

# Paradoxe Auswirkungen des Bindungsstils

**Uwe Füllgrabe, Psychologieoberrat, Diplom-Psychologe,  
Landespolizeischule Niedersachsen, Hann. Minden**

Nicht selten erscheint das Verhalten von Menschen irrational und unverständlich. Manchmal handeln sie sogar gegen ihre eigenen Interessen, wie es etwa bei Frauen der Fall ist, die bei einem Mann bleiben, der sie schlägt (s. Füllgrabe 1996). Diese Frauen wählen, vor allem wegen eines unsicheren Bindungsstils, einen unkooperativen oder sogar gewalttätigen Partner; und weil sie nicht gemäß dem TIT FOR TAT-Prinzip (Füllgrabe 1993/1994) handeln und sich rechtzeitig zur Wehr setzen, geraten sie langfristig in eine psychologische Falle. Es gibt aber auch noch andere erstaunliche, paradoxe Phänomene:

- Frauen, die sich in Mörder verlieben und sogar heiraten.
- Zwar würden wohl die meisten Menschen sagen, daß sie in einer Krise von anderen Menschen Trost gespendet haben möchten; doch zeigt die Realität (und auch wissenschaftliche Untersuchungen), daß manche Menschen von jemand abrücken, der ihnen Trost spenden will.

Derartige paradoxe Phänomene sind aber nicht zufällig. Man kann sie mit dem durch die Kindheit eines Menschen geprägten Bindungsstil leicht erklären.

## 1 Spieltheorie und Bindungsstil

Man kann bei Computerturnieren etwas Wichtiges feststellen: Gleichgültig, wie häufig man die kooperationsbereiten Strategien miteinander spielen läßt, gleichgültig wie lange man sie aufeinandertreffen läßt, es gibt nur ein *einziges* Ergebnis: Sie spielen im Gegensatz zu unkooperativen und ausbeuterischen Programmen nicht gegeneinander, sondern *miteinander* und erreichen so die optimale Punktzahl (Axelrod 1991; Füllgrabe 1993/94).

Dabei spielt die Struktur der freundlichen, kooperierenden Regeln keine Rolle, sei es z.B. die stets friedliche Strategie: "Immer, unter allen Umständen kooperativ" oder die wehrhaften Strategien wie TIT FOR TAT, SHUBIK (das noch härter und längerfristiger als TIT FOR TAT auf Betrug reagiert).

Axelrod (1991, S. 30) schildert den Prozeß der Kooperation sehr anschaulich: "Zwei freundliche Regeln kooperieren

praktisch bis zum Ende des Spiels sicher vertrauensvoll miteinander."

Dieser Satz ist nicht nur die Beschreibung einer wissenschaftlichen Erkenntnis, sondern beinhaltet auch die Beschreibung einer gefühlsmäßigen Komponente: dem Vertrauen. Axelrod geht damit über den Rahmen abstrakter Computerprogramme und Regeln hinaus, denn Programme haben keine Gefühle wie Vertrauen, aber Menschen.

Es gibt aber tatsächlich deutliche Parallelen zwischen den Computerprogrammen und menschlichem Vertrauen. Wir finden dies z.B. für Partnerschaftsbeziehungen im Bereich der *Bindungsstile*.

## 2 Die Formung unterschiedlicher Bindungsstile

Ein Neugeborenes hat zumeist nur eine Möglichkeit, die Umwelt auf sich aufmerksam zu machen: durch Weinen und Schreien.

Es gibt eine große individuelle Streubreite des Schreiens in den ersten 3 Monaten. Konstitutionell bedingte physiologische Unterschiede lassen keine individuellen Unterschiede bezüglich der Irritierbarkeit entstehen. Man fand jedoch zwei Trends: Zunächst schreien schwächere Kinder genauso häufig, aber länger als andere Kinder. Erstgeborene schreien zunächst häufiger.

Geschlecht und Temperament des Babys haben dagegen keinen Einfluß. Man fand nämlich keine Korrelation des Schreiens mit dem Geschlecht und dem allgemeinen Aktivitätsniveau im ersten Vierteljahr. Es gibt keine Stabilität des individuellen Schreiverhaltens, aber eine Stabilität der Reaktion der Mutter auf Schreien: ob diese sofort, später oder überhaupt nicht reagiert (Bell und Ainsworth 1972). Mit anderen Worten: die Häufigkeit des Schreiens bei einem Baby schwankt also, dagegen ist die Reaktion der Mutter darauf zunächst gleich. Wenn eine Mutter auf Schreien nicht reagiert, schreit das Kind länger! Später hat das Baby subtilere, deutlichere und mehr Ausdrucksmöglichkeiten: Mimik, Gesten, Vokalisationen, um der Mutter Gefühle und Bedürfnisse mitzuteilen.

Wie Ainsworth in einer Längsschnittuntersuchung (Ainsworth u.a. 1974) bei der Beobachtung von 23 Mutter-Kindbezie-

hungen feststellen konnte, ist es entscheidend, *wie* die Mütter auf das Weinen reagieren: Reagiert die Mutter sensitiv und angemessen auf die Bedürfnisse des Kindes, so wird es später vertrauensvoll reagieren. D.h. es wird z.B. in der 2. Hälfte des 1. Lebensjahres nicht ständig schreien, wenn die Mutter den Raum verläßt. Es kann ihre kurze Abwesenheit tolerieren, weil es ja immer erlebt hat, daß die Mutter sofort da war, wenn es sie benötigte; es vertraut ihr, daß sie zurückkommt.

Ging die Mutter sensitiv auf das Kind ein, hatte sie viel Körperkontakt mit dem Neugeborenen während der ersten Lebensmonate, so liebte das Kind nicht nur gefühlsmäßige Interaktionen, sondern ließ sich auch auf den Boden setzen und wandte sich dem Spiel und der Erforschung seiner Umwelt zu.

Diese Sensibilität für das Baby darf nicht mit Verwöhnung verwechselt werden. Ainsworth u.a. (1974) weisen deshalb darauf hin, daß die sensible Mutter nicht zum Werkzeug des Kindes wird und ihm immer nachgibt, sondern ein kooperativer Partner ist, dessen Beteiligung vom Kind *angemessen* ausgelöst werden kann. Wichtig ist also, daß die "Partnerbeziehung" Mutter-Kind gut synchronisiert abläuft.

Im Gegensatz dazu hatten "verzogene" oder "schwierige" Kinder Mütter, die nicht sensitiv auf die Signale ihrer Kinder reagierten, nicht für ihre Kinder da waren, wenn diese sie benötigten, sondern gefühlsmäßig kalt und zurückweisend waren, ihre Kinder häufig bestrafen.

Mütter, die ihr Kind, nachdem es zu schreien begann oder seine Arme ihr entgegenstreckte, erst mit einer Zeitverzögerung oder überhaupt nicht aufnahmen, hatten Kinder, die häufiger andere Kinder angriffen.

Der Einfluß der Mütter wurde auch in anderen Untersuchungen deutlich: aggressive Kinder (Kinder, die häufige Aggressionen, selten prosoziales Verhalten zeigten) hatten Mütter, die weniger in ihrem Gesichtsausdruck und ihren Gesten besänftigend wirkten, z.B. durch Lächeln, Objekte anbieten.

Die Beständigkeit des Verhaltens des Kindes kann eher durch die Beständigkeit des Verhaltens der Mütter als umgekehrt erklärt werden.

Das Verhalten der Kinder änderte sich auch mit dem Verhalten der Mütter, sobald sich deren wirtschaftliche oder soziale Lage veränderte.

Besonders deutlich werden die Auswirkungen von Erziehungsunterschieden in verschiedenen Untersuchungen von Ainsworth u.a., wobei das Kind in einer fremden Umgebung kurzfristig von seiner Mutter getrennt wurde. Dabei wurden drei Verhaltensstile der Kinder deutlich:

### 2.1 Kinder mit "sicherer Bindung"

Waren sie mit ihrer Mutter zusammen, so benutzten sie diese als eine Art "sicheren Stützpunkt", von dem aus sie die ihnen unbekannte Umgebung erforschten. Verließ die Mutter den Raum, folgten sie ihr zur Tür und/oder weinten. Kam die Mutter zurück, suchte das Baby engen Körperkontakt oder zumindest die Interaktion mit ihr. Wenn dieser Körperkontakt gewährt wurde, beruhigte das Baby sich schnell.

Die Mütter der Kinder mit sicherer Bindung reagierten stets sensitiv auf die Signale des Kindes, hatten auch bedeutsam längeren körperlichen Kontakt mit dem Baby, hielten es zärtlich im Arm. Dieses Eingehen auf das Kontaktbedürfnis des Babies war offensichtlich der entscheidende Faktor für das Gefühl der Geborgenheit. Das Baby erfuhr ständige Rückkoppelung durch das Verhalten der Mutter, was ihm ermöglichte, Erwartungen über das Verhalten der Mutter in verschiedenen Situationen auszubilden. Allmählich entwickelte es Vertrauen darin, daß seine Mutter immer dann da ist und auf es reagiert, wenn es sie benötigt. Dies ist die Grundlage für das Gefühl der Sicherheit in seinen Beziehungen zu ihr.

Im Alter von 3 Jahren hatten diese Kinder mehr interne Kontrolle. Sie hatten einen höheren IQ und höhere Entwicklungsquotienten als andere Gruppen und eine bessere Sprachentwicklung.

Im Alter von 15 Monaten zeigten sie:

- mehr Ausdauer
- weniger Frustration
- größeres Interesse
- mehr erforschende Aktivität

### 2.2 "Ängstlich-widerstrebende" Kinder

Sie betrachten ihre Mütter weniger als "sicheren Stützpunkt", von dem aus sie ihre Umwelt erforschen konnten. Sie erforschten weniger und schrien häufiger als Kinder der beiden anderen Gruppen. Kam die Mutter zurück, so wollten sie auch mit ihrer Mutter engen Körperkontakt haben, aber ihr kontaktsuchendes Verhalten war mit ärgerlichen widerstrebenden Verhaltensweisen vermischt. Sie zeig-

ten auch verärgerten Widerstand gegenüber Fremden in der Trennungssituation. In späteren Untersuchungen waren sie:

- weniger kooperativ mit dem Tester,
- leichter frustriert,
- weniger kompetent,
- zeigten geringere Intelligenz und Entwicklung.

Zu Hause zeigten die Kinder mit "ängstlich-ambivalenter Bindung" folgende Verhaltensunterschiede zu anderen Kindern. Sie waren

- ängstlicher
- schrien länger,
- zeigten mehr Unbehagen bei kleinen Trennungen im Alltag, und trotzdem waren sie nicht glücklich, ihre Mütter zurückkommen zu sehen. Sie hatten weniger Vergnügen daran, von ihren Müttern gehalten zu werden und protestierten dennoch häufiger, wenn sie wieder abgesetzt werden sollten (deshalb auch die Bezeichnung "ambivalent"). Sie kooperierten weniger mit ihren Müttern.

Auch im späteren Lebensalter hatten sie weniger harmonische Interaktionen mit ihren Müttern, diese Interaktionen waren negativ getönt. Sie reagierten weniger auf freundliche, aber unbekannte Erwachsene, waren weniger kompetent, sowohl in problemlösenden Situationen als auch in Interaktionen mit Altersgenossen, weniger kooperativ mit ihren Müttern.

Die Mütter der Babies der "ängstlich-widerstrebenden" Gruppe waren weniger sensitibel gegenüber den Signalen des Kindes bei allen Gelegenheiten - beim Füttern, Weinen, engem Körperkontakt u.ä. Die Handlungen der Mütter waren selten auf das Verhalten des Babies bezogen. Unter solchen Umständen wäre es schwer für das Baby, die Vorstellung zu entwickeln, daß seine Handlungen irgendeine Wirkung auf das hatten, was mit ihm geschah (= Kontrollüberzeugung!), Vertrauen in seine Mutter aufzubauen, daß sie ihm zur Verfügung steht und auf es reagiert. Hierin liegt seine Angst.

In einer ungewohnten Situation ist es von Beginn an ängstlich und folglich weniger daran interessiert, neue Situationen zu erforschen. Es ist so beschäftigt mit seiner Mutter, daß es sich nicht von ihr trennen und sich anderen Dingen widmen kann, da es kein Vertrauen in seine Mutter hat bzw. darin, daß sie zurückkommt.

### 2.3 "Ängstlich-meidende" Kinder

Typisch für sie war, daß sie auch in der Trennungssituation unbefangen spielten, nicht weinten und bei der Rückkehr der Mutter diese mieden.

Anstatt wie Kinder der anderen beiden Gruppen engen körperlichen Kontakt mit der Mutter zu suchen, ignorierten sie sie oder vermischten die Annäherung mit Vermeidungsverhalten wie Wegschauen, sich Wegwenden oder Weggehen. Auch zu Hause zeigten sie weniger Freude an Körperkontakten. Wenn ihre Mütter sie hielten, konnten sie sich weniger entspannt an ihre Mutter kuscheln. Andererseits reagierten sie negativ, wenn sie abgesetzt wurden. Ihr Kontaktverhalten blieb meistens im Ansatz stecken, d.h., sie berührten ihre Mütter lediglich oder gaben ihnen einen Klaps.

Die Babies der "ängstlich-meidenden" Gruppe zeigten mehr Distanz zu ihren Müttern. Diese waren genauso wenig sensitibel für die zwischenmenschlichen Signale der Babies wie die der ängstlich-widerstrebenden Gruppe.

Die Mütter waren von Beginn an weniger sensitiv bezüglich des Reagierens auf die Signale des Kindes. Sie zögerten nicht nur mit der Reaktion auf das Weinen des Kindes, sondern auch bezüglich anderer Situationen. Diese mangelnde Sensitivität der Mütter auf ihre Signale machten es dem Baby schwer, Erwartungen von seiner Mutter als einer vorhandenen und reagierenden Person aufzubauen. Es war schwer für das Baby, Urvertrauen zu entwickeln.

Mütter der vermeidenden Babies waren zurückweisender als Mütter der lediglich ängstlichen Babies. Sie hatten tiefsitzende Abneigung gegen engen Körperkontakt, waren gefühlsmäßig weniger ausdrucksfähig (eine Verteidigung gegen offenes Ausdrücken von Ärger) und starrer und zwanghafter.

Ihnen fehlten nicht unbedingt positive Gefühle gegenüber dem Baby, aber diese wurden häufiger durch Ärger und Irritation unterdrückt. Sie bedauerten nämlich die Tatsache, daß die Anforderungen, die das Baby an sie stellte, mit ihren eigenen Interessen und Aktivitäten unvereinbar waren. Diese Mütter hatten Babies, die zu Hause Ärger zeigten, obwohl sie diesen Ärger in der fremden Situation durch Vermeidung maskierten. Sie reagierten weniger positiv im engen körperlichen Kontakt mit ihren Müttern. Sie konnten sich vor allem nicht total entspannt an ihre Mütter anschmiegen.

Es lag ein schwerer Annäherungs- und Vermeidungskonflikt bezüglich engem körperlichem Kontakt mit ihren Müttern vor: Wie alle anderen Kinder wünschen sie Kontakt, sobald das Bedürfnis nach Zuneigung stark wird. Andererseits haben sie Enttäuschung und Zurückweisung erfahren, sobald sie Kontakt suchten, vielleicht nicht immer, aber oft genug, um der Bereitschaft ihrer Mutter zu mißtrauen, ihnen später Kontakt zu gewähren. Es scheint für sie sicherer zu sein, Kontakt zu vermeiden.

Wenn aber ein Baby ständig keinen Trost

und Sicherheit durch engen Kontakt mit seiner Mutter gewinnt, bedeutet dies, daß das Annäherungsverhalten entscheidend frustriert wird.

Solche Frustrationen führen dazu, daß das Baby ständig ärgerlich ist.

Folgendes Verhalten war bis zum 2. - 3. Lebensjahr beobachtbar (keine länger dauernden Untersuchungen lagen damals vor):

- Schwierigkeiten, kooperativ zu sein, wenn Kooperation notwendig ist.
- Aggressives Verhalten, außerhalb des Zusammenhanges.
- Keine Interaktion mit freundlichen, aber unvertrauten Erwachsenen.

### 3 Die Selbst- und Weltbilder verschiedener Bindungsstile

#### 3.1 Der sichere Bindungsstil

Wenn ein Mensch im Verlaufe seines Lebens - besonders gewichtig scheint hier die Kindheit zu sein - häufig die Erfahrung macht, daß er in Zeiten des Kammers mit Bezugspersonen erfolgreich in körperlichen und psychologischen Kontakt treten kann, entwickelt er einen **sicheren Bindungsstil**.

Dadurch entwickelt er ein bestimmtes Bild von sich und anderen Menschen:

- ICH werde geschätzt, geliebt und bin es wert, daß andere Menschen sich um mich kümmern, mich unterstützen und mich lieben (Simpson u.a. 1992).
- Andere Menschen sind für mich da. Sie sind zuverlässig, vertrauenswürdig und haben gute Absichten.

Dieses Weltbild leitet das Verhalten. Ein Mensch mit sicherem Bindungsstil geht leicht enge Beziehungen mit anderen ein. Er fühlt sich auch wohl dabei, wenn er sich auf andere Menschen verlassen kann oder wenn andere Menschen sich auf ihn verlassen. Er sorgt sich seltener darum, daß er von anderen Menschen verlassen werden könnte oder daß andere Menschen ihm zu nahe kommen.

Die Liebesbeziehungen von Menschen mit einem sicheren Bindungsstil sind glücklich, gefühlsmäßig positiv und vertrauensvoll. Im Vergleich zu Menschen mit anderem Bindungsstil ist ihre Beziehung zum Partner gekennzeichnet durch ein höheres Niveau an Vertrauen, Befriedigung, Bindung, gegenseitigem Aufeinandereingehen.

Die Tiefe und Stabilität dieser Beziehung erweist sich in Krisenzeiten und in Situationen, wo starke Gefühle wie Kummer, Angst usw. auftreten. Dann suchen Menschen mit einem sicheren Bindungsstil gefühlsmäßige Unterstützung durch ihre

Partner. Umgekehrt bieten sie selbst ihrem Partner Unterstützung an, wenn sie meinen, daß dieser sie brauche.

#### 3.2 Der ängstlich-ambivalente Bindungsstil

Ein **ängstlich-ambivalenter Bindungsstil** rührt von der Erfahrung während der Lebensgeschichte her, daß Versuche, Kontakt mit Bindungspersonen aufzunehmen, mit unbeständigen und unvorhersagbaren Reaktionen beantwortet wurden.

Deshalb ist ihr Weltbild folgendes:

- ICH werde mißverstanden, man vertraut mir nicht, ich werde zu wenig geschätzt.
- Andere Menschen sind unzuverlässig und entweder nicht bereit oder unfähig, enge, längerfristige Beziehungen einzugehen.

Sie klagen, daß andere Menschen nicht bereit sind, so enge Beziehungen zu knüpfen, wie sie es gerne hätten. Sie sind darüber bekümmert, daß ihre Partner sie nicht wahrhaftig lieben oder sie verlassen werden. Sie wünschen oft, ihrem Partner extrem nahe zu sein.

Ihre Beziehungen beinhalten häufig negative Gefühle und ein geringes Ausmaß an Vertrauen, Befriedigung, gegenseitiges Aufeinandereingehen und Bindung. Ihre Liebesbeziehungen sind gekennzeichnet durch zwanghaftes und eifersüchtiges Verhalten und ausschließlicher Fixierung auf den Partner.

Da der ängstliche Bindungsstil auch als **ambivalenter** Bindungsstil bezeichnet wird, ist verständlich, daß die Reaktionen solcher Personen nicht einfach vorhersagbar sind.

Weil die Aussicht, Nähe zu gewinnen, unvorhersagbar, aber doch möglich ist, wird das Bindungssystem ängstlicher Personen in Zeiten des Kammers eher aktiviert, und grundsätzlich suchen und geben sie Unterstützung in Zeiten des Kammers. Doch andererseits sehen sie Partner als unzuverlässig an und befinden sich in gefühlsmäßig unbefriedigenden Beziehungen, in denen starke gegenseitige gefühlsmäßige Unterstützung nicht existiert. Deshalb kann Ärger darüber und die Konzentrierung auf eigene Bedürfnisse das Suchen und das Gewähren von Unterstützung verhindern.

Wie vermeidende Personen leiden auch Personen mit ängstlichem Bindungsstil unter einem inneren Konflikt hinsichtlich der Bedürfnisse nach Nähe. Sie brauchen und wollen Nähe; sie befürchten jedoch, daß sie nicht genug Nähe, wie von ihnen gewünscht, erhalten, weil frühere Bindungspersonen nicht beständig vorhanden

waren. Deshalb wird das Bedürfnis nach Nähe mit Ärger über Bindungspersonen verbunden, assoziiert. Dies führt dazu, daß in einer angstauslösenden Situation, ein verhaltensmäßiger Zwiespalt auftritt: Einerseits führt das Bedürfnis nach Nähe zu einem Annäherungsverhalten. Andererseits lösen Gedanken an Bindungspersonen Ärger über frühere Abweisung und andere ungute Gefühle aus, was zu einem Vermeidungsverhalten führt. Die Annäherungs- und Vermeidungstendenzen können sich ausgleichen und zu Passivität führen, wenn nicht durch situative Bedingungen eine der beiden Tendenzen überwiegt (s. Chaosforschung: "Schmetterlingseffekt").

#### 3.3 Der vermeidende Bindungsstil

Ein Mensch, der im Laufe seines Lebens - vor allem in der Kindheit - häufig die Erfahrung macht, daß seine Anstrengungen, Kontakt mit Bezugspersonen herzustellen, zurückgewiesen wurden, entwickelt einen **vermeidenden Bindungsstil**. Das wiederholte Scheitern der Bemühungen, Nähe zu gewinnen, unterdrückt allmählich zukünftige Versuche, Nähe zu erlangen. Die fehlgeschlagenen Versuche zerstören jedoch **nicht** den Wunsch nach Nähe. Vielmehr setzt die vermeidende Person das Bedürfnis nach Nähe mit Zurückweisung gleich. Deshalb wünschen und brauchen Menschen mit vermeidendem Bindungsstil Nähe, fürchten sie aber gleichzeitig.

Die Erfahrung der Distanzierung von anderen Menschen führt zu folgenden Bildern von sich, anderen Menschen und der Welt.

- ICH halte mich von anderen fern, bin gefühlsmäßig distanziert und skeptisch.
- Andere Menschen sind unzuverlässig und zu aufdringlich, als daß man langfristige Beziehungen zu ihnen aufbauen könnte.

Dieses Weltbild steuert auch die Beziehungen von Menschen mit distanzierendem Bindungsstil: Sie empfinden die Nähe anderer als unbehaglich. Sie finden es schwierig, anderen vollkommen zu vertrauen und sich auf sie zu verlassen. Sobald ihnen jemand zu nahe kommt, fühlen sie sich unbehaglich.

Ähnlich wie Menschen mit ängstlichem Bindungsstil gehen sie Beziehungen ein, die häufiger durch negative Gefühle gekennzeichnet sind und durch ein geringeres Maß von Vertrauen, Bindung, Befriedigung, gegenseitigem Aufeinandereingehen, als dies für Menschen mit sicherem Bindungsstil der Fall ist.

Die negative Art ihrer Liebesbeziehungen rührt im Gegensatz zu ängstlichen Personen nicht von zwanghafter Beschäftigung mit dem Partner her, sondern von der ständigen Furcht vor Nähe und Intimität.

Bei Personen mit vermeidendem Bindungsstil läuft ein defensiver Informationsprozeß ab, der darauf abzielt, das Wahrnehmen von Bindungsbedürfnissen zu verhindern. Dadurch wird beim Auftauchen von Belastungen und Streß das Bindungssystem unterdrückt. Deshalb reagieren Personen mit vermeidendem Bindungsstil bei der Konfrontation mit starker Angst anders als andere Menschen und suchen weniger häufig die Unterstützung durch ihre Partner. Um ihre Bindungsbedürfnisse nicht wahrnehmen zu müssen, distanzieren sie sich körperlich und psychologisch von ihren Partnern. Genauso defensiv reagieren sie, wenn ihr Partner in starke Angst gerät, und sie spenden weniger Trost und bieten weniger Unterstützung an.

Abschließend soll darauf hingewiesen werden, daß Simpson u.a. (1992) den Bindungsstil einer bestimmten Person nicht so sehen, daß er in nur eine der traditionellen Dimensionen

- sicherer Bindungsstil
- vermeidender Bindungsstil
- ängstlich/-ambivalenter Bindungsstil

eingeteilt werden kann. Vielmehr meinen sie (S. 437), daß einige Erwachsene am besten durch die Mischung von zweien oder mehr Stilen charakterisiert werden können.

#### **4 Die Auswirkungen des Bindungsstils in einer belastenden Situation**

##### **4.1 Die Situationsabhängigkeit des Bindungsstils**

Eine Untersuchung von Simpson u.a. (1992) zeigt, wie der Bindungsstil einer Person das Verhalten in einer Zweierbeziehung beeinflußt.

Eine wichtige Unterscheidung ist noch zu machen (s. Simpson 1992, S. 443), nämlich den zwischen angstauslösenden und nichtangstauslösenden Situationen. Unter wenig streßhaften Bedingungen zeigen z.B. auch Kinder mit einem vermeidenden Bindungsstil Nähe zu ihrer Mutter und protestieren, wenn sie von ihr getrennt werden. Auch beschäftigen sich Mütter mit vermeidendem Bindungsstil unter den meisten Umständen mit ihren Kindern (die ebenfalls einen vermeidenden Stil haben), sogar in größerem Ausmaß als Mütter von Kindern mit sicherem Bindungsstil. Sie reagieren jedoch mit weitaus weniger Unterstützung, wenn ihre Kinder bekümmert sind und Probleme haben. Man sieht also: die Wirkung des Bindungsstils wird besonders oder ausschließlich in belastenden Situationen sichtbar.

Man kann dies mit einem Konfliktmodell erklären: In entspannten, wenig bedrohlichen, gering belastenden Situationen wird

eher der Wunsch nach Nähe aktiviert als die Furcht vor Nähe. In Situationen von Angst oder Kummer wird jedoch die Furcht vor Nähe beschleunigt verstärkt, was zu

- verringertem Aufsuchen von Nähe oder
- einen anderen Menschen an sich herankommenlassen

führt.

##### **4.2 Paralleles Partnerverhalten**

Simpson u.a. (1992) untersuchten die Auswirkungen des Bindungsstils auf das Verhalten von Partnern in einer angstaustlösenden Situation.

Während für Personen mit ängstlichem Bindungsstil die Ergebnisse nicht eindeutig waren, konnte festgestellt werden:

- Personen mit sicherem Bindungsstil suchen und gewähren Unterstützung, wenn sie oder ihr Partner sich in einer belastenden, angstaustlösenden Situation befinden.
- Personen mit vermeidendem Bindungsstil vermeiden eher die Suche und das Gewähren von Unterstützung. Vielmehr neigen sie, wenn sie selbst oder ihr Partner sich in einer Krisensituation befinden, eher zum emotionalen und körperlichen Rückzug.

##### **4.3 Unterschiedliches Verhalten von Frauen**

Das unterschiedliche Verhalten von Frauen, je nach ihrem Bindungsstil, war deutlich erkennbar:

- Frauen mit einem vermeidenden Bindungsstil berichteten weniger ihren Partnern von dem angstaustlösenden Ereignis.
- Wenn die Männer ihre Partnerinnen mit Körperkontakten (Berührung des Körpers, des Gesichts, Hand auf oder Arm um Schulter legen usw.) zu beruhigen suchten, so führte das bei Frauen mit sicherem Bindungsstil zu einem Annäherungsverhalten: häufigeres Berühren und Küssen des Gesichts.
- Bei Frauen mit einem unsicheren Bindungsstil war es genau umgekehrt. Je mehr ihre Partner mit Körperkontakt versuchten, sie zu beruhigen, desto mehr Widerstand leisteten sie und zogen sich zurück (vom Partner wegdrücken, wegrücken usw.). Mit anderen Worten: Wer Angst vor Nähe hat, zieht sich in Krisenzeiten emotional und körperlich von seinem Partner zurück.
- Wenn ihre Partner unterstützende Bemerkungen machten, wurden sowohl

Frauen mit sicherem als auch vermeidendem Bindungsstil beruhigt. Aber entgegen der Erwartung reagierten die vermeidenden Frauen stärker auf solche Bemerkungen als sichere Frauen. Simpson u.a. (1992) stellen dazu die Hypothese auf: Frauen mit vermeidendem Bindungsstil suchen sich eher Männer als Partner (oder veranlassen sie durch ihr eigenes Verhalten!), die ihnen grundsätzlich wenig Unterstützung gewähren. Wenn sie dann Unterstützung erhalten, hat dies auf vermeidende Frauen einen stärkeren und positiveren Einfluß als auf Frauen mit sicherem Bindungsstil. Trotz der Tatsache, daß vermeidende Frauen das unangenehme Ereignis seltener als sichere Frauen ihrem Partner berichten, scheinen *vermeidende Personen durchaus Bedürfnisse nach Nähe zu haben, denn sie profitieren ja von der Unterstützung.*

- Vermeidende Frauen wurden alleine durch das ausführliche Gespräch über das unangenehme Ereignis beruhigt, unabhängig davon, wie sich ihr Partner sonst verhielt. Dagegen war für Frauen mit sicherem Bindungsstil die Diskussion selbst nicht so entscheidend für die Beruhigung. Hier scheinen wichtig zu sein:
  - der Körperkontakt und
  - das bloße Wissen, daß der Partner gefühlsmäßig da ist und auf sie reagiert,
  - einer solchen Frau erhebliche Unterstützung gewähren.

##### **4.4 Unterschiedliches Verhalten von Männern**

- Männer mit sicherem Bindungsstil gaben ihren Partnerinnen größeren Rückhalt und gefühlsmäßige Unterstützung und machten mehr unterstützende Bemerkungen - sobald der Angstpegel der Partnerin stieg. Dagegen machten Männer mit vermeidendem Bindungsstil nicht viel mehr unterstützende Bemerkungen, sobald das Angstniveau ihrer Partnerin anstieg, wenn ihre Partnerinnen ihre Gefühle des Kummers und der Angst ausführlicher aussprachen. Angst verhindert also das Entstehen von Nähe in einer Zweierbeziehung, wenn Personen mit vermeidendem Bindungsstil dabei sind.
- Woran kann man bereits vor einem angstaustlösenden Ereignis den Bindungsstil eines Menschen erkennen? Die Männer mit sicherem Bindungsstil äußern - gemäß den Beschreibungen ihrer Partnerinnen - dies durch folgendes Verhalten:
  - freundlich, warm

- enthüllen ihre Gedanken und Gefühle
- reagieren schnell auf den anderen
- können mit Leichtigkeit Kommunikation in Beziehungen durchführen.

## 5 Frauen, die Mörder lieben

Die unterschiedlichen Bindungsstile haben erheblichen Einfluß auf die Art, Dauer, Tiefe und Qualität der Partnerschaftsbeziehungen bei Männern und Frauen. So dauerten die Liebesbeziehungen von Personen mit sicherem Bindungsstil am längsten, die der Personen mit ängstlichem Bindungsstil am kürzesten. Während die Liebesbeziehungen von Personen mit sicherem Bindungsstil eher durch "ruhig-stabile" Merkmale wie Glück, Vertrauen, Freundschaft u.ä. gekennzeichnet waren, zeigten die Bindungsängstlichen mehr "neurotische Liebe". Sie erlebten gefühlsmäßige Höhen und Tiefen, zwanghafte Orientierung auf den Partner, aber auch unerfüllte Hoffnungen hinsichtlich des Partners, Eifersucht, emotionale Abhängigkeit. Sie bildeten also gefühlssensitive, aber instabile Beziehungen: Sie verlieben sich schneller, extremer, was aber nicht zu länger andauernden Beziehungen führt (Feeney und Noller 1990). Deshalb hat der Bindungsstil auch Auswirkungen auf die Partnerwahl. Personen mit ängstlichem Bindungsstil wählen eher einen Partner, der eine "aufregende Liebe" verspricht. Im Vergleich zu Personen mit einem sicheren Bindungsstil gehen Personen mit einem vermeidendem Bindungsstil und solche mit einem ängstlichen Bindungsstil eher Partnerschaften ein, die ein weitaus geringeres Ausmaß an Vertrauen, Befriedigung, Bindung, gegenseitiges Aufeinandereingehen aufweisen.

Die negative Art der Liebesbeziehungen wird bei Personen mit ängstlichem Bindungsstil bewirkt durch Eifersucht, zwanghafte Beschäftigung mit dem Partner und der Inanspruchnahme des Part-

ners. Die Partnerschaften von Personen mit vermeidendem Bindungsstil wurden dagegen durch ständige Furcht vor Nähe und Intimität beeinträchtigt, diese Erkenntnisse hinsichtlich der Auswirkungen des Bindungsstils erklären auch das erstaunliche Phänomen, daß es relativ viele Frauen gibt, die Mörder (sogar bösartige Serienmörder!) lieben und manchmal auch heiraten.

"Für einige Frauen ist es erregend, mit einem Meister des Todes zu tanzen". So beschreibt Isenberg (1991, S. 225) die Faszination, die manche Mörder auf bestimmte Frauen ausüben. "Einen Mörder zu lieben, läßt sie sich intensiv lebendig fühlen. Sie wird wichtig, vielleicht berührt, weil sie einen Mann liebt, der getötet hat." Isenberg weist auf eine noch weitaus makabere Steigerung dieses Status hin: "Jeder Serienmörder verschafft einer Frau mit geringer Selbstachtung ein Gefühl der Wichtigkeit; ihr Prestige steigt im gleichen Ausmaß wie die Bösartigkeit seiner Verbrechen" (S. 224). Isenberg spricht hier die geringe Selbstachtung der betreffenden Frauen an; sie weist aber auch noch auf ein zwischenmenschliches Defizit hin: Diese Frauen haben große Schwierigkeiten, echte zwischenmenschliche Bindungen aufzubauen (ängstlicher oder vermeidender Bindungsstil), weil sie harte diktatorische Väter gehabt hatten, denen passive Mütter halfen. Oder wenn die Väter abwesend (tot, geschieden, betrunken, zurückgezogen o.ä.) waren, nahmen die Mütter gelegentlich die autoritäre Rolle des Vaters ein. Diese Frauen konnten also keinen sicheren Bindungsstil entwickeln. Und deshalb spiegelt ihre Beziehung zu Männern allgemein und auch zu den Mördern ihre frühere Beziehung zu ihren Vätern wider: sich unterordnend, sich ausbeuten oder sich schlagen lassend. Ihr Selbstbild ist etwa: "ein kleines verlorenes Mädchen" als "Finder verlorener Menschen". (Isenberg 1991, 225, 222) "Sie setzen fälschlicherweise Macht mit Gewalt und

Stärke mit Grausamkeit gleich." (S. 220). Isenberg (1991, 224) vergleicht ihre Liebe mit der romantischen Liebe mittelalterlicher Ritter zu den Frauen, die sie nur verehren durften. Genauso wird eine echte Beziehung zu Mördern durch deren Gefängnisaufenthalt verhindert. Sie analysiert diese Beziehung so: "Es ist eine romantische Leidenschaft - eine Leidenschaft entflammt durch Entbehrung und Leiden, verstärkt durch Schmerz. Diese Frauen haben den Schlüssel zu ihrer niemals endenden Romanze entdeckt: Leiden und Schmerz." (S. 224) Aber wie eine Frau selbst sagte: "Wir würden uns nicht noch einmal in der wirklichen Welt mögen". (Isenberg 1991, S. 227). In einem Fall dauerte die Ehe mit einem begnadigten zu lebenslänglich Verurteilten nur zwei Jahre nach seiner Entlassung! (S. 227)

## Literatur

- Ainsworth, M.D.S. u.a. (1974): Infant-mother attachment and social developmental socialisation as a product of reciprocal responsiveness to signals; in Richards, Martin P. (Hrsg.): The integration of a child into a social world; London 1974 Cambridge University Press
- Ainsworth, M.D.S. (1978): Affective aspects of the attachment of infant to mother: Individual differences and their correlates in maternal behavior; Symposium on Emotional Development in Infants; Washington, D.C., February 14, 1978
- Axelrod, R. (1991): Die Evolution der Kooperation München: R. Oldenbourg
- Feeney, I. & Noller P. (1990): Attachment style als a predictor of adult romantic relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 1990, Vol. 58, Nr. 2, S. 281-291
- Füllgrabe, U. (1993/94): TIT FOR TAT- Die Erfolgsstrategie im Spiel des Lebens Magazin für die Polizei, Nov. 1993 - März 1994
- Füllgrabe, U. (1996): Die Beziehungsfalle Magazin für die Polizei, April 1996, S. 14-22
- Isenberg, S. (1991): Women who love men who kill. New York: Simon und Schuster
- Simpson, J. A. u. a. (1992): Support Seeking and Support Giving Within Couples in an Anxiety - Provoking Situation: The Role of Attachment Styles. Journal of Personality and Social Psychology, 1992, Vol 62, Nr. 3, 434-446