

Buchbesprechungen

Jon G. Allen & Peter Fonagy (Hg.) (2009)

Mentalisierungsgestützte Therapie. Das MBT-Handbuch – Konzepte und Praxis.

Klett-Cotta, Stuttgart, 470 S.

Mentalisieren ist einer der *shooting-star*-Begriffe, die in den letzten Jahren im Bereich der Psychotherapie Furore gemacht haben. Umso gespannter durfte man auf die Übersetzung des vorliegenden Readers sein, der im Original 2006 erschienen ist. Das Buch ist von den Pionieren dieses Begriffs herausgegeben. Als Handbuch verspricht es sowohl Klärendes zu den Grundlagen als auch einen fundierten Einblick in die Erfahrungen einer Vielzahl von AutorInnen, die in unterschiedlichen Bereichen mit mentalisierungsgestütztem Vorgehen arbeiten. Um es gleich zu sagen, mir gefällt, dass trotz der immens fundierten und gedanklich sowohl konzentrierten wie umfassenden Darstellung das Schillernde des Begriffs nicht geleugnet wird. Hier wird nicht so getan, als verstehe sich der Begriff von selbst, und auch das Bemühen um ein möglichst präzises Erfassen verleugnet nicht, dass es damit kaum ein einseitig definiertes Ende haben dürfte. Zu diesem seriösen und informativen Gehalt gehört auch der Hinweis, dass der Begriff nicht neu ist, sondern z. B. in der frankophonen Psychoanalyse seit einem Vierteljahrhundert verwendet wird. Allerdings unterscheidet sich der von Fonagy und anderen hier verwendete Begriffsgebrauch davon. Fonagy und KollegInnen gaben „ihm eine britisch-empirizistische und winni[c]ottianisch-interpersonalistische Ausrichtung“, wie J. Holmes in seinem klugen und anregenden Beitrag unterstreicht.

Kurz skizziert, gliedert sich das Buch in fünf Teile. Nach der sehr lesenswerten Einleitung von J. Allen und P. Fonagy werden im ersten Teil konzeptionelle und klinische Grundlagen erörtert (Allen, Holmes). Im zweiten folgt der Bereich Entwicklungspsychopathologie (Fonagy, Sharp, Gabbard et al.). Die Integration des Mentalisierens in bestehende Behandlungsmethoden kommt im dritten Teil zur Sprache, insbesondere in Kognitive und Dialektische VT (Munich, Björgvinsson & Hart, Lewis). Fünf Beiträge illustrieren Erfahrungen in der praktischen Anwendung. Unter anderem diskutieren Bateman & Fonagy ihre Arbeit mit Borderline-PatientInnen. Fearon et al. stellen ihr kurztherapeutisch-integratives Modell einer „Familientherapie für Kinder und Jugendliche“ vor. Im abschließenden fünften Teil geht es um Prävention. Hier gibt es u. a. einen sehr anregenden Beitrag von Sadler et al. zum Konzept einer mentalisierungsgestützten Erziehungsberatung. Gerade in diesem Beitrag wird deutlich, dass mit Mentalisieren kein zauberwortartiger Hype gemeint ist, sondern dass es einen umfassenden, kooperativen, konzentrierten und engagierten Rahmen braucht. Dann können auch hochbelastete und sehr gefährdete Gemeinschaften und Familien vom Mentalisieren profitieren, obwohl es im Prinzip ziemlich voraussetzungslastig ist.

Und was wäre nun genau gemeint mit Mentalisieren? Im Buch gibt es viele Hinweise und einige Definitionen. Ich wähle die von Jon Allen aus. Er definiert Mentalisieren „als die *imaginative Wahrnehmung und Interpretation des Zusammenhangs zwischen Verhalten und intentionalen mentalen Zuständen*“ (S. 29, kursiv i. O.). Wie J. Holmes unterstreicht, setzt das Empathiefähigkeit voraus und u. a. auch „die Fähigkeit, sich selbst und die eigenen Gefühle von außen zu betrachten und zu beurteilen“ (S. 67). Kurzum, es geht um die Fähigkeit, „andere und sich selbst als intentionale Urheber zu verstehen“ (S. 80). Dies sind nun zentrale und wesentliche Momente jeglicher therapeutischer, möglicherweise sogar sämtlicher hilfreicher Entwicklungen (auch wenn sie nicht professionell begleitet werden). Insofern scheint mir nachvollziehbar, dass der Begriff des Mentalisierens einen solchen Anklang gefunden hat. Er eignet sich tatsächlich zur Reflexion des Kernstücks dessen, was mit unserer Profession gemeint sein könnte. Seine zentrale Position einerseits und seine Offenheit andererseits könnten allerdings auch dazu führen, dass der Begriff des Mentalisierens problemlos in Neigungen integriert werden könnte, mit Hilfe plausibel erscheinenden Wortgeklingels zu vernebeln, dass es sich bei allen Arten menschlichen Umgangs miteinander (und eben auch professionell gerahmten) um nicht-triviale Konstellationen handelt. Daher finde ich es sehr gut und im vorliegenden Buch überzeugend dokumentiert, dass die hier versammelten AutorInnen dem ein solides, seriöses, fundiertes und selbstkritisches Arbeiten entgegensetzen. Mentalisieren wird im hier verstandenen Sinn sowohl in seinem Profil transparent, in seinem Vorgehen nachvollziehbar und in seinen notwendigen Voraussetzungen eingebettet. Ein gutes Beispiel für professionelle Redlichkeit also.

Darüber hinaus gefällt mir an diesem Buch, dass es vom Beitrag Jon Allens zu Beginn dermaßen schön und respektvoll gerahmt ist, dass man dies in den folgenden Beiträgen stets mitbedenkt, selbst wenn es einmal etwas wirkungsmächtig erscheinen mag. Allen unterstreicht sowohl das *Geschehende* des Mentalisierens als Merkmal (im Unterschied zum *Geschehen*: insofern bleibt eine gewisse Diskrepanz hinsichtlich der titelprägenden Mentalisierung anstelle Mentalisieren; dies auch im Original), und er unterstreicht auch die Relativität (also den auf Bezogenheit angewiesenen Kern) des Mentalisierens. Und er macht die Größenordnung deutlich, wenn er z. B. schreibt: „Kurz, so hoch wir das Mentalisieren auch preisen – das Leben besteht aus mehr, und auch die Welt hat mehr zu bieten als Beziehungen zu uns selbst und anderen“ (S. 53). In welchem Lehr- oder Handbuch findet sich so etwas schon?! Oder: „Im besten Fall ist das Mentalisieren eine überaus liebevolle menschliche Aktivität“ (S. 54). Ich traue mich kaum zu glauben, dass sich jemand traut, dies in einem wissenschaftlichen Buch zu bekennen.

Und es gibt auch wunderbare Querverbindungen zu systemtheoretischen und systemischen Perspektiven. Etwa da, wo Allen die „Unvorhersagbarkeit und Unkontrolliertheit anderer Menschen“ positiv unterstreicht. Sie machten „Interaktionen und gemeinsame Projekte lohnend; ohne dieses offene Ende müssten Beziehungen und

Projekte auf der Stelle treten“ (S. 49). Und wenn J. Holmes seinen Beitrag beendet mit dem Hinweis auf die dezentralisierende Wirkung einer „mentalisierte[n] Verwendung der Gegenübertragung“ und konstatiert, „dass es keinen festen theoretischen Bezugspunkt für den umfassend mentalisierenden Therapeuten gibt, keine andere Gewissheit als die, dass es keine Gewissheit gibt“ (S. 84), dann, ja dann sollte Systemischen TherapeutInnen ein Passus aus Kurt Ludewigs „Leitmotiven“ ins Gedächtnis geraten, in dem er davon spricht, dass man sich durch die Übernahme systemischen Denkens „gewissermaßen eigenhändig aus dem Paradies [vertreibt] – der fraglosen Gewißheit“ (2002, S. 225). Wenn Ludewig weiter schreibt, eine „systemisch orientierte Ethik kann kein anderes Fundament beanspruchen als das der persönlichen Verantwortung“ (S. 230), dann scheint mir das in der Tendenz doch – trotz aller Unterschiede – mit dem Tenor des hier vorliegenden Buches verwandt. Ich empfehle (neben dem „ceterum censeo“ hinsichtlich der Ermunterung zur wiederholten Lektüre der „Leitmotive“) das vorliegende Buch aus vollem Herzen. Der sich bei der Lektüre ergebende Blick über den eigenen Zaun war mir aufschlussreich, anregend und hilfreich.

Wolfgang Loth (Bergisch Gladbach)