

# Relasjonsbehandlings plass i utdanningene framover

Leif Jonny Mandelid



*Leif Jonny Mandelid er psykologspesialist og arbeider ved Bergenhus voksenpsykiatriske poliklinikk. Siden 2003 har han vært undervisningsleder ved Utdanning i psykoterapi ved psykosser.*

som er mer meningsfull og nyttig i personens egen bedringsprosess (Borg & Topor, 2003, Davidson, Rakfeldt & Strauss, 2010). Det kan se ut til at hovedstrømmen av psykisk helsevern har vært innom en gedigen omvei fra der moralsk behandling startet like etter opplysningstiden. Nå er det på høy tid å sette etiske og humane aspekter ved psykosebehandlingen i høysetet igjen. Etter hvert må vi ta inn over oss at enten vi tilbyr medisinsk, psykologisk eller sosialfaglig hjelp, så formidles virkningen av hjelpen gjennom møter mellom mennesker, eller relasjoner. Vi kan derfor ikke lenger tenke oss noen form for hjelp som ikke innebærer at vi interesserer oss for hvordan relasjonen mellom terapeut og pasient, hjelper og bruker fungerer. Å få etablert en relasjon preget av respekt, dialog, myndiggjøring av den andre og gjensidig læring er nøkkelen til hvorvidt våre midler eller metoder for øvrig vil virke (Norcross, 2002). SEPREPs utdanninger ble tuftet på denne erkjennelsen og har overlevd gjennom den. Men fra å være nært knyttet til psykoanalytisk metateori,

Til det velvillige medmenneske,

Vi vet ennå alt for lite om årsakene til de mentale forstyrrelsene vi kaller psykose og schizofreni. Derfor både famler vi og strides vi om hvordan disse tilstandene bør behandles. Personer som selv opplever tilstandene har til dags dato lidd under fagfolks tendens til å redusere både problemene og løsningene på dem til enten natur eller kultur. De har også opplevd det absurde at de selv er de siste som har blitt spurt om hva som har vært til hjelp for dem i forsøkene på å bli frisk eller bedret. Når vi omsider spurte brukerne selv, fikk vi inn et skred av tilbakemeldinger som kan hjelpe oss til å endre praksis på en måte

er den nå knyttet opp til relasjonsforståelse i en åpnere, mer fenomenologisk, hermeneutisk og konstruktivistisk forstand. Relasjonsforståelse og relasjonsarbeid vil slik vi i SEPREP ser det, også være ryggraden i utdanningen av psykoseterapeuter i framtiden, uansett hvilken skoleretning eller filosofi de for øvrig bevisst eller ubevisst bekjenner seg til.

Psykosier og det vi kaller schizofrenier har til felles at de innebærer større og mindre sosial funksjonssvikt. Det er vanskelig å forstå og å gjøre forstått i forhold til andre mennesker. Personer med disse lidelsene har ofte blitt unngått av andre eller har selv valgt å unngå andre, fordi det er for forvirrende og krenkende å ikke klare å prøve å kommunisere med andre, uten at det skaper store misforståelser eller avvising. Dermed får ikke personen tilgang på viktig selvkunnskap gjennom speilinger i velvillige andre. Dette gir ytterligere næring til en kaotisk og ofte negativ opplevelse av seg selv, eller veldig individuelle og fastlåste forestillinger om selvet som er vanskelig å godta for andre. Det blir lett en kamp om forståelsen av hvem jeg er og hvem jeg får lov til å være. En kamp om å kreve eksistens og å bli tilkjent eksistens. Likeledes en forvirring mellom hva som tilhører opplevelsen av perso-

nen selv, i motsetning til opplevelsen av andre og omgivelsene. Hva kan ha gått galt? Hvordan kan slikt utvikle seg? Det vet vi ikke sikkert, men mye tyder på at noe har sviktet og fortsatt svikter i dialogen mellom personen og andre mennesker, enten dette er en årsaksfaktor, utløsende eller vedlikeholdende faktor. Forsøk på å gjøre seg forstått eller bli forstått ender i toveis monologer eller enetaler, som er oppskriften på ensomhet eller maktmisbruk. Bote-middelet må bli dialog som forutsetter relasjon og gjensidige innrømmelser (Bakthin, i Morris, 1994).

Aristoteles (i Stanghellini, 2004) snakker tidlig i vår selverkjennelse om at noen kan mangle en slags samfølelse, en *sensus communis*, både i seg selv og i forhold til andre. De mangler samfølelse i seg selv på den måten at sansninger og tanker ikke ser ut til å flyte sammen i en selvfølgelig, sømløs eller ureflektert følelse av å være et jeg. Et jeg som heller ikke opplever å gjøre det som er selvfølgelig eller "riktig" ut ifra hva situasjonen til enhver tid krever. Samfølelsen kan også svikte i forhold til andre på den måten at personen ikke forstår hva andre holder på med eller hva som i samfunnet eller kulturen usagt blir ansett som naturlig eller riktig å gjøre i gitte situasjoner. Personen har av

ukjente årsaker ikke klart å innforlive eller legemliggjøre uskrevene sosiale spilleregler. Det blir ingen naturlig flyt i personens bevegelse, tale eller mellommenneskelige opp-treden. Det som gjøres ureflektert og automatisk av folk flest, blir av personen til gjenstand for handlingslammende og utmattende refleksjon (Sass & Parnas, 2003). Ved å stadig risikere å handle i utakt med forventningene som er knyttet til disse spillereglene, fortøner personen seg i tillegg som underlig eller fjern for andre. Vi lager oss hypoteser for å prøve å forstå hvorfor dette skjer. I vår tid ville Bruner si at personen ikke utfører "acts of meaning" eller meningsbærende handlinger. Blankenburg (2001) ville si at personen ikke behersker "common sense" eller sunn fornuft. Det er en fornuft som ikke er tuftet på dannelselse eller utdanning, men som består av god dømmekraft ut ifra hva en situasjon krever, særlig en sosial situasjon. Altså nært beslektet med Aristoteles begrep "praktisk dyd". Uten "common sense" forstår ikke personen å gjøre det som "alle" (les de fleste) ville ha gjort med naturlig selvfølgelighet i en gitt situasjon. Da snakker vi ikke om villet protest eller demonstrative normbrudd, men mangel på forståelse. Et menneske som for eksempel blir brakt inn for onani på offentlig sted er på dette grunnlaget verken

pervers eller forbryter.

Hva er samfølelse, meningsbærende handlinger eller common sense? Det er bestemt ikke noe som er etablert en gang for alle, slik at en person enten har det eller ikke har det. Heller ikke er det slik at dem som allerede har det kan kreve eiendomsrett til den og stenge alle nykommere ute fra å bidra til den. Common sense er i stedet en endeløs mellommenneskelig prosess, hvor alle mennesker i prinsippet kan bidra til å utvikle den. Det forutsetter imidlertid at vi hører på hverandre, snakker med og ikke til hverandre og gjør innrømmelser i forhold til hverandre. Det forutsetter altså dialog. Bruner (2002) advarer oss mot å betrakte den andre som et lukket rom av mentale prosesser. Han hevder at i den kognitive revolusjonen vi opplever i vår tid, kan det være lett å låse seg i en forståelse av bevisstheten som en isolert "informasjonsprossessor". Skjer det, blir vi blinde for hvordan bevisstheten skaper mening gjennom samhandling hvor selvet både former og blir formet av andre. Både monolog og dialog foregår i relasjoner. Ved monologen dikterer herren slaven og gjør slaven til middel for å nå egne mål. Ved dialog er den andre et mål i seg selv. Det er et møte mellom likeverdige (Bakhtin, i Morris, 1994).

Det er denne formen for relasjon, møtet mellom likeverdige, som er grunnlaget for utvikling av en felles forståelse av virkeligheten, en felles virkelighet. Ettersom psykotiske lidelser og schizofreni ofte innebærer en mangel på felles virkelighet, er relasjon og dialog både et middel og et mål i behandlingen av psykosser. Et middel vi ikke kommer utenom og et mål vi oppnår i varierende grad. Derfor må relasjonsforståelse ha en sentral plass i våre utdanning-er også i framtiden. Både dannelse, opprettholdelse og bedring ved slike lidelser som vi her snakker om er av dyptgripende relasjonell karakter. Den syke blir sykere av å bli definert som et objekt i stedet for som et annet subjekt. Forholder vi oss derimot som subjekter i forhold til andre subjekter, blir læringen gjen-sidig. Med Benedetti (1976) kan vi si at den sinnslidende både er et medmenneske og en lærer. Vi blir fattigere som mennesker og mindre opplyste ved å ikke lytte til og ta lærdom av slike lærere.

#### **Referanser**

Benedetti, G. (1976): Der Geistesranke als Mitmensch. Göttingen. Vandenhoeck und Ruprecht.

Blankenburg, W. (2001): First steps toward a psychopathology of common sense. Philosophy, Psychiatry & Psychology, 8, 4, 303-315.

Borg, M. & Topor, A. (2003): Virksomme relasjoner. Oslo. Kommuneforlaget.

Bruner, J. (1990): Acts of meaning. Four lectures on mind and culture. London. Harvard University Press.

Davidson, L., Rakfeldt, J. & Strauss, J. (2010): The roots of the recovery movement in psychiatry. New York. John Wiley & Sons, Ltd.

Morris, P. (Ed.), (1994): The Bakhtin reader. Selected writings of Bakhtin, Medvedev and Voloshinov. London. Edward Arnold.

Norcross, J. C. (Ed.) (2002): Psychotherapy relations that work: Therapist contributions and responsiveness to patients. New York. Oxford University Press.

Sass, L. A. & Parnas, J. (2003): Schizophrenia, consciousness and the self. Schizophrenia Bulletin, 29, 3, 427-445.

Stanghellini, G. (2004): Disembodied spirits and deanimated bodies: The psychopathology of common sense. Oxford University Press. Oxford