

Mentaliseringsbaseret BEHANDLING

Fremragende bog om mentaliseringsbaseret behandling og forholdemåde yder et værdifuldt bidrag til de udviklingspsykologiske forståelser omkring affektregulering og mentalisering

Anmeldelse ■ Af *Palle Almvig*

■ Netop udkommet er ”Mentaliseringsbaseret behandling i teori og praksis – Allen, Fonagy, Slade m.fl.” Bogen er redigeret af Jens Hardy Sørensen, som selv har skrevet tre af i alt 14 kapitler. Ni af kapitlerne er oversat fra Allen og Fonagy (2006) ”Handbook of mentalization-based treatment”, og to er oversat fra Jurist og Slade (2008) ”Mind to mind, infant research, neuroscience and psychoanalysis”. Her er altså samlet meget væsentlige bidrag til den psykodynamisk orienterede udviklingspsykologiske og klinisk psykologiske forståelse, der internationalt er under udarbejdelse omkring fænomenerne affektregulering og mentalisering.

Mentalisering er, som Fonagy fastslår i kapitlet ”Den mentaliseringsbaserede tilgang til social udvikling”, en central socialkognitiv færdighed, som erhveres gennem de tidlige tilknytningsrelationer – det er udviklingen af evnen til at forestille sig mentale tilstande som forklaring på sine egne og andres adfærd. Sindet udvikles og forstår sig selv gennem evnen til at aflæse og fortolke andres og egne mentale tilstande, hedder det i Jurists kapitel ”Dit sind og mit.”

Bogen har tre hovedtemaer: udviklingsbaseret psykopatologi i mentaliseringsperspektiv (og på neurobiologisk grundlag) – mentaliseringsbaseret assessment og terapi og mentaliseringsbaseret tilgang til forebyggelse. Redaktørens bidrag inden for hvert af disse temaer rækker langt ud over det introducerende og præsenterer den relevante seneste forskning, som forbinder de psykodynamiske forståelser og konstruktioner med processernes neurobiologiske grundlag.

Aktiverer læseren

Og det er det gennemgående træk i bogen: at teoretiske konstruktioner konstant søges forbundet med det neurale grundlag for deres konkrete udfoldelse – og det er dette, der gør bogen så spændende og overbevisende.

Hovedsigtet er behandling – og det er de konkrete indsatser over for klienten, som den mentaliseringsbaserede terapiforståelse lægger op til, der er kernen i den insisterende fremstilling. Insisterende, ja det er måden, denne kerne er underbygget med teori og forskning fra evolutionsteori og fremefter via relationstemaer til den mest detaljeret beskrevne forbundethed mellem fx affektbevidsthed og ”relationsformernes indplacering på feltet for emotionsdistribution” – med udgangspunkt i en model for spatial fordeling af kategorialemotionerne.

Det er simpelt hen spændende læsning, som indimellem kan føles mindre overskuelig på den der herlige ”hvis jeg læser det afsnit en gang til og koncentrerer mig endnu mere, så kan jeg måske forstå det”-måde, som kan aktivere en læser og få denne til at fordybe sig. Det er en særlig kvalitet, ikke mindst skabt af Jens Hardy Sørensens vedholdende bestræbelse på at formidle ganske komplekse sammenhænge på en måde, der inviterer til kritisk efterprøvning af argumenter og fremstillinger.

Kapaciteten til at reagere på en fleksibel, situationsrelevant måde udvikler sig kun langsomt og gennem anstrengelse i menneskets ontologiske udvikling, hedder det – det er den primære intersubjektivitet som ”udviklingspsykolo-

gisk præstation” og som ikke-medfødt, der her præciseres. Og vi får en beskrivelse af de processer i hjernen, som udgør det neurale grundlag for den akutte regressionsproces, som finder sted, når ”tilknytningssystemet” aktiveres uden en velafbalanceret funktions(-forbindelse) mellem højere præfrontale områder og de limbiske områder.

Detaljeret og konkret

Effektiv eksekutiv funktion afhænger af udviklingen af affektbevidsthed, empatievne og mentaliseringsevne. Udviklinger, som det opvoksede individ ikke kan gennemløbe uden om en anden persons tilsvarende evner. Det er udvekslinger mellem omsorgsperson og spædbarn, som spiller den helt afgørende funktionelle rolle for den socio-emotionelle udvikling. Disse udvekslinger udgør en grundlæggende forudsætning for den sociale, relationelle dannelse af kapaciteten til emotionel selvbevidsthed, affektbevidsthed og affektregulering.

Det er igen den meget detaljerede og konkrete fremstilling af forbindelsen mellem følelsen og handlingen på den ene side og det neurale grundlag for begges opkomst gennem det enkelte menneskes udvikling på den anden side, der danner grundlaget for den merforståelse, som Jens Hardy Sørensens gennemarbejdede af neurovidenskabelige forskningsresultater bidrager til.

Det er indsigter med klare konsekvenser for psykoterapeutisk praksis, konsekvenser, der udførligt redegøres for i artiklerne, fra proteinsynteseniveau over psykosociale relationer til samfundsmæssig og kulturel tilpasning – arbejdsdefinitionen på psykisk sundhed er høj mentaliseringsevne og god evne til affektregulering.

At have problemer med situationsrelevant affektregulering og mentalisering er at være personlighedsforstyrret, og gennem bogens fremstilling af en omfattende empiri beskrives den normale psykologiske udvikling som en fortløbende dialektik mellem relationelle konfigurationer og affektregulerede interaktioner med omsorgspersonen – en dialektik, som bliver afgørende for hjernens udviklings- og modningsmuligheder og dermed for personens mentaliseringsfærdigheder.

De forskellige former for psykopatologi beskrives som forbundne tilpasningsmåder til særlige opvækstvilkår kombineret med biologiske karakteristika, der er organiseret på forskellige udviklingspsykologiske niveauer inden for fire grundlæggende mønstre: det anaklitiske, det introjektive, det eksternaliserende og det internaliserende.

Yderst værdifuldt bidrag

Kapitlet om udviklingsbaseret vurdering af mentaliseringsniveau er måske det mest spændende i hele bogen. Der opstilles fem kvalitativt forskellige niveauer for mentalisering i nær tilknytning til en udviklingspsykologisk bestemt stipulering af de tilsvarende opvækstbetingelser. Fremstillingen er tentativ og autoritativ på samme tid og beskriver niveauer for evnen til kognitiv organisering af emotionel oplevelse og bevidsthed – det er en overordentlig relevant guide, også uden for terapilokalet! Guiden er forsynet med et sæt terapeutiske teknikker til mentaliseringsbaseret behandling, et godt supplement til kapitlerne om mentaliseringsbaseret terapi i øvrigt – de er konkrete, handlingsorienterede og bygger på en omfattende forståelse.

Afslutningsvis kaster bogen lys over den mentaliseringsbaserede tilgang til forebyggelse i et par kapitler om forløb for udsatte førstegangsførelde og som ramme for arbejdet med forældre i børnepsykoterapi. Det er kapitler af meget høj relevans også for arbejdet med ambulante familiebehandling, som det udfoldes i kommunalt regi.

Der er tale om en fremragende bog om mentaliseringsbaseret behandling og forholdemåde, og bogen er et yderst værdifuldt bidrag til udviklingen af de udviklingspsykologiske forståelser omkring affektregulering og mentalisering. Den minutiøse og gennemarbejdede fremstilling af den nyeste forskning, som forbinder adfærd, følelser og bevidsthed med den kontekstuelle sammenhæng, som det neurale grundlag udvikles i, er et særdeles solidt grundlag for terapeutisk aktivitet og for udviklingsstøttende tiltag i konkret i kommunal praksis i forhold til børn og deres forældre.

Palle Almvig

BOGDATA ■

Jens Hardy Sørensen: *Mentaliseringsbaseret behandling i teori og praksis*. Hans Reitzels Forlag, 2009. 568 sider. 448 kr.

