

# 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 Arousal auf das Mentalisieren .....	48
<i>Bindungstheoretische Unterscheidungen .....</i>	52
1.6 Prä- bzw. nichtmentalisierte Modi .....	54
<i>Teleologischer Modus .....</i>	55
<i>Äquivalenzmodus .....</i>	56
<i>Als-ob-Modus .....</i>	57
1.7 Anmerkungen zum Gebrauch der Begriffe Angemessenheit, 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 – 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 ... <i>Verkörperung der Haltung</i> .....	119
4.4 »Online-Diagnostik«.....	123
4.5 Was ist zu tun, wenn nicht mentalisiert wird? .....	131
4.5.1 Aussetzer des Mentalisierens .....	131
4.5.2 Prä- bzw. nichtmentalalisierende 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 Paars nach einer »ehrlichen Einschätzung« ..</i>	169
<i>Fragen nach der persönlichen Meinung des Therapeuten zu einem Streithema des Paars .....</i>	169
4.11 Anmerkung zur Psychoedukation .....	171
<b>5 Spezifische Herausforderungen für ein mentalisierungsorientiertes Vorgehen.....</b>	172
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 paarterapeutische Praxis .....</i>	206
<i>Kulturalismus als Gefahr .....</i>	208
<b>Schlussbemerkung .....</b>	210
<b>Anmerkungen .....</b>	211
<b>Literatur .....</b>	213
<b>Dank .....</b>	223
<b>Der Autor .....</b>	224