

F-16

Relasjoner, dialektikk og psykodynamikk

Schibbye A-LL.

Relasjoner

Et dialektisk perspektiv på eksistens- og psykodynamisk psykoterapi. 426 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2009. pris NOK 429. ISBN 978-82-15-01525-5



Forfatteren har brukt sitt faglige liv på å forsøke å integrere eksistensialisme, dialektikk (Hegel) og psykoanalysen i sin virksomhet som ektepar-familie- og individualterapeut og som klinisk

forsker. I denne boken vil hun gi leseren det hun nå står igjen med av forståelse av relasjoner, hvordan de utvikles fra det nyfødte barnet og til voksne relasjoner, og hvordan de kan produsere og opprettholde psykisk lidelse. I teksten veksler hun stadig mellom

det filosofiske, empirisk psykologiske og kliniske nivået. Boken må derfor leses langsomt. Den røde tråd i kapitlet eller avsnittet blir i blant borte. Forfatterens ambisjonsnivå er tydeligvis å få med «alt» som er sagt eller gjort eller erfart med henblikk på relasjoner. Men det gjør den mer til en oppslagsbok enn en fortelling om relasjoner eller psykoterapi. Innimellom all teori oppdager man små kliniske perler som viser forfatterens årelange erfaring som terapeut.

Hovedpoengene kan muligens oppsummeres slik: I arbeidet med hjelpsøkende mennesker er det nødvendig å huske at vår intrapsykiske verden står i et stadig virksomt forhold til de menneskene vi står i ytre relasjoner til. Dette innebærer at vi kan legge inn i «den andre» deler av vår egen indre verden som vi må kvitte oss med for å overleve psykologisk (vår dødsangst, vår angst for tap, for å bli invadert, for forbudte følelser), samtidig som vi kan bli mottakere av deler av «den andres» indre verden og på den måten bli verdifull for den andre, men også få påført oss den andres indre vanskeligheter. Det evige dilemmaet i forhold til nærstående mennesker er avgrensning-tilknytnings-dilemmaet. Vi kan også ubevisst «samarbeide» med hverandre om å holde utålelige følelser og tanker borte fra bevisstheten. Siden en viktig del av dette samspillet foregår utenfor bevisstheten, kan vi dermed låses fast i samspill ingen av oss ønsker. Vi kommer først videre når vi blir oss bevisst hva som foregår, hvilke følelser og opplevelser vi er redd for og ikke tør dele. Hovedintervensjonen for å hjelpe andre til å komme ut av fastlåste samspill, er å utøve den holdning som forfatteren vidt definerer som «anerkjennelse», anerkjennelsen av min egen og den andres rett til å eksistere i verden med de følelser vi har.

Dette er ingen innføringsbok i relasjonsforståelse eller relasjonsorientert psykoterapi for leger flest. Dertil er den for omfattende, ufokusert og ordrik. Men blant de viderekomne, som ønsker å jobbe med sine pasienters og/eller egne relasjoner i et dialektisk perspektiv, tror jeg mange vil kunne finne noe som kan inspirere eller gi et «gjenkjennelsens sjokk».

Per Vaglum

Avdeling for atferdsfag
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo