

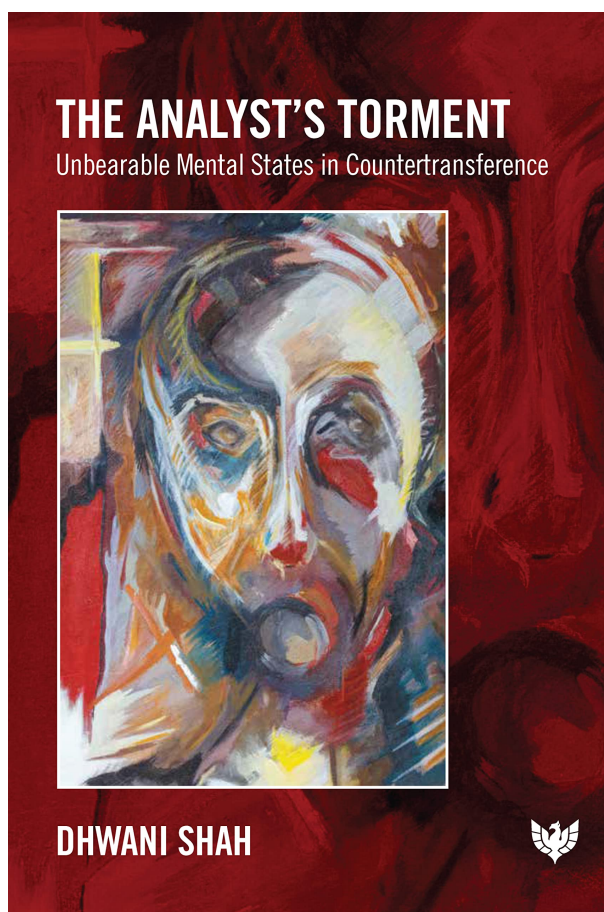
# Terapeutens smerte: motoverføringens lidelser og kvaler



Anne-Grethe Aase  
Privatpraksis

Psykoanalytiker Dhvani Shah utforsker temaer som rasisme, redsel og hjelpeløshet i motoverføringen, i en bok som minner oss på våre begrensninger som terapeuter.

Ingen oppgitte interessekonflikter



**BOK** *The Analyst's Torment. Unbearable Mental States in Countertransference*

**FORFATTER** Dhvani Shah

**ÅR** 2023

**FORLAG** Phoenix Publishing House

**SIDER** 212

I boken *The Analyst's Torment*, utgitt i 2023, undersøker den amerikanske legen og psykoanalytikeren Dhvani Shah ulike ubehagelige og tidvis uutholdelige aspekter ved det å drive psykoanalytisk

psykoterapi og psykoanalyse. Han konsentrerer seg i boken om analytikeren, terapeuten, og de psykiske tilstander terapeuten kan oppleve i løpet av sine forsøk på å hjelpe eller behandle andre mennesker. Som kjent pleier disse psykiske tilstandene hos terapeuten å omtales som motoverføringer i psykoanalytisk teori. Motoverføringer er både uunngåelige og ofte ubehagelige, men nødvendige for å forstå både oss selv som behandlere og det mennesket vi forsøker å hjelpe med våre psykologiske metoder.



## Krevende arbeid

Dhwani Shah gir med denne boken en innsiktsfull og meget reflektert fortelling om hva det innebærer å drive psykoanalytisk orientert behandling. Boken minner oss på våre begrensninger i arbeidet som psykoanalytikere eller psykoterapeuter. Det krever mye av oss å ta inn over oss andre menneskers lidelse, og vi vil i mange tilfeller komme til kort enten fordi vi skjønner for lite, har for mange vansker selv eller har en stil som ikke passer enhver pasient vi treffer. Samtidig er ikke boken en dom over oss som forsøker å arbeide med andre mennesker og deres lidelser, men heller en fortelling om oss selv som mennesker og hva dette innebærer når vi sitter i rollen som terapeuter.

## Arroganse

Boken er delt opp i kapitler der Shah undersøker og diskuterer en del tilstander vi som terapeuter kan oppleve, deriblant arroganse, rasisme, ulike typer redsel, dissosiasjon, skam, sjalusi og hjelpeløshet. Shah formidler temaene troverdig og klarer å gjøre kompliserte problemstillinger lettere tilgjengelig enn hva mange andre klarer. Jeg skal her kun nevne et par momenter fra noen av kapitlene. I første kapittel tar Shah for seg arroganse. Vanligvis er arroganse beskrevet som et av flere karakteristika hos narsissistiske pasienter, men her er det terapeutens arroganse som er i fokus. Vi kan for eksempel bli arrogante som terapeuter når vi undersøker pasienters problematikk mer for å få bekreftet våre egne antakelser enn å faktisk høre hva pasienten strever med. Vi kan bli arrogante når vi er tilfredse med oss selv og føler oss flinke som har kommet med de angivelig rette tolkningene eller kommentarene i timen. Det kan også være uttrykk for arroganse når vi føler at vi er en redning for den stakkars pasienten som søker tilflukt hos oss i vår viten. Shah gir mange eksempler, også fra egen praksis, noe som gir en opplevelse av å lese en ærlig beskrivelse av en psykoanalytikers streving etter innsikt i seg selv og den andre, pasienten, og ikke minst hva som foregår mellom de to partene. Han minner oss om hva det faktisk vil si å ha motoverføringsreaksjoner, og hva det innebærer å arbeide med dem.

## Rasisme

I flere av kapitlene konfronterer forfatteren oss med våre egne, ofte skjulte, holdninger og følelser og hvordan disse innvirker på behandlingsprosessen. Han beskriver for eksempel de rasistiske holdninger han som indisk-amerikansk analytiker kan bli utsatt for, ikke bare generelt i samfunnet, men fra pasienter. Underveis i psykoterapier kommer det plutselig frem hvordan pasienter kategoriserer ham ut fra sine rasistiske holdninger. Han beskriver videre hvordan han også oppdager sine egne rasistiske holdninger og følelser overfor enkelte pasienter. Han minner oss som terapeuter på at vi alle kan bære på skjult rasisme som vi dekker over med innbilning om å være tolerante. I tillegg kan våre teorier og begreper hindre oss i å erkjenne hvordan strukturer i samfunnet påvirker oss i terapirelasjonen. Han

viser i dette kapitlet nødvendigheten av bevisstgjøring og kunnskap for hva rasisme dreier seg om, og hvordan vi preges av våre ofte ureflekterte dommer også i terapeutisk arbeid.



## Redsel

I bokens tredje kapittel diskuterer Shah temaet redsel og her blir kanskje bokens undertittel om uutholdelige mentale tilstander mest relevant. Han definerer redsel eller skrekk i motoverføringen som noe vi opplever som vi ikke klarer å mentalisere eller forholde oss til, noe som overvelder oss. Han er særlig opptatt av arbeidet med kronisk suicidale pasienter og drøfter inngående hva som vekkes i oss av både fysiske og psykiske reaksjoner når pasienter konfronterer oss med suicidale trusler. Et eksempel han gir fra egen praksis er trusselen om selvmord fra en kronisk suicidal pasient fredag ettermiddag. Vi kan som terapeuter, slik Shah også har gjort, gjennomgå listen over sjekkpunkter for suicidalitetsrisiko, søke innleggelser, øke medisinerer etc. Spørsmålet er om dette er nok, om vi med disse sjekkpunktene faktisk tar innover oss hva det er vi erfarer. Pasienten kan likevel gjøre selvmordsforsøk i helgen eller begå selvmord selv om vi har notert i journalen at vi har gjort alt det formelle riktig. Shah viser oss hvor mye vi styres av våre egne redsler, ikke bare for at pasienten skal dø, men for straffefølgelse i ettertid, for vår egen skyldfølelse, det utålelige i å ha engasjert seg i et menneske som dør fra oss der vi står igjen hjelpeløse. Han beskriver vårt sinne i slike situasjoner, vårt behov for å kvitte oss med «slike pasienter». I tillegg til å handle, gjøre noe konkret, slik vi ofte også må, viser han oss hvordan vi kan gjenoppta vår evne til tenkning i slike situasjoner. Hans refleksjoner er nødvendige innspill for hvordan vi eventuelt skal kunne klare å arbeide med en slik problematikk.

## Hjelpeløshet

Jeg vil til slutt også trekke frem kapitlet om hjelpeløshet, der Shah beskriver en ikke uvanlig klinisk situasjon. Her hører vi om pasienter som i sorg, bitterhet og sinne klager over at livet ikke er slik det burde ha vært, og at det heller ikke kan bli bedre når det ikke ble slik det burde ha blitt. I den psykoanalytiske litteraturen er dette ofte referert til som negativ terapeutisk reaksjon. Det gir oss som terapeuter en opplevelse av å være sjakkmatt. Shah beskriver her at mange pasienter i en slik situasjon har et urealistisk håp om at det en gang tapte, det som skulle være godt, det skal gjenoppstå, og det er dette som ventes på mens alt annet forkastes. Terapeuten vil i mange slike tilfeller gi opp pasienten, ofte etter en periode med mange forsøk på progresjon der terapeuten blir handlingsorientert. Shah diskuterer med stor innlevelse hva som kan foregå mellom pasient og terapeut i slike situasjoner, og har forslag til hva vi best kan gjøre for å holde ut det uutholdelige og ikke minst forstå det.

Shah beskriver både håpløse, krevende og umulige situasjoner og tilstander man kan erfare som psykoterapeut eller psykoanalytiker, og har med boken gitt et meget godt bidrag til litteraturen om motoverføringsfenomener. Kanskje er det nettopp bokens styrke at han beskriver hvor lite mestrende vi kan være som terapeuter, hvor mye vi settes ut av spill, hvor hjelpeløse og desperate vi kan bli i møte med pasienter som formidler sine intense lidelser til oss. Det er skrevet mye om motoverføringsfenomener i den psykoanalytiske litteraturen, og det er mange bøker som kan anbefales om temaet, men jeg synes Shahs bok utmerker seg fordi han fremstår så ærlig når han beskriver sine egne vansker i arbeidet. Han forteller også realistisk om mange tilstander og situasjoner i psykoterapi som får oss som lesere til å reflektere mer over hva psykoterapeutisk arbeid kan være. Kort sagt inviterer han oss til å tenke videre.

Shah henviser til mange ulike forfattere innen det psykoanalytiske feltet. En av hans referanser som er særlig beskrivende for boken som helhet, er et sitat fra Stefano Bolognini (2004) bok om empati: «The analyst needs to have really worked through a deep mourning: mourning for the archaic omnipotent illusion that he can exert so much control over his own affects as to be able to decide what they have to be.»



## Referanse

Bolognini, Stefano (2004). *Psychoanalytic Empathy*. Free Association Press Books.