

Postmodernism och psykodynamisk terapi

Postmodernismen hade sin kulmen i slutet av förra seklet och utövade ett stort inflytande på en mängd områden, särskilt socialvetenskaperna. I denna artikel introducerar Sven Sjöqvist några postmoderna tankegångar, bland annat antiessentialismen, beskriver något om framväxten av begreppet postmodernism och anför några exempel där den influerat den psykodynamiska psykoterapin. Några sådana influenser är betoningen på hermeneutik, en uppluckring av självbegreppet och en beredvillighet för multipla perspektiv.

Modernism, postmodernism och postmodernitet och social konstruktionism

Modernism innebär förenklat en betoning på att via en ständig utveckling och vetenskapliga framsteg förbättra människans villkor, vilket alltsedan 1800-talet präglat Västerlandet. I sin förlängning har modernismen, i sin tur, rötter i 1600-talets upplysningstid. Postmodernism är, som namnet antyder, en slags motreaktion till detta utvecklingstänkande – samtidigt som man kan se postmodernismen som en del av modernismen. Eller ett slags självkritiskt betraktande. Det är som om modernismen tog en låg och noggrann blick på sig själv, i avsikt att ta itu med sina avarter.

Begreppet *postmodernismen* definierades under 1960-talet och kom till en början att prägla områden som konst, arkitektur, musik och litteratur. Det hade sin storhetstid under 1980- till 1990-talen, då även

samhällsvetenskaperna var starkt påverkade av den. Postmodernismen är dock inte någon enhetlig teori, utan ett konglomerat av olika teoretiska impulser som samlats under detta paraplybegrepp, såväl från tänkare som formulerat postmodernerna tankegångar innan begreppet definierades, som vidareutvecklingar av detta sätt att reflektera. Stundtals kan dessa hugskott vara sinsemellan oförenliga, vilket gör att det är svårt att fastställa några postmodernerna principer, samtidigt som just denna fragmenteringstendens är ett av postmodernismens kännetecken.

Många har också beskrivit att den tid vi nu lever i, med dess kommunikationsexplosion och datorernas allt ökade betydelse, skulle kunna betecknas med begreppet postmodernitet, med andra ord en omformulering och utvidgning av begreppet.

Begreppet *social konstruktionism* är också nära förknippat med detta tänkande och betonar, som namnet antyder, det sociala konstruerandet av gemensamma överenskommelser om verklighetens beskaffenhet. Vi observerar med andra ord inte en oförfalskad verklighet, utan den bestäms av hur vi har bestämt att den ska se ut.

Den sociala konstruktionismen är ursprungligen en idétradition med rötter inom sociologin, men har kommit att intressera många psykologer – och även haft stort inflytande på psykoterapiområdet.

Postmodernism och psykoanalys

Psykoanalysen, med dess betoning på de omedvetna krafternas influens på förnuftet, sågs tidigt som ett exempel på ett uttryck för postmodernt tänkande. Av många har därför Sigmund Freud framhållits som en tidig företrädare för postmodernerna tankegångar (Loewenthal & Snell, 2003).

Den tidiga psykoanalysen kämpade dock samtidigt med att vinna erkännande från vetenskapsområdet och dess positivistiska ideal (modernismen). Psykoanalysen blev därför samtidigt färgad av den modernism som postmodernismen var en reaktion emot. Exempel på mer modernistiskt färgade föreställningar, är "att göra det omedvetna medvetet". Det var alltså via förnuftet som den moderna människan skulle komma tillrätta med den irrationalitet som ställde till problem för henne. Något som alltså ställdes på ända via de senare postmodernerna reflektionerna.

Många av de tidiga postmodernerna tänkarna var positiva till psykoanalysen, exempelvis filosofen

Jean-François Lyotard, själva upphovsmannen till begreppet postmodernism, vilken i en artikel behandlade den postmodernerna självreflexionen i termer av begrepp lånade från Freuds "Remembering, repeating and working through" (referad i Elliot & Spezzano, 2000). Analytiker som Jacques Lacan har även varit en stor inspirationskälla till postmodernt tänkande.

Antiessentialism

Den kanske mest utmärkande tankegången inom postmodernismen är ett slags tvivel över verklighetens beskaffenhet eller möjligheterna av att få full kunskap om den. Detta tvivel fokuserar ofta på förhållanden eller omständigheter som vi tagit för givna eller talat om som om de vore självklarheter. Detta tvivel brukar betecknas antiessentialism.

Med antiessentialism avses med andra ord föreställningar om att det saknas en naturlig och grundläggande "mänsklig natur". Istället ses denna som historiskt formad och kulturellt bestämd. I dessa sammanhang ifrågasätts föreställningar om ett djupt ligande, ursprungligt "jag" eller en personlighet som är "inifrån kommande". Enligt det här synsättet bestäms personligheten mer av den påverkan som omger individen och som därmed formar den – något som naturligtvis inte psykoterapeuter är främmande för. Enligt antiessentialismen finns det inte någon, en gång för alla given universell sanning och är inte heller något som kan nås eller ens eftersträvas.

Det kanske kan låta som självklarheter för många, men föreställningar om hur vi ska tänka och bete oss mot varandra skiftar kontinuerligt över tid och det är omöjligt att ställa upp en gång för alla giltiga principer för exempelvis "en god barnuppfostran". De principer vi utgår från i vår tid, är kulturspecifika och utgår, för vår del, huvudsakligen från ett tidsbundet västerländskt perspektiv – som vi dessutom ofta är ovetande om och blinda för, men samtidigt *upplever* som "sanningar". För några hundra år sedan eller i en annan kultur, hade principerna varit helt annorlunda. Vissa skulle visserligen kunna hävda att det finns mängder med empiriskt stöd för våra uppfattningar, men mot detta kan invändas att de premisser som dessa undersökningar bygger på, redan riktat in sig på ett visst sätt att tolka vår verklighet och därmed delvis angett vad resultaten av undersökningarna ska visa. Våra frågor har redan bestämt vilka svar vi ska få.

Utifrån en antiessentialistisk uppfattning är det

svårt att föreställa sig att meningsinnebörder är oberoende av det mänskliga medvetandet. Dessa är istället alltid intentionella och grundade i medvetandet, samtidigt som de har en social dimension och därmed ett slags gemensamma metaöverenskommelser. Det går med andra ord inte att föreställa sig en "ren oförfalskad verklighet", oberoende av människan. Detta relativistiska synsätt innebär dock samtidigt att det som är historiskt bestämt och socialt determinerat också kan förändras.

Inom postmodernismen brukar man också framhålla att vi saknar överenskommelser mellan språk och det språket betecknar. Ordens koppling till det de betecknar är tillfälliga – och språkliga utsagor hänvisar enbart till andra språkliga utsagor. Inte till verkligheten. Att ordet "bord" betecknar just "bord" är annorlunda uttryckt slumpmässigt och inte kopplat till "bordets natur", utan skulle kunnat heta något helt annat. Utifrån denna föreställning menar man att språket inte bara förmedlar information, utan också konstruerar det som kommuniceras. Eftersom vi inte kan kliva utanför språket kan vi inte heller ha någon "objektiv kunskap". Vi är som, filosofen Ludwig Wittgenstein (1953) framhöll, fångade i ett "språkspel".

Psykodynamisk psykoterapi som systemteori

Den systemiska familjeterapins betoning på ett mer omvärldsdefinierat system ligger nära begrepp inom den sociala konstruktionismen och är kanske den psykoterapitradition som mest genomgående integrerat de postmoderna influenserna. Detta kommer särskilt tydligt till uttryck i en nyligen utgiven bok om psykoterapi och postmodernism *Discursive perspectives in therapeutic practice* (Lock & Strong, 2012).

Många familjeterapeuter har dock influerats av ett i grunden psykodynamiskt tänkande. Familjeterapeuten Magnus Ringborg (2012) menar exempelvis att den nutida språkssystemiska terapin liknar den tidiga psykodynamiska psykoterapin och att många familjeterapeuter återvänder till ett mer intuitivt psykoanalytiskt förhållningssätt.

Inom den systemiska familjeterapin har man också sökt dekonstruera (omkonstruera) den psykodynamiska bionska ovissheten i form av begrepp som "not-knowing position" (Andersson & Goolishian, 1992). Man försöker efterlikna den psykodynamiska "bortomverbala" mötesplatsen, där det inte handlar om att rationellt "förstå" utan snarare om att intuitivt och affektivt "dela" erfarenheter. Det handlar, enligt det här sättet att se det, inte så mycket om att hitta rationella modeller som beskriver vad som händer, utan mer om att förutsättningslöst försöka mötas i nuet och tillsammans lösa de problem som presenteras – eller som framträder i den dialog som utspelar sig mellan psykoterapeut och patient.

Hermeneutik, emergens och kvantifieringskritik

När postmodernismen diskuterades som intensivast utkom ett flertal arbeten som försökte integrera ett postmodernt tänkande med ett psykodynamiskt. De kanske mest kända samlingsvolymerna i sammanhanget är Elliott & Spezzanos (2000) *Psychoanalysis at its limits: Navigating the postmodern turn* och Fairfield, Layton och Stacks (2002) *Bringing the plague: Toward a postmodern psychoanalysis*.

För dessa författare föreföll det inte särskilt lätt att tillämpa de postmoderna idéströmningarna på psykodynamisk teori, eftersom ett strikt tillämpande av den postmoderna kritiken riskerade att det psykodynamiska teoribygget föll samman. Istället försökte man betona vissa aspekter inom psykodynamiken, vilka var förenliga med detta synsätt. Man försökte förenklat "navigera" på den postmoderna vägen.

I det följande ska jag kort omnämna tre postmoderna impulser: 1) en ökad betoning på hermeneutik, 2) kritik av snäv kvantifieringsempiri, och 3) en ökad beredvillighet för ett multipelt perspektivtagande.

Den kanske mest högljudda företrädarna för det hermeneutiska synsättet, den relationella psykoanalytikern Donnel Stern, framhöll att den hermeneutiska processen handlar om emergens; ett begrepp som förenklat innebär det gemensamma samkonstruerandet av den berättelse som växer fram i samspelet mellan en unik patient och hans psykoterapeut. Denna samkonstruktion är inte något som kan göras till föremål för en metod, utan Stern framhåller att varje psykoterapiprocess är unik. Det handlar inte så mycket om att avtäckta en dold sanning, utan att i en dialog med en medmänniska konstruera en berättelse (Stern, 2002). I denna process är symtomlindringen inte fokus för det psykoterapeutiska behandlingsarbetet, utan det är snarare att betrakta som en välkommen biprodukt av psykoterapin. Som Donnel Stern (2013, s 105) uttrycker det, handlar det hermeneutiska psykodynamiska arbetet om nyfikenhet, expansion av självet och intern och relationell frihet: "I think of psychoanalytic



Illustration: José Luis Liard

work as the investigation, deconstruction, and creation of meaning”.

I den tidigare nämnda boken *Bringing the plague* framhålls psykoanalytikern Irwin Hoffman som en postmodern terapeut och hans bidrag, är bokens huvudbidrag. I boken för han fram vikten av att formulera en postmodern omtolkning av psykoanalysen under namnet dialektisk konstruktivism, något som låg nära men inte var detsamma som den, numera allmänt bekanta, relationella vändningen av psykoanalysen.

Hoffman har i en rad artiklar vidareutvecklat sin syn och tycks i vissa kretsar ha uppfattats som lite av en *enfant terrible*. Det kan därför vara av betydelse att omnämna den debatt i ledande psykoanalytiska tidskrifter som Hoffman nyligen initierade genom att

kategoriskt kritisera och ifrågasätta strikt kvantitativ empiri, vilken han menar är skadlig "...both to the development of our understanding of the analytical process itself and to the quality of our clinical work --- granting them superordinative status relative to other sources of knowledge, including case studies, is unjustified and potentially destructive" (Hoffman, 2009, s 1044). Hoffman menar att betoningen på kvantifiering inom psykoterapiforskningen, både är epistemologiskt bristfällig och att den riskerar att legitimera en preskriptiv auktoritär objektivism.

Hoffman menar vidare att det är ett feltänkande att tro att man kan neutralisera psykoterapeutens påverkan på patienten, vilket kvantitativ psykoterapiforskning försöker göra, eftersom just denna påverkan är en väsentlig del av psykoterapin, särskilt när

man betänker att "... the aim of the analytic process to include the patient and the analyst collaboratively working out some sense of what the 'good life' would be for the patient, rather than reducing its purpose to the mere amelioration of suffering." (Hoffman, 2009, s 1053). Meningen med terapin är inte att lindra symptom utan, enligt Hoffman, helt enkelt det emergenta relationella meningsskapandet.

När det gäller kritiken mot den kvantitativa empirin har Hoffmans skriftställning inte fått stå oemotsagd (se exempelvis Fonagy, 2013; Saffran, 2012). Än är alltså inte sista ordet sagt om vilken vetenskapssyn som ska råda inom den psykodynamiska psykoterapin.

Elliot & Spezzano framhåller i sin bok att målsättningarna inom den sentida psykodynamiska psykoterapin har förskjutits mot en betoning till kreativitet, lust, spontanitet, passion, rikare affektliv och expansion av frihetsupplevelsen: "Postmodernism underscores the importance of passion and the affects, subjective resources necessary for rethinking the subject ... in psychoanalysis." (Elliot & Spezzano, 2000, s 9) Inom den postmoderna sensibiliteten finns en ökad lyhördhet för den unika patientens önskemål. Målsättningar som kanske kan handla om att vidga kontakten med en kreativ urkälla, om att kunna skapa och kunna uppleva intensiv passion i nuet.

Multipla perspektiv

Utmärkande för de postmoderna tankegångarna är en reflexivitet i termer av multipla perspektiv, fragmenterade subjektbilder, ambivalens och ovisshet. I psykodynamiska sammanhang innebär det att föreställningarna och målsättningarna om ett "stabilt själv" eller en "koherent jagupplevelse" inte har samma betydelse som exempelvis när objektrelationsteorierna dominerade.

Andra vanliga föreställningar om självet inom postmodernismen, är att se det som transparent, multipelt eller "överdräkt" (Gergen, 1991). Inom detta tänkande undviker man dessutom begrepp som "själv", och talar istället om "subjektivitet" (Fairfield, 2002). I postmoderna sammanhang pratar man om flexibla fragmenterade erfarenheter och att subjektiviteten växlar med kontexten. Inom den postmoderna tolkningen av psykodynamisk psykoterapi finns det inte någon poäng med att sträva efter ett "stabilt själv" eller "stabil självupplevelse", eftersom ett sådant begrepp skulle implicera att man skulle kunna ställa

sig vid sidan om den sociala omvärld, som självet samtidigt är en oundgänglig del av. Upplevelsen ses istället som en helhet där både den personliga subjektiva upplevelsen som det sociala omgivande fältet ingår.

Många postmoderna psykoanalytiker talar om vikten av att ständigt vara medveten om perspektivvalet och att det alltid finns multipla perspektiv. Det finns inte ett sant perspektiv, utan många; det är bara flera utgångspunkter och plattformar som ständigt rör sig i det sociala rummet (Fairfield, 2002). Men som i affärssammanhang, är det alltid patienten som äger tolkningsföreträde.

Mot en postmodern psykodynamisk psykoterapi

Som framgår är många av tankegångarna inom postmodernismen bekanta för en psykodynamisk psykoterapeut, exempelvis betoningen på det genuina mellanmänniska "mötet", att stå ut med ovisshet och ambivalens och att inte förlita sig på pseudorationell empiri utan att istället låta det emergenta samkonstruerandet vara i centrum.

Det som kan oroa en psykodynamiker är den antiessentiella kritiken av språkliga kategorier som "självet", "det omedvetna" och "autenticitet", liksom kritiken mot begrepp som "motöverföring", vilket livligt diskuterats inom postmodernismen (Fairfield, Layton & Stack, 2002)

Förenklat skulle man kunna säga att den psykoanalytiskt orienterade psykoterapeuten kan fortsätta att använda de instrument som hen alltid använt. Den psykodynamiska psykoterapeuten har nämligen ofta, redan tränat sig i att utan förföreställningar, vara öppen för det närvarande nuet och på bionskt vis vara utan såväl minne, begär som förväntningar. För den psykodynamiska psykoterapeuten formar sig den psykoterapeutiska processen till ett möte som inte handlar om anpassning, symtomlindring eller om att läka självet, utan om att vara lyhörd för patientens önskningsar – även om detta bara handlar om just denna *enda* session eller om tusen. Det är inte formen som är det viktiga utan den emergens som uppträder mellan patient och psykoterapeut, och som inte kan göras till föremål för en metod. Just denna frihet gör att den postmoderna psykodynamiska psykoterapeuten kan röra sig mot nya områden av mänskligt relaterande och kreativ narrativitet, utan att oroas av modernistiska effektivitetskrav eller en marknadsmissig anpassningsbarhet, vilka riskerar undergräva

just det som är syftet med psykodynamisk psykoterapi. Nämligen detta att bli människa och förstå sig själv, sin sociala omgivning och den diskursiva mattna som såväl hen som psykoterapeuten är vävd av. En process som aldrig avslutas. □

Referenser

- Anderson, H. & Goolishian, H. (1992) The client is the expert: A not-knowing approach to therapy. I McNames & Gergen K. J. (1992). *Therapy as Social construction* SAGE publications.
- Elliot, A. & Spezzano, C. (red.)(2000) *Psychoanalysis at its limits: Navigating the postmodern turn*. New York: Free Association Books.
- Fairfield, S. (2002) Analyzing multiplicity: A postmodern perspective on some current psychoanalytic theories of subjectivity. I Fairfield, Layton & Stack, 2002, 69-102.
- Fairfield, S., Layton, L. & Stack, C. (red.)(2002) *Bringing the plague: Toward a postmodern psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fonagy, P. (2013) There is room for even more doublethink: The perilous status of psychoanalytic research. *Psychoanalytic Dialogues*, 23, 116-122.
- Gergen, K.J. (1991) *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. New York: Basic Books.
- Hoffman, I.Z. (2009) Doublethinking our way to "scientific" legitimacy: The desiccation of human experience. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 57, 1043-1069.
- Lock, A. & Strong, T. (2012) *Discursive perspectives in therapeutic practice*. Oxford: Oxford University Press.
- Loewenthal, D. & Snell, R. (2003) *Post-modernism for psychotherapists: A critical reader*. New York: Brunner-Routledge.
- Ringborg, M. (2012) Några noter till familjeterapins tidiga historia i Sverige. *Svensk familjeterapi*, nr. 4, s 18-23.
- Safran, J. (2012) Doublethinking or dialectical thinking: A critical appreciation of Hoffman's "doublethinking" critique. *Psychoanalytic Dialogues*, 22, 710-720.
- Stern, D. (2002) What you know first: Construction and deconstruction in relational psychoanalysis. I Fairfield, Layton & Stack, 2002, s 167-194.
- Stern, D. (2013) Psychotherapy is an emergent process: In favor of acknowledging hermeneutics and against the privileging of systematic empirical research. *Psychoanalytic Dialogues*, 23, 102-115.
- Wittgenstein, L. (1953) *Filosofiska undersökningar*. Stockholm: Thales, 1992.

Längre versioner av den publicerade artikeln finns på: postmodern-psykoterapi.blogspot.se



SVEN SJÖQVIST är psykolog och psykoterapeut. Han arbetar på vårdcentralen i Södra Sandby och är med i Psykoterapis redaktion.