

# Mot en ny psykodynamisk teori. Del 2

## Teori & praktik i förändring.

### Är psykoterapin i en kunskapskris?

I en tidigare artikel har jag diskuterat brister i den psykoanalytiska teorin och problematiserat en del kring psykoanalytikernas attityd till omgivningen (Wånge, 2018b). De största ofullkomligheterna kan hänföras till anspråken på generaliserbarhet och på kunskaps-teoretisk objektivism. Detta innebär att teorins tillämpningsområde är något mindre och något annorlunda än vad flera av dess företrädare har hävdad, vilket är något som måste tydliggöras. Kanske kan man uttrycka det som Sullivan (1953) som menade att (psykiskt) utvecklingsarbete delvis handlar om ”att rensa bort ogräset” så att de friska delarna får bättre utrymme. Dessutom är alla teorier naturligtvis definierade av vad de uttalar sig eller inte uttalar sig om och av teoretikernas egna begränsningar eller blinda fläckar, något som är speciellt relevant när det handlar om studier av vårt psyke.

Psykoanalysen har haft en speciell attityd till omgivningen som ibland innefattat avståndstagande och distansering. De psykoanalytiska föreningarna har ofta varit slutna hierarkiska domäner i rivalitet med varandra och utan större kontakt med omgivningen annat än via sin kliniska patientverksamhet. En annan anledning som gjort det svårt för många att närma sig psykoanalysen är många företrädares brist på nyanterade förhållningssätt till Freud eller kanske framför allt till två av revisionisterna: Klein och Lacan. Inte sällan har det uppstått sektliknande konstellationer runt enskilda uttolkare vilka ibland fått status som någon slags överstepräst. Sammantaget har denna situation starkt skadat uppfattningen om psykoanalysens stora reella meriter och potential. Vi kan också konstatera att psykoanalysen under de senaste två decennierna också har mötts med mycket skepsis och kritik och kanske nu också befinner sig i kris.

Inte desto mindre råder det ingen som helst tvekan om att Freud och psykoanalysen tillhör något av det mest inflytelserika inom såväl psykologin som inom den allmänna västerländska kulturella sfären (film, litteratur, teater, konst). Även om psykoanalysens relation till empirisk forskning både är komplicerad och ofta har varit infekterad, så ligger den psykoanalytiska idétraditionen bakom en ansenlig mängd, kanske till och med majoriteten av grundantaganden och hypoteser i akademisk forskning om psykoterapi.

### Psykoanalysens självbild

Freud såg sig själv som den ensamme upphöjde ledaren av psykoanalysen och betonade lojalitet och samsyn. Han var självkritisk och gjorde ständiga revisioner eller tillägg till sina teorier men tålde samtidigt inte mycket kritik om den kom från någon annan. Freud beskrev sig själv som en (självvald) ensam och isolerad Robinson Crusoe på en öde ö – i *splendid isolation*. Han hävdade att han mest blev motarbetad, ignorerad och hånad (Freud, 1914, s. 461).

Men sanningen är snarare att Freuds arbeten alltid har bemötts, såväl positivt som negativt. Faktum är att psykoanalysen snabbt växte sig stark under efterkrigstiden och nådde sin stora guldålder under 1950–60-talen i USA. Problemet är istället att Freud oftast antingen har okritiskt anammats eller sågats av vid fotknölnarna. Det finns alldeles för mycket myter och idealisering kring Freuds person och hans arbete även i mycket erkända biografier som i Ernest Jones

(1953) och Peter Gays (1988) och även rena felaktigheter, som senare biografier till exempel Louis Breger (2000) och Elisabeth Roudinesco (2014) har påvisat.

Inom den psykoanalytiska historien har man inte sällan haft en attityd av att ingenting var känt om den mänskliga naturen före Freud. 1968 fick Charles Rycroft en artikel refuserad av the International Institute of Psychoanalysis när han försökte introducera ett nytt begrepp med hjälp av fallbeskrivningar. Det som gjorde artikeln oacceptabel var en *ablationsidé*. Denna innebar att patienten suddat ut sina föräldra-introjekt och lever med en föreställning om att ha skapat sig själv. Problemet var att idén också kunde syfta på psykoanalytikerna själva. Enligt Rycroft var det inte omgivningen som förkastade Freuds arbeten utan det omedvetna behovet hos de tidiga psykoanalytikerna av att utgöra en elit (Bergmann, 2004).

Historiskt sett har psykoanalysen upprätt mycket kyligt i förhållande till akademien och andra kunskapsdiscipliner. Det var först i samband med spädbarns- och anknytningsforskningens genombrott på 1970–80-talet som man började närma sig varandra i en process som därefter har fortsatt via mentaliserings- och affektregleringsteorin och neuropsykoanalysen. I Sverige har denna konflikt mellan psykoanalys och akademisk psykologi varit ansenlig.

### Revolution inom metateorin

Den relationella psykologen Stephen Mitchell (1993) menar att det varit (och fortfarande pågår) en revolution inom metateorin. Detta beror inte minst på förändringar i den allmänna vetenskapsteorin, runt sanningsbegreppet, relativism och med upptäckten om vetenskapsmannens oundvikliga personliga deltagande i kunskapsprocessen, enligt vetenskapsfilosofen Michael Polanyi.

Mitchell menar att den psykoterapeutiska situationen utgör en kraftfull arena för att skaffa sig övertygelser, *breeding ground for convictions*. Det rör sig om en intensiv relation, där man diskuterar detaljer och beskaffenhet om patientens livshistoria och erfarenheter, som ofta har en mycket kraftfull påverkan på patienten. Både terapeut och patient får därför en stark tilltro till den berättelse som skapas i terapin, om avgörande händelser, livsmönster, med mera. Men detta kan skapa stora problem om det som framkommer i terapin används i andra sammanhang eller betraktas som objektiva fakta istället för som meningskonstruk-

tioner. Ett formidabelt skräckexempel på detta här i Sverige är Thomas Quick-affären.

Den traditionella psykoanalytiska litteraturen är fylld av sanningsanspråk, *claims to Truths*, hävdar Mitchell. Ett exempel är självsäkra uttalanden av inflytelserika psykoanalytiker som till exempel Richard Sterba. Man betraktade den psykoanalytiska teorin som en karta över psykets underliggande struktur – och var förvissad om att denna var riktig, helt enkelt eftersom man dagligen varit där med sina klienter. Charles Brenner menade att den person som hade störst möjlighet att förstå en patients konflikter, var dennes analytiker. Det är eller var i alla fall inte patienten! Analytikern förmedlar sanningen till patienten som påverkas starkt. Men trots allt, fungerar detta, i alla fall oftare än inte, tillägger Mitchell.

Denna slå-sig-för-bröstat-attityd utgör en anledning till att psykoanalysen har hamnat i en auktoritets- och

kunskapskris från 1980-talet och framåt. Kritiken har lett till ett nytänkande, men inte så mycket vad gäller teorin som vad gäller den så kallade metapsykologin – teorin om teorin, menar Mitchell. Men strikt kunskapsteoretiskt sett går det inte att göra en uppdelning mellan olika faktanivåer. Teori och metateori utgör bara olika benämningar, två olika föreställningssätt, som ibland kan vara av pedagogiskt värde. Vår syn på vetenskapen som objektiv, utgör också en mänsklig föreställning, men detta insåg inte Freud, menar Loewald (1974), delvis beroende på att han levde i en annan tid.

Freud kallar ibland metapsykologin för *häxan*. När man inte förstår eller vet svaren då måste häxan stå tillreds, det vill säga häxan metapsykologi, vilket innebär spekulerande och teoretiserande och i det närmaste fantiserande. (Freud, 1937, s. 327). När det gäller denna spekulativa överbyggnad om den så kallade



FOTO LENA LILJESTRAND

psykiska apparaten skriver Freud att varje del utan skada kan offras eller bytas ut, när helst den har visat sig vara otillräcklig för sitt ändamål (Freud, 1925, s. 528). Men om vi studerar den psykoanalytiska historien så har detta i praktiken visat sig allt annat än lätt (Wänge, 2016; 2018a)!

### Vad är psykoterapeutisk kunskap?

Vilken slags kunskap kan en psykoterapeut göra anspråk på? frågar sig Mitchell (1993) i sin analys. Psykoanalysen har bemött den metapsykologiska krisen med tre olika skoloroende strategier med hänvändelse till: 1) empiri, som innebär att man söker stöd utanför psykoanalysen 2) fenomenologi, som en strategi för att minska det teoretiska inflytandet och 3) hermeneutik/socialkonstruktivism, som innebär en ny kunskapssyn. Mitchell menar att de två förstnämnda strategierna leder till en återvändsgränd och att en reviderad syn på epistemologin åt det socialkonstruktivistiska hållet är den enda framkomliga vägen. Det är också denna väg som de flesta relationella psykologer har tagit.

Inom den relationella psykologin har relationen till empirisk forskning diskuterats flitigt och lett till två ståndpunkter. Den första innebär att man av taktiska skäl skall *play the scientific game* (psykoterapiforskaren Hans Strupps uttryck) – det vill säga *låtsas* att forskningen är överordnad och acceptera att evidens och RCT-studier utgör den ultimata forskningsdesignen. Den andra ståndpunkten innebär att det inte skall finnas någon förutbestämd kunskaphierarki utan att forsknings- och kliniska fallstudier bara utgör två olika slags kunskap – av oändligt många perspektiv. I grunden är man i stort sett överens om begränsningarna i värdet av empirisk forskning (Hoffman, 1991; 2009). Det verkar som den senare ståndpunkten har börjat överväga.

Vad gäller den psykoanalytiska utvecklingspsykologin finns det en del högst diskutabla inslag. Den har uppkommit genom evidens från det analytiska klientarbetet vilket skiljer sig en del från den (experimentella) empiriska forskningens metoder. Klyftan mellan klinisk och akademisk psykologi har dessutom inte gjort saken lättare. I den psykoanalytiska teorin finns antaganden som är svåra eller omöjliga att verifiera empiriskt, till exempel hänvisningar till erfarenheter från spädbarnsåldern. Detta har bidragit till en del mera spekulativa inslag i teorin. Till exempel är

antagandena om spädbarnets inneboende aggressivitet i den kleinianska teorin mycket tveksamma (Seligman, 2018). Det är naturligtvis inte bra med felaktiga grundantaganden även om psykoterapi i övrigt kan ha ett värde för patientens narrativ och meningsskapande. Detta sätter fingret på ett generellt och stort kunskaps-teoretiskt problem för psykoterapi som hela tiden måste arbeta i gränslandet mellan det subjektiva och det objektiva.

Den freudianska teorin om psykosexuella utvecklingsfaser som ersätter varandra har ifrågasatts av Daniel Stern (2015), som istället menar att orala, anala och genitalla tendenser finns med oss hela livet igenom. Även de övriga, från driftsteorin genererade begreppen om Oidipuskomplex och könsidentitetsutveckling är högst tveksamma. De utgör möjligen olika psykologiska mönstervarianter som kan uppstå, men de kan inte göra anspråk på att utgöra en generell utvecklingspsykologi (Wänge, 2018b). På ett sätt lade Freud grunden för en utvecklingspsykologi genom sin idé om barndomens betydelse. Men samtidigt fanns det inte mycket av framåtgående utveckling i hans centrala driftsteori som istället betonade kontroll och tämjandet av instinkter, menar Seligman (2018).

Två av de mest kritiserade antagandena har varit Mahlers antagande om ett initialt *autistiskt stadium* och ett *symbiotiskt stadium* hos spädbarnet, där forskningen istället tydligt har visat att spädbarnet har en kommunikativ förmåga från första stund. Men saken kan trots allt vara mera komplicerad än så. Mitchell (1993, s. 238, n 8f) hävdar att empirisk forskning inte har fungerat och inte kan fungera som en slutgiltig domare för vilken utvecklingsteori för spädbarnet som är mest giltig. Han hänvisar till en debatt mellan Daniel Stern och Fred Pine om Mahlers centrala *symbiosbegrepp*. Hon menade att spädbarnet lever i en suddig, sammanblandad värld där det varken kan skilja ut sig själv från andra eller skilja mellan olika signifikanta personer. Stern visade att spädbarnets perceptuella och kognitiva förmågor för differentiering var bättre än någon tidigare kunnat ana, och tillbakavisade därmed Mahlers antagande om en senare, gradvis utveckling med utgångspunkt från en sammanblandning med modern. Men Pine försvarade delvis Mahlers symbiosantagande och hävdade att bara för att spädbarnet *kan* diskriminera mellan sig själv och andra behöver det inte innebära att det *gör* så hela tiden. Här kunde alltså empirisk forskning påvisa existensen av en

förmåga, men inte om, hur eller när den används! Det finns till exempel forskning som visar att spädbarnet kan vända bort blicken – kanske för att försvara sig mot för intensiv stimulans, vilket skulle kunna vara ett stöd åt Mahlers tes.

Empiriska data kan vara viktiga för att vässa eller förbättra våra teorier, men de kan inte bistå oss med något slutgiltigt kriterium för att avgöra valet mellan olika teorier, menar Mitchell (1993). Hans exempel visar på skillnaden mellan naturvetenskapens passiva forskningsobjekt och studier av en levande, reflekterande människa med egen makt, vilja och valförmåga, så kallad *agency* – en aspekt som för övrigt till stor del lyser med begreppslig frånvaro i den traditionella psykoanalytiska teorin.

### Vad står psykoanalysen i Sverige idag?

Hur presenterar sig psykoanalysen idag? På den svenska psykoanalytiska föreningens hemsida ([www.spaf.a.se](http://www.spaf.a.se)) finns tre introduktionsvideor med psykoanalytikern Björn Salomonsson. Här går man igenom en del karikatyrer över eller vanföreställningar om psykoanalysen som de svenska psykoanalytikerna tror att allmänheten har. Det är en bild som säkert stämmer i många fall. Mera intressant är hur dessa föreställningar har uppstått och i vilken mån psykoanalysen själv bidrar till dessa? Jag skall använda Salomonssons framställning som en utgångspunkt för en kritisk diskussion, som främst resulterat i en jämförelse med den relationella psykoanalysen som jag själv är mest förtrogen med.

Salomonsson inleder med en klichéartad bild av psykoanalysen, där det sitter en gammal gubbe med skägg, cigarr, anteckningsblock och lyssnar, medan patienten ligger på en soffa och pratar. Salomonsson förklarar att han sitter utom synhåll för att kunna koncentrera sig på sitt lyssnande. Patienten har ingen ögonkontakt med analytikern och slipper onödig stimulans i synfältet för att kunna koncentrera sig på sina tankar. Detta utgör *ett sätt* att arrangera den terapeutiska situationen som kan ha sina kvaliteter. Men divanen har också ifrågasatts eftersom den samtidigt begränsar den icke-verbala kommunikationen jämfört med ett sittande ansikte-mot-ansikte arrangemang. En trolig anledning till ifrågasättandet kan vara det ökade genomslaget av affekt- och anknytningsteori. Inom den relationella psykoanalysen ser man affektreglering här-och-nu som ett komplement till intellek-

tuell insikt som ett terapeutiskt mål. Därav har de flesta övergivit soffan helt, medan en del terapeuter låter patienten välja mellan att sitta eller ligga ner.

Nästa föreställning rör terapeutens förhållande till teorin. Psykoanalytikerna har sin egen teori, säger Salomonsson. Får man sina tolkningar accepterade av patienten är allt gott och väl. Men vill patienten inte kännas vid det hela – då gör denne *motstånd*. Förhållningssättet leder till en självuppfyllande profetia där analytikern alltid har rätt. Som nämnts ovan (Sterba och Brenner) har det funnits en hel del i den psykoanalytiska attityden (själv tillräcklighet och attityden till akademien) som givit näring åt denna föreställning. Inom den relationella psykologin erkänner man naturligtvis att vi alla gör olika psykologiska försvarsmanövrar för att undvika ångest, och att vissa situationer blir oss övermäktiga (trauman) och därför dissocieras och blir till svåråtkomliga oformulerade erfarenheter. Motstånd tillhör den individualpsykologiska begreppsapparaten som därmed automatiskt lägger orsaken hos patienten, men motstånd kan också primärt komma från terapeuten. Det vanligaste är kanske ett dissociativt samspel mellan terapeut och patient. Begreppet motstånd gör inte rättvisa åt komplexiteten i dessa fenomen och det används i princip inte inom den relationella psykoterapin.

En tredje aspekt handlar om barndomens betydelse. Salomonsson menar att patienten kan använda sin taskiga barndom som alibi för att slippa eget ansvar. Även denna punkt har varit föremål för diskussion. Mitchell (1988) menade att psykoanalysen var behäftad med en utvecklingspsykologisk slagsida – *a development tilt*. Både teoretiskt och kliniskt har man betraktat patienten som ett barn som stannat kvar i barndomen och som kanske aldrig kommer att bli vuxen. Detta finns både i begreppsapparaten och på klinisk nivå: infantila impulser, objektrelationskolans ”barnet inom oss”, primitivt ses som liktydigt med tidigt, objektrelationskolans ignorans av den vuxna sexualiteten (Green, 2000), etcetera. Paul Wachtel (2008) har kritiserat den psykoanalytiska defaultpositionen – *standardinramningen*, dels för dess arkeologiska modell och dels för att man har haft ett för snävt fokus och inte tillräckligt tagit med patientens vardagsliv och vardagsrelationer utanför terapirummet.

Därefter talar Salomonsson om det *omedvetna* och föreställningen om att detta är det enda som intresserar analytikern. Det omedvetna är en grundpremiss för



all psykodynamisk teori. Den relationella psykoanalysens syn på *det omedvetna* skiljer sig från den klassiska psykoanalysens, som betraktade detta individualpsykologiskt, som en färdigformulerad, entitet *belägen i patientens psyke* baserad på borträngning. Istället betraktar den relationella psykoanalysen det omedvetna som en samskapande process mellan patient och terapeut. Det omedvetna kan framträda efter en tids processande, av det som av tidigare varit dissocierade omformulerade erfarenheter, främst förstås från patienten (Stern, 2015). Men också terapeutens personliga erfarenheter kommer ovillkorligen att vara inblandade helt enkelt eftersom det inte är möjligt att formulera några mera avancerade tankar utan referens till egna erfarenheter. Salomonsson talar även här om faran med att analytikern kan "sätta sig på sina höga hästar" och inte heller vara intresserad av patientens vardagssituation och hela liv. Han nämner också en risk för navelskåderi. Dessa risker får bedömas som större när man har den klassiska individualpsykologiska synen på det omedvetna jämfört med ett mera ömsesidigt relationellt arbetssätt.

Att allt-handlar-om-sex är förstås en vanlig föreställning. Denna är högst adekvat sett mot psyko-

analysens grundläggande motivationsteori bakom allt beteende: *driftsteorin*. Denna ensidighet har varit en av den relationella psykologins huvudsakliga föremål för kritik (förutom en-personspsykologin och den objektivistiska kunskapsteorin), mot den klassiska psykoanalysen. "Sex without Drive (Theory)" heter ett av kapitlen i Mitchells *Relational Concepts* (1988, kap. 4). Här omtalas sexualiteten som en viktig dimension – en drivkraft bland många. Den är lika mycket ett redskap eller verktyg som kan användas på en mängd olika sätt (förförelse, makt, bestraffning, manipulation, identitet, etcetera) i relationella sammanhang än bara dess egenvärde som lusttillfredsställelse (Wänge, 2018b).

Salomonsson talar om *abstinens* – en av den klassiska psykoanalysens tre grundpelare vid sidan om neutralitet och anonymitet som alla handlar om restriktioner som ofta begränsar den terapeutiska processen (Aron, 1996; Cohen, 2005; Mitchell, 1997). Många terapipatienter har berättat om hur de känt sig avvisade av tystlåtna, kyliga och distanserade terapeuter och terapeuterna har å sin sida vittnat om hur de måst tvinga sig själva till onödigt strikthet och formalitet som känts långt ifrån sitt naturliga sätt att vara.



FOTO INGEGERD WACHTMEISTER

Grundpelarna har därför ifrågasatts av den relationella psykologin som menar att dessa både är ouppnåeliga och i vissa fall också tveksamma (Wånge, 2016).

Salomonsson vill göra en distinktion mellan psykoanalys (upp till fyra gånger per vecka) och psykodynamisk terapi (färre sessioner per vecka). Som synes är dessa kategorier inte ömsesidigt uteslutande. På samma sätt hävdar den relationella psykologin att det inte går att hitta något entydigt differentieringskriterium – det finns bara ett kontinuum av olika psykoanalytiska/psykodynamiska arbetssätt. Distinktionen infördes framför allt i ett försök att skydda psykoanalysens ”renhet” under psykoanalysens guldålder i efterkrigstiden när stora makt- och ekonomiska intressen stod på spel (Aron & Starr, 2013; Wånge, 2016).

Salomonsson framställer terapin som en intensiv känslomässig relation för båda parter och presenterar begreppen överföring och motöverföring. Han exemplifierar med ett grovhugget exempel för att visa att det skulle vara totalt kontraproduktivt att leva ut motöverföringen. Även på denna punkt är den relationella psykologin kritisk mot den traditionella psykoanalysen. Begreppsmässigt går det inte att särskilja överföring från motöverföring, det är snarare en och samma dimension. Salomonsson har en mekanistisk metafor med två kuggjul som griper tag i varandra. Den relationella psykologins metafor skulle till exempel kunna vara två vätskor, en gul och en blå, som när de blandas bildar olika nyanser av grönt. Man menar alltså att det *inte alltid är* kontraproduktivt att avslöja sin motöverföring, även om det är ett mycket svårt och delikat ämne om hur detta på bästa sätt skall kunna göras. Mentaliseringsteori och Jessica Benjamins bekräftelse och igenkänningsteori (Wånge, 2017; 2018a) har tydligt visat vikten av att förstå att det finns andra psyken som tänker själv och på ett annat sätt.

*Selfdisclosure*, självutlämnande, det vill säga hur transparent terapeuten kan vara, är därför ett synnerligen välanalyserat och väldiskuterat ämne inom den relationella psykologin. Det är svårt att hitta en bra översättning som gör rättvisa åt begreppet. Det handlar inte om vad analytikern *innehållsmässigt* kan avslöja om sig själv eller inte, utan om samskapande och delaktighetsprocessen i den terapeutiska berättelsen. Ibland kan det bästa vara en traditionellt tyst, väl processad, genomarbetad motöverföring som utmynnar i en noggrant formulerad tolkning. Andra gånger kan patienten vara mer betjänt av att få en mera opro-

cessad direktrespons från analytikern. Mitchell (1997) utgår från fallbeskrivningar från några olika terapiinriktningar och jämför med sin egen fallbeskrivning av *Andrew*. Detta ger en provkarta på mycket diversifierade användningar av motöverföringen och varierande grader av transparens hos terapeuten. Mitchells poäng är att det finns många olika sätt och att det inte kan finnas några absoluta förbestämda regler för hur motöverföringen skall användas.

Slutligen hävdar Salomonsson att det psykoanalytiska målet är ett förutsättningslöst sökande, med terapeuten som en van reskamrat. Här är den relationella psykoanalysen i stort sett i linje med Salomonsson med sin syn på den psykoterapeutiska processen som *emergent* och något utöver ett konkret naturvetenskapligt tänkande (Stern, 2015). Men den relationella terapin är en tämligen metodneutral metateori. Metoden skall inte vara bestämd i förväg, utan måste konstrueras speciellt för varje terapi eftersom denna utgör ett unikt, icke-reproducerbart möte mellan två unika individer. Den relationella psykoterapin har dessutom en bredare målsättning med ökad betoning på affektreglering i här-och-nu situationen jämfört med klassisk psykoanalys. Ett annat mål är att patienten skall få möjlighet till nya emotionella upplevelser – något som tidigare förkastats av det psykoanalytiska etablissemangen, efter Franz Alexanders något missvisande begrepp *korrigering emotionell upplevelse* (Aron & Starr, 2013). Sammanfattningsvis menar jag att modern (relationell) psykoanalys/psykodynamisk terapi i många stycken kan bedrivas som ett ännu mera förutsättningslöst sökande än den smalspårigare variant som Salomonsson målar upp.

### **Psykoterapeutisk kunskap måste vara meningsfull**

Vilket är då psykoterapeutens kunskapsområde? En tillsvidare definition skulle kunna vara:

*Psykodynamisk terapi handlar om de sätt varpå vi organiserar våra erfarenheter och hur vi skapar mening. Målet har ändrats från insikt till autenticitet, frihet att uppleva och fördjupat relaterande.*

Mitchell, 1993)

Om man anlägger ett socialkonstruktivistiskt kunskapsperspektiv så är grundantagandet att människan inte bara sysslar med fakta, psykiskt sett, utan framförallt ägnar sig åt meningskonstruktion och menings-



fullhet. När det gäller mänskligt samspel nöjer vi oss inte med ren information utan frågar oss ständigt: Varför blev det så här? Vad menade hon med att ...? Varför gjorde han (inte) ...? Vad betydde det att ...? Vad ville hon med att ...? Och så vidare. För att svara på frågor av detta slag skapar vi oss orsakskedjor bland våra erfarenheter: det ena ledde till det andra. Men psykologiskt samspel styrs inte av passiva oföränderliga naturlagar utan till stor del av de inblandades viljor, val och intentioner. De samband som uppstår betraktas inom den relationella psykologin som mönster (patterns), istället för som strikta orsakssamband.

Den brittiske psykoanalytikern Christopher Bollas som kunskapsteoretiskt står nära den relationella psykologin, talar om *stumma fakta*. När verkligheten (the real) presenteras för oss skapas det ett kortare eller längre vacuum i vårt tänkande. När en patient berättar om något trauma, då vet jag inte vad jag skall tänka – det skapas ett slags övergångsområde och man vet inte riktigt hur man skall hantera situationen psykiskt sett, menar Bollas. Jag har själv flera gånger mött en variant av detta i det terapeutiska arbetet. Patienten berättar (inte sällan med avsevärda skuldkänslor) att denne inte har känt någon sorg när en förälder avlidit. Det handlar i detta fall inte om blockerat sörjande utan istället om att man haft dåliga relationer och för länge sedan sörjt färdigt den förälder man aldrig haft.

För att fakta skall bli meningsfulla måste man föreställa sig och bearbeta (imagine) dessa. Personer som av någon anledning inte klarar av att bearbeta kan bli faktamissbrukare som bara återkommer till sina hemska livshändelser eller tragiska livsöde som det enda som är betydelsefullt i deras liv, menar Bollas (1995, s. 112f).

Psykoterapeutisk teori är inte en vetenskap i vanlig bemärkelse med tillämpning av framtagna fakta. Psykoterapi är också en unik vetenskaplig aktivitet som försöker inkludera individens subjektiva meningsskapande. Detta skiljer sig från traditionell positivistisk observerande vetenskap, vars metodologi på alla sätt försöker reducera den *subjektiva mening*. Samtidigt skiljer sig psykoterapin från alla andra meningsgenererande system som moral, estetik, filosofi och religion. Det unika består av att målsättningen inte är given av förutbestämda auktoriteter eller teoretiska teser utan att patienten själv måste ta aktiv ställning till hur hon eller han vill leva. Den psykodynamiska terapeuten försöker få patienten att intressera sig för ett speciellt levnadssätt, som utgår från patientens *själv-reflekterande*.

Vi lever i en global turbulent social och politisk omvärldssituation som alltmer tränger sig in i våra terapirum. Den medicinska sjukdomsmodellen för terapi får allt svårare att förklara människors psykiska problem jämfört med förklaringar relaterade till människors övriga levnadsförhållanden. Metod-, teknik- och manualbaserade terapier är individualpsykologiska och skapade för att efterlikna medicinska och naturvetenskapliga modeller. Gemensamt för dessa är att de saknar tillräckligt utrymme för emergens i den terapeutiska processen och för individens subjektiva meningskapande. Det bästa terapeutiska alternativet är ett icke metodfixerat terapeutiskt förhållningssätt – *ett förutsättningslöst sökande*, baserat på modern psykoanalytisk/psykodynamisk teori. Enligt mitt sätt att se det är väl den relationella psykoterapin det förhållningssätt som bäst kan sägas leva upp till detta. ○



TOMAS WÅNGE är leg psykolog och privatpraktiserande psykoterapeut med relationell inriktning vid Linnéstadens Psykoterapiinstitut i Göteborg.

## REFERENSER

- Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds*. N.Y.: Routledge.
- Aron, L. & Starr, K. (2013). *A Psychotherapy for the People: Toward a Progressive Psychoanalysis*. N.Y.: Routledge.
- Bergmann, M. (ed.) (2004). *Understanding dissidence and controversy in the history of psychoanalysis*. N.Y.: Other Press.
- Bollas, C. (1995). *Cracking Up: The Work of Unconscious Experience*. N.Y.: Hill & Wang.
- Breger, L. (2000). Freud. *Darkness in the Midst of Vision*. N.Y.: Wiley.
- Cohen, B. (2005). *The Intimate Self-Disclosure*. *The San Francisco Jung Institute Library Journal*, 24, 2, 31–46.
- Freud, S. (1914). Bidrag till den psykoanalytiska rörelsens historia. *S.Skr.III*. [445–503].
- Freud, S. (1925). Självbiografi. *S.Skr.III*. [504–564].
- Freud, S. (1937). Den ändliga och den oändliga analysen. *S.Skr. VIII*. [315–356].
- Gay, P. (1988/1990). *Freud*. Stockholm: Bonnier.
- Green A. (2000). *Chains of Eros. The Sexual in Psychoanalysis*. London: Rebus Press.
- Hoffman, I.Z. (1991). Discussion: Toward a social-constructivist view of the psychoanalytic situation. *Psychoanal. Dial.*, 1, 74-105.
- Hoffman, I.Z. (2009). Doublethinking our way to “scientific” legitimacy: The desiccation of human experience. *J. of the Am. Psychoanalytic Assoc.*, 57, 1043-1069.
- Jones, E. (1953/1961). *The Life and Work of Sigmund Freud*. N.Y.: Penguin.
- Loewald, H. (1974). Psychoanalysis as an Art and the Fantasy Nature of the Analytic Situation. *Papers on Psychoanalysis*. New Haven CT: Yale Univ. Press.
- Mitchell, S.A. (1993). *Hope and Dread in Psychoanalysis*. NY.: Basic Books.
- Mitchell, S. (1997). *Influence and Autonomy in Psychoanalysis*. N.Y: Hillsdale: The Analytic Press.
- Mitchell, S.A. (1988). *Relational Concepts in Psychoanalysis*. Cambridge, M.: Harvard Univ. Press
- Wachtel, P. (2008). *Relational Theory and the Practice of Psychotherapy*. N.Y.: Guilford.
- Seligman, S. (2018). *Relationships in Development: Infancy, Intersubjective, and Attachment*.
- Stern, D.B. (2015). *Relational Freedom. Emergent properties of the interpersonal field*. N.Y.: Routledge.
- Sullivan, H.S. (1953/1997). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. H.S. Perry & M.L. Gawel (Ed.). N.Y.: Norton.
- Wänge, T. (1993). All You Need Is Love – om auktoritetsproblemet hos Freuds arvtagare & framväxten av objektrelations-teorin. *Psykologtidningen*, 11, 4–9.
- Wänge, T. (2016). Psykoanalysen har många ansikten. *Psykoterapi*, 3, 6–13.
- Wänge, T. (2017). Det Tredje – en ömsesidig bekräftelse- och igenkänningsteori (del 1) *Psykoterapi*, 4, 19–24.
- Wänge, T. (2018a). Det Tredje – en ömsesidig bekräftelse- och igenkänningsteori (del 2) *Psykoterapi*, 1, 25–31.
- Wänge, T. (2018b). Var står den psykoanalytiska/psykodynamiska teorin idag? Del 1. Freuds blinda fläckar. *Psykoterapi*, 3, 24–35.