

A person is standing on the peak of a dark, jagged mountain. The scene is set during sunset or sunrise, with a warm, golden light filling the sky and casting long, soft shadows across the mountain's ridges. The overall mood is contemplative and serene.

DET PSYKODYNAMISKA PARADIGMET

HÖSTKONFERENS PSYKOTERAPICENTRUM 2024

CHARLOTTA BJÖRKLIND

INNAN JAG BÖRJAR, NÅGRA BRASKLAPPAR

- Tror på? Ingen religion – jag vet. Men, vad vet jag?
- Före Freud fanns inte psykoterapi, dvs samtal som behandling
- Inget angrepp på KBT! Väsensskilda verksamheter, olika syfte
- Kroppen: biologin – fysiologin – medicinen – genetiken?

Problematisera: inte kroppens avgörande roll utan somatiken som modell

Psyket fungerar inte analogt med kroppen

Psykoterapi bör därmed inte inordnas i en pseudo-somatisk modell



PSYKODYNAMISK TERAPI OCH PSYKOANALYTISK TEORI

- Vetenskapsteori
- Epistemologi
- Metapsykologi
- Skolbildningar
- Klinisk teori
- Implicita privata teorier

Natur-/humanvetenskap

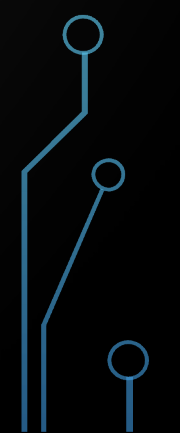
Vilken kunskap

Vilka principer styr psyket

Modeller, språk,
metaforer, områden

Vad sker, hur gå till väga,
syfte

Hur förstår vi som
privatpersoner psykiska
fenomen

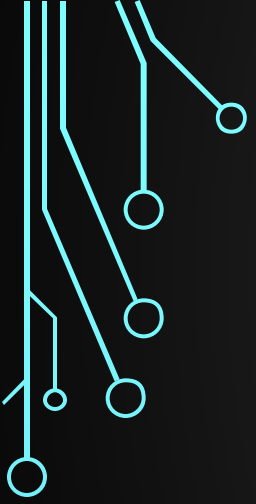


SKOLBILDNINGAR

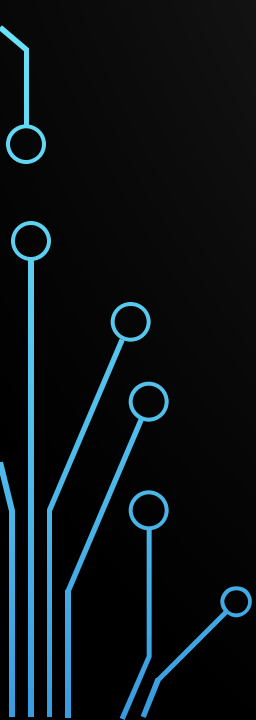
- Pre-psykoanalys Freud (Charcot, Breuer: hypnos, katarsis, trauma)
- Driftteori 1900 och framåt, Freud
- Jagpsykologi 1923/40-tal: Anna Freud, Hartmann, Jacobson
- Brittisk objektrelationsteori 30-tal England – Klein, Winnicott
- Den franska traditionen Lacan, Laplanche, Aulagnier, Dolto
- Självpsykologi Kohut - intersubjektivisterna
- Relationell psykoanalys Sentida amerikansk strömning
- Samtida fokuserade metoder, som bygger på olika skolbildningar

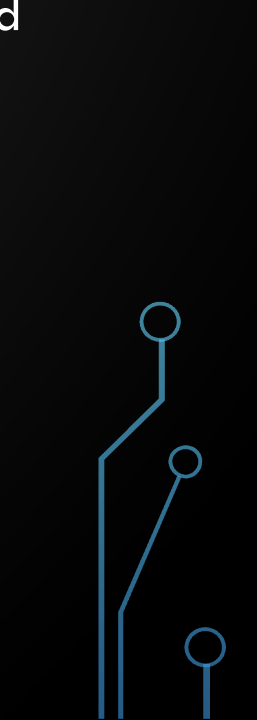
GEMENSAMMA GRUNDLÄGGANDE ANTAGANDEN

- Psykiska akter bör förstås som intentionella
- Människan är primärt meningsskapande
- Människan är primärt relaterande
- Psyket är dynamiskt: olika krafter, alltid spänningsfält
- Det dynamiskt omedvetna i psyket
- Postulatet om den psykiska realiteten och fantasins primat



VARDAGS- MÄNNISKAN



- Människors implicita självförståelse
 - Hur sker psykisk förändring?
 - Är det lätt? Svårt? Går det fort, kräver det tid?
 - Vad är tecken på psykisk förändring?
 - Varför söker människor psykoterapi “egentligen”? Vad ställer de sig för frågor?
 - Vilken är således terapeutens uppgift?
 - Psykoterapins syfte: vad är en lyckad terapi? En misslyckad?
- 
- 

DEN PSYKODYNAMISKA SITUATIONEN

- Praxis som vuxit fram genom trial and error
- Men med syftet att skapa en situation som möjliggör att det framträder som
 - Patienten inte känner till
 - Terapeuten inte känner till!
 - Patienten i grunden inte vill veta något om
 - Och som terapeuten på vissa sätt inte heller vill veta något om!
- Manualen: ram, hållning/lyssnande, talande: process – och avslut

'THE THERAPEUTIC SETTING'

- Den psykoanalytiska grundregeln
- Psykoterapeutisk hållning – lyssnandet
- Överföring
- Motstånd
- Tolkning

AVGÖRANDE TERAPEUTISK TEKNIK

- Teknisk neutralitet
- Abstinensregeln – en annan sorts social responsivitet (Asplund)
- Ramen som konstant låter det inre framträda –
- Överföring gestaltar det som inte kan sägas
- Lyssnande!
- Tolkning!

FALLEXEMPEL

- Låt oss titta på fiktiva men helt och hållet sanna fall av personer som söker psykoterapi
- Vad får det för konsekvenser om vi möter dem utifrån ett psykodynamiskt paradigm?
- Vad skulle följderna bli om man kommer från ett annat håll – säg standardpsykiatriskt eller behavioristiskt (eller annat)
- Hur olika blir utfallen – är det någon avgörande skillnad?

HÄR FÖLJDE FALLEXEMPEL SOM ILLUSTRERADE:

- Intrapsykisk konflikt och teknisk neutralitet
- Psykisk realitet och primärt meningsskapande
- Omedveten intentionalitet
- Kunskapsmål vs hälsomål
- Symtomets innebörd – psykoanalytisk hållning
- Primärt relationell, primärt meningsskapande

SAMMANFATTNING - SLUTSATSER

- Vad blir skillnaden med en psykodynamisk ingång?
 - Det omedvetna, intrapsykisk konflikt, inre värld/fantasins primat
 - Symtomets innebörd, omedveten kommunikation
 - Att utforska istället för att korrigera – individens agens och existentiella frihet och ansvar
- Vilka blir följderna om människor bemöts utan att ta dessa kunskaper i beaktande?
- Var söker ni själva hjälp? Vart hänvisar ni anhöriga och vänner?

TANKAR FÖR FRAMTIDEN

- Hur skulle vården vara strukturerad om den tog dessa kunskaper i beaktande? - barnpsykiatri, vuxenpsykiatri, 'första linjen', somatiken –
- Samhället i stort – rådande paradigm, rådande diskurs
- Hur verkar vi för att sprida kunskap, vidga perspektiven, påverka politiskt och strukturellt och inte fastna i förbittrad nostalgi
- Det personliga etiska imperativet – alla bra psykologer/psykoterapeuter måste våga och kunna vara subversiva i det godas tjänst
- Man bör verka i Anneli Mark-Orbinskis anda:

The background is a blue gradient with white circuit-like lines in the corners. These lines consist of straight segments and small circles, resembling a stylized electronic circuit or neural network.

Jag finns här

Och

Jag lyssnar med intresse

Men

Jag vill dig inget särskilt