

Rorschach 100 år

- Nyttig for terapeutens empati

Øystein Helmikstøl

journalist i Psykologtidsskriftet

Nora Skjerdingsstad

redaksjonssekretær

I en ny studie om terapeutisk endring hos flyktninger brukte forskerne blant annet Rorschach. Testen hjelper terapeuten med å se verden fra den andres øyne, mener medforsker Ellen Hartmann.

Ellen Hartmann har sammen med forsker og klinisk psykolog Marianne Opaas i år fått publisert en Rorschach-psykoterapi-undersøkelse¹ om positive langtidsendringer i personlighetskarakteristika hos svært traumatiserte flyktninger som har gått i psykoterapi.

– Resultatene viste signifikante forbedringer fra terapistart til etter terapiavslutning på både Rorschach og tre selvrapporingstester, oppsummerer Hartmann.

Rorschach indikerte ifølge Hartmann at flyktningene var betydelig mindre overveldet og forvirret av traumatiske minner, mindre preget av tankeforstyrrelser, ulogisk tenkning, unøyaktig persepsjon og problemer med å forstå seg selv og andre, og at de hadde fått noe bedre mellommenneskelige relasjoner. Selvrapporingstestene viste betydelig nedgang i mentale helsesyntomer som angst, depresjon og posttraumatiske symptomer samt forbedring av ulike former for livskvalitet. I tillegg var det langt flere som kunne snakke norsk, og som var under utdanning eller i arbeid etter terapiavslutning.

– Men trass i disse positive terapieresultatene er det viktig å være klar over at flyktningene fortsatt i sitt dagligliv i Norge slet med langtidsvirkninger etter å ha vært utsatt for tortur, uverdige fengselsopphold og krigsopplevelser i hjemlandet og risikable og traumatiserende hendelser under sin flukt og vei frem til fast opphold i Norge.

– *Hvorfor er Rorschach-metoden god for traumatiserte flyktninger?*

– For dem selv er det ikke nødvendigvis bra, blekkflekkene i Rorschach-testen ble reaktiverende for noen flyktninger som var med i undersøkelsen. Én sa for eksempel at de minnet om slagmarker hen har sett, eller ødelagte mennesker etter eksplosjoner. Men for empatien til terapeuten er metoden veldig nyttig.

– *På hvilken måte?*

– Jeg skjønnte mye mer av hvordan det er å være traumatisert. Det er som å komme inn på netthinnen til folk, og se med deres øyne hvor forvirrende og skremmende verden kan fortone seg for dem, og hva som er vanskelig og slitsomt for dem.

– *Men kunne ikke du fått kunnskap om dette ved andre tester enn Rorschach?*

– Ikke så tydelig, og ikke så fort. Dette viser seg i måten den som blir testet, er på i testsituasjonen. Du får konkrete eksempler på hvordan de tenker, føler og handler når de skal svare på hva blekkflekkene kan være. Det ser du ikke på samme måten når personer krysser av på skjemaer.

¹Opaas, M., & Hartmann, E. J. (2021). Traumatized Refugees in Psychotherapy: Long-Term Changes in Personality, Mental Health, Well-Being, and Exile Life Functioning. *Journal of Nervous and Mental Disease*. doi:10.1097/NMD.0000000000001396

Nevropsykolog Kjetil Fjell påpeker svakheter ved studien.

– Den har 22 pasienter som ikke er randomiserte. Studien er heller ikke avklarende om hvorvidt Rorschach er et godt verktøy eller ikke, men mener å ha funnet en signifikant korrelasjon mellom utfall på Rorschach og selvrapport.

Fjell understreker at ifølge hypotesen omhandlet ikke studien brukbarheten av Rorschach i arbeid med traumatiserte flyktninger.

– I stedet bruker den Rorschach som utfallsmål på bedring. Og den refererer til mye forskning som skal vise hvor god Rorschach er til å vurdere de trekkene de bruker, inkludert tidligere forskning.