



## Klassiker-stafet

Psykologer fortæller om en bog, der gjorde en forskel for deres virke.

# En sygdomslære, der bygger på socialpsykologi og interpersonelle relationer

Af Ask Elklit, *professor ved Videnscenter for Psykotraumatologi, SDU.*

I 1970, da jeg læste psykologi i København, skete der en lille revolution, da Theodore Millons bog, *Modern Psychopathology* (1969) blev pensum i klinisk psykologi. Da jeg var i gang med at uddanne mig til klinisk psykolog, kom jeg i kontakt med en gruppe af psykiatere og psykologer, som arbejdede ud fra Millons forståelse af personlighedsforstyrrelser. De var med i en forening, som hedder Institut for Personlighedsteori og Psykopatologi. Gennem denne gruppe fik jeg et dybere kendskab til Millons arbejde og i øvrigt til hans validerede og mest kendte test, MCMI-III.

Det var en meget stor oplevelse for mig, første gang jeg læste om hans teori. Han beskrev en helt ny sygdomslære inden for det kliniske område. Den har han videreført i bogen *Personality Guided Therapy* fra 1999; den bog har været meget betydningsfuld for mig. Jeg har efterfølgende været i Miami og besøge ham – det var en stor oplevelse.

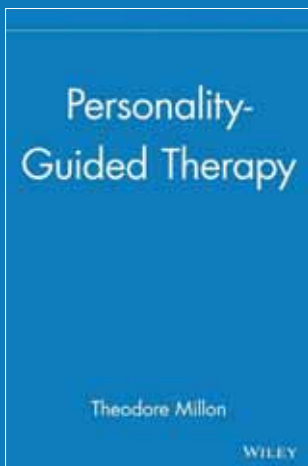
Jeg er så glad for Millons tankesæt, fordi han har en sygdomslære, som bygger på socialpsykologi og interpersonelle relationer. Han tager udgangspunkt i, at vi alle er sociale væsener og bygger et klassifikationssystem op på det. Der er nogle, som er meget afhængige af andre; nogle er uafhængige, andre er ambivalente, og atter andre er ikke ret optagede af det sociale, fx den skizofrene, som lever i sin egen verden. Det fascinerende er, at han for hver gruppe beskriver nogle træk, der kan ændre sig – både på adfærdsniveau, fænomenologisk, intrapsykisk og på det biofysiske niveau. I bogen beskriver han hver eneste personlighedsforstyrrelse ud fra otte områder. Han giver et fuldstændigt og meget grundigt billede af disse personlighedsforstyrrelser. Det

blev jeg vildt fascineret af dengang. For det er en kæmpe præstation at beskrive, hvordan mennesker med forskellige personlighedsforstyrrelser ser på sig selv, og hvad der kendetegner deres kognitive stil, med kliniske eksempler. Og Millon er utrolig præcis. Bogen bærer præg af en stor grundighed, som er meget brugbar, når man som kliniker sidder med en bestemt klient. Man kan ved at læse disse beskrivelser få ideer til, hvad man kan undersøge hos klienten og blive opmærksom på nye aspekter. Når jeg har siddet med en vanskelig klient, har jeg ofte læst mig ind i *Personality Guided Therapy* og er blevet klogere på, hvad det er, jeg bør undersøge nærmere. Det er blevet en bog med mange gule streger i.

Jeg synes også, Millon er god sammenlignet med den gammeldags psykiatri, hvor man puttede folk i bestemte kasser. I modsætning hertil lægger han op til, at vi kan flytte os igennem livet; vi kan blive bedre eller dårligere.

Derudover synes jeg, at det er rigtig spændende, at Theodore Millon insisterer på, at man skal lede efter, hvilke terapiformer, der passer bedst til hvilke personlighedsforstyrrelser. I dag arbejder mange ud fra tankesættet one size fits all og ignorerer personlighedsaspektet i valg af behandlingsform. Millon insisterer på, at behandling skal tilpasses til den enkeltes personlighedsstruktur. Hvis man fx har en tvangspræget klient, så kan man udnytte det tvangsprægede og give klienten nogle hjemmeopgaver, fx noget han skal tælle og registrere. Denne forståelse kan være med til at reducere modstand i terapien.

Noget, jeg også kan lide ved Millon, er, at han har fastholdt nogle gamle diagnoser, som vi ikke bruger mere, fordi de er politisk ukorrekte, fx de sadistiske og masochistiske personlighedsforstyrrelser. Disse forstyrrelser har dog været



*PERSONALTY-GUIDED THERAPY,*  
THEODORE MILLON,  
1999.

beskrevet i 100 år, og de findes stadigvæk, selv om de er røget ud af diagnosesystemerne. Det er nogle grundlæggende strukturer, som nogle mennesker har fået gennem deres opvækst. Et andet eksempel kunne være beskrivelsen af en depressiv personlighedsforstyrrelse, som ikke er særlig kendt, men er kendetegnet ved mennesker med tidlige traumer, der har meget små forventninger til, hvad de kan få ud af livet. De er glædesløse og forventer ikke, der sker dem noget særlig godt.

Hos Millon findes der grader af patologi. Nogle lidelser kan blive værre og

kan også blive bedre igen. Vi har alle nogle træk i en retning af en måde at være i verden på. Hvis uhensigtsmæssige træk bliver mere fremtrædende, så kan vi udvikle en mildere eller mere alvorlig patologi. Modsat beskriver han også, at når mennesker kommer ud af psykoser, så vender de tilbage til den personlighedsstruktur, de havde før.

Millons arbejde har gjort en meget stor forskel for mig som psykolog. Den er blevet til min rammeforståelse af psykiske lidelser. Han har lært mig, at man må tage udgangspunkt i, at vi alle sammen er mennesker, der relaterer os

til hinanden. Gennem opvæksten etablerer vi grundmønstre og generaliserede måder at forholde os til andre på. Den grundforståelse er vigtig i forbindelse med vores forståelse af psykiske lidelser. Denne forståelse har været vigtig for mit arbejde med traumer – for en ting er, at folk er traumatiserede, noget andet er, at de stadigvæk har en personlighedsstruktur. Den måde traumer udtrykkes på, farves af vores personlighedsstruktur. Og personlighedens struktur kan ligeledes ændre sig, fordi et traume kan ændre personlighedsstrukturen. ●



### Personlig udviklingsgrupper

Mindwork udbyder nu endnu en personlig udviklingsgruppe for psykologer på vej mod specialistgodkendelse. I gruppen vil vi med udgangspunkt i Compassion Focused Therapy (CFT) og integrationen af Mindful Compassion have fokus på arbejdet med og udviklingen af compassion – i os selv, for os selv og andre.

Omfanget er 48 timers egenterapi/personligt udviklingsarbejde fordelt på 4 dage i København og et 3-dages retreat på Fyn. Gruppen ledes af psykolog Vibeke Lunding-Gregersen, specialist i psykoterapi.

🏷️ 16.900 kr.

📅 Kursusstart: Oktober 2020

### NYHED: Specialistuddannelse i CFT

For første gang udbyder Mindwork en fuld specialistuddannelse i **Compassion Focused Therapy (CFT)**. På uddannelsen vil du både møde danske og udenlandske undervisere og supervisorere, der alle har beskæftiget sig indgående med CFT. Forløbet byder bl.a. på to undervisningsdage med CFT's grundlægger professor Paul Gilbert. Uddannelsen består af 15-dages undervisning (90 timer) og 10-dages supervision (60 timer).

🏷️ 47.000 kr. ved tilmelding inden 1. juli. Herefter 50.000 kr.

📅 Kursusstart: 28. september 2020

### Kursus: Assessment del 1 og 2

På dette kursus vil deltagerne opnå omfattende kendskab til undersøgelsesprocedurer og test. Yderligere vil deltagerne være i stand til at klassificere forskellige psykiske sygdomme og tilstande. Omfanget er 48 timer fordelt på 8 dage.

Undervisere: Christian Møller Pedersen, Mikkel Arendt og Louise Brückner Wiwe.

🏷️ 15.000 kr.

📅 Kursusstart: 7. oktober 2020