

Bog anmeldelse – Vitalitetsformer

Dynamiske oplevelser i psykologi, kunst, psykoterapi og udvikling

Anmeldt af Ulla Setterberg, cand. mag. i musikterapi og psykologi, ansat ved Behandlingscentret Østerskoven, Hobro. Kontakt: usetterberg@msn.com



Stern, Daniel N. (2010). *Vitalitetsformer. Dynamiske oplevelser i psykologi, kunst, psykoterapi og udvikling*. Hans Reitzels Forlag, Kbh. Sider: 192. Pris: 248 kr.

Daniel Sterns nyeste bog er en sand perle for alle klinikere og forskere, som arbejder med menneskets dynamiske oplevelsesforhold. Som læser føres man ind i Sterns særlige måde at udfolde og eksemplificere det på en gang uhyre enkle og samtidig uhyre komplekse, der udspiller sig i mennesket, når indre tilstande og ydre handlinger udvikles og forandres gennem samspil med et andet menneske. Bogen er med sin inddeling i tre dele overskuelig. Stern præsenterer således sin teori om dynamiske vitalitetsformer ud fra først et teoretisk perspektiv og derefter et kunstnerisk perspektiv og afslutter med at give sine egne bud på dynamiske vitalitetsformers kliniske implikationer.

Bogens første del er en introduktion til dynamiske vitalitetsformer og deres teoretiske baggrund. Stern definerer vitalitetsformer, som fænomen, i både form og indhold. Han introducerer dem som et selvstændigt psykologisk område og skelner dem fra emotioner og sanser. Dog indgår både sansning, emotion og følelse tværmodalt i vitalitetsformer. Vitalitetsformer er, i deres form, de dynamiske træk ved subjektive oplevelses-

forhold. De er det, som får os til at føle os levende og vitale, og som giver det subjektivt oplevede farve, og samtidig farver oplevelsen. Vitalitetsformer omfatter både en mental bevægelse og en fysisk handling. De er i deres indhold knyttet til en handlings *hvordan*, til *måden* en handling eller bevægelse udføres på og i deres form knyttet til dynamiske parametre som bevægelse, intensitet og varighed.

I det følgende fremhæves særligt første dels kapitel 3 og 4. I kapitel 3 gennemgår Stern generøst sit eget teoretiske grundlag og vigtigste inspirationskilder til sin teori om dynamiske vitalitetsformer. Bogens referenceliste afspejler da også, med sine 21 sider, den tour de force Stern tager sin læser med på. I mere end tredive år har Stern arbejdet med både forskning og klinisk praksis, og i denne første del serveres flere koncentrat af mange års finjusteringer af egne begreber som f.eks. spejling, matchning og affektiv afstemning.

I kapitel 4 præsenterer Stern et bud på et neurovidenskabeligt perspektiv på vitalitetsformer. Stern har særlig fokus på beskrivelsen af 5 arousalsystemer, som

inddeles i tre kategorier af 1. det generelle arousalsystem, 2. de opadgående og 3. de nedadgående arousalsystemer. Stern forstår helt overordnet arousal som "at blive sat i bevægelse" (s. 66). Det er Sterns bud, at arousalsystemerne skaber den neurale drivkraft bag motivation. Arousal styrer gennem de forskellige neurale fyringsmønstre, reguleringen og graden af intensitet i måden vi gør det, vi gør, og oplevelsen af den feedback vi får fra det, vi gør eller møder. Et af Sterns ærinder i denne bog er at skabe grundlag for, indenfor neurovidenskab, ikke bare at koncentrere sig om forskning i neurale strukturer og funktioner, men også den neurale bearbejdningsorganisering og reorganisering.

I bogens anden del udbygger Stern sin teori om arousalsystemernes betydning for vitalitetsformerne med eksempler fra kunstens verden – musik, dans, teater og film. Stern giver, med sine valg af eksempler, læseren en god fornemmelse af, hvad en vitalitetsform kan være i sin dynamiske form og indhold. Jeg vælger blot at fremhæve enkelte eksempler.

"Beethovens ekstreme dynamik giver en velkendt opvisning i vitalitetsformer, en øvelse i at lege med vores arousalsniveauer" (s. 92), og videre skriver han: *"Ved hjælp af disse dynamiske markører bliver rytmerne og melodierne og deres variationer og harmonier gennemsyret af en følelse af liv og vitalitet"* (s. 93).

Også fra dansens verden giver Stern eksempler på vitalitetsformer, som kommer til udtryk i sammensmeltninger af kroppens bevægelse og indre tilstande i en matchning af bevægelsens form og indholdets kraft eller intensitet f.eks. illustreret i ord som: *"vokse, skrump, sprede, indslutte, befri, binde"* (s. 97).

Stern fremhæver musikterapi og danse-terapi, som kliniske biprodukter af musik og dans. Klinikere inden for disse fag har en implicit ekspertise i dynamikkens verden og en høj grad af sensitivitet for de mange vitalitetsformer, vi f.eks. som musikterapeuter møder og er direkte beskæftiget med i vores arbejde.

I bogens tredje del giver Stern sit bud på dynamiske vitalitetsformers kliniske implikationer i udviklingspsykologien såvel som praksis. Stern redegør for vitalitetsformernes nære samspil med arousalsystemernes betydning for barnets udvikling fra tidlige fosterstadier til spædbarnets tidlige sociale liv. Stern fremhæver netop den affektive afstemning som en matchning af barnets vitalitetsform, hvilket er et redskab til at dele og møde barnets subjektive oplevelse frem for dets handling. Det sidste perspektiv, Stern behandler i sin bog, er vitalitetsformernes implikationer for klinisk teori og praksis. Stern introducerer nye begreber og fremhæver terapeutens mulighed for på 'lokalt niveau' (se definition af begrebet s. 149), at møde klientens 'fænomenale oplevelse' (se definition af begrebet s. 142) og gennem det, Stern benævner som den 'forestillede bevægelse' (se definition s. 146-147) at forandre og retranskribere tidligere spor i hjernens neurale netværk. Stern fremhæver i den forbindelse særligt professor Tony Wigrams 6 terapeutiske metoder i improvisationsbaseret musikterapi (s.153-154), hvor vitalitetsformer bruges til at dele og udveksle oplevelser i processer, som i løbende dialoger former hinanden.

Bogen kan varmt anbefales. Stern forstår at gøre indtryk og sætte aftryk som uden tvivl endnu engang vil få vidtrækkende betydning for klinisk teori og praksis såvel som for forskning.