



FEINFÜHLIGE VÄTER

Die Rolle des Mentalisierens

Erste Ergebnisse der Urvertrauen-Studie (Dinzinger et al., 2023)



PARACELSUS
MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT

early life care 



MENTALISIEREN

Aktuelle Forschung zeigt, dass sich eine feinfühligke Erziehunq positiv auf die Entwicklung von Kindern auswirkt. Feinfühligkeit bedeutet, dass man die Signale eines Kindes wahrnimmt, versteht und angemessen darauf reagiert. Signale von Kindern sind beispielsweise Anzeichen von Müdigkeit, Wut, Hunger, Freude oder Neugierde. Es gibt bereits erste Hinweise darauf, wie es dazu kommt, dass Eltern feinfühlig werden. Viele dieser Ergebnisse beruhen auf Untersuchungen mit Müttern und Babys. Zu Vätern - die eine immer größere Rolle im Leben ihrer Kinder spielen - gibt es kaum Forschung. Deshalb hat das Institut für Early Life Care im Rahmen einer Studie genauer untersucht, was einen Vater zu einem feinfühligke Vater macht. Eine ganz besondere Rolle scheint dabei die Fähigkeit des sogenannten "Mentalisieren" einzunehmen.

Was ist Mentalisieren?

Mentalisieren ist die Fähigkeit, über Gedanken, Gefühle und Wünsche von sich selbst und anderen (z.B. des Kindes) nachzudenken. Wenn Eltern zum Beispiel herausfinden wollen, warum ihr Baby weint und überlegen, ob es vielleicht traurig oder wütend ist und deshalb Körperkontakt braucht, spricht das für gelingendes Mentalisieren.



BINDUNG

Was trägt noch zur Feinfühligkeit bei?

Neben der Mentalisierungsfähigkeit beeinflussen auch Erfahrungen aus der eigenen Kindheit indirekt die elterliche Feinfühligkeit. Diese Erfahrungen und Erinnerungen mit wichtigen Personen können liebevoll oder auch unangenehm sein. Wichtig ist, wie die Erfahrungen innerlich verarbeitet und organisiert werden, denn daraus entsteht eine sogenannte "Bindungsrepräsentation".

Forschung mit Müttern zeigt bereits, dass diese in der Regel feinfühligere mit ihren Kindern umgehen, wenn sie ihre eigenen frühen Erfahrungen gut verarbeiten konnten und eine sichere Bindungsrepräsentation haben.

Ob das Gleiche auch für Väter gilt, ist noch nicht endgültig geklärt und wird deshalb weiterhin erforscht.

In der bisherigen entwicklungspsychologischen Forschung wurde das Augenmerk vor allem auf die Beziehung zwischen Kindern und ihren Müttern gelegt. Da wir mittlerweile wissen, welche große Bedeutung auch der Vater für die kindliche Entwicklung hat, untersucht unsere Studie inwiefern eine gute Mentalisierungsfähigkeit und eine sichere Bindungsrepräsentation der Väter zu einem feinfühligere Miteinander führen.

DURCHFÜHRUNG DER STUDIE

Zu zwei verschiedenen Testzeitpunkten wurden Väter durch strukturierte Interviews zu ihren Bindungserfahrungen aus der eigenen Kindheit und ihrer Elternrolle befragt. Der erste Testzeitpunkt (T1) fand noch während der Schwangerschaft statt. Am Institut für Early Life Care wurde im Rahmen des Bindungsinterviews die generelle Mentalisierungsfähigkeit und die Bindungsrepräsentation des Vaters erhoben. Beim zweiten Testzeitpunkt (T2), sechs Monate nach der Geburt, wurde in einem zweiten Interview die Mentalisierungsfähigkeit der Väter in Bezug auf ihr Kind erhoben. Außerdem spielten die Väter für 20 Minuten mit ihrem Kind und wurden dabei gefilmt. Diese Videos geben unter anderem Aufschluss über die väterliche Fähigkeit, feinfühlig mit ihrem Baby umzugehen.



- / Erhebung soziodemografischer Daten
- / Durchführung des Erwachsenen-Bindungsinterviews

- / Durchführung des Eltern-Entwicklungs Interviews
- / Aufzeichnung einer 20-minütigen Spielinteraktion
- / Finale Stichprobe: 40 Vater-Kind Dyaden

STUDIEN- TEILNEHMER

An der Studie nahmen insgesamt 40 deutschsprachige Väter im Alter von 21-52 Jahren teil. Sie lebten in heterosexuellen Beziehungen und erwarteten ihr erstes Kind. Von den teilnehmenden Kindern waren etwa ein Drittel Mädchen.



ERGEBNISSE

Die drei wichtigsten Ergebnisse der Studie auf einem Blick:



Väter, die ihre eigenen Bindungserfahrungen sicher repräsentiert haben, gehen feinfühlicher mit ihren eigenen Kindern um.



Eine höhere väterliche Mentalisierungsfähigkeit steht in Zusammenhang mit einer feinfühligere Interaktion zwischen Vätern und ihren sechsmonatigen Kindern.



Die Mentalisierungsfähigkeit vermittelt den Zusammenhang zwischen der Bindungsrepräsentation und der Feinfühligkeit des Vaters.

Das bedeutet, dass sich die Bindungsrepräsentation des Vaters zwar auf seine Fähigkeit zu Mentalisieren auswirkt, allerdings erst die Mentalisierungsfähigkeit beeinflusst, wie feinfühlig ein Vater mit seinem Kind umgeht.



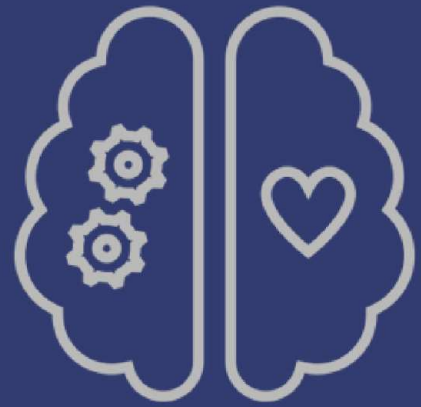
WAS BEDEUTEN DIE ERGEBNISSE FÜR FAMILIEN?

Die Ergebnisse der Studie zeigen, was wichtige Voraussetzungen für eine feinfühligere Vaterschaft sind: Besonders Väter, die nicht nur über eigene Gedanken, Gefühle, Wünsche und Ziele nachdenken, sondern sich auch mit den möglichen Gedanken und Gefühlen ihres Kindes beschäftigen, gehen feinfühlicher mit ihren Kindern um.

Wenn Eltern nämlich die Gefühle und Bedürfnisse ihrer Kinder weitgehend erkennen, können sie auch besser darauf reagieren. Dies wiederum fördert eine gesunde psychische und physische kindliche Entwicklung.

Wenn Eltern feinfühlig mit ihren Kindern umgehen, verbessert sich nicht nur die kindliche kognitive und sprachliche Entwicklung; Kindern wird dadurch auch ermöglicht, eine sichere Bindung zu ihren Bezugspersonen aufzubauen. Diese sichere Bindung ist wichtig für die emotionale Entwicklung und psychische Gesundheit der Kinder.

Unsere Studie legt nahe, dass die Feinfühligkeit nicht nur von den eigenen Bindungs- und Beziehungserfahrungen der Eltern abhängt, sondern vor allem von der Fähigkeit zu Mentalisieren. Diese Fähigkeit kann gezielt erlernt und trainiert werden, was eine wichtige Grundlage für Intervention darstellt.



KANN MAN MENTALISIEREN ÜBEN?

Mentalisieren lernt man bereits während der Kindheit in der Interaktion mit den eigenen Eltern und/oder weiteren Bezugspersonen. Falls die Umstände in der Kindheit dazu geführt haben, dass diese Fähigkeit weniger ausgeprägt ist, kann man Mentalisieren auch im späteren Leben z.B. im Rahmen eines Trainings oder einer therapeutischen Begleitung üben und weiterentwickeln. Werdende Eltern können beispielsweise schon während der Schwangerschaft üben, sich in die Gedankenwelt Anderer einzufühlen und sich so auf die erste Zeit mit ihrem Baby einstellen.

Beratungsangebote

Familienberatungstellen oder Familientherapeut*innen können Hilfestellungen geben, wie Eltern ihre Mentalisierungsfähigkeit schulen können.

Neben den Beratungen und Trainings, die wir am Institut für Early Life Care anbieten, finden Sie unter Anderem hier Hilfe:

Frühe Hilfen Österreich :

www.fruehehilfen.at

Früher Hilfen Deutschland:

www.fruehehilfen.de



DANKE

Wir möchten uns an dieser Stelle ganz herzlich bei allen teilnehmenden Eltern und Kindern, die diese Studie erst möglich gemacht haben, bedanken. Das Vertrauen, welches die Familien uns in dieser besonderen Zeit entgegen gebracht haben, hat es uns ermöglicht, eine große Menge an Daten zu sammeln, die uns sicher noch weitere interessante Erkenntnisse liefern. Für uns junge Wissenschaftlerinnen ist das ein großer Schatz. Wir werden auch weiterhin noch Daten auswerten und Sie natürlich gerne über alle relevanten Ergebnisse informieren.

Quelle

Dinzinger, A., Ismail, S., Brisch, K. H., Sperl, W., Deneault, A. A., Nolte, T., Hitzl, W., & Priewasser, B. (2023). Mentalizing in first-time fathers: reflective functioning as a mediator between attachment representation and sensitivity. *Attachment & human development*, 1–22. <https://doi.org/10.1080/14616734.2023.2258354>

KONTAKT

Antonia Dinzinger & Selina Ismail
Institut für Early Life Care
Paracelsus Medizinische Universität Salzburg
Strubergasse 13
5020 Salzburg

elc-institut@pmu.ac.at
+43 662 2420-80599

early life care 



PARACELSUS
MEDIZINISCHE
UNIVERSITÄT