

MENTALISIEREN ALS ZENTRALE ELTERNKOMPETENZ STÄRKEN: DAS LEUCHTTURM PROGRAMM FÜR PSYCHISCH KRANKE ELTERN



26. Juni 2024

3. PROJEKTFORUM, Rostock

Dr. phil. Anna Georg

Warum Leuchtturm?



SEEREISE



*“Life is unpredictable
and at times perilous.”*

Das Leben ist unvorhersehbar
und manchmal gefährlich - wie
eine Seereise.



Gerry Byrne

Mentalisierung

- Fähigkeit, sich innerpsychische (mentale) Zustände in sich selbst und in anderen Menschen vorzustellen
- das Selbst und der Andere werden als intentionale Wesen aufgefasst
- Verhalten basiert auf Gründen im Sinne psychischer Befindlichkeiten
(Fonagy et al. 2002)



Was ist Mentalisieren?

„Sich selbst von außen und die anderen von innen sehen.“



Wir mentalisieren, wenn wir neugierig und offen sind und überlegen, was in uns und den anderen vorgeht und warum wir uns so verhalten wie wir uns verhalten

Eine gute Beziehung zu unserem Kind, Partner, Freunden, ... benötigt
Mentalisierung

Elterliche Mentalisierungsfähigkeit



- Wahrnehmung und Reflektion über die Wünsche, Intentionen, Absichten, Bedürfnisse **des Kindes**
- Wahrnehmung und Reflektion über **eigenes Erleben** und wie dieses durch die Interaktion mit dem Kind beeinflusst wird, auch im Verlauf der **Zeit**
- Reflektion darüber, wie das eigene Erleben wiederum den **Umgang mit dem Kind** beeinflusst

Die elterliche Fähigkeit das Baby zu verstehen, ist stark abhängig davon...

Wie sie sich als Eltern fühlen

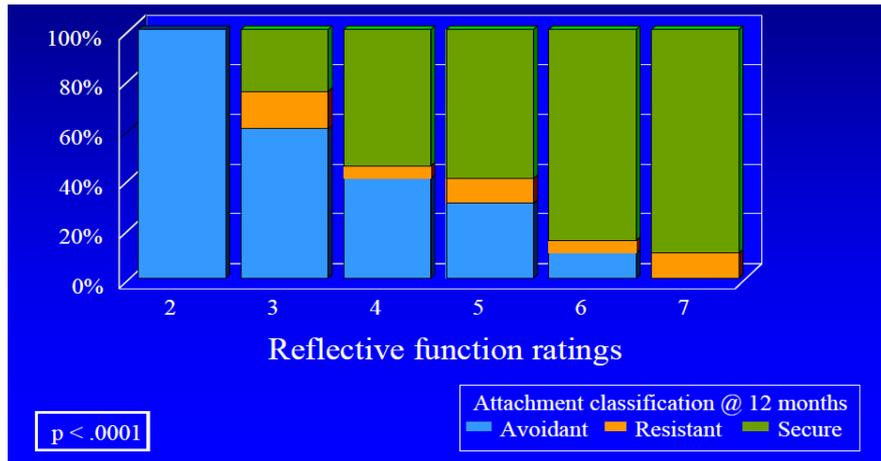
Wie gut sie sich in ihrer Beziehung unterstützt fühlen

Wie die eigenen Eltern sich mit ihnen als Kind gefühlt haben



Elterliche Mentalisierungsfähigkeit

- Die Fähigkeit der Eltern das Verhalten des eigenen Kindes hinsichtlich seiner mentalen Zustände verstehen zu können (Sharp & Fonagy, 2008; Slade, 2005)
- Reflexiver Prozess in der Eltern-Kind-Beziehung
- Operationalisierung als parental reflective functioning (PRF)



UCL-AFC Eltern-Kind-Studie
N = 100, Steele et al.

Ergebnisse:

Höheres mütterliches RF,
größere Wahrscheinlichkeit
sicherer Bindung zum Kind

Elterliche Mentalisierungsfähigkeit

Eltern mit ↑ RF/ PRF:

- **sensitivere Aufnahme der Signale des Kindes** (Demers et al., 2010; Farrow & Blissett, 2014; Rosenblum et al., 2008)
- **effektiveres Spiegeln und Regulation von Affekten** (Bigelow et al., 2015; Grienberger et al., 2005; Rutherford et al., 2013)
- **sichere Bindung** (Arnott & Meins, 2007; Centifanti et al., 2016; Laranjo et al., 2014; Meins et al., 2013)
- **sozial-kognitive Entwicklung**
- **Mentalisierungsfähigkeit des Kindes** (Ensink et al., 2016; Sharp & Fonagy, 2008)



MENTALISIERUNGSPROBLEME

Risikofaktoren für eingeschränktes Mentalisieren

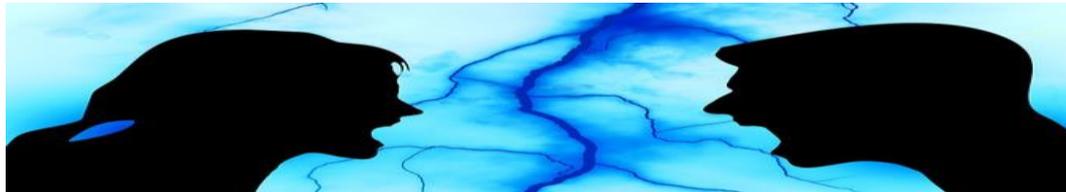
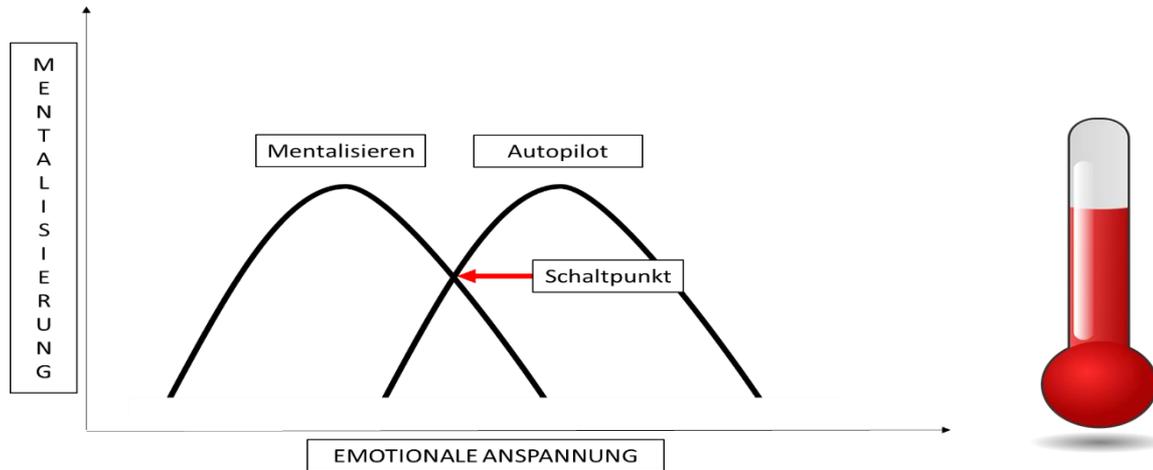
- Elterlicher Stress (McMahon & Meins, 2012; Larkin et al., 2021)
- Elterliche psychische Erkrankung und Persönlichkeitsstörung (Camiorano, 2017; Katznelson, 2014; Schacht et al., 2013)
- Frühe adverse Erfahrungen der Eltern (Brüne et al., 2015; Ziv et al., 2018)
- Kind-Faktoren (e.g., child regulatory disorders, Georg et al., 2018; Camisasca et al., 2018)

Mentalisierungsdefizite bei psychisch erkrankten Eltern

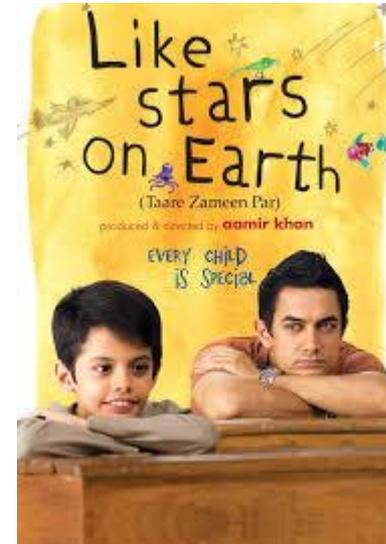
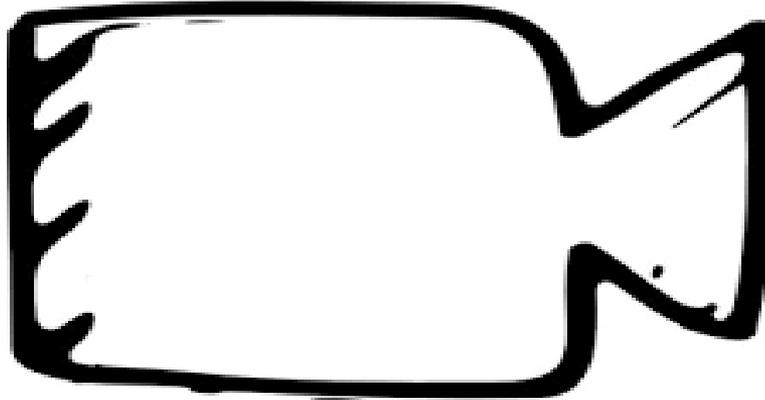
Eltern mit psychischer Erkrankung/ + ELM:

- Einschränkungen im elterlichen Mentalisieren
- Risiko für psychische Erkrankung und ELM des Kindes (Rutter & Quinton, 1984; Mowbray et al., 2004)
- Unsichere Bindungsrepräsentanzen und Einschränkungen der Mentalisierungsfähigkeit des Kindes (Ensink et al., 2014; Ensink et al., 2016)

Emotionale Anspannung und Stress



Beispiel Stars



Diskussion Video Stars

- Was ist hier schiefgelaufen?
- Was denken Sie, was Ishaan gedacht/geföhlt hat?
- Was denken Sie, was der andere Junge gedacht / geföhlt hat?
- Glauben Sie die beiden haben die Sichtweise des anderen verstanden?
- Was hätten Sie in dieser Situation anders machen können?
- Wer erreicht wann seinen Schaltpunkt?

Mehr Perspektiven: von 2-D zu 4-D

Repräsentanz des anderen als **schemenhafte Silhouette**

vs.

bunte, reichhaltige Repräsentanz, die verschiedene Aspekte des anderen berücksichtigt sowie dessen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft





ÜBUNG für ZUHAUSE

Beobachten Sie in den nächsten Tagen wann Sie Ihr Kind gut ausleuchten können und wann es weniger gut gelingt. Woran erkennen Sie bei sich, dass der Leuchtstrahl an ist? Und wie erkennen Sie es bei anderen (z.B. Ihrem Partner, einer Freundin, einem Gesprächspartner)?

Mentalisierungsbasierte Programme für Eltern

- für Mütter mit psychischen Erkrankungen (Schechter et al., 2006; Paris et al., 2015; Pajulo, Pajulo, Jussila, & Eckholm, 2016; Suchman et al., 2017; Maupin et al., 2017)
- in Gefängnissen (Sleed, Baradon & Fonagy, 2013)
- mit erhöhtem Risiko (Sadler et al., 2013; Fonagy, Sleed & Baradon, 2016)
- für Familien in Präventionsprogrammen (Kalland, Fagerlund, von Koskull & Pajulo, 2016)
- für Familien mit missbräuchlichem Verhalten (Sleed & Fearon, 2015)

Adaptation des Leuchtturm-Elternprogramms für psychisch erkrankte Eltern

Ziel: Stärkung der elterlichen Bindungskompetenzen

Basierend auf

- **Mentalisierungsbasierte Therapie** (MBT; Bateman, O'Connell, Lorenzini, Gardner & Fonagy, 2016)
- **Lighthouse-Programm gegen Kindesmisshandlung** (Byrne and Lees 2017)
- **Mentalisierungsbasiertes Krippenprogramm** (Bark et al. 2016)

Programmstruktur

12-stündiges Elterntraining über 4-5 Wochen als add-on der stationären Behandlung

5 h Einzelsitzungen

- Bindungsinterview und Mentalisierungsdiagnostik
- Videofeedback
- Fokusbildung und -besprechung



5 h Gruppensitzung

- Eigene Beziehungserfahrungen reflektieren und in den Kontext der Eltern-Kind-Interaktion stellen
- Mentale Zustände des Kindes verstehen



2 h Sozialberatung

- Etablierung von sozialer Unterstützung



Therapeutische Haltung und Inhalte

- therapeutische Haltung: Neugier, Interesse, Offenheit und Haltung des Nicht-Wissens (Bateman & Fonagy, 2014)
- sensibel für aktuell vorliegende Mentalisierungsfähigkeit
- Wechsel zwischen empathisch unterstützender Haltung zu beziehungsorientierter Prozess erfahrung (Allen, Fonagy, Bateman, 2011)

Therapeutische Haltung und Inhalte

- Fähigkeit der Eltern ihr Kind im Geiste zu mentalisieren bzw. sich diesem zur Seite stellen zu können
- vom „Kind als Silhouette“ zu einer „3D- bzw. 4D-Sicht“
- Metaphern für Bindung und Mentalisierung:
 - Eltern = Leuchttürme
 - Kind mentalisieren = mit Lichtstrahl anstrahlen
 - Sichere Bindung = sicheren Hafen bieten
 - psychische Erkrankung der Eltern = unruhige See







Wochenübersicht Leuchtturmprogramm

Woche	Sitzungsart und -inhalt		
	Einzelsitzung	Gruppensitzung	Sozialarbeit
1.	<ul style="list-style-type: none"> • Eltern-Entwicklungs-Interview 	<ul style="list-style-type: none"> • Einführung Mentalisierung und Mentalisierungsschwierigkeiten • Leuchtturm-Metaphern: Seereise, Leuchtturm, sicherer Hafen und Erkundungsfahrt 	-
2.	<ul style="list-style-type: none"> • Video-feedback • Übung zur Förderung elterlicher Mentalisierungsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Leuchtturm-Metaphern: Floß und raue See • Eigene Bindungserfahrungen • Den sicheren Hafen bereitstellen 	-
3.	<ul style="list-style-type: none"> • Besprechung der Fokusformulierung • Anregung von Veränderungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Leuchtturm Metaphern: Schlachtschiff und Piraterie • Mentalisierungshindernisse • Beziehungsreparatur 	-
4.	<ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung von Themen aus der Gruppe • Anregung von Veränderungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Leuchtturm-Metaphern: Felsen und nächtliche See • Projektionsstrahl und Räume im Gedächtnis • Psychische Erkrankung und Stigmatisierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützungsmöglichkeiten • Soziale Netzwerke
5.	<ul style="list-style-type: none"> • Resümee • Abschied 	<ul style="list-style-type: none"> • Mentalisierungskompetenzen (erhellender Leuchtstrahl) • Resümee • Abschied 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützungsmöglichkeiten • Soziale Netzwerke



Auszug Gruppensitzung 2

Bindungsobjekte



Bindungsobjekte











Wie kann ich einen sicheren Hafen bereitstellen

Einen sicheren Hafen stellen wir bereit, wenn:

- wir unser Kind trösten, wenn es gestresst oder verstört ist
- wir unserem Kind erlauben zu fragen, wie wir es sehen, was es uns bedeutet
- wir „richtig“ bei jemandem sind, mit unserem Leuchtstrahl an (aufmerksam darauf, wie es ihm geht, uns mit ihm freuen oder seine Traurigkeit verstehen)
- wir mit ihm reden oder spielen
- wir dem Kind zeigen, dass es sich bei uns ausruhen kann und erholen kann
- wir über die Vergangenheit und Zukunft unseres Kindes reden, gute Erinnerungen aufleben lassen und darüber reden, dann stellen wir unseren Geist auch als sicheren Hafen zur Verfügung
- wir unserem Kind erlauben, seine Gefühle auszudrücken (auch die negativen)



Bindungssignale







Sicherer Hafen \neq nie mehr auf unsicherer See sein





ÜBUNG für ZUHAUSE

Schreiben Sie in den nächsten Tagen auf, was Sie tun konnten, um einen sicheren Hafen bereitzustellen? Welche Signale hat Ihr Kind gesendet, um den sicheren Hafen anzusteuern?

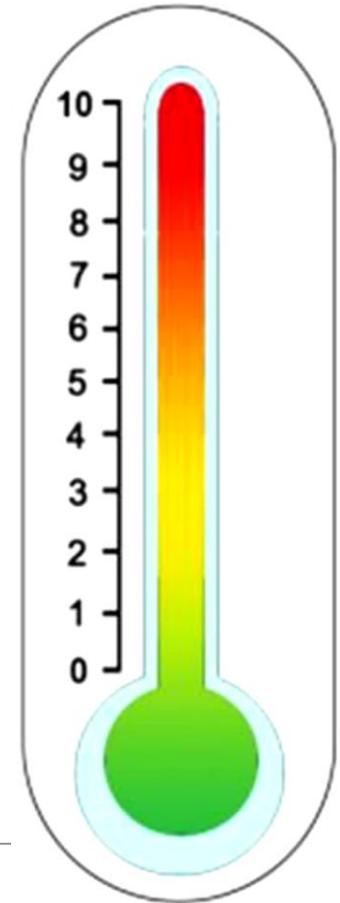
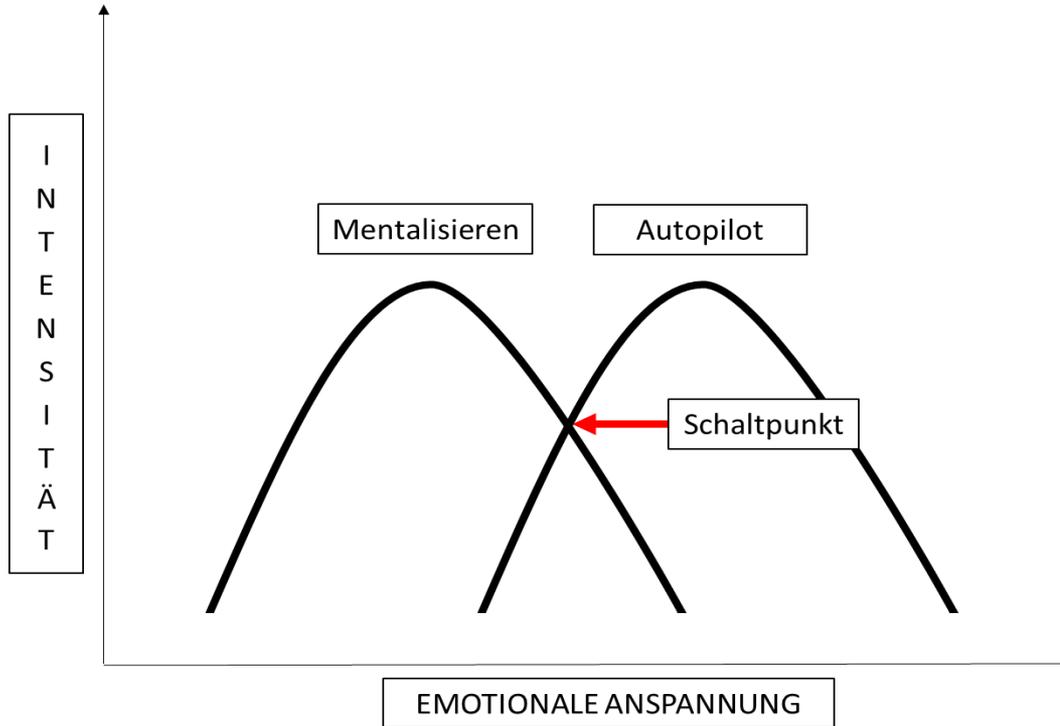
Falls Sie Ihr Kind nicht sehen in den nächsten Tagen, wie stellen Sie sich vor, wie Sie gerne einen sicheren Hafen anbieten würden?



Auszug Gruppensitzung 3



Schaltmodell





Aktivität

Gruppendiskussion: Wir mentalisieren Vater & Sohn





Aktivität

Gruppendiskussion: Wir mentalisieren Vater & Sohn

Mentalisierungsdimensionen	Vater	Sohn
Wirkt nach außen wie? (EXTERNAL)		
Gedanken/Gefühle über sich SELBST (Ich denke/fühle...)		
Gedanken/Gefühle über den ANDEREN (Du denkst/fühlst...)		





Rollenspiel: Person A ist in der Rolle des Vaters, Person B in der Rolle des Beraters. Beraten Sie den Vater in Kramer vs. Kramer, wie er die Beziehung wiederherstellen kann.

Reparieren



1



Selbst
runterkommen

2



Überlegen, was es schwer
ge-macht hat, sich in der
Situ-ation anders zu
verhalten & was im Kind
vorgegangen ist

3



Sich entschuldigen

4



Benennen, was man
denkt, was im Kind
vorgegangen ist & wieso
die Situation eskaliert ist

5



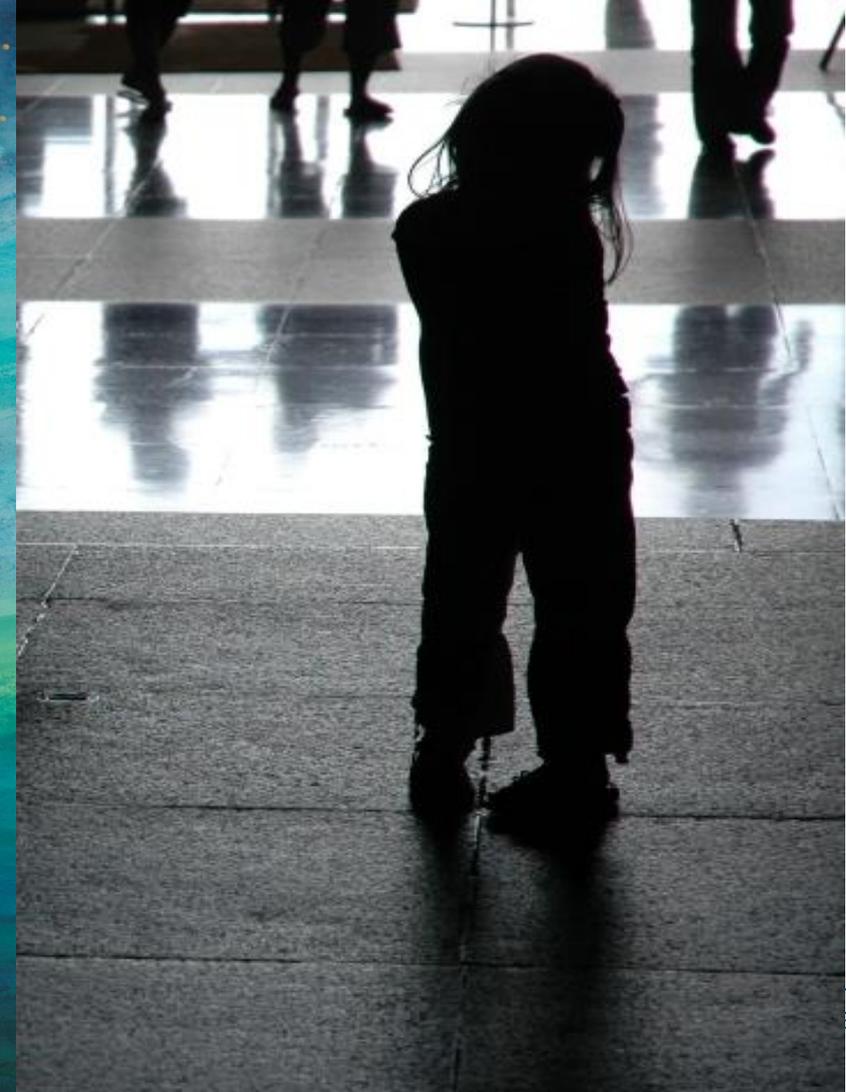
Lösung
aufzeigen



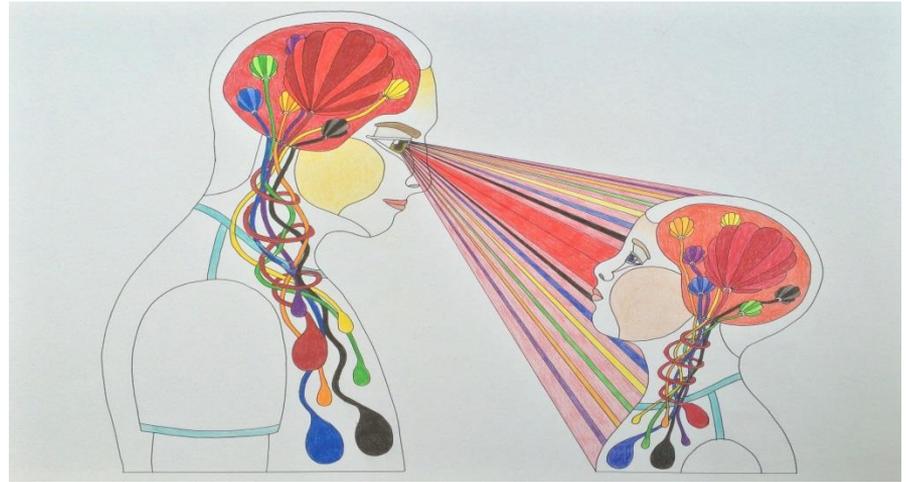
Auszug Gruppensitzung 4

Räume im Gedächtnis





Projektionsstrahl



ARBEITSBLATT DER EIGENE PROJEKTIONSSTRAHL

- Situationsbeschreibung
- Was ist da passiert?
- Auslöser
- Woran hat mich das erinnert?
- Wen hat mein Projektionsstrahl getroffen? Was ist dann passiert?
- Wie kann ich den Stress herunterfahren?



Auszug Gruppensitzung 5

Leuchtstrahl auf das Kind festigen

Leitfragen:

- „Was nehmen Sie mit?“, „Was sind noch offene Themen?“
- „Wie waren ihre Erfahrungen mit den Übungen?“, „Was hat gut geklappt und wo gab es Schwierigkeiten?“
- „Was hat sich verändert in Bezug auf die Perspektive auf ihr Kind?“
- „Was nehmen Sie mit für ihren Alltag?“, „Was nehmen Sie sich für die Zukunft vor, was ist realistisch?“, „Welche Schwierigkeiten können auftreten und was können Sie dann tun?“, Welche Ressourcen können Sie nutzen?“

Erfahrungen mit dem Programm

- Aus Perspektive der TherapeutInnen
- Aus PatientInnen-Perspektive

https://www.ubica.site/ubica_infopat.html

*„Eigentlich hab ick's nich so mit
Menschen, ab ditte is super.“*



Ausblick

- **transgenerationale Weitergabe** von Misshandlungserfahrungen unterbrechen
- Entwicklung und Gesundheit **von Kindern** mit psychisch erkrankten Eltern verbessern
- in bereits existierende **Versorgungsstrukturen** verankern
- Programm mit **psychiatrischen Fachkräften** durchführen
- schwer erreichbare und stark belastete Familien erreichen

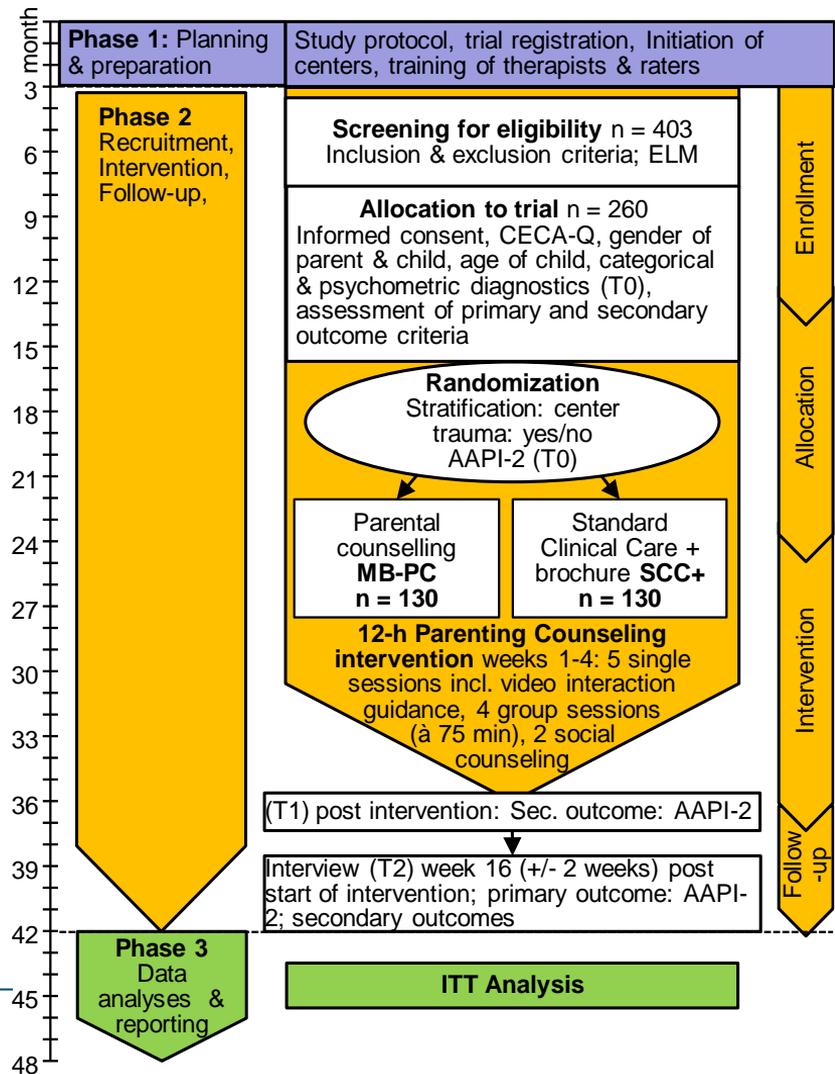
- Sponsored by BMBF



Federal Ministry
of Education
and Research

Research in
Germany

Land of Ideas



Vielen Dank
fürs
Mitmachen!

anna.georg@med.uni-heidelberg.de



Literatur

- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of self*. New York: Other Press.
- Sharp, C., Fonagy, P. (2008). The parent's capacity to treat the child as a psychological agent: Constructs, measures and implications for developmental psychopathology. *Social Development*, 17(3), 737-754.
- Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281.
- Demers, I., Bernier, A., Tarabulsy, G. M., Provost, M. A. (2010). Maternal and child characteristics as antecedents of maternal mind-mindedness. *Infant Mental Health Journal*, 31(1), 94-112.
- Farrow, C., Blissett, J. (2014). Maternal mind-mindedness during infancy, general parenting sensitivity and observed child feeding behavior: a longitudinal study. *Attachment & Human Development*, 16(3), 230-241.
- Rosenblum, K. L., McDonough, S. C., Sameroff, A. J., Muzik, M. (2008). Reflection in thought and action: Maternal parenting reflectivity predicts mind-minded comments and interactive behavior. *Infant Mental Health Journal*, 29(4), 362-376.
- Bigelow, A. E., Power, M., Bulmer, M., Gerrior, K. (2015). The Relation between mothers' mirroring of infants' behavior and maternal mind mindedness. *Infancy*, 20(3), 263-282.
- Grienenberger, J., Kelly, K., Slade, A. (2005). Maternal reflective functioning, mother-infant affective communication, and infant attachment: Exploring the link between mental states and observed caregiving behavior in the intergenerational transmission of attachment. *Attachment & Human Development*, 7(3), 299-311.
- Rutherford, H. J., Goldberg, B., Luyten, P., Bridgett, D. J., Mayes, L. C. (2013). Parental reflective functioning is associated with tolerance of infant distress but not general distress: Evidence for a specific relationship using a simulated baby paradigm. *Infant Behavior and Development*, 36(4), 635-641.
- Arnott, B., Meins, E. (2007). Links among antenatal attachment representations, postnatal mind-mindedness, and infant attachment security: A preliminary study of mothers and fathers. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 71(2), 132.
- Centifanti, L., Meins, E., Fernyhough, C. (2016). Callous-unemotional traits and impulsivity: Distinct longitudinal relations with mind-mindedness and understanding of others. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(1), 84-92.
- Laranjo, J., Bernier, A., Meins, E., Carlson, S. M. (2014). The roles of maternal mind-mindedness and infant security of attachment in predicting preschoolers' understanding of visual perspective taking and false belief. *Journal of Experimental Child Psychology*, 125, 48-62.
- Meins, E., Centifanti, L., Fernyhough, C., Fishburn, S. (2013). Maternal mind-mindedness and children's behavioral difficulties: Mitigating the impact of low socioeconomic status. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(4), 543-553.
- Ensink, K., Bégin, M., Normandin, L., Fonagy, P. (2016). Maternal and child reflective functioning in the context of child sexual abuse: Pathways to depression and externalising difficulties. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 30611.
- Sharp, C., Fonagy, P. (2008). The parent's capacity to treat the child as a psychological agent: Constructs, measures and implications for developmental psychopathology. *Social Development*, 17(3), 737-754.
- Rutter, M., Quinton, D. (1984). Parental psychiatric disorder: Effects on children. *Psychological Medicine*, 14(4), 853-880.
- Mowbray, C. T., Bybee, D., Oyserman, D., Allen-Meares, P., MacFarlane, P., Hart-Johnson, T. (2004). Diversity of outcomes among adolescent children of mothers with mental illness. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 12(4), 206-221.
- Ensink, K., Berthelot, N., Bernazzani, O., Normandin, L., Fonagy, P. (2014). Another step closer to measuring the ghosts in the nursery: Preliminary validation of the trauma reflective functioning scale. *Frontiers in Psychology*, 5, 1471.
- Ensink, K., Berthelot, N., Bernazzani, O., Normandin, L., Fonagy, P. (2014). Another step closer to measuring the ghosts in the nursery: Preliminary validation of the trauma reflective functioning scale. *Frontiers in Psychology*, 5, 1471.
- Schechter, D. S., Myers, M. M., Brunelli, S. A., Coates, S. W., Zeanah Jr, C. H., Davies, M., ..., Liebowitz, M. R. (2006). Traumatized mothers can change their minds about their toddlers: Understanding how a novel use of videofeedback supports positive change of maternal attributions. *Infant Mental Health Journal*, 27(5), 429-447
- Paris, R., Herriott, A., Holt, M., Gould, K. (2015). Differential responsiveness to a parenting intervention for mothers in substance abuse treatment. *Child Abuse & Neglect*, 50, 206-217.