

# SOMMERBREV

fra Vancouver



Korttids- ■ Af Bjarne Thannel og Vesla Birkbak

En international konference om korttids-dynamisk terapi fandt sted i Canada i sommer. To deltagende danske psykologer har sendt faglige indtryk – både fra konferencen og den efterfølgende summerschool.

■ Elleve danske psykologer valgte at i juli at deltage i den 5. Konference i Korttids-Dynamisk Psykoterapi, STDP, som blev holdt i Vancouver, Canada. De fleste fortsatte til den efterfølgende fem dages summerschool. Interessen samlede sig om en række indlæg fra de mest fremtrædende forskere og praktikere inden for den korttidsdynamiske tradition.

Under overskriften *STDP for treatment-resistant patients: From Failure & Despair to Health & Hope* præsenteredes en række videooptagelser af terapi, hvor de metoder, der adskiller STDP fra andre terapier, bruges på fx personlighedsforstyrrede og somatiserende patienter – typisk personer, der uden effekt har været igennem adskillige tidligere terapiforløb.

Video er et centralt element i at lære metoden, såvel i undervisning, i supervision og til brug for terapeutens selvrefleksion. Videooptagelser af terapier giver mulighed for både at se, høre, forstå og mærke effekten af den præcision og skarphed, som er ISTDP's kendetegn og bidrager på helt nødvendig måde til den træning af opmærksomheden, som er grundlaget for at blive en god ISTDP-terapeut. Og de forskellige terapeuters forskellige stil, som der blev vist eksempler på, giver inspiration til at udvikle sin egen form.

Såvel Allan Abbass, Robert Neborsky, Allan Kalpin, Joesette ten-Have De Labije som Patricia Coughlin er anden-generations-udøvere af *intensiv* korttids-dynamisk psyko-

terapi, ISTDP, og har alle modtaget træning ved grundlæggeren Habib Davanloo. De var alle med. Første generation var repræsenteret ved æresgæsten David Malan, nu 83 år og kendt af mange psykologer som del af klinisk basispensum på psykologistudiet.

## Forskning og inspiration

Hovedindlægget blev givet af Dr. Jaak Panksepp, som forsker på det neuroaffektive felt. Panksepp fremførte den i terapisammenhæng vigtige pointe, at forudsætningen for, at en behandling kan medføre forandring, er, at kroppens *real time* er i terapisituationen. Det handler om bearbejdning af klientens her og nu-følelse, ikke følelsen i går eller i barndommen.

Han fortalte, hvor det ubevidste befinder sig rent hjerne-mæssigt. Han betragter ikke den rå følelsesmæssige oplevelse som ubevidst: Det ubevidste er ”højere” placeret i hjernen end emotionerne, nemlig i de områder, der har med indlæring og hukommelse at gøre. Så ved vi det! Fortrængte følelser er ikke væk, ligesom solen ikke er væk, fordi himlen er overskyet, men vi glemmer dem, overser dem, mærker ikke dybt nok ned i kroppen.

At STDP er effektivt i forhold til specifikke psykiske lidelser har Allan Abbass påvist gennem flere effektstudier.

ISTDP bygger på psykoanalytisk teori og tilknytningsteori, men intensiverer den terapeutiske proces ved en særdeles aktiv terapeut. Psykodiagnostik og intervention foregår "moment to moment" og stiller store krav til terapeutens opmærksomhed og engagement. Med et samtidigt stærkt fokus på den følelsesmæssige relation mellem klient

opleve sig selv og andre realistisk og selv agere relevant i forhold til egne behov.

Jon Frederickson underviste i en af ISTDP's vigtigste discipliner: den løbende 'moment to moment'-psykodiagnose. Vi blev trænet i at vurdere hvert eneste udsagn (verbalt som non-verbalt), som klienten på videoen kom med. Som svar på terapeutens intervention kan klienten reagere med enten en følelse, med forsvar eller med angst. En følelsesmæssig reaktion lægger op til empati. Et forsvar i front lægger op til påpegning og tydeliggørelse af dets negative konsekvenser. Og en angstreaktion, hvis den er for høj, lægger op til nedregulering af denne.

Robert Neborsky brugte en dag på behandlingen af borderline personlighedsforstyrrelse. Her er ISTDP også brugbar, såfremt konfrontationen med forsvarerne nøje gradueres og angstniveauet konstant monitoreres og reguleres. Metoden er dog ikke for denne klientgruppe tidsmæssigt hurtigere end fx Marsha Linehan's DAT.

ISTDP kan tilpasses hele spektret fra den ressourcefulde neurotiker til de personlighedsforstyrrede over til dele af de psykiatriske lidelser. Samme grundlæggende metode, men nøje tilpasset hver enkelt klients her og nu-funktion, herunder evne til selvobservation angstniveau og forsvarsmekanismer.

Josette ten Have-de Labijes undervisning viste, hvor langt ISTDP er fra en manualiseret tilgang. Som mange vil kunne bekræfte, har hun sin egen meget originale facon. Hun slår, som en forhammer, ned på klientens forsvar, hvilket står i stærk kontrast til den dybe medfølelse, hun viser for klientens ægte følelser og sunde jeg. Hendes emne var her: *Turning Red Traffic Light into Green on the Road to the Unconscious*.

Det handlede især om interventioner til højnelse af klientens ego adaptive kapacitet, som henviser til: Evnen til at rumme følelser. Evnen til at erkende, hvad der udløser en konkret følelse. Evnen til at beskrive følelsens fysiske manifestation og give følelsen rette navn. Evnen til at erkende angst som konsekvens af følelsen. Evnen til at erkende forsvarsmekanismerne, deres omkostninger og at kunne vende sig mod dem. Evnen til at mærke hver følelses specifikke handlingsimpuls.

- - -

Deltagelse i såvel konference som summerschool giver os en begejstret bekræftelse af, at det trods tidspunkt, afstand og udgift, er værd at bruge ressourcer på sådanne internationale arrangementer. Næste STDP-konference finder sted tættere på Danmark, nemlig i England i 2012.

Bjarne Thannel og Vesla Birkbak  
specialister i psykoterapi og privatpraktiserende psykologer

og terapeut og et stadigt pres for at aktivere klientens sunde jeg mod superego-patologi og destruktive forsvar er det ikke en terapiform, der er let at mestre. Hvis man som kliniker foretrækker en tilbagelænet stil eller er til standardiseret og manualiseret psykoterapi, skal man gå uden om ISTDP.

## Og så på summerschool

Den tilhørende summerschool tilbød fordybelse og regulær undervisning i udvalgte aspekter af ISTDP ved fem af de fremmeste udøvere af metoden.

Særlig interessant var interviewet med David Malan om den psykodynamiske korttidsterapis udvikling. Han havde personlig kontakt med Anna Freud og Michael Balint og blev trænet i traditionel psykoanalyse, blandt andet med egenanalyse. På grund af utilfredsheden med behandlingsresultaterne især i arbejdet med de sværere personlighedsforstyrrelser og den langtidsbehandling, det krævede, søgte han videre og indledte et samarbejde med Habib Davanloo i Montreal. Deres samarbejde var så tæt, at David Malan faktisk skrev Davanloos "Unlocking the Unconscious". Malans formuleringer af Davanloos geniale og revolutionerende kliniske indsigter har hjulpet den efterfølgende generation af klinikere til at udvikle modificerede versioner af metoden, som Davanloo kalder ISTDP.

Den kendteste herhjemme er Patricia Coughlin. På summerschool gennemgik hun Davanloos centrale dynamiske sekvens, som er en beskrivelse af de kliniske trin, behandlingen ideelt set skal gennemløbe for at nå til en oplåsning af de ubevidste mekanismer, der organiserer klientens problemer (gentagelsestvangen). Vi taler ikke om symptombehandling, men om *personlighedsforandring*, hvor klienten får gjort op med sine selvdestruktive mekanismer og får kontakt med sine biologiske grundfølelser og derfor kan

