

Relationell psykologi samlar olika skolbildningar

Ett nätverk av olika grupper och psykoanalytiker i 25 länder med en relationell inriktning träffas varje år till kongress. Tomas Wånge rapporterar från årets kongress i Madrid.

Vad är poängen med den relationella psykologin? Jag skriver detta, nyligen hemkommen från IARPPs (International Association for Relational Psychoanalysis and Psychotherapy) nionde internationella kongress i Madrid. Den relationella psykologin har hitintills haft ett svagt genomslag i Sverige - dryga tiotalet svenskar deltog på denna konferens.

Den relationella psykologin är ingen ny teori. Det hela handlar i stället om en perspektivförskjutning mot ett friare, men kanske paradoxalt nog, ändå ett djupare tillämpande av den psykoanalytiska teorin och praktiken. Utgångspunkten för den relationella psykologin är *den terapeutiska relationen* som ses som en *ömsesidig, men inte jämlik* process, mellan patient och psykoterapeut. Detta kan göras utan att man behöver ignorera den individualpsykologiska grunden. Förutom den klassiska psykoanalytiska teorin, utgör de två-person psykologiska pionjärerna Sullivan, Loewald, Searles, Winnicott, Ferenczi, Kohut med flera, den teoretiska grunden i den relationella kanonen.

DET HELA STARTADE med en utbrytargrupp på 1970- talet från det berömda Alanson White Institutet i New York kring Stephen A Mitchell (1946-2000). Gruppen bestämde sig för att bilda en relationellt influerad psykoanalytisk förening. Denna skulle vara öppen för alla intresserade och *inte* omgärdas av höga murar. Den skulle inte ha exklusiva, besvärliga intagningskrav och procedurer, som kännetecknat så mycket av den traditionella psykoanalysen. Mitchells övertygelse var att bra idéer kan komma från många håll - inte bara från de redan välkända rösterna. Organisationen skulle vara decentraliserad, inte auktoritärt uppbyggd och inte knuten till något speciellt institut. Tvärtom ett platt nätverk med lokala föreningar i olika länder. Mitchells plötsliga, tragiska död år 2000 blev som en katalysator för IARPP, som därefter har haft årliga konferenser omväxlande i USA och i Europa. Nu har föreningen 1 500 medlemmar från 25 länder.

I gruppen kring Mitchell fanns bland annat Emmanuel Ghent, Lewis Aron, Philip Bromberg, Stuart Pizer, Adrienne Harris, med flera. Successivt tillkom en rad betydande teoretiker, där framför allt Jessica Benjamin måste nämnas. Bland medlemmarna finns också många psykologer från andra huvudinriktningar, till exempel: Donna Orange (medförfattare till Stolorow, den intersubjektiva självpsykologin) och Paul Wachtel (integrativa psykologin). Även traditionellt inriktade psykoanalytiker, till exempel Thomas Ogden och Michael Eigen deltar i IARPP-aktiviteterna.

TERMEN RELATIONELL användes initialt av Mitchell and Jay Greenberg i boken *Object Relations in Psychoanalytic Theory* (1983). Inspirationen kom från Sullivans interpersonella teori och Fairbairns objektrelationsteori. "There is no such thing as a [one and only] relational theory, [...] but a relational point of view, a relational way of thinking, a relational sensibility", ansåg man. Människan är mycket kontextberoende. Grundtanken är att psykiska strukturer uppstår i och formas genom mellanmänsklig interaktion. Teoretiskt sett har de rört sig från essentialism mot kontext och konstruktivism. Till exempel talar Philip Bromberg om *multiple self-states* i stället för antagandet om ett stabilt "kärnjag".

Den relationella psykologin har ett tämligen kyligt förhållande till driftspsykologin men står objektrelationsteorin nära. Generellt sett är betoningen snarare på det som är gemensamt för olika skolbildningar än det som särskiljer dem åt. Många begrepp inom den relationella psykologin är hämtade från den klassiska teorin: *överföring- och motöverföring, projektiv identifikation*, m.fl., men tillämpas systematiskt med ett utpräglat interaktionellt två-personsperspektiv. De anser till exempel att det kleinianska begreppet projektiv identifikation till stor del använts för att skydda terapeuten från att komma i kontakt med egna besvärliga känslotillstånd. Ett annat exempel är begreppet negativ terapeutisk reaktion, som utgjort ett sätt att skylla terapeutiska misslyckanden på patienten.

En del nya begrepp har tillkommit, till exempel *analytic third* (Ogden), *the need to be recognized* (Benjamin), *enactments* (Anthony Bass) *mutually projective identification* (Philip Ringstrom) och

unformulated experience (Donnel Stern). På det hela taget är medlemmarna i IARPP ytterst meriterade och har haft en imponerande och kreativ produktion av psykoanalytisk litteratur.

I SIN PRAKTIK arbetar den relationella terapeuten med en större ömsesidighet i den terapeutiska relationen och med mindre rigiditet i den psykoterapeutiska ramen, jämfört med tidigare psykoanalytisk praktik. Det har också skett en förskjutning från att inrikta sig på innehåll till process när det gäller tolkningar och interventioner.

Den terapeutiska processen ska inte, och kan inte förutbestämmas eller manualiseras. Malcolm Slavin beskriver terapiprocessen som "a serial of mistakes". Det är meningslöst att fokusera på tekniska misstag och felaktigheter. I stället uppstår ständigt mindre eller större iscensättande (*enactments: e or E*, enligt Bass) i terapin. Genom en analys av dessa situationer måste terapeuten, med patientens hjälp, försöka förstå hur man hamnade där man hamnade och framför allt agera för hur man ska kunna gå vidare.

Kliniskt får terapeuten använda många sidor av sig själv. Som utgångspunkt i sin motöverföring ska han eller hon: "shaping the body as a fine instrument" (Knaublauch). Detta innebär till exempel att man har en mycket liberalare syn på värdet av *self disclosure*, det vill säga att terapeuten friare kan berätta om sina egna för situationen relevanta erfarenheter. De betonar också starkt terapeutens förmåga till *affect tuning* vilket innebär att patient-terapeutrelationen är en ömsesidig emotionell *regulations-process*. Enligt Ringstrom har terapeuten tre interventioner att ta till: tolkning, empati och improvisation.

IARPPs tionde konferens hålls nästa gång den 1-4 mars 2012 på The Roosevelt Hotel i New York City. Rubriken är: *All psychopathology is a failure of imagination*. Konferensen, som leds av Mitchells änka Margaret Black tillsammans med Hazel Ipp, är inriktad på att försöka förstå och vidareutveckla Stephen A Mitchells arv. Under åren 1983-2000 skrev han sammanlagt åtta böcker om den relationella psykologin.

TOMAS WÅNGE
Relationell psykolog
Publicerad i oktober 2011