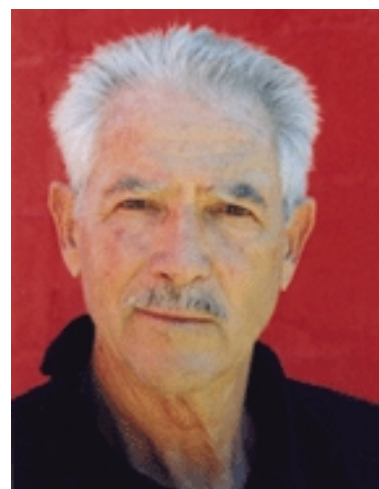


Boganmeldelse – Det nuværende øjeblik

Anmeldt af **Niels Hannibal**

Kandidat i musikterapi, Ph.d., lektor ved Aalborg Universitet og Musikterapiklinikken på Aalborg Psykiatriske Sygehus.



Stern, Daniel N. (2004) Det nuværende øjeblik i psykoterapi og hverdagsliv. København: Hans Reitzels Forlag. Bogen er på 280 sider, den er opdelt i tre dele og indeholder i alt 13 kapitler samt et appendiks.

Daniel N. Sterns nyeste bog handler som titlen antyder om “nuet”. Stern har igenem hele sit virke været optaget af, hvad vores selvoplevelse består af, hvordan den struktureres og hvilken betydning selvoplevelsen har, for den måde vi møder andre på. I denne bog er fokus selve nuet. Nuet undersøges i bogen, og sættes i forhold til “det intersubjektive” som et grundlæggende motivations system og psykoterapeutiske processer.

Bogens første del omhandler selve udforskningen af et nuværende øjeblik. Her

undersøges spørgsmål som hvad er et “nu”, hvor længe varer det, hvad består et nu af og hvordan er det organiseret. Stern indleder med at give nogle eksempler på nuværende øjeblikke. Det er både situationer i terapi og situationer fra dagligdagen. Som for eksempel når vi overværer noget morsomt i en folkemængde, og pludselig deler denne oplevelse med nogen ved at veksle et blik. Her opstår pludselig et øjeblik som vi deler og som skaber et tilhørsforhold. Vi er sammen.

Stern er selvfølgelig optaget af begrebet tid. Uden tid ikke noget nu. Han skel-

ner mellem to forskellige tidsopfattelse. Den ene måde at opfatte tid på er kronos: videnskabens tidsopfattelse. I kronos har nuet så at sige ingen udstrækning, da tiden jo ikke står stille. Den anden tidsopfattelse er kairos: det forbigående øjeblik hvori noget sker, mens tiden udfoldes. Det er det nu, der hele tiden opstår, og som afløses af nye "nuer". Dette nu har en udstrækning på mellem 3-5 sekunder, og det er dette nu, Stern beskæftiger sig med her. Det nuværende øjeblik opstår, har en udstrækning, en temporal dynamisk og en bestemt organisation. Selve indholdet er for omfattende til at gengive her, og jeg må henvise til selve teksten. Men det er tydeligt at Stern bygger videre på tanker og teorier fra tidligere bøger, hvilket giver det indtryk, at der er tale om raffinering og syntese af et langt livs interesse for samme.

Bogens anden del omhandler en kontekstualisering af begrebet det nuværende øjeblik. Stern skriver:

"De nuværende øjeblikke, der interesserer os mest, er dem, der opstår, når to mennesker etablerer en særlig form for mental kontakt – nemlig intersubjektiv kontakt (Ibid, s. 91.)."

Stern argumenterer for tilstedeværelsen af en intersubjektiv matrix. Ifølge Stern er vores mentale liv noget der skabes i fællesskabet med andre. Det er en vedvarende fælles kreativ dialog med andres sind og denne kaldes den intersubjektive matrix. Stern underbygger sine tese om den intersubjektive matrix ud fra neurovidenskab, udviklingspsykologi, kliniske erfaringer og fænomenologien. Den vigtigste pointe er, at Stern betragter det intersubjektive som et primært motivationssystem på linje med tilknytning og drifter.

Bogens tredje del omhandler og ind sætter det nuværende øjeblik i den psykoterapeutiske kontekst. Her gives minutiøse beskrivelser af, hvorledes den terapeutiske proces bevæger sig fra øjeblik til øjeblik. Stern synliggør og viser hvordan relationen mellem terapeut og klient forhandles løbende på et ikke-sprogligt niveau. Stern argumenterer for, at vigtige forandringer i psykoterapi netop sker uden for sproget og beskæftiger sig med udvidelsen af det intersubjektive felt mellem terapeut og klient.

Jeg mener, at denne bog giver et vigtigt teoretisk bidrag til vores felt og at den vil være vedkommende for alle der beskæftiger sig med psykoterapi og ikke mindste for musikterapeuter. For det første formår Stern at indføre læseren i sine tanker på en let forståelig måde, når man tager i betragtning hvor vanskelige størrelser han opererer med. Han bygger sin argumentation op gennem brug af videnskabelig dokumentation, commonsense og et stort overblik. Dernæst giver det ham troværdighed, at han reviderer egne teorier og begreber fra tidligere publikationer (Stern 1985 og 1995). Endelig sætter han fokus på noget, der har været forsømt i den psykoanalytiske litteratur, nemlig undersøgelsen og beskrivelsen af alt det der sker "i mellem linjerne" i en samtale.

Af samme grund er bogen et tiltrængt supplement til denne debat og derfor også meget relevant for alle, som beskæftiger sig med psykoterapi. Det er ikke så meget indholdet af terapien, der er fokus, som måden terapeuten møder klienten. Det er forhandlingen og udvidelsen af den intersubjektive matrix, som Stern beskriver, der er så vigtig.

Bogen er især vigtig for musikterapeuter. Når Stern taler om nuet, foregår det ofte med henvisning til musiske termer. Han taler om oplevelse og interaktion i et musisk sprog. Musikken bliver her anvendt som

analog til det, der sker i vores bevidsthed, når vi oplever. Bl.a. sammenligner han en nu-oplevelse med en musikalsk frase. Frasen, som vi altså kan opleve som en selvstændig enhed, bliver synonym med det oplevede nuværende øjeblik. Skiller vi frasen ad, mister den sin betydning. Videre siger han, at nogle mener at den musikalske frases form først er indlysende når frasen er slut og sindet genoptager den. I så fald, siger Stern, ville vi aldrig hører noget. Vi ville tænke musik. Og det ved vi, som musikterapeuter, ikke er tilfældet. Det er dog vigtigt at påpege, at Stern ikke argumentere for at en nu-oplevelse og en musikalsk oplevelse er identisk. Vi kan således ikke umiddelbart overføre fra det ene til det andet.

Bogen har også sine svagheder. Stern er vældig god til at underbygge sin tanker med videnskabelige referencer, men det er sjældent han kaster sig ud i en egentlig akademisk diskussion, hvor forskellige synspunkter afprøves. Dette er beklageligt. Ligeledes finder jeg ikke, at Stern på en overbevisende måde får differentieret tilknytningsteori med hans egne tanker om den intersubjektive matrix. Ud fra mit kendskab til tilknytningsteori, indbefatter god tilknytning også mulighed for det intersubjektive, men jeg er enig i at det intersubjektive er væsentligt og ikke hidtil er beskrevet tilstrækkeligt. Som afslutning vil jeg ønske alle god fornøjelse med bogen.

