

Sverige EDITORIAL European Psychotherapy

European Psychotherapy publiceras nu för det 15:e året. Det uppstod ur undersökningar av psykoterapiorganisationer från nästan alla europeiska länder. Rådgivande styrelsen är ett av resultaten av detta samarbete.

I det första numret år 2000 introducerade vi de senaste psykoterapeutiska utvecklingarna vid den tiden (Dialektisk beteendeterapi DBT, Acceptance and Commitment Therapy ACT, Funktionell beteendeterapi FBT). Därefter följde den konsekventa och radikala betoningen av Davanloos korttidsdynamiska psykoterapi. År 2003 behandlade vi utförligt behandlingen av posttraumatiskt stressyndrom, som utvecklades genom arbetet med krigsoffer i forna Jugoslavien av Willi Butollo och medarbetare. Efter detta följde Viktor Frankls existentiella analys, publicerad av Alfried Längle, och Pessso-terapi PBSP som nyligen har börjat bli mer känd i Europa. Mindre känt är också att sedan början av 90-talet har en tredje våg av terapier utvecklats i Europa: Strategisk korttidsterapi SBT, som sätter arbetet med känslor och personlighetsutveckling i fokus. Härifrån är steget litet till Emotionellt fokuserad terapi av Leslie Greenberg (2007), som är en vetenskaplig vidareutveckling av gestaltterapi och klientcentrerad psykoterapi.

Därefter hade vi nöjet att introducera Jeremy Holmes som gästredaktör. Han är en framstående representant för psykoanalys och lyckades få värdefulla bidrag om psykoanalysens nutid och framtid från författare som stimulerar en livlig utveckling av psykoanalysen. I sin ledare "mot en säker teoretisk och evidensbaserad grund för psykoanalytisk psykoterapi" ger han en introduktion och en översikt över denna samling av psykoanalytiska skrifter som inte är skrivna för psykoanalytiker, utan för alla psykoterapeuter som vill veta mer om dagens psykoanalys, som vill ta steg mot den, kanske för att bryta med gamla fördomar, bli mer öppna för psykodynamiska idéer eller bekräfta likheter som är mycket större än tidigare antagits. Som utgivare av denna periodiska skrift fick vi inse att det inte bara är kommunikationen mellan olika terapiskolor som är avgörande, utan också kommunikationen mellan psykoterapeuter från olika länder i Europa. Och det är just det som är vårt europeiska projekt.

2010-2011 rapporterade psykoterapeuter från hela Europa om psykoterapeutisk utbildning i sina länder:

- Gerhard Lenz, Rafael Rabenstein, Vivian Görgen Österrike
- Martine Bouvard Frankrike
- Serge Sulz och Stefan Hagspiel Tyskland
- Evrinomy Avdi Grekland
- Bernardo Nardi och Emidio Arimatea Italien
- Susan van Hooren Nederländerna
- Andrzej Kokoszka Polen
- Celia Avila Fernández Spanien
- Bo Erik Sigrell & Rolf Sandell Sverige
- Jan McGregor Hepburn Storbritannien.

2012-2013 blev kropppsykoterapi ett ämne. Koncentrativ rörelseterapi KMT (KBT) användes för detta ändamål – en utvärderad kropppsykoterapi för psykosomatiska och psykiska störningar.

2014-2015 ämne, Österrike – hem för världens psykoterapi – de flesta av de stora psykoterapeuterna i början av 1900-talet bodde i Wien eller inledde sin karriär där: Sigmund Freud, Melanie Klein, Michael Balint, Wilhelm Reich, Alfred Adler, Viktor Frankl, Paul Watzlawick och Fred Kanfer.

2016-2017 var temat embodiment i psykoterapi (redigerat av Gernot Hauke) med helt innovativa bidrag – med en blick in i psykoterapins framtid:

- Wolfgang Tschacher, Mario Pfammatter: Embodiment i psykoterapi – Ett nödvändigt komplement till de gemensamma faktorerna?
- Marianne Eberhard-Kaechele: Känsla är rörelse: Förbättring av känsloreglering genom rörelseintervention
- Rosemarie Samaritter och Helen Payne: Att bli berörd: Kinestetiska ömsesidigheter i psykoterapeutisk interaktion och utvecklingen av enaktiv intersubjektivitet
- Tania Pietrzak, Gernot Hauke, Christina Lohr: Connecting Couples Intervention: Förbättring av pars empati och känsloreglering genom embodied empathy-mekanismer.
- Andrea Behrends, Sybille Müller, Isabel Dziobek: Dans stödjer empati: Potentialen i interaktiv rörelse och dans för psykoterapi
- Susanne Bender: Betydelsen av rörelserytmer i psykoterapi
- Gernot Hauke, Christina Lohr, Tania Pietrzak: Att röra sinnet: Embodied cognition i kognitiv beteendeterapi (KBT)
- Lily Martin, Valerie Pohlmann, Sabine C. Koch, Thomas Fuchs: Tillbaka till livet: Effekterna av embodied therapies på patienter med schizofreni.

Och nu 2023-2024, den senaste integrativa psykoterapeutiska utvecklingen – först publicerad 2021 – har ännu inte nått den evidensbaserade utvärderingsfasen: Mentalization Supporting Therapy (MST). Det är just detta som EP handlar om: nya viktiga impulser, som naturligtvis bara blir evidensbaserade några år efter att tillvägagångssättet har utvecklats. Trots detta kan MST bygga på en överraskande bred empirisk grund.

Vi kan bygga vidare på mer än trettio års forskningstradition om det beteendediagnostiska systemet, strategisk korttidsterapi och strategisk beteendeterapi. MST är nämligen egentligen inte ett nytt terapeutiskt tillvägagångssätt. På samma sätt som Fred Kanfers självhanteringsmodell är det en variant av kognitiv beteendeterapi, bestående av evidensbaserade interventioner från beteendeterapin. Den kognitiva aspekten fokuserar dock mycket mer än Aaron T. Beck på metakognitioner (att tänka på tankar, känslor och behov), så man kan tala om metakognitiv beteendeterapi. Dessutom har känslor kommit i förgrunden. Det handlar om förmågan att reglera känslor – att kunna kontrollera sina känslor på ett sådant sätt att de leder till stabila och tillfredsställande relationer. Det tredje fokuset är behovsorientering, baserat på John Bowlbys anknytningsteori. Otrygg anknytning i barndomen som en elementär disposition för psykiska och psykosomatiska sjukdomar. Därför är relationen mellan patient och terapeut en oundgänglig förutsättning för en framgångsrik psykoterapi.

Impulsen till utvecklingen av MST kom från Peter Fonagy och hans arbetsgrupp med deras Mentaliseringsbaserade terapi (MBT), vars perspektiv Daniel Barth presenterar i den första artikeln. Detta följs av två artiklar av Lars Theßen och Serge Sulz, där de beskriver den teoretiska bakgrunden, den terapeutiska utformningen och det praktiska tillvägagångssättet. Den speciella typen av emotionell exponering i MST (Emotion Tracking), som antogs av Albert Pesso, beskrivs mycket tydligt och imponerande av Serge Sulz och Maria Schreiner.

Därefter följer rapporter om tidigare forskning i MST:s forskningslaboratorium av Lars Theßen, Serge Sulz och kollegor. Slutligen finns en artikel av Annette Richter-Benedikt där användningen av MST hos unga människor beskrivs. Alla artiklar är peer-granskade.

MST var bara ett exempel på innovativ terapeutisk utveckling som andra kommer att följa.

Annette Richter-Benedikt & Maria Schreiner - Redaktörer.