

# Psykokoterapins ställning i dagens psykiatri



**Jan-Otto Ottosson**

Jan-Otto Ottosson är professor i psykiatri vid Umeå universitet samt ordförande i Svenska psykiatriska föreningen.

De senaste femton åren har inneburit en enorm utveckling av farmakoterapi inom psykiatin. Få torde vilja förneka betydelsen av denna utveckling för psykiatin som vetenskap och medicinsk specialitet och för en ändrad sjukvårdsorganisation och ett nytänkande i inställningen till psykiska sjukdomar och psykisk sjukvård. Konsekvenserna av farmakoterapiens utveckling torde punktvis kunna sammanfattas sålunda.

1. Accentförskjutning från slutet till öppen vård.
2. Möjlighet för den icke psykiatriska specialisten att ge en psykiatrisk behandling.
3. Ett ökat förtroende hos allmänheten för psykiatin.
4. Ett närmande mellan psykiatin och övriga kliniska discipliner.
5. Ett närmande av psykiatin till de biologiska grundvetenskaperna.

Även om farmakoterapi och annan somatisk

behandling är tillräcklig i en del fall och även om vi har rätt att vänta oss ytterligare framsteg på psykofarmakologins område, står det klart att sådan behandling ej kan tillgodose det totala psykiatriska behandlingsbehovet. I många fall framstår enbart farmakoterapi som helt otillräckligt. Inverkan på sjukdomssymptomen är ringa eller ingen alls, eventuellt kortvarig och förenad med bieffekter, och patientens symptom är så intimt sammanknippade med hans livssituation och konfliktupplevande att psykototerapi framstår som den rimliga behandlingen. I andra fall, t. ex. vid behandling av schizofrena psykoser kan farmakoterapi ge sådan förbättring att en fortsatt psykototerapi blir möjlig; utan en sådan fortsättning framstår resultatet som en halvmesyr. Det får betraktas som osannolikt att vi någonsin skall kunna undvara psykototerapi. Utvecklingen på farmakoterapiens område har snarast skärpt behovet av att finna korrekta indikationsställningar och en härtill avpassad målsättning och metodik för psykototerapi. Ehuru intresset för och inställningen till psykototerapi växlar bland psykiatriker har psykototerapi av hävd ansetts tillhöra psykiatris tera-

---

Inledningsanförande vid Svenska psykiatriska föreningens psykototerapimöte i Katrineholm hösten 1968.

peutiska arsenal. Det har t.o.m. sagts att utan psykoterapi kan psykiatrin ej göra särskilt starka anspråk på att vara en specialitet skild från medicin och neurologi.

Samtidigt med farmakoterapi har under senare år en utveckling ägt rum även på psykoterapins område. Det har föreslagits olika modifikationer av terapiformer grundade på den psykoanalytiska teorin, explorativa såväl som stödjande former. Det har framförts en rad nya terapiformer med samlingsnamnet beteendeterapi som tar avstånd från den psykoanalytiska teorin och i stället bygger på inlärningsteori. Vi har märkt ett ökat intresse för avslappningsbehandling och hypnos. Gruppens dynamik har fått ökad uppmärksamhet där viktiga impulser kommit från sociologin och personalutbildningen i näringslivet. Nyare redovisningar av psykoterapeutiska försök har i ökande omfattning uppfyllt strikta vetenskapliga krav på kontroll, databehandling och tolkning och har härigenom bidragit till undanröjande av ett väsentligt hinder för psykoterapins erkännande i den akademiska psykiatrin.

Samtidigt och säkerligen sammanhängande med terapiformernas utveckling sker en kontinuerlig förändring av patientstrukturen och medicinens verksamhetsområde. Patienter med klara, väldefinierade sjukdomar förefaller bli mindre vanliga än tidigare. Antalet människor ökar som efter sedvanlig somatisk utredning och behandling fortfarande har besvär och söker hjälp. Läkaren upplever den gängse biologiska referensramen i stigande utsträckning som otillräcklig. Behovet av att se sina patienter inte bara som organismer utan som personer och samhällsvarelser ökar och det gäller såväl när det gäller förståelsen av störningarnas orsak som deras behandling. Bland unga medicinare förefaller de s. k. besvärliga patienterna att alltmer vara en utmaning till ytterligare penetration och inte bara ge olustkänslor som resulterar i ett bryskt avfärdande. Den ökande satsningen på preventiva åtgärder och rehabilitering leder till ett större beaktande av psykologiska och sociala faktorer.

Liksom farmakoterapi närmat psykiatrin till

övriga medicinska discipliner, har psykoterapien fört läkaren närmare andra yrkesgrupper, främst socionomer och psykologer som skaffat sig en stor fond av erfarenhet i rådgivningsverksamhet, klientarbete och psykoterapi. Ökade förutsättningar har uppstått för ett samarbete med patienten i centrum och ett utbyte av erfarenheter och lärdomar. Härvid aktualiseras också behovet att avgränsa varandras kompetensområden för att ej göra onödigt dubbelarbete.

Analogt med farmakoterapi har man också utifrån den psykoterapeutiska behandlingssituationen fått ökade kunskaper i grundvetenskaper, framför allt rörande basala psykiska, psykosomatiska och psykosociala mekanismer. Detta gäller såväl om man arbetar med analytisk teori som med inlärningsteori. Slutligen vill psykoterapien, liksom farmakoterapien, gå utanför specialistkretsen med dess kliniker, institut och rådgivningsbyråer och åtminstone i någon form bli en medveten, strukturerad och målinriktad verksamhet för alla som är engagerade i människovård. Det är angeläget att påpeka att det här rör sig om annat än bara en attityd av förståelse, mjukhet och vänlighet, hur viktigt detta än är, utan att det gäller en verksamhet med en terapeutisk målsättning, väl definierad metodik och kritisk prövning av resultaten.

Liksom vi måste uppfatta termerna psykiskt och somatiskt som uttryck för olika sätt att undersöka och beskriva en enhetlig organisms yttringar, så vill vi uppfatta somatoterapi och psykoterapi som varandra inte uteslutande sätt att påverka denna organism. Den enorma uppslutningen vid detta möte ser jag som uttryck för ett behov hos oss, psykiatrer, psykologer och socionomer att lära mer om psykoterapi. Jag vill också tro att den fastare biologiska grund psykiatrin förvärvat under senare år ger förutsättningar för en realistiskt driven psykoterapi.

Målsättningen för programmet är att genom en exposé av tillgängliga aktiviteter i Sverige belysa indikationer, målsättning och metodik för individualpsykoterapi. Gruppsykoterapi avses bli tema vid ett kommande möte.