

# Till psykoterapins vetenskapsteori

**Psykoanalytiskt tänkande representerar en slags unik kunskapsproduktion. Det är en kombination av utifrån och inifrånkommande data om patienten, som kräver en specifik epistemologi, det vill säga vad kunskap är och hur vi tillägnar oss den, "kunskap om kunskap", menar Tomas Wånge.**

**TOMAS WÅNGE**

*Först angräps ju en ny teori som absurd, sedan erkänns den vara sann men självklar och oviktig, till slut ses den som så betydelsefull att motståndarna själva gör anspråk på att ha upptäckt den.*

*William James*

Dagens psykoterapeutiska praktik har sina rötter drygt hundra år tillbaka, i Sigmund Freuds arbete med sin patient Anna O. Hon kallade detta för talking cure. Freud laborerade med hypnos och med kokain. Freud och Wilhelm Fliess sysslade med siffermystik, var klantskallar till kirurger och spekulerade kring hysteriska blödningar hos en stackars patient Emma Eckstein, innan det uppdagades att de glömt kvar ett stycke gasbinda i näsan på henne vid en operation. Det går att läsa om hur Wilhelm Stekel och Oskar Pfister avgudade eller idealiserade Freud. Man kan konstatera att Freud inte tålde mycket kritik från Sándor Ferenczi, Otto Rank och Carl Gustav Jung. Freud utövade psykoanalys på sin dotter Anna. Melanie Klein skrev om sig själv och sina barn i kliniska fallbeskrivningar. Hon ville att Donald

Winnicott skulle ta hennes son i terapi under sin egen handledning. (Han vägrade!) Många kritiker har försökt använda sådana historiska fakta som argument för att psykoanalysen är förlegad och ovetenskaplig (se t ex Eysenck 1985, Larsson 2004, Videgård 2000) Men säger nedslag i den psykoanalytiska idéhistorien verkligen något om dess ställning idag?

Att misskreditera Freud som vetenskapsman är orättvisande. Freuds ambition var absolut vetenskaplig. Han arbetade dessutom betydligt hårdare än de flesta. Freud var utbildad till naturvetenskapsman och hade nog helst velat förbli en sådan. Han hoppades till och från att psykologin var ett epifenomen, det vill säga, att det hade gått att reducera människans psyke till i grunden fysiologi. Men Freud var klokare än så och upptäckte därför, om än motvilligt via sitt kliniska arbete, att denna reduktionism inte lät sig göras. Han hade också modet att fullfölja konsekvenserna av sina upptäckter.

Freud hade förvisso monopol på sin psykoanalys, spekulerade djärvt och gjorde till och från

sig av med oliktankare. Han var en skicklig ”psykoanalytisk politiker”. Detta gör det tveksamt att kalla psykoanalysen för vetenskap, åtminstone för traditionell vetenskap, så länge Freud levde. Men oavsett hur vi klassificerar, eller vad vi tycker om Freuds agerande, så gjorde han ett stort antal banbrytande upptäckter. Hans intellektuella gärning och inflytande på det psykologiska (och kulturella) området saknar motstycke. Det finns ingen teoretiker inom psykologin som kommer i närheten. Detta innebär inte att Freud alltid hade rätt eller att han kunde undkomma att vara ”ett barn av sin egen tid” precis som alla andra. Många av Freuds upptäckter hade sannolikt inte gjorts om han hade tagit mera hänsyn till sina kritiker eller inväntat ”evidensbaserad” forskning på sina ”upptäckter”. Evidensbaserad forskning leder inte till några avgörande nyupptäckter.

Freuds ”vetenskapliga” förhållningssätt hade naturligtvis inte varit hållbart i längden. När han dog uppstod en ny situation och hans monopol ersattes av ett oligopol, med Anna Freud och Melanie Klein som de stora företrädarna. Successivt uppstod allt flera psykoanalytiska inriktningar, vilket resulterat i en situation som inte är så olik den övriga akademiska världen, med sina olika skolor och olika teoretiska ansatser (se t ex Mitchell & Black, 1995).

De enda fullständigt gemensamma psykoanalytiska grundpelarna är troligen antagandena om ett dynamiskt omedvetet med den utvecklingspsykologiska tanken om tidigare erfarenhetens centrala betydelse. Dessutom delar man naturligtvis en större gemensam begreppsapparat. Samtliga inriktningar har till exempel någon slags jag/självbegrepp och erkänner fenomenet överföring. För övrigt har den psykoanalytiska teorin ”stötts och blötts” och diskuterats ”ur alla tänkbara vinklar och vrår” – ett arbete som ständigt fortgår. Men det är trots allt förvånande hur väl flera av Freuds centrala upptäckter står sig än idag.

## Komplicerad epistemologi

Människan lever simultant i en subjektiv och en objektiv verklighet. Hon lever dessutom samtidigt i en privat och i en gemensamt konstruerad symbolisk verklighet. Psykoanalysen, är mig vermligen, den enda teori som försöker innefatta dessa tre verklighetsaspekter samtidigt.

Inom psykiatri och psykologin (framför allt den akademiska), fortlever ett ålderdomligt mekanistiskt vetenskapsideal. Delvis har man ur vetenskap- och kunskapsteoretisk synpunkt fastnat ungefär där Freud startade för drygt hundra år sedan. Med den psykoanalytiska riktningen grundlades ”ett vetenskapsideal som på ett originellt sätt förenade deskriptiva och förklarande moment med tolkande. I den meningen sprängde [Freud] den gräns mellan naturvetenskap och humaniora som på denna tid tycktes svår att överskrida.”, skriver Sven-Eric Liedman i sin bok om människans kunskaper (2001, s 188). Psykoanalytiskt tänkande representerar en slags unik kunskapsproduktion – en kombination av utifrån och inifrånkommande data om patienten, som kräver en specifik epistemologi.

## Vetenskapsideal

Åtminstone efter Thomas Kuhns paradigmteori från 1962, har de flesta insett att synen på kunskap och vetenskap utgör mänskliga konstruktioner som förändras över tid och innefattar olika kunskapsintressen. Det finns ingen ”utommänsklig” objektivt neutral vetenskap. Trots detta råder det på det hela taget en orealistisk tilltro till vetenskapens förmåga, kopplat till en föreställning om vetenskapen som en ”överordnad” sanning. Dessutom har det traditionella akademiska bildningsidealet det vill säga, att kunskap har ett värde i sig själv, utan att man från början sneglar åt dess tillämpbarhet, successivt övergivits till förmån för styrd tillämpad forskning. I takt med att vetenskapen har slagit följe med teknologin

har den degenererat till en fundamentalistisk lära som Georg Henrik von Wright benämner scientism. Denna scientistiska fundamentalism innebär en övertro på förnuftets makt och ”att naturvetenskap och teknologi förmår lösa problem som deras framgångar till stor del bär ansvaret för” (2000, s 83).

En enhetlig vetenskaplig metodologi var positivisternas ideal. Wilhelm Dilthey (1833–1911) var en av de första som gjorde en indelning i olika vetenskapsformer. Han framhöll istället att naturvetenskaper och humanvetenskaper var väsensskilda – vi förklarar naturen och vi förstår själslivet. Detta innebär att dessa discipliner måste ha olika förhållningssätt och metoder. Dilthey avfärdade alltså enhetsvetenskapstesen det vill säga, att alla vetenskaper skulle kunna fogas samman i en allomfattande teoretisk struktur, som skulle kunna rymma dem alla och garantera vetenskapligheten. Så långt hade han rätt men hans uppdelning utgör likväl en förenkling.

## Vetenskapsteori för psykoterapi

Psykoterapivetenskap är långt ifrån ett entydigt eller problemfritt begrepp. För att det skall vara meningsfullt att tala om en vetenskap måste ämnet kunna definieras. För att kunna utgöra en speciell vetenskap måste ämnesområdet avgränsas i relation till övriga vetenskaper. Hur definierar vi det psykoterapeutiska vetenskapliga ämnesområdet? Hur definierar vi dess ontologi (hur ser varandets väsen ut) och dess epistemologi (vad kan man skaffa sig kunskap om)? Vad utgörs ”råmaterialen” i psykoterapi av? Är det språk, tankar, beteende, affekter eller vad? Hur skiljer sig den psykoterapeutiska vetenskapliga domänen från den psykologiska? Skall den psykoterapeutiska vetenskapen betraktas som natur-, human-, eller samhällsvetenskaplig? Detta kan man tycka mycket olika om. Vetenskaplighet innebär att man försöker medvetandegöra, analysera och deklarerar var man står och vilka grundantaganden

man själv förutsätter.

Den psykologiska vetenskapens studieobjekt är komplicerat vilket har implikationer för dess metodologi. Psykoanalysens antagande om ett dynamiskt omedvetet är inte förenligt med den akademiska psykologins vanligaste grundantagande om att människan är en rationell varelse, som fattar ändamålsenliga beslut och vet sitt eget bästa – homo oeconomicus.

Själv utgår jag ifrån att det finns kunskaper av många olika slag och att alla teorier från grunden bygger på mer eller mindre godtyckliga antaganden. Kunskap kan inskaffas genom varierande förhållningssätt i relation till det man valt att studera. Jag skall under nedanstående rubriker diskutera några nödvändigheter, omöjligheter och problem som ett försök till en ”grov precision” av den psykoterapeutiska vetenskapliga domänen.

## Demarkationskriterium

Finns det ett demarkationskriterium för psykoterapeutisk vetenskap, det vill säga, ett kriterium för att skilja mellan vetenskap och pseudovetenskap eller icke-vetenskap. Detta är inte så lätt att hitta inom psykologin och det är sannolikt ännu svårare för en tänkt psykoterapeutisk vetenskap. Karl Popper (1902–1994) hävdade det så kallade falsifikationskriteriet det vill säga, att falsifierbarhet eller testbarhet skulle kunna utgöra ett kriterium för en teoris vetenskapliga status. Det kan tyckas tilltalande men är likväl för snävt. Det skulle till exempel kräva att man ställde ett krav på psykoterapin att motbevisa existensen av det mänskliga psyket, eller medvetandet. Ovannämnde Kuhn har hävdad följande kring demarkationsdiskussionen: ”om varje brist på överensstämmelse är en anledning att förkasta teorin, borde alla teorier alltid förkastas”(Christensen, 2004 s 27).



## Rationalism/Empirism – Kan vi lita på våra sinnen?

Traditionellt har man talat om två principiellt olika sätt att skaffa sig kunskap, genom förnuftet, vilket kallas rationalism eller genom sinneserfarenhet, vilket kallas empirism. Empirikravet är en av de metoder man använder sig av för att försöka eliminera subjektiviteten. Logiska positivismen ansåg att målet för alla vetenskaper är att finna lagbundenheter mellan iakttagbara fenomen och att enhetsvetenskap var möjlig. Men generellt sett måste man alltså erkänna att det inte går att säga något absolut objektivt om verkligheten som den är i sig själv, oberoende av det upplevande subjektet.

Hur mycket kan vi lita på våra sinnen? Det behövs kunskap för att förstå vad man ser. Om man till exempel tittar i en stjärnkikare eller i ett mikroskop ser man bara en massa prickar om ingen förklarar vad man ser. Ibland ser vi trots allt sådan som inte finns! DMT-testet (Defensive Mechanism Test) visar att vi i försvarssyfte kan lägga till information som inte finns, speciellt när vi känner oss hotade. Gunnar Karlsson (2004) ger ett annat intressant exempel. Vi ser en sjö på vägen en het sommar dag, trots att vi är väl medvetna om att vi faktiskt ser fel!

Ett exempel på rationalistisk kunskap var upptäckten av planeten Pluto. Detta gjordes, år 1930 av Clyde Tombaugh efter en lång tids kalkylerande och sökande grundat på ”inkorrekt” iakttagelser. (Idag ifrågasätter man inom astronomin om Pluto finns eller om det är en planet.) Den psykodynamiska teorin antar att människans psyke endast är indirekt iakttagbart och rör sig därför med en hel del avancerade begrepp t.ex. projektiv identifikation, överföring, inre objekt m.m. Dessa begrepp har med nödvändighet en starkare rationalistisk grund än en enklare empirisk beskrivning till exempel av ett agerande eller ett (symtomatiskt) beteende.

## Är människan herre i sitt eget hus?

De flesta går väl med på att vi har ett icke-medvetande, så tillvida att vi inte ständigt är medvetna om allt som händer oss. Vi måste också sovra kraftigt bland alla stimuli som når oss för att inte bli överbelastade av information. Den psykodynamiska teorin antar dessutom ett dynamiskt omedvetet vilket innebär att vi ibland styrs av obekanta krafter hos oss själva. Detta är bland annat ett resultat av att vi aktivt kan tränga bort obehagliga erfarenheter från vårt medvetande, som senare kan återkallas. Med dynamiskt avses att skador, brister och frustration som genereras i en del av ”psyket” kan ta sig uttryck i en annan form och på ett annat ”ställe i psyket”, samt att erfarenheter från det förflutna kan påverka hur man upplever nusetituationen. Till exempel kan konflikter och stress på arbetet ta sitt uttryck i sömnsvårigheter och ångesttillstånd. Kärleksbrist och sexuell frustration ta sig uttryck av irritabilitet eller depression. Övergrepp, våld och svek i barn- dommen kan påverka en persons relationsförmåga i nuläget. Enligt Solms och Turnbull initieras 95 procent av våra handlingar på en omedveten nivå (2002, s 101).

## Dualism, vilja, motivation och drivkrafter

Dualismen det vill säga. Descartes uppdelning mellan kropp och själ har genomsyrat vårt tänkande i avgörande grad. Kropp har utsträckning och massa, själen saknar detta. Begreppen är ömsesidigt uteslutande per definition. ”Genom ett lustigt tankefel har naturvetenskapen under hela nittonhundratalet uteslutit känslolivet från den vetenskapliga agendan”, skriver Lennart Bryngelsson och Maria Fitger (2001). Detta är egentligen inte alls lustigt, eftersom det starkt har hämmat den vetenskapliga utvecklingen på det psykologiska området.

Gerd Christensen avslutar sin vetenskapsteoretiska bok med: ”Vetenskapsteoretiskt sett är

psykologins uppgift att hitta lösningar på de centrala punkterna i Descartes dualism: förhållandet mellan kroppen och tänkandet, eller mellan hjärna och medvetande samt förhållandet mellan individen och medvetandet samt förhållandet mellan individen och omvärlden – och att göra detta på vetenskapliga premisser” (2004, s 202).

Neuropsykoanalytikerna Mark Solms & Oliver Turnbull (2002) intar en monistisk och samtidigt en icke-reduktionistisk ståndpunkt – en monism med två aspekter. Uppdelningen i kropp och själ är endast en konstlad uppdelning på grund av vårt sätt att varsebli. Vi är varken psykiska eller fysiska varelser egentligen. Via våra sinnen (den yttre varseblivningsapparaten) ser vi oss (vår kropp) som ett fysiskt objekt. Via vår inre varseblivningsapparat upplever oss själva som något psykiskt. Detta refererar egentligen till samma entitet, men upplevs samtidigt ur två skilda aspekter. Problemet uppstår bara när vi betraktar oss själva.

Reduktionism gäller alltså frågan om det existerar självständiga psykiska entiteter eller om psykiska fenomen i grunden kan reduceras till fysiologi. En del kognitiva färdigheter vars utveckling Piaget har studerat verkar befinna sig på psykologisk nivå. Vår tidsuppfattning verkar också vara en sann psykisk förmåga. Det lilla barnet har inte mycket till tidsdimension. Denna etableras via dess utvecklingspsykologiska framsteg. Förmågan kan förloras vid demens, hjärnskador och vid gravare fall av utbrändhet (Brundin, 2005). Fysiologin ger de yttre begränsningarna men tidsdimensionen kan för övrigt inte sägas vara på neurologisk nivå.

Impulskontroll verkar till stor del vara på psykologisk nivå, också denna individuellt erövrad i den psykologiska utvecklingen. Att inte behöva åtgärda inre och yttre stimuli omgående tycks bland annat hänga ihop med individens förmåga att uthärda paradoxer och tvetydigheter och inte direkt ”gå igång” och agera vid motstridig information. Symbolförmågan – att kunna trans-

formera och använda information symboliskt, verkar central för flera avancerade psykologiska funktioner. Lika så förmågan att skapa och följa symboliska språk- och regelsystem. Enligt Lacan måste individen agera ut eller iscensätta det (reala) det vill säga det som inte kan ta sig ett imaginärt eller symboliskt uttryck. En mängd mera avancerade psykologiska förmågor till exempel skuldkänslor, identifikation och empati, befinner sig sannolikt på samma nivå.

Jurgen Reeder diskuterar en ”reduktionism” av ett annat slag. I sin iver att uppfylla omgivningens krav på vedertagen (natur-)vetenskaplighet, där endast det objektivt existerande och det empiriskt påvisbara förtjänar uppmärksamhet, har psykoanalysen felaktigt hävdad att man inte lägger till något i den psykoanalytiska processen. Genom de psykoanalytiska interventionerna (främst tolkning) plockar man bara fram sådant som redan finns i patientens psyke i form av minnen, komplex, inre objekt med mera, heter det. Denna representationism är ett förlegat filosofiskt arv som skapar problem idag, i synnerhet sedan Descartes och Locke komplicerat västerlandets syn på vetande, menar Reeder (1996, s 22f).

En annan svår fråga gäller vad som utgör människans drivkrafter. Freud antog sexualiteten som en central energi- och motivationskälla. Denna s.k. libidoteori har egentligen varken kunnat tillbakavisas eller vidareutvecklats (Green, 2000). Vi har inte heller sett så många alternativa motivationsteorier även om objektrelationsteorin betonar meningssökande och Bowlby m fl anknytningsbehovet. Trots driftsteoriens alla brister och fel måste man åtminstone erkänna att sexualiteten är en synnerligen mäktig mänsklig drivkraft.

En vetenskaplig ambition på psykologi- och psykoterapiområdet bör innefatta en ordentlig diskussion om ovanstående problem.

## Atomism – Holism

Gestaltpsykologerna ansåg att helheten var något utöver en summa av delarna? Kan man studera olika delar av människans psyke isolerade var för sig eller måste man också beakta deras inbördes relationer? Kan det mänskliga psyket ”plockas isär” i komponenter och ”sättas ihop” hur som helst? I vilken utsträckning är psyket hierarkiskt det vill säga bygger vissa psykologiska förmågor på existensen av andra psykologiska förmågor? Hur kontextberoende är de olika psykologiska fenomenen? Bär de psykologiska symtomen någon slags mening eller budskap eller är det bara ”rena” felaktigheter? Hur mycket kan förklaras intrapsykiskt respektive relationellt?

Detta kan bli avgörande frågor för val av psykoterapeutisk teknik och i förlängningen kanske också för terapeutisk framgång. Om man antar den utvecklingspsykologiska ståndpunkten att människan utvecklas från egocentricitet till ”omvärldsorientering” kan det till exempel bli omöjligt eller åtminstone meningslöst att arbeta med empati(”-träning”) innan man först arbetat med en reparation av patientens själv (de narcissistiska problemen) i en terapi. På analogt sätt måste man undvika genetiska tolkningar med en borderlinestrukturerad patient. Man pratar inte om barndomen med en borderlinepatient förrän denne har integrerats så mycket att objektkonstans uppnåtts i här-och-nu-situationen och patienten fått ett någorlunda stabilt överföringsmönster till terapeut (se t ex Kernberg).

Sammantaget kan liknande överväganden få viktiga implikationer, vilket innebär att man måste medvetandegöra, problematisera, diskutera, välja metoder och tekniker utifrån de vetenskapliga frågeställningar man har och de hypoteser man vill testa.

## Objektivitet

Vetenskapen strävar efter objektivitet. Vad innebär detta för psykologin? Ontologisk objektivitet förutsätter att vetenskapen endast skall återspegla verkligheten ”som den är”, oberoende av människans uppfattning. Humanvetenskapernas studieobjekt är människan och hennes kunskaper. Psykoterapins vetenskap rör människans kunskap om sig själv. Hon är här själv samtidigt den struktur och det instrument som observerar, och en del av det percept som observeras. Om man ställer absoluta krav på ontologisk objektivitet skulle själva studieobjektet elimineras.

Det finns olika sätt att betrakta objektivitet. Man brukar skilja mellan nomotetiska vetenskaper, där man strävar efter att finna allmänna lagbundenheter och ideografiska vetenskaper där man är mer intresserad av det enskilda fallet. Inom medicin finns en del tämligen entydiga lagbundenheter. Till exempel är en avvikelse från en normal kroppstemperatur på 37 grader ett allvarligt tecken på att något är fel. Vad gäller psykiska fenomen så existerar det inte lagbundenheter med entydiga jämviktspunkter på samma sätt. Ur psykisk hälsosynpunkt är det oftare bättre att vara ”sig själv” än att vara ”normal”. Men psykologin och psykoterapin har likväl drag av både nomotetik och ideografi. Freud arbetade kliniskt med att förstå den enskilde patienten men försökte också utifrån dessa erfarenheter att beskriva allmänna lagbundenheter som till exempel lustprincipen, upprepningstvånget, försvarsmekanismer det vill säga sådant som är gemensamt för alla människor. Den psykoanalytiska utvecklings- och personlighetspsykologin handlar delvis om nomotetisk kunskap.

En annan aspekt gäller reliabilitet och forskningsstudiers replikerbarhet. Olika forskare bör komma fram till samma mätresultat, med samma instrument på ett givet material. Även här skiljer sig mätningar på det psykoterapeutiska området från till exempel en del naturvetenskapliga mått

(längd, vikt m m) I psykoterapiforskning ingår ofta information där patienten måste vara den "forskningsassistent" som mäter sig själv med sitt eget okalibrerade "mätinstrument". Dessutom är studien, den unika terapeutiska processen inte replikerbar. Om vi också blandar in terapeuten, som använder sig själv som instrument så blir situationen ännu mer komplicerad.

Det finns en stor klyfta mellan akademisk psykologi och psykodynamisk psykoterapi. Akademisk psykologi brukar traditionellt sett sträva efter att försöka utesluta människans subjektivitet. Detta är en ohållbar vetenskaplig ansats när det gäller psykoterapi och också för stora delar av psykologin, till exempel medvetandepsykologin. Men försök att innefatta subjektiviteten utgör en synnerligen svår vetenskaplig utmaning. Problemet löses sällan på ett tillfredsställande sätt bara genom förenklingar till exempel genom metodologisk reduktionism. Freuds begrepp det omedvetna ställer förstås till ett elände i forskningsmetodiken, men har trots detta börjat få en del stöd inom neurologin, vilket kanske kan tyckas förvånande (Matthis, 2004, Wänge, 2004). Mycket av de kognitiva ansatserna inom psykologin och psykoterapi har ofta gått ut på att avfärda eller kringgå detta besvärliga begrepp, ibland med en torftighet eller ytlighet i informationsmaterialet som följd.

## Subjektivitet

Psykoterapivetenskapens stora dilemma är att samtidigt kunna acceptera och eliminera (eller kontrollera) subjektiviteten – att bevara subjektiviteten utan att hemfalla åt ren hermeneutik.

Människor styrs av den kognitiva och känslomässiga uppfattning de skaffat sig, i bland oavsett yttre sanningsvärde eller om de är ensamma i sin uppfattning. Om en person i psykoterapi påstår att han är Albert Einstein så är det meningslöst om terapeuten upplyser honom: "Nej, det måste Du ha missuppfattat. I själva verket levde Ein-

stein ... osv." Om en kvinna kommer i terapi och berättar att hennes man misshandlar henne, så ringer inte terapeuten till grannen för att få verifierat om det hon påstår är sant eller inte. En psykodynamisk terapeut intresserar sig i stället för den subjektiva sanningen. Detta innebär inte att terapeuten behöver tro att patienten är Albert Einstein, eller på att kvinnan ifråga nödvändigtvis har misshandlats. Däremot måste terapeuten utgå från och arbeta med det som patienten säger. Terapeuten måste fråga sig själv (och kanske också patienten) vad det betyder att patienten presenterar sig som Einstein, eller hur det kommer sig att kvinnan säger att hon misshandlats och eventuellt också hur det kommer sig att hon lever med en man som misshandlar henne. Terapeuten är naturligtvis i förlängningen intresserad av patientens verklighetsförankring men är tvingad att arbeta via dennes subjektivitet.

## Förändringsteori

Det räcker inte med att en psykoterapeutisk vetenskap lyckas mäta en positiv förändring, före och efter terapi, man måste också försöka förklara hur detta kan tänkas gå till. Terapeutisk förändring kan till exempel beskrivas med insikt och working through, det vill säga via teorins egna begrepp. Men om man skall kunna göra anspråk på en förändringsteori bör förändringsprocessen också kunna beskrivas med någon slags språkbruk utanför den egna teorin.

Edgar Levenson hävdar vikten av att granska de egna metoderna: "... unless one examines the method by which one arrives at the truth and treats that as having an independent validity, separate from the truth arrived at, then one simply is indoctrinating the patient" (1991, s 33).

Levenson beskriver den psykoanalytiska förändringsprocessen med hjälp av systemteorin. En människa betraktad utan någon interaktion med omgivningen skulle teoretiskt sett kunna betraktas som ett slutet system. De tidiga psyko-



nalytiska teorierna från Freud, Klein till och med Kernberg har en sådan intrapsykisk betoning. Med Ferenczi, Balint och Winnicott och vidare fram till de nuvarande intersubjective perspective (Stolorow, Atwood m fl) och relational psychology (Mitchell m fl) som starkt betonar interaktionen med omgivningen, är det mer adekvat att betrakta ”psyket” som ett öppet system.

Ett öppet system interagerar med sin omgivning och tar emot positiv feedback med systemteoretisk terminologi. Med detta menas i vissa avseenden nästan raka motsatsen till vad vi vardagligen brukar mena med positiv feedback. Det handlar alltså inte om uppmuntran och beröm utan tvärtom information som utmanar (increases confusion) och tvingar systemet till en jämviktspunkt på en mera avancerad komplexitetsnivå. Det handlar ibland om tvetydig, motstridande, otydlig information (ambiguity): ”... the more redundant, the clearer and more repetitive the message becomes, the less development can occur, even though the system’s homeostatic balance becomes more powerful.”, skriver Levenson (1991, s 56).

Det finns två tydliga paradig i den psykodynamiska teorin: trauma och brist-paradigmen.

Trauma är en oförutsedd överbelastning av motstridande information där systemet inte lyckas finna en ny jämvikt, utan kan leda till att dubbla system skapas som lever sida vid sida, med begränsad kommunikation utan att kunnat integreras. I allvarliga fall kan detta leda till psykotiskt sammanbrott, där själva ”förståendeparaten” skadas och inte fungerar – attacks on linking, med W R Bions (1959) terminologi. Brist avser att brister i samspelet med omgivningen har gjort att man inte fått adekvat eller hjälpsamt information, stöd eller stimulans. Detta har lett till att man inte kunnat ta de nödvändiga utvecklingspsykologiska steg som krävs för att ”den psykologiska apparaten” skall struktureras, förfinas och utvecklas varvid framför allt symbolförstågan blivit eftersatt.

I terapin kan såväl trauma som brister utforskas under trygga, icke-traumatiska förhållanden som gör att brister kan repareras och trauman avtraumatiseras. Den psykodynamiska terapin är konstruerad för att gynna utveckling och symbolbildning på ett varaktigt sätt, ett sätt som i vissa avseenden skiljer sig starkt från traditionell pedagogik, inlärning och rådgivning – not real, not fantasy, med Arnold Modells (1990) ord. ”The goal is not better functioning, or even happiness. It is a life of greater comprehension, engagement with the real world, and growth. That is not necessarily pleasant”, som Levenson uttrycker det (1991, s 58).

I systemteoretisk bemärkelse räcker det alltså inte med en funktionell förbättring för att vi skall kunna tala om en förändring: ”There must be further change, a development of possibilities; and, above all, it must be somewhat unpredictable. Really emergent change, becoming rather than being, develops along its own trajectories”, avslutar Levenson (1991, s 55). Förändring är inte förutsägbar utan skapar sina egna vägar!

En förändring i systemteoretisk bemärkelse innebär alltså en utveckling mot en ökad komplexitet i systemet, i psykoterapins fall en utveckling av hela patientens ”psykiska apparat” och inte bara eliminering av ett symptom till exempel panikångest eller en fobi.

## Epilog

Psykologins studieobjekt är ofta den enskilda individen. Psykoterapins studieobjekt är (åtminstone) två individer som dessutom interagerar med varandra, vilket gör det ytterligare komplicerat.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera att psykologin och i ännu högre grad psykoterapin har en komplicerad kunskaps- och vetenskapsteori. Tyvärr är det också mycket vanligt att en vetenskapsteoretisk diskussion saknas i artiklar där den rätteligen skulle krävas. Min ambition i denna artikel har varit att visa på att kunskap från det psy-

koterapeutiska området är komplex och i många stycken problematisk. Forskning med traditionell vetenskaplig metodik är inte felaktig, men långt ifrån tillräcklig och kan därför ge missvisande resultat om den okritiskt används till exempel som beslutsunderlag vid värdering av behandlingsmetoder. Psykoterapi uppvisar en egen särart som kräver en specifik epistemologi. ■

## REFERENSER

- Bernstein, R J (1983). övers. Bortom *Objektivism och Relativism* (1987) Göteborg: Röda Bokförlaget.
- Bion, W R (1959) övers. Angrepp på sammanlänknigen. I *Vid närmare eftertanke*. Stockholm: Natur och Kultur 1993.
- Brundin, K (2005). Utbrändhet ur ett psykoanalytiskt perspektiv. *Insikten* 2005:1, s 26–31.
- Bryngelson, L & Fitger, M (2001). I själ och hjärna. *Divan* 1-2/2001, s 86–91.
- Christensen, G (2004). *Psykologins vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Eysenck, H J (1985). *Decline and Fall of the Freudian Empire*. London: Penguin.
- Green, A (2000). *Chains of Eros*. London: Rebus Press.
- Ingvar, D H (1991). *TidsPilen. Cerebrala essäer*. Stockholm: Alba.
- Karlsson, G (2004). *Psykoanalysen i ny belysning*. Göteborg: Symposium.
- Kuhn, T (1962). övers. *De vetenskapliga revolutionernas struktur*. Lund: Doxa 1979.
- Larsson, B (2004). Psykoterapiskolor och psykoterapiforskning. *Psykisk Hälsa* 2004:4, s 310–334.
- Levenson, E A (1993). *The Purloined Self*. NY: Contemporary Psychoanalysis Book.
- Liedman, S-E (1998). *Mellan det triviala och det utsägliga*. Göteborg: Daidalos.
- Liedman, S-E (2001). *Ett oändligt äventyr. Om människans kunskaper*. Falun: Bonnier
- Matthis, I (2004). ”Är det möjligt att förena en humanistisk människosyn med naturvetenskap?” Föredrag vid Vetenskapsfestivalen i Göteborg 2004.
- Mitchell, S & Black, M (1995). *Freud and Beyond*. NY: Basic Books.
- Modell, A H (1990). *Other Times, Other Realities*. NY: Harvard Univ Press.
- Modell, A H (1993). *The Private Self*. NY: Harvard Univ Press.
- Reeder, J (1996). *Tolkandets gränser*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Sjögren, L (1998). En kritik av Freuds kritiker” Recension av ROBINSON, P. (1993). Freud och hans kritiker. Göteborg: Daidalos, i *Divan* 3-4/1998, s 71–77
- Solms, M & Turnbull, O (2002). övers. *Hjärnan och den inre världen*. Stockholm: Natur och Kultur, 2005.
- Videgård, T (2000). Kung Freudipus. *Ordfront Magasin* 2000:7–8, s 56.
- Von Wright, G H (2000). *Myten om framsteget*. Stockholm: Bonnier.
- Wänge, T (1995). Psykoanalys – vetenskap eller vad? *Psykologtidningen* 1995:14, s 4–9.
- Wänge, T (2003). Naturvetenskapen vår tids religion. *Psykologtidningen* 2003:14, s 12–13.
- Wänge, T (2004). Från intrapsykologi till komplex flerdimensionell relationspsykologi. *Insikten* 2004:5, s 30–33.
- Wänge, T (2005). Sexualiteten idag – symbolisk, imaginär eller real? *Insikten* 2005:1 s 36–42.