

**Britta Blomberg och Randi Ulberg**

Redaktionerna i Stockholm och Oslo

**Kristofer Wikstad**

Ansvarig utgivare

# Ord från redaktionerna och ansvarig utgivare

*Det vi vill ska bestå, måste vi förändra  
Det vi önskar ska bli varig, må vi förändra*  
Bill Clinton

Med dessa ord inleder vi detta första nummer av nätupplagan av Mellanrummet – tidskrift om barn- och ungdomspsykiatri. Många läsare, vi i redaktionen och Vänföreningen som drivit tidskriften, har en önskan om att den ska bestå, men då måste den också förändras.

I Ord från Redaktionen i nummer 23 beskrev vi några av de faktorer som lett till att en förändring behövde ske, såväl av ekonomisk natur som för att tidskriften ska kunna nå en bredare läsekrets. När universitet och högskolor alltmer går över till nätbaserad kurslitteratur är det angeläget att också Mellanrummet finns med och på enkelt och tillgängligt sätt kan nå ut med information om barn- och ungdomspsykiatri på psykodynamisk grund även till kommande generationers psykiatriker.

Första ledet i en *förändringsprocess* är att något nu räcker och har spelat ut sin roll; det måste avta/ta slut/hitta andra uttrycksformer. Det är först när en förändringsprocess startat som man kan planera för en eventuell övergång till något nytt eller annorlunda. Och det är först efter denna *övergång*

som det nya kan anta en mer permanent form – för att senare kunna förändras igen.

Förändringsprocessen för Mellanrummet består därför nu i första hand av ett avslutande av många olika funktioner. Det är denna fas som vi i redaktionen och ansvarig utgivare befinner oss i, när detta nummer nu blir till. När en förändringsprocess för en tidskrift startar kan det leda till flera alternativa påföljder. Den kan t.ex. läggas ned. Den kan ändra utformning, men behålla de bakomliggande strukturerna för det redaktionella arbetet. Den kan förändras såväl i dessa bakomliggande strukturer som i sin utformning. Vi har valt det sistnämnda alternativet. Vi hoppas att vårens förändringsarbete ska kunna manifesteras sig under hösten i en mer tydlig övergång till något nytt som ändå bygger vidare på det Mellanrummet velat förmedla till

sina läsare under de tolv år den utgivits.

Därför innebär 2011 ett förändringsår för tidskriften. Tydligast är väl att tidskriften nu övergått från sitt tryckta format med prenumerationer till en kostnadsfri nättidskrift. Detta märks bl.a. genom att Mellanrummet nu har två olika ISSN-nummer (International Standard Serial Number), ett för numren 1-23, ISSN 1404-5559 (print) och ett annat som gäller från och med detta, det 24:e numret, ISSN 2000-8511 (online).

Det innebär att tidskriften nu blir en "open access journal", vilket bl.a. ger en ökad tillgänglighet, men också ställer fortsatt höga krav på beaktande av sekretess. Vi vill därför betona att allt patientmaterial som förekommer i numret är avidentifierat och innehållet i flera artiklar har patientens tillstånd för publicering.

Vi kommer också på sikt att ansöka om en DOAJ-registrering (Directory of Open Access Journals), vilket kommer att underlätta sökandet efter tidskriften på nätet. Till detta återkommer vi med mer information i nästa nummer av tidskriften.

## Från tryckt format till open access journal - gratis att hämta på nätet.

Vi i redaktionen har valt att lyfta fram två teman under 2011, *Förändring och psykoterapi*, i detta nummer, och *Övergångar och psykoterapi* i höstens nummer. Dessa teman kommer att präglade såväl innehållet i den nya nättidskriften, som arbetet med lay-out, peer reviewing och mycket annat nytt, som på så sätt får chansen att utformas under dessa två nummer. Vi ber därför er läsare att ha överseende med alla ofullkomligheter som oundvikligen kommer att uppstå i detta förändringsarbete. Vi är också tacksamma för synpunkter och förslag från er läsare som skickas till redaktionen, så att vi kan förbättra och utveckla både den nya hemsidan och utformningen av nätupplagan.

En annan mycket stor förändring är att Mellanrummets Vänförening kommer att upphöra under året och som ansvarig utgivare kommer istället Föreningen för Barn- och Ungdomspsykoterapeuter att träda in ([www.enigma.se/fbup](http://www.enigma.se/fbup)). Då de ekonomiska transaktionerna kommer att bli betydligt

enklare att administrera med en kostnadsfri nättidskrift behövs inte längre den stödförening som varit nödvändig för utgivandet av Mellanrummet. Den har utgjort ett ovärderligt stöd för alla oss som under de gånga åren arbetat med det redaktionella. För ytterligare information om denna övergång hänvisar vi till information om Vänföreningens avveckling på Mellanrummets nya hemsidaadress under rubriken Vänföreningen och dess verksamhetsberättelse för 2010. Den nya hemsidan nås nu på [www.mellanrummet.net](http://www.mellanrummet.net) och vad kan väl passa bättre som domän än .net för en net-journal! Vi har också förenklad kontakten med redaktionen genom en ny mailadress, [info@mellanrummet.net](mailto:info@mellanrummet.net), som man kan använda sig av för att komma i kontakt med Mellanrummets redaktion och ansvarige utgivare.

Prenumerationerna upphör således från och med i år, men efterbeställningar av tidigare nummer kan fortfarande göras via hemsidan. Några nummer är slutsålda (på hemsidan framgår vilka) och de kommer inte att tryckas upp igen. Vi har dock planer på att sammanställa några ofta efterfrågade artiklar - från utgångna nummer - i en nätbaserad samlingsvolym. Förhoppningsvis kan denna finnas klar online under hösten 2011.

En annan nyhet är att Mellanrummet nu kommer att använda en mer omfattande form av peer reviewing än tidigare. Det innebär att varje längre artikel sänds anonymiserad till personer som är kunniga inom det område som artikeln avser att belysa, och att dessa peer reviewers också är oberoende av att en viss artikel publiceras. Vi använder dubbel anonymitet, dvs. inkomna manus avkodas av redaktören och sänds till 1-2 peer reviewers. Deras kommentarer sänds tillbaka till redaktören, som i sin tur sänder dem anonymiserat till skribenten. På detta sätt får Mellanrummets skribenter fler synpunkter på det skrivna materialet. Detta tror vi kommer att bli ett vitaliserande stöd till författarna om både innehåll och utformning. Självfallet kommer det huvudsakliga redaktionella arbetet fortfarande att ske mellan respektive redaktör och artikelförfattare. Mer att läsa om peer reviewing finns på nätet, t.ex. Wikipedia.

För att överhuvudtaget kunna lägga upp Mellanrummets nya hemsida och nättidskrift är förstas en webmaster a och o. Mellanrummet har likt tidigare fått chansen att använda Magnus Bjurhammars gedigna kunskaper i ämnet. Förutom sitt arbete som

leg psykolog och leg psykoterapeut har Magnus kommit att bli många terapeuters högra hand vid tangentborden och vid serverna, och utan hans fantastiska stöd i uppbyggandet och utformningen av den nättidskrift ni nu ser på dataskärmen (eller kanske rent av har printat ut), hade denna förändring av Mellanrummet inte kunnat ske. Mellanrummets Vänförening, Föreningen för Barn- och Ungdomspsykoterapeuter och vi i reaktionerna är

honom obeskrivligt tacksamma! Magnus har också hjälpt oss att lägga in lättillgängliga länkar till ordböcker på norsk-svensk respektive svenska-norska, detta för att underlätta för er läsare, när vi nu kommer ha många manus från både Sverige och Norge. Trots att våra språk är mycket lika, finns det ju enskilda uttryck som ibland kan behöva en närmare förklaring på respektive språk.

## Från redaktionerna i Sverige

Mellanrummet har nu tre redaktioner, en huvudredaktion i Stockholm, en i Göteborg samt en i Oslo, som under senaste året byggts ut.

Under våren har redaktionsmedlemmarna varit engagerade i de förändringar som ägt rum och vi har bl.a. haft gemensamma möten med redaktionerna i Göteborg och Oslo. Det är onekligen en fantastisk upplevelse att få vara med och se hur Mellanrummet expanderar till vårt grannland!

May Nilsson, som varit trogen Mellanrummet ända sedan starten, har nu lämnat tidskriften. Vi vill uttrycka vår tacksamhet för allt det engagemang och den kraft hon lagt ned på Mellanrummet, såväl i förutsättningarna för dess tillblivelse som i det redaktionella arbetet genom de gångna 12 åren. Senare i år lämnar även Majlis Winberg Salomonsson redaktionsarbetet, också hon efter flera års arbete. Vi i redaktionen tackar dem båda för deras stora insatser genom årens lopp! Mellanrummet har nu två nya medarbetare i redaktionen, Susanna Billström och Lena Malmberg, båda leg psykologer och leg psykoterapeuter med erfarenheter av bl.a. långvarigt psykoterapeutisk arbete inom BUP i Stockholms läns landsting och i privat verksamhet.

Vi har också varit engagerade i förberedelserna av överförandet av uppgiften som ansvarig utgivare från Mellanrummets Vänförening till Föreningen för barn- och ungdomspsykoterapeuter.

Det är oräkneliga faktorer att beakta, såväl i stort som i smått, i samband med denna formella förändring. Det har tagit tid från det redaktionella arbetet, men vi har ändå strävat efter att publicera ett nytt nummer redan i vår.

Kontaktpersonerna i Sverige, som länge varit en ryggrad för spridningen av Mellanrummet, har informerats om de förändringar som tidskriften står inför och en viss förändring i representationen från olika landsändar av Sverige har skett. För mer information om våra kontaktmän, se hemsidan under denna rubrik.

## Fra redaksjonen i Norge

I 2010 fikk Mellanrummet sine første kontaktmenn i Norge. De er spredt langs hele vår lange kyst; i Kristiansand, Egersund, Bergen, Tromsø og Lofoten. Dette er kolleger med lang fartstid innen dynamisk barne- og ungdomspsykoterapeutisk arbeid. Alle er utdannet psykodynamiske psykoterapeuter og driver med veiledning. Flere har også forskningsmessig erfaring. I Oslo har to blitt med i tidskriftets redaksjon. Alt i dette nummeret, publiseres tre artikler av norske forfattere. Håpet er at bidragene fra denne siden av kjølen skal komme jevnt og trutt i de kommende numrene.

## Några ord från ansvarig utgivare Kristofer Wikstad

På *Föreningen för barn- och ungdomspsykiaterers* årsmöte nu i mars 2011 fattade man beslutet att ta sig an utgivandet av Mellanrummet – tidskrift för barn- och ungdomspsykiateri. Som ansvarig utgivare utsågs en person. En av mötesdeltagarna sammanfattade det enkelt med orden: ”vi är stolta och föreningen vill gärna finnas för tidskriften”. Samtidigt förvandlas Mellanrummet från papperstidskrift till nättidskrift. Man kan komma att sakna att få den i brevlådan, hålla i den och nyfiken undra när man bläddrar: Var ska jag börja läsa? Det är inte samma upplevelse att finna ett nytt nummer tillgängligt på nätet. En känsla av exklusivitet försvinner, att vara del av en grupp som får tidningen samtidigt och som delar innehållet. Man kan komma att sakna det.

Nättidskriften Mellanrummet kommer att vara möjlig att nå för mycket fler personer, som är intresserade av frågor kring barn- och ungdomspsykiateri. Genom Magnus Bjurhammars engagemang och fina arbete blir den dessutom layoutmässigt modern, lättläst och tilltalande. Det är en utmaning för Mellanrummets redaktion. Man kan nå många fler läsare, men man vet inte vem som läser. Det som skrivs kan skärskådas av kunniga och djupt kritiska yrkesverksamma terapeuter i olika

skolor. Det kan också inspirera en läsare till att våga gå vidare med en tanke som var en förflugen idé framför datorn.

Tidskriften Mellanrummet har varit viktig för att förmedla kunskap om barn- och ungdomspsykiateri. Men, jag vågar påstå att den är än viktigare när många upplever att det blir allt svårare på många håll att bedriva psykodynamisk psykoterapi. Tidskriften kommer att bidra till att upprätthålla och utveckla kunskapen inom detta område. Tidskriften behövs för att det psykodynamiska perspektivet på barns utveckling och svårigheter lever. Lever för att det ger ett väsentligt humanistiskt bidrag till synen på barn.

Att Föreningen för barn- och ungdomspsykiaterer är glada och stolta över att få förtroendet att vara ansvariga över tidskriften faller sig naturligt. Det öppnar också upp för spännande möjligheter i framtiden. Men framförallt att föreningen får möjlighet att värna och på sitt sätt ge ett bidrag till en tidskrift som fyller en viktig funktion för barn, ungdomar, föräldrar, lärare, specialpedagoger, behandlingspersonal, psykiatriker, psykologer, kuratorer och psykoterapeuter och andra som är intresserade av barn- och ungdomspsykiateri.

## Nr 24 2011

# Förändring och psykoterapi

Som tema för denna första nätupplaga har vi valt begreppet förändring. Detta eftersom redaktionsarbetet uppenbart befinner sig i en föränderlighetens process, men också för att detta är ett viktigt – kanske det viktigaste – målet för en psykoterapeutisk behandling. Som terapeut har man i uppdrag att sätta igång, följa och bistå en förändringsprocess, som strävar till att en minskad psykisk smärta kan uppnås hos patienten, och många gånger uppnåendet av ett bestående psykiskt välbefinnande.

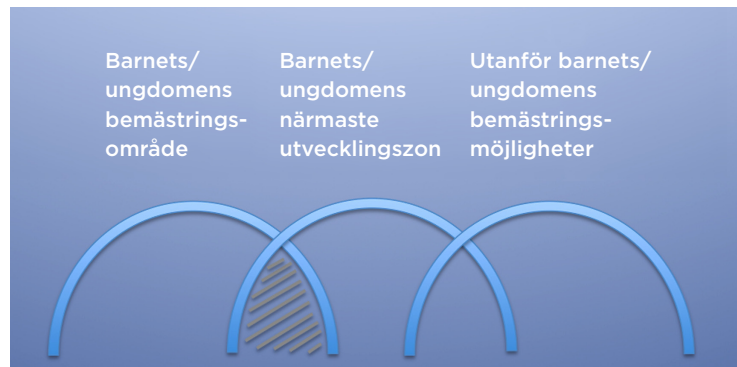
”You don’t have to be the Dalai Lama to tell people that life’s about change.”  
John Cleese

Man behöver inte heller vara en John Cleese för att se att förutsättningar för allt levande är just förändring. Annars vore det inget liv. Speciellt inom psykodynamiskt inriktade psykoterapier beaktas de förändringspotentialer som finns, genom att sträva efter att undanröja hinder för normal psykisk utveckling. Man fokuserar också på dynamiken – rörligheten och samspelet – (som vi många gånger påpekat i tidigare nummer av Mellanrummet) mellan *de inre förutsättningarna* hos den enskilde individen och relationerna till *de närmaste omvårdnadspersonerna* samt länkarna till *de omgivande samhällsstrukturer* som råder runt en ung människas liv. Dynamiken inom olika delar av personligheten träder fram och får chansen att finna former i samspelet med psykoterapeuten och genom detta kan förändringspotentialer komma igång.

Under 2000-talet har alltmer av den psykoanalytiskt och psykodynamiskt inriktade forskningen och litteraturen om psykoterapi lyft fram de genuint affektiva samspelet mellan patient och terapeut som den avgörande faktorn för att en förändringsprocess ska kunna starta. Man betonar

att den terapeutiska processen, dess begränsningar och behandlingen är något som är ”cocreated” – något som skapas tillsammans – där terapeutens subjektivitet interagerar med patientens subjektivitet. Dessa affektiva möten leder till förändring hos båda parter. I sin bok *Change in psychoanalysis. An analyst’s reflections on the therapeutic relationship* (2011) beskriver författaren Chris Jaenicke hur patientens förändringsprocess också kräver en förändring i terapeutens förmåga att ändra sig själv i relation till patientens problematik.

Vi har i flera tidigare Mellanrummet lyft fram den nyskapande insats som Susan Hart har gjort genom bl.a. boken *Anknytning och samhörighet* (2009). Hon visar på hur den neuroaffektiva förändringen kan komma till stånd utifrån en förändring i samspelets mönster. På ett lysande sätt använder hon sig av gamle Lev Vygotskijs modell om barnets närmaste utvecklingszon, här med en utvidgning från Britta Blomberg, redaktionen.



Utgångspunkten är att varje individ fungerar inom ett *bemästringsområde* – en inre kapacitet, ett funktionssätt – som är möjligt för denne att existera och samspelet utifrån. För många barn och ungdomar, liksom föräldrar är detta åldersadekvat och adaptivt utifrån den situation man befinner sig i. Det finns krav på oss människor att vi ska existera i samspel med andra individer, och för många som söker psykoterapeutisk behandling är dessa krav långt *utanför deras bemästringsmöjligheter*. Om de

- You don't have  
to be the Dalai  
Lama to tell  
people that life's  
about change.

avkrävs ett förhållningssätt som kanske andra unga i samma åldersgrupp kan förväntas ha, så blir det omöjligt. Vad som kännetecknar en psykodynamiskt inriktad behandling är bl.a. att terapeuten lutar sig mot gedigna kunskaper om barns och ungdomars normalutveckling och hur avvikelser från denna kan gestalta sig. Likaså utifrån kunskaper om föräldraskap. Det är här Vygotskijs begrepp *närmaste utvecklingszon* blir av intresse. Först då vi möter den unge i det som ligger närmast det utvecklingsmässigt möjliga, så kan en *förändring* ske. Inte i det man "borde kunna" förvänta sig!

Det är därför i huvudsak i det skuggade fältet i skissen ovan, som terapeuten inriktar sina arbetsinsatser. Dels finns terapeuten inom det som rör barnets/

*ungdomens bemästringsområde*, genom att bekräfta kapaciteter, så att de kan konsolideras. Men man rör sig också med aktiva interventioner över gränsen in i *barnets/ungdomens närmaste utvecklingszon*, genom att på olika sätt hjälpa den unge att ta ytterligare utvecklingssteg. Det är i detta område som hindren för normalutvecklingen gör sig gällande. Och det

är också här som psykoterapeuten har sina unika kunskaper om hur förändringsprocesser kan komma till stånd. (Skissen ovan är en vidareutveckling från Britta Blomberg av Vygotskijs och senare Harts modeller, Hart 2009, s. 47).

Den neuroaffektiva förändringen kan inte hoppa över sin gilla process bara för att man önskar att ett barn ska bete sig ålderadekvat! Nervceller förbinds genom synapser, och synaptiska förändringar i ett område kommer också att förändra synapser i andra områden (Hart, 2009, s. 314). Hart framhåller, med referens till Allan Schores sammanställningar av aktuell neurovetenskaplig forskning, att i det normala mötet mellan två individer sker en intoning i många andra områden än det till synes medvetna samspelet:

"Två limbiska system deltar i ett resonansfält med varandra genom ansiktsuttryck, ögonkontakt, prosodi och kroppsrörelser. Hos barn förstärks bildandet av synapser i bland annat de limbiska strukturerna, gyrus

cinguli och orbitofrontala cortex när barnet genom *lek och kontakt* deltar i affektintoning. Det är genom limbisk intoning som det uppstår en vitaliserande uppbyggnad av energi som sätter igång neural tillväxt. Denna intoning med omgivningen ökar nervsystemets återhämtningsförmåga och stresstolerans. Förmågan att delta i affektintoning skapar grunden för en senare självregelning av emotioner. Det är genom limbiska systemet som det sker en automatisk, snabbreagerande reglering av emotionella tillstånd mellan klient och terapeut. Freud var inne på den aspekten när han skrev att psykoterapi alltid handlar om affekter, och att terapeuten måste vända sitt omedvetna mot klientens omedvetna och härigenom rekonstruera dennes omedvetna." (s. 323) (vår kursivering)

Att finna sätt att nå patienter och skapa en gemensam arena som utgångspunkt för denna affektintoning i det terapeutiska arbetet utgör således en grundförutsättning för att en förändringsprocess ens ska kunna inledas. Många av de patienter vi möter idag, och som får chansen till en behandling genom psykoterapi, har så genomgripande svårigheter och brister i sin utveckling att ett möte via det talade ordet sällan blir en initialt framkomlig väg. Det är istället genom andra modaliteter som affektiva möten kan ske. *Raymond Golden*, verksam vid Barne- och ungdomspsykiatrisk poliklinik Holmestrand, visar i sin artikel hur sådana affektiva dimensioner kunde komma in i terapistrummet och utgöra en grund för förändring i terapiförloppet med en traumatiserad, lätt utvecklingshämmad pojke.

I detta nummer kan vi läsa om några olika behandlingsmetoder som tar fasta på innovativa sätt att nå patienter som inte så lätt kan reflektera om sina svårigheter. *Sveinung Skårset*, avdelingsöverlege BUP, *Irene Michalopoulos*, psykolog VOP, Nordlandssykehuset Lofoten samt *Mary Nivison*, dr. philos., sjefpsykiolog, Spesialpsykiatrisk avdelning, Universitetssykehuset i Nord Norge, Tromsø skriver om hur man i terapeutisk behandling kan använda sig av kontakten med hästar, både individuellt och i en familjesetting.

Vi får också följa *Randi Ulbergs* och *Anne Grete Hersougs*, båda verksamma i redaktionen i Oslo, resonemang kring överföringstolkningar i föränd-

ringens tid mellan barndom och vuxenliv. Att betona användandet av överföringstolkningar i det förändringsarbete som en tonåring måste genomgå, tillhör dessvärre alltför sällan de metoder som barn- och ungdomspsykiatrien av idag erbjuder de unga.

*Madeleine Sköld*, leg psykolog och leg psykoterapeut, arbetar på Maria Ungdom i Stockholm. Maria Ungdom tar emot ungdomar som har problem med alkohol och droger. Vanligtvis finns även problem av annan psykiatrisk karaktär relaterat till bland annat traumaupplevelser. Hon skriver utifrån sitt arbete med unga missbrukare om hur upplevelsen av agentskap kan underlätta aktiva ställningstaganden som leder till förändring. Förutsättningar för att ett sådant ska kunna uppnås får läsaren här en teoretisk och klinisk inblick i.

*Yessina Zamora*, socionom och verksam inom kriminalvården i Stockholm, beskriver en metod som aktivt strävar efter att nå unga lagöverträdare och bistå dem till ökad förmåga att påverka och förändra sin situation, så att den inslagna kriminella vägen kan brytas och de kan hitta andra sätt att förhålla sig till ett vuxenliv inom samhällets lagliga sfär.

Vad är nytt och vad är gammalt? Hur påverkar äldre teoribildning och kliniska erfarenheter kommande generationers tankar om psykiskt lidande och psykiskt tillfrisknande? *AnnaLena Sund Aillet*, leg psykolog och leg psykoterapeut, arbetar i privatpraktik i Stockholm. I artikeln om den franska nervläkaren Pierre Janet berättar hon om hur hans verk än i dag är tillämpbara för att förstå nyare – och för dagen så populära – begrepp som mentalisering och dissociation. Att teoribildning förändras när nyare aktuella kunskaper kommer in är ju självklart. Men oftast är det nya inte så helt nytt! Många nya metoder som dominerar under viss tid, speciellt inom det psykiatriska verksamhetsfältet, blir efter en tid utputtade av andra, till synes mer aktuella. Men ofta bygger nya former på äldre – ibland bortglömda och inte erkända, som de hos Janet – ibland välkända, vårdade och vidareutvecklade, som de från t.ex. Freud och Winnicott.

Precis som i tidigare nummer av Mellanrummet har vi ett antal *bokanmälningar* av nyutkommen intressant och aktuell litteratur.

Vi har också infört en ny rubrik, *Brief reports*, där man kan läsa kortare inlägg av mer informativt slag. I detta nummer kan läsarna få en inblick i

*Randi Ulbergs* doktorsavhandling från hösten 2010, om huruvida man kan se könsskillnader i hur patienter kan dra nytta av samtalsterapi. Under denna rubrik berättar också *Agneta Thorén*, fil dr, leg psykolog och leg psykoterapeut vid Ericastiftelsen, Stockholm om aktuell forskning om förändringsprocesser i barn- och ungdomspsykoterapi.

Vi i redaktionerna önskar alla läsare en intresseväckande inblick i psykoterapeutiskt arbete och förändring. Vi hoppas också att den förändring som utgivningsformen för Mellanrummet nu genomgår ska leda till ökad tillgänglighet och spridning av kunskaper och intresse om denna så viktiga behandlingsmetod.

## Referenser

Hart, S. (2009). *Anknytning och samhörighet*. Malmö: Gleerups.

Jaenicke, C. (2011). *Change in psychoanalysis. An analyst's reflections on the therapeutic relationship*. London: Routledge.

Citaten av Clinton och Cleese är hämtade från <http://www.livet.se/ord/kategori/Förändring>

## **Britta Blomberg och Randi Ulberg**

Redaktionerna i Stockholm och Oslo