

At genkende sig selv

Svein Haugsgjerd

Å møte psykisk smerte.

Erfaringer og refleksjoner fra behandlingsrommet.

Oslo: Gyldendal Norsk Forlag 2018

ISBN 978-82-05-51094-4

Pris: NOK 429.-

Anmeldt af Tove Mathiesen¹

At känna igen sig, at føle sig set, at se sig selv gennem den andens blik, og at se den anden gennem den andens blik på sig. Sådan er det at være psykoanalytiker, gruppedlem, psykiater og patient – og sådan er det at læse Svein Haugsgjerd's bog *Å møte psykisk smerte. Erfaringer og refleksjoner fra behandlingsrommet*.

Bogen landede i postkassen lige inden sommerferien i det nordlige udland og egnede sig i omfang til et fagligt indput i en god lang ferie – sammen med Judy Gammelgårds samtidige status og erindringer *Efter Freud - Erindringsforstyrrelser og andre normale mærkværdigheder*.

Sommeren blev for varm til fysiske aktiviteter af betydning, og begge bøger inviterede til at fortsætte læsningen i ét stræk til sidste side. Til gengæld blev det nødven-

digt at tygge drøv for at fremme fordøjelsen.

Judy Gammelgård gør en form for status i sin bog ved at fokusere på seks mindre kendte, korte artikler af Freud, at gå i detaljen med dem og trække på hele sin teoretiske ballast i analysen af teksternes betydning for og bidrag til forståelsen af menneskets psyke.

Dette til forskel fra jævnaldrende Svein Haugsgjerd som skriver ud fra en bred og righoldig klinisk erfaring med udgangspunkt i mødet med patientens smerte, som det udfolder sig i psykiaterens rum.

Svein Haugsgjerd indleder med 'Psykoterapeutens blik på psykiatrien', derefter beskriver han 'Erfaringer fra behandlingsrummet', nogle aspekter af psykoanalysens udvikling, som har særlig betydning i psykiatrisk behandling, inden han

1. Tove Mathiesen, speciallæge i psykiatri, psykoanalytiker, gruppeanalytiker, Grenåvej 10a, 1.sal; 8410 Rønde, kontakt@psyclinic.dk

gør rede for forankringen i neurovidenskaben og for andre vigtige behandlingsformer (kognitiv terapi, gruppeterapi, tværfaglige behandlere fællesskaber og familierapi). Han vier selvstændige kapitler til de mest udfordrende tilstande i den kliniske praksis: rusafhængighed, traume og traumeteorier samt psykose, grundlæggende kendskab til klassisk psykoanalyse og Freuds værk som en rød tråd gennem hele bogen.

Med andre ord er man som læser i hænderne på en erfaren, kompetent underviser, der med kliniske eksempler illustrerer psykiatriens mange ansigter og den teoretiske forståelse, der ligger bag evnen til at lytte til og møde patientens smerte som en helt nødvendig forudsætning for behandling. På denne vis har bogen tydelige referencer til de to første i serien *Grunnlaget for en ny psykiatri* (1992) og *Lidelens karakter i ny psykiatri* (1995), der bidrog til min rodfæstning som psykiater. De nordiske samfund ligner hinanden således også virkeligheden i psykiatrien. Selvom der har været flere økonomiske midler til rådighed i Norge, kunne alle de beskrevne forløb være taget ud af mit arbejdsliv det være sig i København eller i Østjylland.

Svein Haugsgjerd undlader ikke at forholde sig til den kliniske virkelighed, hvor vilkårene og rammerne har forandret sig markant:

'Engasjerte unge helsearbejdere i psykiatrien er i dag underlagt krav om standardiserte utredninger og tilhørende dokumentasjon. Psykologer og leger forventes i dag å bruke mest mulig av sin arbeidstid til pasient-samtaler med påfølgende dokumentasjon. Det betyr at veiledning og møter om faglige spørsmål – diskusjon og refleksjon – må begrenses til et minimum. Behandlerne forventes dessuten å 'ferdigbehandle' flest mulig av pasienterne i løpet av et begrenset antall timer. Dette fører til at mange pasienter etter å ha fått sin tilmålte tid hos en behandler etter en stund henvises til den neste, og slik kan det fortsette, gjerne i årevis. Dette gir 'høy produksjon', målt med kvantitative mål. Men kvalitet i behandlingsrelasjonen forutsetter som oftest personkontinuitet over lengre tid. Behandlingen forutsettes å være 'evidensbasert', eller i det minste 'kunnskapsbasert' ifølge nasjonale retningslinjer, noe som i mange tilfeller innskrenker muligheten for å bruke erfaringsbasert kunnskap på en skjønsmessig måte.'(ss. 13-14)

Han skriver om konsekvenserne af de nedlagte sengepladser, manglende muligheder for langvarig døgnbehandling, forebyggelse og tidlig indsats overfor risikogrupper. Men 'Selv med den bedste kompetansen på tidlig intervensjon vil

det alltid være mange barn og unge som går under radaren, og blant dem som fanges opp, vil det alltid være mange tilfeller hvor vi ikke lykkes med å forhindre at en alvorlig psykisk lidelse utvikler seg. Men også disse menneskene har krav på hjelp for å oppnå best mulig livskvalitet.' (ss. 14-15)

De mange sygehistorier illustrerer på forbillig vis, hvordan en relation funderes og etableres, hvordan den kan utvikles i et terapeutisk samvær og bli til en berigende, helende proces både for patient og behandler. Men også hvordan ydre faktorer samvirker med den psykiske lidelse, påvirker behandlingsforløpet og kan frustrere alle involverede.

Når vi nu véd gjennom vores erfaring, at psykiske sykdomme kan forebygges, og at behandlingen kræver kontinuitet og tid, kan det føre til fordringen om aktivt engagement:

'Forebyggende virksomhet kan også foregå på en annen arena enn i terapirommet. Som psykiske helsearbeidere bør vi engasjere oss i slike samfunnsspørsmål som vil være av den største betydning for fremtidige generasjoners psykiske helse: å forebygge fattigdom, voksende ulikhet og gruppekonflikter i samfunnet og å forhindre krig overalt hvor vi kan ha innflytelse.' (s.16)

Alt dette har præget (også) mit

arbejdsliv i psykiatrien. Det var en lettelse at læse om samme frustrationer og forståelse af sammenhænge, fordi man som overlæge ofte kan føle sig lige så tingsliggjort og anonym som patienterne i et forsøg på dialog med organisationernes ledere, der er indskrevet i en anden forståelse af verden med lean modeller, fokus på ventetider og ydelsesregistrering. Som bekendt kræver lige behandlingsvilkår for alle, at der tages individuelle hensyn til forskelle i livsvilkår.

At blive og være psykiater er et personligt valg, der kan grundfæstes i den psykoterapeutiske identitet, som også for mig har indebåret psykoanalyse. At læse om udvekslingerne i analyserummet såvel patientens som analytikerens bragte mig tilbage til mine egne oplevelser med mig selv og i relationen til mine behandlere som analysand/patient. Følelsen af, at blive tålt, set, rummet og gradvist forstået med alle de særheder, skyld og skam vi alle bringer med os, er befriende. Forløbsbeskrivelserne giver associationer til egne patienter og inspirerer til nye tanker om kliniske problemer.

Svein Haugsgjerd beskriver disse forløb med det overblik og den – nødvendige – detaljerigdom, som kommer af et langt liv levet sammen med patienterne i terapirommet. Han illustrerer forskellige pro-

blematikker – ikke funderet i diagnoser; men i forskellige livsoms-
stændigheder.

Som én kursist citerede for ny-
lig: 'Næst efter kærlighed er tid det
mest dyrebare, du kan give dine
medmennesker.'

Svein Haugsgjerd giver tid, han
har givet sig tid til at samle erfarin-
ger og tanker, tid til at skrive fylde-
stgørende og understreger i den sid-
ste del af bogen nødvendigheden
af et behandlingsmiljø med kolle-
gialt fællesskab, hvor det er muligt
at reflektere over relationen til pati-
enterne og dermed sig selv for at
kunne lære og udvikle evnen til at
møde patientens smerte.

'Psykotering kan ikke læres
gjennem lesning, bare gennem er-
faringer, delt med kolleger i felles
refleksjon.' (s. 353)

I 2018 kom endnu et erindrings-
værk *Öppna meningar* af den fin-
landssvenske psykiater og psykoa-
nalytiker Michael Enckell. Han
forsøger i sine essays, gennem sine
møder med kultur, litteratur og
psykoanalysen at udforske er-
indringer om skelsættende livsbe-
givenheder og familierelationer for
at opnå en øget forståelse af sin
skrivning.

Det er tre meget forskellige erin-
dringsværker af betydende nordiske
psykoanalytikere, der fra forskellige
vinkler beskriver mødet med psy-
kisk smerte, og som ved at belyse

hinanden bidrager til forståelsen af
det paradokse fænomen som optræ-
der i psykoanalyse og psykoterapi:
Den hjælpssökande redogör för det
uhjälpliga i sitt liv och upplevelsen
sprider sig till åhöraren, båda är
och känner sig hjälplösa. Och detta
kan, efter att ha uthärdas och gen-
nomlidits tillsammans en längre
eller kortare tid, visa sig, utan att vi
egentligen vet varför, ha varit en
mer eller mindre mystisk vänd-
punkt, varefter den ömsesidiga och
delade upplevelsen av förlamande
utsiktslöshet och "ohjälplighet"
reduceras och medger möjligheter
hos båda till initiativförmåga och
hopp – mer eller mindre. Samtidigt
har vi en känsla av att inte förstå
vad denna horisontförändring
sammanhänger med eller har ut-
lösts av. Denna brist på insikt i vad
som försiggått skiljer denna art av
vändpunkt från andra, där vi tror
oss se betydligt mera av vad som
föranlett stämningförändringen
vi deltagit i och resultatöst reflek-
terat över. (Enckell, 2018, s. 81)

(Den hjælpssögende redegør for
hjælpeløsheden i sit liv og oplevel-
sen spreder sig til tilhøreren, begge
ér og føler sig hjælpeløse. Og dette
kan, efter at være udholdt og gen-
nemlidt tilsammen i længere eller
kortere tid, vise sig, uden at vi
egentlig ved hvorfor, at have været
et mere eller mindre mystisk ven-
depunkt, hvorefter den gensidige

og delte oplevelse af lammende udsigtsløshed og 'uhjælpelighed' reduceres og medfører muligheder hos begge for initiativ og håb – mere eller mindre. Samtidigt har vi en følelse af ikke at forstå, hvad denne ændring af horisonten hænger sammen med eller er blevet udløst af. Denne mangel på indsigt, i hvad der er foregået, adskiller denne form for vendepunkt fra andre, hvor vi tror, at vi forstår betydeligt mere af, hvad der har ført til den ændring i stemning, som vi har været en del af og uden resultat reflekteret over. (Min oversættelse))

Referencer

- Enckell, M. (2018). *Öppna meningar. Essäer*. Helsingfors: Schildts & Söderströms 2018.
- Gammelgård, J. (2018). *Efter Freud. Erindringsforstyrrelser og andre normale mærkværdigheder*. København: Hans Reitzels forlag, 2018.
- Haugsgjerd, S. (1992). *Grunnlaget for en ny psykiatri*. Oslo: Pax 1992.
- Haugsgjerd, S. (1995). *Lidelsens karakter i ny psykiatri*. Oslo: Pax 1995.
- Haugsgjerd, S. (2018). *Å møte psykisk smerte. Erfaringer og refleksjoner fra behandlingsrommet*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag 2018.