



MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Das mütterliche Narrativ der transgenerationalen
Übertragung von Bindung:
Eine interpretative phänomenologische Analyse“

verfasst von / submitted by

Louisa Seiferth, BSc

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Science (MSc)

Wien 2021 / Vienna 2021

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

UA 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Psychologie UG2002

Betreut von / Supervisor:

Ass.-Prof. Mag. Dr. Harald Werneck

Danksagung

Ich danke Herrn Dr. Harald Werneck für die Betreuung meiner Masterarbeit. Die freie Wahl meines Themas und die flexible Betreuung haben diese These zu einem aufregenden Projekt gemacht, welches ganz mir gehört. Vielen Dank!

Ich danke meiner Kommilitonin Laura Spenner, die meine Arbeit geduldig und aufmerksam Korrektur gelesen hat und deren Anmerkungen neue, interessante Perspektiven gegeben haben.

Ich danke den fünf Teilnehmerinnen meiner Studie, die mir ihr Vertrauen entgegengebracht haben und mir einen Teil ihrer Lebensgeschichte erzählt haben.

Ich danke meinen Eltern, die mich immer unterstützen und bestärken und die mir dieses Studium ermöglicht haben. Besonders möchte ich meiner Mutter für ihre liebevolle Unterstützung danken.

Ich danke meinen Freundinnen Janne, Mara und Hannah und meinem Bruder Jonas, die immer ein offenes Ohr haben und in den einsamen Arbeitsstunden im Covid19-Lockdown eine wichtige Abwechslung waren.

Ich danke meinem Partner Tim, der immer für mich da ist und mich in jeder Phase dieser Masterarbeit ausgehalten, ermutigt und zum Lächeln gebracht hat.

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	6
2 Theoretischer Hintergrund	7
2.1 Bindung	7
2.1.1 Bindungstypen im Kindesalter	9
2.1.2 Bindungsmuster im Erwachsenenalter	10
2.1.3 Stabilität der Bindungsmuster	11
2.2 Transgenerationale Übertragung von Bindung	12
2.3 Feinfühligkeit	13
2.4 Mentalisierungsfähigkeit	14
2.5 Autonomieunterstützung	15
2.6 Der Zusammenhang von Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung	16
3 Fragestellung	17
4 Methode	19
4.1 Stichprobenbeschreibung und -rekrutierung	19
4.2 Untersuchungsmaterial	20
4.3 Durchführung	22
4.4 Auswertung	22
5 Resultate	23
5.1 Beziehung zur eigenen Mutter	24
5.1.1 Mütterliche Feinfühligkeit	25
5.1.2 Mütterliche Mentalisierungsfähigkeit	26
5.1.3 Mütterliche Autonomieunterstützung	28
5.1.4 Emotionale Vernachlässigung	28
5.1.5 Entwertung durch die Mutter	29
5.1.6 Rollenumkehr	30
5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern	31
5.2.1 Feinfühligkeit gegenüber den eigenen Kindern	31
5.2.2 Mentalisierungsfähigkeit der Teilnehmerinnen	32
5.2.3 Autonomieunterstützung der eigenen Kinder	34
5.3 Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe	36

5.3.1	Angst und Wunsch nach Nähe	37
5.3.1.1	Anpassung	37
5.3.1.2	Grenzen	38
5.3.1.3	Angst und Harmonie	39
5.3.1.4	Nähe und Konflikte	40
5.3.2	Vermeiden von Gefühlen und Nähe	41
5.3.2.1	Kein Raum für negative Gefühle	42
5.3.2.2	Eigene Gefühle und Erlebnisse bagatellisieren	43
5.3.2.3	Eingeschränkte Erinnerungen	43
5.3.2.4	Anpassung und Idealisierung	44
5.3.2.5	Nähe über Handlungen und Aufgaben	44
5.3.2.6	Vermeidende Gesprächsführung	45
5.4	Erfahrungen mit Traumata	45
5.4.1	Einsamkeit	46
5.4.2	Scham	46
5.4.3	Schuld	46
5.5	Beziehungen zu anderen Bezugspersonen	47
5.6	Transgenerationale Übertragung	48
5.6.1	Feinfühligkeit	49
5.6.2	Mentalisierungsfähigkeit	51
5.6.3	Autonomieunterstützung	53
5.6.4	Einstellungen und diverse Verhaltensweisen	54
5.6.4.1	Unbeabsichtigte Weitergabe	54
5.6.4.2	Beabsichtigte Weitergabe	55
5.6.4.3	Unterbrochene Weitergabe	56
5.6.5	Therapieerfahrungen	57
5.6.5.1	Positive Einstellung und Selbstakzeptanz	57
5.6.5.2	Verständnis für die eigene Person	58
5.6.5.3	Verbesserte zwischenmenschliche Beziehungen ..	58
5.7	Zusammenhang zwischen Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung	58
5.7.1	Zusammenhang zwischen Feinfühligkeit und Mentalisierungsfähigkeit	59
5.7.2	Voraussetzung für Autonomieunterstützung	61

6 Diskussion	62
6.1 Bindungsverhalten	63
6.2 Traumata	65
6.3 Bindung und Elternschaft	66
6.4 Transgenerationale Weitergabe	68
6.5 Einfluss auf das Bindungsmuster durch andere Faktoren	71
6.6 Zusammenhang zwischen den basalen Faktoren der Bindungsübertragung	72
6.7 Limitationen und zukünftige Forschung	74
7 Fazit	76
Literaturverzeichnis	77
Tabellenverzeichnis	85
Appendix A: Zusammenfassung	86
Appendix B: Abstract	87
Appendix C: Flyer für die Rekrutierung	88
Appendix D: Fragebogen für die Rekrutierung	89
Appendix E: Interviewleitfaden	90

**Das mütterliche Narrativ der transgenerationalen Übertragung von
Bindung:
Eine interpretative phänomenologische Analyse**

“Whilst especially evident during early childhood, attachment behavior is held to characterize human beings from the cradle to the grave.”

(Bowlby, 1979, S.129)

Aus evolutionärer Sicht sind wir Menschen für unser Überleben auf unsere Mitmenschen angewiesen. Wir formen enge soziale Verbindungen zu Mitgliedern unserer Gruppe, um unsere Zugehörigkeit und unser Leben zu sichern. Insbesondere als Säuglinge und Kleinkinder sind wir alleine nicht überlebensfähig. Wir formen tiefgreifende Verbindungen zu den Personen, die uns versorgen und passen unser Verhalten an dieses Fürsorgeverhalten an (Cassidy, 2008; Howe, 2015). Ähnlich adaptive soziale Systeme sind beispielweise auch bei Menschenaffen zu finden (Howe, 2015; Suomi, 2008). Diese sogenannten *Bindungssysteme* haben sich an das komplexe soziale Leben der Menschen angepasst und unsere verinnerlichten frühkindlichen Erfahrungen haben einen anhaltenden Einfluss auf unser gesamtes Leben (Bowlby, 1979; Howe, 2015). Egal ob es sich um unsere Jugend (Rice, 1990), unsere Freundschaften (Berlin et al., 2008), psychischen Erkrankungen (Dozier et al., 2008), unseren Arbeitsplatz (Littman-Ovadia et al., 2013), unsere romantischen Beziehungen (Simpson, 1990), die Beziehung zu unseren Kindern (Weinfeld et al., 2008) und sogar unseren Umgang mit dem nahenden Tod (Besser & Priel, 2008) handelt: menschliches Leben ist von den verinnerlichten Bindungserfahrungen beeinflusst (Bowlby, 1979).

Seit dem Ende der 1980er Jahre hat die Bindung einen entsprechenden Stellenwert in der Psychologie, Psychotherapie und psychotherapeutischen Forschung (Slade, 2008). Jedoch ist die Entstehung dieser Bindung durch die Forschung bis heute nicht vollständig erklärt. Untersuchungen haben gezeigt, dass die frühe Bindung zwischen Eltern und Kind die Ausformung des Bindungsstils des Kindes entscheidend prägt. Jedoch verstehen wir von dieser transgenerationalen Vermittlung bisher nur zu 50%. Die andere Hälfte bleibt unerklärt (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016).

Die hier vorliegende Studie möchte einen Beitrag zum umfassenden Verständnis dieses Übertragungseffekts leisten. Dies soll durch eine qualitative Untersuchung geschehen, die neue Blickwinkel auf bereits in der Literatur vorhandene, jedoch, nach Meinung der Autorin, unterschätzte Faktoren der Übertragung von Bindung, bieten soll. Die Untersuchung fokussiert sich daher, neben dem traditionellen Übertragungsmechanismus der elterlichen Feinfühligkeit, auf die elterliche Mentalisierungsfähigkeit und die elterliche Autonomieunterstützung.

2 Theoretischer Hintergrund

2.1 Bindung

Das Konzept der zwischenmenschlichen Bindung wurde erstmals vom britischen Kinderpsychiater und Psychoanalytiker John Bowlby eingeführt (Bowlby, 1958). Angestoßen durch seine Forschung mit obdachlosen Kindern kurz nach dem zweiten Weltkrieg, entwickelte Bowlby in den folgenden Jahrzehnten die *Bindungstheorie* (Bretherton, 1992; Strauß, 2014). Diese besagt, dass die Bindung zwischen Säugling und Mutter oder einer anderen versorgenden Person das Überleben des Säuglings sichert. Dies schließt neben körperlicher, auch emotionale Zuwendung ein, welche eine Voraussetzung für die gesunde geistige und emotionale Entwicklung des Kindes darstellt. Evolutionär bedingt suchen Kleinkinder somit die Nähe von Bezugspersonen, die ihnen Sicherheit und Versorgung bieten (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980).

Ist das Kind in Gefahr oder bedürftig, wird das kindliche Bindungssystem aktiviert und das Kind zeigt entsprechendes Bindungsverhalten, welches die versorgende Person auf das Kind aufmerksam macht. Durch diese anhaltende Interaktion zwischen Kind und versorgender Person entwickelt dieses eine Bindung zu dieser Person, während die Bindungsperson eine Zuneigung, ein sogenanntes *fürsorgliches Band*, zu dem Kind entwickelt (Bowlby, 1969/1982; Howe, 2015).

Mary Ainsworth erweiterte Bowlbys Arbeit und sorgte für die erste empirische Validierung der Bindungstheorie (Ainsworth, 1963; Bretherton, 1992). Sie zeigte, dass besonders die mütterliche Feinfühligkeit ausschlaggebend für die sichere Bindung des Kindes ist (Ainsworth, 1963, 1967). Des Weiteren belegte sie, dass es bei Bindung nicht nur um die reale Interaktion zwischen Kind und Bindungsperson geht, sondern auch die anhaltende Verinnerlichung dieser

Beziehung ausschlaggebend ist. Dies beschreibt die Fähigkeit des Kindes die emotionale Verbindung, während einer räumlichen und zeitlichen Trennung von der Bindungsperson, intrapsychisch aufrecht zu erhalten. Die mit dieser Verinnerlichung einhergehende Sicherheit sorgt dafür, dass das Kind sich selbstständig von der Bindungsperson entfernen kann, um die Welt spielerisch zu entdecken (Ainsworth, 1963). Ein ausgewogenes Wechselspiel zwischen diesem sogenannten *Explorationssystem* und dem *Bindungssystem* ist erneut eine Voraussetzung für eine gesunde geistliche, emotionale und soziale Entwicklung (Ainsworth, 1972; Strauß, 2014). Aus diesen frühen Erfahrungen entwickelt sich über die ersten Lebensmonate hinweg ein *Inneres Arbeitsmodell* über das Selbst und über die Anderen. Dieses ist eine mentale Repräsentation, die unsere Wahrnehmungen und Erwartungen an die Zukunft und andere Menschen steuert, indem sie, anhand der gesammelten Erfahrungen, wiedergibt, wie liebenswert und handlungsfähig ein Mensch sich einschätzt und wie verlässlich und feinfühlig er oder sie andere Menschen erachtet. Diese Arbeitsmodelle bleiben ein Leben lang erhalten, wobei sie als eingeschränkt veränderbar gelten (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980; Bretherton & Munholland, 2008; Sette et al., 2015).

Entsprechend ihrer inneren Arbeitsmodelle äußern Kinder somit unterschiedliches Bindungsverhalten, welches dem Fürsorgeverhalten ihres Umfelds angepasst ist. Es stellt möglichst optimal sicher, dass das Kind emotional und physisch versorgt wird und überlebt (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980; Howe, 2015). Anhand eines von Mary Ainsworth entwickelten Testverfahrens ließen sich drei sogenannte *Bindungsstile* ableiten und beschreiben (Ainsworth et al., 1978), welche durch spätere Forschung um einen weiteren Bindungsstil ergänzt wurden (Main & Solomon, 1986). So gibt es neben einem sicheren Bindungsstil, drei verschiedene unsichere Bindungsstile: der *unsicher-vermeidende Bindungsstil*, der *unsicher-ambivalente Bindungsstil* (Ainsworth et al., 1978) und die *desorganisierte Bindung* (Main & Solomon, 1986). Diese können mit Hilfe des Fremde-Situations-Tests, bei Kleinkindern im Alter von 12 bis 18 Monaten, ermittelt werden. Hierbei wird das kindliche Bindungsverhalten bei Trennung und erneuter Zusammenführung mit der primären Bezugsperson klassifiziert (Ainsworth et al., 1978; Lohaus & Vierhaus, 2019).

2.1.1 Bindungstypen im Kindesalter

Im Fremde-Situations-Test drücken sicher gebundene Kinder ihre emotionale Notlage, ausgelöst durch die Trennung von der Bindungsperson, angemessen aus. Sie beruhigen sich schnell, sobald die Bindungsperson wieder anwesend ist und kehren nach der Wiedervereinigung wieder zu ihrem explorativen, spielenden Verhalten zurück. Diese Kinder haben gelernt, dass auf ihre Bedürfnisse und Bindungsverhalten angemessen und fürsorglich reagiert wird. Somit vertrauen sie in die von der Bindungsperson ausgehende Sicherheit und haben diese verinnerlicht, auch wenn die Bindungsperson zwischenzeitlich abwesend ist (Ainsworth et al., 1978; Howe, 2015).

Die unsicher-vermeidende Bindung ist durch eine Deaktivierung des Bindungsverhaltens gekennzeichnet. Die Kinder unterdrücken ihr Bindungsverhalten und ihre Bedürfnisse nach Trost, Zuwendung und Unterstützung, indem sie sich eher auf ihr exploratives Spielen konzentrieren. Weil sie gelernt haben, dass ihr Bindungsverhalten vermehrt mit Zurückweisung begegnet wird, unterdrücken sie es, um weiterhin Nähe zur Bindungsperson aufrecht zu erhalten. Auch wenn diese Kinder kein Bindungsverhalten zeigen, ist ihr Bindungssystem aktiviert, was sich durch die damit verbundene ausgeprägte körperliche Stressreaktion ausdrückt. Unsicher-vermeidend gebundene Kinder brauchen länger als sicher gebundene Kinder, bis diese Stressreaktion wieder nachlässt (Ainsworth et al., 1978; Howe, 2015).

Bei einer unsicher-ambivalenten Bindung findet eine Hyperaktivierung des Bindungsverhaltens statt. Die Kinder drücken ihre emotionale Notlage nach der Trennung der Mutter mit übertriebener Heftigkeit aus. Sie lassen sich schwer beruhigen und kehren lange nicht zum explorativen Spiel zurück. Diese Kinder haben die Erfahrung gemacht, dass auf ihr Bindungsverhalten sowohl angemessen und feinfühlig als auch unzuverlässig und unsensibel eingegangen wird. Die Wechsel im Fürsorgeverhalten der Eltern sind für das Kind nicht vorhersehbar. Daher intensivieren diese Kinder ihr Bindungsverhalten, um sicher zu stellen, dass auf ihre Bedürfnisse eingegangen wird (Ainsworth et al., 1978; Howe, 2015).

Der desorganisierte Bindungsstil ist bei Kindern oft dadurch hervorgerufen, dass ihre Bindungsperson sowohl die Quelle von Angst und Stress als auch von Sicherheit und Versorgung ist. Diese Kinder haben ein

dauerhaft aktiviertes Bindungssystem und ihr Bindungsverhalten folgt keinem erkennbaren Muster. Desorganisierte Bindung ist oft die Folge von Misshandlung, emotionaler Vernachlässigung in Folge von Drogensucht, anderen psychischen Krankheiten der Bindungspersonen oder allgemeiner Vernachlässigung (Howe, 2015; Main & Solomon, 1986).

2.1.2 Bindungsmuster im Erwachsenenalter

Wie bereits angeführt, stellen die frühen kindlichen Erfahrungen in Form der inneren Arbeitsmodelle eine Grundlage für die soziale und zwischenmenschliche Beziehungsgestaltung im Erwachsenenalter dar (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980; Bretherton & Munholland, 2008; Sette et al., 2015). Auch bei Erwachsenen lassen sich Bindungsmuster bestimmen. Sie sind sowohl an der Einstellung zu sich selber, den Erwartungen an andere Menschen, als auch am Verhalten in zwischenmenschlichen Beziehungen erkennbar (Bretherton & Munholland, 2008). Untersucht werden die Bindungsmuster erwachsener Mensch mit dem Adult Attachment Interview (AAI). Hierbei werden Fragen zu der Kindheit und frühkindlichen Bindungen gestellt, untersucht wie die Erwachsenen diese Fragen beantworten und wie sie sich selber und ihre Beziehung zu anderen Menschen beschreiben (George et al., 1996; Howe, 2015).

Bei einer sicheren Bindung, im erwachsenen Alter, *autonome Bindungseinstellung* genannt, nehmen diese Personen sich als liebenswert und handlungsfähig war, während Andere als zuverlässig und zugänglich beschrieben werden. Die Betroffenen haben einen realistischen Blick auf ihre Beziehungs- und Bindungserfahrungen und können diese klar benennen und reflektieren (George et al., 1996; Howe, 2015).

Das Äquivalent zur unsicher-vermeidenden Bindung im Kindesalter ist bei Erwachsenen, das *distanziert-beziehungsabweisende Bindungsmuster*. Diese Personen betonen ihre Selbstständigkeit und nehmen sich selbst als ungeliebt war. Andere Menschen werden als abweisend oder bedrängend gesehen. Die Betroffenen beschreiben ihre Bindungserfahrungen als unwichtig für ihre Entwicklung und schwanken zwischen Idealisierung und Entwertung der Bindungspersonen (George et al., 1996; Howe, 2015).

Die unsicher-ambivalente Bindung wird bei Erwachsenen *präokkupiert-verstrickte Bindungseinstellungen* genannt. Betroffene haben einen geringen

Selbstwert und fühlen sich ohne andere Menschen hilflos und handlungsunfähig, während Andere als unzuverlässig und unzureichend feinfühlig wahrgenommen werden. Diese Erwachsenen geben ihren Bindungserfahrungen eine hohe Wichtigkeit und beschreiben diese mit vielen Widersprüchen und hoher emotionaler Ladung (George et al., 1996; Howe, 2015; Verhage et al., 2016).

Zuletzt wird eine desorganisierte Bindung im erwachsenen Alter als von *unverarbeitetem Objektverlust beeinflusste Beziehungseinstellung* bezeichnet. Betroffene sehen sich selbst als ungeliebt und einsam, während andere Menschen als angsteinflößend und unerreichbar erlebt werden. Wird von schweren Bindungserfahrungen gesprochen, kann deren Einfluss auf das jetzige Leben oft nicht benannt werden, der Erzählfaden geht schnell verloren und Betroffene wirken desorganisiert. Meistens weisen Menschen mit einem unverarbeiteten Objektverlust auch eine der drei organisierten Bindungseinstellungen auf, welche sich bei einem geringen Stresslevel zeigt (George et al., 1996; Howe, 2015).

2.1.3 Stabilität der Bindungsmuster

Die Bindungsmuster sind bis zum Alter von vier Jahren sehr sensibel und passen sich in diesem Zeitraum flexibel an die Umwelt und Bindungspersonen an (Howe, 2015). Auch die Pubertät stellt erneut eine vulnerable Phase dar, die von der Ablösung von den elterlichen Bindungspersonen und dem Entstehen neuer Bindung zu Gleichaltrigen gekennzeichnet ist (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019). Allgemein zeigt sich, dass die Stabilität der Bindung mit zunehmendem Alter steigt. Aber auch das Bindungsmuster eines Erwachsenen kann sich, sowohl von einem sicheren zu einem unsicheren Bindungsmuster als auch umgekehrt, verändern (Howe, 2015). So können traumatische Ereignisse, wie der Verlust einer geliebten Person, die Trennung von einem Lebenspartner (Sbarra & Hazan, 2008) oder Kriegserfahrungen (Mikulincer et al., 2011) ein zuvor sicheres Bindungsmuster in ein unsicheres wandeln (Gillath et al., 2016). Positive Erfahrungen, wie eine stabile Partnerschaft oder Psychotherapie können jedoch auch ein zuvor unsicheres Bindungsmuster in ein sicheres transformieren (Main et al., 1985; Pearson et al., 1994; Taylor et al., 2015). Ausschlaggebend für eine positive Veränderung ist der Erwerb von reflektierenden Fähigkeiten über die eigenen Gefühle und Erfahrungen (Berry & Danquah, 2016; Cobb & Davila,

2009; Howe, 2015). Entscheidend für das Bindungsmuster ist somit die mentale Repräsentation und die angemessene Interpretation des Erlebten (George et al., 1996; van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019).

2.2 Transgenerationale Übertragung von Bindung

Untersuchungen haben gezeigt, dass man mit einer hohen Wahrscheinlichkeit den Bindungstyp eines Kindes anhand der Bindungseinstellung der Eltern vorhersagen kann (Howe, 2015; van Ijzendoorn, 1995; Verhage et al., 2016). Dieser Zusammenhang wurde erstmals von Main, Kaplan und Cassidy (1985) aufgezeigt. In ihrer Studie belegten die Autor*innen, dass Eltern, abhängig von ihren inneren Arbeitsmodellen, auf unterschiedliche Art und Weise über ihre eigenen Bindungserfahrungen sprechen. Diese Unterschiede standen wiederum in Beziehung zu der Bindungsqualität mit ihren eigenen Kindern. Der Mechanismus, der beide innere Arbeitsmodelle von Eltern und Kind verbinden soll, ist die Feinfühligkeit der Eltern. Diese nehmen die Signale und Bedürfnisse ihres Kindes, basierend auf ihren eigenen Bindungsstilen unterschiedlich wahr und reagieren entsprechend unterschiedlich auf diese (Verhage et al., 2016). Jedoch zeigte die erste metaanalytische Untersuchung zu diesem Thema, dass die Feinfühligkeit der Eltern nur 25% der Beziehung zwischen den beiden Bindungstypen von Elternteil und Kind erklären konnte. Somit blieb der überwiegende Prozentsatz der Variabilität des Bindungstyps des Kindes unerklärt. Diese Wissenslücke benannte van Ijzendoorn als den *Transmission Gap* (van Ijzendoorn, 1995). Es gibt demnach eine signifikante Lücke in dem, was wir verstehen, wie Bindung über Generationen hinweg weitergegeben wird. Eine neue Metaanalyse aus dem Jahr 2016 konnte die Übereinstimmung zwischen der elterlichen Bindungsrepräsentation und dem kindlichen Bindungstyps bestätigen. Das *Transmission Gap* konnte insgesamt in den vergangenen 20 Jahren von fast 75% auf etwas weniger als 50% reduziert werden (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016). Jedoch ist die Stärke dieses Übertragungseffekts unter anderem von Variablen wie dem psychosozialen Risikostatus der Eltern und dem Alter des Kindes abhängig (Verhage et al., 2016). Auch zeigte die Untersuchung aus dem Jahr 2016, dass das Kind eines autonom gebundenen Elternteils mit einer höheren Wahrscheinlichkeit wiederum

sicher gebunden ist, als dass es unsicher gebunden ist. Auch gab es mehr Eltern mit einer unsicheren Bindung als unsicher gebundene Kinder. Die Autor*innen interpretieren dies als Indikator dafür, dass unsicher gebundene Eltern in der Lage sind eine sichere Bindung zu ihren Kindern herzustellen (Verhage et al., 2016).

Eine weitere Metaanalyse aus dem Jahr 1997 untersuchte, welche weiteren Faktoren des elterlichen Verhaltens, neben der elterlichen Feinfühligkeit, die Entwicklung des kindlichen Bindungstyps formen. Es zeigte sich, dass unter anderem Faktoren wie emotionale Unterstützung und eine allgemeine positive Einstellung der Mutter einen entscheidenden Einfluss auf den Bindungstyp des Kindes haben. Die Autor*innen schlussfolgerten, dass ein komplexes, multidimensionales Verständnis für die Untersuchung der transgenerationalen Übertragung von Bindung erforderlich ist (de Wolff & van Ijzendoorn, 1997).

Seitdem zeigte eine Vielzahl an Studien, dass neben elterlicher Feinfühligkeit sowohl Faktoren wie Strukturen innerhalb der Familie und die Beziehungsqualität der Eltern (Verhage et al., 2016), als auch kognitive Konzepte wie die Mentalisierungsfähigkeit der Eltern (Settle et al., 2015; Zeegers et al., 2017) einen Einfluss auf die Weitergabe der Bindung haben. Auch die elterliche Autonomieunterstützung scheint eine entscheidende Rolle zu spielen (Grossmann et al., 2008). Im Folgenden werden die Konzepte der elterlichen Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung ausgeführt.

2.3 Feinfühligkeit

Über Jahrzehnte hinweg wurde die *elterliche Feinfühligkeit* als der Hauptmechanismus der Übertragung von Bindung zwischen Bezugsperson und Kind gesehen (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019). Mary Ainsworth (1977) definierte Feinfühligkeit als die Fähigkeit auf die Bedürfnissignale des Kindes angemessen und unverzüglich zu reagieren. Dazu gehören vier Komponenten. Erstens muss die Bindungsperson die Signale des Kindes wahrnehmen. Zweitens müssen diese Signale korrekt interpretiert werden. Drittens muss auf die Interpretation möglichst ohne Verzögerung eine Reaktion erfolgen, welche viertens, angemessen sein muss (Ainsworth & Bell, 1977). Sollten alle vier Komponenten der Feinfühligkeit erfüllt werden, lernt das Kind,

dass es verlässlich und liebevoll umsorgt wird, entwickelt so eine sichere Bindung zu der Bezugsperson und kann von dieser sicheren Basis aus die Welt erkunden (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019). Die Beziehung zwischen dem fürsorglichen Verhalten der Mutter und dem Bindungsstil des Kindes wurde wiederholt untersucht und als eine robuste, kausale Verbindung bestätigt (de Wolff & van Ijzendoorn, 1997; Lucassen et al., 2011; van Ijzendoorn, 1995; van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016).

2.4 Mentalisierungsfähigkeit

Eine weitere Forschungsrichtung, welche die Übertragungswege von Bindung untersucht, ist die der Mentalisierung (Fonagy et al., 1991; Fonagy & Target, 1997; Zeegers et al., 2017). Hierbei beschreibt Mentalisierung die Fähigkeit eigene innere Zustände und die anderer Menschen angemessen wahrnehmen und reflektieren zu können und die Motivation und Intentionen hinter dem eigenen Verhalten und dem Anderer zu verstehen (Zeegers et al., 2017). Dieses Konzept wurde erstmals mit Bindung in Zusammenhang gebracht, als eine Studie von Fonagy et al. (1991) zeigte, dass autonom gebundene Erwachsene das Verhalten ihrer Eltern in ihrer Kindheit öfters im Zusammenhang mit den elterlichen Beweggründen und Intentionen beschrieben, als unsicher gebundene Erwachsene. Gleiches gilt auch für das eigene Verhalten, von welchem sicher gebundene Menschen vermehrt im Zusammenhang mit den eigenen Gefühlen und Gedanken berichten. Auch die Verbindung zwischen den Mentalisierungsfähigkeit der Eltern und der Bindungsentwicklung des Kindes wurde von Fonagy et al. (1991) hergestellt. Das Forscher*innenteam erklärte, dass durch eine akkurate Interpretation der mentalen Zustände des Kindes und ein Spiegeln dieser, die Kinder eine sichere Verbindung und ein Verständnis von ihre eigenen inneren emotionalen Bewegungen und Gedanken entwickeln. Durch diese Sicherheit ist das Kind angeregt seine oder ihre innere und äußere Welt zu erkunden und somit auch das Verhalten anderer Menschen besser zu verstehen. Es entwickelt eine hohe Mentalisierungsfähigkeit (Fonagy et al., 1991; Fonagy & Target, 1997).

Für diesen Zusammenhang wurde der Begriff *elterliche Mentalisierung* gewählt. Er beschreibt die elterliche Fähigkeit die inneren Zustände ihrer Kinder zu erkennen und in Erinnerung zu behalten, wenn sie mit ihrem Kind

interagieren. Dabei spielt auch die Frequenz, Dauer und Richtigkeit der Interpretationen des kindlichen Verhaltens eine bedeutende Rolle (Sharp & Fonagy, 2008). Eine Metaanalyse aus dem Jahr 2017 konnte zeigen, dass elterliches Mentalisieren sowohl im Zusammenhang mit einer sicheren kindlichen Bindung, als auch mit der Feinfühligkeit der Eltern, steht. Die Mentalisierungsfähigkeit und Feinfühligkeit der Eltern wiesen eine gleich starke Beziehung zur Eltern-Kind-Bindung auf. Zusammen konnten sie 12% der Varianz der Bindung erklären. Des Weiteren konnte ein signifikanter Mediationseffekt von Feinfühligkeit in der Beziehung zwischen Mentalisierung und Bindung gezeigt werden. Zuletzt erklärte die elterliche Mentalisierungsfähigkeit 8% der Varianz der elterlichen Feinfühligkeit. Somit gibt es zwischen den Konzepten der Mentalisierung und Feinfühligkeit zum einen eine Überschneidung, während sie beide jeweils einen exklusiven Einfluss auf die Bindung zwischen Eltern und Kind haben (Zeegers et al., 2017). Für einen feinfühligem Umgang mit einem Kind muss die Bindungsperson die innere Welt des Kindes verstehen, um angemessen und schnell darauf zu reagieren können. Elterliche Mentalisierungsfähigkeit stellen somit eine Voraussetzung für Feinfühligkeit dar (Slade, 2005; Zeegers et al., 2017). Jedoch ist einschränkend anzumerken, dass ein akkurates Verständnis der inneren Welt des Kindes nicht automatisch beinhaltet, dass die Bindungsperson dieses Wissen in ein angemessenes Verhalten dem Kind gegenüber umsetzen kann (Zeegers et al., 2017).

2.5 Autonomieunterstützung

Untersuchungen haben gezeigt, dass neben Feinfühligkeit auch soziales Verhalten der Eltern, welches das Explorationssystem des Kindes unterstützt, zur Entwicklung der kindlichen Bindung beiträgt (Anderson, 2020; Bernier et al., 2014). Sich gebundene Kinder machen die Erfahrung, dass sie während ihres explorativen Spielens unterstützt werden und können innerlich mit der Bindungsperson verbunden bleiben. Ein unsicher gebundenes Kind erkundet die Welt, wird dabei jedoch nicht unterstützt und fühlt sich innerlich abgekapselt. Daher brauchen Kinder sowohl eine feinfühlig Hilfe, wenn sie sich bedroht fühlen, als auch eine feinfühlig Unterstützung beim Erkunden der Welt (Grossmann et al., 2008). Diese Erkenntnisse stimmen mit den grundlegenden Annahmen von Mary Ainsworth überein. Diese besagten, dass die

Bindungsperson eine sichere Basis darstellt, von der das Kind nicht nur alleine explorieren kann, sondern mit der es gemeinsam die Welt erkundet (Ainsworth et al., 1978). Der aus der Selbstbestimmungstheorie (SDT) (Deci & Ryan, 2002) abgeleitete Begriff der *elterlichen Autonomieunterstützung* bedeutet in diesem Kontext, dass die Bindungsperson das Kind in einer Weise unterstützt, die es dem Kind ermöglicht sich selbst als kompetent, handlungsfähig und erfolgreich zu erleben (Bernier et al., 2014). Autonomieunterstützung ist in diesem Kontext somit gegenteilig der psychologischer Kontrolle oder der Ausübung von Macht konzeptualisiert (Joussemet et al., 2008). Eine Untersuchung von Bernier et al. (2014) zeigte, dass mütterliche Autonomieunterstützung einen ungefähr gleichgroßen Anteil der Varianz im Bindungstyp des Kindes erklärte wie die mütterliche Feinfühligkeit. Die Studie zeigte sogar, dass beide Faktoren zusammen eine fast vollständige Mediation der Beziehung zwischen dem Bindungstyp der Mutter und des Kindes erreichen und somit der Transmission Gap in dieser Studie geschlossen werden konnte. Die Autor*innen erklären, dass sicher gebundene Bezugspersonen intrapsychisch über ein gesundes Wechselspiel zwischen dem Explorations- und Bindungssystem verfügen. Dadurch sind sie mit einer größeren Bandbreite an elterlichen Verhaltensmöglichkeiten ausgestattet und weisen möglicherweise eine höhere Toleranz und eine wohlwollende Einstellung dem Kind gegenüber auf. Man kann davon ausgehen, dass Bindungspersonen, die eine höhere Fähigkeit zur Autonomieunterstützung haben, auch eine hohe Feinfühligkeit aufweisen.

2.6 Der Zusammenhang von Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung

Bei der Bindungsentwicklung sind, wie angemerkt, zwei Systeme, die in einer gesunden Balance zueinanderstehen sollten, sehr wichtig, das Bindungssystem und das Explorationssystem (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980; Strauß, 2014). Während elterliche Feinfühligkeit als Reaktion auf das aktivierte Bindungssystem wichtig ist und die gesunde Entwicklung dieses Systems bestimmt, wird das Explorationssystem durch die Autonomieunterstützung gefördert (Whipple et al., 2011). Somit haben beide elterlichen Verhaltensweisen einen grundlegenden Einfluss auf die Entwicklung des Kindes. Ebenso wie Autonomieunterstützung (Bernier et al., 2014), konnte auch bei der elterliche

Mentalisierung, neben der elterlichen Feinfühligkeit, ein exklusiver Einfluss auf die Bindungsentwicklung des Kindes festgestellt werden (Zeegers et al., 2017). Da elterliche Feinfühligkeit dadurch gekennzeichnet ist, dass die Eltern die innere Welt des Kindes akkurat verstehen müssen um angemessen auf diese einzugehen (Ainsworth & Bell, 1977), kann davon ausgegangen werden, dass elterliche Mentalisierung zumindest zum Teil eine Voraussetzung für die Feinfühligkeit der Eltern ist (Slade, 2005; Zeegers et al., 2017).

Anhand der hier angeführten Studien lässt sich der basale Einfluss dieser drei Faktoren auf die Übertragung von Bindung zwischen Eltern und Kind belegen, während die Konzepte zu einem signifikanten Ausmaß korrelieren (Bernier et al., 2014; Whipple et al., 2011; Zeegers et al., 2017). Beispielweise setzt angemessene Autonomieunterstützung voraus, dass die Eltern verstehen was in ihren Kindern vorgeht, um ihnen Hilfestellungen und Unterstützung zu bieten. Gleichzeitig muss die Hilfestellung jedoch auch feinfühlig sein, damit sie für die Kinder nicht als grenzüberschreitend oder vernachlässigend wahrgenommen werden. Somit braucht es für Autonomieunterstützung sowohl Feinfühligkeit als auch Mentalisierung. Zur selben Zeit ist die Mentalisierungsfähigkeit auch eine Voraussetzung für Feinfühligkeit, da man nur angemessen auf ein Bedürfnis reagieren kann, wenn man dieses akkurat versteht. Die elterliche Mentalisierungsfähigkeit ist somit eine Voraussetzung für Feinfühligkeit, jedoch als kognitives Konzept unabhängig von den anderen beiden.

3 Fragestellung

Mehr als 25 Jahre nach der ersten metaanalytischen Untersuchung zur transgenerationalen Übertragung von Bindung und der Einführung des Begriffs des Transmission Gaps, kann die Forschung weiterhin einen Großteil der Übertragung von Bindung von Generation zu Generation nicht erklären. Die elterliche Feinfühligkeit wird bis heute als cardinaler Mechanismus der Bindungsübertragung gesehen und wurde als ein robuster Faktor in der Übertragung von Bindung bestätigt (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016). Die Fülle an quantitativer Forschung zur Bindungsübertragung (Bernier et al., 2014; Lucassen et al., 2011; Sette et al., 2015; van Ijzendoorn, 1995; van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019;

Verhage et al., 2016; Zeegers et al., 2017), kann jedoch nur 50% der Varianz in der kindlichen Bindung erklären (Verhage et al., 2016). Als Grund hierfür werden unter anderem Probleme der statistischen Methodik genannt (Verhage et al., 2016), während Bernier et al. (2014) anmerken, dass auch die bisherige theoretische Herangehensweise als zu reduktionistisch gesehen werden kann. Die Autorinnen weisen darauf hin, dass in der Untersuchung der Bindungsübertragung Verhaltensweisen der Eltern, welche schon von Mary Ainsworth (Ainsworth & Bell, 1977) als basale Mechanismen für die Entwicklung einer sicheren Bindung benannt wurden, großteils außer Acht gelassen werden. Hierzu zählen die Mentalisierungsfähigkeit der Eltern (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Zeegers et al., 2017), und die elterliche Autonomieunterstützung (Bernier et al., 2014; Whipple et al., 2010).

Zum Zeitpunkt dieser Untersuchung (Mai 2020) ist der Autorin keine Studie bekannt, die alle drei angeführten basalen Faktoren der Bindungsübertragung gemeinsam untersuchen hätte. Daher hat diese Studie, mit einem qualitativen, explorativen Forschungsdesign, zum Ziel eine erste Untersuchung dieser Triade im Zusammenhang mit Bindung zu bieten.

Die hier angeführte Studie begrenzt sich auf den Einfluss der Mutter in der Übertragung von Bindung und wird dem qualitativen Studiendesign der interpretativen phänomenologischen Analyse (IPA) (Howitt, 2013; Smith & Osborn, 2003) folgen. So soll ein semi-strukturiertes Interview mit Müttern erwachsener Kinder diese dazu anregen über ihre Beziehungen zu ihrer eigenen Mutter und ihren erwachsenen Kindern zu reflektieren und hieraus Schlussfolgerungen über Unterschiede, Gemeinsamkeiten und Wünsche an die jeweilige Beziehung zu ziehen. Es sollen folgende offene Fragestellungen untersucht werden: „Wie beschreiben und begründen Mütter die Unterschiede und Gemeinsamkeiten in der Beziehung zu ihrer Mutter und ihrem Kind?“. Durch die Analyse dieser Beschreibungen im Hinblick auf die Übertragungsmechanismen, sollen Schlussfolgerungen über die Weitergabe von Bindung ermöglicht werden. Die Autorin hofft mit dieser Untersuchung des mütterlichen biografischen Narrativs einen neuen Blickwinkel auf die Übertragung von Bindung zu ermöglichen und die Konzepte der elterlichen Feinfühligkeit, Mentalisierung und Autonomieunterstützung als Triade in die Forschung einzuführen.

4 Methode

4.1 Stichprobenbeschreibung und -rekrutierung

Für die vorliegende Studie wurden Frauen gesucht, deren erwachsene Kinder innerhalb der letzten zwei Jahre ausgezogen waren. Dieser Zeitrahmen wurde gewählt, da das Ausziehen der Kinder einen entscheidenden Lebensübergang für Eltern darstellt, der sowohl positive als auch negative Emotionen auslösen kann (Bouchard, 2014). In dieser Phase der Ablösung kann ein neuer reflektierender Prozess über die eigene Elternschaft angestoßen werden, da die Eltern durch die Loslösung der Kinder aus dem Alltag einen neuen Abstand und eine neue Perspektiven auf die Beziehung zu diesen finden können (Chapman & Schramm, 2018). Da gerade bei Familien mit mehreren Kindern der Auszug und die damit einhergehenden Veränderungen bei den Eltern ein fortschreitender Prozess ist (Bouchard, 2014) durfte maximal ein erwachsenes Kind weiterhin im selben Haushalt wohnen. Dieses Kriterium erhöhte gleichzeitig die Wahrscheinlichkeit einer erfolgreichen Rekrutierung. Aufgrund der weltweiten Covid19-Pandemie war eine Durchführung der Interviews via einer Online-Video-Konferenzplattformen (bsp. Zoom) am sichersten. Somit konnte die Rekrutierung, neben dem Raum Wien, auf Österreich und Deutschland erweitert werden. Rekrutiert wurde mit Hilfe eines Flyers (siehe Appendix C) über das soziale Netzwerk Facebook und den Freundes- und Bekanntenkreis der Autorin.

Bei der ersten Kontaktaufnahme möglicher Teilnehmerinnen wurde ein kurzer demografischer Fragebogen mitgeschickt, um sicherzustellen, dass die Frauen die Aufnahmekriterien erfüllten. Dieser Fragebogen ist in Appendix D zu finden. Auch konnten die Frauen anhand einer offenen Frage Informationen angeben, von denen sie meinten, dass sie die für die Durchführung der Interviews relevant sein könnten. Beispielsweise gab eine potentielle Teilnehmerin an, dass sie aufgrund einer komplexen Traumafolgestörung in psychotherapeutischer Behandlung sei. Da die erlebten Traumata in ihrer Kindheit stattfanden und die Autorin sich nicht qualifiziert fühlte unter diesen Umständen das Interview durchzuführen, wurde die Teilnahme dieser Frau an

der Studie abgelehnt. Eine weitere Teilnehmerin wurde abgelehnt, da zwei ihrer Kinder noch minderjährig waren.

Die finale Stichprobe bestand aus zwei Frauen aus Wien, zwei in Deutschland lebenden Frauen und einer deutschen Staatsbürgerin, die in die USA emigriert ist. Alle fünf Frauen waren verheiratet und das Durchschnittsalter betrug 53 Jahre. Die Teilnehmerinnen hatten jeweils zwei oder drei Kinder, die zwischen 19 und 25 Jahren alt waren. Bei zwei der Mütter lebte jeweils noch ein erwachsenes Kind zu Hause und bei zwei weiteren Frauen war jeweils eins der Kinder, aufgrund der Covid19-Pandemie, übergangsweise wieder zurückgekehrt.

4.2 Untersuchungsmaterialien

Für die Durchführung der Interviews wurde ein semi-strukturierter, theoriegeleiteter Interviewleitfaden erstellt. Dieser unterteilte sich in vier Abschnitte und ist vollständig in Appendix E vorzufinden.

Im ersten Abschnitt ging es darum ein Bild der Teilnehmerin zu kriegen und einen leichten Einstieg für diese in das Interview zu finden. So wurden die Frauen gebeten ihre aktuellen Lebenssituation (Arbeit, Partnerschaft, Freizeit) und die Lebenssituation der Kinder (Ausbildung, Arbeit, Beziehung) zu beschreiben.

Der zweite Abschnitt fokussierte sich auf die Beziehung zwischen der Teilnehmerin und ihren Kindern. Mit einer an das Adult Attachment Interview (George et al., 1996; Hesse, 2008) angelehnten Einstiegsfrage, sollten die Teilnehmerinnen die Beziehung zu jedem Kind in fünf Adjektiven beschreiben. Dadurch sollten die ersten reflektierenden Prozesse angestoßen werden. Gefolgt wurde dies von jeweils zwei Fragen zu den Themenbereichen Mentalisierung und Autonomieunterstützung. Die Fragen zum Bereich Mentalisierung wurden an Fonagy et al. (2016) und Zeegers et al. (2017) angelehnt. Beispielweise wurden die Frauen gefragt: „Haben Sie das Gefühl, dass Sie immer nachvollziehen konnten, was in Ihren Kindern vorging?“. Die Fragen zur Autonomieunterstützung waren an Parker et al. (1979) angelehnt und beinhalteten Fragen wie: „Fiel es Ihnen schwer zu sehen, wie Ihre Kinder erwachsen wurden?“. Zuletzt wurde für das Erfragen der mütterlichen Feinfühligkeit ein an Hänggi et al. (2010) angelehntes Szenario zu einer abendlichen Situation genannt, wo die Kinder nicht schlafen konnten oder Alpträume hatten. Die Mütter wurden gefragt, wie sie

in dieser Situation reagiert hätten und ob sie ihre emotional aufgewühlten Kinder hätten beruhigen können.

Der dritte Teil des Interviews beinhaltete Fragen zu der Beziehung zwischen den Teilnehmerinnen und ihren Müttern, welche der gleichen inhaltlichen Struktur folgten wie der zweite Teil. Auch hier sollten die Teilnehmerinnen die Beziehung zu ihren Müttern in Adjektiven beschreiben (George et al., 1996; Hesse, 2008). Gefolgt wurde dies von zwei Fragen bezüglich der wahrgenommenen Mentalisierungsfähigkeit ihrer Mütter. Beispielweise wurde gefragt: „Haben Sie sich als Kind von Ihrer Mutter emotional gesehen gefühlt?“ (Fonagy et al., 2016; Zeegers et al., 2017). Die drei Fragen zur Autonomieunterstützung, wie: „Hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Mutter Sie unterstützt die Welt zu erkunden?“, waren erneut an Parker et al. (1979) angelehnt. Zuletzt folgten drei Fragen zur Feinfühligkeit der Mütter, welche an Howe (2015) und Siegel und Payne Bryson (2020) angelehnt waren. Als Beispiel kann folgende Frage angeführt werden: „Hatten Sie als Kind das Gefühl, dass Ihre Mutter warm und liebevoll mit Ihnen ist?“.

Der letzte Teil des Interviews bezog sich auf einen direkten Vergleich zwischen dem Umgang der eigenen Mutter und dem Umgang mit den eigenen Kindern und ist nicht an bestehender Literatur angelehnt. Um den Frauen nach den Fragen zu den Beziehungen zu Kindern und Müttern eine Möglichkeit zu geben, sich zu sammeln, wurde mit der Frage eröffnet, wie es den Frauen in dem jetzigen Moment ginge und was sie denken würden. Darauf folgten Fragen wie: „Was war Ihnen besonders wichtig, was Sie ihrem Kind in seinem/ihrer Leben mitgeben wollten?“, sowie Fragen, was die Teilnehmerinnen in der Beziehung zu ihren Kindern anders machen wollten als ihre eigene Mutter in ihrer Kindheit und was sie genauso machen wollten wie ihre Mutter. Auch wurde gefragt, welche anderen Bezugspersonen, abgesehen von ihrer Mutter, ihre Bindungserfahrungen und Beziehungen zu anderen Menschen beeinflusst hätten. Diese Frage wurde eingefügt, da die Untersuchung sich zwar hauptsächlich auf die mütterliche Weitergabe von Bindung bezieht, jedoch die Möglichkeit gegeben werden sollte, andere wichtige Bezugspersonen in das Narrativ der Frauen und somit die Analyse zu integrieren. Zuletzt folgte eine Frage, ob die Teilnehmerinnen sich jemals therapeutisch oder privat mit ihrer Kindheit auseinandergesetzt hätten. Diese Frage wurde hinzugefügt, da

Untersuchungen zeigen, dass v.a. auch durch therapeutische Arbeit der Bindungsstil verändert werden kann (Taylor et al., 2015). Dieser potentielle Einflussfaktor wurde daher in die Studie miteingeschlossen.

4.3 Durchführung

Die Interviews fanden zwischen dem 20.05.2020 und 10.06.2020 statt. Die Interviews mit den in Wien ansässigen Frauen konnten vor Ort stattfinden, während die übrigen drei Gespräche online erfolgten. Bei der Durchführung der Online-Interviews wurde darauf geachtet, dass sowohl die Teilnehmerin als auch die Interviewerin, ihre Kameras dauerhaft aktiviert hatten, um im Rahmen des Möglichen eine persönliche Verbindung herzustellen und die emotionalen Reaktionen der Teilnehmerinnen besser einschätzen zu können. Die Interviews dauerten zwischen 39 und 137 Minuten.

4.4 Auswertung

Das Audiomaterial der Interviews wurde nach den Transkriptionsregeln von Rädiker und Kuckartz (2019) mit der Analysesoftware MAXQDA 2020 (VERBI Software, 2019) transkribiert.

In der Datenauswertung kam das Analyseverfahren der interpretativen phänomenologischen Analyse (IPA) (Howitt, 2013; Smith & Osborn, 2003) zur Anwendung. Die IPA ist, mit ihrem interpretativen, reflektiven Ansatz, hoch qualifiziert, um komplexe, subjektive Erfahrungen zu untersuchen (Brocki & Wearden, 2006). Im Fall der transgenerationalen Übertragung von Bindung ist die IPA besonders gut geeignet, da neben einer Zusammenführung der Gemeinsamkeiten und Unterschiede alle Teilnehmer*innen, auch interpretative Zusammenhänge zwischen den Aussagen gezogen werden können. Sie ermöglicht sowohl eine übergreifende Kategorienbildung, während auch die individuellen Erfahrungen und Unterschiede der Teilnehmerinnen hervorgehoben werden können. Die IPA bietet somit eine besondere Vielfalt an explorativen, induktiven Möglichkeiten. (Smith, 2004). Die Durchführung der Analyse orientierte sich an den Richtlinien von Howitt (2013) und Smith und Osborn (2003). Jedes Interview wurde vorerst getrennt analysiert, um diese Ergebnisse später zu einem übergreifenden Kategoriensystem zusammenzuführen.

In einem ersten Schritt wurde das zu untersuchende Interview mehrmals gelesen, wobei Notizen am linken Textrand gemacht wurden. Diese Notizen beinhalteten sowohl Zusammenfassungen des Gesagten als auch reflektive Gedanken der Autorin. Bei jedem erneuten Lesen wurden die Notizen ergänzt und erste Zusammenhänge notiert.

In einem zweiten Schritt wurden aus den entstandenen Notizen übergreifende Themen extrahiert und am rechten Textrand vermerkt. Hierbei wurde darauf geachtet, dass sich diese zunehmend abstrakteren, theoriegeleiteten Themen weiterhin mit Zitaten belegen ließen. Dieses Vorgehen des Entstehens der übergeordneten Kategorien entspricht dem interpretativen Ansatz der IPA. Die Autorin legte während der Auswertung geplante Pausen ein, um über die in ihr, durch die Geschichten und Erzählweisen der Teilnehmerinnen, ausgelösten Gefühle reflektieren zu können. Dieser Schritt wurde im Verlauf der Auswertung regelmäßig durchgeführt. Dies hatte zum Ziel die Interpretation möglichst frei von der Subjektivität der Autorin zu halten.

In einem dritten Schritt wurden alle entdeckten Themen inhaltlich gruppiert und diese Gruppierungen erneut mit Zitaten der Teilnehmerin belegt. Es wurde darauf geachtet, ob die entstandenen Kategorien sich mit aus der psychologischen Theorie bekannten Begriffen benennen lassen. Diese drei Schritte wurden mit allen fünf Interviewtranskripten durchgeführt.

Im letzten Schritt wurden nun alle Kategorien aus allen fünf Interviews zusammengeführt. Hierbei wurde sowohl auf überschneidende Themen als auch auf Unterschiede geachtet. Die entstandenen Kategorien und Unterkategorien werden im Folgenden angeführt und mit Zitaten belegt.

5 Resultate

Im Verlauf des interpretativen phänomenologischen Analyseverfahrens und dem Zusammenführen aller Ergebnisse konnten sieben Hauptkategorien mit jeweils zwei bis sechs Subkategorien gebildet werden. Die sieben Hauptkategorien sind *Beziehung zur eigenen Mutter, Beziehung zu den eigenen Kindern, bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe, Erfahrungen mit Traumata, Beziehungen zu anderen Bezugspersonen, transgenerationale Weitergabe* und *Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung*. Eine Auflistung der

Hauptkategorien und der jeweiligen Anzahl der Subkategorien befindet sich in Tabelle 1. Im Folgenden wird jede Kategorie mit den dazugehörigen Subkategorien angeführt und mit Zitaten der Teilnehmerinnen veranschaulicht. Hierbei ist anzumerken, dass, obwohl viele der Subkategorien auf mehrere Teilnehmerinnen zutreffen, die individuellen Unterschiede innerhalb der Subkategorien prominent und aussagekräftig sind.

Tabelle 1

Übersicht über die Hauptkategorien und jeweilige Anzahl der Subkategorien

Hauptkategorie	Anzahl der Subkategorien
5.1 Beziehung zur eigenen Mutter	6
5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern	3
5.3 Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe	2
5.4 Erfahrungen mit Traumata	3
5.5 Beziehungen zu anderen Bezugspersonen	-
5.6 Transgenerationale Übertragung	5
5.7 Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Mentalisierung und Autonomieunterstützung	2

5.1 Beziehung zur eigenen Mutter

Aus der Analyse der gesammelten Daten, konnte die Kategorie *Beziehung zur eigenen Mutter* zusammengefasst werden. Während alle fünf Teilnehmerinnen von einem unterschiedlichen Ausmaß an mütterlicher Mentalisierungsfähigkeit, Feinfühligkeit und Autonomieunterstützung berichteten, führten drei von fünf Teilnehmerinnen Beispiele emotionaler Vernachlässigung an und zwei Teilnehmerinnen berichteten von Entwertung durch ihre Mütter. Hierbei bedeutet emotionale Vernachlässigung das Fehlen an angemessener emotionaler Zuwendung und Versorgung des Kindes (Stoltenborgh et al., 2013). Des Weiteren berichteten zwei von fünf Teilnehmerinnen von einer Rollenumkehr mit der Mutter. Rollenumkehr oder auch Parentifizierung genannt, beschreibt eine

Umkehr in den Verantwortlichkeiten zwischen Eltern und Kind. Hierbei stellt das Kind die eigenen emotionalen Bedürfnisse hinten an, um sowohl eine emotionale oder auch instrumentelle Versorgung des Elternteils und/oder der Familie zu übernehmen (Schier et al., 2011). Eine Übersicht der in der Hauptkategorie 5.1 zusammengefassten Subkategorien befindet sich in Tabelle 2.

Tabelle 2

Übersicht über die Subkategorien der Hauptkategorie 5.1. Beziehung zur eigenen Mutter

Hauptkategorie	5.1 Beziehung zur eigenen Mutter
Subkategorien	5.1.1 Mütterliche Feinfühligkeit 5.1.2 Mütterliche Mentalisierungsfähigkeit 5.1.3 Mütterliche Autonomieunterstützung 5.1.4 Emotionale Vernachlässigung 5.1.5 Entwertung durch die Mutter 5.1.6 Rollenumkehr

5.1.1 Mütterliche Feinfühligkeit

In dieser Untersuchung wurde mütterliche Feinfühligkeit als das Ausmaß, in welchem sich die Teilnehmerinnen von ihren Müttern liebevoll und warm behandelt gefühlt haben, erfasst (Howe, 2015; Siegel & Payne Bryson, 2020). Hierbei ist die Annahme, dass bei einem feinfühligem Umgang der Mutter mit dem Kind, das Kind diese Fürsorge als liebevolles Verhalten erinnert. Inwieweit die Teilnehmerinnen ihre Mütter als Stütze und Hilfe in schweren Situationen erlebten, ist auch von Bedeutung, da ein feinfühligem Umgang in traurigen oder schwierigen Situationen als hilfreich und angemessen erinnert werden würde. In den Interviews zeigten sich bedeutsame individuelle Unterschiede, inwieweit die Teilnehmerinnen ihre Mütter als feinfühlig erinnerten. Allgemein kann jedoch angemerkt werden, dass die Mehrzahl der Teilnehmerinnen ihre Mütter als unzureichend feinfühlig beschrieben.

Teilnehmerin 2 erinnerte ihre alleinerziehende Mutter als sehr liebevoll.

„Wie gesagt, ich wurde mit Liebe überschüttet.“ (T2)

Teilnehmerin 4 berichtet von einer Unsicherheit bezüglich der Frage, ob sie sich geliebt gefühlt habe.

„(...) von daher hat sie mich bestimmt geliebt, weil (ich) halt auch so gut funktionierte (...).“ (T4)

Für Teilnehmerin 5 stand im Vordergrund, dass die Zuneigung ihrer Mutter nicht an ihren kindlichen Bedürfnissen orientiert war, sondern an der Stimmung ihrer Mutter.

„(...) ich finde die [ihre Mutter] ist warm und liebevoll mit mir, wenn sie es will und nicht, wenn ich es brauche.“ (T5)

Auch gaben zwei von fünf Teilnehmerinnen (T4, T5) an, dass die Hilfe ihrer Mütter in schweren Situationen nicht hilfreich war.

„(...) sondern weil ich irgendwie wusste, dass egal was sie [ihre Mutter] sagen würde, es wäre irgendwas falsch, was mich nur verletzen würde. Selbst wenn es gut gemeint gewesen wäre.“ (T5)

Zuletzt beschrieb Teilnehmerin 1 die Fürsorglichkeit ihrer Mutter als sehr gering, während sie gleichzeitig versuchte diese durch andere negative Vergleiche zu aufzuwerten.

„Sie [ihre Mutter] war nicht ungut. Sie war auch ... Aber so zärtlich, feinfühlig...Nein. Aber war zugänglich. Also war nicht gewalttätig. Das auch nicht. Das war alles eher so lauwarm. So würde ich das bezeichnen.“ (T1)

5.1.2 Mütterliche Mentalisierungsfähigkeit

In Anlehnung an Fonagy et al. (2016) und Zeegers et al. (2017) wurden die Mentalisierungsfähigkeit erfasst, indem gefragt wurde, ob die Teilnehmerinnen sich von ihren Müttern emotional wahrgenommen gefühlt und

ob ihre Mütter sich für ihre innere Welt und Gedanken interessiert hätten. Es zeigte sich, dass die Teilnehmerinnen sich zu einem unterschiedlichen Ausmaß gesehen und verstanden gefühlt haben.

Zwei von Fünf Teilnehmerinnen (T2, T3) gaben an sich von ihren Müttern gesehen und verstanden gefühlt zu haben. Beispielweise antwortet Teilnehmerin 2 auf die Frage, ob ihrer Mutter sich für ihre Gedanken und Gefühlen interessiert hätte:

„Ja, das auf jeden Fall. Das schon. Ich konnte ihr auch wirklich alles sagen.“ (T2)

Teilnehmerin 3, deren Mutter in ihrer frühen Kindheit an einem Gehirntumor erkrankte, gab an, dass sie sich emotional gesehen gefühlt hätte, wenn die Mutter phasenweise trotz ihrer Erkrankung ansprechbar und zugewandt war.

„(...) (wenn die Mutter) Schmerztabletten genommen hat oder nicht diese Migräneschübe (hatte), dann war sie anders. Dann schon.“ (T3)

Jedoch gaben zwei Teilnehmerinnen (T4, T5) an, dass sie sich von ihren Müttern nicht verstanden gefühlt hätten.

„Meine Mutter war, glaub ich, bei meinen eigenen Sorgen, die ich so hatte als Jugendliche und als Kind, das hat sie nicht wirklich verstanden. Die hat versucht mich immer irgendwie aufzufangen aber richtig verstanden hat sie mich nicht.“ (T4)

Zuletzt gaben zwei Teilnehmerinnen (T1, T4) an, dass ihre Mütter kein Interesse an der inneren Welt ihrer Tochter gehabt hätten.

„Dadurch kommt auch dieses, dass sie [die Mutter] mich nicht versteht, weil sie das gar nicht versucht hat.“ (T4)

I: „Die Frage war, ob Sie als Kind das Gefühl hatte, dass sich Ihre Mutter für Ihre Gedanken, Gefühle und Meinungen interessierte?“

P1: „Gar nicht.“ (T1)

5.1.3 Mütterliche Autonomieunterstützung

Die Kategorie *mütterliche Autonomieunterstützung* beinhaltet, in welchem Ausmaß sich die Teilnehmerinnen von ihren Müttern zum einen unterstützt und zum anderen eingeschränkt und kontrolliert gefühlt haben (Joussemet et al., 2008; Parker et al., 1979; Whipple et al., 2011). Auch hier zeigten sich Unterschiede, inwieweit sich die Teilnehmerinnen unterstützt oder eingeschränkt gefühlt haben, wobei die Mehrzahl der Teilnehmerinnen angab, dass sie wenig Unterstützung erhalten hätten.

Teilnehmerin 2 beschrieb ihre Mutter als unterstützend und hat sie jedoch in anderer Hinsicht auch als kontrollierend wahrgenommen.

„Meine Mutter, die hat nie geklammert. Also sie hat mich gehen lassen und ich bin einfach gegangen.“ (T2)

„(...) weil sie [ihre Mutter] eben dachte, dass da der Freund, den ich da vielleicht hatte (...) irgendwas mit mir machen würde und dann hat sie halt mein Tagebuch gelesen.“ (T2)

Die anderen vier Teilnehmerinnen (T1, T3, T4, T5) fragten sich, ob ihre Mütter ihnen Freiraum und Vertrauen gegeben hatten oder ob dieser Freiraum eher Ausdruck von Vernachlässigung oder Desinteresse war. Unterstützung ihrer Autonomie hätten sie jedoch nicht erhalten.

„Ja, jetzt im Nachhinein denk ich mir, das war so eher eine Art der Vernachlässigung und nicht Freiraum.“ (T1)

„Meine Mutter, die hat das jetzt nicht bewusst mich machen lassen. Die hat einfach (gedacht) ... so ist die [Teilnehmerin 4] halt, die macht das jetzt.“ (T4)

5.1.4 Emotionale Vernachlässigung

Das Thema emotionaler Vernachlässigung wurde von drei Teilnehmerinnen besprochen (T1, T3, T4). Hierbei ging es zum einen um mangelndes Interesse und Nähe von Seiten der Mutter als auch um Schuldgefühle der Teilnehmerinnen, dass sie ihre Mütter negativ in Erinnerung haben.

„Wenn meine Eltern Urlaub machten und man nicht mit vier Kindern fahren (konnte), nehmen wir zwei mit und zwei bleiben bei den Großeltern zu Hause. Das war immer ich. (...) Und das sind Sachen, die weh getan haben. Nicht, dass ich zu Hause blieb, sondern, dass sie es nicht mal wissen (...), dass ich nie dabei war. Also, dass sie nicht mal auf dem Schirm hatten, dass das immer mit mir...“ (T4)

„(...) ich wollte mit ihr [ihre Mutter] sprechen und wirklich mit ihr so Eis essen gehen, aber sie hat irgendwie nie Zeit für mich gehabt.“ (T1)

„Keine Ahnung, warum ich so denke. Vielleicht ist das auch ganz ungerecht, ich denk mir manchmal: Vielleicht ist das so gemein, dass du so denkst. Sie [ihre Mutter] wollte doch gut.“ (T1)

5.1.5 Entwertung durch die Mutter

Zwei der fünf Teilnehmerinnen (T4, T5) berichteten von Entwertungserfahrungen durch ihre Mütter.

Bei Teilnehmerin 4 äußerte sich diese Entwertung darin, dass ihre Mutter ihre Gefühle bezüglich der Ungleichheit im elterlichen Umgang zwischen den Geschwistern nicht ernst nahm. Als sie die Mutter konfrontierte, dass sie oft nicht mit in den Urlaub genommen wurde, während ihre restlichen Geschwister mit verreisten, reagierten diese und ihr Vater herablassend.

„(...) es wurde darüber gelächelt, dass ich so ein Gerechtigkeitsgefühl entwickelt habe.“ (T4)

Bei Teilnehmerin 5, die kurz nach ihrer Geburt adoptiert wurde, zeigte sich diese Entwertung durch das Herabsetzen ihrer ersten jugendlichen Beziehung durch einen abfälligen Vergleich zu ihrer biologischen Mutter.

„Und da sagte sie [ihre Mutter] zu meinem Rest der Familie: ‚Naja, das ist eben von ihrer Mutter. Die hat sich auch immer die Falschen ausgesucht.‘ Und also die böse Interpretation ist: die hat mich einfach machen lassen und alles vertraut und was immer auch schief gegangen wäre, wäre eben nicht ihre Schuld, sondern die Schuld meiner Gene und meiner ursprünglichen Familie.“ (T5)

5.1.6 Rollenumkehr

Des Weiteren berichteten zwei der fünf Teilnehmerinnen (T3, T4) von einer Rollenumkehr mit ihren Müttern.

Bei Teilnehmerin 4 fand diese auf emotionaler Ebene statt. Sie wurde der emotionale Hafen für ihre Mutter, während diese jedoch emotional nicht unterstützend für sie zur Verfügung stand.

„Also ich bin Gesprächspartner dann und früher war es auch oft so von beiden Seiten [Vater und Mutter], dass ich so als emotionaler... dass ich auffangen musste, welchen Stress sie hatten, beide. Sie noch mehr. Sie kam immer zu mir, um bei mir ihre Not mit ihrem Mann abzulassen (...).“ (T4)

Teilnehmerin 3 berichtete von einer instrumentellen Rollenumkehr. Sie musste im Grundschulalter ihre krebserkrankte Mutter pflegen und war gleichzeitig für ihre Geschwister verantwortlich.

„Also ich hab schon sicher mit acht Jahren Essen für mich und die Mama gemacht, weil meine Brüder waren im Kindergarten oder im Hort.“ (T3)

„(...) dass sie [ihre Großeltern] erwartet haben, dass ich für meine jüngeren Brüder Verantwortung übernehme.“ (T3)

5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern

Die Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung der Teilnehmerinnen gegenüber ihren Kindern konnten unter der Hauptkategorie *Beziehung zu den eigenen Kindern* zusammengefasst werden. Anzumerken ist hier, dass es sich um die subjektive Wahrnehmung und Erinnerungen der Teilnehmerinnen handelt, die nicht mit ihren realen Handlungen gleichgesetzt werden können. Ein Überblick über die Subkategorien der Hauptkategorie 5.2 ist in Tabelle 3 zu finden.

Tabelle 3

Übersicht über die Subkategorien der Hauptkategorie 5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern

Hauptkategorie	5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern
Subkategorien	5.2.1 Feinfühligkeit gegenüber den eigenen Kindern 5.2.2 Mentalisierungsfähigkeit der Teilnehmerinnen 5.2.3 Autonomieunterstützung der eigenen Kinder

5.2.1 Feinfühligkeit gegenüber den eigenen Kindern

Die mütterliche Feinfühligkeit mit den eigenen Kindern wurde erfasst, indem die Teilnehmerinnen gefragt wurden, ob sie erinnerten, dass sie ihre emotional aufgewühlten Kinder beruhigen konnten. Auch die Antworten der Teilnehmerinnen zu dem im Interview angeführten Szenario wurden miteingeschlossen. Hierbei wurde darauf geachtet, als wie feinfühlig die Reaktionen der Teilnehmerinnen eingestuft werden konnten. Erneut finden sich in dieser Subkategorie individuelle Unterschiede, inwieweit die Teilnehmerinnen sich als feinfühlig beschrieben und inwieweit ihre Angaben als feinfühlig interpretiert werden konnten.

Drei der fünf Teilnehmerinnen (T1, T2, T4) waren sich bezüglich ihrer Feinfühligkeit und ihrer beruhigenden Fähigkeiten unsicher.

„Ich glaub schon. Ich hoffe, ich konnte sie [die Kinder] beruhigen.“ (T1)

„Wenn die [die Kinder] geweint haben, dann hab ich mich gekümmert, glaub ich.“ (T2)

„Aber ich glaub, was die Kinder selber angeht, das hab ich schon, glaub ich, schon mitbekommen und konnte sie da auch auffangen. Glaub ich schon.“ (T4)

Bei Teilnehmerin 3 konnte anhand ihrer Aussagen interpretiert werden, dass sie eine eingeschränkte Feinfühligkeit ihren Kindern gegenüber hatte, da sie angab ihre Kinder in frühen Kindheitsjahren nicht beruhigt haben zu können. Dieser Altersabschnitt ist jedoch sehr wichtig für die Entwicklung von Bindung und Sicherheit (Bowlby, 1969/1982; Howe, 2015).

„Ja. Also mit fünf schon [konnte sie die Kinder beruhigen]. Wie sie jünger waren nicht. Aber da muss man sich ja erst kennenlernen.“ (T3)

Anhand der Aussagen von zwei Teilnehmerinnen (T2, T5) kann angenommen werden, dass diese, zumindest teilweise, angemessen feinfühlig mit ihren Kindern waren. Dies zeigte sich darin, dass die Teilnehmerinnen angaben, dass sie individuell auf die Bedürfnisse ihrer Kinder eingingen und beschrieben sich feinfühlig verhalten zu haben.

„(...) die Eltern sind halt auch einfach dafür da die Kinder auch aufzufangen.“ (T2)

„(...) ich hab darauf reagiert was meine Kinder brauchten.“ (T5)

„(...) Und Sohn 2 konnte ich nie ablegen. (...) der hat dann wahnsinnig gemeckert (...) und dann hab ich den also übertrieben gesagt sechs Monate lange getragen.“ (T5)

5.2.2 Mentalisierungsfähigkeit der Teilnehmerinnen

Die Kategorie *Mentalisierungsfähigkeit der Teilnehmerinnen* gegenüber ihren Kindern beinhaltet Aussagen, inwieweit diese die innere Welt ihrer Kinder

nachvollziehen konnten. In dieser Kategorie wurden erneut individuelle Unterschiede in den Mentalisierungsfähigkeit der Teilnehmerinnen festgestellt.

Zwei der fünf Teilnehmerinnen (T1, T2) gaben an Interesse an den Meinungen und an der inneren Welt ihrer Kinder gehabt zu haben.

„Also es ist mir wichtig was sie [die Kinder] sagen. Und ich versuche das nicht zu werten. Ich versuche zu verstehen.“ (T1)

„Ich mag total gerne auch kleine Kindern. Ich mag total auch gerne Kinder in Jugendjahren, weil ich die immer verstehe. Das ist mein Hobby quasi Kind zu verstehen und Jugendliche zu verstehen.“ (T2)

Auch konnte bei zwei von fünf Teilnehmerinnen (T2, T5) angenommen werden, dass diese zumindest teilweise gute Mentalisierungsfähigkeit hatten, da sie ihre Kinder mit Hilfe der inneren Gedanken und Gefühle dieser beschrieben.

„(...) Also bei (Tochter1) war das so, dass sie immer gerne gesehen werden wollte und sich Gedanken gemacht hat, ob sie auch wirklich so ankommt wie sie wirklich denkt.“ (T2)

„(...) dann mit (Sohn2) war das ähnlich. Der hatte auch keine Ahnung. Also ich glaub noch weniger Ahnung. Ich glaube der war noch eher so gelähmt.“ (T5)

Jedoch gaben vier von fünf der Teilnehmerinnen (T1, T3, T4, T5) an zumindest eines ihrer Kinder zu nicht verstanden zu haben und teilweise bis heute nicht zu verstehen.

„Bei der (Tochter) nicht immer (...). Ja, es war anders als beim (Sohn), weil der (Sohn) konnte ich es besser nachvollziehen als bei ihr.“ (T3)

I: *„Hatten Sie denn das Gefühl, dass Sie nachvollziehen konnten, was in Ihren Kindern vorgeht?“*

T1: *„Nein.“ (T1)*

Es zeigte sich auch, dass die Teilnehmerinnen widersprüchliche Aussagen machten. So gab Teilnehmerin 4 beispielweise an, dass sie ihre Kinder immer gut verstanden hätte. Jedoch konnte sie in einem wiederkehrenden Konflikt zwischen den Kindern, in dem die große Schwester ihrem Bruder keinen Raum für die Entwicklung eigener Hobbys gab, nicht nachvollziehen was ihn ihrem Sohn vorging.

„(...) hattest du das Gefühl, dass du bei den Kindern, auch als sie kleiner waren, immer gut nachvollziehen konntest was in denen vorgeht?“

T4: „Ja. Ja. Beide.“ (T4)

„Und er [ihr Sohn] war dann oft auch, dass er dann einfach ... ob er genervt war, weiß ich gar nicht aber, dass er dann so sich zurückgezogen hat und sein Ding gemacht hat.“ (T4)

5.2.3 Autonomieunterstützung der eigenen Kinder

In der Subkategorie *Autonomieunterstützung der eigenen Kinder* wurde zusammengefasst, inwieweit die Frauen angaben, die Entwicklungsschritte zum eigenständigen, erwachsenen Leben ihrer Kinder unterstützt zu haben. In dieser Kategorie fanden sich Widersprüche, da die Mehrzahl der Teilnehmerinnen zwar angaben, ihre Kinder zu unterstützen, viele der Teilnehmerinnen sich jedoch in bestimmten Bereichen als einschränkend oder kontrollierend beschrieben.

Vier der fünf Teilnehmerinnen (T2, T3, T4, T5) gaben an, die Autonomie ihrer Kinder zu unterstützen und ihnen dabei zu helfen die Herausforderungen des Lebens anzugehen.

„Ich hab immer gesagt: ‚Nein das stimmt nicht!‘ Sie [ihre Tochter] immer so ein bisschen angeschoben und sie: ‚Nein, ich kann das nicht.‘ und (ich): ‚Oh ja, das schaffst du!‘“ (T3)

„(...) hab versucht meinen Kindern so ein bisschen so einen Freiraum zu geben, dass die sich auch eigenständiger entwickeln können, weil ich das wahnsinnig wichtig finde.“ (T5)

Auch berichteten drei von fünf Teilnehmerinnen (T2, T3, T4), dass sie eine sichere Basis sein wollten, von der ihre Kinder die Welt erkunden können. Diese Idee der sicheren Basis ist ein grundlegende Annahme für die Balance von Bindung und Exploration (Ainsworth et al., 1978; Howe, 2015).

„Ja, also (ich hatte) schon das Gefühl, dass sie [ihre Kinder] es schaffen können, was sie sich vorstellen und dass wir für sie da sind. Also, dass einfach die Familie da ist.“ (T3)

„(...), die Eltern sind halt auch einfach dafür da die Kinder auch aufzufangen.“ (T2)

Die Themen Vertrauen und Kontrolle wurde von vier Teilnehmerinnen (T1, T2, T4, T5) angesprochen oder konnte anhand ihrer Aussagen interpretiert werden. Hierbei ging es darum, den Kindern Raum für eigene Entscheidungen bezüglich ihres Lebens zu geben und die Eigenständigkeit der Kinder zu unterstützen.

„Es geht auch nicht darum, um die Kontrolle. Eher in die Richtung, ich würde gerne helfen, aber hab manchmal Ohnmachtsgefühle.“ (T1)

„Und dann hab ich das immer jeden zweiten Tage oder so gemacht [Tochter angerufen]. Dann hat sie mir irgendwann gesagt: ‚Das nervt! Lass das sein!‘ Und dann hab ich gemerkt, das nervt mich selber auch. Ich brauch das gar nicht permanent und ständig.“ (T4)

Besonders drei Teilnehmerinnen (T1, T4, T5) zeigten Schwierigkeiten ihren Kinder Raum zu geben und diese zu unterstützen einen eigenen beruflichen Weg zu finden.

„Und meine Tochter... soll ich sie überreden? Soll sie weiter Jus studieren? Obwohl sie so unglücklich ist und wenig motiviert und eigentlich nur leistungsorientiert, aber mehr hat sie nicht davon.“ (T1)

„Ich hab dann gesagt: ‚Mensch, du [ihre Sohn]. Dann mach wenigstens Lehramt. Du kannst ja Künstler werden, aber wenn das nicht funktioniert, hast du wenigstens noch so ein Lehramt.“ (T4)

5.3 Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe

Da in dieser Studie keine Form der genauen Bestimmung von Bindungsmustern enthalten ist, können keine Angaben zu den spezifischen Bindungstypen der jeweiligen Teilnehmerinnen gemacht werden. Jedoch umfasst diese Kategorie bestimmte Verhaltensweisen, Erzählweisen und Reaktionen auf emotionale Fragen oder Themen, die mit einer distanziert-beziehungsabweisenden oder präokkupiert-verstrickten Bindungseinstellungen in Verbindung stehen könnten. Diese wurden anhand wissenschaftlicher Literatur erfasst (George et al., 1996; Howe, 2015; van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016). Somit konnten diese Verhaltensweisen in den Subkategorien *Angst und Wunsch nach Nähe* und *Vermeiden von Gefühlen und Nähe* zusammengefasst werden. Eine Übersicht des Subkategoriensystems der Hauptkategorie 5.3 befindet sich in Tabelle 4.

Tabelle 4

Übersicht über die Subkategoriensysteme der Hauptkategorie 5.3 Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe

Hauptkategorie	5.3	Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe	
Subkategorien	5.3.1	Angst und Wunsch nach Nähe	5.3.1.1 Anpassung
			5.3.1.2 Grenzen
5.3.1.3 Angst und Harmonie			
5.3.1.4 Nähe und Konflikte			
Subkategorien	5.3.2	Vermeiden von Gefühlen und Nähe	5.3.2.1 Kein Raum für negativ Gefühle
			5.3.2.2 Eigene Gefühle und Erfahrungen

	bagatellisieren
5.3.2.3	Eingeschränkte Erinnerungen
5.3.2.4	Anpassung und Idealisierung
5.3.2.5	Nähe über Dinge und Aufgaben
5.3.2.6	Vermeidende Gesprächsführ- ung

5.3.1 Angst und Wunsch nach Nähe

Die Subkategorie *Angst und Wunsch nach Nähe* umfasst ängstliche Bindungsverhaltensweisen, welche auf präokkupiert-verstrickte Bindungsmuster hinweisen können. Da Personen mit einem ängstlichen Bindungsstil verinnerlicht haben, dass sie alleine nicht fähig sind die Herausforderungen des Lebens zu meistern, entwickeln sie Verhaltensweisen, die sicher stellen, dass Bindungspersonen möglichst immer verfügbar sind (George et al., 1996; Howe, 2015; Verhage et al., 2016). Entsprechend könnten Aussagen von zwei der fünf Teilnehmerinnen (T2, T5) in dieser Kategorie angeführt werden, welche nochmals in die Subkategorien *Anpassung, Grenzen, Angst und Harmonie* und *Nähe und Konflikte* unterteilt wurden.

5.3.1.1 Anpassung. Die Teilnehmerinnen (T2, T5) gaben an, dass sie sich stark an ihre Mütter angepasst hätten, um eine emotionale Verbindung zu diesen aufrecht zu erhalten.

„So in dem Stil, ich würde machen: möglichst lieb sein, möglichst brav sein, möglichst alles machen, damit ich bloß nicht störe und damit keiner merkt, dass ich irgendwie Angst hab oder so. Einfach nicht auffallen.“ (T2)

Bei Teilnehmerin 5 war diese Anpassung besonders ausgeprägt, da sie als Adoptivtochter Angst hatte, dass ihre Eltern sie wegschicken könnten, sollte sie zu anstrengend oder schwierig sein.

„(...) war ich mir trotzdem auch immer bewusst über die Stellung, dass ich ja ein angenommenes Kind war. Und ich hab das Gefühl, dass ich auch angepasst war, weil wer weiß, wenn ich jetzt rebelliert hätte, wie das dann gewesen wäre.“ (T5)

5.3.1.2 Grenzen. Für beide Teilnehmerinnen war auch das Thema der eigenen Grenzen und die der Kinder prominent. Teilnehmerin 5 berichtete, dass sie ihrer Mutter und Kindern gegenüber zu wenige Grenzen gesetzt hätte. Auch ihre Kinder würden ihre Grenzen im Umgang mit anderen Menschen entweder übermäßig stark oder gar nicht durchsetzen können.

„(...) du kannst sagen, ich war nicht abgegrenzt genug [gegenüber den Kindern] (...).“ (T5)

„(...) wir [sie und ihre Mutter] haben jeden morgen um 10 Uhr telefoniert, so ungefähr.“ (T5)

„Der (Sohn1) ist einfach wahnsinnig abgegrenzt und lässt einen nicht rein.“ (T5)

„Das heißt, sagen wir es mal so, eine Schwierigkeit, die sie [Tochter] hat und die sie auch ihr Leben lange haben wird, ist ihre Unfähigkeit sich abzugrenzen.“ (T5)

Teilnehmerin 2 berichtete, dass sie Schwierigkeiten habe, Bitten um Hilfe abzulehnen und ihrer Familie gegenüber Grenzen zu setzen. So pflegten sie und ihr Ehemann, ihre krebserkrankte Schwägerin, bis diese verstarb, obwohl ihr Ehemann mehrere Geschwister hatte, die dabei eine Unterstützung hätten sein können. Gleichzeitig geht sie davon aus, dass ihre Kinder in der Lage sind sich

von ihr abzugrenzen, obwohl sie angibt die Grenzen der Kinder früher nicht immer geachtet zu haben.

„(...) dann wollte ich mich irgendwann ein bisschen abnabeln von dem ganzen großen Familiengefüge und das ging aber irgendwie nicht.“ (T2)

„Ich konnte nicht nein sagen. Das können die [ihre Kinder] aber jetzt wohl, denk ich.“ (T2)

„Also er [ihr Sohn] möchte gerne super seine Privatsphäre haben, was ich auch versuche immer mehr, immer mehr zu verstehen und einzurichten. Natürlich war das früher nicht so. Da hab ich ihn bestimmt ganz doll genervt mit meinen Fragen und so.“ (T2)

„Aber ob das [ihr grenzüberschreitendes Verhalten] die Kinder so beeinflusst hat, das weiß ich wie gesagt nicht. Die können sich wohl zu Wehr setzen.“ (T2)

5.3.1.3 Angst und Harmonie. Bei Teilnehmerin 2 war, nach dem traumatischen Verlust des eigenen Vaters durch Suizid in ihrer Kindheit und einer schwerwiegenden Krebserkrankung in ihrem erwachsenen Leben, Angst ein prominentes Thema. Sie beschrieb Ängste bezüglich einer erneuten Erkrankung, Ängste bezüglich ihrer Kinder und ihrem Umgang mit den Kindern und anhaltende Ängste und Angsterkrankungen der Kinder in Folge ihrer Krebserkrankung.

„Wir wissen nicht, ob die Kinder das haben [Krebsgen], aber sie könnten sich irgendwann testen lassen. Das heißt diese große Angst, dieser große Angstpulk ist immer da, glaub ich.“ (T2)

„Und diese Angst, die ist bei ihr [Tochter1] kleben geblieben. Die Sorge, dass irgendwas zu Ende gehen könnte.“ (T2)

„Habe ich Angst sie [Tochter2] ganz doll zu verletzen und bei (Tochter1) sowieso (...)“ (T2)

Um mit diesen vielen Ängsten, die sie seit ihrer Kindheit hat, umzugehen, beschrieb Teilnehmerin 2, dass Stabilität und Harmonie sehr wichtig für sie seien. Dieser Anspruch der Harmonie zeigte sich sowohl in der Schilderung der Beziehung zu ihrem Partner als auch in ihren Erwartungen an ihre Kinder.

„Ich muss ne harmonische Familie haben, weil ich das so unbedingt mir gewünscht hab. Also es musste alles gut sein. Leider war es natürlich nicht immer alles gut, aber das war für mich immer schrecklich, wenn etwas nicht gut war.“ (T2)

„Eine feste Meinung von ihm [Ehemann], weil ich wie gesagt manchmal so ein bisschen am Schwimmen war.“ (T2)

„Also zumindest man macht die Dinge zu Ende, ist nicht so sprunghaft [über die Kinder]. Das ist wichtig.“ (T2)

5.3.1.4 Nähe und Konflikte. Für Teilnehmerin 5, die ihre Mutter als unbeständig zugänglich und konditionell liebend beschrieb, war es schwer zu dieser Nähe herzustellen. Um die emotionale Verbindung trotzdem aufrecht zu erhalten, ging sie auf das Verhalten ihrer Mutter, über andere Leute und die eigenen Geschwister schlecht zu reden, ein, auch wenn sie selbst daran keine Freude fand.

„Das heißt, sie [ihre Mutter] konnte, wir konnten eine ganz ganz ganz tolle Beziehung haben, wenn wir jemanden gemeinsam doof fanden. Oder ich zumindest ihr zugehört hab, wen sie doof fand und ihr nicht widersprochen habe. Und das geht auch interfamiliär. Also spricht mit anderen Schwestern und so weiter.“ (T5)

Ängstliches Verhalten zeigte sich bei dieser Teilnehmerin (T5) auch an ihrem beschriebenen Konfliktverhalten. Während sie bei einigen Konflikten sehr

konfliktfreudig sei, da sie Unterbrechungen in der Beziehung und Nähe zu Anderen vermutlich schwer ertragen kann, vermied sie andere Konflikte, beispielsweise mit ihrer Mutter und ihrem ältesten Sohn. Diese Vermeidung fußt vermutlich auf der Angst, dass diese schwerwiegenden Konflikte zu einem Beziehungsabbruch führen könnten.

„(...) weil ich halt auch jemand bin, der immer irgend jegliche dicke Luft klären möchte. Die schieb ich nicht unter den Teppich und die lass ich nicht irgendwie drei Tage lang in der Luft stehen, sondern dann komm ich und red mit dir.“ (T5)

„(...) ich aber auch irgendwie keine Lösung dafür gefunden habe, dass ich vielleicht gerne mal Sachen angesprochen hätte.“ (T5)

„(...) irgendwann hätte es vielleicht mal ne Aussprache geben müssen oder einen Streit geben müssen oder sowas. Und das hab ich halt nie gemacht.“ (T5)

5.3.2 Vermeiden von Gefühlen und Nähe

Diese Kategorie umfasst vermeidendes Bindungsverhalten, welches auf ein distanziert-beziehungsabweisendes Bindungsmuster hinweisen könnte. Da Menschen mit einem vermeidenden Bindungsstil verinnerlicht haben, dass andere Menschen abweisend und emotional unerreichbar sind, betonen sie ihre Selbstständigkeit. Im Umgang mit Gefühlen und Erinnerungen neigen sie zur Bagatellisierung von kindlichen Erfahrungen und schwanken zwischen Entwertung und Idealisierung der Bindungspersonen. Da negative Gefühle und Schwäche verdrängt werden, geben vermeidend-beziehungsabweisende Personen oft an, dass sie wenig Erinnerungen an ihre Kindheit haben (Howe, 2015; van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019; Verhage et al., 2016). Entsprechende Aussagen von den drei nicht in 3.1. angeführten Teilnehmerinnen (T1, T3, T4) konnten in den Subkategorien *Kein Raum für negative Gefühle, eigene Gefühle und Erfahrungen bagatellisieren, eingeschränkte Erinnerungen, Anpassung und Idealisierung, Nähe über Dinge und Aufgaben* und *vermeidende Gesprächsführung* zusammengefasst werden.

5.3.2.1 Kein Raum für negative Gefühle. Bei zwei der drei

Teilnehmerinnen(T1, T4) konnte festgehalten werden, dass sowohl in der Beziehung zu ihren Müttern als auch zu ihren Kindern kein Raum für negative Gefühle gelassen wurde. Dies ließ sich bei Teilnehmerinnen 1 und 4 besonders daran erkennen, dass sie die negativen Gefühle der eigenen Kinder anscheinend nicht wahrgenommen haben und die Kinder auch nicht mit ihnen über diese geredet haben.

„(...) und das [Angst um depressiven Vater] hat (Tochter) anscheinend mitgenommen abends und hat das nicht gesagt.“ (T4)

Teilnehmerin 1 gab an, dass ihre Mutter eine schwere Kindheit hatte, über die aber nie gesprochen wurde. Die Mutter wurde als Kind im zweiten Weltkrieg deportiert und musste sich um ihre Geschwister kümmern. Jedoch hätte ihre Mutter sich nie beschwert und nie über ihre Erfahrungen gesprochen, was Teilnehmerin 1 sehr beeindruckt hätte.

„Aber leicht haben sie [ihre Mutter] es nicht gehabt, ich kann mir schon vorstellen... Aber sie hat sich nie beschwert (...).“ (T1)

„Sie [ihr Mutter] ist sehr fleißig und das imponiert mir. Sie hat nie gejammert. Sie hat nie über andere so schlecht gesprochen. Sie hat sich um ihre Sachen gekümmert.“ (T1)

Teilnehmerin 4 beschrieb sich in den ersten Sätzen des Interviews als eine Frau, die immer funktionieren würde und zuverlässig sei. Sie betonte somit sofort ihre Stärken und macht damit klar, dass sie keine schwache Person sei.

„Ich bin ein Mensch, der eigentlich so gut wie nie krank ist, immer da.“ (T4)

Es kam im Verlauf des Interviews gehäuft zu Widersprüchen. Negative Erfahrung, welche zunächst als positiv dargestellt wurden, stellte sich im späteren Verlauf als negative heraus. Beispielsweise berichtete Teilnehmerin 1

von ihrem verhaltensauffälligen Sohn, um den sie sich alleine, kurz nach ihrer Migration nach Österreich, ohne soziales Netzwerk, besonders kümmerte. Zunächst beschrieb sie ihn als unkompliziert, es zeigt sich aber schnell, dass ihr Sohn besonders bedürftig war.

„Der (Sohn1) war unkompliziert. Also der war wirklich... Jetzt aus der Zeitperspektive denk ich mir, der war überangepasst. Der hat Gefühle verschluckt. Der hat tausend Sprachfehler gehabt, sehr lange.“ (T1)

5.3.2.2 Eigene Gefühle und Erlebnisse bagatellisieren. Berichteten die drei Teilnehmerinnen (T1, T3, T4) von negativen Erfahrungen, wurden diese oft entwertet oder als unwichtig beschrieben. Beispielsweise beschrieb Teilnehmerin 3 die Krebserkrankung ihrer Mutter als eine Erfahrung, die bis heute keinen emotionalen Mangel ausgelöst hätte. Es kann angenommen werden, dass der emotionale Einfluss dieser Erfahrung verdrängt wurde.

„Und dann, wenn sie krank war, dann halt nicht [war die Mutter nicht emotional erreichbar]. Aber das war für mich ... ja, da bin ich so reingewachsen. Das war normal und das war jetzt nicht so ein Mangel den gespürt hätte bewusst. Auch jetzt im Nachhinein nicht.“ (T3)

Auch Teilnehmerin 4 beschrieb die negative Erfahrung der Vernachlässigung, in der sie nie mit in den Urlaub genommen wurde (siehe 5.1.4), als hätten sie diese emotional nicht tief getroffen. Jedoch war das, durch das elterliche Verhalten ausgelöste, Leid im Verlauf des Interviews für die Autorin, beispielweise an der emotionalen Tonlage der Teilnehmerin, gut zu sehen und zu fühlen.

„Wobei es ist jetzt nicht so, dass ich da jetzt permanent drunter, also dass das jetzt so ein großes Leid ist. Ich stelle das fest.“ (T4)

5.3.2.3 Eingeschränkte Erinnerungen. Zwei der drei hier angeführten Teilnehmerinnen (T1, T3) gaben an wenige Erinnerungen an ihre Kindheit zu haben. Diese eingeschränkte Abrufbarkeit von bindungsrelevanten Erinnerungen ist ein Anzeichen für eine vermeidende Bindung (Verhage et al., 2016).

„Und an die Mama kann ich mich nicht so erinnern. Sie hat immer versucht mich zum Essen zu zwingen.“ (T1)

„(...) (ich) weiß nicht, ob ich da was verdrängt hab [Verhalten ihrer Mutter], weil ich so wenig erinnern kann, aber...“ (T3)

5.3.2.4 Anpassen und Idealisieren. Teilnehmerin 4 beschrieb sehr eindrücklich, wie sie trotz einem fehlenden Interesse ihrer Eltern und emotionaler Vernachlässigung versuchte eine Beziehung zu ihren Eltern aufrecht zu erhalten. Dies hat sie offensichtlich durch eine Mischung aus Idealisierung der Eltern und hoher Anpassung an diese getan.

„Ich glaub sie [ihre Mutter] hat uns wirklich gut erzogen und gut groß gekriegt (...).“

„Sondern ich kann auch sehen, dass das [weniger Aufmerksamkeit im Vergleich zu den anderen Geschwistern] ja tatsächlich auch bedeutet, dass sie mir zugetraut haben, dass ich das kann.“ (T4)

„Ich hab ganz ganz lange wirklich als Jugendliche irgendwann gedacht: Was sind eigentlich meine Werte? Ich wusste es gar nicht. Wer bin ich eigentlich wirklich außer das liebe, funktionierende Kind in der Masse von vier Kindern (...).“ (T4)

5.3.2.5 Nähe über Handlungen und Aufgaben. Für Teilnehmerin 4, die beschrieb, dass ihre Mutter in ihrer Kindheit keine adäquate emotionale Nähe herstellen konnte, war eine Verbindung über physische Proximität und gemeinsame Aufgaben und Beschäftigungen die Nähe zu ihrer Mutter, die sie gerne erinnert.

„Da kriegt jeder von uns [der Geschwister] so ein kleines...wir waren drei oder so aber jeder hatte so ein kleines Stück und durfte dann auch

knüpfen und wir durften auch im Topf rühren oder so. Also wir waren schon immer bei ihr [der Mutter] irgendwie. Das war schon so.“ (T4)

5.3.2.6 Vermeidende Gesprächsführung. Teilnehmerin 4 ging im Verlauf ihres Interviews mehrmals ans Telefon. Dieses Verhalten unterbrach den Gesprächsfluss und fand auch statt, wenn das Gesprächsthema grad sehr emotional war. Dieses Verhalten wurde von der Autorin als vermeidende Gesprächsführung interpretiert, da es den Eindruck vermittelte, dass Teilnehmerin 4 sich nicht emotional auf das Interview einließ.

„Ja. Die hat vor zehn Jahren einen Herzinfarkt gehabt und war bis dahin ...aber eigentlich waren wir.“

Unterbrechung Telefonat

„So, ich glaub heute ist hier was los. Tschuldigung.“ (T4)

5.4 Erfahrungen mit Traumata

Vier der fünf Teilnehmerinnen (T1, T2, T3, T5) berichteten von schwerwiegenden traumatischen Erfahrungen in ihrer Kindheit oder Jugend. Zu diesen zählte ein psychisch erkrankter und gewaltvoller Vater, der Suizid beging, der Verlust des nächstehenden Elternteils aufgrund körperlicher Erkrankungen und der Tod der leiblichen Mutter bei der Geburt. Die Teilnehmerinnen schilderten ihre Erfahrungen und den diesbezüglichen Umgang ihres sozialen Umfelds mit ihnen. Anhand dieser Beschreibungen konnten drei Subkategorien gebildet werden, die die Gefühle der Teilnehmerinnen im Zusammenhang mit diesen Erfahrungen beschreiben. Die Subkategorien sind *Einsamkeit*, *Scham* und *Schuld* (siehe Tabelle 5).

Tabelle 5

Übersicht über die Subkategorien der Hauptkategorie 5.4 Erfahrung mit Traumata

Hauptkategorie	5.4 Erfahrungen mit Traumata
Subkategorie	5.4.1 Einsamkeit
	5.4.2 Scham

5.4.1 Einsamkeit

Zwei der vier Teilnehmerinnen (T1, T2) berichteten von starker Einsamkeit in Folge des Traumas. Beide gaben an keine vertraute Person gehabt zu haben mit der sie über das Erlebte hätten reden können.

„Dann als mein Vater gestorben ist, ist sie [ihre Mutter] nach Amerika gefahren zu meiner Schwester. (...) Ich kann mich an kein einziges Gespräch erinnern ‚Wie geht es dir?‘“ (T1)

„(...) aber so dieses Thema, so dieses große Thema was unser Familienthema ist mit meinem Vater, das wurde nicht besprochen. Und darunter habe ich ja sehr gelitten.“ (T2)

5.4.2 Scham

Teilnehmerin 2, deren psychisch erkrankter Vater ihrer Mutter gegenüber gewalttätig war, sich von der Mutter scheiden ließ und sich anschließend das Leben nahm, berichtete, dass ihre Mutter sich sehr für ihren verstorbenen Ehemann und den damit einhergehenden sozialen Abstieg, schämte. Teilnehmerin 2 beschrieb, dass sie diese Scham der Mutter übernahm und bis heute in sich tragen würde.

„Und ich hab mich aber geschämt, dass sie [ihre Mutter] sich geschämt hat. (...) dieses Schamgefühl war schon extrem und ist auch heute noch bei mir ganz doll da.“ (T2)

5.4.3 Schuld

Schuld war bei zwei der vier Teilnehmerinnen (T2, T3) ein Thema. Beide beschrieben, dass sie die Frage von Schuld beschäftigt hätte. Teilnehmerin 3 gab an, dass für die Krebserkrankung ihrer Mutter niemand Schuld tragen würde. Bei Teilnehmerin 2 präsentierte sich die Frage der Schuld, im Umgang mit den Erlebnissen eines gewalttätigen Vaters, als verstrickter. Sie beschrieb, dass

sowohl ihre Mutter sich dafür schuldig fühlte, dass Teilnehmerin 2 diese Gewalt miterlebte, als auch dass sie selber viel mit Schuldgefühlen zu kämpfen habe.

„Es war eher die Situation belastend, aber nicht, dass sie [ihre Mutter] jetzt Schuld ist oder dass das von ihr ausgeht, sondern prinzipiell so ein Schwarm.“ (T3)

„Ohh hoffentlich hat (Name T2) keinen Schaden davongetragen.‘ Ich weiß es nicht. Denk ich mal, dass sie [ihre Mutter] das dachte. So von so dem gewalttätigen oder so, ne?“ (T2)

„Das war das auch das große Problem. Dass ich an irgendwas schuld bin.“ (T2)

5.5 Beziehungen zu anderen Bezugspersonen

Es können neben der Mutter, auch andere Bezugspersonen die Bindungsentwicklung von Kindern beeinflussen (Cassidy, 2008; Howe, 2015). Deshalb wurde in dieser Studie gefragt, welche anderen Bezugspersonen die Teilnehmerinnen beeinflusst hätten und ihnen Halt gegeben hätten. Alle fünf Teilnehmerinnen gaben Personen an, welche ihnen sehr nahestanden. Dazu zählten der Vater, die Geschwister, eine Nachbarin, eine Lehrerin und die Großeltern.

Grade bei den Teilnehmerinnen 1 und 3 war der Vater eine wichtige Bezugsperson, da sie zu ihren Müttern nur eingeschränkt eine Beziehung aufbauen konnten.

„Die Mama war für mich nicht die nächste Bezugsperson, das war mein Vater.“ (T1)

„Der Papa war der liebevolle, der sich gekümmert hat.“ (T3)

Bei Teilnehmerin 5 war ihre Schwester ein Ausgleich für die schwierige Beziehung zu ihren Eltern, wobei die Schwester, schon als Teilnehmerin 5 ein Kleinkind war, eine mütterliche Rolle einnahm.

„... die [ihre Schwester] war, als ich aufgewachsen bin, so eine Mischung für mich aus Schwester, Mutter und beste Freundin. Und den dazugehörigen Verstrickungen (lacht).“ (T5)

„(...) viele der Aufgaben gerne zu der Vierzehnjährigen [ihre Schwester] gegeben hat, die diese Aufgaben sehr gerne aufgenommen hat. Also ich war wirklich ein bisschen ihr Kind.“ (T5)

5.6 Transgenerationale Übertragung

In dieser Kategorie wurden die Übereinstimmungen und Unterschiede analysiert, die die Teilnehmerinnen zwischen dem Umgang ihrer Mütter mit ihnen und ihrem eigenen angegebenen Umgang mit ihren Kindern beschrieben. Hierbei wurden sowohl die Antworten der Teilnehmerinnen auf die offenen Fragen im letzten Teil des Interviews berücksichtigt als auch Zitate aus dem gesamten Interview interpretiert. Auch wurden Faktoren berücksichtigt, welche die transgenerationale Weitergabe beeinflusst haben könnten. Aus der Analyse ergaben sich somit die Subkategorien *Feinfühligkeit*, *Mentalisierungsfähigkeit*, *Autonomieunterstützung*, *Einstellungen und diverse Verhaltensweisen* und *Therapieerfahrungen*. Ein Überblick über das Subkategoriensystem der Hauptkategorie 5.6 ist in Tabelle 6 zu finden.

Tabelle 6

Übersicht über das Subkategoriensystem der Hauptkategorie 5.6 Transgenerationale Übertragung

Hauptkategorie	5.6	Transgenerationale Übertragung
Subkategorien	5.6.1	Feinfühligkeit
	5.6.2	Mentalisierungsfähigkeit
	5.6.3	Autonomieunterstützung
	5.6.4	Einstellungen und diverse Verhaltensweisen
		5.6.4.1 Unbeabsichtigte Weitergabe
		5.6.4.2 Beabsichtigte Weitergabe

	5.6.4.3 Unterbrochene Weitergabe
5.6.5 Therapieerfahrungen	5.6.5.1 Positive Einstellung und Selbstakzeptanz
	5.6.5.2 Verständnis für die eigene Person
	5.6.5.3 Verbesserte zwischenmenschliche Beziehungen

5.6.1 Feinfühligkeit

In der Kategorie *Feinfühligkeit* konnte eine Übereinstimmung in dem Ausmaß der Feinfühligkeit, die die Teilnehmerinnen berichteten, von ihren Müttern erfahren zu haben, und dem was sie angaben, wie sie mit ihren Kindern waren, festgestellt werden.

Es zeigte sich, dass die Teilnehmerinnen, die aus ihrer Kindheit einen feinfühlig mütterlichen Umgang erinnerten, sich auch als feinfühlig mit ihren Kindern beschrieben. Beispielsweise gab Teilnehmerin 2 an, eine warme und liebevolle Mutter gehabt zu haben. Aus ihren Beschreibungen kann man entnehmen, dass auch sie einen feinfühlig Umgang mit ihren Kindern hatte.

I: „Und war deine Mutter als Kind mit dir warm und liebevoll?“

T2: „Hmh. Wie gesagt, ich wurde mit Liebe überschüttet.“ (T2)

„Deswegen war für mich dieses Liebevolle, das ist in meiner Familie immer gewesen, dass ich das den Kindern weitergebe und überhaupt konnte ich ja auch gar nicht anders.“ (T2)

„Also, dass man sie [die Kinder] einfach unterstützt und liebt so, wie sie sind, Punkt.“ (T2)

I: „Du würdest dann sagen, dass die Kinder beruhigen konntest, wenn sie irgendwie...“

T2: „Auf jeden Fall, auf jeden Fall. Wenn was war, dann haben wir [Teilnehmern 2 und ihr Ehemann] uns wirklich gekümmert und ich hab mich auch gekümmert.“ (T2)

Drei der fünf Teilnehmerinnen (T1, T3, T5) gaben an, dass sie feinfühlicher und zugänglicher mit ihren Kindern sein wollten, als ihre eigenen Mütter mit ihnen gewesen waren.

„(...) aber selber auf die Kinder eingehen und fragen: ‚Wie geht es dir?‘ Diese emotionale Beweglichkeit wahrzunehmen. Der Mensch besteht nicht nur aus dem Körper und sich nicht darauf beschränken, sondern wirklich tiefer hineinschauen und auch andere Bedürfnisse wahrnehmen.“ (T1)

Die Teilnehmerinnen (T1, T3, T4), die angaben, eine weniger feinfühligere oder unzugängliche Mutter gehabt zu haben, beschrieben ihren eigenen Umgang mit den Kindern als weniger feinfühlig als solche, die ihre Mütter als feinfühlig beschrieben. Beispielsweise berichtete Teilnehmerin 3, deren Mutter an einem Hirntumor erkrankte, dass es nur seltene Momente gab, in denen ihre Mutter so symptomfrei war, dass sie auf ihre Tochter feinfühlig eingehen konnte. Teilnehmerin 3 wiederum beschrieb ihre feinfühligeren Fähigkeiten mit ihren Kindern auch als eingeschränkt, besonders in den frühen, prägenden Lebensjahren der Kinder.

I: „(...) hatten Sie als Kind das Gefühl, dass Ihre Mutter warm und liebevoll mit Ihnen war?“

T3: „Ja. Wenn es ihr gut gegangen ist.“ (T3)

„Ja. Also mit fünf schon [die Kinder beruhigen]. Wie sie jünger waren nicht. Aber da muss man sich ja erst kennenlernen.“ (T3)

Interessant ist die Übertragung von Feinfühligkeit von Teilnehmerin 5. Sie beschrieb ihre Mutter als wenig einfühlsam und generell nicht gut im Umgang mit Kindern. Sie selbst beschrieb sich jedoch im frühkindlichen Umgang mit ihren

Kindern als einfühlsam. Die Autorin führt diesen Unterschied darauf zurück, dass Teilnehmerin 5 ihre große Schwester als ihre Ersatzmutter benannte, die sich schon, als Teilnehmerin 5 ein Baby war und ihre Schwester in der Pubertät, um diese kümmerte. Somit ist anzunehmen, dass ihre Schwester einen feinfühligere Umgang mit Teilnehmerin 5 pflegte, der sich wiederum in dem Umgang der Teilnehmerin mit ihren Kindern zeigte.

„(...) meine Mutter gar nicht so gut mit Kindern umgehen konnte und sozusagen die Aufgabe auch... viele der Aufgaben gerne zu der Vierzehnjährigen [ihrer Schwester] gegeben hat, die diese Aufgabe sehr gerne aufgenommen hat. Also ich war wirklich ein bisschen ihr Kind.“ (T5)

„(...) wenn ich die gestillt hab, dann konnte ich (Tochter) hinlegen und die hat ihren Daumen gefunden und (...) war zu zufrieden. Und (Sohn2) konnte ich nie ablegen. (...) der hat dann wahnsinnig gemeckert (...). Und dann hab ich den, also übertrieben gesagt, sechs Monate immer nur getragen.“ (T5)

5.6.2 Mentalisierungsfähigkeit

Ähnlich wie bei der mütterlichen Feinfühligkeit, konnte eine Übereinstimmung zwischen der beschriebenen Mentalisierung der eigenen Mutter und der eigenen Mentalisierungsfähigkeit gefunden werden. Es zeigt sich, dass viele Teilnehmerinnen sich wünschten ihre Kinder besser verstanden zu haben, als sie es im Endeffekt taten.

Alle fünf Teilnehmerinnen berichteten, dass es ihnen wichtig war ihre Kinder zu verstehen. Des Weiteren gaben alle Teilnehmerinnen (T1, T4), die erzählten, dass ihre Mütter kein Interesse an ihren kindlichen Gedanken und Gefühlen gehabt hätten, an, dass es ihnen wichtig sei ihre Kinder zu verstehen und Interesse an deren Meinung hätten.

„Also es ist mir wichtig was sie [ihre Kinder] sagen. Und ich versuche das nicht zu werten. Ich versuche zu verstehen.“ (T1)

„Ich verstehe manches nicht. Ich versteh ihn [ihren Sohn] manchmal nicht. Ich würde so gerne, natürlich.“ (T4)

Jedoch zeigte sich an verschiedene Stellen der Interviews, dass, obwohl diese Vorsätze gefasst wurden, die Teilnehmerinnen, die angaben, in ihrer Kindheit nicht die Erfahrung gemacht zu haben, dass sie verstanden wurden, offensichtlich auch Schwierigkeiten hatten zu verstehen, was in ihren Kindern vorging.

„Aber damals hab ich es nicht verstanden, was in ihr [ihre Tochter] vorgeht.“ (T3)

Teilnehmerin 1 konnte im Verlauf des Interviews reflektieren, dass durch ihre Immigration nach Österreich ihre Vorsätze auf die Gefühle und Gedanken der Kinder einzugehen, nicht umgesetzt werden konnte. Sie erlebte sich als isoliert und überfordert. Heute würden ihre Kinder anfangen zu beschreiben, wie schwer der damalige Umzug für sie war. Damals scheint Teilnehmerin 1 wenig Raum für die Gefühle und Erlebnisse der Kinder gehabt zu haben.

„Ich muss zu gegeben, ich war sehr beschäftigt. Ich war manchmal überfordert mit drei Kindern.“ (T1)

„Und ich glaube sie [ihre Kinder] haben in der Schule auch einiges miterlebt. Auch im Kindergarten. (...). Das kann man nicht wahrnehmen.“ (T1)

Erneut zeigte sich in den Interviews, dass Teilnehmerinnen, die die Mentalisierungsfähigkeit ihrer Eltern als gut beschrieben, selber eine gute Mentalisierung ihrer Kinder aufwiesen. Dies trifft erneut auf Teilnehmerin 2 zu. Sie beschrieb, dass ihre Mutter immer ein großes Interesse an Kindern und jungen Menschen gehabt hätte und dies an sie weitergegeben hätte.

„[Ihre Mutter] War immer auch interessiert an jungen Leuten. So ähnlich wie ich das jetzt bin. Also auf die Meinung auch.“ (T2)

5.6.3 Autonomieunterstützung

Bei der Übertragung der Autonomieunterstützung zeigten sich, neben einer allgemeinen Übereinstimmung im Ausmaß der Autonomieunterstützung, Widersprüche in den Angaben der Teilnehmerinnen. Allgemein berichtete die Mehrzahl der Teilnehmerinnen (T2, T3, T4, T5), dass sie die Autonomie ihrer Kinder unterstützt hätten.

„Ich hab immer gesagt: ‚Nein das stimmt nicht!‘ Sie [ihre Tochter] immer so ein bisschen angeschoben und sie: ‚Nein, ich kann das nicht.‘ und (ich): ‚Oh ja, das schaffst du!‘“ (T3)

„Aber ich freu mich mehr darüber, dass sie [ihre Kinder] ihren eigenen Weg gehen und zufrieden und glücklich sind.“ (T2)

Innerhalb der gesamten Gruppe schilderten vier der fünf Teilnehmerinnen (T1, T3, T4, T5) ihre Mütter als tendenziell vernachlässigend oder gleichgültig. Keine dieser vier Teilnehmerinnen äußerte sich als gleichgültig gegenüber der Autonomieentwicklung ihrer Kinder. Jedoch kann bei Teilnehmerinnen 1 und 4 vermutet werden, dass sie kontrollierend mit den Entscheidungen ihrer Kinder umgingen, Teilnehmerin 5 zwischen Kontrolle und Unterstützung schwankte und Teilnehmerin 3 sich als unterstützend beschrieb. So zeigte sich, dass, obwohl die Mehrzahl der Teilnehmerinnen berichtete, die Autonomie ihrer Kinder unterstützt zu haben, diese Angaben besonders bei den Teilnehmerinnen, deren eigene Mütter eingeschränkt unterstützend waren, teilweise widersprüchlich waren.

„Und dann geh doch, wenn wir wissen, dass du [ihr Sohn] gut in Mathe und Physik, (...), dann mach doch sowas wie Maschinenbau und wenn du dahin kommst und das nicht magst, dann kannst du es ja immer wieder ändern.“ (T5)

„Und meine Tochter... soll ich sie überreden? Soll sie weiter Jus studieren? Obwohl sie so unglücklich ist und wenig motiviert und eigentlich nur leistungsorientiert, aber mehr hat sie nicht davon.“ (T1)

Bei Teilnehmerin 2, die ihre Mutter als sehr Autonomie unterstützend beschrieb, kann interpretiert werden, dass auch sie eine angemessene Autonomieunterstützung mit ihren Kindern hat.

„Also sie [ihre Mutter] hat mich unterstützt in allem. Sie hat mich das Studium unterstützt.“ (T2)

„(...) [wenn ihre Kinder] ganz weit weg leben würden, das wäre auch in Ordnung. Man müsste sich nur mal ab und an telefonisch besprechen, dass ich was erfahre bisschen.“ (T2)

5.6.4 Einstellungen und diverse Verhaltensweisen

Diese Kategorie beinhaltet innere Einstellungen und Verhaltensweisen, die die Teilnehmerinnen von ihren Eltern übernommen und an ihre eigenen Kinder weitergeben haben. Diese konnte in die Kategorien *unbeabsichtigte Weitergabe*, *beabsichtigte Weitergabe* und *unterbrochene Weitergabe* unterteilt werden.

5.6.4.1 Unbeabsichtigte Weitergabe. In dieser Kategorie wurden Verhaltensweisen und innere Einstellungen inkludiert, die die Teilnehmerinnen unbeabsichtigt an ihre Kinder weitergeben haben. Diese Weitergabe wurde von den Teilnehmerinnen erst im Nachhinein bemerkt oder ist ihnen bis heute nicht bewusst.

Teilnehmerin 2 beschrieb, wie in 4.2. und 4.3. angegeben, Scham- und Schuldgefühle, die sie von ihrer Mutter übernahm und befürchtet an ihre Kinder weitergegeben zu haben.

„(...) wo ich wirklich gelitten habe, weil ich gedacht hab: ‚Jetzt hab ich den Kindern dieses Schuldgefühl unbewusst mitgeben. Schuld- und Schamgefühl.‘“ (T2)

„Obwohl ich nicht explizit immer gesagt hab: ‚Ihr [die Kinder] seid schuld an was.‘ (...) wahrscheinlich unbewusst.“ (T2)

Entwertung durch die Eltern war bei zwei Teilnehmerinnen ein Thema ihrer Kindheit (siehe 5.1.5), wobei nur bei Teilnehmerin 4 aus dem Interview zu entnehmen war, dass sie ein ähnliches Verhalten ihren Kindern gegenüber zeigte. In Bezug auf die Berufswahl ihres Sohnes, äußerte sie sich sehr entwertend. Jedoch gab sie gegen Ende des Interviews an, dass sie versuchen würde ihren Sohn zu akzeptieren, obwohl er anders sei. Eine Erkenntnis, die sie durch den Tod ihrer Schwester erlangt habe.

„Also der [ihr Sohn] studiert ja nun Kunst. Kunst an sich ist erstmal was für den Taxifahrer.“ (T4)

„Für (Sohn) vielleicht wichtiger ist als immer alles verstehen zu müssen und vielleicht auch einfach lassen zu können, dass er anders ist. Und dann trotzdem da sein.“ (T4)

5.6.4.2 Beabsichtige Weitergabe. In dieser Kategorie wurden Verhaltensweisen, welche die Teilnehmerinnen als positive Kindheitserinnerungen hatten und angaben, diese mit ihren Kindern fortgesetzt zu haben, zusammengefasst.

So berichtete Teilnehmerin 4, dass sie, wie ihre Mutter in ihrer Kindheit, mit ihren Kindern Zeit verbracht hatte, indem sie Aufgaben zusammen erledigt haben. Diese Art des gemeinsamen Zeitvertreibs sei eine positive Erinnerung aus ihrer eigenen Kindheit und jetzt auch mit ihren eigenen Kindern.

„Ich glaube so dieses miteinander bestimmte Dinge machen. Beim Backen rühren lassen, beim Nähen ein Fädchen kriegen oder ausprobieren lassen und sowas halt. Nicht so eine Spieltante. Das war gut glaub ich. Ich glaube nicht, dass wir viel gespielt haben, sondern dabei sein dürfen. So relativ schnell was ausprobieren können. Ich glaube das durften wir als Kinder auch.“ (T4)

Teilnehmerin 5 erinnert, dass ihre Eltern ihr viel Freiraum in ihrer Jugend gegeben hätten, wenn sie nachts unterwegs war. Sie hätte immer gewusst, dass, sollte etwas passieren, sie ihre Eltern anrufen könnte und diese sie abholen

würden. Diese Art von Rückhalt und wertfreie Unterstützung wollte auch sie ihren Kindern bieten.

„Ich hab denen [ihren Kindern] bis sie es kotzen konnten immer wieder erzählt, dass die machen können was sie wollen aber sie wissen sollen, dass wenn sie um zwei Uhr nachts irgendwo in einer ungunen Situation sind oder was weiß ich, der, der gesagt hat er fährt sie nach Hause besoffen ist oder so, die können mich auch um zwei Uhr nachts anrufen. Ich steig ins Auto im Pyjama und ich bin da, keine Diskussion, keine Predigt, ruf nur an. Und so das haben meine Eltern für mich gemacht und das haben die auch so gemeint und das hab ich sogar in Anspruch genommen.“ (T5)

5.6.4.3 Unterbrochene Weitergabe. Zuletzt werden in dieser Kategorie elterliche Verhaltensweisen, welche die Teilnehmerinnen angaben, mit ihren Kindern nicht fortsetzen zu wollen und meinen dies auch erfolgreich umgesetzt zu haben, angeführt.

Teilnehmerin 3 beschrieb im Zusammenhang mit der Krebserkrankung ihrer Mutter, dass sie die Verantwortung für ihre kleinen Geschwister übernehmen musste. Diese Erfahrung habe sie sehr gezeichnet und sie berichtete, dass sie darauf geachtet hätte, dass ihre Kinder niemals in eine vergleichbare Situation kommen würden.

„(...) dass sie [ihre Großeltern], erwartet haben, dass ich für meine jüngeren Brüder Verantwortung übernehme.“ (T3)

„Oder große Bruder muss jetzt auf die kleine Schwester aufpassen. Da hab ich immer gedacht: ‘Nein, das musst du nicht!’“ (T3)

Teilnehmerin 5 berichtete, dass ihre Mutter in Konfliktsituationen oft abweisend war. Sie hätte immer wieder auf die Mutter zugehen müssen, um eine Versöhnung herzustellen. Dieses Verhalten der Mutter beschrieb sie als sehr belastend und als Mutter hätte sie daher sichergestellt, dass sie auf ihre Kinder zuginge, sollte ein Konflikt stattgefunden haben.

„Ich weiß noch, dass wenn wir da irgendeinen Krach gekriegt haben, dann hat meine Mutter nicht mehr mit mir geredet. Und das hat nur aufgehört, wenn ich hingegangen bin und hab gesagt: ‚Mama, es tut mir so leid und das hab ich nicht so gemeint und ich wollte mich entschuldigen.‘“ (T5)

„Aber das ist sowas, wo ich noch ganz genau weiß, dass da waren die Kinder noch ganz ganz klein, dass wenn ich - was weiß ich - die Geduld verloren habe oder irgendwie sowas, dass ich dann hingegangen bin und gesagt hab: ‚Du das tut mir so leid. Da war ich so ungeduldig. Sag doch nochmal was du wolltest.‘ Oder irgendwie so und so war meine Mutter überhaupt nicht.“ (T5)

5.6.5 Therapieerfahrungen

Die Teilnehmerinnen wurden gefragt, ob sie jemals therapeutische Hilfe in Anspruch genommen hätten, da Untersuchungen gezeigt haben, dass der therapeutische Prozess die Bindungseinstellung beeinflussen kann (Taylor et al., 2015). So berichteten vier der fünf Teilnehmerinnen (T1, T2, T3, T4,) sich innerhalb der letzten zehn Jahre in therapeutischer Behandlung begeben haben. Zu den Auslösern für den Behandlungsbeginn gehörten Burnout, Beziehungskonflikte und der Verlust eines Familienmitglieds. Die vier Teilnehmerinnen berichteten, dass sie sich durch ihre Therapie positiv verändert hätten. Diese Veränderungen wurden in die Subkategorien *positive Einstellung und Selbstakzeptanz*, *Verständnis für eigene Person* und *verbesserte Beziehungen zu anderen Menschen* eingeteilt.

5.6.5.1 Positive Einstellung und Selbstakzeptanz. Teilnehmerin 1 berichtete, dass durch ihre therapeutische Behandlung viele unbewusste Veränderungen stattgefunden hätten, aber dass sie vor allem eine positivere Einstellung zu sich selber entwickelt habe. Des Weiteren berichteten zwei der vier Teilnehmerinnen (T2, T4), dass sie sich besser akzeptieren könnten.

„Ich kann es Ihnen nicht sagen, dass explizit aber es hat

sich was getan. Eine Veränderung... die Weichen wurden umgestellt und mir geht es jetzt mit mir selbst besser.“ (T1)

„(...) ich finde mich sehr viel sympathischer. Ich finde, dass ich vieles richtig gemacht habe und mache.“ (T4)

5.6.5.2 Verständnis für die eigene Person. Teilnehmerinnen 2 und 3 berichteten, dass sie ihre schweren Kindheitserlebnisse in der Therapie aufarbeiten konnten und sich selbst seither besser verstehen würden.

„So Dinge die im Unterbewusstsein waren, die dann einfach klar werden und wo man sich einfach verabschieden kann von manchen Dingen, die dann einfach belastend waren. Also, ja, hab ich mich beschäftigt mit meiner Kindheit und macht alles Sinn.“ (T3)

„Und ich bin so froh, dass ich das gemacht hab, weil ich sonst wirklich viel Bauchschmerzen hatte so zwischendurch. Wo ich dachte, irgendwas ist komisch, was ist denn jetzt und nicht so richtig wusste. Wenn man es dann weiß, dann kann man das ja gut bekämpfen oder einfach in sein Leben mit integrieren.“ (T2)

5.6.5.3 Verbesserte Beziehung zu anderen Menschen. Teilnehmerin 1 berichtete, dass sich durch ihre Therapie die Beziehung zu ihren Mitmenschen und ihrer Familie verbessert hätten. Sie wäre in zwischenmenschlichen Krisen mit ihrem Ehemann, ihrer Schwester und ihrem Sohn gewesen. Diese Beziehungen hätten sich seither sehr verbessert.

„Auch mit anderen Menschen und auch in der Beziehung. Wir sind wirklich offen geworden. Ideal ist es nicht... dass Sie nicht denken.“ (T1)

5.7 Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung

Wie bereits angeführt, gibt es Studien, die darauf hinweisen, dass es eine Überschneidung zwischen den Konzepten der elterlichen Feinfühligkeit,

Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung gibt (Bernier et al., 2014; Slade, 2005; Whipple et al., 2011; Zeegers et al., 2017). In dieser Kategorie wurde die Überschneidung zwischen den Ausprägungen des jeweiligen Verhaltens zusammengeführt. Es konnten die Subkategorien des *Zusammenhangs zwischen Feinfühligkeit und Mentalisierungsfähigkeit* und *Vorraussetzung für Autonomieunterstützungen* gebildet werden (siehe Tabelle 7).

Tabelle 7

Übersicht über die Subkategorien der Hauptkategorie 5.7 Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung

Hauptkategorie	5.7	Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung
Subkategorien	5.7.1	Zusammenhang zwischen Feinfühligkeit und Mentalisierungsfähigkeit
	5.7.2	Voraussetzung für Autonomieunterstützung

5.7.1 Zusammenhang zwischen Feinfühligkeit und Mentalisierungsfähigkeit

Die Mentalisierungsfähigkeit der Eltern ist eine wichtige Voraussetzung für die Feinfühligkeit gegenüber den Kindern. Sie beschreibt die Fähigkeit die kindlichen Signale richtig zu interpretieren, was eine Voraussetzung ist um wiederum angemessen und feinfühlig auf diese reagieren zu können (Zeegers et al., 2017). Dieser Zusammenhang zeigt sich in den Narrativen der Teilnehmerinnen dieser Studie.

So zeigte sich, dass Teilnehmerinnen, die die Mentalisierungsfähigkeit ihrer Mütter als unzureichend beschrieben, diese auch als gering feinfühlig schilderten.

Teilnehmerin 1 erzählte, dass ihre Mutter ihr gegenüber wenig interessiert gewesen wäre, sie sich von ihre emotional vernachlässigt gefühlt habe und ihre Mutter nicht feinfühlig mit ihr gewesen wäre.

Mentalisierung

I: „Die Frage war, ob Sie als Kind das Gefühl hatte, dass sich Ihre Mutter für Ihre Gedanken, Gefühle und Meinungen interessierte?“

T1: „Gar nicht.“ (T1)

Feinfühligkeit

„Sie war nicht ungut. Sie war auch ... Aber so zärtlich, feinfühlig...Nein. Aber war zugänglich. Also war nicht gewalttätig. Das auch nicht. Das war alles eher so lauwarm. So würde ich das bezeichnen.“ (T1)

Ähnliches berichtete Teilnehmerin 5, die beschrieb, dass sie sich von ihrer Mutter nicht gesehen gefühlt hätte und diese besonders in schweren Situationen als nicht feinfühlig erinnern würde.

Mentalisierung

I: „ Und hast du dich von deiner Mutter emotional gesehen gefühlt?“

T5: „Ne.“ (T5)

Feinfühligkeit

„(...) sondern weil ich irgendwie wusste, dass egal was sie [ihre Mutter] sagen würde, es wäre irgendwas falsch, was mich nur verletzen würde. Selbst wenn es gut gemeint gewesen wäre.“ (T5)

Im Gegensatz dazu ist den Beschreibungen von Teilnehmerin 2 zu entnehmen, dass ihre Mutter im Umgang mit ihr sowohl angemessen feinfühlig als auch adäquat mentalisierend war.

Mentalisierung

„Ja, das auf jeden Fall. Das schon. Ich konnte ihr [ihrer Mutter] auch wirklich alles sagen.“ (T2)

Feinfühligkeit

I: Und war deine Mutter als Kind mit dir warum und liebevoll?

„Wie gesagt, ich wurde mit Liebe überschüttet.“ (T2)

Ähnliche Überschneidungen in der Ausprägung dieser Fähigkeiten zeigten sich auch in den Beschreibungen des fürsorglichen Verhaltens der Teilnehmerinnen. Beispielsweise kann man anhand der Berichte von Teilnehmerin 3 interpretieren,

dass sie eine eingeschränkte Mentalisierungsfähigkeit mit ihren Kindern hatte und auch von einer eingeschränkten Feinfühligkeit ihren Kindern gegenüber berichtete.

Mentalisierung

„(...) damals hab ich nicht verstanden, was in ihnen [ihren Kindern] vorgeht.“ (T3)

Feinfühligkeit

„Ja. Also mit fünf schon [konnte sie die Kinder beruhigen]. Wie sie jünger waren nicht. Aber da muss man sich ja erst kennenlernen.“ (T3)

5.7.2 Voraussetzung für Autonomieunterstützung

Wie angeführt, sind für eine angemessene Autonomieunterstützung sowohl ein feinfühliges Umgang als auch ein akkurates Verständnis der Kinder notwendig (Bernier et al., 2014; Whipple et al., 2011). Es zeigte sich, dass die Teilnehmerinnen, die ihre Mütter als gering feinfühlig und verständnisvoll beschrieben, zwar von viel Freiraum berichteten, in ihrer autonomen Entwicklung jedoch nicht von ihren Müttern unterstützt wurden.

So berichtete Teilnehmerin 1, dass sie von ihrer Mutter, die wenig Interesse und Feinfühligkeit ihrer Tochter gegenüber zeigte, keine Unterstützung, sondern eher Vernachlässigung erfahren habe.

Autonomieunterstützung

„Ja, jetzt im Nachhinein denk ich mir, das war so eher eine Art der Vernachlässigung und nicht Freiraum.“ (T1)

Dem gegenüber berichtet Teilnehmerin 2, die sich von ihrer Mutter geliebt und verstanden gefühlt hatte, dass diese sie in ihren Entscheidungen unterstützt hätte.

Autonomieunterstützung

„Also wir haben uns geschätzt. Sie [ihre Mutter] hat alles unterstützt was ich mache.“ (T2)

Die Überschneidung zwischen der Autonomieunterstützung der Teilnehmerinnen mit ihren eigenen Kindern und ihrer Feinfühligkeit und Mentalisierungsfähigkeit ist schwer einzuschätzen, da viele der Teilnehmerinnen zwar angaben ihren Kindern helfen zu wollen, diese Vorsätze jedoch nicht umsetzen konnten. Beispielsweise griffen sie in die Berufswahl der Kinder kontrollierend ein. So konnten nur wenige eindeutige Überschneidungen gefunden werden.

Bei Teilnehmerin 2, die anscheinend sowohl angemessen feinfühlig war als auch angemessen mentalisierte, schilderte eine unterstützende Haltung zur Autonomie ihrer Kinder.

Autonomieunterstützung

„(...) [wenn die Kinder] ganz weit weg leben würden, das wäre auch in Ordnung. Man müsste sich nur ab und an telefonisch besprechen, dass ich was erfahre bisschen.“ (T2)

„(...) die Eltern sind halt auch einfach dafür da Kinder auch aufzufangen.“ (T2)

Das elterliche Verhalten von Teilnehmerin 1, die sich über ihre eigene Feinfühligkeit mit den Kindern unsicher war und angab, die Gedanken und Gefühle ihrer Kinder nicht nachvollziehen zu können, konnte als kontrollierend interpretiert werden.

Autonomieunterstützung

„Und meine Tochter... soll ich sie überreden? Soll sie weiter Jus studieren? Obwohl sie so unglücklich ist und wenig motiviert und eigentlich nur leistungsorientiert, aber mehr hat sie nicht davon.“ (T1)

6 Diskussion

In der hier angeführten Studie zur transgenerationalen Übertragung von Bindung wurde untersucht, wie Frauen die Beziehungen zu ihren eigenen Müttern und ihren eigenen erwachsenen Kindern beschrieben. Diese mütterlichen Narrative wurden mit Hilfe einer interpretativen phänomenologischen Analyse ausgewertet. Die Ergebnisse gliedern sich in die

Literatur zum Thema Bindung ein und bestätigen bestehende Forschungsergebnisse (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980; Bretherton & Munholland, 2008; Sette et al., 2015). Einige dieser Ergebnisse können zu interessanten neuen Ausgangspunkten für zukünftige Untersuchungen anregen. Im Folgenden werden zunächst besondere Verhaltensweisen, die mit dem Bindungsmuster der Teilnehmerinnen im Zusammenhang stehen könnten (6.1) und traumatische Erlebnisse (6.2) der Teilnehmerinnen in die bestehende Literatur zum Thema Bindung integriert. Dann werden die Narrative der Teilnehmerinnen bezüglich der Beziehungen zu ihren eigenen Müttern und ihren eigenen Kindern (6.3) diskutiert und die Ergebnisse zur transgenerationalen Weitergabe von Bindung (6.4.) vorgestellt. Gefolgt wird dies von der Darstellung der gefundenen Faktoren, die einen Einfluss auf die Narrative der Teilnehmerinnen gehabt haben könnten (6.5) und zuletzt werden die Ergebnisse bezüglich des Zusammenhangs zwischen den basalen Faktoren der Bindungsübertragung (6.6) vorgestellt.

6.1 Bindungsverhalten

Im Verlauf der Analyse konnten verschiedene Verhaltensweisen, welche auf ein distanziert-bindungsvermeidendes oder präokkupiert-verstricktes Bindungsmuster hinweisen könnten, zusammengefasst werden. Es ist anzumerken, dass diese bindungsrelevanten Verhaltensweisen adaptive Strategien im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen darstellen und diese von den Betroffenen oftmals unbewusst eingesetzt werden (Ainsworth et al., 1978; George et al., 1996).

Als Beispiel für ängstliches Bindungsverhalten, welches durch das Unterdrücken von selbstständigem Verhalten mit dem Ziel der dauerhaften Verfügbarkeit einer Bindungsperson gekennzeichnet ist (George et al., 1996), konnte unter anderem ein stark angepasstes Verhalten (5.3.1.1) analysiert werden. Auch das Thema der Wahrnehmung und Überschreitung der eigenen Grenzen und derjenigen Anderer (5.3.1.2) ließ sich als ein ängstliches Bindungsverhalten einordnen. Bei den Teilnehmerinnen wurden die eigenen Grenzen übergangen, um sicher zu stellen, dass Konflikte mit Anderen und somit eine Gefährdung der Bindung vermieden werden konnte. Auch wurden die Grenzen der Kinder übergangen, um die Ängste der Teilnehmerinnen zu

beruhigen. Bei den beiden Teilnehmerinnen (T2, T5) mit ängstlichem Bindungsverhalten zeigten sich auch individuelle Anpassungen. Bei Teilnehmerin 2 hatte Harmonie, als Absicherung gegen Ängste und Verlust, einen hohen Stellenwert (5.3.1.3), während bei Teilnehmerin 5 gezeigt werden konnte, wie Konflikte entweder zwanghaft geführt oder vermieden wurden, um eine anhaltende Sicherheit und Verbundenheit zu Anderen aufrecht zu erhalten (5.3.1.4).

Des Weiteren zeigten einige Teilnehmerinnen eine Vielzahl an Verhaltensweisen, die auf eine vermeidende Bindung und somit eine Betonung der Selbstständigkeit und einer Vermeidung von Abhängigkeit und Nähe (George et al., 1996), hinweisen. Beispielsweise wurde von mehreren Verhaltensweisen berichtet, deren Funktion eine allgemeine Vermeidung von Gefühlen zugeschrieben werden konnten. Hierzu gehört, negativen Gefühlen keinen Raum zu geben (5.3.2.1), das Bagatellisieren von negativen Erfahrungen (5.3.2.2) und das Fehlen von kindlichen Erinnerungen (5.3.2.3). Dieser Umgang mit Gefühlen stellt sicher, dass die Betroffenen ihre Selbstständigkeit wahren. Negative Gefühle und Erinnerungen werden unterdrückt und vermieden, da eine Auseinandersetzung mit diesen überfordernd sein könnte und sie die Erfahrung gemacht haben, dass andere Menschen bei etwaigen überfordernden Gefühlen keine adäquate Unterstützung bieten (Ainsworth et al., 1978; George et al., 1996; Howe, 2015). Da jedoch auch vermeidend-gebundene Kinder von der Bindung zu ihren Eltern abhängig sind, um überleben zu können, entwickeln sie Verhaltensweisen, die diese sicherstellen (Howe, 2015). So beschrieb Teilnehmerin 4 eine starke Anpassung an ihre Eltern, einhergehend mit einer hohen Idealisierung dieser (5.3.2.4), die es ihr ermöglichte eine innere Verbindung zu den Eltern aufrecht zu erhalten. Auch berichtet Teilnehmerin 4, dass sie positive Kindheitserinnerungen an gemeinsame Handlungen mit ihrer Mutter hätte. Dieser zwischenmenschliche Fokus auf Handlung anstatt Gefühlen ist charakteristisch für ein vermeidendes Bindungsmuster (Howe, 2015). Zuletzt zeigte sich bei einer Teilnehmerin (T4) ein anhaltendes vermeidendes Verhalten im Verlauf des Interviews (5.3.2.6). Hierbei wurde das Gespräch von Teilnehmerin 4 wiederholt unterbrochen. Dieses Verhalten sicherte der Teilnehmerin vermutlich die innerliche emotionale Distanz, die es ihre ermöglichte von ihrer Kindheit zu berichten. So zeigt sich der vermeidende

Umgang mit Gefühlen und Nähe auch in der Interaktion zwischen der Teilnehmerin und der Autorin.

Alle hier angeführten relevanten Bindungsverhaltensweisen fügen sich in die bestehende Literatur zu Bindung ein (Ainsworth et al., 1978; George et al., 1996; Verhage et al., 2016) und zeigen eindrücklich, dass der angewandte semi-strukturierte Interviewleitfaden erfolgreich die Bindungserfahrungen und -systeme der Teilnehmerinnen aktivierte. Somit kann angenommen werden, dass die geäußerten reflexiven Interpretationen der Teilnehmerinnen im Zusammenhang mit ihren Bindungserfahrungen und -systemen stehen. Abgesehen von dem Bindungsverhalten der Teilnehmerinnen, berichtete die Mehrheit der Teilnehmerinnen von traumatischen Erfahrungen in ihrer Kindheit.

6.2 Traumata

In der untersuchten Stichprobe von Frauen berichtete die Mehrzahl von einschneidenden, traumatischen Erlebnissen, welche ihre Bindungserfahrungen beeinflusst hätten. Zwei dieser vier Teilnehmerinnen gaben an, dass sie mit diesen Erlebnissen alleine gelassen wurden (5.4.1). Unabhängig von der wahrgenommenen Fürsorglichkeit ihrer Mütter, berichteten beide, dass niemand mit ihnen über die traumatischen Erlebnisse geredet hätte. Es ist daher anzunehmen, dass sie keine Unterstützung bei der Verarbeitung dieser Traumata hatten. Untersuchungen haben gezeigt, dass die Auswirkungen traumatischer Erlebnisse über Generationen hinweg weitergegeben werden können (Lehrner & Yehuda, 2018) und Traumata einen Einfluss auf die Bindung der betroffenen Personen und ihrer Bindung zu ihren Kindern haben können (Dalgaard et al., 2016; Koren-Karie et al., 2008; Lehrner & Yehuda, 2018).

Ein weiteres Resultat der traumatischen Bindungserfahrungen, von dem in dieser Studie berichtet wurden, sind die Gefühle von Scham und Schuld (5.4.2, 5.4.3). So erzählte eine Teilnehmerin von Schamgefühlen ihrer Mutter, die als Reaktion auf die Erfahrung von körperlicher Gewalt und dem Verlust von sozialem Status entstanden waren. Diese Scham der Mutter wurde an ihre Tochter weitergegeben, welche angab, dass sie Scham über die Scham ihrer Mutter empfunden hätte. Die Frage von Schuld äußerte sich als Reaktion auf ausbleibendes, mütterlich-versorgendes Verhalten und die Frage, wer daran Schuld trüge. Auch berichtete Teilnehmerin 2, dass ihre Mutter Schuldgefühle

empfang, weil sie die Teilnehmerin nicht vor traumatischen Erfahrungen schützen konnte. Erneut gibt diese Teilnehmerin an, dass sie bis heute mit Schuldgefühlen zu kämpfen hat, da sie diese von ihrer Mutter übernommen hätte.

Die Gefühle von Schuld und Scham stehen mit dem Erleben von Trauma und Gewalt im Zusammenhang (Wilson et al., 2006) und sind ein Diagnosekriterium für eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) (American Psychiatric Association, 2013). Während schamhafte Gefühle sich auf die eigene Person als ganze oder gewisse Eigenschaften richten, beziehen sich Schuldgefühle auf das Vorhandensein oder Fehlen von gewissen Handlungen, Gedanken oder Gefühlen (Aakvaag et al., 2016; Wilson et al., 2006). Somit bezieht sich Scham auf das Sein und Schuld auf das Tun einer Person (Hirsch, 2008). Scham ist ein tiefgreifenderer intrapsychischer Prozess als Schuld, da bei Scham die persönliche Integrität und Identität beeinflusst ist, was mit vermeidendem und unterwürfigem Verhalten verbunden sein kann. Während sich auch Schuldgefühle negativ auf den Selbstwert der betroffenen Person auswirken können, gehen mit ihnen oft Reue und Versuche der Reparatur einher (Hirsch, 2008; Wilson et al., 2006).

Neben Bindung, können auch die Auswirkungen von Traumata, wie beispielsweise die Schuld- und Schamgefühle, transgenerational weitergegeben werden (Dalgaard et al., 2016; Koren-Karie et al., 2008; Lehrner & Yehuda, 2018), was sich in den Angaben der Teilnehmerinnen widerspiegelt. Diese Auswirkungen können wiederum einen Einfluss auf die Bindung und Bindungsweitergabe haben, beispielweise in Form einer desorganisierten Bindung zu denen eigenen Kindern (Howe, 2015; Main & Solomon, 1986). Untersuchungen haben gezeigt, dass es bei der Weitergabe von Traumata und seinen Auswirkungen nicht um das traumatische Erlebnis an sich, sondern um die Verarbeitung und Integration dieser Erfahrung in das Narrativ der Betroffenen, geht (Koren-Karie et al., 2008). Somit könnte durch das Verarbeiten des Traumas der Einfluss dieser Erfahrung auf die Bindung zwischen Mutter und Kind reduziert werden.

6.3 Bindung und Elternschaft

Da die Interviews mit den Teilnehmerinnen sich auf die Beziehung zu ihren Kindern und Müttern fokussierten, konnte im Verlauf diese Untersuchung

die Beschreibung dieser eingehend analysiert werden. Während die Mehrheit der Teilnehmerinnen das Fürsorgeverhalten (5.1.1, 5.1.2, 5.1.3) (i.e. die mütterliche Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung) ihrer Mütter als unzureichend beschrieben, fanden sich in den Beschreibungen der Beziehungen zu ihren eigenen Kindern oft Widersprüche (5.2.1, 5.2.2, 5.2.3). So gaben die Teilnehmerinnen an, bestimmte Verhaltensweisen angemessen umgesetzt zu haben, widersprachen dieser Aussage jedoch im Verlauf des Interviews. An diesen Widersprüchen lassen sich möglicherweise die Absichten der Teilnehmerinnen ablesen ihren Kindern eine „gute“ Mutter sein zu wollen und eine glückliche Kindheit zu bieten, diese Absicht jedoch nur eingeschränkt in der Realität umgesetzt werden konnte. Auch kann angenommen werden, dass die Teilnehmerinnen ihre eigene Mutterschaft der Autorin gegenüber positiver darstellen wollten, aus Angst vor der Bewertung ihres Fürsorgeverhaltens, während über das Verhalten der eigenen Mutter unbesorgter berichtet werden konnte.

Überdies ist anzumerken, dass die Teilnehmerinnen, abgesehen von den drei basalen Faktoren der Bindungsübertragung, auch von anderen prägnanten Erfahrungen berichteten, von denen sie meinten, dass diese für sie prägend waren. So erzählten drei Teilnehmerinnen von emotionaler Vernachlässigung (5.1.4). Emotionale Vernachlässigung steht mit der Bindungsunsicherheit der vernachlässigten Personen im Zusammenhang. So konnten neuropsychologische Untersuchungen zeigen, dass bei Erwachsenen emotionale Vernachlässigung in der Kindheit mit einer unsicheren Bindung im Zusammenhang steht (Müller et al., 2019). Dieser Zusammenhang lässt sich dadurch erklären, dass feinfühliges, umsorgendes Verhalten und Aufmerksamkeit eine Voraussetzung für die Entwicklung einer sicheren Bindung sind und das Fehlen dieses Verhaltens emotionale Vernachlässigung definiert (Stoltenborgh et al., 2013). Auch die von Teilnehmerin 3 und 4 beschriebene Rollenumkehr kann die Bindungssicherheit der Betroffenen beeinflusst haben (5.1.6). Da hier die Kinder die emotionalen Bedürfnisse der Eltern versorgen, haben sie selber keine sichere Basis und Unterstützung. Dies kann dazu führen, dass diese Kinder internalisieren, dass andere Menschen unzuverlässig und abweisend sind, was einem unsicher-vermeidenden Bindungsstil entsprechen würde (Hooper, 2007). Zuletzt kann auch das entwertende Verhalten, welches von Teilnehmerin 4 und 5

beschrieben wurde (5.1.5), die Bindungssicherheit und Beziehung zu ihren Müttern beeinflusst haben. Bei Teilnehmerin 5 wurden dadurch Ängste bezüglich ihrer Sicherheit in ihrer Adoptivfamilie vermutlich verstärkt. Teilnehmerin 4, wird sich möglicherweise durch die Entwertung ihrer Gefühle bezüglich der ungleichen Verteilung von Liebe und Aufmerksamkeit in ihrer Familie, weiter zurückgezogen und ungeliebt gefühlt haben.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die untersuchten, basalen Faktoren der Bindungsübertragung sich in den Narrativen der Teilnehmerinnen wiederfinden. Die Beschreibungen dieser Faktoren konnten somit auf Hinweise einer transgenerationalen Weitergabe analysiert werden.

6.4 Transgenerationale Weitergabe

Das Hauptanliegen dieser Studie war es die transgenerationale Übertragung von Bindung mit Hilfe der elterlichen Verhaltensweisen der Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung zu untersuchen. In der Analyse der Beschreibungen der Beziehungen zur eigenen Mutter und den eigenen Kindern konnten Übereinstimmungen zwischen dem angegebenen Ausmaß der drei untersuchten Faktoren gefunden werden. Beschrieb eine Teilnehmerin beispielsweise den feinfühligsten Umgang ihrer Mutter als unzureichend, so beschrieb sie ihre eigene Feinfühligkeit als gering, oder diese konnte als unzureichend interpretiert werden. Diese Verbindung konnte sowohl bei der elterlichen Feinfühligkeit (5.6.1) als auch bei der Mentalisierungsfähigkeit (5.6.2) und bei der Autonomieunterstützung (5.6.3) aufgezeigt werden. Diese Übereinstimmungen können als eine transgenerationale Übertragung der hier untersuchten Konzepte interpretiert werden, da sich das Ausmaß einer elterlichen Verhaltensweise an der Qualität dieser in der vorherigen Generation orientierte. Im Bereich der Autonomieunterstützung zeigte sich eine allgemeine Übereinstimmung im Ausmaß der Unterstützung, welche jedoch teilweise qualitativ unterschiedlich war. So berichtete die Mehrheit der Teilnehmerinnen, dass sie sich von ihren Müttern vernachlässigt gefühlt hätten. Die Unterstützung, die diese Teilnehmerinnen ihren Kindern entgegenbrachten, konnte jedoch tendenziell eher als kontrollierend und nicht als vernachlässigend interpretiert werden. Eine mögliche Erklärung dieser qualitativen Unterschiede könnte sein, dass die

Teilnehmerinnen ihren Kindern eine bessere Unterstützung bieten wollten, als sie selber erlebt hatten, sie dabei aber keine angemessene Balance fanden. Es ist anzumerken, dass alle Teilnehmerinnen den Wunsch äußerten einen besseren Umgang mit ihren Kindern zu haben, als ihre Mütter mit ihnen hatten. Beispielweise gaben sie an, dass sie den Wunsch hatten ihre Kinder zu verstehen und feinfühlicher mit ihnen zu sein. Auch wenn sich im Verlauf der Interviews zeigte, dass sich die Fähigkeiten der Teilnehmerinnen an denen ihrer Mütter orientierten, beschrieben die Teilnehmerinnen sich jedoch als feinfühlicher, einfühlsamer und unterstützender als ihre eigenen Mütter. So kann, basierend auf den subjektiven Beschreibungen der hier befragten Teilnehmerinnen, angenommen werden, dass selbst wenn diese nicht optimal fürsorglich mit ihren Kindern waren, die Teilnehmerinnen jedoch fürsorglicher waren als ihre eigenen Mütter mit ihnen. Diese Veränderung im Fürsorgeverhalten über Generationen hinweg könnte unter anderem durch die Reflexion über die eigene Kindheit hervorgerufen sein.

Dieses Ergebnis, dass sich das Ausmaß des fürsorglichen Verhaltens der Teilnehmerinnen an dem ihrer Mütter orientierte, jedoch auch leichte Veränderungen festgestellt werden konnten, fügt sich in eine Überlegung der Bindungsforschung ein, den kategorischen Ansatz der Bindungsklassifikation zu hinterfragen (Lubiewska & Van de Vijver, 2020; Roisman et al., 2007; Whipple et al., 2011). Als Alternative zum kategorischen Ansatz, wird ein dimensionales Vorgehen empfohlen. Mit diesem Vorgehen würde Bindung nicht in Kategorien, sondern als Ausmaß von sicheren oder unsicheren Bindungseigenschaften angegeben werden. Beispielweise würde erfasst werden, welche Werte die untersuchte Person auf den Dimensionen von Nähe, Abhängigkeit und Ängstlichkeit erzielen und somit könnte das Ausmaß ihrer Bindungssicherheit bestimmen werde (Lubiewska & Van de Vijver, 2020). Ein dimensionaler Ansatz würde, neben erhöhter statistischen Power und prognostische Validität (Roisman et al., 2007), eine verbesserte theoretische und konzeptionelle Untersuchungen der Komplexität von Bindung ermöglichen. So könnte dieser es auch ermöglichen marginale Veränderungen in der Bindungsqualität zu untersuchen, welche jedoch nicht stark genug wären, um die Veränderung des kategorischen Bindungsmusters zu bewirken. Beispielsweise könnten sich die Mentalisierungsfähigkeit über die Generationen hinweg mit jeder Generation

leicht verbessern, wie in der hier angeführten Studie gezeigt werden konnte. Leichte Veränderung im Umgang der Mütter mit ihren Kindern könnten so etwa bei noch unsicher gebundenen Müttern dazu führen, dass diese eine sichere Bindung mit ihren Kindern herstellen können. Diese subtilen Veränderungen könnten nach Meinung der Autorin mit dimensional Verfahren besser dargestellt werden. Des Weiteren würde ein dimensionaler Ansatz ein genaues Bild über die Zusammenhänge zwischen den basalen Faktoren der Bindungsübertragung und den Bindungsdimensionen bieten, was wiederum neue Ansätze für therapeutische Interventionen bieten könnte.

Abgesehen von der Übertragung von Feinfühligkeit, Mentalisierung und Autonomieunterstützung konnte gezeigt werden, dass auch gewisse innere Einstellungen und Verhaltensweisen transgenerational weitergegeben werden können. Wie angeführt kann eine solche Weitergabe sowohl unbewusst und unbeabsichtigt als auch bewusst und beabsichtigt stattfinden. So wurden in der Familie von Teilnehmerin 2 die Gefühle von Schuld und Scham unbewusst von Generation zu Generation weitergegeben (5.6.4.1). Teilnehmerin 4 berichtete, dass sie die Zeit mit ihren Kindern bewusst so gestaltet hätte, wie ihre Mutter mit ihr in ihrer Kindheit (5.6.4.2). Die Verhaltensweisen, welche die Teilnehmerinnen absichtlich an ihre Kinder weitergaben, waren solche, die sie aus ihrer eigenen Kindheit als positiv erinnerten. Zuletzt ist besonders hervorzuheben, dass zwei Teilnehmerinnen von elterlichen Verhaltensweisen berichteten, die sie bewusst nicht an ihre Kinder weitergeben wollte (5.6.4.3). Hierzu zählt die Erfahrung der Parentifizierung von Teilnehmerin 3. Sie berichtete, darauf Wert gelegt zu haben, dass ihren Kindern keine unverhältnismäßige Verantwortung, im Sinne einer Aufgabenübernahme die eigentlich bei den Eltern liegen würde, füreinander übernehmen mussten. Diese Unterbrechung der Weitergabe ist interessant, da Studien belegten, dass Rollenumkehr oft über Generationen hinweg weitergeben wird und in engem Zusammenhang mit den Bindungsmustern von Eltern und Kindern steht (Hooper, 2007; Macfie et al., 2005).

Zusammenfassend konnte in dieser Studie gezeigt werden, dass sowohl elterliche Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung, welche direkt mit Bindung im Zusammenhang stehen, als auch weitere, bindungsrelevante Einstellungen und Verhaltensweisen von Generation zu Generation weitergegeben werden können. Diese Weitergabe kann sowohl

beabsichtigt als auch unbeabsichtigt stattfinden, als auch unterbrochen werden kann. Die Frage wie diese Weitergabe stattfindet, wie sie am besten gemessen und untersucht werden kann und besonders, wie manche Personen in der Lage sind diese Übertragung zu unterbrechen, sollte von zukünftigen Studien untersucht werden. Einige Faktoren, welche die Bindung zwischen Mutter und Kind beeinflussen könnten, wurde in dieser Studie untersucht.

6.5 Einfluss auf das Bindungsmuster durch andere Faktoren

In dieser Studie wurden zwei Faktoren erfasst, die das Bindungsmuster der Teilnehmerinnen sowohl in der frühen Kindheit als auch im späteren Leben beeinflusst haben könnten. Diese Faktoren waren zum einen der Einfluss anderer Bindungspersonen als die Mutter auf die Bindungsentwicklung (5.5) und zum anderen etwaige psychotherapeutische Behandlungen der Teilnehmerinnen (5.6.5). Beide Faktoren deuten auf die Komplexität der Entstehung und der Evolution der Bindung im Verlauf des Lebens hin.

Die Berichte der Teilnehmerinnen zeigten, dass neben ihren Müttern, weitere Bindungspersonen einen entscheidenden Einfluss auf ihre Bindungsentwicklung hatten. Zu diesen zählten die Väter, Großeltern, Geschwister und andere Personen wie beispielweise eine Nachbarin. Diese Ergebnisse decken sich mit den Ergebnissen der Bindungsforschung, die zeigt, dass neben der primären Bindungsperson, andere Bindungspersonen einen wichtigen Einfluss auf die Bindungsentwicklung von Kindern haben. Diese Bindungspersonen sind in einer Hierarchie geordnet. Je höher eine Person in dieser Hierarchie steht, umso eher sucht das Kind bei dieser Person Schutz und lässt sich von dieser trösten (Cassidy, 2008; Howe, 2015). Schon in der Kindheit kann die Bindung der Betroffenen zu anderen Personen ihre Bindungserfahrungen sowohl negativ, also auch positiv beeinflussen (Cassidy, 2008). Beispielsweise zeigte sich bei Teilnehmerin 5, dass ihre Schwester eine mütterlich-versorgende Rolle für sie übernahm und dadurch die Bindungsentwicklung und -erfahrung von Teilnehmerin 5 möglicherweise anhaltend positiv beeinflusste. Die vorliegenden Ergebnisse lassen erkennen, dass die Entstehung von Bindung und die Personen, die zu dieser beitragen, komplex ist und neben den Eltern auch weitere Bindungspersonen einen entscheidenden Einfluss haben können.

Diese Komplexität setzt sich ein Leben lang fort denn Bindungsmuster können auch im Erwachsenenalter noch verändert werden. Da positive Psychotherapieerfahrungen einen anhaltenden Einfluss auf das Bindungsmuster einer Person haben können (Taylor et al., 2015), wurde in dieser Studie untersucht ob die Teilnehmerinnen sich im Verlauf ihres Lebens in therapeutischer Behandlung befunden haben. Vier von fünf Teilnehmerinnen gaben an in den vergangenen zehn Jahren therapeutische Hilfe in Anspruch genommen zu haben. Da dies somit frühestens im Schulalter der Kinder stattfand, kann angenommen werden, dass der Einfluss dieser Behandlung auf die Bindung zwischen Mutter und Kind erst stattfand, als das Bindungsmuster des Kindes bereits stabil war (Howe, 2015). Mehrere Teilnehmerinnen gaben an, dass sie durch die Behandlung schwierige Erlebnisse, die Einfluss auf ihre Bindungsentwicklung hatten, verarbeitet hätten. Es ist deshalb anzunehmen, dass diese psychotherapeutischen Behandlungen den betroffenen Teilnehmerinnen halfen im Interview reflektierter über etwaige Kindheitstraumata und die Beziehungen zu ihren Müttern sprechen zu können als vor der Behandlung. Darüber hinaus gaben die Teilnehmerinnen an, sich selbst (5.6.5.1; 5.6.5.2) durch die Behandlung besser zu verstehen und dass sich ihre Beziehungen zu anderen Menschen verbessert hätten (5.6.5.3). Zuletzt ist anzunehmen, dass es durch die therapeutische Behandlung, genauer gesagt durch die durch die Verarbeitung von Erinnerungen und Reflexion von Gefühlen, zu einer Zunahme der Reflexionsfähigkeit der Teilnehmerinnen kam (Cropp et al., 2019). Durch diesen Prozess können die Bindungsmuster der Teilnehmerinnen möglicherweise weiter autonom geworden sein (Berry & Danquah, 2016; Cobb & Davila, 2009; Taylor et al., 2015). Zusammenfassend ist anzunehmen, dass die psychotherapeutischen Behandlungen die Narrative der Teilnehmerinnen beeinflusst haben und somit auch die Ergebnisse der Studie.

6.6 Zusammenhang zwischen den basalen Faktoren der Bindungsübertragung

Ein Ziel dieser Untersuchung war es, die Beziehungen und Überschneidungen zwischen den drei Faktoren der elterlichen Feinfühligkeit, der elterlichen Mentalisierungsfähigkeit und der elterlichen Autonomieunterstützung zu untersuchen. Anhand vorliegender Forschungsergebnisse (Bernier et al.,

2014; Slade, 2005; Whipple et al., 2011; Zeegers et al., 2017) wurde angenommen, dass die Mentalisierungsfähigkeit eine Voraussetzung für die elterliche Feinfühligkeit ist, während beide zusammen eine Voraussetzung für eine angemessene Autonomieunterstützung darstellen. Diese Zusammenhänge konnten in der Analyse der mütterlichen Narrative widergespiegelt werden.

Anhand der Daten konnte gezeigt werden, dass das Ausmaß an Mentalisierungsfähigkeit und Feinfühligkeit miteinander übereinstimmte (5.7.1). Beschrieb eine Teilnehmerin sich als gering feinfühlig, fand sich diese Einschränkung auch in Bezug auf ihre Mentalisierungsfähigkeit wieder. Beschrieb sie sich als angemessen feinfühlig, konnten ihr beschriebenes Verhalten auch als angemessen mentalisierend interpretiert werden. Die gleichen Überschneidungen zeigten sich in den Beschreibungen der Mentalisierungsfähigkeit und Feinfühligkeit der Mütter der Teilnehmerinnen. Die hier erhobenen qualitativen Ergebnisse gehen mit den Ergebnissen von Zeegers et al. (2017) einher, die zeigten, dass die beiden Faktoren sich statistisch Varianz teilen und konzeptionell elterliche Mentalisierungsfähigkeit eine Voraussetzung für einen feinfühligem Umgang sei.

Des Weiteren konnte anhand der hier erlangten Ergebnisse demonstriert werden, dass das Ausmaß der mütterlichen Feinfühligkeit und Mentalisierung möglicherweise mit dem der Autonomieunterstützung einhergeht (5.7.2). So gaben die Teilnehmerinnen, die ihre Mütter als gering feinfühlig und mentalisierend beschrieben, an, dass ihre Autonomie nicht unterstützt wurde, sondern sie den Freiraum, den sie von ihren Müttern bekamen, vermehrt als Vernachlässigung wahrnahmen. Auch konnte erneut gezeigt werden, dass Teilnehmerin 2, die sich von ihrer Mutter verstanden und geliebt gefühlt hatte, sich auch in ihrer Autonomie unterstützt gefühlt hatte. Dieser Zusammenhang unterstützt erneut die konzeptionellen Überlegungen, dass sowohl angemessene Mentalisierungsfähigkeit als auch Feinfühligkeit, eine Voraussetzung für erfolgreiche Autonomieunterstützung sind. Jedoch konnte diese Überschneidung im Bereich der Autonomieunterstützung eindeutiger in den Beschreibungen der Mütter der Teilnehmerinnen als in der Beschreibung ihres eigenen Verhaltens gegenüber ihren Kindern gezeigt werden. Dies ist sowohl auf die widersprüchlichen Berichte der Teilnehmerinnen in Bezug auf ihr eigenes Fürsorgeverhalten als auch auf die qualitativen Unterschiede in der

Autonomieunterstützung der Teilnehmerinnen und ihrer Mütter zurückzuführen. So erzählten viele, dass sie ihre Kinder unterstützt hätten, widersprachen dieser Aussage jedoch teilweise im Verlauf des Interviews, indem sie von ihrem eigenen kontrollierenden Verhalten berichteten. Während sich in diesem Widerspruch der Wunsch, eine unterstützende Mutter zu sein, widerspiegelt, ist das realistische Ausmaß ihrer Unterstützung schwer einzuschätzen. Es konnte jedoch gezeigt werden, dass die Teilnehmerin, deren Verhalten als angemessen feinfühlig und mentalisierend eingeschätzt werden konnte, ohne Widersprüche von einer angemessenen Autonomieunterstützung berichtete.

Zusammenfassend kann der von der Autorin zunächst hypothetisch angeführte Zusammenhang zwischen der Triade der Mechanismen der Bindungsübertragung durch die vorliegende Untersuchung unterstützt werden. Diese Ergebnisse können einen Beitrag leisten dazu anzuregen, in die zukünftige Forschung der Bindungsübertragung, neben der Feinfühligkeit der Eltern, auch die Autonomieunterstützung und die Mentalisierungsfähigkeit der Eltern miteinzubeziehen und deren jeweilige konzeptionellen Definitionen und Überschneidungen zu untersuchen.

6.7 Limitationen und zukünftige Forschung

Da es sich bei dieser Studie um eine qualitative, explorative Untersuchung handelt, sind die hier angeführten Ergebnisse nur eingeschränkt zu generalisieren. Auch grenzt die geringe Anzahl an Teilnehmerinnen und die Homogenität der Gruppe, beispielsweise waren alle Teilnehmerinnen in heterosexuellen Langzeitbeziehungen, die Verallgemeinerbarkeit der Ergebnisse ein. Weiterhin kann durch das retrospektive, subjektive Forschungsdesign, nicht erfasst werden, inwieweit sich die Narrative der Teilnehmerinnen seit der grundlegenden Bindungsentwicklung mit ihren Kindern verändert haben. Diese Veränderungen und mögliche Einflüsse könnten durch ein longitudinales Studiendesign untersucht werden. Auch ist anzumerken, dass diese Studie ausschließlich das Narrativ einer Generation, in der Übertragung von Bindung über drei Generationen, untersucht hat. Die Schilderungen der Teilnehmerinnen sind subjektiv und können sich signifikant von denen ihrer Mütter und Kinder unterscheiden. Zukünftige Untersuchungen sollten die Narrative jeder einzelnen Person in der Übertragungskette erfassen, um ein vollständiges Bild der

Bindungsbeziehungen zu erhalten. Zuletzt muss darauf hingewiesen werden, dass in der interpretativen phänomenologischen Analyse die Interpretation der Autorin einen entscheidenden Einfluss auf die Ergebnisse haben. So könnte die Auswertung durch eine andere Person zu anderen Ergebnissen führen.

Nichtsdestotrotz stellen die Ergebnisse, durch die detaillierte Analyse von komplexen Zusammenhängen im Bereich der Bindungsforschung, eine Bestätigung der bereits vorhandenen Forschungslage dar und sie bieten einen Ausgangspunkt für zukünftige Untersuchungen. Da diese Studie sich auf die Rolle der Mutter in der Übertragung von Bindung beschränkt hat, sollten zukünftige Untersuchungen den Einfluss weiterer Bindungspersonen miteinbeziehen, um die komplexen Zusammenhänge dieser Personen auf die Bindungsentwicklung zu untersuchen. Die Erweiterung des basalen Mechanismus der elterlichen Feinfühligkeit in der Bindungsübertragung durch die elterliche Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung sollten weiterführend untersucht werden und die Vorteile eines dimensional Ansatzes zur Erforschung von Bindung eruiert werden. Des Weiteren sollte der Zusammenhang dieser drei Faktoren eingehend untersucht werden, um ihre konzeptionelle Überschneidung genau zu ergründen.

7 Fazit

Diese Studie konnte zeigen, dass die drei untersuchten Konzepte der elterlichen Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomiestützung von Generation zu Generation übertragen werden. Auch konnte gezeigt werden, dass das Ausmaß der Mentalisierungsfähigkeit und Feinfühligkeit übereinstimmten und dass dieses wiederum mit dem Ausmaß der Autonomieunterstützung einherging. Diese Ergebnisse konnten die grundlegenden, neuen Überlegungen bezüglich der Zusammenhänge dieser Faktoren unterstützen. Diese zwei Resultate bieten neue interessante Blickwinkel auf die Bindungsübertragung und resultierende neue Forschung könnte das Potential haben, den Transmission Gap der Bindungsübertragung weiter zu schließen. So konnte diese Studie das Ziel, neue Ausgangspunkte zur Untersuchung der Übertragung von Bindung zu finden, erfüllen.

Literaturverzeichnis

- Aakvaag, H. F., Thoresen, S., Wentzel-Larsen, T., Dyb, G., Røysamb, E., & Olff, M. (2016). Broken and guilty since it happened: A population study of trauma-related shame and guilt after violence and sexual abuse. *Journal of Affective Disorders*, 204, 16–23. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.06.004>
- Ainsworth, M. D. S. (1963). The development of infant-mother interaction among the Ganda. In B. F. Foss (Eds.), *Determinants of infant behavior* (2nd ed., pp. 67–112). Wiley.
- Ainsworth, M. D. S. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of attachment*. Johns Hopkins University Press.
- Ainsworth, M. D. S. (1972). Attachment and dependency: A comparison. In J. L. Gewirtz (Eds.), *Attachment and dependency* (pp. 97–127). V. H. Winston.
- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1977). Infant crying and maternal responsiveness: A rejoinder to Gewirtz and Boyd. *Child Development*, 48(4), 1208–1216. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1977.tb03924.x>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.
- American Psychiatric Association. (2013). *Desk reference to the diagnostic criteria from DSM-5*. American Psychiatric Association.
- Anderson, J. R. (2020). Inviting autonomy back to the table: The importance of autonomy for healthy relationship functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(1), 3–14. <https://doi.org/10.1111/jmft.12413>
- Berlin, L. J., Cassidy, J., & Appleyard, K. (2008). The influence of early attachments on other relationships. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 333–347). The Guilford Press.
- Bernier, A., Matte-Gagné, C., Bélanger, M.-È., & Whipple, N. (2014). Taking stock of two decades of attachment transmission gap: Broadening the assessment of maternal behavior. *Child Development*, 85(5), 1852–1865. <https://doi.org/10.1111/cdev.12236>
- Berry, K., & Danquah, A. (2016). Attachment-informed therapy for adults: Towards a unifying perspective on practice. *Psychology and*

- Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89(1), 15–32.
<https://doi.org/10.1111/papt.12063>
- Besser, A., & Priel, B. (2008). Attachment, depression, and fear of death in older adults: The roles of neediness and perceived availability of social support. *Personality and Individual Differences*, 44(8), 1711–1725.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.016>
- Bouchard, G. (2014). How do parents react when their children leave home? An integrative review. *Journal of Adult Development*, 21, 69–79.
<https://doi.org/10.1007/s10804-013-9180-8>
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39(5), 350–373.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss; Bd. 1: „Attachment“*. Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Bd. 2: „Separation: Anger and anxiety“*. Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Tavistock.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Bd. 3: „Loss: Sadness and depression“*. Hogarth Press.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 102–127). The Guilford Press.
- Brocki, J. M., & Wearden, A. J. (2006). A critical evaluation of the use of interpretative phenomenological analysis (IPA) in health psychology. *Psychology & Health*, 21(1), 87–108.
<https://doi.org/10.1080/14768320500230185>
- Cassidy, J. (2008). The nature of the child's ties. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp 3–22). The Guilford Press.

- Chapman, A., & Schramm, D. (2018). Parenting advice and regrets of empty-nesters. *Family Relations*, 67(4), 483–496. <https://doi.org/10.1111/fare.12337>
- Cobb, R. J., & Davila, J. (2009). Internal working models and change. In J. H. Obedi & E. Berant (Eds.), *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp. 209–234). The Guildford Press.
- Cropp, C., Taubner, S., Salzer, S., & Streeck-Fischer, A. (2019). Psychodynamic psychotherapy with severely disturbed adolescents: Changes in reflective functioning. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 18(3), 263–273. <https://doi.org/10.1080/15289168.2019.1643212>
- Dalgaard, N. T., Todd, B. K., Daniel, S. I. F., & Montgomery, E. (2016). The transmission of trauma in refugee families: Associations between intra-family trauma communication style, children's attachment security and psychosocial adjustment. *Attachment & Human Development*, 18(1), 69–89. <https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1113305>
- de Wolff, M. S., & van Ijzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child Development*, 68(4), 571–591. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1997.tb04218.x>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research*. University of Rochester Press.
- Dozier, M., Stovall-McClough, K. C., & Albus, K. E. (2008). Attachment and psychopathology in adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 718–744). The Guilford Press.
- Fonagy, P., Luyten, P., Moulton-Perkins, A., Lee, Y.-W., Warren, F., Howard, S., Ghinai, R., Fearon, P., & Lowyck, B. (2016). Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The reflective functioning questionnaire. *PLOS ONE*, 11(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Moran, G. S., & Higgitt, A. C. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health*

Journal, 12(3), 201–218. [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(199123\)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-0355(199123)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7)

- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679–700. <https://doi.org/10.1017/S0954579497001399>
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1996). *Adult attachment interview*. [Unpublished manuscript] (3. Aufl.). Department of Psychology, University of California.
- Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley, C. R. (2016). Chapter 6: How stable are attachment styles in adulthood? In O. Gillath, G. C. Karantzas & C. R. Fraley (Eds.), *Adult attachment: A concise introduction to theory and research* (pp. 129-157). Elsevier Science & Technology.
- Grossmann, K., Grossmann, K. E., Kindler, H., & Zimmermann, P. (2008). A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the development of psychological security from infancy to young adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and application* (2nd ed., pp. 857–879). The Guilford Press.
- Hänggi, Y., Schweinberger, K., Gugger, N., & Perrez, M. (2010). Situations-Reaktions-Fragebogen zur Messung elterlicher Sensitivität (PS-SRQ): Konstruktion, Reliabilität und Vorstudie zur internen Validität. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 42(1), 1–14. <https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000001>
- Hesse, E. (2008). The adult attachment interview: Protocol, method of analysis, and empirical studies. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 552–598). The Guilford Press.
- Hirsch, M. (2008). Scham und Schuld—Sein und Tun. *Psychotherapeut*, 53(3), 177–184. <https://doi.org/10.1007/s00278-008-0605-y>
- Hooper, L. M. (2007). The application of attachment theory and family systems theory to the phenomena of parentification. *The Family Journal: Counselling and Therapy for Couples and Families*, 15(3), 217–223. <https://doi.org/10.1177/1066480707301290>

- Howe, D. (2015). *Bindung über die Lebensspanne - Grundlagen und Konzepte der Bindungstheorie*. Junfermann Verlag.
- Howitt, D. (2013). *Introduction to qualitative methods in psychology* (2nd ed.). Pearson Education Limited.
- Joussemet, M., Vitaro, F., Barker, E. D., Côté, S., Nagin, D. S., Zoccolillo, M., & Tremblay, R. E. (2008). Controlling parenting and physical aggression during elementary school. *Child Development*, 79(2), 411–425. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.01133.x>
- Koren-Karie, N., Oppenheim, D., & Getzler-Yosef, R. (2008). Shaping children's internal working models through mother-child dialogues: The importance of resolving past maternal trauma. *Attachment & Human Development*, 10(4), 465–483. <https://doi.org/10.1080/14616730802461482>
- Lehrner, A., & Yehuda, R. (2018). Trauma across generations and paths to adaptation and resilience. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 10(1), 22–29. <https://doi.org/10.1037/tra0000302>
- Littman-Ovadia, H., Oren, L., & Lavy, S. (2013). Attachment and autonomy in the workplace: New insights. *Journal of Career Assessment*, 21(4), 502–518. <https://doi.org/10.1177/1069072712475282>
- Lohaus, A., & Vierhaus, M. (2019). Frühe Eltern-Kind-Interaktion und Bindung. In A. Lohaus & M. Vierhaus (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters für Bachelor* (S. 119–130). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-662-59192-5_8
- Lubiewska, K., & Van de Vijver, F. J. R. (2020). Attachment categories or dimensions: The adult attachment scale across three generations in Poland. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 233–259. <https://doi.org/10.1177/0265407519860594>
- Lucassen, N., Tharner, A., van Ijzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., Volling, B. L., Verhulst, F. C., Lambregtse-Van den Berg, M. P., & Tiemeier, H. (2011). The association between paternal sensitivity and infant-father attachment security: A meta-analysis of three decades of research. *Journal of Family Psychology*, 25(6), 986–992. <https://doi.org/10.1037/a0025855>
- Macfie, J., McElwain, N. L., Houts, R. M., & Cox, M. J. (2005). Intergenerational transmission of role reversal between parent and child: Dyadic and family

- systems internal working models. *Attachment & Human Development*, 7(1), 51–65. <https://doi.org/10.1080/14616730500039663>
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 66–104. <https://doi.org/10.2307/3333827>
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. Y. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95–124). Ablex Publishing.
- Mikulincer, M., Ein-Dor, T., Solomon, Z., & Shaver, P. R. (2011). Trajectories of attachment insecurities over a 17-year period: A latent growth curve analysis of the impact of war captivity and posttraumatic stress disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(9), 960–984. <https://doi.org/10.1521/jscp.2011.30.9.960>
- Müller, L. E., Bertsch, K., Bülow, K., Herpertz, S. C., & Buchheim, A. (2019). Emotional neglect in childhood shapes social dysfunctioning in adults by influencing the oxytocin and the attachment system: Results from a population-based study. *International Journal of Psychophysiology*, 136, 73–80. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2018.05.011>
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52(1), 1–10. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1979.tb02487.x>
- Pearson, J. L., Cohn, D. A., Cowan, P. A., & Pape Cowan, C. (1994). Earned and continuous-security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style. *Development and Psychopathology*, 6(2), 359–373. <https://doi.org/10.1017/S0954579400004636>
- Rädiker, S., & Kuckartz, U. (2019). *Analyse qualitativer Daten mit MAXQDA*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-22095-2>
- Rice, K. G. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, 19(5), 511–538. <https://doi.org/10.1007/BF01537478>

- Roisman, G. I., Fraley, R. C., & Belsky, J. (2007). A taxometric study of the adult attachment interview. *Developmental Psychology*, 43(3), 675–686. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.3.675>
- Sbarra, D. A., & Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss and recovery. *Personality and Social Psychology*, 12(2), 141–167. <https://doi.org/10.1177/1088868308315702>
- Schier, K., Egle, U., Nickel, R., Kappis, B., Herke, M., & Hardt, J. (2011). Parentifizierung in der Kindheit und psychische Störungen im Erwachsenenalter. *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 61(8), 364–371. <https://doi.org/10.1055/s-0031-1277188>
- Sette, G., Coppola, G., & Cassibba, R. (2015). The transmission of attachment across generations: The state of art and new theoretical perspectives. *Scandinavian Journal of Psychology*, 56(3), 315–326. <https://doi.org/10.1111/sjop.12212>
- Sharp, C., & Fonagy, P. (2008). The parent's capacity to treat the child as a psychological agent: Constructs, measures and implications for developmental psychology. *Social Development*, 17(3), 737–754. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00457.x>
- Siegel, D. J., & Payne Bryson, T. (2020). *The power of showing up: How parental presence shapes who our kids become and how their brains get wired*. Scribe Publications.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971–980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269–281. <https://doi.org/10.1080/14616730500245906>
- Slade, A. (2008). The implication of attachment theory and research for adult psychotherapy. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 762–782). The Guilford Press.
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative

- phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1(1), 39–54.
<https://doi.org/10.1191/1478088704qp004oa>
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 51-80). Sage.
- Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., & van Ijzendoorn, M. H. (2013). The neglect of child neglect: A meta-analytic review of the prevalence of neglect. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48, 345–355.
<https://doi.org/10.1007/s00127-012-0549-y>
- Strauß, B. (2014). *Bindung*. Psychosozial-Verlag.
- Suomi, S. J. (2008). Attachment in rhesus monkeys. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 552–598). The Guilford Press.
- Taylor, P., Rietzschel, J., Danquah, A., & Berry, K. (2015). Changes in attachment representation during psychological therapy. *Psychotherapy Research*, 25(2), 222–238. <https://doi.org/10.1080/10503307.2014.886791>
- van Ijzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representation, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the adult attachment interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387–403. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.387>
- van Ijzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2019). Bridges across the intergenerational transmission of attachment gap. *Current Opinion in Psychology*, 25, 31–36. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.014>
- VERBI Software. (2019). *MAXQDA 2020* (Version 20.0.8) [Computer software]. VERBI Software. <https://www.maxqda.de/produkte/maxqda-standard>
- Verhage, M. L., Schuengel, C., Madigan, S., Fearon, R. M. P., Oosterman, M., Cassibba, R., Bakermans-Kranenburg, M. J., & van Ijzendoorn, M. H. (2016). Narrowing the transmission gap: A synthesis of three decades of research of intergenerational transmission of attachment. *Psychological Bulletin*, 142(4), 337–366. <https://doi.org/10.1037/bul0000038>
- Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., Egeland, B., & Carlson, E. (2008). Individual differences in infant-caregiver attachment: Conceptual and empirical aspects of security. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of*

attachment: Theory, research, and clinical applications (2nd ed., pp. 78–101). The Guilford Press.

Whipple, N., Bernier, A., & Mageau, G. A. (2010). Broadening the study of infant security of attachment: Maternal autonomy-support in the context of infant exploration. *Social Development*, 20(1), 17–32. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2010.00574.x>

Whipple, N., Bernier, A., & Mageau, G. A. (2011). A dimensional approach to maternal attachment state of mind: Relations to maternal sensitivity and maternal autonomy support. *Developmental Psychology*, 47(2), 396–403. <https://doi.org/10.1037/a0021310>

Wilson, J. P., Droždek, B., & Turkovic, S. (2006). Posttraumatic shame and guilt. *Trauma & Violence & Abuse*, 7(2), 122–141. <https://doi.org/10.1177/1524838005285914>

Zeegers, M. A. J., Colonnese, C., Stams, G.-J. J. M., & Meins, E. (2017). Mind matters: A meta-analysis on parental mentalization and sensitivity as predictors of infant-parent attachment. *Psychological Bulletin*, 143(12), 1245–1272. <https://doi.org/10.1037/bul0000114>

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1	<i>Übersicht der Hauptkategorie und jeweilige Anzahl der Subkategorien</i>	24
Tabelle 2	<i>Übersicht der Subkategorien der Hauptkategorie 5.1. Beziehung zur eigenen Mutter</i>	25
Tabelle 3	<i>Übersicht der Subkategorien der Hauptkategorie 5.2 Beziehung zu den eigenen Kindern</i>	31
Tabelle 4	<i>Übersicht der Subkategoriensystems der Hauptkategorie 5.3 Bindungsrelevanter Umgang mit Gefühlen und Nähe</i>	36
Tabelle 5	<i>Übersicht der Subkategorie der Hauptkategorie 5.4 Erfahrung mit Traumata</i>	45
Tabelle 6	<i>Übersicht des Subkategoriensystems der Hauptkategorie 5.6 Transgenerationale Übertragung</i>	48
Tabelle 7	<i>Übersicht der Subkategorien der Hauptkategorie 5.7 Zusammenhang zwischen den Konzepten der Feinfühligkeit, Autonomieunterstützung und Mentalisierung</i>	59

Appendix A

Zusammenfassung

Obwohl die transgenerationale Übertragung von Bindung seit Jahrzehnten untersucht wird, bleibt bis heute ein bedeutender Teil dieser Transmission unerklärt (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019). Mit dem Ziel neue Ansätze für zukünftige Bindungsforschung zu entdecken, untersuchte diese qualitative Studie den traditionellen Übertragungsmechanismus der elterlichen Feinfühligkeit erstmalig in Kombination mit der elterlichen Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung. Auch wurden die konzeptionellen Überschneidungen dieser Konzepte untersucht. Die angenommene Überschneidung besagt, dass elterliche Mentalisierungsfähigkeit teilweise eine Voraussetzung für elterliche Feinfühligkeit ist, während die Kombination beider eine Voraussetzung für elterliche Autonomieunterstützung darstellen. Die Stichprobe dieser explorativen Untersuchung bestand aus fünf verheirateten Frauen, welche im Schnitt 53 Jahre alt waren und jeweils zwei oder drei erwachsene Kinder hatten. In semi-strukturierten Interviews wurden die Teilnehmerinnen zu ihren Beziehungen zu ihren eigenen Müttern und ihren eigenen Kindern befragt. Die Fragen bezogen sich auf die angeführte Triade der Bindungsübertragung und die Teilnehmerinnen wurden gebeten, Zusammenhänge zwischen den benannten Beziehungen zu ziehen. Die interpretative phänomenologische Analyse (IPA) der Interviews zeigte Übereinstimmungen zwischen den Beschreibungen der Beziehung zu den eigenen Müttern und Kindern, besonderes in Bezug auf die elterliche Feinfühligkeit, Mentalisierungsfähigkeit und Autonomieunterstützung. Auch konnten die Überlegungen der Autorin bezüglich der konzeptionellen Überschneidungen der Mechanismen durch die Ergebnisse gestützt werden. Die Autorin schlussfolgert, dass die Triade der Übertragungsmechanismen von Bindung und besonders ihre konzeptionelle Überschneidung wichtige Ausgangspunkte für zukünftige Forschung darstellen. Auch wird für die Untersuchung der transgenerationalen Übertragung von Bindung die Verwendung eines dimensional Ansatzes, im Gegensatz zur kategorischen Einteilung, empfohlen.

Appendix B

Abstract

Although the transgenerational transmission of attachment has been studied for decades, a significant aspect of it remains unexplained (van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2019). Subsequently, the objective of this qualitative study was to present new approaches for future research. This was done by creating an explorative research which combined the traditional transmission mechanism of parental sensitivity with parental mentalization and autonomy support. Furthermore, the conceptual overlap of these mechanisms was studied. Specifically, this overlap entails that parental mentalization is a prerequisite for parental sensitivity, while in combination they are a requirement for parental autonomy support. The sample consisted of five married women, in average 53 years of age and mothers of two or three adult children each. In semi-structured interviews, participants were asked to describe their relationships to their own mother and their own children. The questions were based upon the triad of transmission mechanisms and participants were requested to draw connections between the aforementioned relationships. Using an interpretative phenomenological analysis (IPA), the results showed similarities between the descriptions of participants' relationship to their own mothers and to their children, especially concerning parental sensitivity, mentalization and autonomy support. Moreover, the considered conceptual overlap concerning these mechanisms was supported by the data. The author concluded that the triad of mechanisms of the transgenerational transmission of attachment and their conceptual overlap are important starting points for future research. Lastly, it was recommended that in order to better understand the transmission of attachment, a dimensional approach would be superior to the categorical classification.

Appendix C

Flyer für die Rekrutierung



Wenn die Kinder ausgezogen sind ...

Studie zum Thema Elternschaft und Bindung

Für eine Studie im Rahmen meiner Masterarbeit suche ich **Mütter erwachsener Kinder**, die mit mir in einem psychologisch-wissenschaftlichen Interview über ihre bisherige Elternschaft und eigenen Kindheit reflektieren wollen. Da es sich um eine qualitative Studie handelt, interessiere ich mich für Ihre persönlichen Erfahrungen, Wahrnehmungen und Schlussfolgerungen.

Studie: Einzelinterview (Online via Jitsi/Zoom)

Voraussetzung: Kinder sind innerhalb der letzten 2 Jahren ausgezogen

Dauer: ca. 60-90 Minuten

Wann: ab Mai 2020

Bei Interesse oder Fragen können Sie mich erreichen unter:

Email: studieunivie@googlemail.com

Ich würde mich sehr über Ihre Teilnahme freuen!
Louisa Seiferth

Appendix D

Fragebogen für die Rekrutierung

Name:

Geburtsjahr:

Wohnort:

Leben Sie in einer Partnerschaft: ___ ja ___ nein

Anzahl der Kinder:

Namen und Alter der Kinder:

Wann ist Ihr letztes Kind ausgezogen?

Name und Alter der Eltern:

Ist ein Elternteil verstorben? ___ ja ___ nein

Wenn ja, welche(s) Elternteil(e)? ___ Mutter ___ Vater ___ Beide

Gibt es etwas was ich Ihrer Meinung nach im Vorhinein wissen sollte?

Appendix E

Interviewleitfaden

1. Abschnitt

Erzählen Sie bitte kurz etwas über sich (z.B. Beruf, Partnerschaft, Freizeit, Eltern etc.)

Erzählen Sie gerne kurz etwas zu Ihren Kindern (z.B. Studium, Ausbildung, Arbeit, Beziehung etc.)

2. Abschnitt

Nennen Sie bitte 5 Eigenschaftswörter, die die Beziehung zu Ihren Kindern jeweils gut beschreiben.

Können Sie mir beschreiben wie Ihre Kinder als Kinder waren? (z.B. schüchtern, stur)

Haben Sie das Gefühl, dass Sie immer nachvollziehen konnten was in Ihren Kindern vorging?

Fiel es Ihnen schwer zu sehen wie Ihre Kinder erwachsen wurden?

Haben Sie das Vertrauen, dass Ihre Kinder die richtigen Entscheidungen treffen?

Wenn Sie an die Nachtruhe mit ihren Kindern denken als diese ungefähr 5 Jahre alt waren, Sie sie zu Bett gebracht hatten und sie eine Stunde später wieder wach wurde/herumlaufen/wimmerten. Wie haben Sie reagiert?

Sind Sie direkt hingegangen?

Was haben Sie gemacht, wenn Sie bei dem Kind waren? (z.B. Kuscheln)

Haben Sie versucht zu verstehen warum das Kind noch wach ist?

Konnten Sie ihre Kinder beruhigen?

3. Abschnitt

Erzählen Sie bitt kurz was zu Ihrer Mutter (z.B. Partnerschaft, Beruf, etc.)

Hatten Sie als Kind das Gefühl, dass Ihr Mutter sich für Ihre Gefühle/Meinungen/Gedanken interessiert hat?

Haben Sie sich als Kind von Ihrer Mutter (emotional) gesehen gefühlt?

Hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Mutter Sie unterstützt hat/den Freiraum gegeben hat die Welt zu erkunden?

Haben Sie sich von Ihrer Mutter kontrolliert gefühlt?

Hat Ihre Mutter Ihre Privatsphäre respektiert?

Hatten Sie als Kind das Gefühl, dass Ihre Mutter warm und liebevoll mit Ihnen ist?

Hatten Sie das Gefühl, dass Ihre Mutter Sie versteht?

4. Abschnitt

Wie geht es Ihnen jetzt? / Worüber denken Sie nach?

Was war Ihnen besonders wichtig was Sie Ihrem Kind in seinem/ihrer Leben mitgeben wollten? Auch wenn Sie an Ihre eigene Kindheit zurückdenken?

Was wollten Sie anders machen als Ihre Mutter?

Was wollten Sie genau so machen wie Ihre Mutter?

Haben Sie sich explizit mit Ihrer Kindheit auseinandergesetzt? Therapie oder privat?