

# Dialogens kraft - Når tanker blir stemmer

ANMELDT AV

Dimitrij Samoilow

PUBLISERT 1. februar 2005

---



Annbjørg Haram **Dialogens kraft - Når tanker blir stemmer** Oslo: Universitetsforlaget, 2004 Kr 279. 200 sider. ISBN 82-15-00555-1

Det å være psykotisk er en skremmende erfaring. Å oppleve at egne opplevelser avviker sterkt fra andres, skaper avstand og isolasjon. Psykotiske symptomer er også skremmende for de som er nærmest den som blir rammet. Og behandlere er neppe immune mot dette ubehaget. Forestillingene, stemmene og bildene kan virke groteske og uforståelige. Kanskje er det redsel for det ukjente som har ført til at behandlingsfokus i all hovedsak har vært på at psykotiske symptomer må fjernes, mens det å la seg trekke inn i en samtale om de psykotiske erfaringene i noen sammenhenger har blitt sett på som kontraindisert. Det som blir ansett som viktig er å finne det rette navn på lidelsen, og å finne en medisin som kan kurere eller i det minste dempe alt det syke som foregår i en pasient med en schizofrenilidelse. Og det er, som Haram påpeker, påfallende at medisinerer ofte ikke doseres ned i takt med bedring. Det er som om symptomene rett og slett er for farlige til at man kan den sjansen.

Denne boken er en motvekt mot patologiserende tenkning rundt psykoselidelser. Haram gjør oppmerksom på at den forvirrende indre dialogen som foregår, eksempelvis ved en schizofrenilidelse, ikke bare må medisineres bort, men at det går an å gjøre den

til gjenstand for et terapeutisk samarbeid. Dermed kan den ytre dialogen som skjer i terapirommet danne en motvekt mot indre kaos. Haram har en normalpsykologisk tilnærming til forståelsen av psykotiske symptomer. Hun tenker seg eksempelvis at tanker kan bli til stemmer når en person har blitt så isolert at han eller hun til slutt bare har et «indre nettverk» å forholde seg til. Og da dekker stemmene et viktig og normalt menneskelig behov, helt til denne løsningen på ensomheten blir til et økende problem. Hun er opptatt av at pasienter med psykoselidelser har behov for å snakke om det de opplever for å kunne sette sine opplevelser i en sammenheng – dette motvirker angst og fremmedgjøring. Selv om diagnostisk utredning og adekvat medisinerer har sin plass i behandling av psykoser, er det viktig at denne tenkningen ikke kommer i veien for en ekte relasjon med pasienten.

Boken er skrevet som en slags dialog mellom Haram og en av hennes pasienter, «Isaak». Hun lar oss følge forløpet i kontakten de har hatt, og teksten veksler mellom hennes refleksjoner rundt behandling av psykoselidelser og hans tanker omkring det som for han var viktig.

Denne boken er ingen manual for behandling av psykotiske symptomer. I stedet for å formidle teknikker for behandling, betoner boken relasjonen og hvilken grunnleggende terapeutisk holdning som får relasjonen til å bli helende. Boken stimulerer til refleksjon rundt egne holdninger og forestillinger. For terapeuter som arbeider med psykoser er den også en viktig påminnelse om hvor mye gode terapeutiske samtaler har å bidra med. Harams tilnærming er ressursorientert og grunnleggende optimistisk hva muligheten til endring angår, selv når diagnosen er en tung bær å bære.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 42, nummer 2, 2005, side*

**ANMELDT AV**

**Dimitrij Samoilow**