
Alt er sagt før

KORRESPONDANSER

PER VOLLSET

I Tidsskriftet nr. 18/2000, gir Audun Irgens en oversikt over eksponeringsbehandling ved ulike angstlidelser (1). Et av de store problem i psykiatrien er at det stadig kommer nye begrep og diagnoser. Jeg vil tro at det skaper problemer for flere enn meg.

Er ikke dette ofte nye navn på gammel kunnskap? Tankene går til Wiener-psykiateren som i sin tid hadde Sigmund Freuds lærestol, Victor Frankl. Frankl gjorde rede for bakgrunnen for sin terapi i et par bøker som også kom på norsk i 1960-årene (2, 3). Frankl tar utgangspunkt i foregripende (antisipatorisk) frykt. Typisk for denne er at frykten fremkaller akkurat det pasienten er redd for, f.eks. å rødme. Frankl nytter selv uttrykket «frykten er utfallets mor».

Ironisk nok, sier Frankl videre, er det at angst/frykt fremkaller det pasienten er redd for. Frankl kaller dette overdrevne ønsket «hyperintensjon». Frykten fremkaller det man er redd for og hyperintensjon umuliggjør det man ønsker. Det er grunnlaget for logoterapiens navn: «paradoksal intensjon». Frankl rådet derfor pasienten til å vise hvor mye han kan rødme, svette osv. Frankl nevner at det overdrevne ønsket særlig kan fremkalles ved seksualnevroses impotens eller frigiditet (2). Andre tilstander som nevnes er skrivevansker, stamming og innsovningsvansker.

Frankl forsøkte å fremkalle en endring, en omsnuing av pasientens ønske – en omvendelse. Han brukte selv ordene om å bryte en ond sirkel, fordi «symptomet svinner hen og dør til slutt av mangel på næring».

Også fremstående norske psykiatere var opptatt av hans erfaringer som sjelelege, filosof og overlevende fra konsentrasjonsleirer. Så vidt jeg vet var særlig Tollak B. Sirnes interessert (4). Ellers kan nevnes Gøran Hadrups bok om Frankl (5).

Mange kan ha godt av å bli minnet på at selv Goethe mente «at alt er sagt før», men da hadde det ikke blitt så mange artikler eller leserinnlegg!

LITTERATUR

1. Irgens A. Eksponeringsbehandling for ulike angstlidelser i en psykiatrisk avdeling Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 2118 – 21.
2. Frankl VE. Livet har mening. Oslo: Johan Grundt Tanum, 1965.
3. Frankl VE. Kjempende livstro. Oslo: Gyldendal, 1966.
4. Frankl VE, Førland E, Sirnes TB. Det frigjorte sinn. Oslo: Olaf Norlis Forlag, 1979.
5. Hadrup G. Victor Frankl. Oslo: Dreyer, 1979.

Publisert: 10. oktober 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. februar 2026.