

RELATIONELLA PERSPEKTIV PÅ PSYKOTERAPI

Av Rolf Holmqvist

Liber, 2007

Recensent: Marianne Nygren, psykolog, Fil dr, psykoterapeut

Läs recensionen

Psykoterapi ur relationella perspektiv

Rolf Holmqvists är professor i klinisk psykologi vid Linköpings universitet. Hans bok handlar om relationella perspektiv på psykoanalytisk psykoterapi såsom perspektiven har vuxit fram och ter sig i dag, då man talar om och också utbildar psykoterapeuter i relationell psykoterapi. Boken ger en överblick av en pågående utveckling. Det rör sig inte om en ny skolbildning eller en sluten modell, utan om en utvidgning av teoretiska, filosofiska, psykologiska och tekniska aspekter. Det relationella perspektivet är en intersubjektiv "tvåpersonpsykologi"; mötet mellan två personer kan skapa erfarenheter som går utöver de enskilda individernas världar.

Relationell psykoterapi förhåller sig dialektiskt till olika teorier och metoder. Inre konflikter är inte i fokus, utan mötet mellan våra inre självförstärkande processer och omvärlden ställs i centrum. Psykoterapi bör erbjuda möten med en emotionellt närvarande terapeut snarare än med en neutral experthjälp. Samspelet terapeut/patient i sig är föremålet för det terapeutiska arbetet och representerar inte något utanför terapirummet. Samspelet är i fokus för förändringar i förmågan att tolerera, acceptera och nyfiken undersöka sig själv i relation med en annan människa.

Historik och perspektiv

Boken ger en översikt av olika sätt att se på relationens betydelse inom psykoanalytisk tradition; om överföring och motöverföring och den information de ger, om terapirelationen som förutsättning för behandling, som i sig kurativ, som grund för förståelse eller som att kompensera patienter för vad som brustit tidigare i livet. Man får en bild av trådar som vävs samman till en grund för den relationella psykoterapin - influenser från interpersonella, självpsykologiska, objektrelationsteoretiska och anknytningsteoretiska perspektiv. Förgrundsgestalter och väsentlig forskning skildras. Författaren återkommer åtskilliga gånger till psykoanalytikern Stephen

Mitchells banbrytande insatser. Dennes beskrivning av fyra nivåer av relaterande betonas särskilt; samspelet och rörelsen mellan dessa är central i relationell psykoterapi.

Möjlig kunskap

Kunskapsteoretiska aspekter och en postmodern syn på människan belyses och ger en bild av den relationella psykoterapins epistemologiska placering. I kontrast till en realistisk kunskapssyn förespråkar den relationella traditionen konstruktivistiska och socialkonstruktivistiska synsätt. Man utgår inte från att det finns en "sann sanning med stort S"; allt som sker i terapirelationen är samskapat och därmed av överföringskaraktär.

Den omgivande, ständigt föränderliga och omskapande sociala, kulturella och filosofiska omvärlden bidrar hela tiden till utvecklingen av de relationella perspektiven. Författaren är kritisk till naturvetenskapliga realistiska sanningsbegrepp och diagnosrelaterade målformuleringar, som tillsammans med en tilltro till teknikens betydelse präglar dagens krav på evidensbaserad psykoterapi. Människan ses inte som ett homogent subjekt som vi kan formulera sanningar om; kontextens betydelse och en syn på människans själv som multipelt och ständigt föränderligt är centrala i ett relationellt perspektiv.

Samspel och relation som botande kraft

Samspelsforskning, särskilt forskning om samspelet förälder/barn, har stor betydelse inom det relationella perspektivet. Kunskap om utvecklingsprocesser ger förståelse för den psykoterapeutiska processen. Men det är inte traditionella, generella utvecklingspsykologiska formuleringar där utvecklingsfaser följer efter varandra som står i fokus, utan psykoanalytiskt förankrad forskning i Daniel Sterns anda om föräldrars och barns samspel. Insatser av framstående forskare och terapeuter illustrerar utbytet mellan utvecklingsaspekter och formuleringar om psykoterapi. Ett exempel är hur Winnicotts tankar om lekförmåga, övergångsobjekt och mellanområde varit betydelsefulla för formuleringar om mentaliseringsförmåga som de utformats av Fonagy. Som exempel på paralleller mellan samspelet förälder/barn och terapeut/patient nämns Sterns bok "Moments of meeting" där flera sådana möjliga paralleller lyfts fram.

Det debatteras intensivt vilka aspekter av psykoterapi som kan tillskrivas ett kurativt värde, methodspecifika eller gemensamma. Författaren går inte in i debatten men framhåller att det finns goda skäl att fördjupa förståelsen för de gemensamma

faktorerna i psykoterapi. Att som många se alliansen som en enskild aspekt med kurativ kraft blir dock inte meningsfullt ur ett relationellt perspektiv. Detta beror på att allt relaterande i relationell terapi anses vara av överföringskaraktär.

Terapeutens roll

Terapeuter är experter på samtal och utbildade och tränade i att arbeta i en relation där han eller hon kan vara indragen i patientens mönster, se detta, ställa sig utanför spänningsfältet och kommentera det. Synen på terapeuten som projektionsskärm, som neutral och med insikt om sitt eget bidrag, grundar sig på en kunskapsteoretiskt realistisk uppfattning om att det finns en oberoende sanning om patienten att se och förtydliga. Detta blir med ett relationellt konstruktivistiskt perspektiv orimligt, liksom föreställningen om terapeuten som en expert med tolkningsföreträde när det gäller det som sker i relationen med patienten. Det centrala är att terapeuten är emotionellt närvarande, accepterar sin ständiga subjektivitet och låter patienten utvecklas genom den förståelse han eller hon i sin tur kan utveckla för terapeuten som subjekt.

Inte ett perspektiv utan dilemman

Författaren tar i olika sammanhang upp dilemmat att inte vara expert men samtidigt vara den som vet när patienten har bäst nytta av en intervention. Trots tvåpersonersperspektiv och fokus på det intersubjektiva samspelet, måste terapeuten vara den expert som kan göra rätt sorts interventioner vid rätt tillfälle. Terapeuten måste vara en auktoritet, och samtidigt hela tiden låta denna aspekt av terapeutrollen problematiseras. I sitt slutord tar författaren upp ett dilemma som jag ser som särskilt väsentligt för psykoterapi inom den offentliga sektorn: "När uppmärksamheten så tydligt läggs på samspelet i terapisisituationen kommer andra aspekter i skymundan. Det relationella perspektivet rymmer en medvetenhet om det sociala och kulturella sammanhang som terapin sker i, men det innebär också ett ständigt återförande till hur dessa faktorer gestaltas i den terapeutiska relationen. Nyfikenheten på det dyadiska samspelet kan också ge skygglappar".

Boken visar att det är nödvändigt för psykoterapeuter och forskare att orka finnas i ett spänningsfält mellan klarhet och tvetydighet, som är i ständig rörelse och utveckling. Vi måste acceptera komplexiteten i den psykoterapeutiska processen, forsknings- och behandlingsmässigt ha en bredd i vårt synsätt och ta till oss influenser som inte är psykoanalytiska.

Mina kritiska synpunkter på boken är främst av redaktionell karaktär. En framställning av den här arten måste behandla ett stort och svåröverskådligt material

på ett begränsat utrymme. Det ställer krav på balans mellan djup och bredd. En bättre redaktionell genomarbetning hade varit önskvärd. Den i inledningen utlovade framställningen i tre huvuddelar går inte riktigt att återfinna i innehållsförteckning och kapitelindelning. Skilda kapitel hade i flera fall vunnit på att slås samman.

Kapitelrubriker som: 'Terapeutens frihet'; 'När terapeuten dras in'; 'Hur bidrar terapeuten?' kunde ha organiserats i ett kapitel med underrubriker. Sakregister och författarregister skulle också göra boken mer lättillgänglig.

MARIANNE NYGREN

psykolog