

Vorwort I

Liebe Leserin,
lieber Leser,

ich freue mich über die Möglichkeit, für das vorliegende Buch zum Thema des Mentalisierens in der Psychomotoriktherapie ein kurzes Vorwort schreiben zu können. Zum einen aufgrund meines persönlichen Bezuges zu diesem Arbeitsfeld, welches ich seit ungefähr 15 Jahren im Rahmen von Kursen und Supervisionen kennen- und schätzen gelernt habe.

Zum anderen aber auch, weil ich als psychoanalytische Psychotherapeutin zwar eine Vertreterin der sogenannten »Redekur«, wie die Methode bereits seit ihren Anfängen – übrigens durch eine Patientin von Freud – bezeichnet wird, bin, die sich auch gerne mit Körperlichkeit und Zwischenleiblichkeit beschäftigt. Diesbezüglich habe ich von den Psychomotoriktherapeut:innen einiges lernen können, vor allem für die Arbeit mit traumatisierten Menschen, bei denen die »bottom up«-Strategien, d. h. die körperlichen Stressregulationsformen am Anfang jeglicher therapeutischen Arbeit stehen. Es muss sich bei den Kindern ein Sicherheitsgefühl entwickeln können, bevor die Beziehung und schließlich das Denken und Sprechen einsetzen können.

Worte geben dem Erleben und Handeln Sinn, weshalb es in therapeutischen Beziehungen wichtig ist, dass Worte, Metaphern und Narrative als gemeinsame Konstruktionen zwischen den Fachpersonen und den Klient:innen entwickelt werden können. Die Mentalisierungstheorie als interrelationaler Ansatz fokussiert in besonderer Weise auf die Beziehung und die Interaktionsgestaltung in therapeutischen Kontexten und sucht Wege, um die inneren Welten von Menschen auszuloten und Körperempfindungen, Gefühle, Bedürfnisse und Gedanken zu benennen, insbesondere aber um zwischen diesen verschiedenen inneren Aspekten und den anderen Menschen Ver-

knüpfungen herstellen zu können. Dabei treten das aufmerksame Zuhören in den Vordergrund sowie das Verbalisieren dessen, was man verstanden zu haben meint. Dieses sprachliche Verfügbarmachen des eigenen Mentalisierens kann die Selbstentwicklung und die Affektregulation entscheidend voranbringen, weshalb es auch in der Psychomotoriktherapie von herausragender Bedeutung ist. Die Selbst- und Weltaneignung durch das Kind findet sowohl auf einer körperlichen Ebene als auch durch Worte und Geschichten statt.

Ich wünsche diesem Buch viele resonante Leserinnen und Leser, die dadurch motiviert werden, den Mentalisierungsansatz in ihrer Praxis einzubeziehen.

Zürich, Mai 2025

Maria Teresa Diez Grieser, Dr.

Praxis für Psychoanalytische Psychotherapie und Supervision