

# Kinder im Konzept der Mentalisierung – Grundlagen und Chancen

## Das Konzept des Mentalisierens ist eine der wichtigsten psychoanalytischen Entdeckungen ■

Es befasst sich mit der Entstehung und Bedeutung der menschlichen Fähigkeit, mentale Gefühle und Gedanken zu interpretieren und zu verstehen. Auch Kinder mit ihren unterschiedlichen und vielfältigen Entwicklungsstufen sind als »lernende Subjekte« in den Fokus des Mentalisierungs-Konzepts gerückt. Denn die Praxis der mentalisierungsfördernden Interventionen eröffnet gerade Kindern mit emotionalen Schwierigkeiten neue Chancen.



### Dr. Sandra Lentzen

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin mit eigener Praxis in Wiesbaden sowie Leitende Kinder- und Jugendtherapeutin am Wiesbadener Psychotherapiezentrum (WIAP).

Gefühlen geprägte Beziehungen zu Mitmenschen aufzubauen.

### Die Bindungstheorie John Bowlbys

John Bowlby (1907–1990) postuliert ein biologisch angelegtes Bindungssystem.<sup>2</sup> Bindung ist durch das basale Vertrauen in eine Bezugsperson gekennzeichnet. Die Entwicklung der Bindungsverhaltenstheorie beginnt direkt nach der Geburt. Sie dient dazu, Nähe zur Bindungsperson herzustellen. Mary Ainsworth (1913–1999) hat diese Theorie um das Konzept der Feinfühligkeit erweitert.

Nur wenn sich die Bindungsperson dem Kind gegenüber feinfühlig verhält, kann dieses eine sichere Bindung entwickeln. Studien zu der Wichtigkeit einer guten, sicheren Bindung und der Wahrscheinlichkeit, eine psychische Erkrankung zu entwickeln, ermöglichen bspw. Aussagen über den Zusammenhang der im ersten Lebensjahr vorherrschenden Qualität der Bindung und dem spätere Sozialverhalten im Kindergarten und in der Schule.<sup>3</sup> Sicher gebundene Kinder mit einer aufmerksamen und feinfühligem Bindungsperson können emotionale Zustände in ihrer eigenen Psyche und bei anderen besser erkennen, ihr Denken und ihre Gefühle wirksamer steuern. Auch verfügen sie über mehr Resilienzmöglichkeiten. Bindungen von Kindern zu vertrauten Bezugspersonen gelten heute als sozial-emotionale Grundlage ihrer Entwicklung und Bildung.

*» Sicher gebundene Kinder mit einer aufmerksamen und feinfühligem Bindungsperson können emotionale Zustände in ihrer eigenen Psyche und bei anderen besser erkennen.«*

Stufen- oder auch Stadienmodelle waren in der Psychoanalyse lange Zeit vorherrschend. Sigmund Freud (1865–1939) teilte die Entwicklung des Kindes in orale, narzisstische, anale, phallische Phase, Latenzphase und genitale Phase ein. Erik H. Erikssons (1902–1994) Phasenmodell der Persönlichkeitsentwicklung oder auch Jean Piagets (1896–1980) Modell kognitiver Entwicklung sind weitere Beispiele. Diese Modelle haben sich häufig als empirisch nicht zutreffend und den Entwicklungsbegriff einengend erwiesen.<sup>1</sup> Die Ausweitung der traditionellen Konzepte ermöglichte vielfältige neue Sichtweisen sowie Vernetzungen mit anderen Disziplinen wie den Neurowissenschaften. Neu war bspw. die Erweiterung der Anlage-Umwelt-Debatte durch die Erkenntnis, dass Individuen nicht nur von den Umweltbedingungen und Entwicklungskontexten beeinflusst werden, sondern diese auch aktiv und selbstmotiviert formen und gestalten.

Eine der wichtigsten Theorien des letzten Jahrhunderts war die Bindungstheorie. Während Sigmund Freud davon ausging, dass sich der Säugling durch orale Triebbefriedigung während des Stillens an seine Mutter bindet, beruht die Bindungstheorie auf der Annahme, dass Menschen ein angeborenes Bedürfnis haben, enge und von intensiven



Abb. 1: Das Spiegeln von Basisemotionen fördert die Fähigkeit, eigene und fremde Emotionen zu verstehen.

**Das Konzept der Mentalisierung**

Die Bindungstheorie, die Kognitionswissenschaften, die Entwicklungspsychologie, die Affektforschung und die Neurobiologie führten zu der derzeit elaboriertesten Modellvorstellung in der Psychoanalyse: dem Konzept der Mentalisierung.<sup>4</sup>

Mentalisieren bezeichnet die Fähigkeit, das eigene Verhalten und das anderer Menschen durch Zuschreibung mentaler Zustände zu interpretieren. Mentale Zustände sind Intentionen, Überzeugungen, Vorstellungen, Sichtweisen, Gedanken, Gefühle, Stimmungen, Bedürfnisse, Motive und Motivationen sowie bspw. auch Sehnsüchte. Es geht um das Spüren oder Verstehen dieser mentalen Zustände.

→ **BEISPIEL:**

Abb. 2: Durch gezieltes Nachfragen vonseiten der ErzieherInnen lernen Kinder den Umgang mit eigenen und fremden Gefühlen.

» *Ich habe mich gefragt, ob ...*«

In der Praxis ist für die Förderung von Mentalisierung bei Kindern die »Columbo-Haltung« sinnvoll. Inspektor Columbo, der leicht begriffsstutzig wirkende Polizist, untersucht Situationen in einer augenscheinlich naiven, langsamen Manier. Columbo mentalisiert laut, er ist sich unsicher, ob das stimmt, was er spekuliert, er teilt seine Ideen und Hypothesen allen Beteiligten mit: »Könnte es sein, dass ...«, »Ich habe mich gefragt, ob ...«, »Es mag ein bisschen dumm klingen, aber ...«,

→ **DIE ENTWICKLUNGSLINIE DER MENTALISIERUNG ERFOLGT IN VIER PHASEN:**

»Ich bin mir total im Unklaren, ...«.

Ähnlich verläuft explizites Mentalisieren in der Praxis: »Ich fühle, dass ... und so tue ich dies ...«, »Woher weißt Du, dass er Dich mag ...«, »Was meinst Du, wie es Dir/dem anderen Kind in dem Moment ... geht?«, »Ich bin nicht sicher, ob ...«. Wichtig ist, die Außenperspektive mit hinein zu nehmen sowie die Frage, ob der Affekt des Kindes kongruent mit seiner Geschichte ist, d.h. ob das Kind in Berührung mit sich selbst – und den anderen – ist.

**Ein Fallbeispiel aus der psychotherapeutischen Praxis**

Die Lebensgeschichte von Jocelyn, einer 13-jährigen anonymisierten Patientin, welche ich 2 Jahre in meiner Praxis einmal pro Woche in Therapie hatte, zeugt eindringlich sowohl von Mentalisierungsschwierigkeiten wie auch von traumatischen Elementen. Das Mädchen war auf-

grund massiver Verwahrlosung, häufiger Obdachlosigkeit der Mutter, aggressiver Übergriffe seitens der Freunde der Mutter, Unterernährung und Vernachlässigung seitens der Mutter im 9. Lebensjahr in staatliche Obhut genommen worden.

Ausgehen ist von einer psychisch und physisch insuffizienten Versorgung von Jocelyn, Mangelserfahrungen, ungenügender Bemutterung sowie einer frühen, chronischen, kumulativen und komplexen Traumatisierung.<sup>6</sup> Bezogen auf Mentalisierung erfolgte keine markierte und kongruente mütterliche Affektspiegelung. Jocelyn konnte sich nur bedingt mit fremden Affekten identifizieren. Ihre strukturellen Defizite, wie fehlende Empathie für andere, fehlende realistische Selbsteinschätzung und Selbstreflexion, die fehlende Fähigkeit, eigene Affekte und Impulse zu regulieren, bestimmten ihren Umgang mit Anderen. Sie befand sich zum Teil noch in der 2. Stufe, in der Zweck-Mittel-Verhaltensweisen im Mittelpunkt stehen.

» Das therapeutische Spiel stellte sich für sie als der ideale Ort, um Mentalisierungsfähigkeiten zu entwickeln, heraus.«

Im Rahmen der Therapie lernte Jocelyn, Eigenes wahrzunehmen, wertzuschätzen und zu verteidigen. Sie erfuhr durch die therapeutische Spiegelung eine Stärkung ihres wahren Selbst. Das therapeutische Spiel stellte sich für sie als der ideale Ort, um Mentalisierungsfähigkeiten zu entwickeln, heraus. Affekte, Impulse und Konflikte konnte ich analog auf der Spielerebene bspw. bei Monopoly ansprechen und deuten. Nach und nach wurde es möglich, eine Verbindung zwischen primären Affekten und deren Auftauchen in der therapeutischen Situation herzustellen. Intrapsychische und interpersonelle Konflikte, Aggressionen und die dahinter liegende Angst konnten bearbeitet werden. Jocelyn gelang es, Empathie für sich selbst zu entwickeln. Ich spiegelte, markierte, antwortete (auch auf ungestellte Fragen), klärte Muster und strukturierte.

#### Chancen für die pädagogische Praxis

Mentalisieren ist ein relativ neues Konzept. Das Buch von Kirsch, Brockmann

und Taubner bietet eine »Checkliste für eine mentalisierungsfördernde Praxis«.<sup>7</sup> Auch wenn diese Checkliste für die psychotherapeutische Praxis ausgelegt ist, können für den pädagogischen Kindergartenalltag meines Erachtens ähnliche Prämissen angewendet werden.<sup>8</sup> Einige davon werden im Folgenden angeführt:

- Ich habe eine empathische Grundhaltung.
- Ich versuche, die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen.
- Ich zeige Wärme und Interesse am Erleben des Kindes.
- Ich validiere das Erleben des Kindes. Ich erkenne somit sein subjektives Empfinden an, verdeutliche ihm aber gegebenenfalls, dass noch weitere Verhaltens- und Erlebensweisen möglich wären, die gegebenenfalls hilfreicher wären.
- Ich nehme eine Haltung des Nicht-Wissens und der Neugierde an.
- Ich biete dem Kind Begrifflichkeiten für seine affektiven Zustände an, wenn dem Kind die Worte dafür fehlen.
- Ich bringe andere Perspektiven, z.B. die anderer Kinder, ein. Dies mache ich erst, nachdem ich den affektiven Zustand des Kindes validiert habe.

Wie unschwer zu erkennen ist, decken sich die Prämissen der Checkliste mit grundlegenden Aussagen in den Orientierungs- und Bildungsplänen der Länder in der einen oder anderen Form. Das aktuelle Berufsbild von Erziehern/Erzieherinnen zeigt sich in einer empathischen und forschenden Haltung, unterstützt durch ein hohes Maß an Partizipation, dem Wissen um die Vorbildfunktion sowie die Orientierung an den individuellen Bedürfnissen und Interessen des Kindes. Dem zentralen Auftrag zur Entwicklung der Kinder zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit wird durch die Förderung der Mentalisierungsfähigkeiten, u.a. in der Forderung, dass Bindung Voraussetzung für Bildung ist, umfassend Rechnung getragen.

#### Fazit

Die Feinfühligkeit der primären Bezugspersonen im Umgang mit den mentalen Zuständen spielt eine entscheidende Rolle

für die Entwicklung der Fähigkeit des Mentalisierens bei Kindern. Wenn Erziehungsrechte überfordert sind oder versuchen, schon Kindergartenkinder zu sehr auf Leistung und Wettbewerb zu »drillen«, kann sich die Mentalisierungsfähigkeit möglicherweise nicht gut ausbilden. Als Folge kann ein Lebens- und damit auch ein Lernhindernis entstehen, dem es entgegenzuwirken gilt. Feinfühligkeit, Empathie und eine gelingende Spiegelung seitens der Bezugspersonen sind somit wichtige Weichen, um sich als lernendes Subjekt wahrzunehmen und ein gesundes Selbst auszubilden.

Danken möchte ich Gudrun Bräuer für die Wegbegleitung. ■

#### Literatur

- Bowlby, J. (1975): *Bindung. Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung*. München.
- Bowlby, J. (1976): *Trennung. Psychische Schäden als Folge der Trennung von Mutter und Kind*. München.
- Bowlby, J. (1978): *Verlust – Trauer und Depression*. Frankfurt.
- Brockmann, J./Kirsch, H. (2015): *Mentalisieren in der Psychotherapie*. In: *Psychotherapeutenjournal*, 1/2015, S. 13 – 22.
- Dornes, M. (1994): *Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen*. Frankfurt.
- Fonagy, P./Gergely, G./Jurist, E./Target, M. (2002): *Affect Regulation, Mentalization and the Development of Self*. New York.
- Huber, M. (2009): *Trauma und die Folgen. Trauma und Traumabehandlung*. Teil 1. Paderborn.
- Klein, J./Armendinger, T. (2014): *Mentalisieren der Erzieherinnen. Eine Fortbildung in der Kindertagesstätte*. In: Kirsch, H.: *Das Mentalisierungskonzept in der Sozialen Arbeit*. Göttingen, S. 83 – 95.
- Lewis, M./Feiring, C./McGuffog, C./Jaskir, J. (1984): *Predicting Psychopathology in Six-Year-Olds from Early Social Relations*. In: *Child Development* 55, S. 123 – 136.
- Schneider, W./Lindenberger, U. (2012): *Entwicklungspsychologie: vormalis Oerter & Monatada*. Weinheim.
- Von Weyl, A. (2014): *Mentalisierung und Theory of Mind*. In: *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* (63), S. 730 – 737.

#### Fußnoten

- 1 Schneider/Lindenberger 2012, 5.
- 2 Bowlby 1975, 1976, 1978.
- 3 Bspw. Dornes 1994, Lewis et al. 1984.
- 4 Fonagy et al 2002.
- 5 Van Wyl 2014, 731.
- 6 Huber 2009.
- 7 Kirsch/Brockmann/Taubner 2016, 271.
- 8 Vgl. dazu Klein/Armendinger 2014.