

Psykoterapi og forbannet løgn!

Øystein Førre

Psykologspesialist med avtalehjemmel i Akershus.

Ingen snakker sant i terapi.

From our point of view, Freud's greatest discovery, the one which lies at the root of psychodynamics, is that the great cause of much psychological illness is the fear of knowledge of oneself – of one's emotions, impulses, memories, capacities, potentialities, of one's destiny.

Abraham Maslow (1963)

Henvisningen fra barnevernet beskrev en ung mann med en vanskelig oppvekst, som nå var kommet ut av et rusmisbruk. Han ønsket hjelp til å bearbeide vonde erfaringer og komme i gang med livet sitt.

Han var en sjarmerende, litt urolig type, som møtte presist til timene. Ordene kom fort. Han fortalte om de voksne som sviktet, og veien inn i rusen, kriminaliteten, brutaliteten, traumene og til slutt kampen for å komme seg ut igjen. Samtalen var oppriktig og nær.

Etter som timene gikk, skjedde det mange positive forandringer; han sov roligere, hadde færre mareritt, og forholdet til de rundt ham ble bedre. Han beskrev hvordan han flyttet sammen med kjæresten og fikk seg en fast jobb, som han mestret. Han så optimistisk på fremtiden sin.

Det gikk så bra at vi bestemte oss for å avslutte behandlingen. I den siste timen vår dukket han imidlertid ikke opp, så jeg ringte ham. En ung kvinne tok telefonen. Nei, han var ikke der. Det var lenge siden de hadde bodd sammen. Så vidt hun visste, bodde han hos ulike venner, siden han var uten jobb og inntekt. Men nå hadde han akkurat reist for å sone en fengselsstraff.

Det var et sjokk. Alt han hadde fortalt meg, var løgn. Jeg følte meg skamfull, bedratt og desillusjonert. Hva var egentlig vitsen med å drive psykoterapi når pasienten ikke var ærlig?

Verden vil bedras

Sannheten er at vi lyver alle sammen. Regelmessig. En studie ved University of Massachusetts i Amherst viste at 60 prosent av deltakerne ikke klarte å ha en 10 minutters samtale uten å lyve. Deltakerne fortalte i gjennomsnitt to-tre løgner i dette tidsrommet (Feldman, 2010). En annen undersøkelse fant at menn gjennomsnittlig forteller seks løgner per dag til partnere, kolleger eller ledere, mens kvinner forteller tre (Daily Mail, 2009).

En eksnarkoman blir ikke en velfungerende A4-borger på et halvt år

Vi lyver for andre, og vi lyver for oss selv. I en studie ble psykologer, leger og andre behandlere bedt om å rangere sine kliniske ferdigheter og behandlingseffektivitet sammenliknet med andre med tilsvarende bakgrunn. De fleste terapeutene mente de var bedre enn 80 prosent av gruppen, mindre enn fire prosent mente de var gjennomsnittlige, og *ingen* rangerte seg under gjennomsnittet (Miller & Hubble, 2011). I nyere tid har det også vist seg at selv Sigmund Freud har hatt en lett omgang med sannheten (Borch-Jacobsen, 2000), og sønnen til barneanalytikeren Alice Miller kunne avsløre en helt annen mor enn den som fremtrer i bøkene hennes (Blohm, 2015).

Over Gjendineggen

Våren 1999 ble installasjonen «Spranget» åpnet på Kunstnernes hus i Oslo. En mekanisk bukkesimulator skulle gi publikum muligheten til å oppleve Peer Gynts bukkesprang. Ved å virkeliggjøre Peer Gynts løgn søkte kunstnerne å la publikum «avdekke en dypere usannhet» (Blokkum Flø, udatert). Å konkret sette seg på bukken gjorde det mulig å gå inn i løgnen og et lite øyeblikk bli i eventyret. Men samtidig som løgnen ble virkeliggjort, ble det også mulig å transcendere den.

Psykoterapi kan være et slikt bukkeritt. I den terapeutiske relasjonen kan pasienten utforske sine fantasier og sitt selvbedrag i sanntid. Fra et psykodynamisk perspektiv vil pasienten gjennom overføringen iscenesette sitt indre drama og tildele terapeuten en hovedrolle. Dramaet kan da leves ut i terapirommet, og slik kan pasienten frigjøre seg.

Min pasient fortalte meg historier som ikke hadde sannhetsverdi utenfor terapirommet. Historiene var imidlertid rekvisitter i det egentlige dramaet som utspilte seg mellom oss. Da pasienten løy, fortalte han meg hva han egentlig strevde med. Han måtte late som for å få den anerkjennelsen, oppmuntringen og kjærligheten han trengte. Han viste hvordan han aldri hadde kunnet være seg selv med dem som skulle ha tatt vare på ham. Prisen for tilknytningen ble løgnene.

En mindre narsissistisk anlagt behandler enn meg ville kanskje tenkt at all denne fremgangen var for god til å være sann: En eksnarkoman blir ikke en velfungerende A4-borger på et halvt år. Jeg var derimot fornøyd med min suksess som terapeut, og så ikke den dypere usannheten: mitt eget selvbedrag. Pasientens ønske om å være en flink og god pasient var en speiling av mitt behov for å lykkes som terapeut (være flink og bli beundret). Et behov som igjen kanskje speiler min mors behov for å ha flinke barn. Lacan skriver: «Desire is the desire of the Other» (Sharpe, udatert). Som speil i speil i speil bærer vi den andres begjær i oss som vårt eget.

Pasientens underbevisste regissør knuste speilet på mesterlig vis. Ved å nærmest legge telefonen i hånden min lot han meg få æren av å avsløre hele maskeradene. Det var et velrettet spark til meg som representant for alle omsorgspersoner som har sviktet ham. Et spark til alle som har vært for opptatt av seg selv til å få øye på ham.

Referanser

- Blohm, U. (2015). Interview: Martin Miller. *Contemporary Psychotherapy*. Hentet fra <http://www.contemporarypsychotherapy.org/volume-7-no-1-summer-2015/inter...>
- Borch-Jacobsen, M. (2000). How a Fabrication Differs from a Lie. *London Review of Books*, 2, 3–7. Hentet fra <http://www.lrb.co.uk/v22/n08/mikkel-borch-jacobsen/how-a-fabrication-dif...>
- Daily Mail (2009, 14. september). Men lie six times a day and twice as often as women, study finds. Hentet 28. august 2016 fra <http://www.dailymail.co.uk/news/article-1213171/Men-lie-times-day-twice-...>
- Feldman, R.S. (2010, 10. juni). Referert i artikkelen «UMass researcher finds most people lie in everyday conversation». Hentet fra http://www.eurekalert.org/pub_releases/2002-06/uoma-urf061002.php
- Flø, A.B. (udatert). Løgn og transcendens. Hentet fra <http://asbjornflo.net/nb/kunst/spranget/logn-og-transcendens>
- Maslow, A. (1963). Sitert i Zachrisson, A. (2003, s. 118). Oedipus the king: Quest for self-knowledge – denial of reality. Sophocles' vision of man and psychoanalytic concept formation. *International Journal of Psychoanalysis*, 94.

Miller, S. & Hubble, M. (2011). The Road to Mastery. *Psychotherapy Networker*. Hentet fra <https://www.psychotherapynetworker.org/magazine/article/328/the-road-to-...>

Sharpe, M. (udatert). Jacques Lacan (1901–1981). The Internet Encyclopedia of Philosophy. Hentet fra <http://www.iep.utm.edu/lacweb/#SH2b>