

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Vorwort | 11 |
| Eine Anmerkung zur Sprache..... | 14 |
| Dank..... | 15 |
| | |
| 1 Integration des systemischen und des Mentalisierungsansatzes | 16 |
| I.1 Der Mentalisierungsaspekt | 17 |
| I.2 Der systemische Aspekt | 20 |
| I.3 Mentalisierungsinspirierte systemische Therapie | 22 |
| 1.3.1 <i>Warum ist Mentalisieren so wichtig?</i> | 22 |
| 1.3.2 <i>Einstieg: mentalisierungsinspirierte und systemisch orientierte Telefongespräche</i> | 24 |
| 1.3.3 <i>Die Co-Konstruktion therapeutischer Kontexte</i> | 26 |
| 1.3.4 <i>Einen Fokus wählen und therapeutische Interventionen prüfen</i> | 30 |
| I.4 Abschließende Überlegungen | 40 |
| | |
| 2 Effektives und ineffektives Mentalisieren | 42 |
| 2.1 Typische Anzeichen von effektivem Mentalisieren | 44 |
| 2.2 Mentalisieren als »state« und als »trait«..... | 46 |
| 2.3 Prämentalisierende Modi des Denkens und Erlebens | 49 |
| 2.3.1 <i>Modus der psychischen Äquivalenz</i> | 50 |
| 2.3.2 <i>Teleologischer Modus</i> | 51 |
| 2.3.3 <i>Als-ob-Modus</i> | 52 |
| 2.4 Dimensionen des Mentalisierens..... | 54 |
| 2.4.1 <i>Missbräuchliches Mentalisieren</i> | 59 |
| 2.5 Einschätzung von Mentalisierungsprozessen | 59 |
| 2.6 Abschließende Überlegungen | 62 |
| | |
| 3 Kontexte für mentalisierungsfokussierte Interventionen schaffen | 65 |
| 3.1 Die mentalisierende Haltung..... | 65 |
| 3.2 Effektives Mentalisieren in drei Hauptbereichen..... | 66 |
| 3.2.1 <i>Effektives Mentalisieren des Selbst</i> | 68 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 3.2.2 | <i>Effektives Mentalisieren anderer</i> | 71 |
| 3.2.3 | <i>Effektives relationales Mentalisieren</i> | 73 |
| 3.3 | Beginn der Arbeit mit Jane und ihrer Familie..... | 77 |
| 3.3.1 | <i>Das Netzwerktreffen</i> | 78 |
| 3.3.2 | <i>Fragen, die zum Mentalisieren anregen</i> | 83 |
| 3.3.3 | <i>Umgang mit Steigerungen des Arousal-Niveaus</i> | 86 |
| 3.4 | Einzelarbeit mit Jane | 87 |
| 3.5 | Von der Einzel- zur Familienarbeit | 90 |
| 3.6 | Abschließende Überlegungen | 94 |
| 4 | Sich nicht im Kreis drehen | 98 |
| 4.1 | Mentalisierungsschleifen | 98 |
| 4.2 | Mentalisieren eines eingespielten Narrativs | 100 |
| 4.3 | Das Mentalisieren nach intensiven Gefühlsregungen wieder in Gang bringen | 102 |
| 4.3.1 | <i>Einbeziehung von David</i> | 103 |
| 4.4 | Therapeutische Arbeit mit Mentalisierungsschleifen ... | 104 |
| 4.4.1 | <i>Verallgemeinerungen aus einer Schleife ableiten</i> | 106 |
| 4.4.2 | <i>Vorwärtsschleifen</i> | 107 |
| 4.4.3 | <i>Videoaufzeichnungen</i> | 109 |
| 4.5 | Eine Balance finden zwischen Veränderung und dem Mentalisieren des Augenblicks | 111 |
| 4.6 | Durch Pausieren und Revidieren die Balance wiederherstellen | 112 |
| 4.7 | Abschließende Überlegungen | 117 |
| 5 | Familien zum Mentalisieren anleiten, ohne sie explizit darin zu unterweisen | 119 |
| 5.1 | Emotionale Schönheitschirurgie..... | 121 |
| 5.2 | Aktivitäten und Spiele, die zu effektivem Mentalisieren anregen | 126 |
| 5.3 | Stethoskope und andere »Skope« für das Gedankenlesen | 127 |
| 5.4 | »Gehirn-« oder vielmehr »Mentalscans« | 129 |
| 5.5 | Rollenspiele..... | 133 |
| 5.6 | Abschließende Überlegungen | 137 |

| | | |
|----------|---|------------|
| 6 | Effektives Mentalisieren fördern | 141 |
| 6.1 | Effektives und ineffektives Mentalisieren | |
| | »diagnostizieren«..... | 141 |
| 6.2 | Effektives Mentalisieren in Gang bringen..... | 143 |
| 6.3 | MIST-Interventionen | 144 |
| 6.3.1 | <i>Lügendetektor</i> | 146 |
| 6.3.2 | <i>Neuzugang</i> | 147 |
| 6.3.3 | <i>Zu spät zur Verabredung</i> | 147 |
| 6.3.4 | <i>Wie andere dich sehen</i> | 148 |
| 6.3.5 | <i>Eine Filmfigur sein</i> | 148 |
| 6.3.6 | <i>Der vergessene Geburtstag</i> | 149 |
| 6.3.7 | <i>Schulpreis</i> | 149 |
| 6.3.8 | <i>Mobbing mit Zuschauern</i> | 149 |
| 6.3.9 | <i>Problemskulptur</i> | 150 |
| 6.3.10 | <i>Schaubild »Gefühle im Körper«</i> | 150 |
| 6.3.11 | <i>Emotionsschnappschüsse</i> | 151 |
| 6.3.12 | <i>Baby im Spiegel</i> | 151 |
| 6.3.13 | <i>Konflikt-Lagepläne</i> | 152 |
| 6.3.14 | <i>Eskalations-Uhr</i> | 153 |
| 6.3.15 | <i>In die Schuhe der anderen schlüpfen</i> | 154 |
| 6.3.16 | <i>Fantasiekönigreich</i> | 154 |
| 6.3.17 | <i>Mit verbundenen Augen</i> | 154 |
| 6.3.18 | <i>Familienrucksack</i> | 155 |
| 6.3.19 | <i>Reise in die Erinnerung</i> | 155 |
| 6.3.20 | <i>Fotogeschichten</i> | 156 |
| 6.3.21 | <i>Identitätspuzzle</i> | 156 |
| 6.3.22 | <i>Fluss des Lebens</i> | 157 |
| 6.3.23 | <i>Familienskulpturen aus lufttrocknendem Ton</i> | 157 |
| 6.3.24 | <i>Familienskizze</i> | 158 |
| 6.3.25 | <i>Das geheime Leben der Vulkane</i> | 159 |
| 6.3.26 | <i>Beziehungsschaubilder</i> | 159 |
| 6.3.27 | <i>Lebenskreise</i> | 160 |
| 6.3.28 | <i>Stimmungsbarometer</i> | 161 |
| 6.3.29 | <i>Maskenball</i> | 162 |
| 6.3.30 | <i>Brief an das Problem</i> | 163 |
| 6.3.31 | <i>Postkarten beschreiben</i> | 163 |
| 6.3.32 | <i>Schachteln für verantwortungsvolles und unverantwortliches Handeln</i> | 163 |
| 6.4 | Abschließende Überlegungen | 164 |

| | | |
|----------|--|------------|
| 7 | Mentalisieren als diagnoseübergreifender Aspekt | 168 |
| 7.1 | Forschung zu psychischen Störungen..... | 171 |
| 7.1.1 | <i>Craig verstehen</i> | 175 |
| 7.2 | Soziales Lernen | 178 |
| 7.2.1 | <i>Craigs Lernschwierigkeiten</i> | 181 |
| 7.3 | Das mentale Immunsystem | 182 |
| 7.4 | »Ent-MIST-ifizierung« des Traumakonzepts | 184 |
| 7.5 | Resilienz..... | 186 |
| 7.6 | Die Einzelaspekte zu einem vollständigen Bild zusammenfügen..... | 188 |
| 7.6.1 | <i>Entwicklungswissenschaft und MIST</i> | 192 |
| 7.7 | Abschließende Überlegungen | 193 |
| | | |
| 8 | Soziale Medien mentalisieren | 197 |
| 8.1 | Wandel von Sozialisationsprozessen | 200 |
| 8.1.1 | <i>Familienleben mit Aufmerksamkeitsdefiziten</i> | 202 |
| 8.1.2 | <i>Die Anziehungskraft sozialer Medien</i> | 202 |
| 8.2 | Soziale Medien und epistemisches Vertrauen..... | 204 |
| 8.3 | Digitale Herausforderungen für die psychische Gesundheit von Kindern | 210 |
| 8.3.1 | <i>Die therapeutische Haltung</i> | 211 |
| 8.3.2 | <i>Digitale Entgiftung zu Hause</i> | 213 |
| 8.3.3 | <i>Smartphones in der Schule?</i> | 217 |
| 8.4 | Ferntherapie | 218 |
| 8.4.1 | <i>Das ferntherapeutische Setting</i> | 220 |
| 8.4.2 | <i>Virtuelle Möglichkeiten der Ferntherapie</i> | 223 |
| 8.4.3 | <i>Digital unterstützte Arbeit mit Familien mit hohem Konfliktniveau</i> | 225 |
| 8.5 | Epistemisches Vertrauen und Online- Familienherapie..... | 226 |
| 8.6 | Abschließende Überlegungen | 232 |
| | | |
| 9 | Mentalisierungsinspirierte systemische Therapie in Mehrfamiliengruppen und in Schulen | 234 |
| 9.1 | Die Geschichte der Multifamilienarbeit | 235 |
| 9.2 | Peer-Mentoring, Selbsthilfegruppen und Multifamilientherapie | 238 |
| 9.3 | In die Multifamilientherapie hineinschnuppern | 239 |
| 9.4 | Aktivitäten und Spiele für die Multifamilienarbeit | 245 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 9.5 | Mentalisieren in der Schule | 248 |
| 9.5.1 | <i>Familienklassen</i> | 250 |
| 9.5.2 | <i>Ein friedliches schulisches Umfeld schaffen</i> | 253 |
| 9.5.3 | <i>Epistemisches Vertrauen und Einbeziehung von Eltern in das schulische Leben</i> | 256 |
| 9.5.4 | <i>Das Konzept »Familienschule«</i> | 259 |
| 9.6 | Abschließende Überlegungen | 262 |
| 10 | Kulturelle und gesellschaftliche Kontexte des Mentalisierens | 263 |
| 10.1 | Kulturunterschiede im Mentalisieren | 265 |
| 10.2 | Mentalisieren und soziale Systeme..... | 267 |
| 10.2.1 | <i>In der MIST mit sozial bedingter Ungleichheit umgehen</i> | 271 |
| 10.2.2 | <i>Selbstmentalisierung der Therapeutin mit Blick auf Kulturunterschiede</i> | 273 |
| 10.2.3 | <i>Wechselbeziehungen im Netzwerk aller beteiligten Behandlerinnen: AMBIT</i> | 276 |
| 10.3 | Abschließende Überlegungen | 278 |
| | Literatur | 281 |
| | Über die Autoren | 295 |