

1.6 Bindungsbasiertes Arbeiten

Viele Kunden sind wegen ihrer Probleme beunruhigt und voller Angst, wenn sie sich Beratung oder Betreuung befinden. Der Berater (die IFK) muß sich bewußt sein, daß das Bindungssystem dieses Kunden aktiviert ist.

Der Kunde wird mit allen ihm zur Verfügung stehenden Möglichkeiten seines Bindungsverhaltens nach einer Person suchen, die die Rolle der Bindungsperson übernehmen wird. Diese Erwartung wird vom Kunden auf den Berater übertragen, der die Gegenübertragungsaspekte zu spüren bekommt.

1. Bindungsbasiertes Arbeiten kann bedeuten:

- Die IFK muß sich in ihrem Fürsorgeverhalten durch das aktivierte Bindungssystem des Kunden ansprechen lassen und ihm zeitlich, räumlich und emotional zur Verfügung stehen.
- Die IFK muß als eine verlässliche Basis fungieren, von welcher aus der Kunde seine Probleme mit emotionaler Sicherheit angehen kann.
- Zur Verlässlichkeit gehört, daß die IFK (ähnlich wie auch Eltern ihre Feinfühligkeit zeigen sollten) die Befindlichkeit des Kunden wahrnimmt (mentalisiert) und zutreffend interpretiert, sowie prompt und dabei angemessen reagiert.
- Die IFK verhält sich in Kenntnis der unterschiedlichen Bindungsmuster flexibel im Hinblick auf den Umgang mit Nähe und Distanz in der realen Interaktion mit dem Kunden, sowie auf die Gestaltung des Settings.
Bindungsmuster der Kunden äußern sich häufig als verzerrte Bindungsbedürfnisse mit oft bizarren Interaktionsverhalten.
- Viele Kunden mit Bindungsstörungen können sich am bindungssichersten in dyadischen Beziehungskonstellationen bewegen. Kommen weitere bindungsrelevante Personen hinzu, steigt in der Regel der Angstpegel und das Bindungssystem bleibt hoch aktiviert.
Transparente, gut strukturierte und allseits verlässliche Beziehungs- und Zuständigkeitsabsprachen können dem vorbeugen und entgegenwirken.
- Weitere bindungs- und trennungsrelevante Situationen, in denen das Bindungsbedürfnis der Kunden aktiviert wird, sind
 - Anfang und Ende von Treffen
 - Störungen während der Treffen durch Telefonate, Eintreten anderer Personen etc.
 - Unterbrechungen durch Urlaub und Erkrankungen

2. Die folgenden Aspekte setzen beim Kunden einen Inneren Beobachter voraus:

- Die IFK sollte den Kunden dazu ermutigen, sich Gedanken darüber zu machen, in welcher Beziehungsform er heute seinen wichtigen Bezugspersonen begegnet.
- Der Kunde muß angeregt werden, und die IFK muß immer wieder darauf fokussieren, die Arbeitsbeziehung genau zu überprüfen, weil sich hier alle von den Selbst- und Elternrepräsentanzen geprägten Beziehungswahrnehmungen widerspiegeln.
- Der Kunde sollte behutsam aufgefordert werden, seine aktuellen Wahrnehmungen und Gefühle mit denen aus der Kindheit zu vergleichen.
- Dem Kunden sollte einsichtig gemacht werden, daß seine schmerzlichen Bindungs- und Beziehungserfahrungen und die daraus entstandenen Selbst- und Objektrepräsentanzen für die aktuelle Lebensbewältigung vermutlich nicht mehr angemessen, also überholt sind.

3. Trennungsaspekte:

- Die IFK verhält sich bei der behutsamen Lösung der Arbeitsbeziehung als Vorbild für den Umgang mit Trennungen. Die Initiative für die Trennung sollte im Idealfall dem Kunden überlassen sein. Der Kunde wird darin ermutigt, Trennungsängste einerseits und Neugier auf Erkundung eigenständiger Wege ohne Begleitung andererseits zu verbalisieren und eventuell erst einmal auszuprobieren.
Eine von der IFK forcierte Trennung könnte vom Kunden als Zurückweisung erlebt werden. Die physische Trennung ist nicht gleichbedeutend mit dem Verlust der „sicheren Basis“. Die Möglichkeit, bei erneuter „Not und Angst“ zu einem späteren Zeitpunkt auf die IFK zurückzugreifen, sollte bestehen bleiben.
- Frühzeitige Wünsche nach Trennung und/oder mehr Distanzierung könnten bei Kunden mit Bindungsvermeidenden Mustern dadurch ausgelöst worden sein, daß die IFK zu viel emotionale Nähe anbot, die der Kunde noch nicht aushielt und als Bedrohung erlebte.

4. Aspekte der Exploration

- Eine IFK, die um den Zusammenhang zwischen Bindung und Exploration weiß, wird überlegen, ob die Explorationsfreude eines Kunden auch als Hinweis auf eine wachsende sichere Basis gesehen werden kann. Die IFK wird den Kunden darin unterstützen, sich an seinen Explorationsmöglichkeiten und Erfahrungen zu freuen.
- Eine Haltung, die dem Kunden bei der Gestaltung des Settings eine Variabilität und gewissen Wahlmöglichkeiten offen läßt, könnte mehr Chancen bieten, das Wechselspiel zwischen Bindung und Exploration zu versuchen, als ein Setting, das starre Termine und Regeln vorgibt.

5. Besondere Aspekte zu gravierenden Bindungsstörungen

- Die IFK sollte nicht nur die Übertragungen der Bindungsmuster wahrnehmen und relevante Störungen des Bindungsverhaltens erkennen, sondern auch ein besonderes Augenmerk auf die Bedeutung von realen Trennungs- und Verlusterlebnissen legen.
- Es hat sich bewährt, Zuwendung und emotionale Nähe in der „Dosis“ anzubieten, wie sie vom Kunden selbst reguliert werden kann, z. B. indem der Kunde die Häufigkeit und die Länge von Terminen mitbestimmen kann.

Faustregel: Je stärker das Bindungssystem aktiviert wird, desto häufiger und kürzer sollten Termine stattfinden und gestaltet werden.

- Ein Wechsel von Bindungspersonen in den ersten Lebensjahren sowie inkonsistentes und ambivalentes Zuwendungsverhalten der Bezugsperson müssen berücksichtigt werden, weil sie das aktuelle Bindungsmuster des Kunden geprägt haben.
- Kunden mit bindungsambivalenter Störung brauchen eine verlässlich vorhersagbare emotionale Präsenz der IFK. Daneben wird die Klarheit und Rahmen setzende Struktur des Settings der Arbeit von besonderer Bedeutung sein.
Die IFK sollte durch Veränderungen des Settings (Verschiebung von Terminen, Absagen) und andere Verhaltensweisen, wie verspäteter Beginn durch Verschulden der IFK, nicht unnötigerweise das Bindungssystem dieser Kunden aktivieren.