

Folie 1

**Destruktive und heilsame
Bindungen**

Michaela Huber
www.michaela-huber.com

Michaela Huber, 2006

Folie 2

Worüber sprechen wir?

- Destruktive Bindungen sind emotional missbräuchlich, gewalttätig, kollusiv verwickelnd.
- Kinder werden vernachlässigt, verwaist, erleben Gewalt – und können sich nicht ablösen.
- Heilsame Bindungen sind wachstumsorientiert, ermutigend, verlässlich, fördern die Individualität und den Gemeinsinn.
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene erleben Autonomie und sichere Bindung.

Michaela Huber, 2006

Folie 3

Worüber sprechen wir?

- Traumatisierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene haben destruktive Bindungsmuster und dysfunktionale Stressbewältigung gelernt – und sie hängen dran.
- In helfenden Beziehungen reinszenieren sich gelernte Bindungsmuster von beiden – und kollidieren.
- Judith Herman: „Bei der traumatischen Übertragung geht es um Leben und Tod – von beiden.“

Michaela Huber, 2006

Folie 4

Wie untersuchen wir das Thema?

- Bindungssystem und Bindungsstile verstehen. Wie lernen die Kinder das, wie äußert es sich als Jugendliche/r, Erwachsener?
- Bindungsmuster in Misshandlungsfamilien verstehen. Wie sind die Menschen dort verwickelt und wie reinszeniert sich das in helfenden Beziehungen?
- Was hilft beiden Beteiligten, solche Muster zu verändern?

Michaela Huber, 2006

Bindungssystem

- Ein Kind hat ein angeborenes Bindungssystem, das es veranlasst,
- bei Bedrohung die Pflegeperson (Mutter) aufzusuchen, als einen „sicheren Hafen“.
- Auch Kinder, die vernachlässigt und misshandelt werden, sind biologisch gezwungen, sich anzunähern.
- Bindungs- und Verteidigungssystem werden dann gleichzeitig aktiviert.

Michaela Huber, 2006

Bindungsstile

(feststellbar und gut verallgemeinerbar bereits im Alter zwischen 12 und 18 Monaten)

- Sichere Bindung
- Unsicher-vermeidende Bindung
- Unsicher-ambivalente Bindung
- Desorientiert-desorganisierte Bindung

Michaela Huber, 2006

Folie 7

Hohe Übereinstimmung zwischen Bindungsstilen von Mutter und Kind

- Sicher gebundene Mutter hat sicher gebundenes Kind
- Unsicher-vermeidende Mutter (Kind ist lästig, soll pflegeleicht sein...) und unsicher-vermeidendes Kind
- Unsicher-ambivalente Mutter (liebt und hasst das Kind zugleich) und u.a. Kind
- Traumatisierte Mutter – desorganisiertes Kind.

Michaela Huber, 2006

Folie 8

Bindungsstil	Bei Einjährigen vorfindbar in Prozent:	Verhalten in der „Fremden Situation“
Sicher gebunden	60 – 70 Prozent	In der ungewohnten Situation zunächst neugierig; aufgeregt bei Trennung; warme Begrüßung bei der Rückkehr der Mutter; strebt nach Berührung und Trost beim Wiedersehen. Kann s. rasch wieder Spiel zuwenden.

Michaela Huber, 2006

Sichere Bindung bei Jugendlichen und Erwachsenen Adult Attachment Interview

- **F: Free to explore**
- Kann Lebensgeschichte kohärent schildern; bewertet Bindung positiv:
- „Ja, ich weiß, dass ich von anderen abhängig bin, und das ist in Ordnung.“
- „Ja, ich weiß, dass andere von mir abhängig sind, und das ist in Ordnung.“
- „Gleichzeitig bin ich autonom.“

Michaela Huber, 2006

Bindungsstil	Bei Einjährigen vorfindbar in Prozent:	Verhalten in der „Fremden Situation“
Unsicher vermeidend	15 – 20 Prozent <i>(Höchste Menge an Kortisol im Speichel!)</i>	Ignoriert anwesende Mutter; folgt der Mutter mit den Augen, wenn sie das Zimmer verlässt; wendet sich beim Wiedersehen von ihr ab.

Michaela Huber, 2006

Unsicher-distanzierte Bindung bei Jugendlichen und Erwachsenen Adult Attachment Interview

- **D: Dismissing**
- Lebensgeschichte inkohärent geschildert:
 - Idealisierung und/oder viele Lücken
 - Erfahrungen mangelhaft integriert
 - Bindung wird abgewertet:
- „Ich brauche keine/mag keine engen Bindungen“. (Viele Jungen und Männer!)

Michaela Huber, 2006

Bindungsstil	Bei Einjährigen vorfindbar in Prozent:	Verhalten in der „Fremden Situation“
Unsicher ambivalent	10 – 15 Prozent (später häufig bei sog. Borderline-rInnen zu finden: „Ich hasse Dich – verlass' mich nicht!“)	Wenig Neugier; bleibt in der Nähe der Mutter; sehr verzweifelt bei Trennung; ambivalent oder wütend und wehrt sich gegen Mutter beim Wiedersehen.

Michaela Huber, 2006

Unsicher-verwickelte Bindung bei Jugendlichen und Erwachsenen Adult Attachment Interview

- **E: Enmeshed**
- Lebensgeschichte wird inkohärent geschildert, durch irrelevante Details, Ärger über Bindungspersonen, Diskurspassivität („mir wurdeangetan“)
- Widersprüchliche Bewertung der Bindung: „Will es eng, halte es aber nicht aus.“

Michaela Huber, 2006

Bindungsstil	Bei Einjährigen vorfindbar in Prozent:	Verhalten in der „Fremden Situation“
Desorganisiert/ Desorientiert (<i>Bindungs- und Verteidigungs-system gleichzeitig aktiviert</i>)	5 – 10 Prozent Höchste Komorbidität mit Trauma sowie mit unverarbeiteten Verlust- und Traumaerfahrungen der Mutter	Gleichzeitigkeit oder schnelle Aufeinanderfolge von Annäherung und Meidung der Mutter; verwirrt und benommen. = dissoziativ!

Michaela Huber, 2006

Unverarbeitet/traumatisierte Bindung bei Jugendlichen und Erwachsenen im Adult Attachment Interview

- **U: Unresolved**
- Lebensgeschichte äußerst inkohärent geschildert, große Lücken
- Sprachliche Auffälligkeiten wie
- Vergangenes/Traumatisches als Gegenwart; Verstorbene als noch lebend geschildert; lange Schweigeperioden etc.

Michaela Huber, 2006

Beziehungsmuster in dysfunktionalen gewalttätigen Familien

- Despotismus + Laissez-faire ? Chaos
- Bestechung, Erpressung und Ausbeutung, „Verführung“ und Nötigung
- Geiselnahme und (erzwungene) Solidarisierung
- Verrat und existenzielle Einsamkeit
- Entwicklungsstörungen
- Opferung
- Intergenerationelle Weitergabe

Michaela Huber, 2006

Jedes der Bindungsmuster spiegelt
sich in helfenden/
therapeutischen
Beziehungen wider

Sind es Ressourcen der
KlientIn und/oder
therapeutische Übertragungs-
Gegenübertragungs-Fallen?

Michaela Huber, 2006

Erziehungsstil: Chaos

- Kinder müssen „erkannt“ und „anerkannt“ werden (Jessica Benjamin); um eigenständige Persönlichkeiten zu werden. Beides fehlt bzw. ist unzureichend in Chaos-Familien.
- Diese Familien bestehen aus (alleinerziehenden) Müttern, Kind(ern) und abwesenden/wechselnden „Vätern“. Häufig gibt es externe und interne Krisen.
- **Alle sind „klein, impulsiv und bedürftig“.**
- In Chaos-Familien wechselt es unberechenbar von Despotismus zu Laissez-faire ...
- Kinder dissoziieren, vermeiden und suchen Nähe, bekommen Bindungsstörungen.

Michaela Huber, 2006

Chaos als Ressource?

- Irgendwie durchkommen – überleben. Mehr erst mal nicht drin? Krisen über Krisen; Dissoziieren...
- Von der TherapeutIn „erkannt“ werden – und Angst davor...
- Sich (nur ?) auf sich selbst verlassen vs. sich absolut ausliefern.
- Krisenerprobt sein: Was tun, wenn...? (SVV, Abbruch, Suizid...)
- Diverse andere herbeiholen/nutzen können (spalten...)
- Rasche Anpassung an stark wechselnde Atmosphäre, Personen, Emotionen („spiele nur Theater“).
- Früh viele Kompetenzen erworben (Th anders aufgewachsen...)

Michaela Huber, 2006

Bestechung, Erpressung und Ausbeutung

- Unausgesprochene Regel: „Man muss für alles bezahlen.“
- Kinder lernen, Eltern und Geschwister emotional, ggf. auch finanziell, zu erpressen.
- Kinder werden emotional, körperlich und/oder sexuell ausgebeutet.

Michaela Huber, 2006

„Verführung“ und Nötigung

- Kind lernt, dass es kein Nein gibt und Grenzen unberechenbar sind.
- „Verführung“ als Versuch, Kontrolle über die Situation zu bekommen.
- Erwachsene nötigen einander und die Kinder zu grenzüberschreitendem Verhalten.

Michaela Huber, 2006

Erpressung, Nötigung, Ausbeutung, Verführung etc. als Ressourcen ?

- Verhandlungen „à la Mafia“: „Ich habe hier ein Angebot, dass Sie nicht ablehnen können!“
- „Wozu werden Sie bezahlt?!“
- Verführung der TherapeutIn zur Grenzüberschreitung (Setting etc.)
- Kleine Anteile der Th. „vor die Füße“ werfen.

Michaela Huber, 2006

Geiselnahme und (erzwungene) Solidarisierung

- Kinder in Gewaltfamilien sind die Geiseln ihrer Eltern und überlebensabhängig von ihnen. (Harvey Schwartz, 2002)
- Viele entwickeln ein „Stockholm-Syndrom“: Sie solidarisieren sich bewusst mit den Menschen, die sie „gefangen halten“ und fürchten die externen Helfer; sie werden ermutigt, diese zu belügen.

Michaela Huber, 2006

Geiselnahme und (erzwungene) Solidarisierung als Ressourcen ?

- Anträge an die Krankenkasse: Der böse Gutachter...
- „Wir zwei (Opfer) gegen die böse Welt (Täter) da draußen“. Übermäßiges Verständnis; overinvolvement.
- „Keiner versteht uns, die haben ja alle keine Ahnung.“
- Mit schlechtem Gewissen „aneinander hängen“, verwickelt sein und lieber keine Supervision...

Michaela Huber, 2006

Verrat und existenzielle Einsamkeit

- Kind wird von den Menschen, die es sicher behüten und beschützen müssten, emotional verraten und ausgeliefert bzw. grenzüberschreitend und gewalttätig behandelt.
- Je näher der Täter ist, desto mehr Dissoziation (z.B. Amnesie): „Blindheit für den Verrat“ (Jennifer Freyd, 1996)
- Für manche Kinder (z.B. Heim) ist dann „jede Bindungsperson die beste“ oder sie binden sich an niemanden mehr (z.B. Trebe).
- Existenzielles Misstrauen statt Urvertrauen.
- Zynismus: „Alle Menschen sind Arschlöcher.“

Michaela Huber, 2006

Verrat und existenzielle Einsamkeit als Ressourcen?

- Mit anderen KollegInnen schlecht über die PatientIn reden, besonders in Therapie-Krisen.
- KlientIn ist wütend. Th. „Sie haben doch eine Borderline-Störung...“
- Versprechen: „Ich bin jederzeit für Sie da“ kann nicht eingehalten werden.
- Kl. tut daheim das Gegenteil von dem, was sie in der Therapie „versprochen“ hat...

Michaela Huber, 2006

Opferung: Beispiele

- Mutter opfert Tochter.
- Vater opfert Sohn.
- Ältere Geschwister opfern jüngere.
- Kinder opfern sich auf, um Geschwister oder Eltern zu schützen.
- Aussteige-willige Familienmitglieder kehren zurück oder wagen es nicht zu gehen.

Michaela Huber, 2006

Opferung als Ressource ?

- KlientIn bleibt mit ehemaligen Tätern verwickelt und/oder bindet sich an eine/n neue/n.
- TherapeutIn opfert sich für die KlientIn auf und bekommt Burnout etc.
- „Blut ist dicker als Wasser“.
- „Pack schlägt sich, Pack verträgt sich.“

Michaela Huber, 2006

Entwicklungsstörungen

- Durch vorgeburtliche Probleme (Alkoholismus, Rauchen, Abtreibungsversuche...) sowie Vernachlässigung und Verwahrlosung in den ersten 18 (bes. ersten 6) Monaten kommt es zu teilweise erheblichen, auch hirnanorganischen, Entwicklungsschäden (Kleinhirn, Balken, limbisches System...).
- Durch Gewalt: Knochenbrüche, Traumastörungen, Hyperaktivität, SVV, Konzentrations- und Leistungsstörungen, Dissozialität.

Michaela Huber, 2006

Entwicklungsstörungen als Ressourcen ?

- Viele körperliche Diagnosen. Behinderung? Berentung?
- Stress-Verarbeitung: Rasch viel erledigen, weil ohnehin der Zusammenbruch kommt
- Alkoholismus und andere Suchtabhängigkeit (wird nicht erkannt bzw. von Th. bagatellisiert)
- „Lieber Täter als Opfer“. Th. fühlt sich/wird von Kl. viktimisiert.
- Th. bagatellisiert Täterschaft der Kl.

Michaela Huber, 2006

Intergenerationelle Weitergabe

- Studienergebnisse: Zwischen 25 und 42 Prozent der Frauen, die als Kind sexuelle Gewalt erlebt haben, liefern ihre eigenen Kinder männlichen Partnern zur sexuellen Gewaltausübung aus (z.B. Faller, 1989; Green, 1998).
- Zwischen 47 und 70 % der Frauen, die geschlagen wurden, schlagen ihre Kinder (Egeland, 1987; Green, 1998)
- Zahlen bei Männern: 60 bzw. bis zu 80% Ex-Opfer tun es Schwächeren an: Frauen und (eigenen) Kindern.

Michaela Huber, 2006

Intergenerationelle Weitergabe als Ressource ?

- „Da kommt man ohnehin nicht raus.“
- Das Opfer wird immer wieder zum Opfer ? aggressive Opferhaltung: „Wieso soll immer ich was tun? - „Sie/die Gesellschaft sind mir was schuldig.“- „Sie nehmen mir/Ich verliere meine ganze Familie!“
- Versuch, „ganz anders“ zu sein als die eigenen Eltern – und doch ähnlich sein...
- Täterübertragung auf die Th.

Michaela Huber, 2006

Schmerz hilft und Hilfe schmerzt

- Überlebende aus Misshandlungsfamilien lernen, dass „Schmerz hilft“, während externe Hilfe ihnen neue, unerwartete Schmerzen zufügt.
- Nicht ausbeuterische Zuneigung zu erfahren, tut noch mehr weh und wird mit (eigener) Schmerzzufügung beantwortet.
- Das bisherige prekäre Gleichgewicht wird gegen Veränderungen verteidigt.

Michaela Huber, 2006

Schmerzen als Ressourcen ?

- Festhalten an (für Th. dysfunktionalen) Stressbewältigungsmustern, u.a. heimlich
- „Es muss weh tun, sonst hilft es nicht.“
- Sich durch verbales oder körperliches „Zermetzeln“ klein halten hat Zerstörung verhindert.
- Darf es jetzt anders werden? Dann hört ja vielleicht die Bez. zur Th. auf!

Michaela Huber, 2006

Heilsame Bindungen

- Wer traumatisierten Menschen und Familien in Not helfen möchte, wird sich oft (instinktiv) in mancher Hinsicht wie eine „Mutter“ gegenüber einem „Baby“ verhalten:
- Nähe und Distanz modulieren, feinfühlig sein. Freundlich und respektvoll, wertschätzend für die Ressourcen und achtsam für Entwicklungs- und Veränderungspotentiale.
- Gleichzeitig wird Th. die eigene Entwicklung fördern, empathische Abstinenz üben und Inter-/Supervision aufsuchen.

Michaela Huber, 2006

Welche Bestandteile sicherer Bindungsangebote helfen?

1. Herstellen von äußerer Sicherheit
2. Emotionale Aufrichtigkeit und (langfristige) Verlässlichkeit
3. Reorientierende und tröstende Berührung
4. Feinfühligkeit/Rapport
5. Anknüpfen an unterbrochene Kommunikation
6. Gemeinsam entwickelte und (re-)konstruierte Geschichte/n

(Daniel Siegel, 2006)

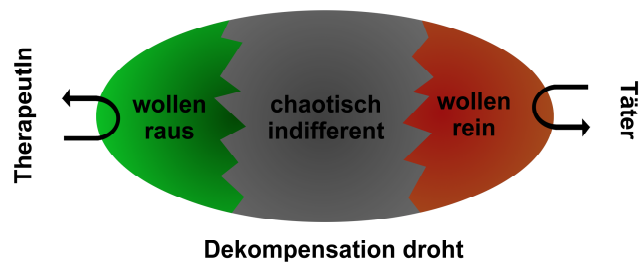
Michaela Huber, 2006

Herstellen äußerer Sicherheit

- Dauert.
- Erfordert erst die Erfahrung der KlientIn, was ein sicheres Bindungsangebot ist.
- Ist ein Tanz: „Vorwärts, rückwärts, seitwärts, ran.“ Besser: Zwei Schritte vor und nur einen zurück...
- Das ganze Persönlichkeitssystem muss „mitgenommen werden“.

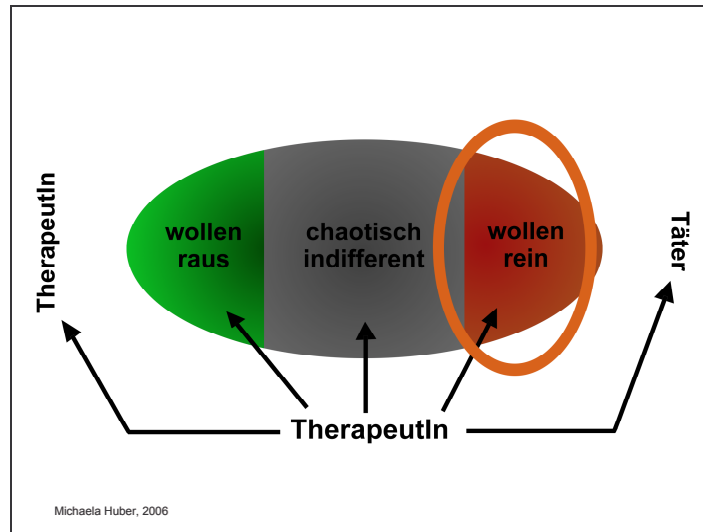
Michaela Huber, 2006

KlientIn mit Täterkontakt



Michaela Huber, 2006

Folie 39



Folie 40

Eigene Täterschaft

- Bei Jungen und Männern grundsätzlich erfragen; bei Mädchen/Frauen vor allem gegenüber anderen Mädchen/Frauen und ihren Kindern.
- Sie zu beenden, hat Priorität – wie soll man das innere verletzte Kind schützen, wenn man ein äußeres Kind verletzt?!
- Familienhilfen; TäterIn aus der Familie nehmen; an Affektkontrolle arbeiten...
- Die Schutzbefohlenen unserer Schutzbefohlenen sind auch unsere KlientInnen!

Michaela Huber, 2006

Vom sadistischen Introjekt zum „Portallöwen“

- Täteridentifizierte Anteile verstehen: Im Moment der höchsten Not hat sich ein Teil der Persönlichkeit mit dem Täter identifiziert.
- Spiegelneurone zwingen zur Aufnahme der bedeutsamen äußeren situativen und personellen Merkmale nach Innen.
- Oft sind TI besonders gequälte Anteile.
- Falsches Modelllernen ? bessere Modelle.
- Böses zurückweisen („Ich bin nicht wie mein Vater“) oder in Grenzen halten („Ich kann auch fies sein“); Selbstverteidigendes und Sinnhaftes verinnerlichen („Nie wieder wehrloses Opfer!“).

Michaela Huber, 2006

Aussteigen – Wie? (1)

- Alle Bindungsmuster überprüfen.
- Erkennen – Anerkennen – Verändern.
- Erst Erfahrung durch gute Beziehung/Therapie. Diese verinnerlichen = gute Introjekte.
- Metaebenen herstellen, kognitive Distanz aufbauen.
- Gleichzeitig gesunde und sichere Alltags-Bindungen aufbauen.

Michaela Huber, 2006

Aussteigen – wie? (2)

- Äußere Distanz zu Tätern herstellen.
- Aktive Kontaktaufnahme vermeiden.
- Wohnung, Telefon, email, Post, Konto schützen/ändern.
- Kontakte zu Geschwistern, Bekannten, Freunden überprüfen.
- Auftauchende Täter und deren Kontaktpersonen abweisen.
- Anzeigen.

Michaela Huber, 2006

Heilsame Bindung ermöglicht Nachreifung

- Viele Menschen und viele Familien haben Ressourcen, die sie oft nicht genug nutzen – HelferInnen sind wie gute Eltern, die ermutigen, anregen, fördern.
- Spielerisches Lernen und erkenntnisfördernde Therapie kompensiert, was durch Traumatisierung (Verlust und Gewalt) nicht erprobt werden konnte.

Michaela Huber, 2006

Es lohnt sich!

- Wie Erfahrungen zeigen, lohnt sich die Mühe:
- Jedes Kind, jede Frau, jeder Mann, die sichere Bindung erfahren, geschützt, geachtet, gefördert werden und lernen, mit Stress angemessen umzugehen, unterbrechen die intergenerationelle Weitergabe von Gewaltstrukturen.
- Junge Mütter gezielt fördern!

Michaela Huber, 2006

Heilsame Bindung fördert:

- Echte Fähigkeit zu genießen.
- Liebe zu geben und zu empfangen.
- Selbstwertgefühl.
- Konzentration und Entwicklung intellektueller Fähigkeiten.
- Empathiefähigkeit.
- Engagement und Gemeinsinn.

Michaela Huber, 2006

Aber es dauert! Dennoch:

- Sich gegenseitig stützen, ist wichtig: Zusammenhalt, Intervision, Supervision, Fortbildungen.
- HelferInnen brauchen selbst gute Bindungserfahrung (und ggf. noch mal eigene Therapie!).
- Kluge und kreative Wege gesucht, Unterstützung zu finanzieren.
- Helfernetze helfen!
- Psychohygiene ist kein Luxus, sondern nötig!
- Traumaaarbeit ist erfolgreich! Also: Haltet durch!

Michaela Huber, 2006