

At bevæge sig mellem flere terapeutiske  
retninger – en udfordring af egne og  
andres grænser

Randi Luggin

Psykoterapeutisk afsnit

Psykiatrisk center Amager

# Disposition

- Hvor står ”kampen” mellem dynamisk og kognitiv terapi i dag?
- Hvordan kombinere dynamisk og kognitiv terapi og teori i praksis?
- Hvordan er det at være behandler i dette felt?
- Mentalisering som forbindelsesled

# Kampen mellem to paradigmer

- Tese – antitese – syntese på vej?
- De tidlige år med kognitiv terapi præget af stærk polarisering og mange fordomme fra begge sider
- Efterhånden tiltagende interesse for tilnærmelse og blandingsformer

# Udviklingen i psykoterapiuddannelse i Danmark

- Psykodynamisk terapi enerådende i mange år
- Tiltagende polarisering og frustration hos de kognitive
- Ny betænkning – ligestilling mellem retningerne
- Næste skridt – integration?

# Psykoteraapeutisk afsnit – en smeltedigel

- Etableret 2001
- Opgaver:
- Specialiseret behandling af patienter med ikke-psykotisk lidelse der har behov for et tværfagligt tilbud der ikke kan ydes i primærsektoren
- Integration af kognitiv og dynamisk terapi
- Dagafsnit og ambulatorium med fælles personale

# Målgruppe for dagafsnittet

- Svære personlighedsforstyrrelser, oftest kombinert med angst, OCD, depression og/eller spiseforstyrrelse samt sociale problemer

# Behandlingstilbud i dagafsnittet

- Terapigrupper (dynamisk + kognitiv)
- Storgruppe
- Undervisning
- Social handlegruppe
- Bevægelse og afspænding (BAT)
- Forældregruppe
- Miljøterapi

# Psykoterapeutisk Dagafsnit

|               |                                |                          |                                |
|---------------|--------------------------------|--------------------------|--------------------------------|
| Forvisitation | Dagafsnit                      |                          | Ambulant efter-<br>behandling  |
|               | Selvværds-gruppe               | Dynamisk<br>gruppeterapi | Dynamisk gruppe<br>terapi      |
|               |                                | Miljøterapi              | Selvværds gruppe               |
|               | Færdigheds-<br>trænings gruppe | Storgruppe               | Færdigheds-<br>trænings gruppe |
|               |                                | Valgfrit                 | Afslutning                     |

# Særlige betingelser

- Sameksistens mellom kognitiv og dynamisk terapi
- Alle ansatte har mere end én rolle – gruppeterapeut, underviser, kontaktperson, miljøterapeut, supervisor, professionel rolle
- Alle ansatte har oppgaver i både dagafsnittet og ambulatoriet

# Teoretiske referencerammer

- Gruppeanalyse
- Mentaliseringsbaseret terapi
- Kognitiv terapi
- Dialektisk adfærdsterapi

# Hvorfor kombination af kognitiv og dynamisk terapi?

- Patienter er forskellige – og har forskellige behov
- Tit behov for mere end én tilgang til problemerne
- Patienterne er bedre til at tilpasse sig end vi tror

# Hvor støder den dynamiske og den kognitive tankegang sammen?

- Den undersøgende og tolkende kultur vs. den manualiserede og strukturerede kultur
- Accept af vrede og frustration som nødvendigt og interessant fænomen? (viste sig i starten som forskelle i holdning til storgruppen)
- Forskellige holdninger til overføring og modoverføring

# Udvikling gennem enhedens snart ti års eksistens

- Større viden hos hele personalegruppen om både kognitiv og dynamisk terapi og teori
- Gradvis udvikling af et fælles sprog – og interesse for at se positive elementer i begge referencerammer
- Større tryghed og villighed til både at eksponere sig og eksperimentere med andre behandlingsformer

# Overvejelser

- Fælles sprog – nysprog? – kan det forstås af andre?
- Er vi i stand til at bevare stringensen i de forskellige referencerammer?
- Er vi tilstrækkelig bevidste om hvornår vi gør hvad – og med hvilket formål?
- Behandles de to referencerammer som ligeværdige?

# Psykoteraapeutisk afsnit som eksperimentarium for hele psykiatrisk afdeling

Hypotese: enheden er (ubevidst?) blevet udpeget som eksperimentarium for konfliktområder i hele organisationen:

- Sammentænkning af – og sameksistens mellem – kognitiv og dynamisk terapi
- Ændring af kontaktpersonrollen og opblødning af faggrænser
- Psykoterapiens rolle i forhold til biologien

# Mentalisering – et bindeled mellem dynamisk og kognitiv terapi?

- Den mentale proces hvormed et individ tolker egne og andres handlinger som meningsfulde på basis af målrettede mentale tilstande som personlige ønsker, behov, følelser og antagelser
- Lokaliseret præfrontalt
- Vanskelig for de fleste personlighedsforstyrrede patienter – især under interpersonel stress

# Svære personlighedsforstyrrelser

- Utryg eller desorganisert tilknytning
- Psykologiske traumer i barndommen  
hæmmer mentalisering og medfører forhøjet arousal
- Problemer med impulsivitet, følelsesregulering, nære relationer og identitetsdannelse

# Betydning for psykoterapi

- Eksplorative metoder risikerer at dysregulere patientens affekt
- Patientens mentaliseringsevne kan svinge under den enkelte session, og må derfor konstant monitoreres

# Terapeutholdning i MBT

- Undersøgende
- Ikke-vidende
- Fælles opmærksomhed på patientens mentale tilstand
- Aktiv udspørgen
- Erkende egne fejl