

Mentalisering

Sigmund Karterud

MD, PhD, professor i psykiatri, Institutt for mentalisering
wkarteru@online.no

Psykologiske begreper kommer og går. De beste av dem evner å finne nye forbindelser der gamle begreper har kjørt seg fast, knytte sammen tidligere atskilte forestillinger og fenomener, stimulere til ny forskning og åpne for nye erkjennelser, øke forklaringskraften overfor komplekse psykologiske fenomener, endre terapeutisk praksis og skape entusiasme hos klinikere og forskere. Mentalisering er et slikt begrep. Det har hatt en bemerkelsesverdig suksesshistorie de siste ti årene. Viktigste enkeltbegivenhet i denne historien er utvilsomt Bateman og Fonagys publikasjon i 2001 om effekten av mentaliseringsbasert terapi (MBT) for borderline personlighetsforstyrrelse. Dette arbeidet fikk avgjørende innflytelse på de første offisielle amerikanske retningslinjene for behandling av borderline personlighetsforstyrrelse.

I debatten som fulgte, fikk MBT stor oppmerksomhet. Legg da til en senere strøm av bøker og artikler fra Peter Fonagy og forskjellige medarbeidere som har utvidet teorien og indikasjonsfeltet for MBT (Bateman & Fonagy, 2006; Allen, Fonagy & Bateman, 2008), og som har fått med seg den kjente Menningerklinikken i USA, som har gitt mentaliseringsbegrepet en retningsgivende status for all klinisk og forskningsmessig virksomhet. Noen vil si at teorien begynner å ta form av et nytt paradigme. Legg også til at mentalisering er et målbart fenomen, at behandlingsformen legger opp til et samarbeid mellom individual- og gruppepsykoterapeuter (som beskrevet av Normann og Mikalsen i dette nummeret), at behandlingsformen er psykodynamisk i sitt vesen, men likevel følger bestemte retningslinjer («MBT adherence and competence scale»), og at teorien er befruktende bl.a. for forståelsen av konkretisme, symboldannelse og metaforer (slik Skårderud viser i sin Ekelöf-artikkel). Ikke rart da at MBT-kursene ved Anna Freud Centre i London fulltegnes i løpet av en time.

Men mon tro om ikke den dypeste årsaken til begrepets suksesshistorie ligger i dets evne til å bygge bro mellom «de to kulturer», hermeneutikk og positivisme/naturvitenskap. For definisjonen av mentalisering er på ingen måte sensasjonell. Den knytter seg til hermeneutikken og sier ganske enkelt at mentalisering er menneskets evne til å fortolke seg selv og andre som intensjonale vesener som drives av følelser, ønsker, begjær, forestillinger, selvbedrag, løgn, etc. Det spesielle ved teorien er sammenkoblingen av evolusjonspsykologi, tilnytningsparadigmet, utviklingspsykologi, nevrobiologi, psykoanalytisk psykoterapi og personlighetspatologi. Idéhistorisk befinner vi oss i en æra der innsiktene fra fenomenologi, hermeneutikk og intersubjektivitet langt på vei er allment akseptert. Ja, vi er selvfølgelig og intersubjektivt selvregulerende vesener. Men hva er mekanismene bak dette? Når oppsto dette i evolusjonshistorien? Har sjimpanser en «theory of mind»? Hadde homo erectus evne til metakognisjon? Var det sosial kompleksitet som favoriserte evnen til å mentalisere («minding minds», Bogdan, 2000)? Hvilke strukturer i prefrontal cortex er avgjørende? Hvordan påvirkes disse funksjonelt av tilknytningserfaringer? Hvordan kan autismedforskningen kaste lys over mentaliseringens biologi og psykologi? Hvilke sammenhenger finnes mellom tilknytningmønstre og mentaliseringsevne? Kan noen psykiske lidelser forebygges gjennom programmer myntet på utsatte mødre som strever med «mentalizing the baby»? Når erverver små barn en «theory of mind» og evne til representasjonell tenkning, som er en forutsetning for funksjonell mentalisering? Bare for å nevne noen forskningsområder som er stimulert av mentaliseringsbegrepet.

I tillegg dreier det seg også om nye perspektiver på den eldgamle motsetningen i vestlig idéhistorie mellom fornuft og følelser. Som vi alle vet, svekkes fornuften (og spesielt mentaliseringsevnen) ved sterk følelsesaktivering. Men hvorfor er det slik? Hva er mekanismene? Kan vi lære noe allment her ved å studere pasienter med emosjonell dysregulering og samtidig få kunnskap som er nyttig i terapirommet? De fleste av oss ønsker psykoterapier som er vitale gjennom et gjensidig følelsesmessig nærvær, som ikke går på tomgang i en formålsløs pseudomentalisering (psykoklisjeer), og som heller ikke brytes ned av stormende affekter. I omgang med personlighetsforstyrrede pasienter er dette en vanskelig balansegang. Empatiske psykoterapeuter forsøker intuitivt å finne balansepunktene. Kanskje går det i tillegg an å trene seg på slike situasjoner. Bør psykodynamisk psykoterapi ta lærdom av kognitiv terapi og bli mer ferdighetsbasert? Hvordan gjenkjenner vi i så fall mentaliseringssvikt her og nå? Hvilke intervensjoner er egnet til å stimulere mentaliseringsevnen? Disse spørsmålene viser til mentaliseringsteoriens allmenne relevans for psykoterapi ved siden av spesialisert MBT. I all beskjedenhet sier Fonagy og Bateman at MBT ikke er «noe nytt». En forsøker «bare» å gjøre mer av det som muligens er den effektive ingrediensen i all psykoterapi.

I Norge har mentaliseringsteorien fått fotfeste gjennom gjentatte seminarer, kurs og veiledning av Anthony Bateman. Flere norske klinikere og forskere er autoriserte bedømmere av mentaliseringsevne («reflective functioning») og det pågår forskning om «reflective functioning» hos borderline og unnvikende personlighetsforstyrrelse og om MBT-kompetanse. Det arrangeres kurs i MBT på norsk, og flere norske sykehusavdelinger har lagt opp virksomheten sin etter MBT-prinsipper. Det pågår kort sagt en spennende faglig utvikling som det er all grunn til å følge med i, som integrerer hermeneutikk og positivisme, evolusjonspsykologi, nevrobiologi og personlighetspsykiatri, knyttet til en forskningsbasert psykoterapi for svært alvorlige psykiske lidelser.

Referanser

- Allen, J., Fonagy, P. & Bateman, A. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Bateman, A. & Fonagy, P. Treatment of borderline personality disorder with psychoanalytically oriented partial hospitalization: an 18-month follow-up. *American Journal of Psychiatry*, 158, 36 - 42.
- Bateman, A. & Fonagy, P. (2007). *Mentaliseringsbasert terapi av borderline personlighetsforstyrrelse. En praktisk veileder*. Oslo: Arneberg forlag.
- Bogdan, R.J. (2000). *Minding minds. Evolving a reflexive mind by interpreting others*. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press. Vitenskap og psykologi