

Mentalisierungsbasierte Interventionen für suchtblastete Familien

Mentalization-Based Interventions for Families with Substance Abuse Problems

Nadja Springer

Themenschwerpunkt Methodenvielfalt: Bewährte Methoden

Zusammenfassung

Seit 2014 werden im Verein Dialog, in Kooperation mit relevanten PartnerInnen, mentalisierungsfördernde Gruppen für suchtblastete Familien angeboten. Der Artikel soll einen Einblick in das Konzept der Mentalisierung und mentalisierungsbasierter Therapien (MBT) geben sowie dies an zwei konkreten Beispielen aus der Schnittstelle zwischen Suchtprävention und Suchthilfe veranschaulichen. Die Mutter-Kind-Gruppe und das Gruppenangebot „Kleiner Leuchtturm“ sollen suchtblasteten Familien ermöglichen, aus dem so oft erlebten Credo „Fühle nicht! Rede nicht! Traue niemandem!“ auszusteigen, sichere Bindungen aufzubauen, Beziehungsfähigkeit zu erleben und damit eine möglichst gesunde psychische Entwicklung der Kinder zu ermöglichen.

Abstract

Since 2014, the Dialog association, in cooperation with relevant partners, has offered mentalization-based group intervention for parents with substance abuse problems and their children. This article intends to provide an insight into the concept of Mentalization and Mentalization-Based Treatment (MBT), as well as to illustrate this by describing two concrete examples from the interface between addiction prevention and addiction treatment. The mother-child group and the "Little Lighthouse" group intervention are intended to enable families with addiction problems to get away from the so often experienced credo "Don't feel! Don't talk! Don't trust anyone!" Instead they are aiming to build secure attachments and to help to experience the ability to establish relationships in order to promote the healthiest possible psychological development of the children.

1. Das Konzept der Mentalisierung

Mentalisierung kann als Fähigkeit beschrieben werden, dem eigenen und dem Verhalten anderer einen Sinn zuzuschreiben. Dabei werden dem Anderen und dem Selbst mentale Zustände unterstellt, die dem beobachtbaren Verhalten zugrunde liegen (Fonagy et al., 2002). Unter mentalen Zuständen versteht man Emotionen, Gedanken, Wünsche und Überzeugungen. Bolm (2010, S. 59) betont, dass sich eine „besonders gute Mentalisierungsfähigkeit im Vermögen zum phantasievollen, klugen und vorausschauenden Umgang mit dem Wechselspiel von Innen- und Außenwelt zeigt“. Fonagy (1995) nennt dieses Wechselspiel „playing with reality“ und zieht eine Referenz zu Winnicott (1971), der in seinem berühmten Werk mit dem Titel „Playing and Reality“ das Spielen als eine Entwicklungsleistung betrachtete. Spielen ist Ausdruck von Gesundheit, denn es ermöglicht psychische Reifung durch die traumähnliche, phantasievolle Verarbeitung von Gedanken und Gefühlen über den eigenen Körper, Objektbeziehungen und Ängste. Die Qualität früher Bindungsbeziehungen beeinflusst nicht nur das Spiel, sondern maßgeblich auch die Entwicklung eines psychologischen Verstehens des Selbst. Mentalisieren stellt in diesem Kontext eine Entwicklungserrungenschaft dar, die durch dysfunktionale oder traumatische frühe Bindungserfahrungen eingeschränkt sein kann und im Hier und Jetzt durch Aktualisierungen dieser Bindungserfahrungen zeitweise eingeschränkt bleibt (Fonagy et al., 2011). Fonagy und Kollegen haben postuliert, dass die Entwicklung der Qualität der Mentalisierungsfähigkeit bereits beim Säugling auf einer Reihe von Faktoren beruht (Bateman & Fonagy, 2006). Neben der Lernumgebung und den familiären Beziehungen und Bindungsmustern ist die Erfahrung des Säuglings, dass er von der Bezugsperson als psychologische Einheit mit einem Verstand wahrgenommen und behandelt wird, von besonderer Bedeutung. Der Kern unseres Selbst