



Das neue Bild von Bindung

Elternsein ist Knochenarbeit. Ein Vogelpaar muss im Minutentakt fliegen und Würmchen um Würmchen in die Schnäbel der Kleinen stopfen. Und menschliche Eltern müssen bei dem kleinen Paul immerhin 4000 Windeln wechseln, bevor diesem zum ersten Mal das Wort »Danke« über die Lippen purzelt. Wie motiviert die Natur Eltern dazu, sich für ihren Nachwuchs so ins Zeug zu legen?

Die Antwort heißt Bindung. Bindung ist die geheime Macht, die Eltern dazu bringt, alles stehen und liegen zu lassen, um für ihre Kleinen zu sorgen. Bedingungslos.

Bedingungslos? Die Natur scheint das anders zu sehen. Wenn Schwalbeneltern ihren Nachwuchs im Nest mit leckeren Fliegen versorgen, so steuern sie als Erstes die Schnäbel mit der intensivsten Färbung an – das in die Schleimhäute eingelagerte orangefarbene Karotin ist ein Zeichen für Vitalität und Gesundheit.

Auch beim Menschen scheint es Kleingedrucktes zu geben. Das Band zwischen Mutter und Kind jedenfalls ist nicht immer gleich stark, ja und manchmal, da klappt Bindung überhaupt nicht.

Die Frage nach den Zutaten

An was liegt das? Welche Zutaten braucht Bindung? Eine glückliche Schwangerschaft? Die mütterlichen Hormone? Die magische erste Stunde nach der Geburt? Wie kommt es dann, dass sich Eltern durchaus erfolgreich auch an ein adoptiertes Kind binden können? Überhaupt: Was hat Bindung mit Mutterliebe zu tun? Und was können Eltern tun, um die Bindung zu stärken?

Bindung in aller Munde

Ein Experiment, das heute Tierschützer auf den Plan rufen würde, leitete in der Nachkriegsära ein neues Zeitalter ein. 1958 trennt der Verhaltensforscher Harry Harlow junge Rhesusaffen von ihren Müttern und lässt sie mit künstlichen »Mutterattrappen« aufwachsen. Die einen Äffchen bekommen ein Drahtgestell mit einem Kopf aus Holz in ihren Käfig, die anderen ein ähnliches, allerdings mit weichem Plüsch gepolstertes Modell. Der Clou: Während das Plüschmodell keine Nahrung spendet, sind am Drahtgestell auf Brusthöhe Milchflaschen angebracht, aus denen sich das kleine Äffchen nach Belieben bedienen kann. Nach einigen Monaten bringt Harlow die Affen jeweils in eine furchtauslösende Situation: Ein trommelschlagender Roboter-Bär wird zu ihnen in den Käfig gelassen! Die mit der Plüschattrappe großgezogenen Äffchen suchen fiepend Schutz bei ihrer »Plüschmutter«. Die mit der milchspendenden Drahtmutter aufgewachsenen Äffchen dagegen kauern sich in eine Ecke oder erstarren einfach, wo sie gerade sind. Sie haben offensichtlich trotz der Milchspenden keine emotionale Bindung zu ihrer »Mutter« entwickelt.

Das Experiment erschütterte das Fundament der Psychologie. Schließlich stand das Ergebnis in krassem Widerspruch zu den Annahmen der damals führenden Denkschule in der Psychologie, dem Behaviorismus. Nach dessen Auffassung ist jedes Verhalten anerzogen – sei es durch Strafe oder durch Belohnung. Und entsprechend gingen die Behavioristen – die ihre Erkenntnisse über den Menschen originellerweise vor allem aus Experimenten mit Ratten und Hunden gewannen – davon aus, dass Säuglinge deshalb an ihre Pflegepersonen gebunden seien, weil diese sie ja dauernd mit leckerer Milch »belohnen«.

Besonders ein junger britischer Arzt war von dem Experiment ange-tan, John Bowlby. Schließlich bot es eine Erklärung für eine Beobach-

tung, die sein Kollege René Spitz in Waisenhäusern gemacht hatte. Obwohl es den Kindern in diesen Heimen an »nichts fehlte« – weder an Platz, Sicherheit, Sauberkeit noch an Essen, Trinken und Licht –, gediehen sie nicht und starben massenhaft. Vielleicht, so fragte sich Bowlby, werden Babys mit einem Bedürfnis nach *Bindung* geboren, die für sie so wichtig ist wie die tägliche Milch?

Plötzlich war Bindung in aller Munde. Staunend wurde wiederentdeckt, dass nicht nur die Fläschchentemperatur zählt, sondern auch die Temperatur der Beziehung. Längst als antiquiert angesehene Praktiken wurden neu belebt, wie etwa die, das Bettchen des Neugeborenen ins Zimmer der Mutter zu stellen – in der Sprache der 1960er Jahre »rooming in« genannt. Und auch die mütterliche Brust, die in den Wirtschaftswunderjahren fast ausschließlich dekorativen Zwecken diente, wurde jetzt wieder vermehrt zum Stillen gereicht.

Ein simples Konzept

Auf den ersten Blick scheint Bindung ganz einfach zu funktionieren: »Versuche zu deinem Versorger eine möglichst feste Bindung herzustellen«, scheint die Natur allen Neugeborenen einzuflüstern, »denn sonst verhungerst du oder wirst von einem hungrigen Raubtier aufgefressen.« Jedes Neugeborene schaut sich also zunächst einmal in der großen, kalten Welt um: Wo ist denn hier mein schützender, Wärme und Nahrung spendender Versorger? Gänse folgen dabei einem ganz einfachen Programm. Sie schließen sich nach dem Verlassen der Eierschale dem ersten Objekt an, das sich bewegt und regelmäßig Laute von sich gibt. In der freien Wildbahn ist das natürlich die Mutter, aber das kann auch ein Konrad Lorenz sein oder, wenn es dumm läuft, auch ein Rasenmäher. Ein solches, nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip ablaufendes, auf immer den gleichen Reiz eingestelltes Bindungsprogramm wird als *Prägung* bezeichnet.

Auch bei der Bindung von Menschenbabys spielen Instinkte eine Rolle, das Programm ist aber weitaus weniger festgelegt als bei den Gänsen. So sind Menschenkinder zumindest in den ersten Monaten noch recht flexibel, was die Wahl der Bindungsperson angeht. Sie binden sich an diejenige Person, die am meisten verfügbar ist. Zunächst »merken« sie sich diesen Menschen vor allem über den Geruch, bald schon auch über den Gesichtssinn. Sind mehrere versorgende Personen verfügbar, so wissen sie das zu nutzen: Sie binden sich an die am verlässlichsten auftre-

tende Person am stärksten – sie wird ihre Hauptbindungsperson. Aber sie lassen sich auch von anderen vertrauten Personen stillen, beruhigen und versorgen. Und selbst wenn die hauptsächliche Bindungsperson wechselt, so folgt die Bindung zumindest in den ersten Lebensmonaten nach, d.h. das Baby stellt sich ohne größere Probleme auf die neue Schutz- und Versorgungsinstanz ein.

Dieses *Attachment*, wie die Bindung des Kindes zu seinem Versorger genannt wird, ist sozusagen die erste Lebensversicherung des neuen Erdenbürgers. Kein Wunder, dass sie flugs nach der Geburt beginnt und ohne Wenn und Aber abläuft. Das Kind stellt keine Bedingungen – ja, es identifiziert sich sogar mit recht zweifelhaften elterlichen Gestalten, »als habe es diese unter Tausenden selbst ausgewählt« (A. Wahlgren).⁵³

Bindung als Problem

Und genau das kann zum Problem werden. Ein Kind bindet sich an diejenige Person, die am meisten verfügbar ist – unabhängig von der Qualität der Zuwendung. Voller Erschütterung hatte das schon Harlow bei seinen Experimenten mit Affen beschrieben. In einem Experiment wurden Affenmütter, die ohne Kontakt zu ihrer Gruppe aufgewachsen waren und deshalb den Umgang mit Babys nicht erlernt hatten, nach der Geburt ihrer Babys beobachtet: »Eine Sache, die das Herz des Versuchsleiters sehr stark berührt hat, waren die verzweifelten Versuche dieser Babys, den Kontakt zu ihren unnormalen Müttern aufzubauen. Diese haben ihre Jungen geschlagen, sie weggestoßen. Die Kleinen haben immer und immer wieder versucht, Kontakt zu bekommen. Die Mütter haben die Gesichter der Kleinen gegen den Boden gedrückt. Die Kleinen haben sich freigekämpft und haben sofort noch einmal versucht, den Kontakt herzustellen. Die Stärke, die Beharrlichkeit und die Mühe, die in den Forderungen der Jungen lagen und die darauf folgende Strafe haben auf die nicht eben zimperlichen Versuchsleiter einen dermaßen tiefen Eindruck gemacht, dass sie es kaum ausgehalten haben, dieses unnatürliche Verhalten weiter zu beobachten.«

Genau diese Problematik ist von vernachlässigten Kindern bekannt: Die Bindung der Mutter zum Kind kann komplett abreißen – die des Kindes zur Mutter nicht. Die Bindung des Kindes zu seiner versorgenden Bindungsperson ist also *kein* Liebesverhältnis – es ist eine angeborene Zwangsbindung.

Wozu Bindung?

Die Welt ist ein gefährlicher Ort. Da sind leckere kleine Geschöpfe, seien sie Mensch oder Tier, an einer Art psychischen Leine gut aufgehoben. Diese sorgt sozusagen dafür, dass keines von ihnen im Urwald verloren geht. Immer wenn die Leine zu weit gedehnt wird, bekommt es eines der beiden Individuen an den Enden der Leine mit der Angst zu tun. Geht das Kind zu weit weg, so schiebt die Mutter Panik. Entfernt sich die Mutter zu weit, so zieht das Baby seinerseits an der Leine, um seine Mutter wieder auf Fühlung zu bringen: Es weint, trotzt oder charmiert.

Dass Bindung aber nicht nur dem Schutz dienen kann, zeigen schon die beschriebenen Verhältnisse in den Kinderheimen. Die Kinder *hatten* Schutz – und wollten trotzdem nicht gedeihen. Zu was ist Bindung also noch gut?

Einen Hinweis geben die in Nestern oder Bauen aufwachsenden Säugetiere. Ohne dass sich die Mutter ganz handgreiflich um die körperlichen Funktionen des Nachwuchses kümmert, läuft bei diesen kleinen Säugern im wahrsten Sinne des Wortes gar nichts. Kleine Mäuschen etwa können nur dann ihre Blase und ihren Darm entleeren, wenn die Mutter sie leckt. Werden sie nicht regelmäßig abgeschleckt, verenden sie. Auch das Wachstum hängt bei praktisch allen Säugetieren von Berührungen durch die Mutter ab (dass dies auch für den Menschen gilt, werden wir in Kapitel 12 sehen). Neben den rein körperlichen Funktionen scheinen Berührungen aber auch die emotionale Entwicklung und die Organisation des Gehirns zu beeinflussen. So dämpft Streicheln bei allen untersuchten Säugetierarten die Stressreaktionen.²⁹⁴ Aus Rhesusäffchen, die von ihrer Mutter wenig geschleckt werden, werden nervöse, ängstliche Gesellen.²⁹⁵ Das gilt auch für menschliche Kinder: Babys, die zu wenig Zuwendung bekommen, können in ihrem späteren Leben Belastungen nur schlecht wegstecken.²⁹⁶ Somit ist Bindung nicht nur eine Lebensversicherung, sondern bildet auch die *Leitplanken für die körperliche und emotionale Entwicklung*.

Bindung ist aber noch mehr. Über das Bindungssystem lernt das Kind die Koordinaten seiner sozialen Welt kennen. Am Bindungssystem liest das Baby ab, ob sein soziales Netz verlässlich ist oder nicht und ob sich die Menschen seiner Umwelt etwa mit Freundlichkeit oder Aggressionen begegnen. Und es lernt, wie es mit diesen Menschen umgehen muss, damit es beachtet und versorgt wird. Bindung ist damit auch eine *Plattform für das soziale Lernen*.

Bindung – von den Eltern aus betrachtet

Wie aber stellt sich die Sache von der anderen Seite der Eierschale aus betrachtet dar? Wie bindet sich die Mutter an ihr Kleines?

Dieses *Bonding*, wie es genannt wird, wird oft als Spiegelbild des kindlichen *Attachments* gesehen. Warum auch sollte eine Mutter ihr Ungeborenes mit großem Aufwand austragen, wenn sie sich nach der Geburt nicht bereitwillig und bedingungslos an das kleine Geschöpf bindet? Sollte die Natur nicht auch den Eltern dasselbe robuste, intuitive und bedingungslose Programm auf die Festplatte gespielt haben wie ihren Kleinen?

Es scheint nicht so zu sein. Schaut man sich in der Natur um, so wärmt uns die elterliche Bindung nicht immer das Herz: Die Panda-bärenmutter, die häufig Zwillinge gebiert, ignoriert das Kleinere der beiden. An das andere bindet sie sich und versorgt es »liebervoll«. Rattenmütter entfernen die schwächsten Babys ihres Wurfs einfach aus dem Nest, die Kleinen verdursten. Hunde entledigen sich schwacher Welpen, indem sie sie immer wieder von den Zitzen wegstoßen. Storcheltern mit einem großen Gelege bringen die am langsamsten wachsenden Storchbabys um. Beim Schreiadler sorgt der Nachwuchs selbst für die nachträgliche Geburtenkontrolle: Die Schwächsten werden von den Stärkeren einfach aus dem Nest gestoßen – unter den Augen der Eltern. Im Tierreich scheint es also nach der Geburt eine Zeit lang wie auf einem Basar zuzugehen. Die Kleinen werden geprüft, vermessen, gewogen, und je nach ihrem »Wert« wird dann investiert – oder die Ware zurückgelegt.

Bindung mit der Stoppuhr

Bei manchen Arten wird dabei sogar mit der Stoppuhr gearbeitet. Mutterschafe etwa binden sich ziemlich zuverlässig an ihre kleinen Lämmchen – allerdings nur in der ersten Stunde nach der *Geburt*.²⁹⁷ Ein Lämmchen, das ihnen nach dieser Spanne an die Zitzen geht, stoßen sie weg. Für Herdentiere ist das durchaus sinnvoll: Die Muttertiere sind alle zur gleichen Zeit trächtig, und wenn die Kleinen geboren werden, können sie sofort laufen. Das nur kurz »offen stehende« Bindungsfenster verhindert ein heillooses Durcheinander, in dem sich reihenweise frisch geborene Schäfchen am Euter fremder Mütter wiederfinden würden.

Mäuse und andere Arten, die ihre Kinder in Nestern zur Welt bringen, kennen das notorische Verwechslungsproblem von Herdentieren nicht. Legt man einer Mäusemama fremde Mäuschen ins Nest, so werden sie wie die eigenen versorgt!

Zögerlicher Einsatz?

Da stellt sich bestimmt so mancher Leser die bange Frage: Gilt dieses in vielen Fällen doch recht »unmenschliche« elterliche Bindungsprogramm auch für uns Menschen? Wie und wann kommt elterliche Bindung zustande? Und gibt es dabei Bedingungen? Gelten auch beim Menschen die Gesetze des Basars?

Um darauf Antworten zu finden, muss zuerst eine andere Frage beantwortet werden: Wie kann Bindung beim Menschen überhaupt gemessen werden?

Wie misst man Bindung?

Frägt man eine Mutter, wie fest sie sich an ihren Säugling gebunden fühlt, so wird sie wahrscheinlich mit der Achsel zucken: Was soll das denn heißen? Ob sie ihr Kind liebt? Ob sie sich voll für ihr Kind einsetzt? Interessanterweise herrscht ähnliches Achselzucken bis heute in der Forschung. Ist Bindung ein Gefühl? Eine Einstellung? Oder ein bestimmtes Verhalten?

Mary Ainsworth, eine Mitarbeiterin Bowlbys, machte das »Messen« von Bindung zu ihrem Lebensprojekt. Dabei nahm sie konsequent den Blickwinkel der Evolution ein. Sie ging davon aus, dass sich Bindung am besten überprüfen lasse, wenn eine der typischen »Gefahrensituationen« simuliert wird, die das Leben für ein Baby mit sich bringt: allein gelassen zu werden, und das auch noch mit einem Fremden! Daraus entwickelte sie das Drehbuch für einen etwa 20-minütigen Test, den Fremde-Situation-Test: Eine Mutter begibt sich mit ihrem 12 bis 20 Monate alten Kind in ein unbekanntes Zimmer mit allerlei Spielzeug. Dann kommt eine dem Kind unbekannte, aber freundliche Frau hinzu. Nach drei Minuten verlässt die Mutter den Raum, d.h. sie lässt das Kind mit der fremden Person allein. Nach weiteren drei Minuten kehrt sie zurück. Der Wechsel von Trennung und Wiedervereinigung wird insgesamt zweimal wiederholt. Die Reaktionen des Kindes werden proto-

kolliert und daraus dann der jeweilige Bindungstyp (Bindungskategorie) des Kindes abgeleitet.

Dabei werden vier Bindungstypen unterschieden: sicher gebundene, unsicher vermeidend gebundene, unsicher ambivalent gebundene und unsicher desorientiert gebundene Kinder.⁵⁴ In den meisten Untersuchungen fallen etwa zwei Drittel der Kinder in die sicher gebundene Kategorie.

Eltern werden nicht überrascht sein, dass ein solcher Test seine Tücken hat. Je nach Tagesform und Alter reagieren Kinder sehr unterschiedlich auf die künstliche Umgebung und die Trennung von der Mutter. Auch haben manche Kinder mehr »Übung« mit Trennung als andere. Und dann: Wie Kinder auf Trennung reagieren, hat auch etwas mit ihrem Temperament zu tun – manche Kinder fallen schon auseinander, wenn die Mutter nur einmal wegschaut. Es verwundert also nicht, dass der Fremde-Situation-Test selbst bei Bindungsforschern auf einige Skepsis stößt.⁵⁵

Bindung im echten Leben

Immerhin lässt sich so viel sagen: Ganz grob stimmen die im Labor gemessenen Bindungstypen auch mit dem Verhalten der Kinder im echten Leben überein – selbst wenn der Charakter der Kinder da oft ein ähnlich gewichtiges Wort mitredet. »Sicher gebundene« Kinder sind auch in sozialen Situationen im Kindergarten selbstsicherer, und sie gliedern sich eher in den Klassenverband in der Schule ein. »Unsicher gebundene« Kinder dagegen spielen im Kindergarten lieber allein. »Unsicher ambivalent gebundene« Kinder versuchen oft die Bezugsperson zu kontrollieren und fordern ständige Aufmerksamkeit. In der Schule gibt es nicht selten Auseinandersetzungen mit Gleichaltrigen.

Wie kommen die unterschiedlichen Bindungsmuster zustande? Bedeuten die unterschiedlichen Bindungsmuster, dass es gute Eltern und Rabeneltern gibt? Und wenn die sichere Bindung der Normalfall ist, ist sie dann auch der *Ideal*fall – und die unsicheren Bindungstypen etwa krankhaft? Und bedeuten die beobachteten Unterschiede, dass aus sicher gebundenen Kindern »mal was wird«, aus unsicher gebundenen dagegen nichts? Willkommen in der Bindungsdiskussion.

Die Bindungsdiskussion

»Bindung« ist ideologisch vermintes Gelände. Das Bindungskonzept musste herhalten, um die Frau am Herd gegen die Mutter am Arbeitsplatz in Position zu bringen, und feierte noch bis vor Kurzem in der Diskussion um den Ausbau der Krippenplätze fröhliche Urstände. Die einen gingen davon aus, dass Kinder mangels Förderung durch qualifizierte Fachkräfte auf dem Schoß der Mutter verblöden, die anderen, dass sie in Krippen bei lieblosen Ersatzmüttern emotional verkümmern. Nähern wir uns dem Schlachtengetümmel deshalb mit der gebotenen Vorsicht. Zuerst einmal: Was weiß die Wissenschaft heute über Bindung?

An wen binden sich Babys?

Wie wir gesehen haben, stützte sich die Bindungsforschung in ihren Anfangsjahren vor allem auf Beobachtungen an Rhesusaffen und Schimpansen – beides Arten, bei denen es ausschließlich die *Mutter* ist, die für den Nachwuchs sorgt. Und das mit einer – im Regelfall – sprichwörtlichen Hingabe, der »Affenliebe«. Schimpansen sind sogar dafür bekannt, dass sie selbst noch ihre toten Babys tagelang mit sich herumtragen! Leicht verständlich, dass Bindungsforscher zunächst einmal auch beim Menschen die Mutter als den »natürlichen« und möglicherweise ausschließlichen Bindungspartner des Kindes ansahen.

Was dazu nicht passte, waren die Berichte der Ethnologen. Bei den Efe in Zentralafrika etwa werden die Säuglinge von vielen Müttern gestillt, pro Stunde wechseln die Babys vier- bis achtmal zwischen Betreuungspersonen.³⁰⁰ Rechnet man die »Betreuungszeiten« zusammen, so kümmern sich unter dem Strich andere Frauen oft länger um ein Kind als dessen eigene Mutter. Auch in anderen Völkern sind Babys keineswegs nur auf ihre Mutter bezogen, sondern werden ganz selbstverständlich von anderen mitversorgt – von Vätern, Geschwistern, Großeltern oder anderen Clanmitgliedern. Ein neuer Blick auf die menschliche Bindung lag also nahe – zumal inzwischen auch im Westen Familienmodelle entstanden waren, die mit dem traditionellen Mutterbild wenig zu tun haben.

Flexible Babys

Wie wir schon festgestellt haben, sind zumindest junge Babys recht flexibel – sie trinken in den ersten Monaten ohne Weiteres an der Brust einer anderen Frau und lassen sich zumindest von den bekannten Menschen ihrer Umgebung beruhigen. Das Bindungsprogramm des Babys ist also – anders als etwa das der Menschenaffen – *nicht auf eine einzige Bindungsperson zugeschnitten*. Und das macht evolutionsbiologisch Sinn. Denn im Gegensatz etwa zum Schimpanse ist es für den menschlichen Nachwuchs nicht nur wünschenswert, sondern entscheidend, dass sich neben der Mutter auch andere Helfer an der Pflege und Erziehung beteiligen (vgl. Kapitel 14 E&A).

Die Bindungen zu den verschiedenen Betreuungspersonen können sich dabei in ihrer Art und Qualität durchaus unterscheiden – ein an seine Mutter sicher gebundenes Baby kann an seinen Vater unsicher gebunden sein, und umgekehrt.³⁰¹ (Auch das unterstreicht, wie problematisch es ist, Kinder pauschal in »sicher gebundene« und »unsicher gebundene« einzuteilen!)

Das heißt aber nicht, dass das Bindungsprogramm des Menschenkindes wahllos wäre. Denn schon nach wenigen Wochen – und umso mehr, wenn es müde, krank oder sonstwie gestresst ist – beginnt das Baby *eine* Betreuungsperson zu bevorzugen – meist diejenige, mit der es die meiste Zeit zusammen ist, in der Regel also die Mutter.

Und wenn das Baby älter wird, scheint es noch einmal schärfere Kriterien anzulegen. Etwa ab dem siebten Lebensmonat protestiert es auch gegen vormals gern gesehene Betreuer. Es will sich jetzt nur noch von seiner hauptsächlichen Bindungsperson versorgen und tragen lassen. Auch Trennungen werden nun immer schwieriger. Während sich Säuglinge in den ersten Lebensmonaten bei guter »Ersatzpflege« rasch von einer Trennung von der Hauptbindungsperson erholen, zeigen ältere Säuglinge ab etwa acht bis zehn Monaten auch bei der besten Ersatzbetreuung anhaltende Zeichen der Depression.

Und die Väter?

Dass auch Männer von Natur aus als »Bindungskandidaten« vorgesehen sind, zeigt sich schon an ihren körperlichen Reaktionen. Während der Schwangerschaft ihrer Partnerinnen steigt in ihrem Blut der Spiegel des eigentlich für das Stillen notwendigen Hormons Prolaktin deutlich

an, gleichzeitig fällt das »Männlichkeitshormon« Testosteron ab. Dasselbe wird auch bei den (sehr wenigen) Primatenarten beobachtet, bei denen der Vater bei der Pflege des Nachwuchses mitmacht, etwa bei den Marmoset- und den Tamarin-Affen. Und auch nach der Geburt gilt: Je mehr sich Väter mit ihren Kindern befassen, desto höher steigt der Blutspiegel des Prolaktins an. Und das Testosteron fällt beim Menschenmann nach der Geburt um satte 30 Prozent ab!³⁰²

Auch die Babys lassen sich vom Geschlecht ihrer Betreuer nicht beirren. Sie bauen ohne Weiteres auch zu Männern eine Bindung auf. Wenn es ein Mann ist, der die verlässlichste Pflegeperson in Reichweite abgibt, so »wählen« sie ihn auch als hauptsächliche Bindungsperson aus.

Welche Zutaten braucht die Bindung?

Gleich vorweg: Die Forschung kann nicht konkret sagen, warum Bindung im einen Fall so läuft und im anderen Fall so. Sie kann aber Einflüsse benennen, die bei der Bindung generell eine Rolle spielen. Die Ergebnisse in knappen Worten.

Zutat 1: Die Instinkte

Erwachsene haben in unterschiedlichem Ausmaß ein angeborenes Interesse an kleinen Kindern.

Ein Teil dieses Interesses beruht auf einem tief in der menschlichen Natur (und ebenso in der Natur anderer Tierarten) verankerten Reflex: Erwachsene finden Kinder – angeborenerweise – einfach »süß« und fühlen sich durch sie in ihrer Beschützerrolle angesprochen. Dabei spielt das Aussehen eine fördernde Rolle, insbesondere das sogenannte »Kindchenschema« (vgl. Kapitel 10 E&A): der Babyspeck, die süßen Kuller Augen, der große Hinterkopf und das kleine Näschen.

Vergleicht man Männer und Frauen, so ist das Interesse der Frauen an Babys zwar nicht in jedem Einzelfall, aber im Durchschnitt stärker als das der Männer. Bei manchen (darunter wiederum mehr Frauen als Männer) geht diese »intuitive Pflegebereitschaft« so weit, dass sie den Umgang mit Säuglingen als *befriedigend* erleben und sich auch mit fremden Säuglingen gerne abgeben.

Das könnte etwas mit *Vorerfahrungen* zu tun haben – wer als Kind viel mit Babys zu tun hat, findet den Umgang mit Säuglingen in der Regel weniger aufreibend und damit »belohnender« (vgl. Kapitel 14). Tatsächlich suchen vor allem Mädchen aktiv nach solchen Vorerfahrungen – das Spielen mit Puppen ist sozusagen das Präludium dazu.

Es gibt sie also, die gerne angeführten »Mutterinstinkte« – aber sie sind weder auf die Mutter beschränkt noch reichen sie als alleinige Zutat zur Bindung aus.

Zutat 2: Die Hormone

Die Mutter wird während der Schwangerschaft hormonell auf die Geburt und das Stillen vorbereitet. Ihr Becken wird lockerer, ihre Brüste stellen sich auf die Milchproduktion ein (dass auch Väter in der Schwangerschaft ihrer Partnerin hormonell mitreagieren, wurde bereits erwähnt). Von Säugetieren wie etwa Mäusen ist zudem bekannt, dass die Hormone auch »mütterliches« Verhalten direkt auslösen – durch eine künstliche Infusion von Hormonen lässt sich aus einer zickigen Teenager-Maus tatsächlich eine fürsorgliche Mäusemama machen.³⁰³

Dieser alte Hormontrick der Natur scheint aber beim Menschen eine weitaus geringere Rolle zu spielen – jedenfalls hängt »mütterliches« Verhalten weder direkt mit den Hormonspiegeln im Blut zusammen noch reichen die Hormonveränderungen aus, um für sich allein »mütterliches« Verhalten auszulösen. Eine Frau wird nicht »hormonbedingt« zur Mutter! Und das Beispiel von Adoptionen zeigt, dass Bindung auch ganz ohne die hormonelle Vorbereitung durch die Schwangerschaft zustande kommen kann.³⁰⁴ Welche Rolle spielen dann »die Hormone«? Die Wissenschaft bleibt eine klare Antwort letztendlich schuldig. Aber so viel kann immerhin gesagt werden: Das Stillen scheint – wir werden gleich darauf zurückkommen – ein entscheidender Schritt in der Bindungskaskade zu sein. Und zumindest hier spielen Hormone offenbar eine »belohnende« oder »verstärkende« Rolle.

Zutat 3: Die gemeinsame Geschichte

Die wohl wichtigste Zutat zur Bindung ergibt sich aber auf dem gemeinsamen Weg. Es sind die vielen emotionalen Erfahrungen, die eine Mutter mit ihrem Kind bei der alltäglichen Begegnung macht. Hier scheinen