

Erasmus+ Mentalisierungstraining für pädagogische Fachkräfte



MentEd

Mentalisierungsbasierte Pädagogik

Die folgende Präsentation steht mit ihren präzisen Inhalten für sich

Aber, sie ist auch Teil eines breiten und gut erforschten

Gesamtcurriculums, das sich über Präsentationen allein nicht

vermitteln lässt. Bitte sehen Sie sich dieses Gesamtcurriculum unter

<https://mented.de> an und nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf:

kirsch@eh-darmstadt.de, gingelmaier@ph-ludwigsburg.de .

Bitte zitieren Sie diese Präsentation wie folgt:

Behringer, Noëlle & Larissa Schwarzwälder (2021). Modul 1: Grundlagen des Mentalisierungsansatzes Teil 4

Curriculum Mentalisierungstraining für pädagogische Fachkräfte des

Netzwerkes Mentalisierungsbasierte Pädagogik. (Datum Abruf)

Vielen Dank und viel Freude wünscht ihr Mented.de-Team.



MentEd

Mentalisierungsbasierte Pädagogik

Erasmus+ Mentalisierungstraining für
pädagogische Fachkräfte

Modul 1: Grundlagen des Mentalisierungsansatzes

Teil 4

- Dimensionen des Mentalisierens-



Gliederung

1. Effektives Mentalisieren
2. Vier Dimensionen des Mentalisierens
 - a) Automatisch vs. Kontrolliert
 - b) Fremdorientiert vs. Selbstorientiert
 - c) Kognitiv vs. Affektiv
 - Exkurs: Mentalisierte Affektivität
 - d) Innenorientiert vs. Außenorientiert



Lernziele

- Lernende können die verschiedenen Formen des Mentalisierens benennen
- Lernende erkennen die Unterschiede zwischen effektivem und ineffektivem Mentalisieren
- Lernende können die vier Dimensionen des Mentalisierens benennen und einander gegenüberstellen (Automatisch vs. Kontrolliert, Fremdororientiert vs. Selbstorientiert, Kognitiv vs. Affektiv, Innenorientiert vs. Außenorientiert)
- Lernende können die Mentalisierte Affektivität beschreiben

1. Effektives Mentalisieren

- Demut, Nicht-Wissen, Neugier, Verstehen-Wollen (Allen, Fonagy & Bateman, 2016)
- Flexibilität in Erklärungen für Verhalten (Stein, 2016)
- Glaube an die Veränderbarkeit von Sichtweisen (Fonagy, Target, Steele & Steele, 1998)

1. Effektives Mentalisieren

- Komplexität sozialer Beziehungen erkennen (Taubner, 2016)
- Bewusstsein für innere Ambivalenzen und Konflikte (Diez Grieser & Müller, 2018)
- Berücksichtigung der eigenen Bindungsgeschichte (Fonagy, Target, Steele & Steele, 1998)

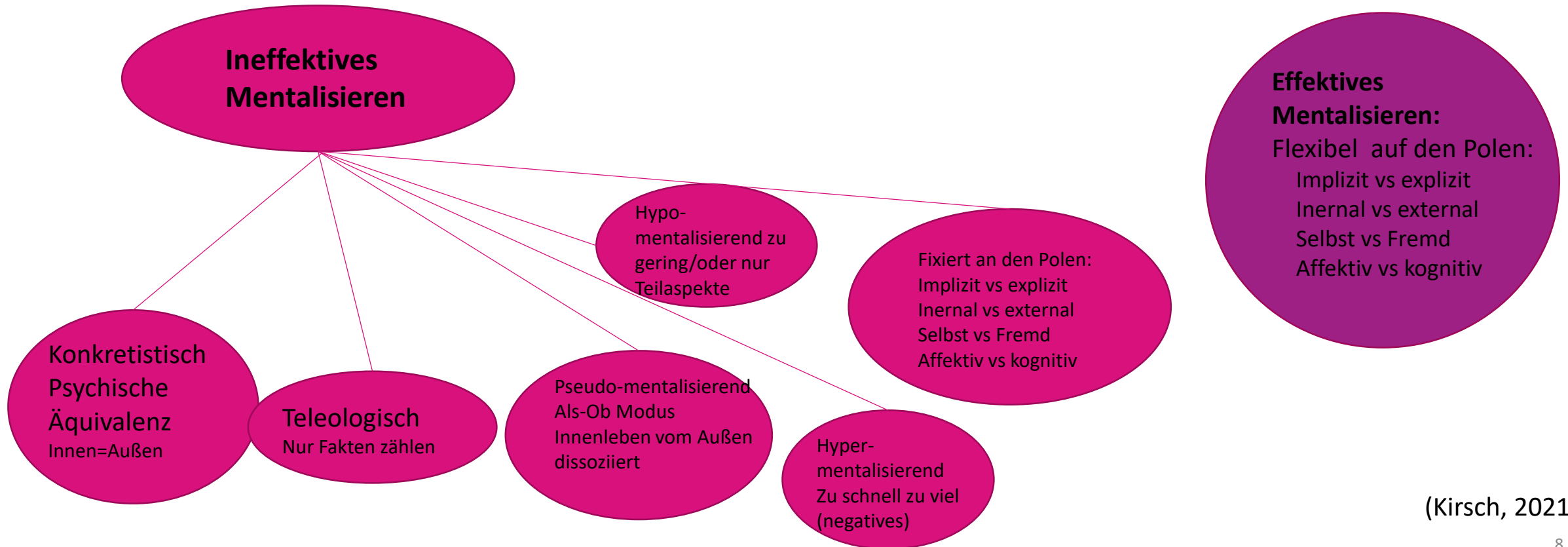


Effektives Mentalisieren: Fiktives Beispiel für ein Bindungsinterview

Interviewer: Warum haben sich die Eltern so verhalten in Ihrer Kindheit?

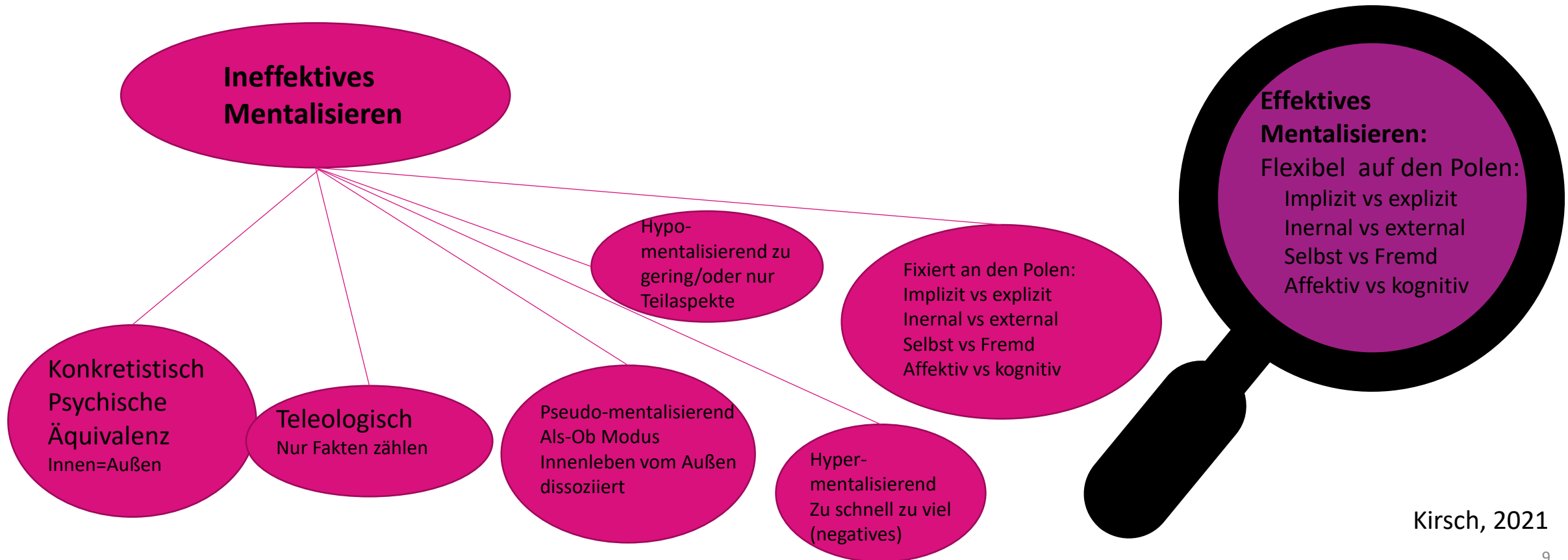
Proband: Das ist eine sehr gute Frage, die mich schon lange beschäftigt. Meine Antwort darauf hat sich schon einige Male verändert und ich vermute, dass sie sich auch noch einige Male ändern wird. Das hängt irgendwie auch damit zusammen, dass ich mich weiterentwickle und die Dinge aus der Kindheit anders betrachten kann. Ich dachte lange, dass meine Eltern das Beste für mich wollten und dass sie deshalb so streng mit mir umgegangen sind – das entsprach natürlich meistens nicht meinen kindlichen Vorstellungen oder Wünschen. Wahrscheinlich dachten sie, dass sich all das später auszahlen wird und ich es als Erwachsener besser verstehen kann. Inzwischen habe ich aber erkannt, dass ihre strenge Erziehung auch mit ihren eigenen Erziehungserfahrungen zu tun hat und dass sie diese Form der Beziehungsgestaltung auch brauchten, um sich sicher zu fühlen. Etwas mehr Lockerheit hätte mehr Flexibilität in ihrem Handeln gebracht und in ihrer Vorstellung wäre es vielleicht chaotisch geworden. Jetzt, wo ich eigene Kinder habe, merke ich, wie sehr meine eigene Biografie meine Erziehung beeinflusst, obwohl ich das lange nicht wahrhaben wollte. Jetzt erkenne ich, dass ich viel mehr mit meinen Eltern und Großeltern gemeinsam habe, als ich dachte und dass einige Aspekte der strengen Erziehung, die ich als Kind hasste, hilfreich sind und mir Sicherheit geben.

Effektives versus Ineffektives Mentalisieren



(Kirsch, 2021)

Effektives versus Ineffektives Mentalisieren



2. Vier Dimensionen des Mentalisierens

- Mentalisieren ist dynamisch, intra- und interpersonell (Schultz-Venrath & Felsberger, 2016)
- 4 polare Dimensionen (Luyten et al., 2015):
 - Automatisch vs. Kontrolliert
 - Fremdorientiert vs. Selbstorientiert
 - Kognitiv vs. Affektiv
 - Innenorientiert vs. Außenorientiert

Automatisches versus kontrolliertes Mentalisieren

- Automatisches Mentalisieren:
 - Schnell, reflexartig, direkt (Taubner, 2016)
 - Vergleichbar mit Intuition (Allen, Fonagy & Bateman, 2016)
 - Nicht bewusst reflektierend (Fonagy et al., 2015)
 - Zusammenhang mit inneren Arbeitsmodellen (Knox, 2016)
 - Mentale Zustände werden nicht bewusst bedacht (Rottländer, 2020)



Automatisches versus kontrolliertes Mentalisieren

- Kontrolliertes Mentalisieren:
 - Bewusst reflektierend, verbalisiert (Sharp, 2016)
 - Erfordert Reflexion und Anstrengung (Fonagy & Bateman, 2015)
 - Bewusste Auseinandersetzung mit eigenen und fremden mentalen Zuständen (Fonagy, Bateman & Luyten, 2015)

Automatisches versus Kontrolliertes Mentalisieren



Beispiel für kontrolliertes Mentalisieren in einem Reflexionsprozess einer Sozialarbeiterin über die Beziehung zu ihrer Kollegin:

„Irgendwie merke ich, dass Petra im Moment zurückgezogener ist. Ich kann gar nicht genau sagen, wie oder was genau da los ist. Ihre Arbeit macht sie ja noch genauso gut, wie sonst auch, aber sie ist nicht mehr so für ein kleines Pläuschchen zu haben. Vielleicht liegt's an der Auseinandersetzung neulich mit dem Chef, das arbeitet sicher noch in ihr weiter – war ja auch echt nicht ohne, von ihm einen Anpfiff vor dem gesamten Team zu bekommen.“

Automatisches versus kontrolliertes Mentalisieren

- Wechselspiel zwischen den Dimensionen = effektives Mentalisieren (Rottländer, 2020)
- Mentalisieren bei steigendem Stresslevel (Rottländer, 2020)

Konsequenzen für die Praxis:

Kontrolliertes Mentalisieren in Gesprächen anregen

Selbst- versus Fremdorientiertes Mentalisieren

- Unterscheidung von eigenen psychischen und interpersonellen Vorgängen (Fonagy & Target, 2006)
- Wechsel zwischen eigener Perspektive und fremdem Blickwinkel (Luyten et al., 2015)
- Verhindert emotionale Ansteckung durch fremde Affekte (Luyten et al., 2015)

Selbst- versus Fremdorientiertes Mentalisieren



- Beispiele (Fonagy, Target, Steele & Steele, 1998):
 - „Ich dachte, meine Mutter ist ärgerlich auf uns, aber ich bin nicht wirklich sicher, ob sie sich auch so fühlte.“
 - „Ich habe ihr immer ziemlich zugesetzt, aber ich glaube, dass ich eigentlich nur Angst hatte, es könnte ihr nichts an mir liegen.“
 - „Ich kümmere mich seit drei Wochen um meine Tochter und finde es – es – eh – ich finde es ziemlich anstrengend. Aber ich finde es nur deswegen anstrengend, weil ich im Augenblick wegen anderer Dinge in meinem Leben etwas unglücklich bin, also wegen meiner beruflichen Karriere.“

Selbst- versus Fremdororientiertes Mentalisieren

- Selbstüberhöhung, Desinteresse vs. Affektansteckung, ausbeuterische Beziehungen (Taubner, Fonagy & Bateman, 2019)

Konsequenzen für die Praxis:

Auch auf eigene mentale Zustände in und nach Interaktionen achten,
um die Wechselseitigkeit zu erkennen

Kognitives versus Affektives Mentalisieren

- Integration von Kognition und Affekt (Fonagy et al., 2015)
- Affektive Empathie & mentalisierte Affektivität (Fonagy et al., 2015)
- Verstehen von Wünschen/Überzeugungen, Perspektivübernahme vs. Verstehen, Regulation, Äußern von Affekten (Fonagy et al., 2015; Jurist et al., 2008)

Kognitives versus affektives Mentalisieren



Beispiel eines Referendars, der seine vergangenen Unterrichtstage reflektiert:

„Mir ist jetzt klar geworden, dass ich neulich so ungerecht zu der Schulklasse war und sie als Strafe etwas habe abschreiben lassen, weil ich mich am vorigen Tag über ihr schlechtes Benehmen beim Unterrichtsbesuch geärgert habe. Sicher waren sie aufgeregt, genau wie ich. Vielleicht kam daher meine Verärgerung, die ich erst jetzt so benennen kann.“

Kognitives versus Affektives Mentalisieren

- Theory of mind (Taubner, 2016)
- Beeinträchtigung, wenn ...
 - affektive Zustände zwar kognitiv nachvollziehbar, aber kein Zugang zum affektiven Kern des Erlebens möglich (Fonagy et al., 2015,)
 - stark affektiv gefärbtes Mentalisieren = einhergehende affektive Überforderung = Abgleich mit kognitiv erfassbaren Aspekten scheitert (Blatt, 2008)

Exkurs: Mentalisierte Affektivität

(Taubner, 2015, S. 59)

- Während der Aufrechterhaltung des Affekts über diesen reflektieren = „Online-Affekt-Mentalisierung“
- Auf affektives Erleben Bezug nehmen
- Affekte auf Basis vergangener Erfahrungen betrachten

Exkurs: Mentalisierte Affektivität

(Taubner, 2015)

- Keine intellektuelle Distanzierung vom Affekt
- Ermöglicht Einsicht: Tiefe und Komplexität eigener Affekte verstehen
- Meint die explizite Veränderung eines diffusen Affektes hinzu spezifischeren Emotionen (Fonagy et al., 2018)

Innere Zustände versus äußere Eigenschaften

- Externale und internale Verortung (Taubner, 2016)
- Innerlich: Gegenstand ist eigene innere Welt o. innere Welt anderer Menschen (Fonagy et al., 2015)
- Äußerlich: Beobachtbare, äußere Eigenschaften/Besonderheiten eigener o. fremder Verhaltensweisen (Fonagy et al., 2015)



Formen des Mentalisierens

Innere Zustände versus Äußere Eigenschaften

„Stellen Sie sich vor, Sie beobachten in Ihrer Heimatstadt einen Fremden an einer Straßenecke, der einen Stadtplan in der Hand hält und mit gerunzelter Stirn und geschürzten Lippen erst in die eine und dann in die andere Richtung blickt“

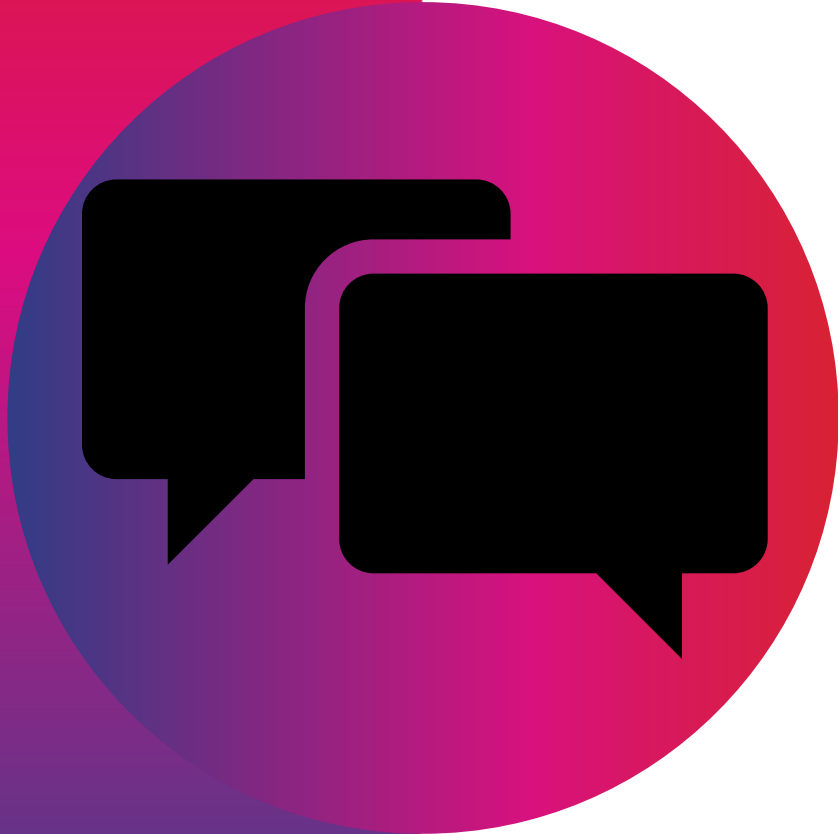
Das Verhalten des Fremden lässt die Vermutung entstehen, er habe sich verlaufen. Sich darüber hinaus den inneren Zustand des Fremden vorzustellen ist Mentalisieren in Aktion (Kirsch, 2014)

Innere Zustände versus äußere Eigenschaften

- Präfrontale Areale: Überwiegend innerpsychisches mentales Erleben (Satpute & Liebermann, 2006)
- Frontoparietale Aktivierungen: Eher Verarbeitung externer äußerer Reize (Schwarzer, 2019)
- Pausenloses Oszillieren auf den Polen der vier Dimensionen ist Kennzeichen effektiven Mentalisierens (Fonagy et al., 2015)

Formen des Mentalisierens

Gruppenarbeit



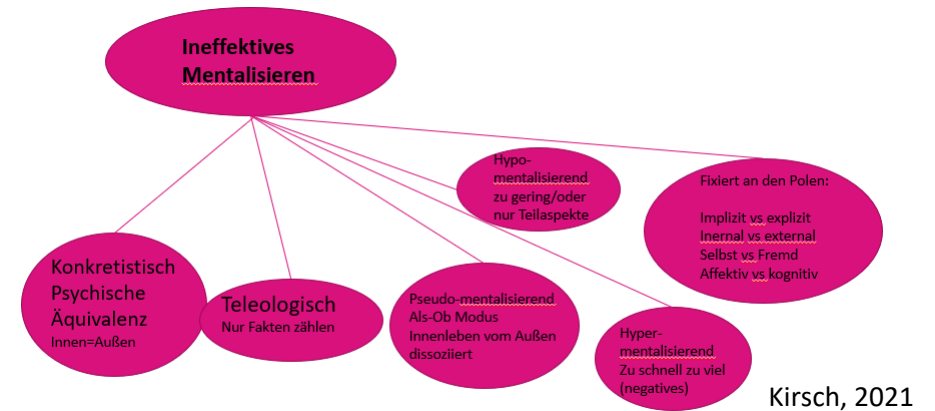
Schauen Sie sich folgenden Ausschnitt aus dem Film „Alles steht Kopf“ (Pixar) an:

<https://www.youtube.com/watch?v=uLsDaAXmakU>

Überlegen Sie gemeinsam in der Gruppe:

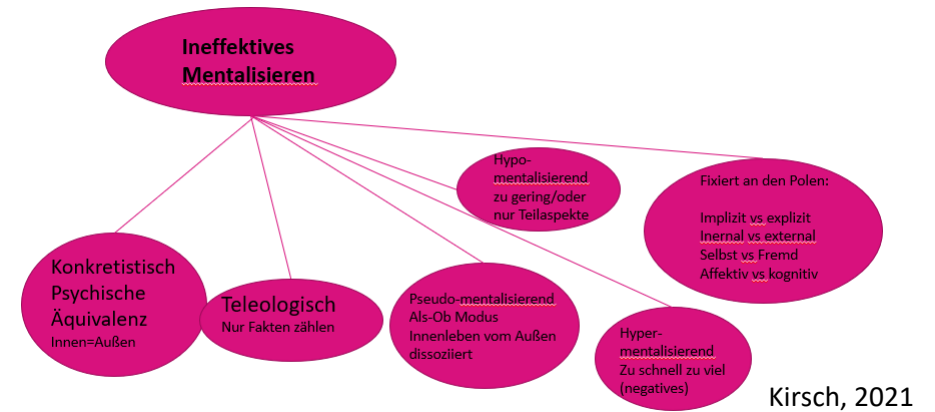
Wann und in welcher Form sind die vier Dimensionen des Mentalisierens zu beobachten?

Ausblick: Scheitern des Mentalisierens



- Mentalisieren kann situativ oder strukturell scheitern (Kirsch, Brockmann & Taubner, 2016):
 - unter Stress (emotionales Arousalniveau)
 - in Situationen hoher Affektivität,
 - in intensiven Beziehungen,
 - bei dem Gefühl unverstanden zu sein,
 - in Folge eines seelischen Traumas

Ausblick: Scheitern des Mentalisierens

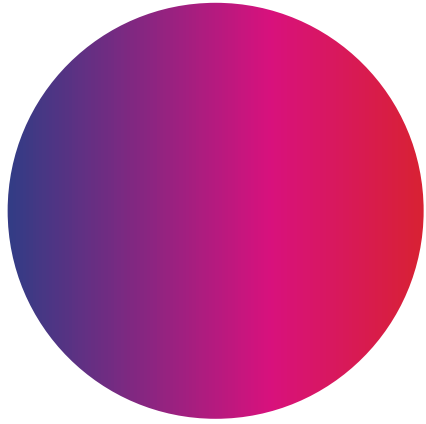


- Regression auf prämentalisierte Denkmodi (Taubner et al. 2010)
- Mentale Zustände bleiben unberücksichtigt (Fonagy et al., 1998)
- Intoleranz gegenüber alternativen Sichtweisen (Taubner, 2016)
- Denken in Reiz-Reaktions-Schemata (Müller, 2019)
- Exzessiv detaillierte Annahmen über mentale Zustände (Luyten et al., 2015)
- Wechselseitige Beeinflussung der Mentalisierungsfähigkeit in Interaktionen (Luyten et al., 2015)

Wiederholungsfragen

Alle Inhalte dieser Fragen finden Sie auf den Folien

- Was kennzeichnet gelingendes Mentalisieren?
- Wie heißen die 4 Dimensionen des Mentalisierens?
- Wie hängen die Dimensionen mit gelingendem Mentalisieren zusammen?
- Was bedeutet mentalisierte Affektivität?
- Wann scheitert Mentalisieren?
- Wie sieht scheiterndes Mentalisieren aus?



Behringer, Noëlle & Larissa Schwarzwälder unter Mitarbeit von A. Turner (Modulverantwortliche), St. Gingelmaier, J. Huber, H. Kirsch und T. Nolte

Zitierempfehlung:

Behringer, Noëlle & Larissa Schwarzwälder (2021). Modul 1: Grundlagen des Mentalisierungsansatzes Teil 4. Curriculum Mentalisierungstraining für pädagogische Fachkräfte des Netzwerkes Mentalisierungsbasierte Pädagogik. URL. (Datum Abruf)



MentEd

Mentalisierungsbasierte Pädagogik



Literatur

- Allen, J. G., Fonagy, P. & Bateman, A. W. (2016). *Mentalisieren in der psychotherapeutischen Praxis* (2. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Bateman, A. W. & Fonagy, P. (2015). Vorwort. In A. W. Bateman, P. Fonagy & J. G. Allen (Hrsg.), *Handbuch Mentalisieren* (S. 13–20). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Blatt, S. J. (2008). *Polarities of experience. Relatedness and self-definition in personality development, psychopathology, and the therapeutic process*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Diez Grieser, M. T. & Müller, R. (2018). *Mentalisieren mit Kindern und Jugendlichen. Mentalisieren in Klinik und Praxis, Band 4*. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Fonagy, P., Bateman, A. W. & Luyten, P. (2015). Einführung und Übersicht. In A. W. Bateman, P. Fonagy & J. G. Allen (Hrsg.), *Handbuch Mentalisieren* (S. 23–66). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L. & Target, M. (2018). *Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst* (6. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Fonagy, P. & Target, M. (2006). *Psychoanalyse und die Psychopathologie der Entwicklung*. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H. & Steele, M. (1998). *Reflexive Kompetenz-Skala. Manual zur Auswertung von Erwachsenenbindungsinterviews. Version 5. Unveröffentlichtes Forschungsmanual*. Deutsche Übersetzung nach Reinke, E. (2006) Universität Bremen. University Collage London.
- Jurist, E. L., Slade, A. E., & Bergner, S. E. (2008). *Mind to mind: Infant research, neuroscience, and psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Kirsch, H. (2014). Grundlagen des Mentalisierens. In H. Kirsch (Hrsg.), *Das Mentalisierungskonzept in der Sozialen Arbeit* (S. 12–50). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kirsch, H., Brockmann, J. & Taubner, S. (2016). *Praxis des Mentalisierens*. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Knox, J. (2016). Epistemic Mistrust: A Crucial Aspect of Mentalization in People with a History of Abuse? *British Journal of Psychotherapy*, 32 (2), 226–236.
- Müller, R. (2019, März). *KJF-Fortbildung: Einführung in die Mentalisierungs- Informierte Psychotherapie*, Luzern.

Formen des Mentalisierens

Literatur

- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B. & Vermote, R. (2015). Beurteilung des Mentalisierens. In A. W. Bateman, P. Fonagy & J. G. Allen (Hrsg.), Handbuch Mentalisieren (S. 67–90). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Rottländer, P. (2020). Mentalisieren mit Paaren. Mentalisieren in Klinik und Praxis, 5. Band. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Satpute, A. B., & Lieberman, M. D. (2006). Integrating automatic and controlled processes into neurocognitive models of social cognition. *Brain research*, 1079 (1), 86-97.
- Schultz-Venrath, U. & Felsberger, H. (2016). Mentalisieren in Gruppen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Schwarzer, N. H. (2019). Mentalisieren als schützende Ressource: Eine Studie zur gesundheitserhaltenden Funktion der Mentalisierungsfähigkeit. Wiesbaden: Springer-Verlag.
- Sharp, C. (2016). Mentalisierungsprobleme bei Störungen im Kindesalter. In J. G. Allen & P. Fonagy (Hrsg.), *Mentalisierungsgestützte Therapie. Das MBT-Handbuch - Konzepte und Praxis* (3. Aufl., S. 153–180). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Stein, H. (2016). Fördert das Mentalisieren die Resilienz? In J. G. Allen & P. Fonagy (Hrsg.), *Mentalisierungsgestützte Therapie. Das MBT-Handbuch - Konzepte und Praxis* (3. Aufl., S. 332–449). Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Taubner, S. (2016). *Konzept Mentalisieren. Eine Einführung in Forschung und Praxis* (2. Aufl.). Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Taubner, S., Nolte, T., Luyten, P. & Fonagy, P. (2010). Mentalisierung und das Selbst. *PTT - Persönlichkeitsstörungen: Theorie und Therapie*, 14 (4), 243–258.
- Taubner, S., Fonagy, P. & Bateman, A. (2019). *Mentalisierungsbasierte Therapie*. Göttingen: Hogrefe.