

# Gode nyheter om schizofreni

Det å være i dialog, og få beskrive hvordan forstyrrelsen oppleves, kan i seg selv virke oppklarende og samlende på et skjørt selv, ifølge forfatteren.

ANMELDT AV

**Elisabeth Myrstad**

PUBLISERT 3. juni 2019

---



**PAUL MØLLER** *Schizofreni - en forstyrrelse av selvet*, Universitetsforlaget, 2018. 248 sider

Denne boken er en grundig, men kortfattet bok som formidler vinklinger rundt det sentrale punktet: subjektivitetsmodellen i forståelse og behandling av varselfase (prodromalfase), schizofreni og andre psykoselidelser. Den positive nyheten er presentasjonen av behandlingsmetoder i møte med alvorlige psykiske lidelser der forstyrrelser av selvet er det sentrale.

Boken er på bare litt over 200 sider, men vi får en gjennomgang av den filosofiske disiplinen fenomenologi, vi får innføring i subjektivitetsmodellen, vi blir kjent med empiriske resultater, og samtidig er boken en praktisk og klinisk veiledning i hvordan å møte mennesker som lider av selvforstyrrelser. Den er både en teoretisk innføringsbok

og en håndbok i hvordan å gjennomføre god og helhetlig, tverrfaglig behandling av selvforstyrrelser, psykoser og schizofreni.

## **Utenfra - innover**

Schizofrenibegrepet er drøyt 100 år gammelt og er en lidelse som fortsatt oppfattes som en gåte, og muligens omfatter flere lidelser. Forståelsen av lidelsen i vestlig kultur har vært dominert av en amerikansk tradisjon slik det kommer til uttrykk i diagnosesystemer som DSM-4, med påvirkning også på ICD-10. Fokus har vært på observerbare symptomer, årsaker, atferd og funksjonsfall og er preget av å ha et utenfra- og «objektivt» perspektiv. Den nye tilnærmingen til lidelsene har utviklet seg fra tusenårsskiftet parallelt i Tyskland, Frankrike, Danmark og Norge, og har til felles at de tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen av å miste seg selv. Basert på en fenomenologisk tilnærming er det viktig å lytte til den som er i ferd med å utvikle lidelsen, og personens indre erfaring av forstyrrelser i tanker, fornemmelser og følelser.

## **«Uansett effekt er den respekten og ydmykheten som ligger i tilnærmingen til de som lider av selvforstyrrelser, i seg selv lindrende»**

Behandlingsstrategien ut fra den amerikanske modellen er å la de med psykotiske symptomer være mest mulig i fred og skjermet, for å unngå at man forstyrrer det indre livet og derved kanskje øker forstyrrelsen. I subjektivitetsmodellen er strategien det motsatte; en intersubjektiv deling av det som skjer med det ene subjektet, der det avgjørende er å komme i kontakt med personens egen opplevelse. Gjennom dialog der subjektet selv beskriver forstyrrelsen og hvordan den forstås og forklares for egen del, kan delingen i seg selv virke oppklarende, opplysende og samlende på et skjørt selv.

Mens den amerikanske tradisjonen vektlegger diagnostisk utredning før behandling, legger den kontinentale tilnærmingen opp til en terapeutisk utredning der diagnostisering og behandling går hånd-i-hånd. Andre ferske utgivelser om schizofreni, for eksempel Schizofreni – til å leve med (Peleikis og Felldal), tar utgangspunkt i det amerikanske, tradisjonelle perspektivet (se for øvrig anmeldelse i Tidsskrift for Norsk psykologforening, nr. 4, 2018.).

## **Diplomatisk**

Paul Møller har en utpreget diplomatisk form, og stiller ikke opp sitt perspektiv som en motpol, men som en utvidelse av allerede etablerte forståelses- og forklaringsmodeller og behandlingsmetoder. Boken fokuserer ikke på årsaksforklaringer, for det er ikke avgjørende å kjenne årsakene til selvforstyrrelsen for å kunne møte og behandle den. Det nye perspektivet har ført til utvikling av verktøy som blant annet Examination of Anomalous Self-Experience (EASA), som kan brukes ikke minst i varselfasen

(prodromalfasen) for å komme denne lidelsen, som lett utvikler seg i det stille og over lang tid, tidlig i møte. Det understrekes at varselfasen har egne særtrekk og ikke nødvendigvis er en forløper til schizofreni, men er en tilstand som i seg selv kan møtes og behandles på varselnivået.

Schizofreni – en forstyrrelse av selvet er godt disponert og har en god logikk i oppbygningen. Kapitlene er korte og har en klargjørende innledning. De kan leses hver for seg, selv om det absolutt er en fordel å kjenne helheten. Men når man først kjenner tankegangen, den fenomenologiske metoden og de grunnleggende begrepene om subjektivitet og selvforstyrrelse, kan den brukes som en praktisk håndbok i møte med pasienter der man mistenker at det handler om selvforstyrrelse. Det er så godt å få konkrete råd, slik som beskrivelse av 7-trinnsmodellen (kapittel 15), der et eksempel er: «Skriv ned ordrett det pasienten forteller om sine opplevelser.» Det er betryggende å vite at denne modellen blant annet er en del av undervisningen for psykologer ved Universitetet i Oslo.

Videre kan man i kapittel 16 også studere i hvilken grad denne modellen harmonerer med eller divergerer fra andre faglige modeller. Eller man kan se hva forskningen har funnet ut så langt, som et utgangspunkt for å grave videre. Og man kan selv grave videre gjennom nettreferansen som er oppgitt.

### **Meningsfulle møter**

Den formen for selvforstyrrelse som beskrives i boken, har likhetstrekk og sammenfallende kjennetegn med andre identitetsforstyrrelser og usikkerhet rundt selvopplevelse. Men det er viktig å skille mellom disse og den typen selvforstyrrelseslidelser som er mer omfattende og gjennomgripende på funksjon for øvrig. Dette kommer godt fram. Et stykke ut i lesningen av første del savnet jeg en avklaring av skillet mellom dissosiasjon og andre forstyrrelser av selvet. Den kom i kapittel 16 og delvis i kapittel 18, der det vises til studier med bruk av EASA-manualen, som signifikant skiller mellom selvforstyrrelsesgrad og type i ulike grupper.

Det er ingen tvil om at pasienter, pårørende og terapeuter finner det meningsfylt å møte disse lidelsene på denne måten. Etter hvert vil vi også kunne se om den faktiske effekten på forløp av selvforstyrrelser og psykose blir annerledes. Uansett effekt er den respekten og ydmykheten som ligger i tilnærmingen til de som lider av selvforstyrrelser, i seg selv lindrende.

Boken fortjener en vid utbredelse og bruk, og er spesielt nyttig lesning for alle som jobber innenfor psykisk helsevern, uavhengig av hvor ofte man møter pasienter med alvorlige selvforstyrrelser.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 6, 2019, side 448-449*

**ANMELDT AV**

**Elisabeth Myrstad**, Spesialist i klinisk psykologi

