

Subjektiv - og stolt av det

Psykoterapeutens subjektivitet er hans primære lytteinstrument, sier Eystein Våpenstad. En kantate av Bach klinger lydløst med i terapirommet.

TEKST:

Astri Vannebo

PUBLISERT 5. august 2011



DET SUBJEKTIVE: - Det er umulig for psykoterapeuten å holde sin egen subjektivitet helt borte fra den terapeutiske relasjonen. Det kan også være *nødvendig* å slippe terapeutens subjektivitet mer aktivt inn i behandlingsprosessen, mener Eystein Våpenstad. Foto: Privat

Relasjonen mellom pasient og terapeut er det viktigste redskapet i psykoanalyse og psykoterapi.

**«Kunsten kan hjelpe
psykoanalytikerens til å forstå
mer av det menneskelige»**

- Psykoanalysen hadde også en gang et positivistisk vitenskapsideal og trodde at terapeuten kunne observere pasienten og relasjonen på en objektiv måte, sier Eystein Våpenstad, og hevder i sin avhandling at det er umulig for psykoterapeuten å holde sin egen subjektivitet helt borte fra den terapeutiske relasjonen. Det kan også være *nødvendig* å bruke sin subjektivitet mer aktivt gjennom for eksempel å avsløre sin egen reaksjon på det terapeutiske samspillet. Det primære lytte- og forståelsesapparatet for

psykoterapeuten er egen subjektivitet, men denne kan også være en vesentlig feilkilde i terapeutens forsøk på å forstå pasienten. I denne grunnleggende tvetydigheten foregår psykoanalytisk orientert psykoterapi, og avhandlingen konkluderer med at psykoterapeuten stadig må holde øye med denne tvetydigheten, for bedre å kunne utvikle og forstå sin egen subjektivitet og derigjennom også forstå pasienten. Psykoterapi er en asymmetrisk relasjon, understreker Våpenstad, men selv om det primære er å hjelpe pasienten til en bedre selvforståelse, kan det noen ganger også være nødvendig at terapeuten er villig til å forandre seg.

Reverie & Bach

Eystein Våpenstad er på vei til Tyskland, og Leipzig, byen der komponisten Johann Sebastian Bach bodde i store deler av livet. Våpenstad forteller at for ham er Bach den største helten, større enn Freud. I Leipzig hadde Bach en enorm produksjon av kirkemusikk, og i flere år laget han en ny kantate til hver eneste søndag og helligdag. Våpenstad er opptatt av kunstens rolle som primær formidler av det menneskelige, og han beskriver hvordan psykoanalytikere som Bion og Ogden har tatt dette inn i psykoanalysen. Ogden beskriver hvordan musikk, dikt og poesi kan utgjøre viktige deler av behandlerens subjektive opplevelse, et fenomen Bion ga navnet «reverie».

Den ene av Våpenstads to prøveforelesninger omhandlet nettopp *reverie*, et psykoanalytisk begrep for alle de tankene, dagdrømmene og assosiasjonene som kan oppstå i terapeuten. Han forteller hvordan han selv gradvis ble klar over at strofer fra en Bach-kantate stadig dukket opp i ham gjennom analysetimene med en liten gutt. Denne gutten hadde opplevd et tidlig traumatisk tap, men maktet ikke å formidle dette eller bearbeide det på en konstruktiv måte. Den lille gutten kommuniserte sitt traume til sin analytiker gjennom ubevisst å berøre en streng i analytikerens egen subjektivitet. For Våpenstad var denne koplingen en Bach-kantate – *Brich dem Hungrigen dein Brot* – komponert i juni 1726 samtidig som komponistens egen lille datter på tre år lå døende i naborommet.

– Når slike innfall dukker opp i oss terapeuter, tror jeg vi som regel starter med å ville skyve dem bort, det er støy, noe som hindrer oss i å lytte aktivt og ordentlig til pasienten, vi kjenner oss som dårlige terapeuter om vi i terapitimen forsvinner inn i egne dagdrømmerier. Slik er det også med meg, sier Våpenstad. – Men med den lille gutten maktet jeg etter hvert å forstå at det i dette subjektive indre rommet, i denne Bach-strofen, lå en vesentlig kilde til forståelse av gutten, fortsetter han.

Som et brev hjem

På spørsmål om viktige forskningsfunn minner han om at forskning innenfor humaniora ikke nødvendigvis innebærer funn i betydningen resultater av et eksperiment. Det *beskrives* mer enn det *bevises*.

– Det har aldri vært mitt mål å finne entydige svar på spørsmål om psykoanalysens behandlingseffekt, selv om jeg støtter slik forskning og gleder meg over stadig flere resultater som viser at psykoanalytisk psykoterapi har god effekt. Psykoanalysen er en

hermeneutisk vitenskap, en fortolkningsvitenskap, som innebærer at vi *prøver* å forstå. Det er mer som om jeg skulle ha lagt ut på en lang reise og ville skrive et brev hjem til kollegaer om hva jeg har sett og erfart på reisen.

– *Hvorfor er din forskning viktig?*

– På et overordnet plan, fordi akademisk psykologi generelt, og psykoterapeutisk forskning spesielt, må få større innslag av kvalitativ forskning. Vi må ta oss tid til å tenke de vanskelige tankene, de som ikke så lett lar seg operasjonalisere i et RCT-oppsett.

– *Er det noe i denne prosessen som har endret din måte å tenke på, eller endret din måte å tilnærme deg pasienter på?*

– Dette er et meget godt spørsmål. Og det har å gjøre med nettopp denne subjektiviteten. Å våge å ta den med som en del av bildet. Mitt arbeid med denne avhandlingen har også påvirket mitt eget pasientarbeid. Her er vi ved en sentral dialektikk i psykoanalytisk psykoterapi. Det er ikke bare slik at vi driver terapi og så forsker vi på det sånn utenfra. Nei, det er en vekselvirkning mellom forskning og praksis som går frem og tilbake hele tiden. Freud var tydelig på at psykoanalysen er en terapi, men at dette konkrete terapeutiske møtet mellom pasient og analytiker også er forskning, det genererer kunnskap. Min erfaring er at det å skrive om psykoterapi krever en type ettertanke som igjen virker tilbake på praksis.

Psykoanalysen og kunsten

– *Du får ett års fri for å forske på hva du vil, hva blir det?*

Jeg hadde nok valgt noen av de begrepene jeg allerede har jobbet med, kanskje gått dypere inn på reverie-begrepet. Jeg ville se på sammenhenger mellom kunst, kreativitet og psykoanalyse. Noen psykoanalytikere synes å mene at det er psykoanalysen som er det primære i verden, og at den dermed kan brukes til å fortolke for eksempel et kunstnerisk uttrykk som en film, en bok eller et bilde. Jeg mener vi bør snu dette på hodet. Det er kunsten som er det primære menneskelige uttrykk. Det er kunsten som kan hjelpe oss alle – inkludert psykoanalytikeren – til å forstå mer av det menneskelige.

1

EYSTEIN VICTOR VÅPENSTAD

- Spesialist i klinisk voksenpsykologi, i klinisk barne- og ungdomspsykologi, og i klinisk psykologi med intensiv psykoterapi. Utdannet psykoanalytiker. Privatpraksis i Oslo. Deltidsstilling ved Regionsenter for barn og unges psykiske helse - helseregion vest.
- Forsvarte 28. april sin avhandling «Det tempererte nærvær. En teoretisk undersøkelse av psykoterapeutens subjektivitet i psykoanalyse og psykoanalytisk psykoterapi» for dr.philosgraden ved Universitetet i Bergen.

Kontakt vaapenst@online.no

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 48, nummer 8, 2011, side 788-789

TEKST:

Astri Vannebo, JournalistMaster of Management