

ISTDP

Faren ved tolkende intervensjoner

Heidi Gjerde
fagrådgiver og psykolog

Tolkning er en provokasjon dersom pasientens subjektive opplevelse ikke anerkjennes.

Etter å ha lest Camilla Bärthel Flaaten's bekymringsmelding om ISTDP i juniutgaven, husket jeg erfaringer fra konferansen Emotion Revolution 2018 i Bergen. Den kanadiske psykiateren Allan Abbass viste noen terapivideoer som gjorde sterkt inntrykk. Fra mitt perspektiv så det ut som om Abbass la føringer for hva pasienten følte, slik Flaaten beskriver at hun og andre har opplevd med andre ISTDP-terapeuter. Det Flaaten beskriver som en kjølig og utfordrende tilnærming, kom for meg til uttrykk gjennom det jeg opplevde som mangel på validerende, relasjonsfremmende og reparerende intervensjoner.

Vi som terapeuter bør være svært forsiktige med å fortelle pasienter hva de føler. Det kan vi ikke vite

På konferansen deltok også den amerikanske psykologen og forskeren Janina Fisher. I et intervju med psykologisk.no i etterkant av konferansen uttalte hun følgende: «Jeg har (...) store vansker med å tilnærme meg Allan Abbass og intensiv dynamisk korttidsterapi. Hans måte å arbeide på er diametralt motsatt fra min. Det er altfor konfronterende. Jeg synes det er dypt forstyrrende å se terapivideoene hans. Jeg opplever at det i Allan Abbass sitt arbeid er en insisterende, direktiv tilnærming der man tvinger det vonde frem og sier dette er bra for deg. Som om vi vet best. For meg er det en voldelig måte å arbeide på.»

Det var en usedvanlig krass kritikk av en annen terapeut og hans intervensjoner. Jeg tenkte at det var trist at ikke Fisher sa dette på konferansen. Det kunne ha blitt en spennende debatt om tolkende og konfronterende versus bekræftende og støttende intervensjoner. Debatten uteble også i kommentarfeltet.

Tolkning som terapeutisk intervensjon

Mye tyder på at en overvekt av endringsorienterte intervensjoner som blant annet tolkning kan oppleves provoserende av pasienter (Killingmo, 1989; Linehan, 1997; Gjerde, 2020). Bjørn Killingmo og Marsha Linehan har ut ifra to ulike terapitradisjoner, psykodynamisk og kognitiv, påpekt at pasienter med mangelpatologi eller emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse kan oppleve et slikt ensidig fokus som provoserende, som kritikk og som ødeleggende. De kan reagere med sinne, aktivt gå til motangrep på terapeuten, eller resignere og slutte i terapi. Flaaten's påpekning av at flere pasienter opplever ISTDP som å rokke ved folks selvopplevelse, kan tyde på at ISTDP-modellen innebærer en risiko for at terapeuten får for stort fokus på å tolke versus å validere pasientens genuine subjektive opplevelse. Uten validering vil ansvarliggjøring og påpekning kunne oppleves kaldt og konfronterende. At pasienter opplever å ikke bli sett og forstått av terapeuten, kan bli en ny negativ relasjonell erfaring som i verste fall kan medføre retraumatisering.

Å ta ansvar for eget perspektiv

Vi som terapeuter bør være svært forsiktige med å fortelle pasienter hva de føler. Det kan vi ikke vite. Å ta på seg rollen å fortolke et annet menneskes følelser og opplevelser er å ta på seg et stort ansvar. Terapeuten bør alltid ta ansvar for at tolkningen er hennes perspektiv, ikke den objektive sannheten om pasientens opplevelse. Det må alltid være rom for at pasienten kan korrigerer oss. Hvis ikke vil pasienten oppleve seg definert. Flaaten beskriver at hun og andre tidvis har opplevd terapien i ISTDP som å ikke ta ansvar for eget perspektiv, men bli insisterende på at en selv har rett. Filip Myhres svar i juliutgaven var et svar med viktige poeng når det gjelder god praksis. Men jeg opplever at han generaliserer Flaaten kritikk til å gjelde alle terapier, og at han dermed fremstår som litt ansvarsfraskrivende.

Terapier er en reaksjon på sin tid. De fleste har nyttige elementer, og de fleste har oversett viktige faktorer. Flaaten gir en gave til ISTDP. Den bør de bruke til å analysere grundig om det er spesifikke faktorer ved ISTDP som innebærer økt risiko for å bli for tolkende og selvbekreftende.

Referanser

- Furu, J.E.T. (2018, 25. november). Mennesker er selvlegende – et intervju med Janina Fisher, <https://psykologisk.no/2018/04/mennesker-er-selvlegende-et-intervju-med-...>
- Gjerde, H. (2020). Bekreftende kommunikasjon – et terapeutisk verktøy verdt å satse på i døgnsesjoner i psykisk helsevern? Spesialistoppgave i spesialiteten klinisk voksenpsykologi.
- Killingmo, B. (1989). Conflict and deficit: implications for technique. *International Journal of PsychoAnalysis*, 70, 65–79.
- Linehan, M. (1997). Validation in psychotherapy. I Bohart, A.C. & Greenberg, L.S., *Empathy reconsidered: New Directions in Psychotherapy*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10226-016>