



Ord från redaktionerna

Britta Blomberg och Randi Ulberg

Redaktionerna i Stockholm och Oslo

Mentalisering är ett begrepp som fått stor genomslagskraft under de senaste åren. Det märks både i teoritillskott, kliniska implikationer och i forskningssammanhang. Till förra numret av Mellanrummet hade vi i redaktionerna valt just mentalisering som tema. Det kom då in så många bidrag att det gav underlag för ett nummer till! Så under 2012 finns således två nummer (26 och 27, nedladdningsbara från Mellanrummets hemsida) som ägnas åt detta ämne. För många kliniker har mentaliseringsbegreppet kommit att tillföra nya kunskaper. Andra ser likheter med denna metod och tidigare teoribildningar. Frågan om likheter och skillnader har kanske mest visat sig i många författares undran över hur man ser på symboliseringsprocesser. I redaktionerna hoppas vi att detta nummer av Mellanrummet ska tillföra ytterligare tankeväckande stoff i detta och flera andra beröringspunkter.

Vi har i det här numret en artikel om mentaliseringsbaserad behandling av psykolog *Jan-Vegard Nilsen* och professor, överläkare i psykiatri *Finn Skårderud*. En artikel av honom, Bente Sommerfeldt och Peter Fonagy fanns även i nr 26, där mentaliseringsbaserad behandling av ungdomar med ätstörningar illustrerades.

Även psykologspecialisten *Line Indrevoll Stänicke*, Oslo, bidrog i förra numret med en artikel, där hon illustrerade relationens betydelse mellan terapeut och patient i en ungdomspsykoterapi. I det här numret återkommer hon och fokuserar på mentaliseringsprocessen som ett sätt att lyfta fram kognitiva, emotionella och relationella aspekter i

människors förmåga att förstå sig själv och andra. Detta bygger på en "relationell transaktionsprocess", något hon illustrerar både med material från terapier och från vardagliga händelser. Hon betonar att mentalisering är ett begrepp som utgör en skärningspunkt mellan många olika fackområden. På så sätt, menar hon, kan mentaliseringsbaserad behandling verka integrerande, likt ett brobygge mellan olika fackområden och behandlingsinstanser.

I detta nummer finns också en artikel av psykologspecialisten *Fredrik Cappelen*, Oslo, där han beskriver hur man kan se på utvecklandet av symboliseringsprocesser i ljuset av objektrelationernas utformning. Han visar hur detta både har likheter med och samtidigt skiljer sig från mentaliserings teorierna. Han beskriver, utifrån ett objektrelationsperspektiv, hur förmågan att tänka om egna och andras känslor utvecklas både på ett inre plan (intrapsyiskt) och ett relationellt (interpersonellt). I artikeln får läsaren följa med på en terapeutisk resa, där förändringsprocessen i tankeverksamheten illustreras genom terapeutens egen motöverföring som utgör grunden för valet av interventioner.

Vi kan också presentera ytterligare några omarbetade examinations-

uppgifter från de mycket efterfrågade kurserna i mentalisering som ges vid Ericastiftelsen i Stockholm. Mer att läsa om kurserna finns på Ericastiftelsens hemsida, www.ericastiftelsen.se.

Socionom och leg psykoterapeut *Birgitta Rosell* arbetar i småbarnsteamet vid Solna BUP. Hon beskriver hur mentaliseringsbaserad behandling kan komma till användning vid behandling av följdena för föräldragenerationen efter obehandlade traumatiserande livsupplevelser. Sådana upplevelser förs inte sällan tyst över till barnen i nästa generation. Mentaliseringsteorin kan då bli ett hjälpmedel för att skapa struktur för det psykoterapeutiska arbetet med de traumatiserade föräldrarna och deras små barn.

I detta nummer kan man också läsa om mentalisering och anknytning hos barn som får diagnosen ADHD. *Ingrid Wiklund*, socionom vid BUP,

Stockholms läns landsting, ger en inblick i detta. Hon arbetar bl.a. med att göra neuropsykiatriska bedömningar och beskriver i sin artikel hur kunskaper i mentaliseringsteori och om anknytningsmönstrens utformning kommit att bli ett värdefullt bidrag till bedömningen och förståelsen av barnet.

Anna Fröberg, leg. psykolog, leg. psykoterapeut och psykoanalytiker beskriver, utifrån sitt tidigare arbete vid BUP-kliniken i Stockholm, hur hon mött suicidala tonåringar som själva inte önskar hjälp. Det är istället omgivande personer som oroas och söker hjälp för dem. Mentaliseringsbefrämjande interventioner i samtal med dem har för henne blivit ett hjälpmedel att bryta deras tystnad och undvikande av kontakt.

Jennifer Stenberg, leg. psykolog, är verksam vid Prima Barn- och ungdomspsykiatri i Handen. Hon berättar om ett metodutvecklingsprojekt med mentaliseringsbaserat behandlingsarbete i grupp för barn med utagerande problematik och kamratsvårigheter. Parallellt med behandlingsgruppen har även gruppsamtal till föräldrar givits.

Anknytningens utformning påverkar hur ett barns kommande utveckling ser ut. Det är något som vi i Mellanrummet återkommit till i många tidigare utgivna nummer. Anknytningsteorier ger, som också mentaliseringsteorin bygger på, unika tillskott till den kliniska verksamheten. Under senare år har en allt stridare ström av litteratur kommit, som illustrerar anknytningens betydelse också för barns "inre" utveckling, neuroendokrinologiskt och i uppbyggnad av strukturer t.ex. i den växande hjärnan. Senaste tillskottet rör hur vår genetiska uppsättning påverkas av omgivande faktorer. Under hösten 2012 kunde man läsa i Svenska Dagbladet (Atterstam, 2012) att våra mänskliga gener också påverkas av den omgivning de finns i. I en notis, "Okända delar av DNA avslöjade", kan man läsa att

"98 % av arvsmassan inne i alla våra celler inte tycks ha någon uppgift, klassat som skräp-DNA till synes utan funktion och utan betydelse. Varför skulle naturen behålla stora mängder DNA som inte behövs?"

I artikeln beskrivs att det nyligen publicerats inte mindre än 32 forskningsrapporter om det man benämner "skräp-DNA". Dessa forskningsfynd (Encode) visar att de s.k. överksamma delarna av DNA har en stor och viktig betydelse genom att

Anknytningsteorier ger, som också mentaliseringsteorin bygger på, unika tillskott till den kliniska verksamheten.

”styra generna, koppla av och på deras aktivitet och reglera deras produktion av för oss livsviktiga proteiner (äggviteämnen)”. Atterstam beskriver ”skräp-DNA” som en massiv kontrollpanel i ett komplicerat system som i sin tur omfattar

”miljontals kopplingar och kopplingsstationer som i sin tur styr genernas aktivitet. Funktioner som styr våra liv, våra beteenden och inte minst våra sjukdomar”.

Om detta ”skräp-DNA” har en så avgörande betydelse för hur generna kan komma att uttrycka sig, så blir frågan avgörande om vad som i sin tur påverkar ”skräpet”. Kanske kommer vi inom de närmaste åren se nya forskningsrön som visar på några av de faktorer som kan påverka ”skräpet”. Yttre miljöfaktorer, t.ex. avsöndring av giftiga ämnen i små barns nappflaskor av vissa plastsorter. Men vi kommer sannolikt också kunna få vidgad kunskap om vad som sker ”på insidan”, genom studier av effekterna av olika anknytningsmönster. Den genetiska uppsättningen är inte given för alltid.

I detta nummer av Mellanrummet kan man läsa en bokanmälan av Graham Musics bok *Nurturing Natures*. Även här framhålls vikten av att beakta alla de påverkansfaktorer som styr en enskild människas utveckling. Utformningen av ”the nurture” – den ”näring” som omgivningen tillför, eller som det är alltför stor bristvara av – är livsavgörande och resultaten av dessa påverkansfaktorer är något som psykoterapeuter dagligen möter i sitt arbete med patienter.

Maria Pozzi-Monzo, barn- och ungdomspsykiater vid CAMHS, London (Child and Adolescent Mental Health Services), och bl.a. verksam vid Tavistock Clinic, visar i en artikel i JCP (2012) hur man lätt missuppfattar diagnoser som ADHD som något ”genetiskt” och därför något inte påverkligt. Pozzi har inriktat sin forskning (Pozzi, et al., 2012) på länken mellan förändringar i föräldrars ”state of mind” – förmåga att tänka om sina barn – och symtomatiska beteenden hos barn under fem år. Dessa var barn med deras föräldrar som hon och hennes kollegor mötte i arbete vid CAMHS. Det hon skriver ingjuter hopp om att förändring av beteenden hos många barn är fullt möjligt om föräldrarnas sinnestillstånd och förmåga att tänka om sitt barns inre tillstånd ändras. Sex av sju barn som behandlats tillsammans med sina

familjer i psykoanalytisk föräldra-barnpsykioterapi förbättrades avsevärt. Hon skriver att

”It was argued that when parents felt understood and have the experience of being emotionally contained by the therapist in treatment, their states of mind is likely to move along a continuum from being predominantly reactive and persecuted to being more reflective and reparative.” (s. 50)

Hon utgår från den evidens som finns från neurovetenskapen och att

”... the nurturing interaction between mother and baby, where a secure attachment and a growth-promoting relationship positively affect and determine the neural development of the child’s brain. Children who have been repeatedly exposed to trauma – a general term that includes neglect, abuse, domestic violence, emotional inconsistency and unpredictability – do not develop safe and secure relationship with their mother or primary carer and as a consequence may not develop a properly functioning neurological system”. (s. 50)

Pozzi framhåller, stödd av många referenser, att det ”genetiska” inte är att betrakta som något deterministiskt, utan något som är påverkligt och menar att nyare psykoanalytisk teoribildning och anknytningssteorier bidrar till förståelsen för olika orsaker till att hyperaktivitet hos ett barn kan utvecklas. Hon skriver att för många barn inom CAMHS som får en ADHD-diagnos så finns ofta i deras livshistoria tidiga upplevelser av trauma, hot och funktionsbrister i objektrelationerna. Alla dessa bakgrundsfaktorer kan också i sin tur ses i föräldrarnas beskrivningar av egna olösta familje- och intergenerationella trauman.

Om sådana livserfarenheter dessutom inträffar i kombination med en ärftlig disposition för att utveckla bristande koncentrationsförmåga och uppmärksamhet, är riskerna stora för att mer permanenta anknytnings- och beteendestörningar uppstår. När vi behandlare möter barn, ungdomar och vuxna med psykiatriska bekymmer, så rör det sig nästan alltid om multifaktoriella riskfaktorer, både genetiskt betingad sådana och omgivningspåverkade, menar Pozzi. Detta är något som de flesta barn- och ungdomspsykiater kan bekräfta.

Psykologtidningen (5, 2012) fokuserade på temat ADHD. Några psykologer som skrivit där framhåller i sina artiklar att det tidigare varit en underdiagnosticering, och att man nu har bättre metoder för att upptäcka och hjälpa de som har ADHD. Andra framhåller att medicinering är något man tar till alltför lättvindigt. Bl.a. framhålls att ”dubbelt så många som riksgenomsnittet medicineras mot adhd på Gotland ... det är inte rimligt att så många gotlänningar har adhd”, menar psykologen Lars Lundström (Heinemann, 2012).

Med anledning av den stora ökningen av läkemedelsförskrivning mot ADHD, har nu SBU (Statens Beredning för medicinsk Utvärdering) granskat 15 olika instrument som används för att ställa diagnosen ADHD. Det framhålls i deras utlåtande att inget test har tillräckligt starkt vetenskapligt stöd för att påstå att det verkligen mäter det instrumentet ska mäta (Örn, 2012). Men, det framhålls i artikeln, ADHD är främst en klinisk diagnos som oftast ställs av ett team och med hjälp av samtal med berörda parter. Från SBU betonas att man lägger stora resurser i Sverige på diagnostik, men inte på behandling efter att diagnosen väl ställts. Just nu sammanställer SBU de s.k. kunskapsläget gällande behandlingsalternativ.

Det är här som det som Atterstam, Pozzi-Monzo, och Ingrid Wiklund (i detta nummer av Mellanrummet), belyser får betydelse. Psykodynamiskt skolade psykoterapeuter har länge vetat (genom empiri och ”beprövad klinisk erfarenhet”) att psykoterapi kan hjälpa personer som har svårt med uppmärksamhet och koncentration. Många av de som idag får en ADHD-diagnos har tidigt i livet mötts av otrygga anknytningsmönster, vilka inte befrämjar utvecklingen av hjärnans system. I vissa fall kan utvecklingspotentialen t.o.m. skadas, något man kan se hos en del barn med kraftigt desorganiserade anknytningsmönster och som utsatt för övergrepp och vanvård. I Mellanrummet nr 20 (Hart, 2010) kan man läsa om en terapi med ett barn som utsatts för sådan vanvård och hur terapeuten, genom affektiv resonans och associationer till egna kroppsliga sensationer, strävar efter att nå fram till barnet.

Terapeutens arbete består inte av enbart yttre betendeförändringar. Det är nog de flesta ense om. Snart kommer vi med största sannolikhet också kunna se vad som kan ske ”på insidan”, i kroppsliga reaktioner och i det som Skårderud et al. (2012) kallade ”den reflekterande kroppen”. Med fördjupade kunskaper kommer vi att mer aktivt kunna gå in och stötta uppbyggandet de utvecklingsbefrämjande strukturerna.

Från redaktionerna i Sverige

I förra numret nämnde vi den pågående utredningen från Högskolöverket om förändringen av förutsättningarna för erhållande av psykoterapeutexamen. Förslaget (som finns i sin helhet på hemsidan www.hsv.se) är att varken psykiatriker eller psykologer ska kunna få legitimation, eftersom de redan anses ha sådan kompetens i sin grundutbildning (se vidare Ord från Redaktionerna i Mellanrummet nr 26). För vidareutbildningar hänvisar HSV till respektive yrkesgrupps specialistutbildningar. De flesta remissinstanser har nu lämnat sina svar och ärendet bereds vidare. Vi refererade i förra numret Sveriges Psykologförbunds hållning i frågan. Därifrån har man nu framfört att staten måste sanktionera psykologernas specialistutbildning (Psykologtidningen, 6, 2012). Att staten skulle åta sig finansieringen av både legitimationsgrundande terapeututbildningar och ett fackförbunds specialistutbildningar är knappast något man törs hoppas på.

Efter många års arbete på Ericastiftelsen, Stockholm och i Mellanrummets redaktion kommer jag (Britta Blomberg) nu att gå i pension. Jag var under några år EFPP-delegat i barn- och ungdomssektionen och en av uppgifterna för en delegat är att verka för spridningen av det nationella och internationella nätverket för barn- och ungdomspsykoterapeuter. En sådan insats blev att försöka starta en tidskrift i ämnet och bilda ett nätverk inom Sverige och med omvärlden. Hur detta gick till har jag skildrat tidigare, och det finns bl.a. beskrivet på Mellanrummets hemsida (www.mellanrummet.net).

Jag var från starten både ansvarig utgivare, chefsredaktör och även ordförande i den stödföreningen som skapades för Mellanrummets tillblivelse. Efterhand har jag lämnat flera av dessa uppgifter och kvar har varit chefsredaktörens uppgifter. Då jag nu lämnar min anställning vid Ericastiftelsen, kommer jag inte längre att ha samma tillgång till både ett nationellt och internationella nätverk. Jag lämnar därför posten som chefredaktör och i redaktionerna i Sverige och Norge arbetar vi f.n. aktivt med att hitta nya former för det redaktionella arbetet. Det är min innerliga förhoppning att Mellanrummet, som nu blivit en Nordisk tidskrift för barn- och ungdomspsykoterapi, fortsätter att utgöra just ett Mellanrum. Ett ”potential space” för utbyte av erfarenheter från barn- och ungdomspsykoterapeuter och för oss som arbetar med föräldrar.

Fra redaksjonen i Norge

Som nevnt over, har det kommet mange bidrag til Mellanrummet omkring Mentalisering, men det har også i dette nummeret kommet bidrag om andre temaer. Vi tror dette avspeiler en klinisk og teoretisk bredde i interessefeltet for norske klinikere og teoretikere. Antallet artikler, kvaliteten på de innsendte manuskriptene og samarbeidet med forfatterne av de norske bidragene har vært inspirerende.

Institutt for psykoterapi (IFP) har rundet 50 år (www.instpsyk.no). Mange av behandlerne som driver med psykodynamisk orientert psykoterapi med barn og ungdom, er også utdannet og er medlemmer ved dette instituttet. I forbindelse med jubileet ble det i slutten av september 2012 avholdt et jubileumsseminar hvor Lewis Aron var hovedforeleser. Hans fokus var på å redusere motsetninger mellom "den rene psykoanalyse" og psykodynamisk psykoterapi i det han pekte på at det er de samme teknikker og den samme tenkning som ligger til grunn for behandlingen enten den foregår en, to, tre eller fire ganger i uken.

I forbindelse med jubileet, ble også boken *Psykoterapi i utvikling* utgitt. Bokens kapitler er for det meste skrevet av medlemmer ved IFP og har til hensikt å avspeile instituttets teoretiske bredde samt trekke inn empirisk forskning. Anmeldelse av boken kommer i neste nummer av Mellanrummet.

Som det framgår av konferanserapporter fra Society of Psychotherapy Research i Virginia, USA og Porto, Portugal som er å finne i dette nummeret av Mellanrummet, blir den empiriske forskningen som foregår på psykodynamisk psykoterapi i Norden lagt merke til. Forskningen blir også prisbelønt. Professor Per Andreas Høglend ved Universitetet i Oslo og medforfattere er tildelt "The \$1000 Scientific Paper Prize" for artikkelen *Effects of transference work in the context of therapeutic alliance and quality of object relations*. Artikkelen ble publisert i oktobernummeret 2011 av Journal of Consulting and Clinical Psychology (JCCP), som er et av de høyest rangerte internasjonale tidsskriftene innen klinisk psykologi. Denne prisen gis til den mest fremragende empiriske forskningsartikkelen relevant for psykoanalyse som ble publisert i det foregående kalenderår. Prisen deles ut av American Psychoanalytic Association. Per Høglend er invitert til vintermøtet i American Psychoanalytic Association, New York i januar 2013 for å presentere arbeidet med studien.

Referenser

- Atterstam, I. (2012). Okända delar av DNA avslöjade. SvD, (www.svd.se 6 sept).
- Heinemann, K. (2012). Adhd-läkemedelsanvändningen i Sverige fyrfaldigad. *Psykologtidningen*, 5, 6-7.
- Hart, C. (2009). Affektiv association: en effektiv intervention för att möta fragmentering och dissociation. *Mellanrummet – Tidsskrift om barn- och ungdomspsykoterapi*, 20, 144-160.
- Indrevoll Stänicke, L. (2012). Relasjonelle utfordringer i en ungdomsterapi – sett i lys av noen psykodynamiske grunnbegreper, *Mellanrummet – Nordisk tidsskrift för barn- och ungdomspsykoterapi*, 26, 22-35.
- Heinemann, K. (2012). Adhd-medicin används för lättvinigt. *Psykologtidningen*, 5, 8.
- Høglend, P., Hersoug, A.G., Bøgwald, K., Amlo, S., Marble, A., Sørbye, Ø., Røssberg, J.I., Ulberg R., Gabbard, G.O. & Crits-Christoph, P. (2011). Effects of transference work in the context of therapeutic alliance and quality of object relations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79, 697-706. doi:10.1037/a0024863.
- Pozzi-Monzo, M. (2012). Ritalin for whom? Revisited: further thinking on ADHD. *Journal of Child Psychotherapy*, 38(1), 49-60.
- Pozzi-Monzo, M., Lee, A. & Likierman, M. (2012). From reactive to reflective: shifts in parents' state of mind during brief under five psychoanalytic psychotherapy. *Clinical Psychology and Psychiatry*, 17(1), 151-164.
- Skårderud, F., Sommerfeldt, B. & Fonagy, P. (2012). Den reflekterende kroppen. Mentalisering og spiseforstyrrelser. *Mellanrummet – Nordisk tidsskrift för barn- och ungdomspsykoterapi*, 26, 6-21.
- Ulberg, R., Hersoug, A.G. & Knutsen, T. (Red.) (2012). *Psykoterapi i utvikling*. Oslo: Akademika forlag.
- Örn, P. (2012). Lars Jacobsson om SBU-rapporten: "svagt vetenskapligt stöd för diagnosverktøy", *Psykologtidningen*, 5, 9.
- Högskoleverket (2011:20R). En ny psykoterapeututbildning. www.hsv.se.