

# Psykospsykoterapi som konstnärskap

Recension av

Hanna Sitter Randén; *Magiska Ögonblick - Psykoterapi vid psykos*  
Natur och Kultur 2005

*"I vår längtan efter tolkningar och förklaringar finns det risk att man tror att det alltid finns en förklaring som är den "riktiga". Min erfarenhet är snarare att det är tvärtom; det drömmar, dikter, felsägningar och psykotiska symptom har gemensamt är just rikedom av potentiella förklaringar".* Så skriver Hanna Sitter Randén i sin bok **Magiska Ögonblick – psykoterapi vid psykos**, och placerar psykosen där den hör hemma; i ett utvecklingspsykologiskt mångbottnat, komplext och djupt mänskligt fält. I en humanistisk och existentiell ton utforskar hon i boken aspekter av psykosens väsen och de mänskliga psykoterapeutiska möten och relationer som kan lindra och hela.

Mycket har skrivits om psykos och psykoterapi. Inom den psykoanalytiska och psykodynamiska traditionen råder ingen brist på teoretiska bidrag. Teoribildningen är rik och spänner över ett brett fält av olika abstraktionsnivåer och komplexitet. Seminarier, konferenser och teoretiska diskussioner har pågått sedan början av 1900-talet. Onekligen vet vi i dag en hel del om det psykotiska upplevandet. Den psykoanalytiska traditionen har dessutom bidragit med teorier kring metod, teknik och förhållningssätt i den kliniska situationen. Men det finns ett dilemma, ett glapp, och en omfattande svårighet som alla kliniker upplevt som försökt bistå och behandla en psykotisk person. Den psykotiske befinner sig i "ett annat universum" och är inte i närheten av det klara, teoretiskt grundade förnuftiga tänkandet. Dilemmat handlar om hur vi ska komma i tillräckligt god kontakt eller beröring med patienten, och dessutom kontinuerligt över tid, för att våra teoretiska kunskaper på något sätt ska kunna komma till någon nytta för patienten. Freud var som bekant skeptisk.

Hanna Sitter Randén tar sig an detta dilemma i sin bok, och hon gör det på ett lättbegripligt och erfarenhetsbaserat sätt. Det är inte teorierna som står i fokus när hon beskriver psykosen och psykoterapin. Hon skriver; *"...psykospsykoterapi har blivit ett slags konstnärskap för mig. Psykosen är som en inspärrad, oförlöst dikt, som en inre "domedag". Att vara psykotisk är som att ensam spärra in sig inne i hjärtats och hjärnans valv utan att kunna hitta ett uttryck som gör att andra människor kan förstå. Psykospsykoterapins konst är att hitta nya vägar till uttryck."* De magiska ögonblicken, som fått ge boken titel, är just dessa mycket speciella stunder, då ensamheten bryts och uttrycket delas och förstås av en annan människa.

Författaren nämner dem som *"de ögonblick i överföringen som kan bli bryggor till det psykotiska"*. *"En delad psykosnära känsla eller fantasi (som) kan bryta den trollring av skam, ensamhet och utanförskap som är psykosens väktare."* Den psykotiske är inte oförmögen till överföring, men vi måste som terapeuter, vilket många av bokens fallbeskrivningar illustrerar, gå patienten till mötes, aktivt och uppvaktande, men aldrig inträngande. När det gäller de svåra psykoserna skriver Sitter Randén: *"Den första uppgiften jag hade som psykoterapeut var att väcka patientens lust, nyfikenhet och vilja att överhuvudtaget ha kontakt med mig."*

Det är livets yttersta svårigheter och till synes olösliga mänskliga dilemman, och vägar att möta och tillsammans tackla dessa, det handlar om. Boken är till stor del uppbyggd runt ett antal kliniska illustrationer och berättelser om mänsklig utsatthet. Här får vi bland många

möta Erik, som river sönder allt som kommer i hans händer, ett yttre beteende som avspeglar en inre psykotisk förstörande tendens riktad mot tankeförmågan. Eller Vera, som kraftigt projicerande försätter terapeuten i en delad psykotisk upplevelse. Tack vare terapeutens större förmåga att uthärda, hårbärgera och smälta psykotiskt material kan patienten få hjälp att förhålla sig till och göra det ”outhärdliga” uthärdligt. Vidare Jonas, vars terapi vi får följa genom de faser Harold Searles beskriver som typiska för en psykoterapi.

I Searles anda får vi också möta författarinnan själv, som generöst bjuder på egna psykosnära erfarenheter. Budskapet i detta, som genomsyrar boken, är att betona värdet i egna erfarenheter och den egna förmågan som terapeut att identifiera sig med det psykotiska upplevandet. Psykoterapi handlar ju så mycket om att kunna möta patienten där denne befinner sig – och detta är ofta på en annan mental ”planet” – för att sedan skonsamt tillsammans färdas i riktning mot vår gemensamma ”verklighet”. Den egna förmågan att känna eller uppleva psykosens väsen blir ett av de viktigaste terapeutiska verktygen.

På jakt efter dessa magiska ögonblick ger Hanna Sitter Randén många exempel på ett arbetssätt som är okonventionellt, flexibelt och kreativt (en konststart!). Ibland ytterst konkret och pedagogiskt (hon har ett förflutet som pedagog). Traditionella psykoanalytiska ramar duger inte i arbetet med psykos. Det handlar om en vidare syn på terapeutiska ramar. Exempelvis träffar hon patienter i deras hem, på arbetsplatser, dagcentraler, ute i kollektivtrafiken och på utflykter. I terapirummet ringer hon som terapeut upp patientens mor under sessionen, med patienten i rummet. Samma patient serverar hon frukt under terapitimmarna. Ett ”fruktbart” arbetssätt, som dock innehöll ett missöde, då patienten i en attack av ilska slänger en apelsin i huvudet på terapeuten.

Med ett vardagsnära språk illustrerar hon många av dessa terapiers faser och innehåll. Det är en kliniker/praktiker med gedigen erfarenhet som talar. Exempelvis tar hon upp det mycket delikata och svårhanterliga i att skydda och stärka den ”friska”, icke-psykotiska delen av personligheten, *samtidigt* som man hela tiden arbetar med ett utforskande och integrerande av det psykotiska. Ett tvåfrontersfokus som innebär att den konventionella distinktionen mellan jagstärkande och bearbetande psykoterapi inte är relevant, eller får en annan innebörd på psykosområdet. Författaren berör också kort den problematiska fas i terapiarbetet där verklighetsförankringen stärkts och livet, som det är nu och som det varit, har att tacklas från vår gemensamma verklighetssyn. En tung problematisk position, där depressionen lurar och ett vägval öppnas; att stanna i den här verkligheten eller att gå tillbaka, och åter ta tillflykt till psykosens skydd.

De teoretiska verktygens värde lyfts fram. I läsningen får man en känsla av att bokens författare har integrerat och väl bekantat sig med dessa. Vi bjuds på korta inblickar i hur framför allt Searles och Winnicott, men också Benedetti, Meltzer, Pao, Bion och andra teoretiserat. Men, det är som sagt den mellanmänniska levande erfarenheten som är bokens substans. En styrka författaren har är förmågan att ”montera ner” abstrakt teori till vardagsnära, allmänmänniska termer. Istället för att tala om integrerande processer talar hon exempelvis om att bekanta sig mer med sig själv och sina olika sidor.

Hon kallar schizofreni för en ”psykos som låst sig”, och definierar en psykos som ”en allvarligt försvagad förmåga att avgöra om de inre upplevelserna av det som händer i omvärlden är rimliga”. Hon talar om ”det farligas förråd” och man får som läsare en känsla av att hon betraktar den psykotiska delen av personligheten som ett inre gömställe där obegripliga, ohanterbara och skrämmande händelser och upplevelser hålls undan. I detta

betraktelsesätt aktualiseras frågan om det omedvetnas geografi. I min kliniska erfarenhet har jag upplevt det som minst lika fruktbart att tänka kring psykotiskt material som förkastat, utstött eller projicerat; att det omedvetna i psykosen är förlagt i ”yttrevärlden”.

Det vardagsnära språket gör att boken lämpar sig väl som en introduktion till fältet, för både dem som i sin yrkesutövning och för dem som i andra sammanhang möter personer som är eller har varit psykotiska. Suzanne Osten har utifrån ett anhörigperspektiv bidragit med ett starkt förord. Hanna Sitter Randén skriver från ett psykodynamiskt perspektiv, men är i sitt uttryckssätt så allmänmänsklig och existentiell, att boken förmodligen kan läsas med behållning oavsett vilken teoretisk bakgrund man har. Som kliniker, med erfarenhet av arbete med psykospsykoterapi, läser man boken med en ”igenkännandets glädje” och hittar guldkorn som väcker nya tankar. Dock bör nog den som främst är intresserad av fördjupade intellektuella och teoretiska perspektiv vända sig till annan litteratur.

Boken styrka ligger i författarens humanism, det självklart allmänmänskliga och existentiella sätt på vilket hon betraktar psykosen, fjärran från enkelspåriga biomedicinska modeller, och det i dag så populära, men uppgivna, funktionshindertänkandet. Den patient som möter den behandlingsideologi som Sitter Randén här företräder, behöver inte vara rädd att bli indragen i stigmatiserande och iatrogena processer.

**Björn Vikström** är leg psykolog/leg psykoterapeut och arbetar med psykospsykoterapi inom Beroendekliniken, Sahlgrenska Universitetssjukhuset och i privat praktik.