

ORF.at



Foto: Johannes Zeiler

Foto: Johannes Zeiler

„Focus“

Antonia Dinzing: Signale der Kinder interpretieren

Mentalisieren ist eine Schlüsselkompetenz in der Elternschaft. Es ermöglicht Eltern, die Signale ihrer Kinder richtig zu interpretieren und feinfühlig zu reagieren. Dr. Antonia Dinzing von der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg beleuchtet die Bedeutung dieser Fähigkeit, insbesondere in der Vater-Kind-Beziehung.

08.11.2025 11.48

Mentalisieren ist eine entscheidende Fähigkeit für Eltern, um die Signale ihrer Kinder wahrzunehmen und angemessen darauf zu reagieren. Diese Fähigkeit hilft, eine sichere Bindung aufzubauen und die kindliche Entwicklung positiv zu beeinflussen.

Dr. Antonia Dinzing, Psychologin und Bindungsforscherin, erklärte in der Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs die Bedeutung des Mentalisierens und dessen Einfluss auf die Eltern-Kind-Beziehung.

Die Rolle der Feinfühligkeit

Feinfühligkeit ist eine zentrale elterliche Fähigkeit, die für die gesunde Entwicklung von Kindern entscheidend ist. Dr. Dinzing betont, dass feinfühlige Eltern ihren Kindern ein Gefühl der Sicherheit vermitteln, das für deren Entwicklung essenziell ist. „Es ist die zentrale elterliche Fähigkeit, die Kinder für ein gesundes Aufwachsen brauchen.“

Focus 8.11.2025 Antonia Dinzing: Papa versteht mich – Die Rolle von Mentalisieren in der Elternschaft

Mentalisieren als Voraussetzung

Mentalisieren ist die Fähigkeit, sich in die Gedanken und Gefühle anderer hineinzuversetzen und diese von den eigenen zu unterscheiden. Diese Fähigkeit ist eine wichtige Voraussetzung für Feinfühligkeit. Beim Mentalisieren ist das Interesse wichtig, verstehen zu wollen, was im anderen vorgeht.

„Mentalisieren ist mehr als nur Mitfühlen“, so Dr. Dinzing. „Es ist auch Achtsamkeit gegenüber sich selbst.“ Beim Mentalisieren nimmt man die Innenwelt von sich selbst und vom anderen wahr, man versucht diese Innenwelten zu verstehen und kann sie voneinander abgrenzen. Das ist die Grundlage für die Interpretation von Verhalten. Kinder fühlen sich dann verstanden in ihrem Denken und Handeln.

Die Bedeutung der Väter

Väter spielen eine wichtige Rolle in der kindlichen Entwicklung. Studien zeigen, dass väterliche Feinfühligkeit positive Auswirkungen auf die Selbstregulation, Lebenszufriedenheit und soziale Fähigkeiten von Kindern hat. Dr. Dinzing hebt hervor, dass Väter nicht einfach Mütter mit anderen Aufgaben sind.

„Väter sind anders. Väter verhalten sich anders, spielen anders und unterstützen andere kindliche Fähigkeiten“, erklärt Dr. Dinzing. Die Forschung zu Vätern ist jedoch noch begrenzt, und es gibt einen Bedarf an weiteren Studien, um die spezifischen Einflüsse von Vätern besser zu verstehen.

Die Fähigkeit zu mentalisieren kann trainiert werden, was besonders für Eltern von Vorteil ist. Besonders wichtig ist es laut Antonia Dinzing, Väter in solche Programme einzubeziehen, um ihre Rolle in der Elternschaft zu stärken.



Foto: Johannes Zeiler

Antonia Dinzinger

Zur Person:

Dr.in Antonia Dinzinger, MSc, PhD ist Psychologin und Bindungsforscherin am Institut für Early Life Care der Paracelsus medizinischen Privatuniversität Salzburg.

Im Rahmen ihrer Forschungstätigkeit befasst sie sich vor allem mit frühen Interaktions- und Bindungserfahrungen sowie der Mentalisierungsfähigkeit von Eltern und Fachpersonen.

Georg Fabjan, vorarlberg.ORF.at

Dieser Beitrag begleitet die Sendung „Focus“, ORF Radio Vorarlberg, 8. November 2025. Der Vortrag wurde aufgenommen in der Reihe „Wertvolle Kinder“ im Vorarlberger Kinderdorf.

Links:

- „Focus“ als Podcast
- „Focus“-Sendungen 2025
- „Focus“-Archiv 2024