als zu warm oder einengend empfunden hat. Beruhigt es sich, wenn sich die Mutter mit eigenen Aufgaben beschäftigt, dann kann es sein, dass es zuvor »überbehütet« war. Möglich ist auch, dass sich die Stimmung der Mutter überträgt, wenn sie selbst zu viel Fürsorge erlebt oder sie sich unfrei fühlt.

#### Wie viel Neues?

Das *Erregungssystem* reguliert Nähe und Distanz zum Fremden. Von Geburt an braucht das Baby

kontinuierlichen sensorischen Input und drückt durch Schreien seinen »Hunger« danach aus. Ab der Geburt sind es Gerüche, Stimmen, Bewegungen und vor allem Körperberührungen, die das Baby interessieren. Ab zwei, drei Monaten sind es vor allem menschliche Gesichter und Sprachlaute, denen es sich zuwendet. Etwas später öffnet sich das Baby für Geräusche, Abläufe und Lebensraum der Bezugsperson.

*Mit zweieinhalb Monaten: »Sie schrie, ich kramte in einem Koffer, ohne mich darum zu kümmern. Plötzlich war sie ganz ruhig, ich drehte mich um und sah, dass sie, das Köpfchen mir zugewendet, mich unverwandt ansah, mit einem Ausdruck, den man nur als ›gespannte Aufmerksamkeit‹ bezeichnen kann.«*

(Anne Bernfeld 1915, in Bernfeld 2017, S. 439)

Danach braucht es Erholung, um das Aufregende zu integrieren. Es schreit, wenn das nicht möglich ist und Ermüdungs- und Überforderungssignale nicht wahrgenommen werden. Es weint bei unerwarteten Reizen oder bei Überreizung. Und es wird sofort angesteckt von Furcht, Anspannung, Aufregung und Überforderung, wenn die Bezugsperson diese nicht selbst wahrnimmt und abbaut.

### Wie viel Selbst-Tun?

Das *Autonomiesystem* reguliert den Wechsel von Selbst-Tun und Tun-Lassen. Das Baby schreit, wenn ihm abgenommen wird, was es selbst schon kann, es seine Fähigkeiten nicht ausspielen kann oder die Vorhersagbarkeit fehlt. Ab der Geburt kann es (trost-)saugen, trinken und weinen. Ab dem Alter von zwei, drei Monaten ist es der Dialog, den das Baby mitsteuern will. Schreien kann

heißen, dass es die ruhige Atmosphäre für ein Zwiegespräch vermisst. Ab rund sechs Monaten schreit es, weil es sich bewegen und die Umgebung erkunden will.

*Aus der Kreißsaal-Forschung: »Jedes gesunde Neugeborene weint, wenn es bei seinen ersten (reflektorischen) Bemühungen, zur Mutterbrust zu gelangen, gestört wird und die autonome Synchronisation von Atmen, Saugen, Schlucken gefährdet ist.«*

(Righard und Alade, 1990, eigene Übersetzung und Zusammenfassung)

Nach einer Anstrengung ist das Baby gelassen und lässt mit sich tun. Es schreit nicht!

### Das Coping-System

#### *Durch Weinen auf die Umwelt Einfluss nehmen*

Ist die fließende Nähe-Distanz-Regulation kurzzeitig unterbrochen, weil die Mutter beschäftigt ist oder nicht versteht, steht dem Baby das *äußere Coping* zur Verfügung. Es appelliert: quengelt, weint jammernd, klagend oder flehend und schreit herzerzerrend. Es findet kreative Lösungen: »ruft«, drückt weinend Erinnerungen aus und »erzählt«. Oder es versucht kraftvoll, sich durchzusetzen: schreit laut, gellend und zornig.

#### *Das Weinen verstummt – Bindungsabbruch*

Hat auch dieses Schreien keinen Erfolg, greift das Baby unwillkürlich auf das *innere Coping* zu. Es versucht damit, sich selbst zu verändern, und gibt sich mit dem zufrieden, was es bekommen kann. Beobachtbar ist, dass die Beweglichkeit verloren

geht. Außerdem verändert sich die Wahrnehmung. Das Kind »traut« seinen Empfindungen und Gefühlen nicht mehr. Es kommt zu einer unsicheren Bindung oder – bei Trennung von der Bezugsperson – zu einem Bindungsabbruch und Deprivation.

### Zurück zur flexiblen Nähe-Distanz-Regulation

Ändert sich die Situation, kann sich der Prozess unter Umständen auch umkehren. Schritt für Schritt geht es von der Bedürfnislosigkeit über das Schreien zur flexiblen Nähe-Distanz-Regulation.

*Nach einem stationären Aufenthalt antwortete das Baby auf Körperkontakt mit Ablehnung, anschließend aber mit Verzweiflung und heftigem Weinen. Die Eltern konnten sich dieses Verhalten oft nicht erklären, stand es doch im Widerspruch zum eigenen Empfinden. Sie selbst waren glücklich, das Kind wiederzuhaben!*

Wir finden als Gesellschaft gerade langsam einen Weg aus einem kollektiven inneren Coping heraus zu einer lebendigen Eltern-Kind-Bindung zurück. Bonding, Rooming-In, Eltern und Kind im Krankenhaus, begleitetes Trauern: Die Notwendigkeit dafür lag lange Zeit unter der Wahrnehmungsschwelle. In Fachkreisen ist zwar der Wert einer sicheren Bindung unbestritten, im alltäglichen Miteinander tauchen jedoch immer wieder Stolpersteine auf.

Mit Schreien »erzählt« das Baby, was es erlebt hat. Es geht nicht darum, das Schreien abzustellen, sondern darum, es zu hören und einzuordnen. Wie der Bindungsaufbau ist auch das



Pierre-Auguste Renoir, Madame Renoir allaitant son enfant, ca. 1885 / Heritage-Images / The Print Collector / akg-images

Wieder-Anbinden abhängig von Zuwendung, die Zeit kostet, von verlässlichen, wohltuenden und Vertrauen stiftenden Erfahrungen.



**Ursula Henzinger**, Dipl.-Päd., Humanethologin, ist Obfrau von ZOI (Organisationsarbeit zur Weitervermittlung neuer Konzepte an Fachleute und Unterstützung von Eltern, Baby und Kleinkind rund um die Geburt: <https://www.zoi-tirol.at>), EEH (Emotionelle Erste

Hilfe)-Fachberaterin und Leiterin eines Teams für ambulante Familienbegleitung (Land Tirol, Samariterbund).

E-Mail: [ursula.he@gmx.net](mailto:ursula.he@gmx.net)

#### Literatur

- Bernfeld, S. (2017). Psychologie des Säuglings und der frühen Kindheit. Gießen.
- Bischof, N. (1975). A systems approach towards the functional connections of attachment and fear. In: Child Development, 46, S. 801–817.
- Bischof, N. (2008). Psychologie. Ein Grundkurs für Anspruchsvolle. Stuttgart.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. New York.
- Harlow, H. (1958). The nature of love. In: American Psychologist, 13, S. 673–685.
- Pfaundler, M. von (1909). Über natürliche und rationelle Säuglingspflege. In: Süddeutsche Monatshefte, 6. Jg.
- Righard, L.; Alade, M. (1990). Effect of delivery room routines on success of first breast-feed. In: The Lancet, 336, S. 1105–1107.

# Leidfaden

FACHMAGAZIN FÜR KRISEN, LEID, TRAUER



## Leidfaden

### Das Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer

Die Zeitschrift möchte allen, die Menschen in Krisen und Trauer therapeutisch, medizinisch oder seelsorgerlich begleiten, zur Seite stehen und sie mit fundierten Beiträgen bei ihrer Arbeit unterstützen.

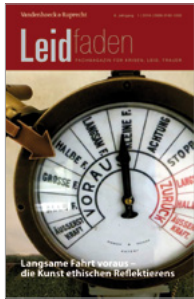
Geschäftsführende Herausgeber: Monika Müller (Rheinbach), Lukas Radbruch (Bonn) und Sylvia Brathuhn (Neuwied).

Herausgeber: Dorothee Bürgi (Zürich), Arnold Langenmayr (Ratingen), Heiner Melching (Berlin), Christian Metz (Wien), Petra Rechenberg-Winter (Hamburg), Erika Schärer-Santschi (Thun), Margit Schröer (Düsseldorf), Patrick Schuchter (Wien), Reiner Sörries (Erlangen).

**Vandenhoeck & Ruprecht** Verlage

[www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)





**2019 Heft 1:**  
**Langsame Fahrt voraus –  
die Kunst ethischen  
Reflektierens**

ISBN: 978-3-525-40665-6



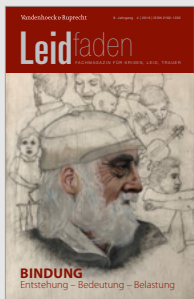
**2019 Heft 2:**  
**Herausforderung  
Kommunikation.  
Brücken und Wege**

ISBN: 978-3-525-40666-3



**2019 Heft 3:**  
**TrauerPolitik –  
Verluste gestalten**

ISBN: 978-3-525-40670-0



**2019 Heft 4:**  
**Bindung: Entstehung –  
Bedeutung – Belastung**

ISBN: 978-3-525-40671-7

**Hiermit bestelle(n) ich/wir von**

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage  
Theaterstraße 13  
37073 Göttingen

**über die**

HGV Hanseatische Gesellschaft für Verlagsservice GmbH  
Holzwiesenstr. 2  
72127 Kusterdingen  
E-Mail: [v-r-journals@hgv-online.de](mailto:v-r-journals@hgv-online.de)

**die Zeitschrift:**

**Leidfaden. Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer**

erscheint 4-mal jährlich mit einem Umfang von je etwa 100  
Seiten, durchgehend farbig

ISSN print 2192-1202 | ISSN online 2196-8217

- Bitte senden Sie mir zunächst ein kostenloses Probeheft.
- Ich möchte die Zeitschrift »Leidfaden« kostenpflichtig als Privatkunde abonnieren.
- Ich möchte die Zeitschrift »Leidfaden« kostenpflichtig als Institution abonnieren.

**Abonnement**

Für Privatkunden: print + online: € 70,- D | € 72,- A\*

Für Institutionen: print + online: € 132,- D | € 135,80 A\*

\*Preise zzgl. Versandkosten. Preisänderungen vorbehalten. Die Bezugsdauer verlängert sich um 1 Jahr, wenn das Abonnement nicht bis zum 01.10. des Jahres gekündigt wird.

Absender: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift: \_\_\_\_\_