

	<p>OBJECT RELATIONS IN DEPRESSION. A RETURN TO THEORY Av Trevor Lubbe Routledge, 2010</p> <p>Recension av Anna-Lena Carlberg Psykolog och psykoterapeut</p>
---	--

Författaren till *Object Relations in Depression A return to theory* är barnpsykoterapeut/analytiker och utbildad vid Tavistock Clinic i London. Han har efter många års arbete i London återvänt till Johannesburg i Sydafrika där han har startat olika psykoterapeutiska verksamheter för både barn och vuxna.

Som framgår av titeln handlar Trevor Lubbes bok om depression. Han har skrivit en modig och viktig bok. Den är tunn, men sprängfylld med kunskap om depression; högaktuell, inte minst i Sverige.

FÖRFATTAREN DISKUTERAR vilken roll brittisk objektrelationsteori skulle kunna spela för att förbättra förståelsen och behandlingen av depression. Depression är enligt WHO, 2001, på väg att bli den näst största orsaken till global ohälsa. De behandlingsmetoder som i dag tillämpas uppvisar förbättringar för cirka hälften av de drabbade.

Roth och Fonagy är redaktörer för en bok om psykoterapiforskning: *What Works for Whom: A Critical Review of Psychotherapy Research*, (Guilford Press, 2006). När det gäller depression bekräftar de att tre fjärdedelar av dem med diagnosen "mild depression", som erhållit "gängse behandling" inom primärvården, det vill säga även medicinering, sannolikt skulle utveckla djup depression. För den resterande fjärdedelen blev den "milda depressionen" oftast kronisk.

Trevor Lubbe ifrågasätter dagens begreppsbyggnad när det gäller depression, och även ångest, och ger goda skäl för varför effektivare behandling vore möjlig. Han går igenom de mer betydande analytiska teorierna om uppkomst och utveckling av depression. Fem behandlare och teoribyggnare presenteras i var sitt kapitel, däribland Freud, Klein och Winnicott. Trevor Lubbe beskriver på ett åskådligt sätt hur deras teorier dels överlappar, dels skiljer sig från varandra. Ur det genomgångna materialet sällar han sedan fram den "brittiska objektrelationsteorins" syn på depression och behandling av depression.

NEDAN FÖLJER ett försök till sammanfattning av viktiga punkter i Trevor Lubbes kritik av samtida kunskap och behandling av depression:

- Den samtida synen fokuserar på symtom och man försöker inte förstå vad depression faktiskt är. Ambitionen att beskriva depression i avgränsade kategorier, som i DSM-systemet, har lett till en förenkling där endast ytan kommit med. Adekvata reaktioner på svåra livserfarenheter skiljs inte ut från sjukliga depressionsreaktioner eftersom symptomen kan se lika ut. Vilken tidig anknytning patienten har eller inte har i sin personhistoria, vilka psykiska försvar patienten använder, frånvaron eller närvaron av vissa personlighetsdrag är alla faktorer av stor vikt, som i dag inte beaktas tillräckligt.

- Den moderna termen bipolär sjukdom röjer ett fatalt missförstånd. Depression är en enpolig cyklisk process och måste förstås som sådan. Det maniska försvaret måste arbetas igenom, annars kommer patienten att vara prisgiven åt det ena återfallet efter det andra.

- Man har inte längre någon tydlig differentiering mellan naturlig och patologisk depression.
- Barn och ungdomar behandlas som minivuxna; det finns lite forskning på dessa populationer. Man har inte tillräckliga kunskaper i utvecklingspsykologi och urskiljer inte ålderstypiska reaktioner på ett adekvat sätt. När det gäller de vanligaste läkemedlens långsiktiga effekter på en hjärna under utveckling finns inga forskningsresultat.
- I nästan all befintlig forskning, där antidepressiva läkemedel kombinerats med psykoterapi, är det korttidsterapi som gäller och för det mesta kbt.
- Det har gjorts alldeles för få långtidsuppföljningar av depression och depressionsbehandling. Huvudmålet har varit "vetenskaplighet", till priset av förståelse av depression, och depression sett i ett livssammanhang.

I SISTA DELEN av boken beskrivs likheter mellan sorgearbete och drömarbete. I de tre sista kapitlen illustrerar författaren vad han menar med att se depression i ett livssammanhang. Freud, Klein och Bion genomled alla svåra depressioner. Lubbe återger intressanta avsnitt ur deras självbiografier och berättar om viktiga händelser i deras liv, samtidigt som han beskriver förloppet i deras depressioner. För att ge en slags sammanfattning av dessa tre kapitler använder jag ett av författarens citat från Melanie Klein. Hon hävdade att "depression löper genom hela livscykeln och bottnar i en psykisk kamp som sträcker sig ända från spädbarnsåldern". Om man inte klarar den kampen adekvat för varje utvecklingsstadium, kommer den att återupprepas i modifierade former i vuxenlivet.

Boken saknar enligt min mening ett kapitel som summerar slutsatserna, naturligtvis med oundvikliga teoretiska upprepningar, men där bokens övriga infallsvinklarna funnits med. Bland de nämnda teoretikerna saknade jag Harry Guntrip. Flera av kapitlen kräver relativt god förtrogenhet med psykodynamisk terminologi. Som helhet framstår Trevor Lubbes bok som ovanligt välskriven, berikande och viktig.

ANNA-LENA CARLBERG
Psykolog och psykoterapeut
Publicerad i mars 2011