

En metodeuavhengig gavepakke



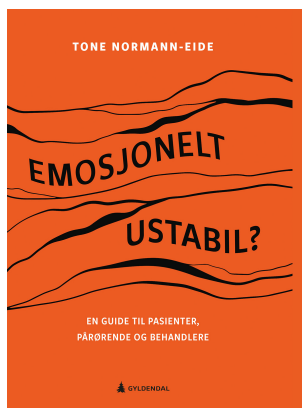
Elisabeth Lied Gikling
DPS Strømme

Boken *Emosjonelt ustabil?* kan bidra til sårt tiltrengt behandlingsoptimisme i møte med en ofte neglisjert pasientgruppe.

Ingen oppgitte interessekonflikter

Når noen spør meg hvem jeg er eller hva jeg vil, blir jeg helt perpleks. Jeg vet ikke hvem jeg er! Det er som om jeg mangler en indre kjerne som er fast, som er meg. Jeg kan skifte personlighet etter hvem jeg er sammen med, eller fra dag til dag. Jeg føler at jeg bare spiller ulike roller, og prøver å være sånn jeg tror andre forventer av meg. Jeg vet ikke hva som er det ekte meg, jeg føler meg tvers igjennom falsk. (s. 51)

Slik beskrives opplevelsen av å leve med emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse i Tone Normann-Eides nye utgivelse *Emosjonelt ustabil?*. Utdraget belyser også noe av kompleksiteten ved å jobbe med denne problematikken terapeutisk og hvordan terapeuter også selv kan bli forvirret – og havne på villspor. Boken beskrives i undertittelen som en guide til pasienter, pårørende og behandlere. Forfatteren ønsker altså å veilede – være til hjelp – for en bred og sammensatt målgruppe i håndteringen av svært kompleks problematikk.



BOK *Emosjonelt ustabil? En guide til pasienter, pårørende og behandlere*

FORFATTER Tone Normann-Eide

ÅR 2024

FORLAG Gyldendal

SIDER 446

Metodeuavhengig bok

Mitt perspektiv som anmelder er terapeutens perspektiv. Jeg tilhører de av oss som liker å arbeide med personlighetsproblematikk i terapi. Jeg vet hvor vanskelig det kan være å gi virksom behandling, og at

det er viktig med gode rammer rundt det terapeutiske arbeidet. Jeg har også sett hvordan svært dårlig fungerende pasienter kan bli mye bedre gjennom virksom terapi og nye erfaringer – også pasienter med alvorlig komorbiditet.



Normann-Eides prosjekt er å skrive en bok frigjort fra en bestemt terapimetode, og slik gi noen viktige forståelsesrammer for terapeuter som ofte må håndtere denne problematikken, men som ikke har de rammene som følger med når man jobber i et spesialisert team. I dag er de fleste bøkene om problematikken knyttet til behandlingsmanualer for bestemte terapimetoder, som MBT eller DBT. Forhåpentligvis kan denne boken bidra til en berettiget behandlingsoptimisme og hindre at terapeuter i mangel av kompetanse og rammer avskriver pasienter som ikke motiverte eller ikke i posisjon til behandling. Utgangspunktet mitt er derfor at jeg ønsker denne boken varmt velkommen.

Fantastisk detaljnivå

Da jeg takket ja til å skrive denne bokenmeldelsen, var jeg allikevel bekymret for at jeg ikke kom til å like boken. Mer presist var jeg bekymret for at jeg skulle møte min egen personlighet i døren; at jeg måtte navigere mellom verdier om integritet og frykt for å gjøre noen lei seg. Allerede fra jeg leste innholdsfortegnelsen, ble jeg begeistret. For en struktur, systematikk og ikke minst – for et fantastisk detaljnivå! At dette fører til en genuin begeistring, sier da også noe om min personlighet, og kan være en rettesnor for dere som skal forholde dere til min vurdering av boken.

Boken holder en gjennomgående tydelig struktur med god bruk av overskrifter, underoverskrifter, oppsummering etter hvert kapittel og tekstbokser med utdypende informasjon. Forfatteren forklarer sine valg på en ryddig måte. Hun faller sjelden for fristelsen til å overtale eller forføre leseren inn i egen forståelsesramme, men lar det være opp til leseren å selv vurdere og trekke slutninger fra det som presenteres. Dette satte jeg stort sett pris på, men jeg tok meg tidvis i å savne en tydeligere veiledning fra forfatteren – særlig knyttet til deler av boken der forskningsfunn og statistikk blir beskrevet uten å følges av forfatterens egne refleksjoner.

Boken har et forholdsvis lett tilgjengelig språk, men presenterer en fagkunnskap og detaljrikdom som kan være krevende å følge med på om man ikke er kjent med psykodynamisk teori og forståelse. Den faglige informasjonen suppleres imidlertid med rikholdige vignetter fra pasientens perspektiv, slik at kompleksiteten formidles på en engasjerende måte. Dette gir meg som leser en empatisk forståelse av hvordan dette oppleves for pasienten. Jeg liker særlig godt at hun belyser samme fenomen ut fra ulike alvorlighetsgrad.

Jeg vet ikke helt hvorfor jeg har blitt så ustabil. Jeg går med en sånn følelse av at det er noe grunnleggende galt med meg, at jeg er skrudd sammen feil. Mamma har sagt at jeg var veldig krevende som barn, at hun ble veldig sliten av meg fordi jeg var så overfølsom og voldsom i reaksjonene mine. Også de kjærestene jeg har hatt, har blitt lei av meg fordi jeg er så vanskelig. Det er jo veldig vondt, da, at jeg har noe ved meg som andre ikke holder ut. (s. 122)

Bokens indrefilet er kapittelet om tilknytning, som er nydelig formidlet

Bokens indrefilet er kapittelet om tilknytning, som er nydelig formidlet. I tillegg er kapitlene om omsorgsrolle og hjelp til pårørende konkrete, nyttige og viktige – også for terapeuter. Fra min egen

erfaring vet jeg at det kan være en fare for å overse disse aspektene ved lidelsen og fokusere for mye på det subjektive lidelsestrykket.



Problematiske behandlingspessimisme

Ved en eventuell fremtidig revidering ønsker jeg at kapittelet om komorbiditet får enda mer omtanke. Vi trenger å forstå pasienter som strever med alvorlig komorbiditet, fra innsiden, slik forfatteren lykkes med når hun beskriver den ustabile problematikken. Jeg ønsker meg videre at forfatteren i større grad problematiserer komorbiditet som eksklusjonskriterium og den rådende behandlingspessimismen – særlig knyttet til samtidig rusproblematikk, som ligger mitt hjerte nært. Det er en mangel på forskning, men studier og klinisk erfaring fra Bergen indikerer lovende effekt av samtidig behandling av PF/ruslidelser (Morken et al., 2017). Det er fullt mulig å få til god behandlingsallianse med pasienter som har pågående ruslidelse. Supplert med eksempler på hvordan man kan jobbe med samtidig rus- og personlighetsproblematikk, kan denne boken bli særlig nyttig for terapeuter innenfor TSB. De mangler i større grad enn PHV spesialiserte behandlingstilbud for personlighetsforstyrrelse – til tross for at omtrent halvparten av pasienter med ruslidelser har samtidig personlighetsforstyrrelse (Karterud et al., 2009; Verheul, 2001). Samtidig vil jeg understreke at kapittelet om komorbiditet ikke er dårlig, og løfter frem viktige perspektiv og nyanser knyttet til differensialdiagnostikk.

Oppsummert lykkes Normann-Eide i å skrive en bok frigjort fra en bestemt terapimetode uten at det går på bekostning av kompleksitet eller dybde. Boken gir tilstrekkelige perspektiver, nyanser og konkrete hjelpemidler til å tjene som et nyttig og viktig rammeverk for terapeuter. Nyutdannede psykologer, psykiatere og annet helsepersonell som skal jobbe i spesialisthelsetjenesten (TSB eller PHV), bør prioritere å lese denne boken, og fagansvarlige for profesjonsutdanningene bør vurdere å ta den inn som pensum. Emosjonelt ustabil problematikk kan være svært belastende å jobbe med uten tilsvarende rammeverk. Slike mangler rammer en pasientgruppe som kan hjelpes, men som har høy risiko for å motta uvirksom behandling eller for å bli straffet for helsepersonells motoverføringer. *Emosjonelt ustabil?* er en gave – her kan vi ta for oss av den kunnskapen og erfaringen Normann-Eide har opparbeidet seg gjennom mange år, uten at det krever opplæring i en bestemt terapeutisk metode.

Referanser

- Karterud, S., Arefjord, N., Andresen, N. E. & Pedersen, G. (2009). Substance use disorders among personality disordered patients admitted for day hospital treatment. Implications for service developments. *Nordic journal of psychiatry*, 63(1), 57–63. <https://doi.org/10.1080/08039480802298705>
- Morken, K. T. E., Binder, P. E., Molde, H., Arefjord, N. & Karterud, S. (2017). Mentalization based treatment for female patients with comorbid personality disorder and substance use disorder - A pilot study. *Scandinavian Psychologist*, 4.
- Verheul, R. (2001). Co-morbidity of personality disorders in individuals with substance use disorders. *European Psychiatry*, 16(5), 274–282. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(01\)00578-8](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(01)00578-8)