

Jagten på de non-specifikke faktorer i psykoterapi med børn

Anmeldt af **Helle Mumm**, cand. mag. i musikterapi og Marte Meo terapeut, efteruddannelse i neuroaffektiv udviklingspsykologi (2014). Kontakt: ksmumm@sol.dk

Jagten på de non-specifikke faktorer i psykoterapi med børn. Susan Hart og Marianne Bentzen. Hans Reitzels Forlag, København 2013. Sider: 272. Pris: 325 kr.



"Faren ved det sproglige narrativ er, at den del, som sproget fanger, altid vil være forskellig fra den oprindelige nonverbale oplevelse, og den sproglige repræsentation af selvet, som primært er lokaliseret i venstre hemisfære, derfor kan være adskilt og løsrevet fra den kropslige og følelsesmæssige repræsentation, som primært findes i højre hemisfære. Endnu bearbejdes denne sontring sjældent i psykoterapi".

Sådan skriver Susan Hart og Marianne Bentzen i "Jagten på de non-specifikke faktorer", som er blevet til på baggrund af mange års interesse for tilknytning og følelsesmæssig eller neuroaffektiv udvikling. Susan Hart er psykolog og har omfattende undervisnings- og forfattervirksomhed i forhold til emnet. Marianne Bentzen er krops- og SE-terapeut samt neuroaffektiv psykoterapeut. Bogen baserer sig på to konferencedage i København i 2012, hvor forfatterne havde sat fire terapeuter stævne, som er kendt for deres

arbejde med børn: Peter Levine (Somatic Experience), Jukka Mäkelä (Theraplay), Haldor Øvreide (udviklingsstøttende samtaler med børn og forældre) og Eia Asen (flerfamilie- og mentaliseringsbaseret terapi).

Omdrejningspunktet var, hvad der virker for hvem i terapi, hvad der skaber forandring – sat i relation til forskellige psykiske organiseringsniveauer, regulerings- og samspilsmønstre samt terapeutiske metoder. Terapeuterne blev bedt om at forholde sig til det fælles i den terapeutiske mikroregulering, som skaber interpersonel og intrapsykisk forandring, frem for at belyse de specifikke metoders makroregulering. Forfatterne ønsker at konkretisere Daniel Sterns "nuværende øjeblikke" som essentielle for forandring, hvilket gør bogen yderst relevant for musikterapeuter, idet samhandling er en af musikterapiens væsentligste grundelementer. "Regulerende samhørighedsoplevelser gennem en improvisationsproces" er eksempelvis en overskrift, og den

fælles opmærksomhed i mødeøjeblikke via gensidig tilstandsregulering vendes der tilbage til igen og igen; *"I de nuværende øjeblikke bliver barnet opmærksomt på, at en anden er opmærksom på, hvad barnet er opmærksomt på inde i sig selv"* (s. 36).

Bogen, som rummer transskriptioner af de to konferencedages oplæg og videomateriale, indledes med to kapitler om forfatternes forudsætning: dels et kapitel om "betydningen af de nuværende øjeblikke" i terapi dels et kapitel om de tre "neuroaffektive kompasser" (introduceret i bogen "Neuroaffektiv psykoterapi med voksne" fra 2012), som forfatterne har udviklet i fællesskab. Om de tre kompasser skriver forfatterne: *"Den mentale organisering på de tre niveauer bestemmer arten af de mødeøjeblikke og afstemningsprocesser, barnet er i stand til at indgå i, hvilket giver tre primære modnende interaktionsformer, som omsorgspersonen skal kunne tilbyde og indgå i"* (s. 49).

De tre kompasser udgør et landkort over hjernens emotionelle modningsprocesser som viser, hvordan regulering og interaktion fungerer og svinger fleksibelt, når der er veludviklet kapacitet i nervesystemet, og hvordan mennesker kan falde udenfor kompasserne i "selvbeskyttelsesstrategier" ved dissociation, mangelfuld udvikling eller regressiv mistet kompetence. Forudsætningen for de tre kompasser er teorien om den treenige hjerne jf. Paul MacLean 1990, som bestående af den tidligst udviklede sansende og regulerende 'krybdyrhjerne', den limbiske, ældre pattedyrhjerne og den nye pattedyrhjerne som den særligt menneskelige (præfrontal cortex).

Det autonome kompas vedrører psykisk energiforvaltning via en akse for sympatisk/parasympatisk aktivitet (arousal) og en akse for hedonisk tone (behag/ubehag). Det limbi-

ske kompas vedrører interaktionsforventninger via en akse for emotionel valens (positiv/negativ) og én for centrisme (hhv. ego- og altercentrisme). Det præfrontale kompas vedrører de viljestyrede reguleringskompetencer via en behovsstyringsakse og en mentaliseringsakse.

Kompasserne demonstreres udviklingspsykologisk og klinisk i de efterfølgende kapitler via oplæg og videoeksempler fra de fire terapeuter, som beskrev deres metode og tilgang på konferencen i København. Levine og Mäkelä som repræsentanter for kropslige, legende tilgange til arbejdet med det autonome og limbiske nervesystem (posttraumatisk reaktion efter livstruende begivenheder og tilknytningstrauma via overgreb og omsorgssvigt), Øvreide og Asen som repræsentanter for mentaliserende og kreative tilgange til arbejdet med det præfrontale nervesystem (familiesamtale efter konflikt/omsorgssvigt og tilknytningsproblematik med et utal af vanskeligheder til følge).

Bogen slutter med kapitler, som opsummerer de fire terapeuters samtale på konferencen om non-specifikke faktorer; kapitler om "terapeuten som 'karavanefører'", "belivning" af barnets følelser, "magi og transformation", "følelser, ord og mentalisering", og "forældreinvolvering".

I disse kapitler opsummeres betydningen af terapeutens asymmetriske ansvar for den tryghedsskabende ramme, struktur og substans. Betydningen af den nødvendige evne til at matche barnets 'nærmeste udviklingszone' for at skabe de nuværende øjeblikke, hvor det nye opstår, så 'den funktionelle (ikke historiske) fortid' forandres. Betydningen af den omsorgsfulde terapeut som 'den magiske fremmede', der kommer ind som en god fe eller Mary Poppins og giver barn og forældre en

gave, for så at lade dem nyde deres fælles relation bagefter. Hvor terapeutens magi består i både at være autentisk i sig selv og samtidig være ikke-virkelig som i et eventyr. Betydningen af de vigtige tilpassede udfordringer samt fejlfæstemninger, som reparerer og udvider stimulustolerance, ved at barnet lærer at tåle overraskelser, forstyrrelser og afbrydelser. Betydningen af den affektregulerende 'markerede spejling' (tværmodal), som viser børn, at "jeg føler med dig, men ikke som dig" ved at være så anderledes, at differentiering opleves og læres. Betydningen af terapi som leg, der styrker ressourcer, vitalitet og glæde som mål i sig selv. Kapitlerne rummer også refleksioner over brugen af berøring og kropskontakt i psykoterapi i forhold til udvikling af grænser, sensitivitet og intimitet samt over betydning af hhv. implicit non-verbal erfaring og eksplisit sproglig mentalisering.

For en musikterapeut er læsning af "Jagten på de non-specifikke faktorer" en vidunderlig svømmetur i et blåt hav af dét, som er essentielt i vores arbejde: struktur med variation og improvisation, leg og delt glæde som vokser, samhørighedsoplevelser i nuværende øjeblikke, synkronisering og affektiv afstemning, kropslig udfoldelse og selvforømmelse, modet til at stole på, at det nye gror ud af de fælles kreative oplevelser (samskabelsen), balancegangen mellem at styre og følge, opmærksomheden på at aflæse nonverbalt udtryk og mikroregulere ved at gribe selv ganske små initiativer og matche, anerkende, udvide disse med meget mere. Kapitlet om Eia Asens terapi med en flygtningefamilie bør læses som 'sukker i skeen', hvis du er træt og trænger til opmuntring i forhold til, om det du gør, er godt nok. Eia Asen anvender en befriende uhøjtidelig humor forbundet med elskelig seriøsitet. Undertegnede lo højt og forløsende ved læsning af kapitlet – og den violinspil-

lende og insisterende Eia Asen med tydeligt glimt i øjet bringer billeder af multimennesket Tony Wigram frem på nethinden.

Alt i alt kan "Jagten på de non-specifikke faktorer" varmt anbefales som en sammenfatning af den relationspsykologi, musikterapi bygger på. Dels som inspiration i forhold til metodisk klarhed, dels som hjælp til at skærpe blikket for på hvilket organiseringsniveau, vi bedst skaber udvikling i terapi med børn (og voksne), dels som et indspark i forhold til at minde om, hvad musikterapeuter har at tilbyde mht. nonverbalt relationelt arbejde for krop, sind og samhørighedsoplevelser. Citatet, som indleder anmeldelsen, byder op til dans.