

# Tilknytningsmønstre i terapi

Først på dansk og snart også på engelsk. "Relation og fortælling" har stor styrke i beskrivelsen af den betydning, vores tilknytningsmønstre har.

Bogen "Relation og fortælling" omhandler tilknytningsmønstre hos voksne klienter og mønstrenes betydning i klient-behandler-relationen. Relationen mellem terapeut og klient anerkendes som en meget vigtig faktor i næsten al form for terapi og i forskellige terapeutiske retninger. En del præmature ophør i terapi skyldes, at klienterne ikke oplever sig forstået af deres terapeut. Terapeuten kan derfor have gavn af at have et begrebsapparat til at systematisere den kliniske vurdering af relationen for at undgå forudsigelige vanskeligheder.

Bogens gennemgående idé er, at klinikerne gennem løbende vurdering af klientens tilknytnings-karakteristika kan blive bedre til at forstå og tilpasse sig klientens relationelle stil og til skabe et optimalt udviklende terapeutisk rum. Dette kan opnås uden en formel udredning af tilknytningstypen gennem opmærksomhed på klientens måde at forholde sig i det emotionelle/tilknytningsmæssige felt – både i relationen og i måden at forholde sig til sig selv og egne indre tilstande.

Dette kan have stor praktisk betydning i voksenklinisk sammenhæng – idet tilknytningsmønstret influerer på, hvilken måde relationer og emotionelle forhold bedst drøftes med klienten. Også i børneklinisk sammenhæng kan vurderingen være gavnlig. Forældrenes tilknytningsstil har stor betydning for børnenes udvikling og for særlige kendetegn ved omsorgsrelationen. Ved at lytte til forældrenes måde at tale om tilknytnings- og relationserfaringer kan man danne sig hypoteser om særlige mønstre i forældre-barn-relationen – og om mulige interventionsområder.

## Bogens indholdsdele

Bogen giver en bred indføring til tilknytningsmønstre i voksenalderen. De mest udbredte måder at bestemme tilknytningsmønstre hos voksne præsenteres og diskuteres. AAI gennemgås

grundigt, men også andre metoder præsenteres. Også rationale for at fokusere på relationen mellem terapeut og klient præsenteres. Et kapitel omhandler de forskellige muligheder for (mis-) match mellem tilknytningsmønstre hos hhv. klienten og behandleren. Dette er en spændende måde at begrebsliggøre et aspekt i modoverførings-problematikken – behandlerens foretrukne reaktioner i relationer i tilknytningsperspektiv.

Tilknytningsmønstres relationelle og narrative kendetegn i voksenalderen præsenteres med udgangspunkt i AAI og forskningslitteratur. De fyldige beskrivelser rummer gode diskussioner af, hvordan disse træk kan iagttages uden for de stringente undersøgelsesrammer.

Videre sætter forfatteren fokus på, hvad mønstrene betyder for den behandlingsmæssige tilgang. Både hvordan man løbende kan vurdere tilknytningen hos klienten, hvad denne viden kan forudsige om styrker og svagheder i det terapeutiske forløb, og hvordan man gradvist kan hjælpe klienten til en højere grad af fleksibilitet i det relationelle felt. Den type tilknytning, som den enkelte klient har udviklet i gennem sit liv, udtrykker bl.a. en foretrukket "coping-strategi" i forhold til tilknytningsrelaterede emner. Klientens konkrete tilknytningsstil, der ofte i sig selv rummer en del af årsagen til udviklingen og vedligeholdelsen af problemerne, har livshistorisk haft en vigtig rolle i tilpasningen til det følelsesmæssige miljø og skal adresseres med nænsomhed og støtte.

"Relation og fortælling" er præget af godt sprog og af en reflekteret og nuanceret præsentation af både teori og forskningsdata. Terapeuter både med og uden kendskab til mentaliseringsbaseret behandling og tilknytningsteori kan have stort udbytte af begrebsapparatet. Bogen udkommer snart på engelsk. Vi kan glæde os over, at et stykke kompetent faglitteratur foreligger på dansk – først. ■

Dennis Lind



## BOGDATA

Sarah Daniel: Relation og fortælling – tilknytningsmønstre i en behandlingskontekst. Samfundslitteratur, 2012. 245 sider. 298 kr.