

# Bindungsarten, Christiane Geiser, 1999

*Entstanden als Teil des Dialog-Schreibprojekts, siehe Kapitel I*

Obwohl wir ja auch die Charakterstrukturen als „verdichtete Interaktionserfahrungen“ beschreiben, führen sie doch in der Praxis oft zu einer Betrachtung der Strukturierung einer individuellen Person. Auch das energetische Denken kann uns dazu verführen, energetische Phänomene in einer Person drin zu studieren. Mir kommt vor, dass wir in dem Modell der Bindungsarten im Moment die konsequenteste Formulierung weg vom Individuumszentrierten hin zu einem relationalen Ansatz haben. Grundsätzlich ist die Art und Weise der Bindung im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit, oder genauer gefragt: wie kriegen die beteiligten Personen innerhalb eines „Beziehungslebewesens“ es hin, diese und keine andere Art von Bindung miteinander zu konstruieren. Stern sagt ja schon: die beobachtete Einheit ist nicht „das Baby“, es gibt kein „Baby an sich“. Die beobachtete Einheit ist die Mutter-Kind-Einheit. Nicht der Entwicklungsprozess „des Babys“ wird beschrieben, sondern des Babys in Beziehung zu der Welt mit dem Baby drin. Diese Art zu denken ist ungewohnt und auch für uns immer wieder herausfordernd. Wechselwirkungen, wechselnde Identitäten zu beschreiben, relationale Zusammenhänge, „soziozentrische“ statt „egozentrische“, würde Maureen sagen. Individuen wandern nicht durchs Leben und werden von anderen und von der Umgebung „geprägt“, sie formen ihrerseits, handeln, das hat Folgen, die Wechselwirkung ist ständig und unauflösbar zugegen.

„Bindung“ ist in unserer Sprache ein Unterkapitel von „Beziehung“. In Beziehung sind wir immer. Eine bestimmte Bindung zwischen Menschen ist eine distinkte, beschreibbare Form, zu der alle daran Beteiligten beitragen, aktiv, sie erstellen diese Form miteinander. Wir können einige auswählen und beschreiben, vor allen die, die Entwicklungsmöglichkeiten begünstigen, die wir in unserer Kultur häufig antreffen und die wir deshalb auch in der Praxis gut brauchen können.

Zwei Wahrnehmungsstränge können dabei hilfreich sein: einmal die Ausrichtung auf die Entwicklungsgeschichte, die Reifung, das innere und äussere Alter. Dann als zweites die Vorstellung von grösseren Gebilden, in die wir hineingeboren werden, die uns formen und wir sie, die jetzt gerade mit all den kulturellen, politischen, religiösen Einflüssen und ihren Rollenmodellen und Identitätsangeboten präsent sind, mit ihrer Vergangenheit und ihrer Zukunft.

So können wir z.B. anschauen, wie eine „gute“, „richtige“ „typische“ Bindung zwischen einem sehr jungen Säugling und seiner Mutter, zwischen einem hellwachen, neugierigen 2jährigen und seinem Vater und zwischen zwei 10jährigen aussieht. Dasselbe können wir uns in der Therapie fragen, wenn ein erwachsener Klient sich innerlich wie ein Baby fühlt und mit diesem (oft unklar geäusserten) Bindungswunsch zu seiner Therapeutin kommt. Viel Zeit verstreicht dann oft mit Suchen und Tasten und Probieren, und dann auf einmal macht es „klick“ zwischen den beiden, die richtige Haltung ist gefunden (Liegen, Einrollen und gehalten Werden), die richtige Stimmlage (murmeln, summen), die altersangemessene Verteilung von Pflichten (Klient muss nicht mehr auf die Uhr schauen oder sich sonst kümmern) – für eine Weile ist die angemessene Bindungsart gefunden. Für eine Weile, dann beginnt oft das Suchen von vorn. Es ist oft ungeheuer „stimmig“ oder „richtig“, vor allem in Situationen mit hoher Ambivalenz, wenn klar wird, worum es geht und beide aktiv die passende Bindungsart einnehmen können. Beispiel aus einer Gruppe, einem grösseren Beziehungslebewesen: ein Ausbilder hält einen Theorievortrag, und die angemessene Bindungsart für die TeilnehmerInnen für so ein Ziel, wenn es ein gemeinsames wäre, wäre

die, in die SchülerInnenrolle hineinzugehen für eine begrenzte Zeit. Oft befinden sich aber mehrere gleichzeitig in irgendeinem Wert- oder Leistungseinbruch und können gar nicht diese Rolle einnehmen, sodass erst auf einer jüngeren Bindungsart damit umgegangen werden muss, bevor es weitergehen kann mit der Theorie.

Das Bindungsarten-Modell ist einerseits die klientenzentrierte Antwort auf die Frage, wieso wir den psychoanalytischen Übertragungs-Gegenübertragungsbegriff nicht verwenden wollen. Wir haben damit eine eigene Theoriebildung über Beziehung in der Zeit, über den Einfluss des historisch Gewordenen und des kulturellen Erbes. Ausserdem haben wir mit diesem Modell einen Blickwinkel für grössere Einheiten, für das „Wir“, eine Strukturierungsmöglichkeit, die auch ausserhalb der Psychotherapie von Nutzen sein kann.