

Når er overføringstolkninger nyttige?

Mennesker som har problematiske mellommenneskelige relasjoner, har mest nytte av psykoterapi med overføringstolkninger. Det viser en ny norsk studie.

Overføringstolkninger i psykodynamisk psykoterapi er tolkninger som eksplisitt analyserer forholdet til terapeuten i lys av problematiske forhold i pasientens liv. Slike tolkninger er en sentral ingrediens i dynamisk psykoterapi, men bruken av dem har vært omdiskutert helt siden Sigmund Freud publiserte den første kliniske beskrivelsen av overføringsfenomener i 1905.

Nå har norske forskere publisert den første eksperimentelle studien av slike tolkninger. 100 pasienter ble randomisert til ett års dynamisk innsiktsterapi med og uten overføringstolkninger (1). Forskerne kontrollerte eksperimentelt bruken av tolkninger. De to formene for psykoterapi var gjennomsnittlig like effektive, men et overraskende funn var at den halvparten av pasientene som hadde et langvarig mønster av problematiske mellommenneskelige relasjoner, hadde mest nytte av terapi med overføringstolkninger.

– Studien slår hull på myten om at psykoanalytisk orientert innsiktspsykoterapi bare hjelper ressurssterke pasienter. Tvert imot, de som trenger det mest, profitterer mest. Resultatene viser også at forskjellige former for psykoterapi gjennomsnittlig kan ha like god effekt, men at spesifikke teknikker virker ulikt på undergrupper av pasienter, sier professor Per A. Høglend ved Institutt for psykiatri, Seksjon Vinderen, Universitetet i Oslo. Studien ble kåret til en av de ti viktigste studiene publisert i *American Journal of Psychiatry* i 2006 (2).

– Ettersom pasientene hadde ulike lidelser, som depresjon, angst og personlighetsforstyrrelser, kan vi ikke si noe presist om effekten på homogene diagnostiske grupper. Dessuten kan eksperimentell kontroll av en bestemt psykoteraeutisk teknikk gi andre resultater enn vanlig klinisk



Per A. Høglend, studiens førsteforfatter. Foto Stein H. Olsen

praksis, der terapeuten forsøker å tilpasse sin teknikk til den enkelte pasient. Slik kontroll er imidlertid den eneste kjente metoden for å studere kausale fenomener, sier Høglend.

Erlend Hem
erlend.hem@medisin.uio.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. Høglend P, Amlo S, Marble A et al. Analysis of the patient-therapist relationship in dynamic psychotherapy: an experimental study of transference interpretations. *Am J Psychiatry* 2006; 163: 1739–46.
2. 2006 in review. *Am J Psychiatry* 2006; 163: 2037–40.

tions). Pasientene som inngår i studien er fulgt opp i en treårsperiode etter avsluttet terapi. Dette gir mulighet til å studere langtidseffekter av overføringstolkninger, og ev. mekanismer for slike effekter. 3 500 terapitimer er tatt opp på lydbånd, og utgjør et unikt arkiv for prosessstudier.



www.tidsskriftet.no/norskforskning

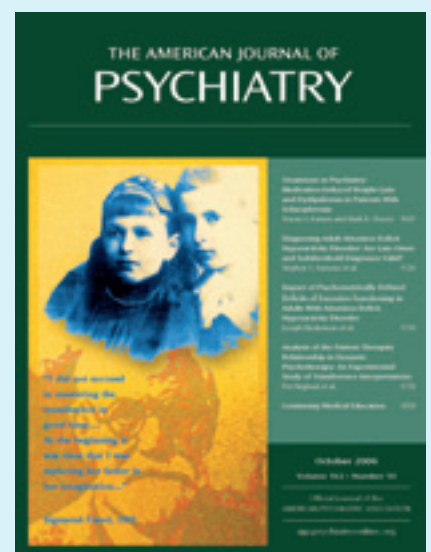
Ordforklaringer

Overføring er et uttrykk lansert av Sigmund Freud for å betegne det forhold i psykoterapi at pasienten overfører følelser som tidligere gjaldt f.eks. foreldre eller andre viktige personer, på terapeuten. Det kan da oppstå en sterk emosjonell tilknytning til terapeuten. I dagens psykodynamiske terapi er **motoverføring**, de følelser som vekkes hos terapeuten i møtet med pasienten, en viktig kilde til forståelse av pasientens problemer, særlig de som oppstår i nære relasjoner (1).

Dynamisk psykoterapi er en sentral terapimetode innen psykoterapi, hvorav psykoanalysen er den mest kjente og gjennomgripende. I dag praktiseres ofte korttids psykodynamisk terapi. Den psykodynamiske forståelsesmodellen bygger på tre grunnprinsipper: *psykisk determinisme*, dvs. at psykiske symptomer og drømmer har mening, og at de årsaksmessig har tilknytning til andre psykologiske fenomener, *det dynamisk ubevisste*, dvs. at ubevisst, fortrent psykisk materiale i stor grad påvirker hvordan en person tenker, føler og handler i nåtid, og *reaktivering av tidligere konflikter* (2).

Litteratur

1. www.sn1.no/article.html?id=708181 (17.1.2007).
2. www.sn1.no/article.html?id=725700 (17.1.2007).



Artikkelen er publisert i oktoberutgaven 2006 av *American Journal of Psychiatry* (<http://ajp.psychiatryonline.org>), som er et av verdens høyest rangerte tidsskrifter innen psykiatri. Gjengitt med tillatelse fra *The American Journal of Psychiatry*, © 2006. American Psychiatric Association

Viktig psykoterapiforskning

Norge er verdensledende innen studier av dynamisk psykoterapi.

Forskning på dynamisk psykoterapi har en lang tradisjon ved Institutt for psykiatri, Seksjon Vinderen. For tiden arbeider to doktorgradsstipendiater, Paul Johansson og Randi Ulberg i forskergruppen, som består av ti personer og ledes av Per A. Høglend.

I de nærmeste årene ventes en rekke nye artikler fra FEST-studien (First Experimental Study of Transference interpreta-