

# Inhalt

<b>Geleitwort</b> .....	11
<b>Vorwort</b> .....	15
 <b>1 Eine paarbezogene Einführung in das Mentalisierungskonzept</b> .....	 21
1.1 Mentalisieren – die ebenso einfache wie komplexe Grundidee .....	 21
1.2 Epistemisches Vertrauen und epistemische Wachsamkeit .....	 24
1.3 Entwicklung von Mentalisieren und epistemischem Vertrauen .....	 27
1.4 Dimensionen des Mentalisierens .....	30
1.4.1 Implizites und explizites Mentalisieren .....	32
1.4.2 Auf das Selbst und auf andere bezogenes Mentalisieren .....	35
1.4.3 Innen- und außengerichtetes Mentalisieren .....	39
1.4.4 Affektiv und kognitiv ausgerichtetes Mentalisieren .....	41
1.4.5 Emotionale Identifizierung und Perspektivenwechsel .....	42
<i>Das emotionale Identifizierungssystem</i> .....	42
<i>Das Perspektivenwechselsystem</i> .....	45
<i>Das Zusammenspiel der Systeme</i> .....	45
1.5 Einfluss des Arousals auf das Mentalisieren .....	48
<i>Bindungstheoretische Unterscheidungen</i> .....	52
1.6 Prä- bzw. nichtmentalisierende Modi .....	54
<i>Teleologischer Modus</i> .....	55
<i>Äquivalenzmodus</i> .....	56
<i>Als-ob-Modus</i> .....	57
1.7 Anmerkungen zum Gebrauch der Begriffe Ange- messenheit, Wahrheit, Unbewusstes und Vernunft .....	 58
<i>Angemessenheit</i> .....	59
<i>Wahrheit</i> .....	60
<i>Unbewusstes</i> .....	61
<i>Vernunft</i> .....	63

<b>2 Interpersonelle Affektregulierung –</b>	
<b>Schlüssel zum Verständnis von Paaren</b> .....	65
2.1 Affekte und Affektregulierung .....	66
<i>Affekte</i> .....	66
<i>Affektregulierung</i> .....	68
2.2 Interpersonelle Affektregulierung .....	70
2.2.1 Eine Beispielerzählung .....	72
2.2.2 Gesunde interpersonelle Affektregulierung .....	76
<i>Bindungstheorie</i> .....	76
<i>Psychologische Forschung</i> .....	77
<i>Affektive Neurowissenschaften</i> .....	78
2.2.3 Zur Bedeutung des Körpers .....	81
2.2.4 Resümee .....	84
<b>3 Mentalisieren trifft Paartherapie</b> .....	85
3.1 Wie Paar-, Familien- und Sozialtherapie der Mentalisierungstheorie entgegenkommen .....	85
<i>Paartherapie</i> .....	86
<i>Familientherapie</i> .....	89
<i>Sozialtherapie</i> .....	91
<i>Resümee</i> .....	93
3.2 Was die Mentalisierungstheorie in die Konzepte der Paartherapie einbringt .....	93
<i>Gesunde interpersonelle Affektregulierung</i> .....	93
<i>Prozessorientierung</i> .....	96
<i>Fokussierung</i> .....	97
3.3 Zum Verhältnis von mentalisierungsorientierter und psychodynamischer Paartherapie .....	97
3.4 Wann ist mentalisierungsorientierte Paartherapie indiziert? .....	100
3.5 Anmerkung zur heilkundlichen Bedeutung von Paartherapie .....	102
<b>4 Praxis mentalisierungsorientierter Paartherapie</b> .....	105
4.1 Ausgangspunkt: Niedriges Mentalisierungsniveau .....	106
<i>Mentalisierungserfahrungen</i> .....	106

	<i>Familiäre Prägungen</i> .....	107
	<i>Verliebtheitserfahrungen</i> .....	108
	<i>Explizites Mentalisieren als Bedrohung</i> .....	109
4.2	Vorbedingung: Mentalisieren der Partner durch den Therapeuten .....	112
	<i>Durchgängige Thematisierung der therapeutischen Beziehung</i> .....	116
4.3	Das Wichtigste: Mentalisierungsfördernde Haltung ...	119
	<i>Verkörperung der Haltung</i> .....	123
4.4	»Online-Diagnostik« .....	126
4.5	Was ist zu tun, wenn nicht mentalisiert wird? .....	131
4.5.1	Aussetzer des Mentalisierens .....	131
4.5.2	Prä- bzw. nichtmentalisierende Modi .....	136
	<i>Teleologischer Modus</i> .....	136
	<i>Äquivalenzmodus</i> .....	137
	<i>Als-ob-Modus</i> .....	142
4.6	Zum praktischen Umgang mit den Dimensionen des Mentalisierens .....	143
	<i>Implizites und explizites Mentalisieren</i> .....	144
	<i>Auf das Selbst und auf andere bezogenes Mentalisieren</i> ..	145
	<i>Außen- und innengerichtetes Mentalisieren</i> .....	146
	<i>Affektives und kognitives Mentalisieren</i> .....	147
4.7	Arousal-Moderation .....	148
	<i>Zu hohes Arousal</i> .....	149
	<i>Psychoedukative Anwendung</i> .....	152
	<i>Zu niedriges Arousal</i> .....	153
	<i>Weiterführende Themen</i> .....	155
4.8	Affektfokus .....	156
4.9	Zur Frage nach der besten Intervention .....	158
	»Richtige« vs. »falsche« Interventionen – <i>ein antimentalisierender Dualismus</i> .....	162
4.10	Selbst-Mitteilungen der Therapeutin oder des Therapeuten in der Therapie .....	164
	<i>Die Partner treffen Aussagen über innere Zustände der Therapeutin</i> .....	166
	<i>Selbst-Mitteilung als eigene Initiative des Therapeuten</i> ...	167

	<i>Fragen des Paares nach einer »ehrlichen Einschätzung« ..</i>	169
	<i>Fragen nach der persönlichen Meinung des Therapeuten zu einem Streitthema des Paares .....</i>	169
4.11	Anmerkung zur Psychoedukation .....	171
<b>5</b>	<b>Spezifische Herausforderungen für ein mentalisiertungsorientiertes Vorgehen .....</b>	<b>172</b>
5.1	Sexualität .....	173
	<i>Ein gesundes fremdes Selbst ...</i>	173
	<i>Implikationen und Konsequenzen des Konzepts .....</i>	177
	<i>Folgerungen und Ideen für das therapeutische Vorgehen .....</i>	182
5.2	Affären – sexuelle Außenbeziehungen .....	185
	<i>Ein Systematisierungsversuch .....</i>	189
5.3	Paartherapie mit einem Partner .....	195
5.4	Bikulturelle Paare und transkulturelle Kontexte .....	202
	<i>Ein Fallbeispiel .....</i>	202
	<i>Kulturgebundenheit des Mentalisierungskonzepts? .....</i>	204
	<i>Konsequenzen für die paartherapeutische Praxis .....</i>	206
	<i>Kulturalismus als Gefahr .....</i>	208
	<b>Schlussbemerkung .....</b>	<b>210</b>
	<b>Anmerkungen .....</b>	<b>211</b>
	<b>Literatur .....</b>	<b>213</b>
	<b>Dank .....</b>	<b>223</b>
	<b>Der Autor .....</b>	<b>224</b>