



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter www.klett-cotta.de

Leben Lernen

Die Reihe »Leben Lernen« stellt auf wissenschaftlicher Grundlage Ansätze und Erfahrungen moderner Psychotherapien und Beratungsformen vor; sie wendet sich an die Fachleute aus den helfenden Berufen, an psychologisch Interessierte und an alle nach Lösung ihrer Probleme Suchenden.

Alle Bücher aus der Reihe »Leben Lernen« finden Sie unter:

www.klett-cotta.de/lebenlernen

Die Arbeit mit psychosozial belasteten, psychisch kranken und traumatisierten Eltern stellt Psychotherapeut:innen, Berater:innen und Sozialarbeiter:innen immer wieder vor herausfordernde Situationen. Bei diesen Eltern entstehen aufgrund ihrer Schwierigkeiten, ihre Kinder passend zu mentalisieren, oft Teufelskreise, die dazu führen, dass sie ihre Kinder vernachlässigen und psychisch oder körperlich misshandeln.

Dieses Buch stellt die verschiedenen Formen von Mentalisierungsproblemen bei belasteten Eltern dar und zeigt, wie die mentalisierungsbasierte Arbeit mit Eltern aussehen kann. Im Zentrum steht dabei eine Haltung, die eine vertrauensvolle Beziehung zu diesen Eltern entwickeln hilft und durch spezifische Formen der Interaktionsgestaltung elterliches Mentalisieren fördert. Zusätzlich sind Interventionen, die implizites Lernen als Basis von Veränderungsprozessen ermöglichen, ein wichtiger Fokus für die mentalisierungsorientierte Arbeit mit Eltern.

Maria Teresa Diez Grieser

Mentalisieren in der Elternarbeit

Interventionen und Beziehungsgestaltung
in Beratung und Therapie

Klett-Cotta

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH

Rotebühlstr. 77, 70178 Stuttgart

Fragen zur Produktsicherheit: produktsicherheit@klett-cotta.de

© 2025 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte inklusive der Nutzung des Werkes für Text und

Data Mining i. S. v. § 44b UrhG vorbehalten

Cover: Klett-Cotta-Design

unter Verwendung einer Abbildung von Toltek / iStock by Getty Images

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Kempten

Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-608-89328-1

E-Book ISBN 978-3-608-12430-9

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20710-1

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten

sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Dank	9
1 Einleitung	10
2 Elternschaft	15
2.1 Veränderungen in der Welt der Eltern durch die Geburt eines Kindes	15
2.2 Voraussetzungen und Risikofaktoren bezüglich der gelingenden Entwicklung eines Kindes	17
2.3 Elternschaft als Teil der erwachsenen Identität im gesellschaftlichen Kontext	18
3 Kurzer geschichtlicher Abriss zur Arbeit mit Eltern und Familien: Elternarbeit früher – Elternarbeit heute	21
3.1 Psychoanalytische Perspektive	22
3.2 Systemische Perspektive	25
4 Bausteine gelingender Elternarbeit heute	27
4.1 Kontexte und Zielsetzungen der Elternarbeit	28
4.2 Therapiebegleitende Elternarbeit	33
4.3 Baustein Vertrauen	43
4.4 Baustein Übertragung und Gegenübertragung	45
4.5 Baustein Mentalisieren	54
4.5.1 Wie einander verstehen? Mentalisieren	54
4.5.2 Wie entwickelt sich das Mentalisieren?	56
4.5.3 Dimensionen des Mentalisierens	58
4.5.4 Prämentalistische Modi	60
4.5.5 Prämentalistische Modi und ihre Auswirkungen auf die Elternarbeit	63
5 Epistemisches Vertrauen	75
6 Mentalisieren als Schlüsselprozess	77

7	Mentalisieren als zentrale elterliche Fähigkeit	79
7.1	Elterliche Mentalisierungsfähigkeit und deren Bedeutung für die Kinder	79
7.2	Verkörperteres elterliches Mentalisieren	82
7.3	Wie kann die elterliche Mentalisierungsfähigkeit in der therapeutischen und beraterischen Praxis gemessen werden?	85
7.4	Wie kann man konkret vorgehen, um elterliches Mentalisieren in der Praxis zu erfassen?	87
7.5	Erfassen und Beschreibung der Mentalisierungsfähigkeit der Eltern	89
8	Beeinträchtigung des elterlichen Mentalisierens	96
9	Elterliches Mentalisieren fördern	100
9.1	Das Fundament: Die Eltern können erst dann auf ihr Kind eingehen, wenn sie die Erfahrung machen, dass die Fachpersonen auf sie eingehen	102
9.2	Mentalisierungsorientierte Interventionen in der Elternarbeit	110
9.3	Elterliches Mentalisieren fördern: Mentalisieren in Aktion I	121
10	Programme und Ansätze, welche die elterliche Mentalisierungsfähigkeit fördern	135
10.1	SAFE – Sichere Ausbildung für Eltern	137
10.2	Beispiel: MIO-Programm	137
10.3	Beispiel: Programm Lighthouse	139
10.4	Systemisches mentalisierungsorientiertes Arbeiten	140
11	Mentalisieren bei Traumatisierungen	144
11.1	Mentalisierungsstörungen bei traumatisierten Eltern	144
11.1.1	Was führt zu Mentalisierungsstörungen?	144
11.1.2	Beziehungs- und Erziehungsverhalten von traumatisierten Eltern, transgenerationale Traumatisierung	146

11.1.3	Was führt zur Transmission elterlicher Traumatisierungen an die Kinder?	151
11.2	Das Mentalisieren bei traumatisierten Eltern fördern	154

12	Elternarbeit in pädagogischen und sozialpädagogischen Kontexten	159
12.1	Allgemeines	159
12.2	Elternarbeit in sensiblen Phasen der Entwicklung von Kindern	161
12.3	Elternarbeit in Familien mit Migrationshintergrund	163
12.4	Elternarbeit in geflüchteten Familien	164
12.5	Elternarbeit im Schulkontext	169
12.5.1	Die Bedeutung der Mentalisierungstheorie bzw. des Mentalisierens im schulischen Kontext	170
12.5.2	Lehrpersonen und mentalisierungsorientierte Interventionen	171
12.5.3	Überlegungen zu einer mentalisierungsorientierten Pädagogik	177
12.5.4	Die mentalisierungsinspirierte Multifamilienarbeit in der Schule	179
12.6	Elternarbeit in der Sozialpädagogik	182
12.6.1	Abgabe-, Kampfmuster und Kooperation in sozial- pädagogischer Elternarbeit	183
12.6.2	Formen der Elternarbeit in der Sozialpädagogik	186
12.6.3	Mentalisierungsorientierte Elternarbeit in sozialpädagogischem Kontext: Mentalisieren in Aktion II	187
12.6.4	Die Multifamilienarbeit im sozialpädagogischen Kontext	192

13	Die Arbeit von Fachpersonen in verschiedenen Beziehungsfeldern	196
-----------	---	------------

14	Mentalisierungsorientierte Fallbesprechungen und Supervision	199
-----------	---	------------

15 Abschließende Bemerkungen	204
---	------------

Literatur	207
------------------------	------------

Dank

Mein Dank gilt zuallererst den Eltern und Familien, die mir in psychotherapeutischen und pädagogischen Settings gezeigt haben, wie wichtig eine mentalisierungsorientierte Beziehungsgestaltung ist und wie belastend ein Scheitern des Mentalisierens sein kann. Er gebührt aber auch meinen Supervisandinnen und Supervisanden, die meine Einblicke in die Praxis bereichert haben.

Ein großes Dankeschön geht an Thomas Reichert für die unkomplizierte Zusammenarbeit und die sorgfältige Durchsicht sowie an Katharina Colagrossi vom Verlag Klett-Cotta, die das Buchprojekt ermöglicht hat.

KAPITEL 1

Einleitung

Bereits der griechische Philosoph Aristoteles hat sich in seinem Werk *Politik* der Frage nach der Natur des Menschen gewidmet und betont, dass der Mensch ein soziales und politisches Wesen sei, ein *zoon politikon*. Die Sozialisierung entspricht folglich der Natur des Menschen und die Familie kann als die erste Gemeinschaft gelten, aus der später eine Gesellschaft erwächst, in der sie, die Familie, ihre Bedürfnisse befriedigt.

Diese Charakterisierung des Menschen wird dadurch bestätigt, dass das menschliche Neugeborene ohne den Kontakt mit anderen Menschen nicht überleben kann. Dabei geht es nicht nur um die materiellen, existentiellen Bedürfnisse; denn selbstverständlich ist der Mensch als »Nesthocker« im ersten Lebensjahr auf andere Menschen angewiesen, die das Baby schützen und ernähren. Als weiterer bedeutsamer – ja lebenswichtiger! – Faktor gilt aber, dass der Mensch auf die Anwesenheit von anderen Menschen, die ihn emotional versorgen, angewiesen ist, um zu gedeihen und sich positiv zu entwickeln. In Mentalisierungskonzepten stehen immer die Beziehungen im Fokus – zu sich selbst und zu den anderen –, weshalb sie besonders fruchtbar sind, wenn es darum geht, zu verstehen, wie das Selbst sich in Beziehungen zu anderen entwickelt bzw. wie dieses Entwicklungsgeschehen im Rahmen von nicht-haltenden, nicht-passenden Beziehungs- und Bindungserfahrungen (verglichen mit den Möglichkeiten) beeinträchtigte und verzerrte Selbstentwicklungen hervorbringt.

Am Anfang der Konzeptbildung und der empirischen Erforschung des Mentalisierens standen die Bindungsbeziehungen zwischen den Kindern und ihren primären Bezugspersonen im Vordergrund. Die Qualität der Beziehungen zwischen Kindern und ihren Eltern ist und bleibt

von zentraler Bedeutung, eine Annahme, für welche die Forschung erhebliche Belege geliefert hat (Luyten et al. 2020). In den letzten Jahren hat es allerdings eine wichtige Verschiebung hin zu einem breiteren und umfassenderen sozioökologischen Ansatz gegeben. Dieser erweiterte Ansatz schließt den Einfluss anderer sozialer Kontextfaktoren – wie Familie, Gleichaltrige und soziokultureller Kontext – mit ein und beschäftigt sich mit der Frage, wie all diese die Entwicklung des Mentalisierens prägen bzw. welche Art von Interventionen im weiteren sozialen Kontext die Entwicklung des Mentalisierens fördern kann. Dieser Wandel hat zu einer erheblichen Ausweitung der mentalisierungsbasierten Interventionen geführt, die sich nicht nur mit den Bindungsbeziehungen, sondern zunehmend mit dem sozialen Netzwerk des Einzelnen befassen.

Eltern, die aufgrund eigener Belastungen in ihrer Fähigkeit, ihre Kinder als Subjekte mit eigenen Bedürfnissen zu verstehen, beeinträchtigt sind, stellen eine wichtige Zielgruppe für präventive und therapeutische Interventionen dar. Aufgrund ihrer mangelhaften Fähigkeit zu mentalisieren bzw. ihrer verzerrten Mentalisierung ihrer Kinder entstehen Teufelskreise (etwa: die Kinder reagieren auf die verzerrte Mentalisierung mit entsprechendem Verhalten, was die Eltern wiederum als eine Bestätigung ihrer verzerrten Wahrnehmung erleben, etc.), die dazu führen, dass sie ihre Kinder vernachlässigen und psychisch oder körperlich misshandeln. Konkret kann dies so aussehen, dass eine Mutter oder ein Vater aufgrund eigener psychischer Belastungsmomente ein schreiendes Kind immer als aggressiv und »böse« erlebt und mit Liebesentzug oder Bestrafung darauf reagiert. Beim Kind kann dies dazu führen, dass es die mangelnde Wahrnehmung seiner Not mit Wut beantwortet. Dies wiederum kann die Vorstellung vom aggressiven Kind bei den Eltern bestätigen und ihre Strafmaßnahmen verstärken.

Die Forschung und klinische Erfahrung der letzten Jahrzehnte hat sich intensiv mit den Mentalisierungseinbrüchen und -störungen von belasteten Eltern beschäftigt. Daraus sind wichtige praxisrelevante Ansätze entstanden, wie das elterliche Mentalisieren gefördert werden kann. Insbesondere die Arbeit mit traumatisierten und mit psychisch kranken Eltern, bei denen regelhaft Mentalisierungsstörungen vor-

handen sind, stellt Beratende, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, Sozialpädagoginnen und -pädagogen sowie Psychotherapeutinnen und -therapeuten immer wieder vor herausfordernde Situationen.

Das vorliegende Buch geht zunächst auf Elternschaft im gesellschaftlichen Kontext ein und beschäftigt sich mit deren emotionaler Bedeutung für die Identität der Eltern. Der Übergang zur Elternschaft ist eine wichtige Phase, die für die Selbstentwicklung und psychische Gesundheit der werdenden Eltern Chancen birgt, mit der aber auch erhebliche Risikomomente verbunden sind (Kap. 2). Die Elternarbeit stand lange Zeit in verschiedenen professionellen Kontexten eher im Hintergrund, wurde jedoch sowohl in der psychoanalytisch orientierten Arbeit mit Kindern und deren Familien als auch mit dem Aufkommen der systemischen Perspektive (kurzer geschichtlicher Abriss der Elternarbeit in Kap. 3) immer wichtiger und verbesserte die Wirksamkeit der Behandlung von Kindern und Jugendlichen. Aktuell kommt der Elternarbeit in der Beratung und der Psychotherapie sowie in sozialpädagogischen Kontexten ein zentraler Stellenwert zu und sie ermöglicht nachhaltige Veränderungsprozesse. Gelingende Elternarbeit kann durch die Integration psychoanalytischer, systemischer und mentalisierungsorientierter Konzepte und Vorgehensweisen ermöglichen, dass die verschiedenen Ebenen, die zu dysfunktionalen familiären Beziehungen und individuellen Störungen bei einzelnen Familienmitgliedern führen, in ihrer Komplexität besser erfasst und behandelt werden können. Die wichtigsten Bausteine einer solchen Elternarbeit beschreibe ich in Kap. 4. Schließlich gehe ich darauf ein, wie wichtig epistemisches Vertrauen ist (Kap. 5): Es ist die Basis für die kindliche Entwicklung und kann als Dreh- und Angelpunkt für gelingende Elternarbeit gelten.

Mentalisieren ist ein Schlüsselprozess für die kindliche Entwicklung, in der Elternschaft, im Umgang mit psychisch belasteten Menschen und auch von herausragender Bedeutung für die Fachpersonen (Kap. 6). Die elterliche Mentalisierungsfähigkeit – als eine Grundlage für positive Beziehungs- und Bindungserfahrungen sowie als Ausgangspunkt für eine gesunde Selbstentwicklung der Kinder sowie die Entwicklung ihrer Mentalisierungsfähigkeit – wird in Kap. 7 dargestellt. Dabei geht es auch um die Frage, wie Fachpersonen aus verschiedenen

Professionen und Kontexten die elterliche Mentalisierungsfähigkeit erfassen können.

Anschließend werden zunächst die verschiedenen Formen von Mentalisierungsproblemen bei belasteten Eltern erläutert (Kap. 8), um danach auf die konkrete beraterische und therapeutische Arbeit mit Eltern zu fokussieren (Kap. 9 und 10). Dabei werden verschiedene Ansätze und Programme vorgestellt, wie Eltern zu einer besseren Mentalisierungsfähigkeit kommen können. Im Zentrum steht eine mentalisierungsorientierte Haltung, die dabei hilft, zum einen eine vertrauensvolle Beziehung zu den Eltern zu entwickeln und zum andern durch spezifische Formen der Interaktionsgestaltung und Intervention elterliches Mentalisieren zu fördern. Ein eigenes Kapitel (11) widmet sich Störungen des Mentalisierens sowie dessen Förderung bei traumatisierten Eltern.

Nach einer Darstellung von Elternarbeit in pädagogischen und sozialpädagogischen Kontexten (Kap. 12), der Arbeit von Fachpersonen im Rahmen verschiedener Beziehungsfelder (Kap. 13) und von mentalisierungsorientierten Fallbesprechungen und Supervision (Kap. 14) schließt dieses Buch mit zusammenfassenden Überlegungen (Kap. 15).

Elterliches Mentalisieren kann dann erfolgreich unterstützt werden, wenn die körperliche Dimension als Basis gebührend miteinbezogen wird. Zusätzlich müssen weitergehende soziale Aspekte in der Elternarbeit berücksichtigt werden, um Eltern mit unterschiedlichen Ressourcen und Belastungen adäquat helfen zu können.

Die konzeptuellen Überlegungen und die Beschreibungen zu den Vorgehensweisen werden mit zahlreichen Fallbeispielen aus verschiedenen Kontexten illustriert. Ein »roter Faden«, der sich durch das Buch zieht, ist die Vorstellung vom Kind als Übertragungsobjekt. In ihrem Rahmen werden Konflikte, die zu einer anderen Zeit und einer anderen Beziehung gehören, mit der gegenwärtigen Beziehung verbunden. Die »Geister« der – elterlichen – »Vergangenheit« (vgl. Fraiberg et al. 1975) sind in das Kinderzimmer eingedrungen.

Ziel einer intensiven Elternarbeit ist es, die Eltern in die Lage zu versetzen, sich an ihre eigenen Ängste und Leiden aus der Kindheit zu erinnern, diese wieder zu erleben und so den ursprünglichen Konflikt zu bearbeiten. Auf diese Weise wird der Säugling oder das Kind von der