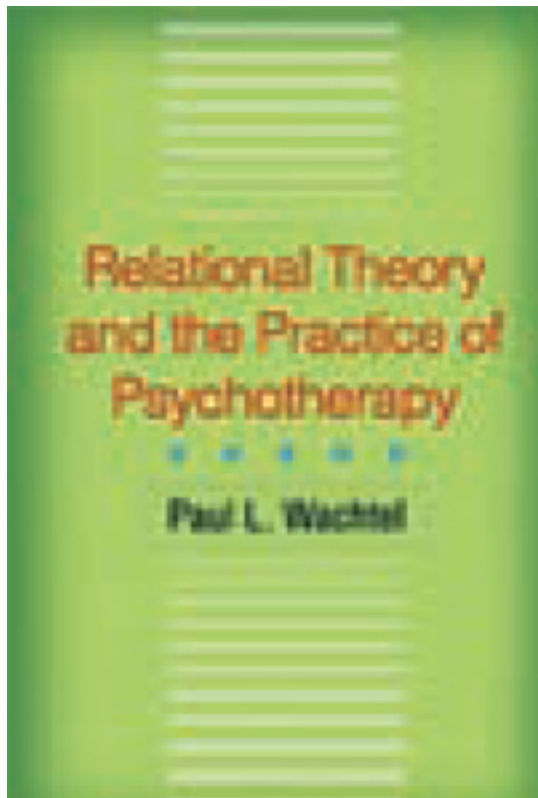


Relasjonell teori for tanke og terapi

Jan-Martin Berge
jon.fiske@nav.no



Paul L. Wachtel | **Relational Theory and the Practise of Psychotherapy**. New York: The Guilford Press, 2008. 338 sider

Boka presenterer relasjonell teori og forteller om de relasjonelle bidragene innenfor psykoanalysen og psykoterapifeltet for øvrig.

Bokas første del tar opp utviklingen av psykoanalysen i en teoretisk språkdrakt som er fruktbar og stimulerende. Bokas andre del bygger på første dels teoretiske diskusjoner, men er i tillegg klinisk vinklet og gir i så måte et mer lekent og fleksibelt bilde av hva relasjonell psykoterapi kan være.

Forfatteren har som mål å forklare hva det innebærer å ha et relasjonelt syn på mennesket, personlighetsutvikling og utvikling av psykopatologi. Forfatteren ønsker å nå et bredt publikum og søker å treffe lesere som har ulik psykoterapiteoretisk affinitet og kunnskap.

Kunnskapsrik

Wachtel viser betydelig kunnskap om psykoanalysens utvikling og evner å sette ord på endringer som har skjedd de siste 60–70 årene. Grunnpremisset forfatteren forfekter er at mennesket eksisterer i relasjon. Det relasjonelle perspektivet skiller seg fra Freud og «the default position» som blir brukt som motvekt til nyere relasjonell tenkning gjennom hele boken.

Paul Wachtel søker å hente teori og inspirasjon fra flere forskningsfelt. Et sentralt spørsmål er «hvordan kan vi vite det vi vet?». Dette epistemologiske aspektet i psykoanalysen er en rød tråd i

drøftingene omkring én- versus to-personspsykologi, intersubjektivitet og terapeutisk samhandling. Forfatteren legger ikke skjul på at han selv er relasjonell, to-persons og intersubjektivt orientert.

Et fullverdig relasjonelt perspektiv innebærer ifølge forfatteren å kunne se den andre som et menneske som er i kontakt med seg selv og i relasjon med sin terapeut. Med andre ord vil en betrakte mennesket i kontekst, i forhold til *noe* eller *noen*.

I den voksende kritikken av det tradisjonelle perspektivet evner forfatteren å vende blikket også mot egen bakgård. Der finner han teoretikere som kaller seg relasjonelle. Det kan for eksempel være selvpsykologer eller objektrelasjonsteoretikere som forfekter et to-persons, intersubjektivt epistemologisk syn. Wachtel hevder at om en ser dem under lupen, distanserer disse perspektivene seg ikke fra den klassiske en-personspsykologien. Han hevder at selvpsykologene og objektrelasjonsteoretikerne har et to-personsfokus på barnet i dets tidlige utvikling, men forlater dette synet når barnet blir en voksen. Ifølge Wachtel må man ha et fullstendig to-persons og et intersubjektivt perspektiv for synet på mennesket og dets samhandling gjennom hele livet for å kunne kalle teorien relasjonell.

Arkeologimetaforen

Et en-personsperspektiv vil kunne føre til at man ser på pasienten som en passiv marionett som blir styrt av ytre demoner, uten fri vilje og uforløste, ubrukte potensialer. Forfatteren tar avstand fra Freuds arkeologimetafor, der ubevisst materiale er begravd og gjenstand for tolkning og dermed innsikt (og bedring) for pasienten. Som et alternativ får leseren presentert forfatterens egen synsvinkel: et syklisk-kontekstuellt psykodynamisk perspektiv. Wachtel beveger seg dermed bort fra å forstå menneskelig atferd som funksjon av ubevisste drifter til å forstå pasientens atferd som uttrykk for gjentagelse av (patogene) antagelser som igjen er formet av tidligere erfaring.

Wachtel henter empiri og inspirasjon fra utviklingspsykologi og nyere nevrovitenskap, blant annet fra forskning av Stern, Bowlby og Piaget. Gjennom selektert persepsjon filtreres stimuli, og mening og erfaring medieres subjektivt. De indre strukturer er skapt i relasjon og er påvirkbare gjennom erfaring. Dette gir kliniske implikasjoner for terapeutisk ståsted som beveger seg vekk fra abstinens og nøytralitet som ideal, til heller å fremme en holdning som rommer kasusspesifisitet og fokus på her og nå i tillegg til å kunne ha fokus på pasientens fortid.

Terapeutisk ståsted

Forfatteren har til hensikt å problematisere terapeutens grunnholdning overfor pasienten og ønsker å bevege seg vekk fra en ovenfra og ned-holdning som han mener har eksistert i psykoanalytiske kretser. I relasjonell teori blir synet på det ubevisste ikke sett på som begravd og konservativt, men heller som uartikulert og potensielt for nye erfaringer. I boken presenterer han relasjonell psykoanalyse som et alternativ til «the school of suspicion», som han hevder tradisjonell psykoanalyse innbefatter. Dette innebærer et terapeutisk ståsted som innlemmer støtte, utforskning, relasjonelle erfaring og innsikt i tillegg et overordnet mål om å skape rom for pasienten til å se seg selv på andre, mer fleksible måter. Et slikt perspektiv dreies vekk fra innsikt som tradisjonelt sett har blitt verdsatt som veien til frelse innenfor tradisjonell psykoanalyse, og gir i så måte et bredere perspektiv til klassisk psykoanalyse.

Som uerfaren Wachtel-leser og som klinisk interessert psykolog synes jeg bokens andre del gir mest intuitiv mening og engasjement. Bokens første del er viktig og har vesentlige poenger når man tar seg tid til å forstå argumentasjonen og konteksten. Lesere med begrenset kunnskap om psykoanalytisk teori og historie vil kanskje synes at bokas første del kan virke noe tung og teoretisk. Bokas andre del veier opp for dette ved å være mer tilgjengelig og erfaringsnær for den klinisk-interesserte leser.

Uansett tror jeg at erfarne klinikere såvel som nysgjerrige og uerfarne vil kunne ha nytte av kliniske perspektiver i tillegg til grundige teoretiske refleksjoner, slik denne boken tar dem for seg.