

„Das Verstehen des Selbst und das Verstehen des Anderen sind eins“.

1. Teil

Die Entstehung der Fähigkeit zur Mentalisierung

1.1 Definition:

Was verstehen wir unter Mentalisieren

Wortbedeutung: Im Geiste konstruieren oder imaginieren, sich vorstellen.

Unter Mentalisieren verstehen wir die Fähigkeit, mentale Zustände im eigenen Selbst und in den anderen Menschen wahrzunehmen und vorstellen zu können, sowie implizit und explizit anzuerkennen, dass diese mentalen Zustände eine Realität unter zahlreichen anderen Möglichkeiten darstellen.

(mens: lateinisch: Verstand, Geist, Denkkraft. Mental: geistig, psychisch, seelisch)

Mentalisiert werden psychische Zustände. Wir mentalisieren, wenn wir einen Zustand in uns oder anderen wahrnehmen, z.B. über eigene Gefühle oder die eines anderen nachdenken. Die Fähigkeit zur Mentalisierung setzt die Empathiefähigkeit voraus.

Empathie/Einfühlungsvermögen

Unter Empathie versteht man das Vermögen, die Gefühle und Gedanken eines anderen Menschen zu erkennen und darauf mit angemessenen eigenen Gefühlen zu reagieren. Es geht also darum, eine angemessene emotionale Reaktion im eigenen inneren zu spüren, die durch die Emotion der anderen Person ausgelöst wird. *Wer sich in einen anderen Menschen einfühlt, will ihn verstehen, sein Verhalten vorhersagen und eine emotionale Verbindung zu ihm herstellen. (J.G. Allen et al 2016 86 ff)*

Empathische Einfühlung macht ca. die Hälfte des Mentalisierens aus.

Die Empathie reicht über das Mentalisieren hinaus, insofern sie eine angemessene emotionale Reaktion auf das was mentalisiert wird nach sich zieht (anteilmehrende Reaktion).

Die achtsame Wahrnehmung des Zustandes des Objektes aktiviert automatisch die Repräsentationen dieses Zustands im Subjekt. Solche automatisch aktivierten Repräsentationen bilden die Grundlage der Empathie.

Die Subjekt-Objekt-Differenzierung ist eine wesentliche Voraussetzung für empathisches Mitfühlen. Diese setzt ein Mentalisieren in Kombination mit Selbstgewahrsein, Gewährsein des Anderen und Emotionsregulierung voraus.

Empathisch sein heißt, dass ich die Gründe für meine Gefühle, sowie die Gründe für die Gefühle des Anderen verstehe und die Perspektive des Anderen übernehmen kann.

Unter emotionaler Intelligenz verstehen wir die Fähigkeit Emotionen wahrzunehmen und äußern zu können, diese verstehen, analysieren und regulieren zu können. Sie umfasst die emotionale Kompetenz im Umgang mit sich selbst und Anderen.

In der psychotherapeutischen Praxis ist v.a. das emotionserfüllte Mentalisieren von Bedeutung.

Mentalisieren der Emotion bedeutet, dass man sich über sein emotionales Erleben klar zu werden versucht. Man fühlt klar und ist sich dessen gleichzeitig bewusst.

Mentalisierung ermöglicht es, die auf Befriedigung drängenden Bedürfnisse und starke Emotionen zu modulieren und sie erträglicher zu machen. Die Fähigkeit zur Mentalisierung kann deshalb als grundlegend für die Ausbildung der Fähigkeit der Tolerierung und Modulation von Affekten gesehen werden. Denn wenn es uns gelingt über die eigenen Emotionen oder Affekte nachzudenken, wird die Emotion oder der Affekt nicht mehr spontan ausagiert werden müssen.

Die Mentalisierungstheorie geht der Frage nach, wodurch bedingt und in welchen Schritten sich die Fähigkeit entwickelt sich von den anderen kognitiv und affektiv unterscheiden zu können sich in sich selbst und sich gleichzeitig in andere einfühlen zu können.

Die Mentalisierungstheorie stellt einen integrativen Ansatz dar in den Erkenntnissen einfließen aus

- Der ToM-Forschung (Untersuchung der Fähigkeit das Verhalten anderer mittels Annahmen innerer Bewusstseinsprozesse/ Theorie of Mind vorherzusagen zu können).
- Der Bindungstheorie
- Der Objektbeziehungstheorie

„Wir können uns das Mentalisieren bildlich als ein Erblühen mentaler Aktivitäten vorstellen, aus dem der Geist hervorgeht“ (Allen et al, 2016, S.56).

John.G. Allan et al (2016) gehen davon aus, dass

- das entscheidende Moment des Mentalisierens die Fähigkeit ist, sich der eigenen Gefühle und Gedanken zu vergegenwärtigen,
- die Fähigkeit beinhaltet, dem eigenen Fühlen und Denken nachzuspüren, als auch dem des anderen.
- Die strukturelle Fähigkeit zu mentalisieren ist Dreh- und Angelpunkt des Selbstgewahrseins, der Introspektionsfähigkeit und somit Voraussetzung zur Selbstregulation.
- **Ohne die strukturelle Fähigkeit der Mentalisierung kann die Affektsteuerung nur bedingt oder gar nicht gelingen.**
- Das Mentalisieren sowohl der eigenen inneren Zustände, als auch fremder Zustände spielt eine entscheidende Rolle in gesunden, interpersonalen Beziehungen und für die Entwicklung und Aufrechterhaltung sicherer Beziehungen. Voraussetzung für ein gelingendes Mentalisieren ist es, sich von den anderen kognitiv und affektiv unterscheiden zu können und sich gleichzeitig in den anderen hineinversetzen zu können. **Strukturell gesehen bedarf es dazu einer Selbst-Objektgrenze.** Ein fühlender und denkender Mensch geht von der Selbstverständlichkeit aus, dass auch der Andere über eine eigene Innenwelt verfügt. Durch Imagination und Simulation (Spiegelzellen) fühlen wir uns in andere ein, respektieren seine Grenzen und bleiben doch uns selbst.

Die Fähigkeit zur Mentalisierung, ggf. diese mit dem Patienten zu entwickeln, gilt als grundlegender gemeinsamer Faktor aller psychotherapeutischen Behandlungen. Mentale Zustände und Verhalten sind meist untrennbar miteinander verbunden. Der Erwerb des Gewahrseins mentaler Zustände stellt eine bedeutende Entwicklungsleistung dar. Ein Großteil der Psychopathologien hängt mit dem Verlust, bzw. nur mangelnder Ausbildung, dieser Fähigkeiten zusammen.

- Alle angewandten psychotherapeutischen Verfahren zielen auf eine Verbesserung der Mentalisierungsfähigkeit. Eine Verbesserung der Mentalisierungsfähigkeit geht mit einer Stärkung der Resilienz einher.
- In der Arbeit mit Übertragung und Gegenübertragung im therapeutischen/psychoanalytischen Prozess wird die psychische Aktivität beider Beteiligten erforscht. Beide Beteiligten sind somit in einem ständigen Mentalisierungsprozess.
- Die Reflexion über das Strukturniveau des Patienten und das Verständnis für die strukturelle Ebene auf der sich der Patient befindet bilden wesentliche Voraussetzungen dafür, dem Patienten adäquat behandeln zu können.

1.2. Die Entwicklung des Mentalisierens

Die Mentalisierungstheorie versucht den Einfluss frühkindlicher Interaktionserfahrungen hinsichtlich der Bedeutung der Entwicklung zur Mentalisierungsfähigkeit zu beleuchten. Dabei spielt die Entwicklung psychischer Repräsentanzen eine wesentliche Rolle. Wir gehen in diesem Seminar folglich der Frage nach, wie und wodurch seelische Repräsentanzen gebildet werden.

- Die Bildung dieser Repräsentanzen wird im Wesentlichen durch die Emotionsregulation in den Beziehungen der frühen Kindheit ermöglicht, wobei die Qualität der frühen Eltern-Kind-Interaktion von größter Bedeutung ist.
- Somit untersucht die Mentalisierungsforschung wie aus der intersubjektiven Erfahrung (Beziehungserfahrung) die intrapsychische Struktur aufgebaut wird.

Exkurs Intersubjektivität: Der Mensch fühlt sich von Geburt an mit anderen Menschen verbunden und steht in wechselseitiger Beziehung zu seinen primären Objekten. Diese Verbundenheit mit den dazugehörigen Beziehungserfahrungen schlägt sich in seiner psychischen Struktur nieder. Innen und außen sind eng miteinander vernetzt. Unsere frühen Beziehungserfahrungen prägen und formen die innere Struktur und die innere Struktur prägt unsere weiteren Beziehungen und Beziehungserfahrungen.

Altmeyer und Thomä (in F. Brauner 2018, S. 22) gehen davon aus, dass:

„Das Seelenleben des Menschen bis in seine unbewussten Tiefen hinein mit der sozialen Umwelt verbunden und auf andere Menschen bezogen ist. Die Psyche selbst ist intersubjektiv verfasst“.

Peter Hobsons (2002/2003; The Cradle of Thought) in Allen et al 2016 S109 geht von folgenden aus:

„Stünde ein Kind nicht in Beziehung zu anderen Menschen, würde es nicht zum Denken kommen. Die Bindeglieder, die zwischen dem Bewusstsein der einen und dem Bewusstsein der anderen Person einen Kontakt, - insbesondere einen emotionalen Kontakt- herstellen, ziehen uns zum Denken hin (S.109). Mutter denkt, also bin ich“. Die Mutter fühlt mich, also bin ich

Wie und wann entwickelt nun ein Kind diese innere Welt und folgert daraus, dass es anderen genauso geht?

Winnicott (Brauner, S31) formuliert die Bedeutung eines mütterlichen Spiegels für die Entwicklung eines mentalisierenden Selbstgefühls wie folgt:

Das psychische Selbst taucht auf, wenn sich das Kind als denkendes und fühlendes Wesen in der Psyche einer anderen Person wahrnehmen kann. Die Psyche kann sich nicht allein von Innen entwickeln, sondern braucht das Außen. Säuglinge entdecken ihre Psyche in der Bezugsperson. Die Entwicklung des Selbst gelingt in der frühen Kindheit durch eine Spiegelung der inneren Zustände des Kindes.

Bion fügt zusätzlich die Entwicklung des Denkens hinzu: Das Denken entwickelt sich aus der Affektregulation. Zunächst existiere eine rein sensorische Erfahrung, welche sich in einen mentalen Vorgang entwickeln kann.

Laut S. Freud bringt die Bindung somatischer Triebenergie das Denken hervor. Das Denken ist ein mentaler Prozess. Die Psyche, so Freud weiter, geht aus der mit dem Warten auf Bedürfnisbefriedigung verbundenen Frustration hervor. Das Denken entwickelt sich aus der Abwesenheit des bedürfnisbefriedigenden Objekts. "Wenn keine Brust da ist, beginnt sich der Säugling sich eine Brust vorzustellen". (Bion?)

Denken und Imagination hängt also miteinander zusammen

Bindung und Mentalisieren

Die Mentalisierungsfähigkeit entwickelt sich durch sichere Beziehung mit der Bezugsperson und der damit einhergehenden Bindungssicherheit in den ersten Lebensjahren. Eine sichere Bindung erzeugt ein Beziehungsklima, das mentalisierende Interaktionen fördert. Eine gelingende Bindungserfahrung ist Voraussetzung um das Verstehen fremder und eigener mentaler Zustände zu entfalten. Eine kontingente mentalisierende Responsivität fördert die Affektregulierung, das Fühlen, die Fähigkeit der Imagination und das Denken. Dabei entwickelt sich die Fähigkeit zur Imagination und des eigenen Denkens auf der Grundlage gelungener Affekt –und Emotionsregulation.

Die sichere Bindung

Die Feinfühligkeit der Mutter, bzw. der Hauptbezugsperson gilt als wesentlicher Einflussfaktor für ein sicheres Bindungsmuster.

„Eine psychologisch sensibilisierte Mutter erkennt ihr Kind als einen mentalen Urheber an und neigt dazu, mentale Zustände in Worte zu fassen“. (Meins 1997, in Allen et al 2016, S134)

Es lassen sich 4 Dimensionen der Feinfühligkeit erkennen. (Ainsworth 1974)

- Aufmerksame Wahrnehmung des kindlichen Verhaltens
- Eine korrekte Interpretation des dahinterliegenden Bedürfnisses
- Eine auf das kindliche Verhalten unmittelbare Antwortreaktion
- Angemessenheit der mütterlichen Reaktion

Psychologische Sensibilität bedeutet, dass

- Physische und psychische Zustände des Kindes, sowie die eigenen psychischen Vorgänge angemessen erfasst und beantwortet werden können.
- Die Mutter/Vater verfügen über eine Einsichtsfähigkeit, bezüglich der Motive des Babys, die dem Verhalten des Kindes in der Interaktion zu Grunde liegen und über deren Akzeptanz, die positive und negative Seiten mit einbeziehen kann.
- Es besteht eine weitgehende Interaktionssynchronizität, woraus die spätere Bindungssicherheit entsteht.

Die Fähigkeit Emotionen regulieren, transformieren und integrieren zu können, über intensive Emotionen nachzudenken, ohne von ihnen überwältigt zu werden, diese in Worte zu kleiden und ausdrücken zu können ist ein Kennzeichen sicherer Bindung. Diese Fähigkeit entsteht innerhalb dieser Interaktionssynchronizität.

Mentalisieren setzt voraus, dass man selbst mentalisiert wurde und beruht somit auf der Mentalisierungsfähigkeit der Bezugsperson.

Es besteht ein klarer Zusammenhang zwischen einer sicheren Bindung der Primärbezugspersonen an deren eigene Eltern und deren jeweilige Fähigkeit, die Kinder zu spiegeln. (Mentalisieren) Eltern, die ihre eigenen frühen Bindungen mentalisieren können, sind besser in der Lage das Baby darin zu unterstützen, facettenreiche, akkurate und flexible mentale Repräsentationen aufzubauen.

Die angemessenen Kommentare der Primärbezugspersonen über die mentalen Zustände des Säuglings dienen als stützender sprachlicher und begrifflicher Rahmen, innerhalb dessen die Kinder zu verstehen beginnen, dass sie es selbst sind, die Fühlen und ermöglicht es, das eigene Fühlen immer besser zu regulieren und in Worte zu kleiden.

Beispiel: Ein Kind ist müde, ist deshalb quengelig, weiß selbst nicht mehr was es will. Die Mutter erkennt den Grund, kommentiert: "du bist müde" und sorgt für einen angemessenen Ruheraum. Die Mutter erkennt das hinter dem quengelig sein vorhandenes Bedürfnis nach Ruhe, welches das Kind primär nicht ausdrücken kann. Durch den angemessenen Kommentar der Mutter und durch das darauf erfolgte angemessene Verhalten der Mutter lernt das Kind den emotionalen Zustand selbst zu benennen und kann mit der Zeit selbst dafür sorgen, sich auszuruhen.

Die Fähigkeit zur Mentalisierung stellt eine kontinuierliche, nicht endende Transformation psychischer Inhalte dar, durch die innere Repräsentanzen aufgebaut und immer neu organisiert werden. Dies geschieht bei beiden Interaktionspartnern.

Was geschieht aber in desorganisiertem Bindungsverhalten, bei Parentifizierung, Missbrauch als Selbstobjekt?

Die Mentalisierungstheorie geht davon aus, dass bei Vorhandensein eines desorganisierten Bindungsverhaltens, das mit einer misslungenen Affektspiegelung- und Affektregulierung der primären Bindungspersonen einhergeht, keine, oder nur bedingt eine Internalisierung der Selbstrepräsentanzen möglich ist. Wenn die Mutter das Kind nicht spiegeln kann, es als

Selbstobjekt missbraucht, der Affektregulation der Mutter dienen muss etc. bilden sich keine oder sehr durchlässige Selbst-Objektgrenzen. Das Kind kann nicht zwischen Ich und du unterscheiden lernen. Es übernimmt die Affekte der Mutter. Dies hat die Entfremdung des Kindes vom Kernselbst zur Folge. Es ist immer bei den anderen, nie bei sich selbst. Es ist davon auszugehen, dass ein desorganisierter Bindungsstil zu einer Desorganisation des Selbst führt.

Die 4 Stadien der Mentalisierungsentwicklung

1. Das Kontingenzerleben

In den ersten Lebensmonaten steht die angeborene Fähigkeit zur Kontingenz im Vordergrund.

Stern (1985 in Brauner 2016) geht davon aus, dass rudimentäre Formen des Erlebens der eigenen Subjektivität bereits in den ersten LM vorhanden sind. Säuglinge sind in der Lage, Reaktionen in der Außenwelt als Kontingenzen zum eigenen Verhalten wahrzunehmen, also Zusammenhänge zwischen Bedingungen und Reaktion von Ereignissen wahrzunehmen. Säuglinge können bereits in den ersten LM erkennen, dass das eigene Selbst eine physische Entität darstellt, die kausal Veränderungen der angrenzenden Umwelt bewirken. „Ich kann etwas bewirken“. Wenn der Säugling schreit, kommt die Mutter. Wenn er lächelt, lächelt die Mutter. Der Säugling entdeckt z.B., dass wenn er die Hand bewegt sich ein Mobile bewegt, oder er mit der Rassel in der Hand ein Geräusch erzeugen kann.

Die Emotions- und Affektregulation in der Phase der Kontingenz

Die Eltern haben psychisch gesehen die zentrale Rolle der Emotions- und Affektregulatoren. Sie dienen dem Säugling als Container und Spiegel. V.a. die emotionalen Ausdrücke des Säuglings müssen von den Eltern containt und verarbeitet (herunterreguliert) zurückgegeben werden.

Die Markierung des gespiegelten Affektes

„Um eine Emotionsregulation des affektiv erregten Säuglings zu erreichen, muss die Spiegelung seines Ausdrucks mit einer Markierung versehen werden.

- Die Bezugsperson macht hierfür instinktiv einen leicht übertriebenen Ausdruck und gibt diesen als Antwort zurück. Gestik, Mimik und Tonfall unterscheiden sich im markierten Affekt deutlich von dem der Bezugsperson.
- Mütter markieren die Affektspiegelung intuitiv, indem sie diese z.B. auf eine übertriebene Formwiederspiegeln. Sie kennzeichnet ihn als eine Als-Ob-Äußerung. (Mimische Spiegelung der Verzweiflung mit Anteilnahme, übertriebene Emotionsausdrücke, Verhaltenssignale wie Augenbrauen hochziehen).
- Durch die unmittelbare Kongruenz der Spiegelung des Säuglings bemerkt der Säugling, dass die Antwort der Bezugsperson jeweils eine Reaktion auf den eigenen Ausdruck darstellt.
- Durch die Markierung erkennt der Säugling, dass die Bezugsperson keine eigenen Emotionen ausdrückt, sondern ihm seinen inneren Zustand widerspiegelt.

- Durch die markierte gespiegelte Erfahrung lernt der Säugling mehr und mehr seinen eigenen inneren Seelenraum kennen. Es beginnt sich als Urheber seiner eigenen Emotionen und Affekte zu erkennen.
- Durch diese markierten kongruenten Spiegelungen kann der Säugling nun zusätzlich zu den primären affektiven Impulsen zunehmend sekundäre mentale Repräsentanzen aufbauen.
- Seine als automatisch zu verstehenden Primäraffekte und Emotionen können dadurch mehr und mehr als selbsthaft erkannt werden. (Jakob ist wütend, Jakob ist traurig)
- Sie werden als eigener innerer Zustand und Repräsentanz erkannt und identifiziert und können dadurch zunehmend selbst kontrolliert werden.

In diesem Entwicklungsschritt wird das grundlegende Prinzip für die Entwicklung von einer allein interpersonellen zu einer zunehmend intrapsychischen Emotionsregulation gesehen. Sie ist der Beginn der Aufbau seelischer Repräsentanzen und damit der Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit. Der intersubjektive Raum entsteht.

Kontingente Responsivität und Emotionsregulation

Durch das emotionalen Verbunden sein mit dem Anderen entdeckt das Kind, „was für ein Mensch er ist“. Nach etwa drei Monaten bevorzugt der Säugling nicht nur seine eigenen Aktivitäten, sondern interessiert sich vermehrt für die soziale Umwelt, aus der die emotionalen Antworten kommen.

Vermittelt dem Säugling vordem direkter Körperkontakt Beruhigung, (z.B. streicheln), vermittelt ihm nun emotionale Kommunikation Trost. Die Affektregulation durch die Mutter ändert sich damit. Zur Regulation über den Körperkontakt entsteht die Möglichkeit des Tröstens über die emotionale Kommunikation.

Affektrepräsentationen gehen aus den frühen Spiegelungsinteraktionen zwischen der Bezugsperson und dem Säugling hervor, die dessen Erregung dämpfen und herunter regulieren soll. Daraus entstehen die Objektrepräsentanzen/die Internalisierung guter, ganzheitlicher Objektbilder. Die Spiegelung auf den inneren Zustand den der Säugling zu erkennen gibt, das Nachdenken darüber und die markierten Antworten der Bezugspersonen können als universale, biologisch angelegte Reaktion aller erwachsenen Menschen angesehen werden. (Psychisch gesunde Eltern machen das instinktiv so).

Damit die Affektspiegelung einen repräsentationalen Rahmen unterstützen kann, muss, wie oben beschrieben, die Mutter signalisieren, dass sie dem Baby nicht ihre eigenen Gefühle zeigt, sondern den inneren Zustand des Säuglings. Emotionsausdrücke, die den Säugling korrekt, aber ohne Markierung widerspiegeln, können den Säugling überwältigen. z.B. wenn die Mutter auf die Wut oder die Frustration des Säuglings ebenso mit Wut oder Frustration reagiert. Das Baby nimmt den emotionalen Ausdruck als reale Emotion der Mutter wahr. Es kann nicht zwischen Du und ich unterscheiden. Der eigene Affekt, der eine solch bedrohliche Reaktion der Mutter hervorruft wirkt nun auf das Baby noch bedrohlicher. Das Baby erfährt kein Containment, keine Regulation des eigenen Affektes. Die nicht markierte affektive

Antwort kann für das Kind überwältigend und beängstigend sein und ggf. zu einer potentiellen Traumatisierung führen.

Reagiert die Mutter mit einem markierten, aber nicht kontingenten, also einem nicht auf das Baby abgestimmten Spiegelungsausdruck, z.B. wenn sie auf ein kindliches Verhalten die volle eigene Aggression widerspiegelt und das Kind beschimpft, werden diese Spiegelungen als entfremdete innere Erfahrung internalisiert. Das Kind erfährt: Ich bin böse

Die Fähigkeit, eigene Emotionen als Gefühle wahrzunehmen, beruht auf der Internalisierung der kontingent responsiven und markierten Emotionsausdrücke der Bezugsperson. Nach und nach verbinden sich diese Repräsentationen und bilden die Basis für das Mentalisieren der Emotion und somit für die Affektregulierung und die Impulskontrolle. **„Gefühle werden erkennbar, man muss sie nicht agieren und man kann sie mit anderen teilen“.**

Gemeinsam geteilte Aufmerksamkeit

Für die Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit ist die gemeinsam geteilte Aufmerksamkeit, von weiterer zentraler Bedeutung.

Gemeinsame Aufmerksamkeit bedeutet, dass eine gemeinsame emotionale Erfahrung in Bezug auf ein Objekt gemacht werden kann. Dadurch entsteht ein gemeinsamer Seelenraum. Das Baby erfährt, dass es einen anderen an seinem eigenen Erleben teilhaben lassen kann und dass beide Erfahrungen miteinander verglichen werden können und in Beziehung zueinander erlebt werden können.

Schon in den ersten LM nehmen Säuglinge die Aufmerksamkeit, die ihrem Selbst gilt erkennbar wahr und reagieren mit entsprechender Emotion (z.B. Freude) .

- Interaktionen, die von gemeinsamer Aufmerksamkeit getragen sind, vermitteln dem Säugling die Erfahrung im Zentrum der Aufmerksamkeit eines anderen zu stehen.
- Ein gemeinsames seelisches Erleben kann geteilt werden. In diesem gemeinsamen Seelenraum ist ein emotionaler Resonanzraum. In der gemeinsam geteilten Aufmerksamkeit im gemeinsamen Schwingen entsteht Synchronizität. Dadurch ein Gefühl seelischer Verbundenheit.
- Die gemeinsam geteilte Aufmerksamkeit wandelt sich im Laufe der Entwicklung von der dyadischen zur triadischen Aufmerksamkeit. Das Dritte Objekt kommt hinzu. Die triadische Beziehung zu kennen ist fundamental. Die Fähigkeit zur Triangulierung ist für die Entwicklung eines Gefühls multipler mentaler Perspektiven als Essenz des Mentalisierens, zentrale Voraussetzung. Sie spiegelt einen komplexen Entwicklungsprozess wider.

Sprache und Aufmerksamkeit

Der Spracherwerb beruht auf gemeinsamer Aufmerksamkeit. Kinder können einen reichen Wortschatz entwickeln, wenn die Bezugsperson gut darin ist, die Aufmerksamkeit des Kindes zu teilen. D.h: über Objekte zu sprechen, denen sich das Kind bereits zugewandt hat. Kinder, die mehr Zeit mit Aktivitäten verbringen, die von gemeinsamer Aufmerksamkeit getragen sind, entwickeln ein größeres Vokabular. Kompetenter Sprachgebrauch setzt Mentalisierungsfähigkeit voraus. Ein verarmter Wortschatz zur Beschreibung der eigenen Gefühle geht meist mit einem dürftigen emotionalen Leben einher

2. Der teleologische Modus

Telos= Ziel

Ab dem 9. LM kann ein Kleinkind Mittel-Zweck-Zusammenhänge erkennen. Ein intersubjektiver Raum, Selbst-Objektgrenzen sind im Entstehen.

Die Handlungen anderer können nun als zielgerichtetes Verhalten interpretiert werden, was aber noch kein Verständnis der mentalen Vorgänge impliziert.

Die Reflexion erfolgt als zielgerichtete Logik. Wenn die Mama das tut, folgt das. Wenn ich das tue, folgt diese oder jene Reaktion.

Der teleologische Modus

- In ihm kommen mentale Zustände wie Wünsche und Affekte agierend zum Ausdruck
- Er bleibt als prä-mentalisierte Regressionsform erhalten. Es herrschen Aktionen und ihre greifbaren Folgen vor. Die zu Grunde liegenden Emotionalen Zustände können aber nicht in Worte gefasst werden. Bsp.: Borderline-Patienten: Er kann seine Emotion in der Regel nicht mentalisieren, schneidet sich, um durch die blutenden Arme das auszudrücken, was er nicht benennen kann.

3. Der Modus der psychischen Äquivalenz

Ab ca. dem zweiten LJ. können Kleinkinder Verhaltensweisen des Anderen als Ausdruck von Bedürfnissen, Wünschen und Absichten verstehen. Sie besitzen ein implizites Verständnis wahrer und falscher Überzeugungen, nehmen am gemeinsamen imaginativen Spiel mit anderen teil und beginnen innere Zustände sprachlich zu repräsentieren. Kinder sind in dieser Phase aber noch nicht in der Lage, zwischen mentalen Zuständen und äußerer Realität zu unterscheiden. Die innere Vorstellungswelt ist noch mit der äußeren Realität gleichgesetzt. Eigene Wünsche und Vorstellungen können noch nicht als Produkt der eigenen Phantasie aufgefasst werden. (psychische Äquivalenz)

- Bis ca. zum 4. LJ setzt ein Kind die innere Welt mit der äußeren gleich.
- Die Welt ist so, wie es sie innerlich repräsentiert.
- Alternative Perspektiven bleiben dem Kind noch vorenthalten.
- Anschein und Wirklichkeit werden gleichgesetzt. Sie können von Ängsten, die in Zusammenhang mit der eigenen Phantasie entstehen, überwältigt werden. Wenn sie z.B. denken, dass ein Monster im Wandschrank ist, dann ist ein Monster im Wandschrank. **Die Welt ist gleichzeitig Fühlen und Denken**

4. Der Als-Ob-Modus

Zwischen 3. Und 4. LJ. kann diese Äquivalenz schrittweise durch den Als-Ob-Modus abgelöst werden.

Es kommen zunehmend „Als-Ob-Spiele“ zur Geltung.

- Kinder kommen nun die Lage, ihre eigene Phantasie von der Realität zu entkoppeln. In den „Als-Ob -Spielen“ können Kinder so tun, als ob etwas stattfände. Sie können zunehmend erfahren, dass die eigenen Vorstellungen und die Realität voneinander unterschieden sind. Sie können im Sandkasten einen Kuchen backen und so tun, als ob er ihnen schmecke – während das Kind im Stadium der Äquivalenz den Sand isst.
- Eine Trennung von innerer Welt und äußerer Welt kann vorgenommen werden.
- Das Bereitstellen einer sicheren Bindung und Beziehung ermöglicht es den Kindern, dieses Entwicklungsstadium zu erreichen.
- Im geschützten Spielraum muss erfahren werden können, dass die Realität über das Spiel ausgeschlossen werden kann. Der Spielraum, in dem „Als-ob-Spiele stattfinden ist klar umgrenzt und erfolgt einer eigenen, sich auf gleiche Weise wiederholenden Choreografie. Dadurch können im Spiel reale innerpsychische Erfahrungen stattfinden. Das Kind kann sich mit Ungeheuern und Krokodilen auseinandersetzen, weil es sich im sicheren Raum weiß.
- Die Abkoppelung von der realen Welt wird auch hier durch Markierung vermittelt. Dies geschieht durch Übertreibung im Spiel (Eltern-Kind-Spiele) und die Verständigung über Spielregeln
- Die Funktion der markierten Affektspiegelung übernehmen im Kleinkindalter zunehmend die „Als-Ob-Spiele“ durch eine spielerische Verbalisierung affektiver Zustände. Man tut so, als ob die Kissen Krokodile wären, die bedrohlich sind, und die man schließlich selbst beherrschen kann. Diese Spiele können Kinder nur durchführen, wenn sie sicher sein können, dass im Kinderzimmer wirklich keine Krokodile sind und das Boot gut im Kinderzimmer verankert ist.
- Der Als-ob-Modus befreit das Kind von der psychischen Äquivalenz
- Im Spiel sind innere und äußere Realitäten zwar noch zusammengefasst, den Kindern wird aber bewusst, dass ihr erleben die äußere Welt nicht widerspiegelt. Ich tue so, als wäre ich die Mutter, ein Monster, ein Räuber...
- Mentale Zustände repräsentieren nun die Realität., werden aber nicht mit ihr gleichgesetzt

Erst im Alter zwischen 3 und 4 Jahren erwerben Kinder ein umfassendes explizites Verständnis repräsentationaler-mentaler Zustände. Der Modus der Intersubjektivität ist erreicht und beinhaltet die Fähigkeit selbstreflexiv und intentional zu denken. Dabei wechseln sich aber immer wieder beide Modi ab, wobei entweder der eine, oder der andere Modus vorherrscht.

5. Der Modus des Mentalisierens

Ab dem 5. LJ. wird zunehmend eine Integration beider Modi möglich. Durch die Konfrontation mit den Bezugspersonen (dem klaren, eindeutigen Gegenüber der Eltern) lernt das Kind, seine eigenen und fremden Überzeugungen als repräsentational zu verstehen. Es weiß, dass es verschiedene Überzeugungen gibt und dass Überzeugungen auch falsch sein können.

- In diesem Alter werden neben dyadischen und triadischen Beziehungsformen auch Gruppeninteraktionen möglich. Intentionen und Wünsche verschiedener Menschen in Bezug auf ein und denselben Gegenstand können nun reflektiert werden.
- Triadische Beziehungskonstellationen strukturieren bereits in den ersten Lebensjahren die intrapsychische Struktur des Kindes, werden aber im 5. LJ. von großer Bedeutung. Gelungene triadische Beziehungen und Triangulierungsprozesse sind von wesentlicher Bedeutung/Voraussetzung dieses Entwicklungsprozesses.
- Die Ausbildung der Mentalisierungsfähigkeit bewirkt, dass das Verhalten anderer Menschen auf Grundlage ihrer Intuitionen, Wünsche und Bedürfnissen vorhergesagt werden können und dass die Fähigkeit besteht, eigene Impulse zu reflektieren, bevor eigene Handlungen ausgeführt werden.
- Die Fähigkeit den Realitätsgehalt der eigenen mentalen Befindlichkeit zu überprüfen ist gebildet.
- Affekte, Impulse und Aufmerksamkeitsprozesse können reguliert werden.
- Aus der grundlegenden Erfahrung emotionaler Verbundenheit mit anderen Menschen entsteht die Fähigkeit zum symbolischen Denken. **Das emotionale Anerkennen geht dem kognitiven Erkennen voraus.**

Die Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit kann somit als wesentliche Voraussetzung betrachtet werden, durch die eine Entwicklung von der intersubjektiven zur intrapsychischen Emotions- und Affektregulation geschieht. Primäre Repräsentanzen der affektiven Impulse werden mehr und mehr durch Meta-Repräsentanzen (gebildet durch markierte Affektspiegelung und „als ob-Spiele“) kontrolliert, so dass sie ihren triebhaft drängenden Charakter verlieren (Brauner 2018, S 47)

Perner (1991) in Allen et al 2016, (S114): Repräsentation ist nicht lediglich einer von mehreren Aspekten des Geistes, sondern dient als Grundlage dessen, was der Geist ist. Indem das Kind den Geist als ein System von Repräsentationen internalisiert, wechselt es von einer mentalistischen Theorie des Verhaltens, in der mentale Zustände als Konzepte zur Erklärung von Aktionen dienen, zu einer repräsentationalen Theorie des Geistes, die mentale Zustände dahingehend versteht, dass sie eine repräsentationale Funktion erfüllen.

Meta-Repräsentation

Unter Meta- Kognition verstehen wir die Fähigkeit über das eigene Denken und die eigenen Emotionen nachzudenken. Wir sind der Selbstreflexion fähig.

Mit dem Auftauchen zur Fähigkeit von Meta-Repräsentationen, also selbst festzustellen, dass ich denke, dass ich denke und dass ich selbst der Akteur meiner eigenen Handlungen und Emotionen bin, wird der Geist seiner selbst und dem Platz in der Welt bewusst

Erst das Erreichen dieser meta-repräsentalen Ebene ermöglicht die kognitive und affektive Selbstregulation.

„Das vollentwickelte, durch Metarepräsentation charakterisierte mentalisieren des Kindes geht mit manigfaltigen Fortschritten der sozialen Entwicklung einher, mit empathischem Verhalten und guten Peer-Beziehungen, mit differenzierten Als-Ob-Spiel, mit einer verbesserten Fähigkeit Gespräche zu führen und höheren sozialen Kompetenzen“ (Allen et al S115)

Weil die Kinder nun wissen, was falsche Überzeugungen sind, können sie nun auch andere täuschen und austricksen.

Selbstrepräsentanzen werden ab ca. dem 6. LJ zu autobiografischen Narrativen organisiert. Ein autobiografisches Selbst entsteht, sowie das Verständnis andere auf der Basis ihres autobiografischen Selbst zu verstehen.

Die Psychische Kompetenz, multiple Perspektiven auf ein und dieselbe interpersonale Situation einzunehmen, ist damit ausgebildet. „Die Psyche repräsentiert nun Seinsweisen der Realität“ (Allan et al S131)

„Das Mentalisieren des Selbst und anderer auf immer höheren Ebenen der Genauigkeit, Differenzierung und Flexibilität ist und bleibt aber eine lebenslange Aufgabe“.

Zur Auseinandersetzung mit übernommenen Werten und Normen, zur Gewissensbildung muss in einem gesonderten Seminar eingegangen werden.

Die Regression auf prä-mentalisierte Zustände

Ältere Kinder und auch Erwachsene können auf die prämentalisierte Modi 2-4 regredieren. Jenseits einer bestimmten emotionalen Arousel-Schwelle schaltet die Hirnaktivität um. Das Mentalisieren geht off-Line, die Kampf-Flucht-Mechanismen übernehmen die Führung. (z.B. bei traumatischen Biografien. Oder Nacht für Nacht im Traum.)

Bei strukturellen Störungen können wir, je nach Schweregrad der Störung davon ausgehen, dass ein Patient die beschriebenen Modi nur bedingt entwickeln konnte, bzw. auf diese Modi regrediert.

Die Bedeutung der Mentalisierungstheorie in der Behandlung

Therapieziel aller praktizierten Verfahren ist, die Fähigkeit zu Mentalisierung zu verbessern, oder ggf. in einem therapeutischen Prozess nachreifen zu lassen.

Die Empathiefähigkeit des Psychotherapeuten vermittelt dem Patienten Erfahrungen mit markierten emotionalen Reaktionen von hoher Kontingenz. Damit kann durch die Psychotherapie die Mentalisierungsfähigkeit der Patienten entscheidend gestärkt, bzw. entwickelt werden.

Der Focus der Behandlung von Mentalisierungsstörungen liegt folglich auf dem herstellen einer tragfähigen Beziehung und auf der Qualität der gemeinsamen Interaktionen.

- Eine effektive Behandlung beruht auf der Mentalisierungsfähigkeit des Therapeuten
- Die Qualität der Patient-Therapeut Beziehung ist von zentraler Bedeutung für den Mentalisierungsprozess.
- Die Mentalisierungsfähigkeit des Therapeuten ermöglicht es, im therapeutischen Raum und in der therapeutischen Beziehung Bedingungen herzustellen, die dem Patienten helfen, Schritt für Schritt diese strukturelle seelische Funktion zu entwickeln und zu differenzieren.

- Im therapeutischen Setting werden das Gewahrsein und Nachdenken über eigene Affekte Gefühle und Gedanken gefördert. Dies geschieht vor allem in der Arbeit mit der Übertragungs- und Gegenübertragung und im Gewahr sein und Gewähr werden des Anderen (gleichschwebende Aufmerksamkeit).
- Wir regen unsere Patienten zu explizitem mentalisieren an, wenn wir sie ermuntern, Gefühle und Gedanken in Worte zu fassen.
- Indem wir der Geschichte die der Patient mitbringt Bedeutung und Aufmerksamkeit geben fördern wir Mentalisierung. Wir fertigen mit dem Patienten zusammen ein verlorenes oder nur in Bruchstücken vorhandenes Narrativ.
- Das Malen eines Bildes oder das Verfassen eines Gedichtes ist mit intensiven Mentalisierungsprozessen verbunden.
- Das Nachdenken über das Denken (Meta-Kognition) regt das Mentalisieren an und spielt eine wichtige Rolle für den Aufbau einer sicheren Beziehung.
- Dabei muss aber die intellektuelle Einsicht, die in der dritten Person stattfindet zu einer emotionalen Einsicht werden, die in der ersten Person stattfindet. Nur wenn der Patient auch fühlen kann was er sagt, bzw. eine Deutung auch fühlend verstanden werden kann, wird sich wirkliche Veränderung einstellen. (therapeutische Ich-Spaltung)
- Es bedarf der Mentalisierung der Emotionen, sonst bleibt eine Therapie eine Pseudotherapie und der Patient wird zum „therapeutisch gebildeten Neurotiker“.

Der psychotherapeutische Prozess kann scheitern, wenn der Therapeut starke und unmarkierte Emotionen ausdrückt, z.B. wenn er Emotionen ausdrückt, die denen des Patienten nicht entsprechen, oder Affekte unreguliert zurückgibt, oder aus einer falsch verstanden abstinenter Haltung gar keine Emotionen spiegelt. Dann wird der Patient wiederum eine ihm fremde Erfahrung internalisieren, oder es wiederholt sich die fehlende Spiegelung durch die Eltern.

2. Teil

Mentalisierung und Fremdenfeindlichkeit

Der intersubjektive Ansatz geht davon aus, dass:

das Werden von Persönlichkeits- und Gesellschaftsstruktur sich im unlösbaren Zusammenhang miteinandervollzieht. (Elias in Brauner S 173)

Alle Primärbeziehungen wie die Eltern-Kind-Beziehung, Zweierbeziehungen, Freundschaften mit starken Gefühlsbindungen bilden lt. Honneth (in: F. Brauner S57) die Gesellschaft konstituierende Ebene.

Die Anerkennung, sowohl durch Primärbezugspersonen, als auch der Gesellschaft kann als eine ursprüngliche Form der Weltbezogenheit gesehen werden.

Ein Kampf um Anerkennung wird lt. Honneth grundlegend auf 3 Anerkennungsebenen ausgetragen:

1. Liebe; Hier geht es um Anerkennung als emotionale Zuwendung

2. Recht: Anerkennung i.S. der Gleichheit der zustehenden Rechte.

„Als gerecht muss gelten, was den Schutz, die Forderung oder die Verwirklichung der Autonomie aller Gesellschaftsmitglieder gewährleistet.(Honneth 2011 in Brauner 2016 S 40)

3. Solidarität: Menschen werden auf dem Hintergrund einer historisch konkreten Wertegemeinschaft i. S. der sozialen Wertschätzung für ihre Eigenschaften und Fähigkeiten anerkannt

Der Grad der positiven Selbstbeziehung wächst mit jeder neuen Form von Anerkennung, die der Einzelne auf sich selbst beziehen kann. „So ist in der Erfahrung der Liebe die Chance des Selbstvertrauens, in der Erfahrung rechtlicher Anerkennung die der Selbstachtung und in der Erfahrung von Solidarität die Selbstschätzung angelegt“ (Honneth 2018)

Das Anerkennen geht dem Erkennen voraus.

Wert, Würde und Anerkennung hängen miteinander zusammen. Aus dieser gemachten Erfahrung entsteht die moralische Verpflichtung, mit anderen in ähnlicher Weise positiv und wertschätzend umzugehen. Die Ausbildung der moralischen Urteilsfähigkeit kann als Schutzfaktor gegenüber fremdenfeindlichen Vorurteilen gesehen werden (Zur Entwicklung eines internalisierten Gewissens kann an dieser Stelle nicht differenzierter eingegangen werden).

Was passiert, wenn anstelle der anerkennenden Liebesbeziehung misslingende Beziehungserfahrungen vorherrschen, wenn seelische Bedürfnisse und seelische Grenzen missachtet werden? Was passiert, wenn auf allen drei Anerkennungsebenen - der Liebe, des Rechts und der Solidarität- misslingende Beziehungserfahrungen, gar Kränkungen und Zurückweisungen vorherrschen, also wenn die Missachtung seelischer Bedürfnisse, Entrechtung und Entwürdigung vorherrschen?

In mehreren Untersuchungen (Brauner 2018) konnte gezeigt werden, dass

- Jugendliche, die bezogen auf den Bindungsstil als unsicher-vermeidend oder unsicher-verstrickt eingestuft wurden zu großen Teilen eher rechtsextrem eingestellt sind, während dies auf keinen der als sicher gebundenen Jugendlichen zutrifft. Daraus folgt: Innerfamiliäre Beziehungserfahrungen wirken sich auf der sozialen gesellschaftlichen Ebene aus.
- Ein sicherer Bindungsstil korreliert negativ zur Ausbildung von Vorurteilen
- Ein sicherer Bindungsstil hängt mit einer stärkeren Zustimmung zur Integration von Migranten zusammen.
- Unsicher –vermeidend gebundene Jugendliche zeigten die stärkste Ausprägung offener Vorurteile, was mit einer geringeren Zustimmung zu einer universalistischen Werteorientierung einhergeht. Dies ist bei Männern ausgeprägter als bei Frauen

- Ein unsicher vermeidender Bindungsstil hängt bei Migranten mit einem höheren Maß an Separation zusammen, in der Ingroup mit Ablehnung von Integrationsbemühungen (Brauner S 186)
- Unsicher –vermeidende Beziehungsstile identifizieren sich schneller mit einer sozialen Gruppe. In der Gruppe ist Unterstützung möglich, wobei gleichzeitig Intimität und wirkliche Beziehung vermieden werden kann. (Anmerkung: Diese Funktion scheinen soziale Medien zunehmend zu übernehmen)

Fremdenfeindlichkeit

Definition: Abwertende Haltung gegenüber verschiedener Minderheitengruppen, denen trotz ihrer inhaltlichen Unterschiede eine gemeinsame Ideologie der Ungleichwertigkeit auf Grund von Gruppenzugehörigkeiten zugrunde liegt. (Aufwertung der Ingroup, Abwertung der Outgroup)

Personen bilden gegenüber der Fremdgruppe Vorurteile heraus, in denen sich eine menschenfeindliche Abwertung anderer auf Grund deren Zugehörigkeit zur jeweiligen sozialen Gruppe herausbildet. Der Fremde ist der oder das andere, das in der Ingroup nicht integrierbar ist und folglich abgewertet werden muss.

Fremdenfeindlichkeit zeigt sich durch eine differenzierte Begründung der Abwertung. Die Abwehr von Gruppenangehörigen fremder ethnischer Herkunft basiert auf vermuteter Konkurrenz um knappe Ressourcen und Positionen, auf der Etikettierung vermuteter kultureller Rückständigkeit, einer grundlegenden Abwertung des Anderen und Fremden.

Fremdenfeindlichkeit ist durch Vorurteil, Stereotypie, Projektion und projektive Identifikation auf einen Sündenbock gekennzeichnet. Eigene, unerwünschte, und nichtintegrierte Persönlichkeitsanteile werden auf ein fremdes Außen projiziert, dort abgewertet, bzw. im Sinne der projektiven Identifikation im anderen bekämpft.

Das Vorurteil: Definition (Adorno): Es bezieht sich seinem Inhalt nach nur oberflächlich auf die spezifische Natur seines Objektes. Das heißt, es besteht zu dem vorverurteilten Objekt in der Regel keine Beziehung. Selbst da, wo eine Beziehung besteht, wo zum Beispiel gute Erfahrungen mit Ausländer, oder mit Juden, oder sonstigen Randgruppen gemacht werden, werden diese Erfahrungen als Ausnahme relativiert. Oft ist es gar nebensächlich, gegen welche Gruppe sich ein Vorurteil richtet. Vorurteile werden hingegenommen und übernommen, ohne den Inhalt des Vorurteils zu reflektieren. Oft ist es gar nebensächlich, gegen welche Gruppe sich ein Vorurteil richtet. Von da an ist es nicht mehr weit zum Aberglauben/ Verschwörungsmythen. Adorno: Der Punkt, an dem der autoritäre Charakter evident wird, ist das Vorurteil (Suhrkamp Vorträge S.246)

Bei fehlender Anerkennung, Würde, Status und Respekt, bei gleichzeitig nur schwach ausgebildeter Ich-Stärke und wenig gut ausgebildeter eigener innerer Sicherheit und Orientierung durch eine eigene innere seelische moralische Instanz des Individuums haben Vorurteile und Stereotypen eine Orientierungsfunktion. Primitive Formeln und Verschwörungstheorien reduzieren die herrschende Unübersichtlichkeit und bringen Ordnung in das vermeidliche Chaos.- intrapsychisch und interpsychisch. Das Individuum entledigt sich den intrapsychischen Spannungen, regrediert auf den Modus der Äquivalenz, wobei die gesamte Verantwortlichkeit für das eigene Tun und Lassen der Macht eines Führers oder einer Ideologie übertragen wird. Dabei ist die

Unsicherheit eine der psychologischen Vorbedingungen für Vorurteile. Vorurteile kompensieren die fragile eigene innere Sicherheit. Ganze Gesellschaften können, da zusammengesetzt aus vielen Einzelindividuen auf den Modus der Äquivalenz regredieren

Die Ingroup ersetzt und kompensiert die nur mangelhaft ausgebildete innere Struktur. Deren Ideologie gibt den ersehnten Halt und die ersehnte Zugehörigkeit. In Situationen der gefühlten Bedrohung werden Mitglieder der Outgroup diskriminiert, um die Verunsicherung durch die Bedrohung (intra- und interpsychisch) auszugleichen (Regression auf den Modus psychischer Äquivalenz).

Alle diese Muster sind dichotome Muster, also nicht triangulierte Muster. Sie funktionieren nach dem entweder oder-Prinzip: Entweder Du oder Ich, Macht und Unterwerfung, Oben und Unten.

Der Autoritäre Charakter als Grundlage von Extremismus

Warum werden Menschen zu überzeugten Anhängern einer von außen aufkommender Idee, einer Ideologie oder eines Führers?

Warum können in totalitären Gruppen und Systemen bisher gültige moralische gesellschaftliche Regeln außer Kraft gesetzt werden und sich sogar ins Gegenteil verkehren?

Das Institut für Sozialforschung Frankfurt (IFS) und das Frankfurter Psychoanalytisches Institut (FPI) wollten zu Beginn der 1930er Jahre die Hintergründe des Aufstiegs der faschistischen Überzeugungen nachvollziehen. Sie prägten den Begriff des Autoritären Charakters.

Die Grundlage von Rechtsextremismus wird sowohl bei Adorno et al, als auch bei Decker /Brähler (2020) im autoritären Charakter gesehen. Rechtsextreme Einstellungen, gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit und Verschwörungsmentalität sind Ausdruck des autoritären Charakters. Der autoritäre Modus der Konfliktverarbeitung kann als Variante der interpersonellen Abwehr verstanden werden. Intrapsychische Vorgänge werden nicht als eigene erkannt.

Adorno et al gehen davon ausgegangen, dass die Persönlichkeitsstruktur des autoritären Charakters in der Entsprechung zu den regressiven Tendenzen des Einzelnen in der Masse steht und das Zurückziehen auf eine frühe infantile Stufe bedingt.

Die Forschergruppe ging davon aus, dass eine starke Verbreitung der Disposition eines autoritären Charakters, als prognostisch bedeutsam für das Aufkommen des Antisemitismus und des Faschismus ist. Der Anstieg dieser Disposition konnte schon Anfang der 30er Jahre beobachtet werden, was die Kollegen des IFS und FPI unter anderem dazu bewog, rechtzeitig nach den USA zu immigrieren, von wo aus die Studien weitergeführt werden konnten.

Im Mittelpunkt der Studien – Veröffentlichung der Studienergebnisse 1949/1950 in den USA - standen der potentiell faschistisch handelnde Mensch und dessen Empfänglichkeit für jedwede faschistische Beeinflussung.

Adorno et al gehen davon aus, dass die Empfänglichkeit des Individuums für solche Ideologien in erster Linie von psychologischen Bedürfnissen abhängt. Davon, dass das Handeln numerisch bedeutender Schichten nicht durch Erkenntnis, sondern durch eine das Bewusstsein verfälschende Triebmotorik bestimmt ist. Die Studie bezieht sich auf die bis dahin und seither weitgehend übergangenen psychologischen Aspekte von Faschismus, die ebenso auf alle weiteren antidemokratischen Haltungen übertragen werden können.

Um eine Masse zu beeinflussen, um politische Bewegungen hervorzurufen, verwendet oder missbraucht ein potentieller Führer in erster Linie die emotionalen Bedürfnisse seiner Anhängerschaft. Er zielt auf primitivste und irrationalste Wünsche und Ängste, lange bestehende Sehnsüchte und Erwartungen. Diese lassen den Menschen für bestimmte Überzeugungen empfänglich werden. Alle Propaganda, gleich in welche Richtung scheint nach diesem Prinzip zu funktionieren. (Adorno 1995)

Als eines der wesentlichsten Bedürfnisse kann das Bedürfnis nach Anerkennung und Wertschätzung gesehen werden, sowohl auf individueller, als auch auf gesellschaftlicher Ebene, wobei die emotionale Anerkennung von zentraler Bedeutung ist.

Adorno und Mitarbeiter entwickelten die F- Skala, eine Skala, die Vorurteile misst und die mit der Antisemitismus- und Ethnozentrismus (Chauvinismus und Fremdenfeindlichkeit) - Skala korrelierte - um bestehende Dispositionen zu antidemokratischen und präfaschistischen Tendenzen im Individuum zu erkennen.

Folgende 8 Variablen der F-Skala, werden als Disposition für antidemokratische, präfaschistische Tendenzen gesehen:

1. Konventionalismus: Definiert als starre Bindung an konventionelle Werte. Adorno spricht für den Fall von Konventionalismus wo Konventionalismus auf dem Beharren auf Normen besteht, mit dem sich das Individuum identifiziert, „*Das konventionalistische Individuum vermag guten Gewissens dem Diktat äußerer Mächte zu folgen, wo immer sie es hinführen, wobei dieses jederzeit fähig sei, seinen moralischen Kodex gegen einen anderen auszutauschen*“.

2. Autoritäre Unterwürfigkeit: Sie ist gekennzeichnet durch das Verlangen nach einem starken Führer, einem starken Bedürfnis einer abgegrenzten Gruppe, einer umrissenen Nationalität etc. anzugehören. Autoritäre Unterwürfigkeit macht das Individuum für die Manipulation durch scheinbar stärkere äußere Mächte empfänglich. Die in diesen Individuen unterdrückten aggressiven Impulse gegen ursprüngliche Autoritäten der Bezugsgruppe, sowie deren schlechte Seiten werden auf die Fremdgruppe projiziert und dort bekämpft

3. Autoritäre Aggression: *Der Konventionelle, der zu wirklicher Kritik an der akzeptierten Autorität nicht im Stande ist, wird vermutlich den Wunsch haben, diejenigen zu verurteilen abzuweisen und zu bestrafen, welche diese missachten. Man könnte sagen, dass in der autoritären Aggression die ursprünglich durch die Autoritäten der Eigengruppe erweckte und gegen sie gerichtete Feindseligkeit auf die Fremdgruppe projiziert wird. (S51).* Dadurch kann sich das Individuum selbst als anständig bezeichnen. Der Kampf dient dann einer guten Sache, ist notwendig, um selbst rein zu bleiben.

4. Anti-Intrazeption/Fehlende Introspektionsfähigkeit/ Fehlende Empathie Fähigkeit

Der extreme Anti-Intrazeptive wagt nicht, über menschliche Phänomene nachzudenken, er vermeidet Emotionalität, bei nur bedingtem Zugang zu seinem Innenleben und der Abwehr desselben aus Furcht vor Kontrollverlust (S54). „Er will nicht wissen, was die Menschen fühlen und denken“ (S 54). Das Fehlen von Emotionalität und Empathie der Hang zur Versachlichung und Rationalisierung scheinen vorzuherrschen.

„Ein wichtiger Programmpunkt der Nationalsozialisten war bekanntlich die Diffamierung alles dessen, was das Individuum seiner selbst und seiner Probleme bewusst zu machen geeignet war“ (S54).

Eine solche Einstellung, die menschliches Fühlen, Empfinden und jegliche Selbstreflexion außer Acht lässt und entwertet führt sehr schnell dazu, den Anderen all seines Fühlens, seiner Empfindungen und seiner Würde zu berauben. Menschen, die aber ihrer Empfindungen und Würde beraubt werden, werden sehr leicht zu bloßen Objekten. Von da an ist es nicht mehr weit Menschen als Masse zu sehen, die vernichtet werden kann.

5.Machtdenken und Robustheit

Diese Variable betrifft die Überbetonung konventioneller Eigenschaften des Ich, bei Vorgabe von Kraftmeierei, Härte und Robustheit. Eng damit verbunden ist die übermäßige Betonung des Machtmotivs in Beziehungen. Die Rolle des Individuums scheint weniger wichtig zu sein, als das Interesse am Bestehen der Beziehung zu einem Führer oder der Gefolgschaft. Das zentrale Beziehungsmuster ist das von Macht und Unterwerfung. *Indem es sich der Macht unterwirft, kann es an ihr teilnehmen“ (S57), Adorno geht davon aus, dass ein Individuum, das menschliche Beziehungen vorwiegend in Kategorien wie stark –schwach*

sieht, dieses Schema auch auf die Eigen- und Fremdgruppe überträgt. Es ist dann nicht mehr weit, von höher- oder minderwertigen Leben, Rassen etc. zu sprechen. Das eigene Überlegenheitsgefühl oder das der Gruppe speist sich dann aus der Abwertung des Anderen oder der anderen Gruppe.

6. Destruktivität und Zynismus

Da diese Gruppen ohnehin abgewertet werden, moralisch gering eingeschätzt werden, können auf diese ohne moralische Bedenken die diffusesten destruktiven Impulse und Aggressionen „zurecht“ ausagiert werden. Es geschieht dann im Namen etwas höher Wertigen. Gewalt wird in den Dienst des höheren gestellt und dadurch legitimiert.

Entmenschlichung der Mitglieder der Out-Group bis hin zu deren Dämonisierung bereiten den Boden für Terrorismus, kriegsähnliche Zustände und Kriege.

7. Projektivität

Der Autoritäre tendiert dazu, seine nicht integrierten und abgewehrten Aggressionen und Impulse auf andere Menschen zu projizieren, um diese dort anzuklagen, abzuwerten oder zu bekämpfen. Dazu zählen auch sexuelle Triebwünsche, die leicht auf eine andere Gruppe projiziert werden um sie dort zu bekämpfen. Projektion ist daher ein Mittel, Es-Triebe Ich-fremd zu halten und ist ein Zeichen von Ich-Schwäche.

8 . Aberglaube und Stereotypie

Aberglaube bezeichnet Adorno als eine Tendenz des Individuums, die eigene Verantwortung äußeren, der eigenen Kontrolle entzogenen Kräften zuzuschreiben. Das Ich scheint kaum in der Lage zu sein unbewusste Es-Kräften zu integrieren. Es scheint von diesen dominiert, sich diesen ausgeliefert zu fühlen.

Unter Stereotypie versteht Adorno: der Griff nach vereinfachenden, Erklärungen von Geschehnissen, bei dem viele der zu einer adäquaten Interpretation notwendigen Gedanken, Beobachtungen und Überlegungen nicht zugelassen werden. „Das schwache Ich ist nicht in der Lage, diese in sein Denkschema aufzunehmen. Stereotypen schließen folglich nur dem eigenen Vorurteil eng verwandte Denkgewohnheiten ein.

Stereotypie lässt sich durch Erfahrung nicht korrigieren (121). Je primitiver die Formeln des Stereotyps, desto mehr Anklang finden sie, da sie das Komplizierte auf das Elementare reduzieren, ganz gleich wie die Logik dieser Reduktion funktioniert. (123) Ein Stereotyp dient immer der Aufwertung, bzw. dem Überlegenheitsgefühl der eigenen Gruppe gegenüber der Fremdgruppe. Sie bieten die Möglichkeit und die Legitimation die in sich abgewehrten Affekte in destruktiver Weise am entmenslichten Gegenüber auszuagieren, bei gleichzeitiger eigener narzisstischer Aufwertung.

Das Ich als Vermittler zwischen Es und Über-Ich ist zu schwach und keiner Integrationsarbeit fähig. **Es ist gekennzeichnet von der Unfähigkeit zur Erfahrung, von der Projektion und durch Machtphantasien.** Die Kräfte, welche das schwache Ich nicht zu integrieren vermag, werden auf den Außen projiziert und dort abgewertet, abgelehnt und bekämpft

„Das extrem voreingenommenen Individuum ist durchdrungen von der Idee des totalen Rechts der Eigengruppe, es duldet nichts, was nicht strikt dazu gehört und projiziert diese Idee auf die Juden“, Ausländer, Andersdenkende, Nichtgläubige) Die Projektion des Hasses auf die zu hassende Fremdgruppe, die Idee des totalen Rechts der Eigengruppe, gibt das Recht, die andere Gruppe auszulöschen. (Adorno S118),

Jede Propaganda bedient sich dieser 8 Faktoren, da die Hörer, ohne die Möglichkeit, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen, ohne die Fähigkeit, selbst nachzudenken, ohne die Möglichkeit sich nach dem eigenen Inneren zu orientieren anfällig sind für jede Form von Manipulation.

Hannah Arendt stellt in ihren 4 Vorlesungen 1965 – über das Böse- fest:

..., dass bei der allgemeinen moralischen Verurteilung der Naziverbrechen fast immer übersehen wird, dass das, was moralisch wirklich zur Debatte steht, nicht beim Verhalten von Nazis, sondern bei denjenigen auftrat, die sich nur gleichschalteten und nicht aus Überzeugung handelten. (S16). Die Moral zerbrach, zu einem bloßen Kanon von Manieren, Sitten und Konventionen, die man beliebig ändern kann, nicht bei den Kriminellen, sondern bei den gewöhnlichen Leuten, die sich, solange moralische Normen gesellschaftlich anerkannt waren, niemals hätten träumen lassen, dass sie an dem, was sie zu glauben gelehrt worden waren hätten zweifeln können.(S16)

Die meisten Leute waren keine gewöhnlichen Verbrecher, sondern ganz normale Zeitgenossen, die mit mehr oder weniger Enthusiasmus Verbrechen begangen haben, einfach, weil sie das taten, was man von Ihnen verlangte(S23).

Literatur:

Adorno Theodor W. : Studien zum autoritären Charakter; Suhrkamp (1995, 11.Auflage 2018)

Adorno Theodor W.: Vorträge 1949-1968; Suhrkamp 2019

Allen John.G, Fonagy Peter, Batemann Anthony.W: Mentalisieren in der Psychotherapeutischen Praxis, Klett –Cotta; (zweite Auflage 2016)

Brauner Felix: Mentalisieren und Fremdenfeindlichkeit; Psychosozial- Verlag (2018)

Hole Günter: Fanatismus; Psychosozialverlag (2004)

Decker Oliver, Brähler Elmar (Hg.): Autoritäre Dynamiken; Psychosozialverlag (2021)

Decker Oliver, Türcke Christoph (Hg): Autoritarismus; Psychosozialverlag (2019)

Plassmann Reinhard: Psychotherapie der Emotionen; Psychosozialverlag (2019)

Volkan Vamik D. : Blindes Vertrauen; Psychosozialverlag (2005)