

# Vorwort

Bindung und Exploration sind integrale und sich ergänzende Verhaltenssysteme, die in einem verhaltensbiologischen und ontogenetischen Rahmen für die jeweilige Anpassung von Individuen an die Lebensgegebenheiten zusammenwirken. Im Kleinkindalter geht es je nach Befindlichkeit des Kindes um die Balance zwischen Nähe suchen und die Umwelt erkunden, im Erwachsenenalter um die Freiheit mentaler Exploration und die Entfaltung in den verschiedenen Lebensbereichen.

Die Vorlesung behandelt Grundlagen von Bindung und Exploration als Basis für die Ausformung unterschiedlicher Bindungsmuster, wie der sicheren, unsicheren und desorganisierten Bindung. Es wird die klinische Bedeutung der Bindung sowie Bindungsdiagnostik im transgenerationalen sowie psychotherapeutischen Kontext anhand psychischer Störungen – den Angststörungen, Depressionen, der Borderline-Persönlichkeitsstörung – dargestellt und auf die Veränderbarkeit von unsicherer und desorganisierter Bindung durch Psychotherapie eingegangen.

Aus bindungstheoretischer Sicht ist eines der Ziele von Psychotherapie, ein sicheres bzw. organisiertes inneres Arbeitsmodell von Bindung herzustellen, um eine Reaktionsbereitschaft auf Belastung bei Schutz- und Hilfesuchen sowie die Exploration neuer Bewältigungsstrategien verfügbar zu machen. Es werden Konzepte und Techniken unterschiedlicher Psychotherapieverfahren, die sich explizit auf die Bindungsforschung beziehen – die Mentalisierungsbasierte Therapie, Übertragungsfokussierte Therapie und die Schematherapie – unter dem Aspekt der Bindung und Exploration näher beleuchtet.