

## Bindungstypen

Die Bindungstheorie geht auf JOHN BOWLBY und MARY AINSWORTH zurück. Sie unterscheidet zwischen vier Bindungstypen und bezieht sich primär auf Kinder in fremden Situationen.

Bindungstyp	Abk.	Beschreibung	Verhalten in der Testsituation
Sichere Bindung	B-Typ	Kinder haben eine emotional offene Strategie und verleihen ihren Gefühlen Ausdruck.	Kinder weinen, wenn die Bezugsperson den Raum verlässt. Schreien und wollen ihrer Bezugsperson folgen. Lassen sich nicht von der Testerin trösten. Bei der Rückkehr der Bezugsperson suchen sie Körperkontakt und wollen z.B. auf den Arm genommen werden. So beruhigen sie sich schnell wieder. Sie nutzen ihre Bezugsperson als sichere Ausgangsbasis, von welcher aus sie den Raum explorieren und auch mit der Testerin in Kontakt treten. Diese Situation bedeutet Stress und führt zu erhöhter Cortisol-Produktion. Bei Wiederkehr der Bezugsperson nimmt das Cortisol prompt wieder ab, da die Stressregulierung über die Nähe zur Bezugsperson erfolgt.
Unsicher-vermeidende Bindung	A-Typ	Auffälliges Kontakt-Vermeidungsverhalten. Kinder zeigen eine Pseudounabhängigkeit von der Bezugsperson. Sie beschäftigen sich mit Spielzeug im Sinne einer Stress-Kompensationsstrategie.	Kinder wirken bei der Trennung von der Bezugsperson unbeeindruckt. Zeigen ihre Emotionen nicht offen, sondern versuchen jeden Ausdruck zu vermeiden. Ignorieren die Bezugsperson bei der Wiederkehr häufig. Ziehen die Testerin der Bezugsperson vor. Exploratives Verhalten überwiegt. Situation bedeutet für das unsicher-vermeidende Kind Stress. Regulierung erfolgt nicht über die Bezugsperson. Cortisolspiegel bleibt über mehrere Stunden erhöht.
Unsicher-ambivalente Bindung	C-Typ	Kinder verhalten sich gegenüber der Bezugsperson widersprüchlich-anhänglich.	Kinder wirken bei der Trennung massiv verunsichert, weinen, laufen zur Tür, schlagen gegen diese und scheinen absolut überwältigt vom Trennungsschmerz. Klammern sich bei der Rückkehr der Bezugsperson an diese, lassen sich aber dennoch kaum beruhigen. Auch in Anwesenheit der Bezugsperson interagieren sie kaum mit der fremden Person. Wirken wie hin- und hergerissen zwischen dem Bedürfnis nach Nähe zur Bezugsperson und gleichzeitigem Ärger auf diese Person. Cortisolspiegel bleibt längerfristig erhöht, da keine adäquate Regulierung stattfindet.
Desorganisierte Bindung	D-Typ	Auffällige Verhaltensweisen wie Erstarren, Im-Kreis-Drehen, Schaukeln und andere stereotype Bewegungen sowie völlige Emotionslosigkeit.	Kinder haben keine Verhaltensstrategie in bindungsrelevanten Stresssituationen, um mit der Trennungs- und Wiedervereinigungssituation umzugehen. Die Angst lähmt, lässt sie erstarren und überfordert sie. Vorherrschende Gefühle sind Ohnmacht, Überwältigung, Hilflosigkeit und Kontrollverlust. Dies ist durch sich emotional widersprechende, nicht zu einem einheitlichen Muster integrierbare Bindungserfahrungen begründet. Die Bindungsperson ermöglicht teilweise emotionale Sicherheit, jedoch ist sie auch eine Quelle der Angst. Dieses Verhalten kann unter anderem bei Misshandlung durch die Bezugsperson auftreten. Die Bezugsperson fügt dem Kind lebensbedrohliche Gewalt zu, ist aber gleichzeitig die einzige Person, die das Kind versorgt. Bei diesen Kindern ist der Cortisolspiegel dauerhaft erhöht.