

# Et revitaliserende blikk på ISTDP



Fredrik Lian  
Lian & Fjell Psykologtjenester

På troverdig vis korrigerer *Innføring i intensiv psykodynamisk korttidsterapi* oppfatningen av metoden som omnipotent og rigid.

INNFØRING I  
INTENSIV PSYKODYNAMISK  
KORTTIDSTERAPI

# ISTDP



JON ANDERS LIED

 Universitetsforlaget

**BOK** *Innføring i intensiv psykodynamisk korttidsterapi – ISTDP*

**FORFATTER** Jon Anders Lied

**ÅR** 2023

**FORLAG** Universitetsforlaget

**SIDER** 368

ISTDP-litteraturen har hatt en tendens å etterlate leserne i et hav av komplekse faguttrykk og kompliserte fremstillinger. Disse verkene, selv om de er rike på kunnskap, har ofte et språk og en stil som kan virke avskrekkende og uoverkommelige for mange lesere, og er derfor lite egnet som en innføring i metoden. Resultatet kan bli at leseren opplever seg demotivert og overveldet, i stedet for engasjert og opplyst. *Innføring i ISTDP* markerer seg som en betydelig – og etterlengtet – motvekt til denne trenden. Foruten at den er skrevet på norsk, skiller boken seg ut ved å formidle dyp faglig innsikt på en måte som er både forståelig og tiltalende. Lied har valgt et mer tilgjengelig språk – og klarer på strategisk vis å åpne dørene til ISTDPs komplekse verden, uten å kompromittere faglig dybde og integritet.

Boken skiller seg ut ved å balansere teori med virkelighetsnære eksempler, som tillater leseren å forstå hvordan psykologen kan navigere i vanskelige forsvar, angst og følelser med sensitivitet og varme. Lied klarer å formidle viktigheten av fellesfaktorene og de kritiske mellommenneskelige kvalitetene som er uunnværlige for terapeutisk endring, slik at boken også blir et nyttig verktøy for enhver terapeut som søker å utvikle seg, uavhengig av deres valgte metodikk.



## Demystifiserende og troverdig

Det er vanskelig å ikke se denne boken som et tilsvar i den pågående «ISTDP-debatten». Lied nærmer seg i så måte denne debatten på en balansert måte, med både oppklaringer og selverkjennelser. Han tar både direkte og indirekte oppgjør med dogmatisme og omnipotens som metodikken har blitt kritisert for. Som et alternativ fremhever han verdien av en refleksiv og fleksibel terapeutisk praksis, hvor han retter spesielt mye fokus på varme og empati som kritiske komponenter i terapien. Gjennom transkripsjoner fra rørende pasienthistorier, formidler forfatteren betydningen av disse humane aspektene i ISTDP på en god måte.

Til tross for den kraftige betoningen på terapeutens varme og empati, kan det til tider virke som om boken er noe repetitiv på disse punktene, og som leser kan man stille spørsmål ved om hovedformålet er å rette opp metodens image gjennom å adressere kritikken, eller om innholdet primært er rettet mot å veilede og informere leseren direkte. Selv om repetisjonene til tider kan oppleves overflødig, er det kanskje nødvendig for å nyansere bildet av ISTDP som en fleksibel, empatisk og human terapiform.

*Innføring i intensiv psykodynamisk korttidsterapi* er et betydelig og forfriskende bidrag i ISTDP-litteraturen. Lied tilbyr en pedagogisk og språklig tilgjengelig fagbok, i tillegg til å demystifisere metoden. Selv om den er noe gjentakende, fungerer boken som en viktig ressurs for både erfarne ringrever så vel som uerfarne psykologer og studenter, og utfordrer fordommer og misforståelser omkring ISTDP på en svært troverdig måte.