

Skuld och ansvar i psykoterapin

Den norska psykoterapeuten Mary Theophilakis bok *Den svåra skulden* behandlar problemet ansvar och skuld i psykoterapin.

Boken är kontroversiell och i många avsnitt intressant, skriver psykiatern Inga-Greta Agrell, som här diskuterar den.

VÄRDIDEOLOGIER trängs inom psykiatri och närliggande discipliner: Psykologi, sociologi, pedagogik, filosofi — och naturligtvis allmän medicin. Personlighet, skolning och indoktrinering färgar vars och ens inställning. *Psykiatern* — läkaren har i sin utbildning en biologisk bakgrund, som rimligen bör prägla hans/hennes approach — särskilt i det diagnostiska skedet. *Psykologerna* är splittrade i många läger vad gäller både ideologi, diagnos och terapi. *Sociologen* lägger tyngdpunkten på samhällsstrukturen, *pedagogen* kanske domineras av en behavioristisk syn och en beteendeterapeutisk inställning. Olika filosofiska skolor och riktningar påverkar psykoterapin både beträffande teoretisk bakgrund och praktiskt genomförande.

Det är för övrigt anmärkningsvärt att den svenske psykiatern Henrik Sjöbring just bland filosofer fått mer förståelse för sina individualpsykologiska teorier än bland läkare och psykologer.

Olika teorier, olika skolning, ger varierande infallsvinklar. Detta leder tyvärr alltför ofta till motsättningar i fall där ett positivt samarbete skulle kunna ge en fruktbar syntes.

Boken *Den svåra skulden* av den norska psykoterapeuten Mary Theophilakis, (W&W serien) behandlar problemet ansvar och skuld i psykoterapi. Vad författaren — i varje fall vad gäller terapeuten — säger om ansvar är i stort sett relevant för min värdideologi.

Den som startar ett terapeutiskt arbete får ha klart för sig att man då också tar på sig ett stort ansvar. Man är skyldig att ha en teknik som inte skadar patienten (eller klienten) — ett missgrepp från psykoterapeutens sida kan göra ont värre. Det borde vara självklart att man inte släpper en patient som i en terapituation kommit i ett akut ångesttillstånd. Det har hänt att en klient gått direkt från en gruppterapi till ett självmordsförsök i en ångest som uppväckts istället för att lösas.

□ Begreppet skuld

När författaren talar om "skuld", tänker hon i tre plan: 1) Skuldbegreppet inom psykologin är svårt att avgränsa. 2) Egen skuld är svår att inse och bära. 3) Terapeutens skuld och ansvar är svåra att avgränsa. Just för att uttrycket "skuld" är så flertydigt använder jag det mycket sparsamt och i mycket speciella sammanhang.

För mig har begreppet kommit att mer och mer kopplas till ett syndabockstänkande, som är till stort hinder i all människovård. Syndabockstänkandet: "Någons fel måste det vara" följs obönhörligt av frågan: "Vems är skulden?" Anklagelser kräver försvar och skuld-känslor löser inga problem. Författaren polemiserar själv mot "rätt-

skiparattityden" men jag kan inte frigöra mig från uppfattningen att hon lätt framkallar denna attityd, både hos andra terapeuter och hos klienter. Författaren varnar för att ta bort känslan av skuld och ansvar.

Jag menar tvärtom: sök gärna olyckliga omständigheter i mellanmänskliga problem. Diskutera hur skuldskapande situationer i framtiden ska kunna undvikas. I stället för att anklaga: "Det är inte ens skuld att två träter", borde man förklara: "Ni är så olika, det är därför ni gör varandra illa."

Jag tror inte författaren menar att anklaga, men jag har sett alltför många psykoterapier haverera just därför att terapeuten haft den i och för sig vällovliga men ofta nog orealistiska målsättningen att klienten ska "inse sin egen roll" (=skuld) i en konflikt.

För mig är målsättningen i en psykoterapi att få berörda parter att tänka och diskutera: "Vad har vi för svårigheter och vad kan jag göra åt situationen?" Framför allt vill jag undvika att ge någon "skulden". I orden "roll" och "skuld" har det gått troll: Om författaren bara kunde finna ett annat uttryck för detta "skuld", som tydligtvis även för henne själv är alltför mångtydigt, skulle hon ha lättare att få fram ett budskap.

□ Samspelet

Hon har nämligen, vad jag uppfattar, ett angeläget budskap: Det är viktigt att terapeuten hela tiden är klar över att hennes/hans personlighet, vilken ideologi som än gäller, spelar en utomordentligt stor roll i det terapeutiska arbetet. Den absoluta objektiviteten existerar bara inte, hur välanalyserad terapeuten än är. Patienten ses alltid genom terapeutens temperament.

Bokens starka sida är just poängterandet av interaktionen, samspelet mellan terapeut och patient. Den ger terapeuten en ofta nog behövlig tankeställare. Om jag förstår författaren rätt menar hon så här: Försök förstå din klient men glöm inte att ni är två olika personligheter, som upplever individuellt, var och en på sitt sätt, var och en sin identitet likmätigt.

Detta bokens budskap gör att jag rekommenderar den till studium även av den som omfattar en annan värdideologi.

Vissa psykoterapeuter vill ha monopol på uttrycket "terapi". Författarens utredning av terapibegreppet är rent nonsens! *Terapi betyder behandling* rätt och slätt. Vill man specificera kan man tala om medicamentell, fysikalisk, kirurgisk terapi o s v. Talar man om psykoterapi, ska man använda den nomenklaturen. De begränsningar författaren gör kan då lättare försvaras. Hon använder sig av uttrycken "terapibehandling" och "terapeutisk behandling". Bådadera innebär en tautologi — en språkgröda.

Den svåra skulden är en kontroversiell bok. Den är i många avsnitt intressant, fast jag tänker mig att en psykolog av facket kanske har en mer kritisk inställning.

Litteraturlförteckning med kända auktoriteter ingår i boken.

Inga-Greta Agrell