

Selvskade - psykologi og behandling af Bo Møhl, Hans Reitzels forlag 2015

Anmeldt af Kasper Pyndt¹

Selvskadende adfærd er et stort og voksende problem som ikke er afgrænset til psykiatriske patienter, men som berører et stort antal mennesker i Danmark, særligt unge. Selvskadende adfærd vækker ofte stærke følelser i deres omgivelser, hvad enten det er de nærmeste som pårørende og veninder eller det er de professionelle behandlere på skadestuer, praktiserende læger og psykologer. Det intuitivt uforståelige i at skade sig selv med vilje, som løsning på at have det dårligt, medfører let afstandstagen, afvisning og sågar kritiske og straffende reaktioner i omgivelserne. Det er disse reaktioner og paradokser Bo Møhls bog om selvskade hjælper os med at forstå og behandle.

Bo Møhl har siden 2005 med en

artikel i psyke og logos og dernæst i 2006 på psykiatri fondens forlag formidlet sin omfattende viden om selvskadende adfærd på dansk til gavn for alle der har berøring med dette felt. Denne viden føres nu up to date og udvides væsentligt i nærværende bog, som ikke efterlader tvivl om Bo Møhls store viden og kompetence på området. Bogen er et godt eksempel på den kvalitet formidling af forskningsresultater og teori kombineret med klinisk erfaring og praksis giver, og hvordan disse hele tiden væver sig ind i hinanden.

Bogens udgangspunkt er det enkelte individ, hvor der indledes med en kort beskrivende case efterfulgt af pointen om at individet altid må være i centrum og grupper

1. Kasper Pyndt: specialpsykolog i Psykiatri, Psykoterapeutisk afsnit, Regionspsykiatrien Randers, Dronningborg Boulevard 15, 8930 Randers NØ. Email: kasppynd@rm.dk

udgøres af individer som med litterær reference til Rilke beskrives som de "utallige ental". En væsentlig pointe i et samfund hvor store dele af vores sundhedsvæsen forsøges baseret på pakkeforløb til diagnosekategorier, og fornemmelsen for det enkelte individs lidelse fortoner sig. Det er dog på ingen måde Bo Møhls ærinde at kritisere sundhedsvæsenet og bogen forholder sig loyalt og neutralt både til dette og de forskellige behandlingsformer undervejs. Bogens ærinde er helt utvetydigt at formidle viden om selvskadende adfærd, således at myter aflives, forståelsen øges og behandlingen styrkes. Dette sker gennem 16 kapitler, som kan opdeles i tre dele. De første fem kapitler beskæftiger sig med definition, diagnostik, myter, epidemiologi og samfundsmæssige forhold og omhandler således: Hvad er selvskadende adfærd. De næste fem kapitler omhandler forståelsen af selvskadende adfærd og inddrager psykologiske teorier, tilknytningsteori og affektregulering, en funktionel forståelse samt fysiologiske og neurobiologiske perspektiver. Sidste del beskæftiger sig med behandlingen af selvskadende adfærd i form af vurdering, forskellige behandlingstilgange og deres evidens opsummeres, mens DAT, MBT og behandling under indlæggelse uddybes i deres egne kapitler. I bogens sidste kapitel rækkes hånden

ud til de pårørende, hvor der skabes forståelse for deres følelsesmæssige reaktioner samt gives konkrete bud på, hvordan man skal forholde sig til en nærtstående med selvskadende adfærd og passe på sig selv og den anden undervejs.

I de indledende kapitler omkring begrebsafklaring og diagnostik tages man på gennemgang af den begrebsmæssige forvirring området lider af og dette selvsagt smitter af på de epidemiologiske forhold. Det er således svært at levere krystalklare konklusioner på disse spørgsmål, eksempelvis relationen mellem selvskade og selvmordsadfærd, men bogen giver et overblik og en opdateret faktuel viden, som let kan findes ved opslag. Definitivisk lægger bogen sig fast på den direkte selvskadende handling uden intention om selvmord : NSSI Non Suicidal Self Injury, men undervejs behandles forskellige typer, forskellige måder at skade sig på, forekomst ved børn, unge, ældre, patienter m.v., så hele det komplekse område afdækkes.

Kapitlerne der omhandler forståelse af selvskadende adfærd fra forskellige perspektiver er meget givende og kapitlerne afdækker en bio-psyko-social forståelse af dette fænomen. Man bliver klogere på hvorfor mennesker skader sig selv og de selvforstærkende cirkler, der gør, at de bliver ved. Og indholdet i

disse kapitler kan let omsættes og anvendes psykoedukativt eller skabe kliniske hypoteser til den terapeutiske behandling.

Denne forståelse af individet og den selvskadende adfærds funktion føres videre som et væsentligt element i kapitlerne om behandling. Der gives et godt overblik over behandlingsmulighederne og opsummering af de få evidensstudier der underbygger de respektive behandlingsformer. Gennemgangen fokuserer dog ikke alene på behandlingens tekniske aspekter, disse er refereret, men tilsvarende vægt lægges på de vanskelige reaktioner der vækkes i behandleren og hvordan man kan bevare empatien i kontakten til den selvskadende person. Særligt vil jeg fremhæve kapitlet om assesment, hvor halvdelen bruges på at beskrive, hvordan og hvor vanskeligt det er at skabe kontakt til et emne personen finder skamfuldt. I den sammenhæng reflekterer Bo Møhl også over egne tidligere anbefalinger om at personen viser sine sår og justerer og nuancerer denne anbefaling.

Formidlingsmæssigt er bogen velskrevet og teksten er suppleret med case vignetter, opsummering i diagrammer og bokse der skaber overblik og nærvær. Teksten rummer således på en gang en akademisk dybde men er samtidig tilgængelig for fagpersoner på alle niveauer

samt pårørende. Det er svært at finde noget kritisk at fremhæve, da bogen dårligt kan lastes for den begrebsmæssige forvirring på området, og det er en bog der varmt kan anbefales. Den redegør for forskningen på området og fordybelse kan ske i den imponerende 40 sider lange referenceliste, og samtidig med alt det generelle, insisteres der på at forstå den specifikke persons, specifikke selvskade i den specifikke kontekst. Dermed yder bogen sit bidrag til vi fremover kan bevare empatien med "de utallige ental" og fremme deres behandling.