

I. Einleitung

Die vorliegende Arbeit steht im Kontext der Bielefelder Längsschnittstudie (vgl. Grossmann & Grossmann, 1983) und untersucht, wie sich sozioemotionale Einflüsse über den Lebenslauf auf die nunmehr 22jährigen Probanden auswirken. Dabei bildet die Bindungstheorie des englischen Psychoanalytikers John Bowlby (1975, 1976, 1982, 1983, 1995) den konzeptionellen Rahmen, die die emotionale Entwicklung des Menschen als Kern seiner lebensnotwendigen soziokulturellen Erfahrungen betrachtet (Grossmann, Becker-Stoll, Grossmann, Kindler, Maier, Scheuerer-Englisch, Schieche, Spangler, Stöcker, Suess, Wensauer & Zimmermann 2003). Aus dem evolutionär vorgegebenen Bedürfnis des Kleinkindes, Nähe zu seinen engen Bezugspersonen zu suchen und zu erhalten und den Erfahrungen, die es in der Interaktion mit ihnen macht, entwickeln sich allmählich je nach Qualität der Interaktion verschiedene generalisierte Erwartungen an sich, die Interaktionspartner und die Welt, die die Persönlichkeitsentwicklung nachhaltig prägen und bis ins Erwachsenenalter weiterwirken.

Standen anfangs Determinanten und Auswirkungen qualitativ unterschiedlicher Mutter-Kind-Beziehungen im Mittelpunkt wissenschaftlichen Interesses (Ainsworth, 1985a), ist die Forschungsperspektive seit den Anfängen empirischer Bindungsforschung in zweierlei Hinsicht entscheidend erweitert worden: der „move to the level of representation“ (Main, Kaplan & Cassidy, 1985) erlaubte konzeptionell und methodisch, die Bedeutsamkeit von Bindungserfahrungen für Jugendliche und Erwachsene zu untersuchen, und das „wider concept of attachment“ (Grossmann & Grossmann, 1990) rückte deren beträchtlichen Einfluss auf die Explorationsqualität (und damit auf die Bewältigung von Anpassungsleistungen, von Entwicklungsaufgaben und Belastungen) ins Blickfeld. So wurden im Rahmen des Bielefelder Längsschnitts zuletzt Zusammenhänge von Bindung zu Wahrnehmung (Maier, 2000) und zur Entwicklung adaptiver Perspektiven untersucht (Kieslinger, 2001; Winter & Grossmann, 2002) sowie die Rolle des Vaters auf die sozioemotionale Entwicklung (Kindler, 2002).

Hingegen befasst sich die vorliegende Arbeit schwerpunktmäßig mit einem klassischen Thema der Bindungsforschung: der Kontinuität von Bindungserfahrungen ins junge Erwachsenenalter. Im folgenden Einleitungsteil werden hierzu zunächst Begrifflichkeit und Grundkonzepte der Bindungstheorie kurz dargestellt, mit besonderer Berücksichtigung des Konzepts des Inneren Arbeitsmodells als zentrale bindungstheoretische Heuristik der Bindungstradierung. Anschließend wird anhand der in der Längsschnittstudie untersuchten

Altersstufen die Entwicklung von Bindungsbeziehungen und Bindungsrepräsentation über den Lebenslauf skizziert und jeweils empirische Zusammenhänge zu Bindungssicherheit und –unsicherheit referiert. Theoretische Erörterungen zur Kontinuität bzw. Diskontinuität und eine Zusammenfassung bisheriger Befunde der Bielefelder Längsschnittstudie bereiten den Boden für die Darstellung von Untersuchungsmethodik und Ergebnissen.

1. Bindungstheoretische Grundlagen und Konzepte

1.1 Charakter und Natur von Bindung

„Bindung (attachment) ist die besondere Beziehung eines Kindes zu seinen Eltern oder Personen, die es beständig betreuen. Sie ist im Gefühl verankert und verbindet das Individuum mit der anderen, besonderen Person über Raum und Zeit hinweg (Ainsworth, 1973).“ (Grossmann & Grossmann, 2004, S.29)

Theoretische Wurzeln der Bindungstheorie sind zum einen die Psychoanalyse (bezüglich der Wichtigkeit frühkindlicher Einflüsse, zumal verlässlicher und liebevoller Bezugspersonen, für eine gesunde Entwicklung), zum anderen die Ethologie (bezüglich der strengen Maßstäbe an empirische Überprüfbarkeit und des Primats der Verhaltensbeobachtung), nach der Bindung als evolutionär vorgegeben, in einem primären und eigenständigen Verhaltenssystem organisiert und überlebensnotwendig begriffen wird. Bowlby entwickelte die Bindungstheorie, um „die vielen Formen von emotionalen und Persönlichkeitsstörungen, einschließlich Angst, Wut, Depression und emotionale Entfremdung, die durch ungewollte Trennung und Verlust ausgelöst werden, zu erklären“ (Bowlby, 1976, S.57); allerdings wurde sie zunächst intensiv von Entwicklungspsychologen rezipiert und erst in den letzten Jahren verstärkt von Klinikern aufgegriffen (für den deutschsprachigen Raum vgl. etwa Brisch, 1999; Endres & Hauser, 2000; Strauß, Kächele & Buchheim, 2002).

Die Kernüberzeugung der Bindungstheorie beschreibt Bowlby selbst folgendermaßen:

„For not only young children, it is now clear, but human beings at all ages are found to be at their happiest and to be able to deploy their talents at best advantage when they are confident that, standing behind them, there are one or more trusted persons who will come to their aid should difficulties arise.“ (Bowlby, 1973, S.359)

Als hypothetisches Konstrukt der inneren Organisation des Bindungsverhaltenssystems und der zugehörigen Gefühle (Sroufe & Waters, 1977) ist Bindung nicht direkt beobachtbar, sondern empirisch allein zugänglich über (weitgehend austauschbare) Verhaltensweisen

(*Bindungsverhalten*) im Dienste der Nähe zur „anderen, besonderen Person“ (*Bindungsperson*). Eine Bindungsperson „is usually conceived as stronger and/or wiser“ (Ainsworth, 1985b, S.792), um ihre evolutionären Aufgaben gegenüber dem Kind, nämlich Versorgung und Schutz vor unbekanntem Gefahren, wirksam erfüllen zu können. Um die Nähe zu ihr zu erhalten oder wiederherzustellen, kann das Kind etwa Signale wie Weinen oder Rufen aussenden, sich an Bindungspersonen anklammern oder sie später in der Ontogenese aktiv suchen und ihnen folgen. Bindungsverhalten wird aktiviert, wenn ein Kind sich nicht wohl fühlt (z.B. krank ist, Angst hat oder sich einsam fühlt), ist also eng verbunden mit dem Empfinden und Ausdruck negativer Emotionen.

"Kein Verhalten wird von stärkeren Gefühlen begleitet als das Bindungsverhalten. (...) Solange das Kind sich in uneingeschränkter Verfügbarkeit seiner Hauptbindungsperson oder in geringer Entfernung von dieser befindet, fühlt es sich sicher. Die Gefahr eines Verlustes ruft Angst hervor, der tatsächliche Verlust Trauer, und beide pflegen außerdem Ärger auszulösen" (Bowlby, 1975, S.199).

Dabei werden Gefühle als intuitive Bewertungsprozesse verstanden, die drei Funktionen erfüllen: sie warnen vor Gefahren (und werden dabei notwendigerweise als Gefühle bewusst), dienen auf der Basis von Ausdrucksverhalten der nichtsprachlichen Kommunikation und steuern Verhalten auf der Basis der Einschätzung von Umweltverhältnissen, organismischen Zuständen und Handlungsneigungen. Da Gefühle also integraler Bestandteil von Verhaltensprozessen sind, ist die Übereinstimmung der durch sie abgegebenen Bewertung mit der Realität von zentraler Bedeutung für die geglückte Anpassung eines Individuums (Bowlby, 1982; Grossmann, 1983; Grossmann et al., 2003).

Ein Kind, das sich etwa unvermittelt außer mütterlicher Reichweite in einer fremden Umgebung findet, empfindet Angst (Warnung), weint und schreit laut (Kommunikation) und krabbelt in die Richtung, in der es die Mutter vermutet. Das kindliche Verhalten löst in der Mutter Fürsorgeverhalten aus, das ebenfalls genetisch verankert und präadaptiv an kindliches Bindungsverhalten angepasst ist: sie nimmt Körperkontakt zum Kind auf, tröstet und umsorgt es. Diese Nähe und liebevolle Zuwendung der Bindungsperson vermittelt ein Gefühl von Sicherheit und deaktiviert das Bindungsverhalten. Letzteres ist also kybernetisch organisiert mit der Nähe zur Bindungsperson als Regelgröße, deren optimales Ausmaß vom aktuellen Bedürfnis des Kindes nach Schutz und Zuwendung abhängt: näher, wenn es sich unwohl fühlt; weniger nah, wenn es zufrieden, neugierig und unternehmungslustig ist. Im letzteren Fall wird ein ebenfalls postuliertes Explorationsverhaltenssystem aktiviert, das, komplementär zum Bindungsverhaltenssystem, dem Kind das Erkunden seiner Umgebung und den Erwerb von Kenntnissen und Fertigkeiten ermöglicht. Bowlby (1975) spricht in diesem

Zusammenhang von *Bindungs-Explorations-Balance*. Bindungsverhalten trägt so auch mittelbar zum Kompetenzerwerb des Kindes bei (was zunehmend in den Blickpunkt der Bindungsforschung rückt; vgl. Grossmann, Grossmann & Zimmermann, 1999): Ist die bedingungslose stetige Verfügbarkeit der Bindungsperson als „sichere Basis“ (Ainsworth, 1963) sichergestellt, kann das Kind in dem Wissen, bei Gefahr oder Beunruhigung zuverlässig Schutz und Trost zu finden, sie auch ohne Angst verlassen und seine Umgebung effektiv erforschen.

„Bindungssicherheit ermöglicht Erkunden und Spiel, während aktivierte Bindungsunsicherheit sie verhindert“ (Grossmann & Grossmann, 1994, S. 28).

Die meisten Kinder haben mehr als eine, aber nicht viele Bindungspersonen (neben der Mutter oft der Vater, Großeltern oder auch beständige Tagesmütter, vgl. Schaffer & Emerson, 1964), wobei eine deutliche *Hierarchie der Bindungspersonen* erkennbar wird: je unwohler sich ein Kind fühlt, desto deutlicher wird eine Bindungsperson bevorzugt. Dabei ist Bindung in den ersten Lebensjahren streng dyadisch organisiert, die Bindungsbeziehung des Kleinkinds zu Mutter kann sich von der zum Vater also je nach Art der Interaktionsmuster deutlich unterscheiden; dies ändert sich mit zunehmender Abstrahierung und Verinnerlichung der Erfahrungen in sogenannten Inneren Arbeitsmodellen.

1.2. Der Begriff des Inneren Arbeitsmodells (IWM)

Die Bindungstheorie postuliert, dass Interaktionserfahrungen mit den Bindungspersonen sowohl die Gestaltung der Bindungsbeziehung im weiteren Lebenslauf als auch Persönlichkeit und Verhalten in anderen Lebensbereichen beeinflussen. Es bedarf also eines vermittelnden Mechanismus, der Interaktionserfahrungen mit der Bindungsperson speichert, organisiert, zu typischen Mustern abstrahiert und das Verhalten in verschiedenen bindungsrelevanten Situationen im Sinne verinnerlichter Erwartungen ausrichtet: sogenannte „innere Arbeitsmodelle von Bindungserfahrungen“ (*inner working models of attachment*).

“An internal working model is a representation in the mind that includes aspects of self, the attachment figure, situational invariants for attachment interactions, and the affects that connect the two figures. Internal working models are based on a prior history of attachment relationships plus current interactions between the self and the attachment figure when the attachment behavioural system is activated. In addition, internal working models define the rules by which two individuals interact, including behaviours, feelings, and thoughts. These rules allow each individual to anticipate and plan (correctly or incorrectly) what the other person will do given a preceding set of actions.” (Berman & Sperling, 1994, S.8)

Innere Arbeitsmodelle sind verinnerlichte und generalisierte Erfahrungen mit der Umwelt und speziell mit der Bezugsperson mit der Funktion, „Ereignisse der realen Welt zu simulieren bzw. vorwegzunehmen, um so das Individuum in die Lage zu versetzen, sein Verhalten mit Einsicht vorausschauend zu planen.“ (Fremmer-Bombik, 1995, S.109). Sie stellen „Sicherheits-Regulationssysteme“ dar (Zimmermann, 1999a,b), die wie vergleichbare Handlungssteuerungssysteme aus drei großen Komponenten bestehen: ein *sensorisches Subsystem* zur Wahrnehmung und (v.a. emotionalen) Bewertung internaler und externaler Information, ein *Verhaltenssystem*, das Handlungsmöglichkeiten evaluiert und generiert, und ein *Kontrollsystem*, das zielkorrigiert beide Subsysteme reguliert und aufeinander abstimmt (vgl. Dörner, 1996; Dörner, Schaub, Stäudel & Strohschneider, 1988).

Infolgedessen wirken auch alle an der Handlungssteuerung in bindungsrelevanten Situationen beteiligten relevanten Aspekte und Prozesse wie Wahrnehmung, Emotion, Denken, Gedächtnis und Sprache im Rahmen individueller Bindungserfahrungen; Innere Arbeitsmodelle von Bindungen sind also weit mehr als bloße Konglomerate von Verhaltensregeln im Sinne einer „Gebrauchsanweisung“ zum optimalen Umgang mit der Bezugsperson.

Im Sinne kognitiver Schemata oder Skripts (Bretherton, 1985) konstruiert das Kind aktiv seine Modelle aus Erlebnissen mit der Bindungsperson nebst Handlungen und Handlungsergebnissen und leitet daraus Regeln ab, um mit ihr und der Welt möglichst gut zurechtzukommen:

„These internal working models are conceived as operable models of self and attachment partner, based on their joint attachment history“ (Bretherton & Munholland, 1999, S.89).

Innere Arbeitsmodelle werden also aus individuellen Erfahrungen mit den Interaktionspartnern konstruiert – was auch impliziert, dass sie sich erheblich in ihrem adaptiven Wert unterscheiden können. Im folgenden Abschnitt sollen Entwicklungsbedingungen psychologisch günstigerer und ungünstigerer (in der Sprache der Bindungstheorie: sicherer und unsicherer) Innerer Arbeitsmodelle anhand des Säuglings- und Kleinkindalters beschrieben werden.

1.3 Interindividuelle Unterschiede in der Bindungsqualität:

sichere und unsichere Innere Arbeitsmodelle am Beispiel von Feinfühligkeit und Fremder Situation

Zwar ist die phylogenetische Disposition des Kindes, sich an eine Bezugsperson zu binden, nach Bowlby *umweltstabil*, das heißt jedes Kind wird eine Hierarchie von Bindungen zu einer bevorzugten Bezugsperson und zu mehreren anderen entwickeln und sich auch an vernachlässigende oder gar misshandelnde Bindungspersonen binden, solange sie nur einigermaßen kontinuierlich in Erscheinung treten. Vergleichbar universell wirken sich langandauernde nicht kompensierte Trennungen von der primären Bindungsperson negativ auf die sozioemotionale Entwicklung eines Menschen aus, spürbar noch im Erwachsenenalter etwa bei pathologischen Trauerreaktionen. Allerdings fällt die ontogenetische Qualität der Beziehung je nach den kindlichen sozioemotionalen Erfahrungen mit der Bindungsperson unterschiedlich aus, ist also *umweltilabil* und abhängig vom Ausmaß der Zugänglichkeit bzw. Verfügbarkeit der Bindungsperson vor allem auch für emotionale Bedürfnisse und Signale des Kindes. Dabei sind unsichere Bindungsqualitäten nicht nur bei physischer Nichtverfügbarkeit der Bezugsperson, etwa durch eine Trennung, zu erwarten, sondern auch bei psychischer Unzugänglichkeit und Mangel an feinfühligem Eingehen auf kindliche Bedürfnisse, besonders nach Zärtlichkeit und körperlicher Nähe bei Leid und Ärger (Grossmann et al., 2003).

1.3.1 Die Fremde Situation

Die Auswirkungen verschiedener mütterlicher Umgangsstile mit ihren Säuglingen und Kleinkindern auf die Qualität der Bindungsbeziehung wurde erstmals von Bowlbys Mitarbeiterin Mary Ainsworth systematisch untersucht. Während ihrer Feldstudien in Uganda (1963, 1967) und späteren Hausbeobachtungen von Mutter-Kind-Interaktionen im Rahmen der Baltimore-Längsschnittstudie (Ainsworth, 1977, 1979) stellte sie Zusammenhänge zwischen der mütterlichen *Feinfühligkeit (sensitivity)* für Signale ihrer Kinder und qualitative Unterschiede in deren Verhalten fest. „Feinfühlige“ Mütter nach Ainsworth nehmen kindliche Signale in der Interaktion wahr, interpretieren sie richtig und beantworten sie prompt und angemessen (Ainsworth, Bell & Stayton, 1974; Ainsworth, 2003). So ermöglichen sie ihren Kindern, ein erstes Gefühl für die Effizienz ihrer Handlungen zu entwickeln, fördern ihre

Kommunikation und respektieren gleichzeitig Autonomie und Entwicklungsstand des Säuglings. Weniger feinfühligere Mütter hingegen ignorieren Signale oder beantworten sie nur inkonsistent bzw. mit unvorhersehbarer Verzögerung; sie interagieren mit dem Kind eher nach ihren eigenen Bedürfnissen statt nach denen des Säuglings. Entgegen zeitgenössischer Lern- und Verwöhntheorien waren die Kinder umso unkomplizierter und kooperativer, je sensibler und verlässlicher die Mütter auf ihre Bedürfnisse eingingen. Sie zeigten weniger negative Emotionen in der Interaktion mit ihnen, ließen sich leichter trösten und befolgten bereitwilliger mütterliche Ge- und Verbote (Ainsworth & Bell, 2003).

Zur Validierung ihrer Hausbeobachtungen unter strenger kontrollierten Bedingungen entwickelte Ainsworth anschließend eine standardisierte Beobachtungssituation für Kleinkinder zwischen elf und zwanzig Monaten, die *Fremde Situation* (Ainsworth & Wittig, 1969). In deren Verlauf (Aufenthalt in einem fremden Zimmer, Konfrontation mit einer fremden Person, Trennung von der Mutter erst in An-, dann in Abwesenheit der Fremden) wird das kindliche Bindungssystem zunehmend stärker aktiviert. Während der Trennungen und Wiedervereinigungen finden sich zuverlässig drei verschiedene kindliche Verhaltensmuster (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978):

- Kinder mit *sicherer Bindungsqualität (B)* an eine Bezugsperson explorieren in deren Gegenwart zuversichtlich den fremden Raum. Während der Trennungsepisoden zeigen sie entweder offen ihre Beunruhigung (schreien, weinen, suchen nach der Mutter) oder verringern ihre Exploration. Beim Wiedersehen mit der Mutter suchen sie im ersten Fall sofort Körperkontakt und beruhigen sich dadurch schnell wieder. Verließ die Trennung weniger emotional belastend, grüßen sie die Mutter freudig und ergreifen die Initiative zur Interaktion.
- Kinder mit *unsicher-vermeidender Bindungsqualität (A)* explorieren viel während des gesamten Beobachtungszeitraums und zeigen nur wenig offene Beunruhigung während der Trennungsepisoden. Beim Wiedersehen vermeiden sie Nähe, Augen- und Körperkontakt zur Mutter, statt die Interaktion mit ihr zu suchen.
- Kinder mit *unsicher-ambivalenter Bindungsqualität (C)* wirken schon durch die fremde Person sehr beunruhigt und klammern sich an die Mutter, statt zu explorieren. Während der Trennungen sind sie extrem verzweifelt und suchen beim Wiedersehen Nähe und Körperkontakt, lassen sich allerdings dadurch kaum trösten, sondern zeigen statt dessen eine ambivalente Verhaltensmischung aus starker Anhänglichkeit und Ärger.

Bei einer später von Main & Solomon (1986) beschriebenen Gruppe von Kindern waren die Verhaltensmuster einer der drei Hauptgruppen von unklassifizierbaren (starrten, bizarren, stereotypen und in sich widersprüchlichen) Verhaltensweisen überlagert, die kein in sich klares Bild von der Mutter-Kind-Beziehung vermittelten. Main nannte solche Kinder „*desorganisiert/ desorientiert*“ und konnte dieses sogenannte D-Muster in späteren Untersuchungen mit unverarbeiteten traumatischen Erlebnissen der Mutter in Zusammenhang bringen (Main & Hesse, 1990; Hesse & Main, 2002).¹

Neben Unterschieden in der Äußerung von Bindungsbedürfnissen bei aktiviertem Bindungssystem und deren erfolgreichen Befriedigung in der Wiedervereinigung zeigt eine Kommunikationsanalyse der Fremden Situation (Grossmann, Grossmann & Schwan, 1986) auch Konsequenzen für grundlegendes emotionales Ausdrucksverhalten: Fast alle sicheren Kinder kommunizieren nach einer Trennung direkt und unmittelbar mit ihren Müttern, aber nur eine Minderheit der vermeidenden Kinder. Zudem intensivieren Kinder mit sicherer Mutterbindung ihre Signale bei schlechterer Stimmung, während A-Kinder ihr Ausdrucksverhalten reduzieren: die soziale Mitteilung bricht bei Belastung zusammen (Grossmann et al., 2003).

Die Ergebnisse der Kommunikationsanalyse werden gestützt durch physiologische Studien. So erhöhte sich die Herzfrequenz aller Kinder in der Fremden Situation, auch äußerlich ungerührte vermeidende Kinder reagierten auf die Trennung also physiologisch mit Stress (Spangler & Grossmann, 1993). Ihre Kommunikationssignale hingegen verliefen gegenläufig: je höher ihre Herzfrequenz, desto weniger nahmen sie Blickkontakt zur Mutter auf, während bei sicheren Kindern Herzfrequenz und Blickkontakt positiv korrelierten. Dass das Verhalten sicherer Kinder – offene Kommunikation negativer Befindlichkeit und Kontaktaufnahme mit der Mutter nach der Trennung – die einzige adäquate Verhaltensstrategie zur Beruhigung des aktivierten Bindungssystems ist, zeigen Cortisolmessungen (Spangler & Schieche, 1998). Die Konzentration dieses Stresshormons stieg bei allen Kindern während der Fremden Situation an, sank aber nur bei der sicheren Gruppe innerhalb von 30 Minuten auf das Ausgangsniveau: diese Kinder bewältigen den Trennungstress auf der Verhaltensebene erfolgreich und entlasten so das physiologische System. Unsicheren Kindern hingegen steht keine adäquate Verhaltensstrategie zur Verfügung, weshalb es zu Nebennierenrindenreaktionen kommt, unter Umständen auch mit Konsequenzen für die Immunabwehr. So ging in der Regensburger

¹ In der vorliegenden Arbeit wird aufgrund geringer praktischer Relevanz für die Stichprobe auf die D-Kategorie nicht weiter eingegangen. Für ausführliche Informationen vgl. u.a. Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999; Lyons-Ruth, Melnik & Bronfman, 2002.

Längsschnittstichprobe eine höhere Desorganisation mit höheren Immunoglobulin-A-Werten in der Fremden Situation einher (Grossmann et al., 2003).

Ein Vergleich der Hausbeobachtungen an der Baltimore-Stichprobe mit den Daten aus der Fremden Situation ergab starke Korrespondenzen kindlicher Verhaltensmuster mit mütterlicher Feinfühligkeit. Sicher gebundene Kinder hatte feinfühlig bzw. sehr feinfühlig Mütter. Die Mütter beider unsicherer Gruppen zeigten sich „generally less sensitively responsive to infant signals and communications across all contexts and throughout the first year“ (Ainsworth, 1985a, S.777), wobei Mütter unsicher-vermeidend gebundener Kinder diese am stärksten zurückwiesen und Interaktionen häufig mit Ärger und Irritationen durchsetzt waren. Mütter unsicher-ambivalent gebundener Kinder reagierten zwar nicht so aversiv auf kindliche Signale, beantworteten sie aber für das Kind unvorhersehbar und nicht gemäß seinen, sondern ihren eigenen Bedürfnissen.

Ainsworth (1985b) führt die Verhaltensunterschiede der Kleinkinder in der Fremden Situation auf unterschiedliche Innere Arbeitsmodelle zurück, gebildet auf der Basis von Interaktionserfahrungen mit mehr oder weniger feinfühlig Müttern. Ein sicher gebundenes Kind bringt in die Fremde Situation zuversichtliches Vertrauen in die sensible Verfügbarkeit der Mutter mit. Auch in ihrer Abwesenheit glaubt es grundsätzlich daran, dass sie seinen Signalen zugänglich ist. Beunruhigung und Unbehagen in der Trennungssituation teilt es der Mutter offen, unmissverständlich und ohne Angst vor Zurückweisung mit, lässt sich bereitwillig trösten und ist bald wieder zu weiterer Exploration fähig. Bindungssicherheit lässt sich also auch definieren als Fähigkeit, durch flexibles Pendeln zwischen Bindung und Exploration eine ausgewogene Balance zwischen den beiden Verhaltenssystemen zu schaffen:

„Basic to the experience of a secure child is a fluid attachment-exploration balance. The actual strategies that insecure children develop in response to their rearing experiences are thought to involve manipulation of the balance between the attachment and exploratory system such that either one or the other is emphasized“ (Belsky & Cassidy, 1994, S.380).

Unsicher-ambivalente Kinder hingegen haben Mütter, die sich ihnen gegenüber unvorhersehbar einfühlsam verhalten, können also nie sicher sein, ob sie gerade verfügbar sind oder nicht. Die deshalb ständig nötige Rückversicherung über deren Anwesenheit verhindert effektives Explorieren und erschwert die Trennungen der Fremden Situation.

„At the same time their experience has led them to expect frustration, and hence their intense attachment behaviour itself is suffused with anger.“ (Ainsworth, 1985a, S.778).