



## Ord från redaktionen

### Inget är sig längre riktigt likt...

Under snart två års tid har vi fått vänja oss vid nya sätt att relatera och nya känslor av osäkerhet. Begränsningar för relationer och inskränkningar i den frihet vi betraktat som självklar påverkar oss alla. Rädsla för smitta och krav på underkastelse i förhållande till restriktioner av olika slag har drabbat hela världen. Ingen kan säga vad som är bästa sättet att hantera pandemin, hur lång tid den skall pågå eller vilka konsekvenserna blir på lång sikt. En närmast parodisk reflektion är att de många som lider av social fobi, ungdomar som inte vill gå i skolan eller ge sig ut på aktiviteter och självmant isolerat sig, känner att det som förut utgjort en särskild svårighet nu blivit ett socialt accepterat och önskvärt beteende – till och med ”den rätta modellen”. Det väcker frågan om den omgivande miljöns psykosociala och kulturella inverkan på psykisk hälsa/ohälsa, samt norm.

Över hela världen rapporterar man om hur barn och unga påverkas av restriktionerna som införts i

syfte att skydda från smitta. Isolering skapar både fysiska och psykiska svårigheter och de ungas utbildning och nära relationer blir lidande. Rädda Barnen har publicerat en undersökning där 25 000 barn och föräldrar har fått beskriva hur pandemin påverkar dem, se länk 1. Det framgår av rapporten att ojämlikheterna, våldet och fattigdomen ökat.

Det är lätt att bli nedstämd av alla tråkiga nyheter som följer i pandemins spår. Det finns ändå några ljuspunkter. Kreativiteten blomstrar för hur vi på andra sätt kan skapa kontakt med varandra. Tekniska lösningar för kommunikation och för att ta del av kultur används i allt större utsträckning. Många psykoterapeuter och läkare har fått vänja sig vid att träffa sina patienter online och lärare har fått skapa virtuella klassrum för sina elever. Alla typer av möten och konferenser har ägt rum framför deltagarnas datorskärmar. För alla som arbetar med barn innebär det speciella utmaningar och nya fenomen. Vi är nog många kliniker som fått vänja oss vid att patientbarnen är experter på teknik vi är ovana vid och barnen har fått visa sin

kompetens inom ett område de oftast behärskar väldigt väl. Vi har blivit inbjudna till barnens hem via video och fått hälsa på husdjur och familjemedlemmar vi aldrig mött förut. Vi har fått tillfälle att beundra leksaker och gosedjur på ett helt nytt sätt. De vanliga terapeutiska gränserna har blivit upplösta. Plötsligt kan ett barn ”stänga av” terapeuten och maktförhållandena har förskjutits.

Det finns givetvis begränsningar i kontaktlösheten som är svåra eller omöjliga att överbrygga. Riktigt små barn kan inte kommunicera via video och för nya patienter är det givetvis mycket svårt att etablera en relation till en okänd psykoterapeut när man inte ens kan träffas. Det kan ju vara svårt nog att bygga tillit och känna sig sedd med en ny person även vid ett vanligt besök hos psykoterapeuten. I vissa fall blir det endast rådgivning till föräldrar som går att genomföra och hur restriktionerna ser ut skiljer sig markant mellan olika länder. Även inom Mellanrummets lilla nordiska sfär är förutsättningarna mycket varierande. En del har kunnat arbeta nästan som vanligt medan andra har fått ändra rutiner för patientkontakter helt och hållet. Rädsla för minsta förkylning och många inställda möten har sannolikt drabbat alla.

Vi vill nu särskilt lyfta fram exempel på enskilda psykoterapeuter eller hela verksamheter som under pandemin hittat framkomliga vägar trots begränsningarna. Även inför kommande nummer välkomnar vi därför gärna artiklar från kliniker och forskare som vill berätta om hur de kunnat arbeta under pandemin och hur man kan förstå och tänka kring olika aspekter av dess konsekvenser för barn- och ungdomspsykiatri, samt i arbetet med föräldrar.

Barn- och ungdomspsykiatriker *Carolyn Hart* beskriver på ett väldigt fint sätt möjligheter och utmaningar under pandemin i *Making the most of online therapy with children, in spite of the glitches!*. Hart berör överföringsaspekter av behandling på distans och hon lyfter fram hur barnet kan presentera sig självt och gestalta sina svårigheter och sin personlighet med hjälp av tekniken – på ett sätt som inte är möjligt vid fysiska möten. Hon beskriver också aspekter av reglerandet av närhet och distans och hur det kan uttryckas med hjälp av tekniska lösningar. Ett mycket rikt material med många kliniska exempel presenteras.

*Annika Skandsen* har skrivit artikeln *Til huttetu- enes land – en reise inn i et traumatisert barns raseri*.

Här presenterar hon sin egen modell för utredning och behandling av utvecklingstrauman hos barn. Modellen har utvecklats utifrån hennes kliniska erfarenheter, intersubjektiv teori och utvecklingspsykologiska kunskaper. Skandsen redogör för Daniel Sterns självutvecklingsteori och de intersubjektiva grundfenomenen emotionsreglering, uppmärksamhet, självagens och vitalitetsaffekter. Dessa utvecklas i självområden som etableras under barnets tre första levnadsår, och vidareutvecklas genom livet. Skandsen hävdar att varje tillstånd, även traumatisering, kan förstås utifrån dessa grundläggande fenomen i psykisk utveckling. Vidare lyfter hon fram att terapeutens uppgift är att skapa hypoteser om hur barnet kan få nödvändigt utvecklingsstöd, och ge behandling som leder barnet in i en hälsosam utveckling. Barn med våldsamma och oreglerade känslouttryck kan vara utmanande att hjälpa. Skandsen ger många exempel, och erbjuder sätt att förstå och avhjälpa utvecklingsproblem hos barn med utgångspunkt i utvecklingsstödjande psykoterapi.

En riktig klassiker inom pandemilitteraturen är Albert Camus *Pesten* som gavs ut år 1947. Nyutgåvor på svenska och norska kom 2020 i samband med coronapandemins utbrott. Mellanrummets grundare och tidigare chefredaktör *Britta Blomberg* har skrivit en essä om *Pesten*. Hon lyfter fram citat som skildrar den dramatiska utvecklingen av den livshotande sjukdomen. Huvudtemat i boken handlar om vad som sker mellan människor i alla sammanhang och positioner i mötet med pesten och har en nästan skrämmande likhet med det vi erfar under coronapandemin. Blomberg reflekterar över hur det är att läsa Camus text i en tid när vi skulle kunna behöva något mer uppmuntrande. Hon lyfter fram att det inte finns någon genväg ur pandemin precis som det sällan finns genvägar i psykoterapi och betonar att vi kan behöva en följeslagare, som berättaren i *Pesten*, på vår väg genom den mörka och förtvivalde tiden.

*Anders Schiöler* recenserar Tanja Gottken och Kai von Klitzings bok *Manual for short-term child psychoanalytic therapy* (PaCT).

*Unni Sandaker Blom* och *Anne Klöve* har anmält boken *Lek og kreativitet i psykoterapi med barn og ungdom*. Boken beskrivs som inspirerande och kan rekommenderas till såväl kliniker som studenter – och som användbar i undervisning och handledning. Det framhävs att boken bygger på psyko-

analytiskt tänkande, men att den inkluderar bidrag från författare som betonar andra kreativa uttrycksformer som berättande, tecknande, musik och användande av digitala hjälpmedel. Man lyfter fram att boken utgör ett användbart bidrag till arbete med ungdomar.

### Nytt från forskningsfältet

Vi har glädjen att presentera två artiklar som ingår i det norska psykoterapiprojektet om ungdomar, *First Experimental Study of Transference Work in Teenagers* (FEST-IT). Den ena studien visade att överföringsarbete förstärkte effekten av psykoterapi när det gällde depressionssymtom. Graden av depression blev betydligt reducerad hos ungdomar som fick psykoterapi med överföringsinterventioner än gruppen som fick behandling utan överföringsarbete.

Den andra norska studien från *First Experimental Study of Transference Work in Teenagers* (FEST-IT) undersökte vem som avbröt psykoterapi. Här fann man att det var viktigt att förstå vad som sker tidigt i psykoterapin mellan terapeut och patient. Detta hade betydelse för att minska risken för tidig "drop-out" för ungdomar som inte kände sig hjälpta och var besvikna. Det är viktigt att terapeuten är uppmärksam på dessa processer redan från psykoterapis inledning.

Vi vill också informera om en artikel av *Nick Midgley m.fl.* som ger en översikt över studier av effekten av psykoterapi för barn och ungdomar: *The Evidence-Base for Psychodynamic Psychotherapy With Children and Adolescents: A Narrative Synthesis*. Det har inte presenterats så många liknande arbeten tidigare och därför är det givetvis extra välkommet med denna översikt över både tidigare studier och en uppdatering inkluderande även nyare studier. Artikeln kan laddas ned kostnadsfritt, se länk 2.

### Konferenser

*Ingeborg Aarseth* var med när IBUP firade sitt 30-årsjubileum och ger en rapport från jubileumsföreläsningarna och festligheterna.

*Jenny Butler* från Mellanrummets redaktion rapporterar från den 21:a Nordiska bildterapikonferensen som ägde rum på Sigtuna folkhögskola 10-

13 juni 2021, arrangerad av Svenska Riksförbundet för Bildterapeuter (SRBT). Konferensens tema var *Compassion and Inclusion in Art Therapy*. Konferensen innehöll föreläsningar och workshops med syfte att utforska hur olika skapande terapiformer kan möta och tillgodose människors behov av medkänsla och inkludering på ett personligt plan och även i en vidare social kontext. Butler ger korta beskrivningar av sju workshops och föreläsningar som ingick i konferensdagarna, som innehöll ett rikt utbud av metoder och forskning inom bild-, dans-, musik- och dramaterapi och andra skapande terapiformer.

### Nästa utgåva av Mellanrummet

Vårens utgåva 2022 av Mellanrummet kommer att ha *Ghosts in the Nursery – Spöken i barnkammaren* – som tema. Temat har sitt ursprung i IBUP:s jubileumskonferens i Oslo från i höstas. IBUP (Institut för barne- og ungdomspsykoterapi) arrangerar utbildningar, seminarier och konferenser och är även Mellanrummets ägare. Uttrycket *Ghosts in the Nursery* kan låta främmande eller underligt för den som inte hört det förr eller ge associationer till spökhistorier och alla de fantiserade monster och spöken som kan befolka den inre världen hos små barn – och en del äldre. Men bakgrunden till konferensen och temat är en annan. Det var Selma Fraiberg som 1975 introducerade metaforen *Ghosts in the Nursery* för att beskriva hur transgenerati- onella trauman kan leva vidare och upprepas i nya relationella konstellationer.

Vi efterlyser artiklar på temat och tar gärna emot tips på läsvärd litteratur från våra läsare.

### Länkar

1. <https://press.raddabarnen.se/pressreleases/stoersta-undersoekningen-om-barn-underpandemin-ojaemligheten-och-ojaemstaell- heten-oekar-3033494>
2. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.662671>
3. <https://www.ibup.no>