

## Pasient-terapeut relasjonen

- intersubjektive møter

Ved Hilde Røger Løtveit,  
spesialist i psykomotorisk fysioterapi, MNFF

---

---

---

---

---

---

---

---

## Relasjonens betydning

- Pasient-terapeut relasjonen er forbundet med utfallet av individuell psykoterapi, uavhengig av typen terapi
- Terapeutens evne til innlevelse, deltakelse og evne til å skape trygghet
- Motivasjon, alvorlighetsgrad og kompleksitet av vansker viktig for utfallet
- Tillit til at terapeuten er kompetent, grundig og faglig trygg

---

---

---

---

---

---

---

---

## Hvordan møter vi pasienten?

- Henvisningen, journalen eller pasienten selv forteller at hun har psykiske plager, bærer på en tung livshistorie eller står i en vanskelig livssituasjon.
- Kartlegging og kroppsundersøkelse tyder på at pasientens plager har sammenheng med psykiske og sosiale forhold.
- Gjennom berøring, bevegelse og kroppslig samhandling registrerer at pasienten reagerer følelsesmessig eller autonomt.

---

---

---

---

---

---

---

---

### Trygge rammer

- Rommet og omgivelsene
- Pasientens forventninger
- Tid

---

---

---

---

---

---

---

---

### Mentaliserende terapeutisk holdning

- Nysgjerrighet
- Undring
- Opptatt av ditt eget og den andres sinn
- Fokus på følelser
- Leken
- Aktiv i dialog med pasienten
- Løfte frem forskjellige perspektiver

---

---

---

---

---

---

---

---

### Anerkjennende terapeutisk holdning

- Likeverd
- Subjekt-subjekt forhold
- Kontakt med seg selv /sin egen subjektivitet for å forstå den andres subjektive verden

---

---

---

---

---

---

---

---

**Anerkjennelse**

- Lytting
- Forståelse
- Aksept og toleranse
- Bekreftelse

---

---

---

---

---

---

---

---

**Parøvelse - deling av følelser**

- Instruer den andre til å lande i stolen og legge merke til pust og kroppslige fornemmelser
- Be den andre om å kontakte en følelse i seg
- Berør den andre på overarmen og bekreft følelsen hun uttrykker
- Registrer i deg selv hvordan følelsen i den andre påvirker følelsen i deg selv
- Bytt roller

---

---

---

---

---

---

---

---

**Parøvelse sittende rygg mot rygg**

- Dele den kroppslige erfaringen
- Utforske hverandres opplevelse med:
  - Åpen lytting – gi tid
  - Vise forståelse, aksept og tålelse for opplevelsene og følelsene
  - Bekrefte

---

---

---

---

---

---

---

---

## Referanser

- Berholt, K., Bergland, A. (2004) The first encounter with Norwegian psychomotor physiotherapy: patient's experiences, a basis for knowledge. *Scand J Public Health* 32 (403-10)
- Horvath, A.O., Bedi R.P. (2002). The alliance. I Norcross (red). *Psychotherapy: Relationships that work: therapist contributions and responsiveness to Patients*, 32-70. New York: Oxford University Press. *Psychotherapy*.
- Horvath, A.O., Del Re, A.C., Rucklger, C., et al. (2011). Alliance in Individual Psychotherapy. *Psychotherapy* 48(1), 9-14.
- Lavie Schibbye, A.L. (2009). *Relasjoner. Et dialektisk perspektiv på eksteriøse og psykodynamisk psykoterapi*. 2 utg. Universitetsforlaget.
- Nilsen-Lie, H.A., Mørseth, J.I. & Rønnebo, M.H. (<https://doi.org/10.1080/02643758.2010.482744>). *Working Alliance - A Meta-Analytic Review*. *Psychotherapy Research*, 20(4), 427-444, 2010.
- Ryum T, Siles S, Vogel, P. (2009). Kvaliteten på tidlig terapeutisk allianse som prediktor for behandlingseffekt ved depresjon og angst. *Tidsskrift for Norsk Psykiologforening*. Vol 46 (7), 651-57.
- Røkenes, O.H., Hanssen, P.-H. (2015). Bære eller bryte. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker. 3. opplag. Fagbokforlaget.
- Skårerud, F., Høuggjerd, S, Strøme, E. (2010). *Psykittboken. Sinn-kropp-samfunn*. Gyldendal.
- Skårerud, F., Sommerfeldt, B. *Tidsskriftet Den Norske Legerforening* 2008, 128:1066-9. Mentalbering - et nytt teoretisk og terapeutisk begrep.
- *Tidsskrift for Norsk Psykiologforening*. Vol 30, nr 8, 2013, s 884-886

---



---



---



---



---



---



---



---