

# AFFEKTREGULERING

## i udvikling og psykoterapi

*Integrationen af udviklingspsykologi, klinisk psykologi og neurobiologi er 'mageløst vellykket'. Anmelderen er begejstret for Jens Hardy Sørensens redigering af artikler fra Fonagy, Schore og Stern.*

**Nu** foreligger samlet i én bog – og på dansk – en række meget væsentlige artikler fra de seneste år af Peter Fonagy, Allan Schore og Daniel Stern. Der er tale om "Affektregulering i udvikling og psykoterapi – interpersonel neurobiologi", som netop er udkommet på Hans Reitzels Forlag.

Jens Hardy Sørensen har redigeret udvalget af tekster og har skrevet bogens "Introduktion", en omfattende og meget indsigtsgivende indføring i, hvad de seneste forskningsresultater kan fortælle om relationers, affekters og intersubjektivitetens neurobiologiske grundlag. Sprængfyldt med ny viden, der kan give en aktiv læser et godt overblik over status quo på dette spændende område. Vi får bl.a. en suveræn gennemgang og diskussion af Panksepps, Plutchiks og Trevarthens forskningsresultater, medens bogens efterfølgende artikler introduceres.

Læseren er bogen igennem med helt fremme ved den forskningsfront, hvis fokus er etableringen af evidens og teori omkring den betydning, som samspil og tilknytning i det ydre miljø har for det indre hjernemiljøes etablering og udvikling, og herfra videre frem til etablering af tilknytningsmønstre og udvikling af personlighed.

Det er samspillet mellem omsorgs-



ver og barn – intersubjektivitet, der finder en beskrivelse på neurobiologisk niveau – det er Sterns og Bowlbys "RIG'er", "måder at være sammen på" og "indre arbejdsmodeller", der gennem ny forskning fjerner sig nogle afgørende skridt fra deres status som universalistiske apriori.

### Første hovedtema

Bogens ene hovedtema er en udviklingsorienteret, evidensbaseret forståelse af relationens natur. Psyken "dannes i udførelsen af neurobiologiske processer i interpersonel kommunikation", hedder det – det er essensen i den disciplin, der har fået navnet interpersonel neurobiologi.

Den centrale tese er, at det tidlige miljø, med-

dieret af den primære omsorgsgiver, direkte påvirker strukturen af de kredsløb i barnets hjerne, som er involveret, når dette barns fremtidige socioemotionelle udvikling finder sted.

Det er fænomenet affektregulering, som artiklerne og de mange forskningsresultater, som rapporteres deri, indkredser: affektreguleringens rolle i relationen mellem mor og barn og affektre-

## BOGDATA

Jens Hardy Sørensen, red.:  
"Affektregulering i udvikling  
og psykoterapi – interpersonel  
neurobiologi". Hans Reitzels  
Forlag, 2006. 415 sider. 375 kr.

gulerings rolle for selvets dannelse, for udvikling og for fejludvikling.

Det er forskningen i de neurobiologiske aspekter af den emotionelle udvikling, der fremlægges, diskuteres og perspektiveres i denne bog: "....udvikling udgør erfaringsbaseret påvirkning af genetisk potentiale, og .....genetisk programmerede "medfødte" strukturelle systemer behøver særlige former for input fra omgivelserne", skriver Allan Schore.

Et kort resumé af behandlingen af de første leveår kunne formuleres sådan her:

På den ene side fastslår neurobiologien, at spædbarnets hjerne er indrettet til at blive formet af det miljø, den møder (i.e. hjernen som "bio-miljøorgan" eller som "biosocialt organ"). På den anden side ved vi fra udviklingspsykologien, at den accelererede vækst i hjernens struktur sker i sensitive eller kritiske perioder i barndommen. Væksten er erfaringsafhængig – miljøet har stor indvirkning på den voksende hjernes struktur. Det er, medens hjernen forøger sin vægt fra ca. 400 gram ved fødslen til ca. 1000 gram et års tid senere, at en sensitiv periode for etablering af tilknytning passer.

Kombinationen af den neurobiologiske forståelse og den forskning, der er associeret til Bowlbys tilknytningsteori, er grundlaget for bogens behandling af den følelsesmæssige udvikling af de problemer og problematiske tilstande, der kan opstå senere i livet.

### Andet hovedtema

Den dynamiske psykoterapis muligheder i forhold til den selvorganiserende hjerne – eller som det udtrykkes: implikationerne for klinisk praksis af en psykoneurobiologisk model for emotionel udvikling – er bogens andet hovedtema.

I denne udviklingsorienterede, "neuropsykoanalytiske" terapi er den centrale tese, at der i alle psykiske problemer indgår vanskeligheder med affektregulering – vanskeligheder enten med autoregulering eller med selvregulering gennem interaktion med andre.

Disse vanskeligheder kan bunde dybt i dysregulerede vitalitetetsaffekter, eller mindre dybt i kategorialemotioner med en hedonistisk "ubehagelig" karakter. Det særligt bemærkelsesværdige ved den tilgang, bogen repræsenterer, er den overbevisende præcision, der præger både forståelsen og beskrivelsen af de forskellige tilstande, vi præsenteres for. Det er teori om udvikling og fejludvikling af personligheden.

### Mageløst vellykket

Fænomener som behov, motivation og mening får ny eksistens i denne bog, hvor neurobiologiske og klinisk psykologiske betragtningsmåder spiller sammen om at udgøre et vidensfelt, der tydeligvis er karakteriseret ved at være undervejs – men undervejs på en måde, der vil komme til at præge tænkning om personlighed og om terapi afgørende. Der er høstet kolossale gevinster på man-

ge områder i forbindelse med det boom i hjerneforskningen, som også denne bog er et stærkt udtryk for.

Et af mange fascinerende højdepunkter er mødet med Plutchiks psykoevolutionære emotionsteori, repræsenteret i en circumplex model, der omfatter affektdysregulering, personlighedsforstyrrelse og forsvar. Modellen synes umiddelbart særdeles egnet som en base, hvorfra vi kan tale systematisk om disse fænomener.

Den terapeutiske pointe er klar: det handler om affektregulering, også i psykoterapi, og her foregår det gennem psykoterapeutens egen evne til autoregulering i relationen. Denne evne er forudsætningen for, at den terapeutiske dyade kan gå fra at være præget af signaleffekter og forsvar til at være domineret af regulering og modificering af dysregulerede tilstande. Det er de "non-specifikke" faktorer i psykoterapi, der her artikuleres og konkretiseres.

---

Bogen er utrolig spændende og velskrevet. Jeg tror, den bliver en væsentlig reference i flere områder, den er mageløst vellykket i sin integration af udviklingspsykologi, klinisk psykologi og neurobiologi, interpersonel neurobiologi.

Der tale om en bog, hvis indhold er en uafviselig del af grundlaget for fremtidens forskning og teori.

Palle Almvig

