

*En lettilgængelig og samtidig dybdegående indføring i mentaliseringstankegangen til anvendelse i arbejdet med udsatte børn, unge og voksne*

Det mentaliseringsbaserede felt er i rivende udvikling og anvendes i højere grad ikke blot terapeutisk, men mere bredt i sammenhænge, hvor mennesker skal nå hinanden og nå en større forståelse af sig selv og den anden. Det forudsætter, at det til tider abstrakte indhold gøres konkret og letforståeligt, hvilket bestemt ikke er nogen nem opgave. Via illustrationer, pædagogisk inddeling og rutediagram formår forfatteren dette ved, som Peter Fonagy skriver i forordet, kort sagt at mentalisere læseren.

Mentaliseringsguiden består af en introduktion og fire hoveddele. Introduktionen er en teoretisk gennemgang af, hvad mentaliseringsbegrebet er, af mentaliseringsbaseret teori, terapi og pædagogik. Den første hoveddel er et teori- og analyseafsnit, der bidrager til introduktionens præsentation af centrale mentaliseringsbegreber med illustrative modeller. Hver præsentation og illustration følges op af en kort beskrivelse af, hvordan man gør (anvendelsen), tips og tricks til leveringen efterfulgt af et belysende eksempel. Denne præsentationsform går igen i alle fire hoveddele. Del 2 består af modeller til psykoedukation med fokus på mentalisering, følelsernes betydning og ikke mindst traumer og traumeefterreaktioner. Del 3 består af redskaber til den professionelle som hjælp til fagpersonens egen refleksion. At arbejde med udsatte målgrupper er ingen let opgave og der er høj grad af smittefare. Bogens tredjedel sikrer dermed en holistisk forståelse af mentaliseringsbaseret arbejde, som indbefatter, at fagpersonen også er opmærksom på egen mentaliseringsevne. Den fjerde og sidste del består af øvelser, der alle bygger på vigtigheden af at skabe sikkerhed, opbygge evner og fremme mentalisering, som kan anvendes i supplement til de forudgående afsnit.

### **Formidling på flere niveauer med fokus på anvendeligheden**

Mentaliseringsguiden ligger først og fremmest op til at være et redskab for de mentaliseringsinteresserede, men er i lige så høj grad en lettilgængelig indføring i traumers omfattende efterreaktioner. Bogen fungerer således som en guide til lettere at kunne bevæge sig i et tungt område, når man som behandler skal tale traumer – både med udsatte børn, unge og voksne, men også med deres pårørende eller andre fagpersoner.

Mentaliseringsguiden er ikke en dybdegående intellektualiserende udforskning af mentaliseringsbegrebets afkroge, men det var heller ikke forfatterens hensigt. Med de gennemgående illustrative eksempler og udførlige anvisninger har den til formål at være direkte anvendelig i hverdagen og i kontakten til klienten, supervisanden eller samarbejdspartneren. Dens helt store force er netop at kunne formidle noget abstrakt overordnet, og samtidig afspejle en dybdegående forståelse, som en sådan vellykket formidling forudsætter. Mentaliseringsguiden kan således anvendes som indføring i det brede mentaliseringsbaserede felt og kan samtidig anvendes af den velbevandrede praktiker som redskab, supplement og udforskning af nye aspekter af den mentaliseringsbaserede forståelse.

*Af Line Sangild Thimmer, cand.psych., Center for Mentalisering*

