

# En levende fagtradisjon

TEKST

Anders Flækøy Landmark

Line Indrevoll Stänicke

Erik Stänicke

PUBLISERT 5. september 2018

---

Dette er det andre av to temanummer om psykoanalysen i vår samtid. Vi ønsker som gjesteredaktører å vise hvordan psykoanalysen tilbyr et perspektiv på mennesket som inkluderer personlighetsutvikling, patologiforståelse og en behandlingsmodell. Vi ønsker å vise psykoanalysen som en levende fagtradisjon der ulike psykoanalytiske retninger kan være i diskusjon og konflikt, og der psykoanalytisk teori og forskning kan være i dialog med andre fagområder.

**Allerede i Sigmund** Freuds forfatterskap ser vi flere forståelsesmodeller som kan synes uforenelige – fenomenologiske beskrivelser, introspeksjon som metode, teorier om sammenhengen mellom psykologi og nevrologi samt kasusstudier for å forstå psykiske prosesser og strukturer. Innenfor psykoanalysen er det et spenn mellom det humanistiske og det naturvitenskapelige, mellom psykologi og nevrobiologi (Stänicke & Stänicke, 2012). Etter vår mening, skapte dette grunnlag for en lang tradisjon i psykoanalysen for å leve med forskjellige perspektiver og det å være kritisk til egne premisser og antagelser. Et mulig resultat av dette er at vi i dag ser en rekke retninger innenfor psykoanalysen som er utviklet etter Freud – som objektrelasjonsteori, egopsykologi, karakteranalyse, relasjonell psykoanalyse, fransk lacaniansk psykoanalyse, gruppeanalyse, intersubjektivitetsteori, selvpsykologi og nevropsykoanalyse. Psykoanalysen har også informert og inspirert en rekke psykodynamiske psykoterapiretninger – som familieterapi, gruppeterapi, intensiv korttids psykodynamisk terapi og mentaliseringsbasert terapi – i tillegg til fagområder som filosofi, kunst, litteratur, film og teater. På tross av at psykoanalysen har vært assosiert med en skepsis til empirisk forskning, mener vi at de humanistiske og naturvitenskapelige røttene i psykoanalysen skapte grobunn for å integrere og assimilere forskning fra andre fagdisipliner – som utviklingspsykologi, sosialpsykologi, psykiatri, nevrobiologi og kognitiv psykologi.

**Psykoanalyse er ofte** forbundet med å arbeide over lengre tid, 3–5 samtalesesjoner per uke, der den voksne pasienten ligger på en divan eller et barn møter på et lekerom. Med disse to temanumrene ønsker vi å vise en bredde i psykoanalytisk teori, og illustrere hvordan forståelsen kan tilby et tenkningsrom og informere intervensjon på mange menneskelige fenomener i ulike aldre. Et psykoanalytisk perspektiv tilbyr et stort repertoar av intervensjonsformer – som kan gjenfinnes langs en dimensjon fra det

utfordrende til det meningsskapende: tolkning, påpekning, konfrontasjon, avklaring, bekreftelse, råd og ros (Gabbard 2005, Stänicke & Stänicke, 2012).

**Etter vår oppfatning** har psykoanalysen viktige bidrag i en mangespektret forståelse av, og tilnærming til, psykiske lidelser, og kan kombineres med våre plikter til å forholde oss til retningslinjene vi har i det offentlige helsevern. Psykoanalysen er en særegen form for klinisk tenkning, og det psykoanalytiske perspektivet på utvikling, lidelse og behandling innebærer alltid en tenkning om «det ubevisste» (Green, 2005). Selv under rammevilkår med få samtaletimer og avgrenset fokus – slik det gjerne er under utredninger, krisesamtaler eller korttidspsykoterapi – kan det å lytte til den subjektive opplevelse, det bakenforliggende budskap eller motivasjon for pasienten virke befriende (Stänicke & Stänicke, 2012). Det kan skje når vi kommer i kontakt med noe autentisk, men ikke-erkjent i pasienten og formidler dette på en enkel og direkte måte. Det kan også skje ved at vi hjelper omgivelsene til barn og unge til å forstå deres tanker, følelser og handlinger bedre slik at de kan møte barnet og ungdommen mer hensiktsmessig – se barnet bak symptomene (Landmark, 2015). Psykoanalysen kan hjelpe oss til å danne hypoteser om sammenhenger mellom indre og ytre verden, og den kan anvendes på en rekke arenaer utenfor terapirommet hvis den tilpasses og modifiseres (se Landmark & Stänicke, 2016).

**For oss er** dette noe helt sentralt i en psykoanalytisk holdning: å høre etter både et eksplisitt budskap og en potensiell underliggende uuttalt mening – udekkete behov eller uforløste konflikter kan avdekkes, deles eller etableres mening om (Killingmo, 1989). Samtidig som vi utreder de observerbare symptomene med diagnostiske kriterier, er det ofte nyttig å bringe inn et fokus på om vanskene kan forstås som kommunikasjon av et ubevisst eller ikke-erkjent følelses- og relasjonsbudskap.

**En annen særegenhet** ved en psykoanalytisk holdning er fremhevet av Jürgen Habermas (1968): Psykoanalysen har en frigjørende rasjonell interesse. Psykoanalysens opplysning og frigjøringsprosjekt omfatter ikke bare krefter i den enkeltes indre, men også den sosiale og kulturelle verden (Gullestad, 2012). Vi mener det er viktig å se psykiske vansker og lidelser i sammenheng med utviklingspsykologiske tema som autonomi, identitet og mentalisering, men også i lys av eksistensielle behov og kulturelle omgivelser. Vår erfaring med klinisk arbeid med barn og ungdom er at mange opplever stor frustrasjon knyttet til spriket mellom hva de *er*, og den tilstanden de *ønsker å være i*. De kan uttrykke mye usikkerhet knyttet til om de vil finne en retning i livet, noe de blir gode til, eller om de vil lykkes. Andre kan uttrykke pessimisme og håpløshet for fremtiden, fordi de opplever at de tar over en svært forurenset og ødelagt klode.

**Mange av de** bildene barn og unge og voksne har av hva de ønsker å være, henter de fra kulturelle idealer og normer. Mange føler at de ikke klarer å leve opp til kulturens standarder og idealer, og det bidrar til mye stress og jag. Vi har på mange måter beveget oss fra et skjebnesamfunn til et samfunn med vekt på individualitet og frihet til å velge (Vetlesen, 2014). Vi arver ikke lenger identitet via et yrke eller en familie – identiteten

skal skapes. Vi kan få inntrykk av at vi alle er født med samme muligheter, og at hva vi får til i livet, primært er knyttet til egen innsats. Lykkes du ikke, kan mislykketheten bli individualisert – selvanklagen blir stor om du ikke klarer selvrealiseringsprosjektet.

**Sett fra et** psykoanalytisk perspektiv har dragingen mot kulturens normer og idealer rot i en dyp menneskelig lengsel: et ønske om fravær av frustrasjon og et ønske om fullstendig renhet og enhet med omgivelsene (Landmark & Stänicke, 2016). Kanskje kan vi si at det er en utfordring når de normer og idealer som vi ønsker å leve opp til, ikke er forenlige med grunnleggende menneskelige eksistensielle erfaringer? Med grunnleggende menneskelige erfaringer menes her ufravikelige grunnvilkår ved det å være menneske, som avhengighet, sårbarhet, dødelighet, våre relasjoners skjørhet og hver og ens eksistensielle ensomhet (Vetlesen & Stänicke, 1999).

**Vi tenker at** kulturen kan og bør tilby oss ord, bilder, bevegelse og kilder til sansning som kan bidra til å erfare mangfoldet i tilværelsen med alle de motsetninger det innebærer å være menneske. I et slikt perspektiv kan kulturen være et repertoar av symboler og tenkning for det som rammer inn våre liv, det som bare er der, og som vi ikke kan velge bort; å kunne forholde seg til det vonde uten å måtte utagere det (Winnicott, 1971; Alford, 1997; Vetlesen, 2012; Landmark, & Stänicke 2016).

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 9, 2018, side 722-723*

#### TEKST

**Anders Flækøy Landmark**, psykologspesialist og psykoanalytiker, Bup-Vest, Diakonhjemmet sykehus

**Line Indrevoll Stänicke**, psykologspesialist

**Erik Stänicke**, psykologspesialist, psykoanalytiker og president i Norsk Psykoanalytisk Forening, og førsteamanuensis ved Psykologisk institutt, UiO.

#### + Vis referanser

#### Referanser

- Alford, C.F. (1997). *...* Ithaca: Cornell University Press.
- Gabbard, G.O. (2015). *...* (4. utg.) Washington D.C.: APA Publishing.
- Green, A. (2005). *...* London: Free Association Books.
- Gullestad, S. (2012). Psykoanalyse og ideologi. I S. Gilbert, E. Stänicke & F. Engelstad (red.), *...* (s. 201-216) Oslo: Abstrakt forlag.
- Habermas, J. (1968). *...* Cambridge: Polity Press.
- Killingmo, B. (1989). Conflict and deficit: Implications for technique. *...*, 65-79.
- Landmark, A. (2015). Ut av det blå - inn i relasjonen. *...*, 2(6), 480-485.
- Landmark, A.F. & Stänicke, L.I. (2016). *...* Stavanger: Hertervig akademiske.

- Stänicke, E. & Stänicke, L.I. (2012). Psykoanalyse og klinisk helsearbeid. I S. Gilbert, E. Stänicke & F. Engelstad (red.), (s.141-158). Oslo: Abstrakt forlag.
- Vetlesen, A.J. (2012). Transport og transformasjon av psykisk smerte. I S. Gilbert, E. Stänicke & F. Engelstad (red.), Oslo: Abstrakt forlag.
- Vetlesen, A.J. (2014). . Oslo: Universitetsforlaget.
- Vetlesen, A.J. & Stänicke, E. (1999). . Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Winnicott, D. (1971). . London: Routledge.