

Maria Irgang

Dr.med.

Differentielle Auswirkungen von Bindungsmustern und psychologischer Symptombelastung auf das Herz-Kreislaufsystem während eines emotionalen Kurzzeitstressors

Promotionsfach: Psychosomatik

Doktorvater: Prof.Dr.med. H. Schauenburg

Die Bindungstheorie bietet als entwicklungspsychologisches Konzept einen vielseitigen Hintergrund zur Erklärung individueller Unterschiede der Emotions- und Stressregulation insbesondere im Zusammenhang enger zwischenmenschlicher Beziehungen.

Besonders die Einflüsse unsicherer Bindung auf die Stressphysiologie haben im letzten Jahrzehnt einen überaus fruchtbaren Forschungszweig hervorgebracht, der die sehr relevanten Zusammenhänge zwischen Emotionsregulation und Stresswahrnehmung und –verarbeitung mit physiologischer Reaktivität und diesbezüglichen Implikationen für gesundheitliche Risiken untersucht. Die vorliegende Arbeit hat hierzu zwei Fragestellungen bearbeitet.

Die erste befasste sich mit der Überlegung, unter welchen alltäglichen Bedingungen unsichere Bindung als tragfähige Strategie zusammenbricht und somit als Risikofaktor gesehen werden muss. Hierzu wurden Einflüsse unsicherer Bindung (erhoben mit dem ECR-R) in Kombination mit einer erhöhten psychologischen Symptombelastung (als GSI) als naturalistischer interner Stressor auf die kardiovaskuläre Reaktivität im Rahmen eines standardisierten bindungsbezogenen Kurzzeitstressors untersucht. In der vorliegenden Stichprobe von 49 gesunden Probanden zeigten sich bei zunehmender Bindungsunsicherheit und Symptombelastung in Multilevel-Modellen eine erhöhte physiologische Stressreaktivität in Bezug auf den Blutdruck sowie Tendenzen zu einer erhöhten kardialen Reaktivität und einer reduzierten hochfrequenten Herzratenvariabilität. Diese Ergebnisse passen insgesamt zum gegenwärtigen Stand der Forschung und bestätigen darüber hinaus den – wenn auch moderaten – Einfluss von Symptombelastung als Stressor. Allerdings zeigte sich in der vorliegenden Studie eine ungewöhnlich starke Korrelation zwischen den untersuchten Bindungsdimensionen *Ängstlichkeit* und *Vermeidung*, sodass die Ergebnisse keine

Rückschlüsse auf differentielle Einflüsse dieser beiden Bindungsstrategien erlauben. Auch bleibt offen, inwieweit die psychologische Symptombelastung sich inhaltlich mit dem Konstrukt *Life Stress* als alltägliche Belastung überschneidet, so dass sich in diesem Zusammenhang weitere Untersuchungen mit differenzierteren Methoden zu dessen Erfassung anbieten.

Die zweite Fragestellung fokussierte auf den Aspekt der kardiovaskulären Recovery, der in den letzten Jahren im Bereich der Stressforschung als vielversprechender Erklärungsansatz für längerfristige Risiken zunehmend Aufmerksamkeit auf sich zieht. Hier sollte einerseits anhand der oben genannten Stichprobe untersucht werden, ob sich die Bindungsstrategien *ängstlich* bzw. *vermeidend* auf die kardiovaskuläre Recovery nach einem bindungsbezogenen Kurzzeitstressor auswirken. Weiterhin wurden Effekte einer Manipulation der Recovery untersucht, indem zwei randomisierte Gruppen innerhalb der Stichprobe verglichen wurden: Eine Gruppe wurde mittels eines visuellen Merkfähigkeitstests in der Recovery-Phase abgelenkt, die andere zu weiterer gedanklicher Auseinandersetzung mit den bindungsbezogenen Inhalten des Stressors aufgefordert. Bezüglich beider Teilfragestellungen zeigten sich keine Haupteffekte bzw. signifikanten Mittelwertunterschiede, was teils auf Eigenschaften der Stichprobe, sicherlich jedoch auf den Untersuchungsaufbau zurückzuführen sein dürfte, da sich der genannte visuelle Merkfähigkeitstest offenbar selbst wie ein Stressor auswirkte und somit das Ziel der Ablenkung verfehlt wurde. Hier bieten sich weitere Untersuchungen an, in denen eine neutrale Ablenkung während der Recovery erfolgen sollte, um differentielle Einflüsse von Bindung für Risiken der Stressregulation weiter zu beleuchten. Darüber hinaus könnten Studien mit unterschiedlichen Stressoren (inhaltlich sowie in Bezug auf die subjektive Bedeutsamkeit) von Interesse sein, um spezifische Risiken der Bindungsstrategien weiter zu umreißen.

Zusätzlich müssen bei der Beurteilung der Ergebnisse dieser Arbeit mögliche grundsätzliche Probleme im Untersuchungsaufbau berücksichtigt werden. So wurde mit dem bindungsbezogenen Kurzzeitstressor zwar ein insgesamt eher moderater Stressor eingesetzt, der möglicherweise nur bedingt prägnante Daten in Bezug auf differentielle Einflüsse von Bindung hervorbringt. Ein Vorteil des bindungsbezogenen Stressors liegt jedoch in seiner Alltagsnähe und in der Möglichkeit, spezifische Subgruppen mit erhöhten Risiken zu ermitteln, deren Stressregulationsstrategien gerade unter bindungsbezogenem Stress zusammenbrechen.

Ungeachtet der statistischen Ergebnisse der vorliegenden Arbeit bietet sich die Bindungstheorie als alltagsnahes und sehr relevantes Konstrukt weiterhin an, um individuell spezifische Risiken der psychophysiologischen Stressreaktivität und Emotionsregulation zu verstehen, sowie in Zukunft gezielte Interventionsmöglichkeiten zu erarbeiten. Hierzu wurde versucht, mit der vorliegenden Arbeit einen Beitrag zu leisten.