Die Fremde Situation nach Ainsworth einfach erklärt: Ablauf, Auswertung, Grenzen

Die Fremde Situation nach Ainsworth einfach erklärt: die acht Episoden, worauf die Auswertung achtet, was die Kita daraus lernt und wo das Verfahren endet.

Von Tom Frischmuth · Stand: Oktober 2026 · erziehero.de/magazin/fremde-situation-ainsworth

DAS WICHTIGSTE IN 30 SEKUNDEN

- Die Fremde Situation ist ein standardisiertes Beobachtungsverfahren nach Mary Ainsworth für Kinder von etwa 12 bis 18 Monaten.
- Acht kurze Episoden mit zwei Trennungen und zwei Wiedervereinigungen, insgesamt rund 20 Minuten.
- Ausgewertet wird vor allem das Verhalten beim Wiedersehen, nicht das Weinen bei der Trennung.
- Ergebnis ist ein Bindungsmuster: sicher, unsicher-vermeidend, unsicher-ambivalent, später ergänzt um desorganisiert.
- Für die Kita gilt: nicht diagnostizieren, sondern das Wissen für Feinfühligkeit und Eingewöhnung nutzen.

Abholzeit in der Krippe. Die Mutter von Jonte (1;2) kommt durch die Tür. Jonte schaut kurz auf, krabbelt zu ihr, lässt sich hochnehmen und zeigt nach einer halben Minute wieder zum Bällebad. Zwei Meter weiter beachtet Sina (1;4) ihre Mutter kaum. Sie schiebt weiter das Auto, mit dem Rücken zur Tür. Solche Wiedersehen hat Mary Ainsworth in den 1960er Jahren ins Labor geholt und daraus das bekannteste Verfahren der Bindungsforschung gemacht.

Was ist die Fremde Situation?

Die **Fremde Situation** ist ein Beobachtungsverfahren mit festem Ablauf. Ainsworth hat es 1969 zusammen mit Barbara Wittig veröffentlicht. Ein Kind von etwa 12 bis 18 Monaten kommt mit seiner Bindungsperson in einen Raum voller Spielzeug. Dann passieren nacheinander drei Dinge, die ein Kind in diesem Alter leicht belasten: Eine fremde Person kommt dazu, die Bindungsperson geht hinaus, und das Kind bleibt kurz allein. Das Verfahren heißt „fremd", weil alles daran neu ist: der Raum, die Person, die Trennung.

Warum gerade dieses Alter? Ab etwa acht Monaten unterscheiden Kinder klar zwischen vertraut und fremd und beginnen zu **fremdeln**. Mit einem Jahr ist die **Bindung** an die wichtigsten Bezugspersonen aufgebaut. Das Kind zeigt jetzt deutlich, wie es Nähe sucht und wie es sich beruhigen lässt. Die Fremde Situation aktiviert dieses Bindungsverhalten absichtlich, in kleinen und kontrollierten Dosen. Der Leitgedanke dahinter ist die **sichere Basis**: Ein Kind erkundet die Welt von seiner Bezugsperson aus und kehrt zum Auftanken zurück.

Wie laufen die acht Episoden ab?

Jede Episode dauert etwa drei Minuten. Wird ein Kind sehr unruhig, kürzt die Versuchsleitung ab. Der Ablauf:

1. Die Versuchsleitung führt Bindungsperson und Kind in den Raum und geht wieder (unter einer Minute).
2. Die Bindungsperson sitzt, das Kind erkundet das Spielzeug.
3. Eine fremde Person kommt herein, schweigt zunächst, spricht dann mit der Bindungsperson und nähert sich dem Kind.
4. Die Bindungsperson verlässt unauffällig den Raum.
5. Erste Trennung: Das Kind ist mit der fremden Person allein.
6. Die Bindungsperson kommt zurück, die fremde Person geht. Erste Wiedervereinigung.
7. Die Bindungsperson geht erneut. Zweite Trennung: Das Kind ist ganz allein.
8. Die fremde Person kommt zurück und bietet Trost an.
9. Die Bindungsperson kommt zurück. Zweite Wiedervereinigung.

Hinter einer Einwegscheibe oder per Kamera protokollieren geschulte Beobachter:innen jede Sekunde. Sie achten auf vier Dinge. Wie erkundet das Kind, solange die Bindungsperson da ist? Wie reagiert es auf die fremde Person? Wie auf die Trennung? Und vor allem: Was macht es, wenn die Bindungsperson zurückkommt?

Worauf kommt es bei der Auswertung an?

Auf die Wiedervereinigung. Das ist der Punkt, den Prüfungen am häufigsten abfragen und den Lernende am häufigsten falsch verstehen. Ob ein Kind bei der Trennung weint, sagt wenig aus. Auch sicher gebundene Kinder

protestieren heftig, manche bleiben ruhig. Entscheidend ist, wie das Kind die Rückkehr nutzt. Sucht es Nähe? Lässt es sich beruhigen? Kehrt es zum Spiel zurück?

Jonte aus der Eingangsszene zeigt das sichere Muster. Er sucht kurz Nähe, tankt auf und erkundet weiter. Sina zeigt äußerlich das vermeidende Muster: Sie beachtet die Rückkehr kaum und spielt betont weiter. Ainsworth fiel dabei etwas auf, das die Forschung später mit Messungen bestätigte. Diese Kinder sind nicht entspannt. Herzfrequenz und Stresshormone zeigen messbaren inneren Stress. Sie haben gelernt, ihre Bindungssignale zurückzuhalten, weil darauf zu Hause wenig Antwort kam. Das ist eine Anpassung, keine frühe Selbstständigkeit. Beim ambivalenten Muster wirkt das Verhalten widersprüchlich: Das Kind klammert und wehrt zugleich ab und findet kaum Beruhigung. Mary Main und Judith Solomon ergänzten in den 1980er Jahren das desorganisierte Muster. Diese Kinder zeigen keine geordnete Strategie, sie erstarren oder bewegen sich widersprüchlich. Was die vier Muster im Einzelnen kennzeichnet und wie sie entstehen, erklärt der Artikel über die **Bindungstypen**.

Die Muster sind keine Eigenschaften des Kindes, sondern Antworten auf Erfahrung. Ainsworth konnte das zeigen, weil sie dieselben Familien schon ein Jahr lang zu Hause beobachtet hatte. Kinder, deren Mütter im ersten Jahr **feinfühlig** reagiert hatten, zeigten mit zwölf Monaten meist das sichere Muster. Aus solchen Erfahrungen bauen Kinder **innere Arbeitsmodelle**: Erwartungen darüber, ob Rufen beantwortet wird. Eriksons Begriff für dieselbe Grunderfahrung ist das Urvertrauen, nachzulesen im Artikel zu **Eriksons Stufenmodell**.

MERKSATZ

Nicht die Trennung zählt, sondern wie das Kind die Rückkehr nutzt.

Wo liegen die Grenzen des Verfahrens?

Drei Grenzen musst du kennen. Erstens misst die Fremde Situation eine Beziehung, nicht das Kind. Dasselbe Kind kann zur Mutter sicher und zum Vater unsicher gebunden sein. Das Ergebnis gilt für genau das Paar, das im Raum war. Zweitens ist das Verfahren an Kultur und Alltag gebunden. In Kulturen, in denen Kinder selten von den Eltern getrennt sind, ist schon die kurze Trennung eine große Belastung. In Kulturen mit früher Selbstständigkeit wirkt sie harmloser. Die Verteilung der Muster unterscheidet sich deshalb zwischen Ländern, mehr dazu im Kasten unten. Drittens ist die Fremde Situation eine Momentaufnahme mit zwölf bis achtzehn Monaten. Für ältere Kinder gibt es Weiterentwicklungen, und Bindungsmuster können sich mit neuen Erfahrungen verändern. Gut belegt ist die Verlässlichkeit des Verfahrens bei geschulten Auswerter:innen. Umstritten ist, wie stark ein Muster mit einem Jahr das spätere Leben vorhersagt.

Was heißt das für deine Arbeit in der Kita?

Zuerst die klare Grenze: Du führst keine Fremde Situation durch, und du bestimmst keine Bindungstypen. Das Verfahren gehört in die Hände geschulter Fachleute unter Standardbedingungen. Jede Zuordnung im Alltag wäre eine Diagnose durch die Hintertür. Und unsichere Muster sind häufig und normal. Eine **Bindungsstörung** ist etwas ganz anderes: eine seltene klinische Diagnose nach schwerer Vernachlässigung.

Trotzdem lohnt sich das Wissen, an drei Stellen. Erstens ist die **Eingewöhnung** eine Fremde Situation im Alltagsformat: neuer Raum, neue Person, erste Trennung. Genau deshalb arbeiten Modelle wie das **Berliner Modell** mit kurzen, vorbereiteten Trennungen und beobachten, ob sich das Kind von der Fachkraft trösten lässt. Zweitens schärft das Verfahren deinen Blick beim Abholen und bei der Rückkehr aus der Pause. Ein Kind, das die Rückkehr seiner Bezugsperson übergeht, braucht keinen Stempel, aber einen zugewandten Blick. Gerade pflegeleicht wirkende Kinder werden leicht übersehen. Drittens zeigt dir das Verfahren, was Bindung baut: nicht Perfektion, sondern verlässliche, feinfühlige Antworten. Das gilt für die Fachkraft genauso wie für die Eltern.

Häufige Fragen

Warum heißt das Verfahren „Fremde Situation"?

Weil für das Kind alles neu ist: der Raum, das Spielzeug, die fremde Person und die kurze Trennung. Im englischen Original heißt es Strange Situation. Diese milde Belastung aktiviert das Bindungsverhalten, das im Alltag oft verdeckt bleibt.

Ist die Fremde Situation für die Kinder schädlich?

Nein. Die Trennungen sind kurz, das Kind wird durchgehend beobachtet, und bei starkem Kummer wird abgekürzt oder abgebrochen. Die Belastung entspricht dem, was Kinder in diesem Alter im Alltag erleben, etwa wenn ein Elternteil kurz den Raum verlässt.

Kann man die Fremde Situation auch mit älteren Kindern machen?

Für Kinder ab etwa drei Jahren gibt es angepasste Verfahren, die vor allem Sprache und Spiel nutzen, etwa Geschichtenergänzungen mit Puppen. Für Jugendliche und Erwachsene erfasst das Adult Attachment Interview die Bindungsrepräsentation im Gespräch. Das Original bleibt auf das Alter von 12 bis 18 Monaten zugeschnitten.

QUELLEN UND ZUM WEITERLESEN

Ainsworth, Mary D. S. und Wittig, Barbara A. (1969): Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In: Foss, Brian M. (Hrsg.): Determinants of Infant Behaviour, Band 4. Methuen, London, S. 111 bis 136.

Ainsworth, Mary D. S., Blehar, Mary C., Waters, Everett und Wall, Sally (1978): Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation. Erlbaum, Hillsdale.

van IJzendoorn, Marinus H. und Kroonenberg, Pieter M. (1988): Cross-cultural patterns of attachment. A meta-analysis of the Strange Situation. In: Child Development 59, S. 147 bis 156.

Bretherton, Inge (1992): The origins of attachment theory. John Bowlby and Mary Ainsworth. In: Developmental Psychology 28, S. 759 bis 775.

Grossmann, Karin und Grossmann, Klaus E. (2012): Bindungen. Das Gefüge psychischer Sicherheit. 5., vollständig überarbeitete Auflage. Klett-Cotta, Stuttgart.

Konsens sind der Ablauf des Verfahrens, die Bedeutung der Wiedervereinigung und der Zusammenhang mit Feinfühligkeit. Diskutiert werden die kulturelle Vergleichbarkeit und die Vorhersagekraft eines Musters mit zwölf Monaten für das spätere Leben.

Scannen und am Tablet lesen