

Ur Mellanrummet nr 13 (2005)
Barn- och ungdomspsyko-
terapi idag, s. 118-127



Kia Szutkiewicz
Stockholm

Imitation som förutsättning för medkänsla och ömsesidighet

Kia Szutkiewicz är socionom, legitimerad psykoterapeut och certifierad Marte Meo-terapeut. Hon är verksam vid Karlaplans Psykoterapigrupp och vid Spädbarnsverksamheten Maskan inom mellanvården i verksamhetsområde Sydost, BUP i Stockholms läns landsting. I artikeln belyses betydelsen av imitation i samspelet mellan människor. Imitation som terapeutisk intervention diskuteras, liksom begreppets koppling till förmågan till ömsesidighet och empati.

Imitation

På hemsidan www.saol.se (Svenska akademiens ordlista, Internetversionen) förklaras ordet *imitation* betyda *efterlikning; efterbildning*. Alltså något som skapas av någon i ett sammanhang där det också finns en förebild eller modell för någon annan att ta efter.

I de två omfångsrika psykoanalytiska uppslagsverken *Dictionary of Kleinian thought* (Hinshelwood, 1991) och *The language of psychoanalysis* (Laplanche

& Pontalis, 1988) förekommer inte imitation som sökord i något av registren. Flera andra allmänt använda psykologiska begrepp som *trauma*, *identifikation*, *ångest* och *anknytning* finns representerade som sökord i båda eller något av verken. Det är sannolikt att de nämnda begreppen har större betydelse för respektive teoribildning och frånvaron av imitation som sökord är då givetvis befogad. En fråga man dock skulle kunna ställa sig är om begreppet kunde ha förtjänat en "högre status".

Imitation som teoretiskt begrepp och dess be-

tydelse inom psykoanalysen undersöks och diskuteras i ett temanummer av *Journal of Child Psychotherapy* (2005). Många värdefulla kliniska exempel presenteras och forskning som relateras till begreppet refereras.

En imitation har en fundamental likhet med det imiterade utan att vara detsamma. Kan begreppets inneboende brist på originalitet vara en bidragande orsak till att imitation länge haft en svag ställning inom psykoanalysen? Det är Graham Music (2005) uppfattning att det skulle kunna förhålla sig på det viset. Han konstaterar att vi lever i en tid som är så ego-centrerad att betydelsen av att ingå i ett socialt sammanhang lätt undervärderas. Idealen av idag beskrivs som präglade av strävan efter frihet, autonomi och entreprenörsanda. Det imiterade eller plagierade värderas inte lika högt. Med hänvisning till filosofen Descartes betoning på det individuella psyket, som framgår av tesen "Cogito ergo sum" – "I think therefore I am", föreslår Music att en rimlig konsekvens av utvecklingspsykologisk forskning och psykoanalytisk teori borde vara att tesen får utmanas av en annan mer dynamisk variant; "I am in interaction and thought about, therefore I am" (ibid, s.86). Det finns en risk, menar han, att begrepp som imitation och spegling (engelska *mirroring*) ger en tvådimensionell känsla som inte riktigt gör rättvisa åt det djupa och den subtilitet som man eftersträvar att beskriva när man använder dem.

Ytterligare belastningar som begreppet imitation riskerar att tyngas av beskrivs utförligt av Graham Shulman (2005) som fördjupat sig i Eugenio Gaddinis artikel "On Imitation" (1992), som ursprungligen publicerades 1968 i tidskriften *Rivista di Psicoanalisi*. Shulman lyfter fram att det mer positivt laddade begreppet *identifikation* i teoretiska sammanhang många gånger reserverats för en särskilt gynnsam, integrativ process som får betraktas som ett viktigt framsteg i utvecklingen. Imitation däremot har ofta använts som benämning när man vill beskriva patologiska identifikationer eller brister hos individen, där imitationen fungerar som ett försvar eller ersättning för en "normal identifikation". Shulman själv tycks förespråka ett mindre värdeaddat koncept där begreppet identifikation tillåts beskriva olika typer av identifikationer, som kan vara av mer eller mindre gynnsam art. Ex-

empel på olika kvaliteter av identifikation skulle, enligt Shulman, kunna vara *imitativ*, *klängande/vidhäftande* (engelska *adhesive*), *narcissistisk*, *projektiv* eller *introjektiv*.

Vi är "designade" för att imitera och känna medkänsla

Alla som någon gång observerat ett litet spädbarn i intimt samspel med en förälder slås säkert av den intensitet och laddning som präglar kommunikationen. Varje liten blick, fingerkrökning, suck och grimas hos barnet uppmärksammas, återspeglas, förstärks, modifieras och fördjupas i förälderns svar till sitt barn. På samma vis svarar barnet sin förälder och visar sitt intresse och sin beredskap att ingå i en dialog. När jag, under min barnpsykoterapiutbildning, fick göra spädbarnsobservationer var en betydelsefull erfarenhet att få känna på kraften i den ömsesidiga glädje det verkade innebära för mor och barn att lära känna varandra, sekund för sekund. I arbetet med barn och föräldrar som inte riktigt når fram till varandra, är det en fördel att ha erfarenhet av både egna och andras lyckosamma kontaktförsök, men också av mindre lyckosamma. Spädbarnsobservationer är en utmärkt inlärningsmetod, bland annat tack vare att den ordlösa kommunikationen mellan förälder och barn ger omedelbar känslomässig resonans inom observatören. Det är till självklar nytta för psykoterapeuter att uppmärksamma och förhålla sig till starka känslor inom sig själva, samtidigt som observation av en relation pågår.

Att göra nästan likadant, att imitera, känns ofta självklart i relation till små barn, eftersom det är så uppenbart hur en vuxen behöver anpassa sig till barnets tempo och sätt att kommunicera, till exempel med långsam och övertydlig ansiktsmimik. Med äldre barn och med vuxna kan imitationen te sig mer subtil men likväl vara betydelsefull i relationen. Imitation är ett sätt att skapa kontakt, dela erfarenheter och fördjupa relationer – den innebär möjlighet till kommunikation och samhörighet. (Music, 2005, Rhode, 2005, Trevarthen, 2005)

Precis som det knappt går att motstå ett litet barns initiativ till kontakt, är det nästan omöjligt att inte känna stark medkänsla med någon

som råkar illa ut. I gruppen patienter som drabbas av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD), enligt definitionen i den diagnostiska manualen DSM IV (APA, 1998), ingår både individer som själva utsatts för hot/fara/skada och individer som bevittnat andra människor i sådana situationer. Vi kan inte låta bli att identifiera oss med varandra. En neurobiologisk aspekt av identifikation och imitation är hjärnans spegelneuroner, som gör att en utförd handling och en bevittnad handling ger likvärdiga reaktioner och konsekvenser i hjärnan. Neurovetenskapsmannen (engelska *neuro scientist*) Ramachandran (2000) förutspådde att spegelneuroner skulle komma att spela en avgörande roll för psykologisk vetenskap, motsvarande den DNA har spelat för biologin. Spegelneuronerens funktion och omfattande betydelse upptäcktes sedan av Rizzolatti och Craighero (2004) som utförde experiment på apor, av vilka det framgick att motsvarande neuroner aktiverades hos den apa som såg en annan utföra en handling – som hos den som faktiskt utförde handlingen. Music (2005) framhåller spegelneuronerens betydelse för människans inboende förmåga att utveckla empati. De bidrar till att vi kan förstå en annan person från ”insidan”. Handlingar och känslor hos den andre får personlig betydelse och motsvarighet inom varje individ.

Imitation och känslomässig/emotionell smitta (engelska *emotional contagion*) har kommit att utvecklas till ett eget forskningsfält. Med hänvisning till bland annat La France (1979), Feldstein & Welkowitz (1978) och Hatfield et al. (1994) betonar Music betydelsen av imitation för känslan av välbefinnande och ömsesidig uppskattning. Den helt omedvetna imitationen av andra människors kroppsställning, mimik och tonfall har visat sig vara betydelsefull för hur relationer till andra upplevs och värderas. Music bjuder också på ett personligt exempel där någon uppmärksammat imitationens betydelse för ökat välmående. Följande text var tryckt i ett födelsedagskort till hans dotter:

”Smiling is infectious, You catch it like the flu
When someone was smiling at me today, I
started smiling too
I passed around the corner and someone saw
my grin
When I saw he was smiling; I realized I’d passed
it on to him.”

Music (2005, s.76)

Imitation som intervention i Marte Meo-terapi

Eftersom min terapeutiska identitet präglas av parallella utgångspunkter, som både Marte Meo-terapeut och barnpsykiater, har jag ofta anledning att reflektera över hur manifestationer av inre processer och tillstånd kan, alternativt inte kan, iakttagas på ”utsidan” – på beteendenivå. Marte Meo är en behandlingsmetod som bygger på detaljerad analys av microsamspelet mellan föräldrar och barn. Som intervention kan man antingen använda videoinspelat material eller, enligt samma principer, aktivt gå in och bistå familjen i samspelet genom att skapa förutsättningar för föräldrar och barn att mötas på ett utvecklingsbefrämjande sätt. För den som är intresserad av att läsa en introduktion av Marte Meo-principerna och metodiken kan jag rekommendera Annette Lidéns artikel i *Svensk Familjeterapitidskrift*. (Lidén, 1998)

En vanlig första intervention i Marte Meo är att försöka förmå föräldern att titta mer på sitt barn, så barnet känner sig uppmärksammat och föräldern får möjlighet att börja tänka på och känna efter vad hon/han tror barnet behöver och kan tänkas känna i olika situationer. Det är alltså en ”träning” i identifikation, som kan vara till nytta i de fall där kontakten med och intresset för varandra i en familj av någon anledning komplicerats eller hindrats. Det varierar kraftigt hur mycket uppmärksamhet och omsorg från terapeuten en mamma eller pappa kan behöva, för att börja orka och vilja se mer på det barn som föräldern tycker det är svårt att vara tillsammans med. Nästan alltid väcks intresse och nyfikenhet när föräldern, tillsammans med terapeuten, ges möjlighet att börja titta på och tänka om barnet och hur man har det tillsammans.

När lusten att titta och tänka tillsammans har kunnat väckas, brukar föräldrar vara angelägna att försöka förbättra förutsättningarna för sina barns utveckling. För att skapa kontakt och för att föräldern skall få möjlighet att ge barnet den bekräftelse som ofta har saknats, får föräldern i många fall rekommendationen att imitera/upprepa det barnet säger eller gör, alternativt sätta ord på det barnet gör. Om föräldern kan engagera sig i att försöka imitera eller benämna barnets handlingar brukar det fånga barnets intresse. Då finns förutsättningar för en mer positiv dialog, som kanske varit avbruten under lång tid eller aldrig riktigt kunnat

utvecklas på ett tillfredsställande sätt. Det innebär ofta ett mödosamt arbete för alla inblandade att upptäcka, identifiera och sedan förhålla sig till både styrkor och svagheter i en familj. En väg att gå för att hjälpa föräldrar och barn till bättre kontakt är just att understödja dialogen genom att visa på möjligheten att imitera. Genom imitation visar vi en särskild form av "acceptans" som förmedlar att vi har något grundläggande gemensamt. I gynnsamma fall kan ett resultat av denna acceptans bli att den tas emot som "...an initiative that invites further sharing...". (Trevarthen, 2005, s.101)

En, enligt min uppfattning, mycket verksam aspekt av Marte Meo-behandling är terapeutens aktiva och omsorgsfulla hållande av föräldrarna. De principer vi anstränger oss att "lära" föräldrar, när Marte Meo är den behandling som erbjuds, tillämpas systematiskt av terapeuten i dialogen med dem. Det innebär bland annat att man som terapeut aktivt tar tillvara föräldrarnas initiativ, imiterar och förstärker känslouttryck – så att de kan vara säkra på att de blivit hörda och sedda. Under utbildningen till Marte Meo-terapeut erbjuds mycket träning i att förstärka och förtydliga sin egen kommunikation. Detta sker till exempel via analys av behandlingsfilmer där terapeuten, tillsammans med sin handledare, får se hur de egna interventionerna verkar tas emot av föräldrarna och hur pass väl man själv klarar att omsätta principerna för att skapa en utvecklingsbefrämjande dialog. Detta är ett viktigt utbildningsmoment, i synnerhet med tanke på att även de föräldrar som vanligtvis har svårt att märka när de blir sedda och hörda, skall ges extra bra förutsättningar att upptäcka att de denna gång faktiskt är i fokus för en annan persons positiva uppmärksamhet.

En mamma upptäcker att hennes barn liknar henne

Ett kliniskt exempel, där Marte Meo var den behandlingsmetod som valdes, är en 3½-årig flicka som visade stark aggressivitet och en del självdestruktiva sätt att försöka hantera sin oro. Hon hade utvecklat ett självstimulerande beteende som förde tankarna till hur barn med autism kan te sig, utan att en sådan diagnos var aktuell. Vid första filmningen satt hon och vaggade sin egen kropp med inåtvänd blick. Detta gjorde hon när stämningen i

familjen blev kaotisk och aggressivt laddad. I analysen av filmen kunde man klart se att det här var en flicka som inte bara hade mycket stora svårigheter, utan som också kunde ta positiva initiativ och tydligt söka kontakt med sina föräldrar och andra människor. Hennes mor hade varit deprimerad en längre tid. När mamman, med stöd av mig, började se på flickan och märka att dottern ville vara tillsammans med henne, kunde hon börja uppmärksamma och svara på flickans initiativ. Stegvis klarade mamman att ställa sig till förfogande för sitt barn, bland annat genom att via imitation och benämning visa att hon såg, accepterade, tog emot och uppskattade det dottern gjorde och sa. Mamman kunde så småningom se att de var lika varandra och glädjas åt det. Det hade flickan inte fått uppleva på lång tid och det var lätt att se hur glad hon var över att, i viss bemärkelse, få sin mamma tillbaka och kunna dela affektiva tillstånd och kognitiva erfarenheter. Det innebar en sorg för både mor och dotter att de varit känslomässigt fjärrade från varandra och det var en glädje för båda att på nytt få en kontakt som innebar att de kunde njuta av att vara tillsammans. Flickans oroande symptom klingade snabbt av efter att hennes och moderns relation väsentligen stabiliserades.

Imitation i spädbarnsbehandling

I en artikel, där terapi vid spädbarnsverksamheten *Maskan* beskrivs, framgår i ett kliniskt exempel hur ett barn imiterar vuxna och hur terapeuten använder imitation som ett led i att skapa ett möte mellan mor och barn. (Karlsson, Malmquist Saracino & Norling Bergdahl, 2004) En ettårig pojke, som söker kontakt med sin mor genom att imitera de vuxnas sätt att använda telefonen, når inte fram till henne. Terapeuten hjälper till att förstärka barnets kontaktförsök genom att upprepa både handling och ljud, samtidigt som hon vänder sig till modern. Barnet imiterar föräldrarna, terapeuten imiterar barnet. Terapeuten pratar också med mamman om vad barnet kan tänkas vilja göra. Vad tror mamman att han försöker säga? Kanske försöker han göra som mamma och som pappa därhemma? Det visar sig vara svårt för mamman att ingå i en dialog med sin lille pojke och terapeuten försöker på olika sätt att förstärka intensiteten i kommunikationen, bland annat genom att själv upprepa det pojken

gör och omväxlande titta på mor och barn. Interventionerna bidrar till att mamman börjar titta på barnet, trots att hon inte verkar känslomässigt närvarande. Det skeende som beskrivs kan ses som början till en ömsesidig dialog, en viktig chans för barnet och mamman.

Så småningom brukar terapeutens förhållnings-sätt gradvis kunna tas över av modern och då är det viktigt att terapeuten i lagom takt drar sig tillbaka och intar en mindre aktiv, men fortfarande hållande, terapeutisk position. Imitationen sker spontant hos barnet när det vill kommunicera med sin mor och terapeuten kan avsiktligt använda imitation i sin behandlingsteknik för att understödja en möjlig dialog.

Avslutande reflektioner

Imitation innebär en möjlighet till spegling och bekräftelse i samspelet, såväl inom ramen för en psykoterapi som i andra mellanmänniska sammanhang. När och hur en viss process i en psykoterapi tar sin början är inte alltid så lätt att identifiera. Det är kanske snarare regel än undantag att tecken på förändring uppmärksammas och tillskrivs stor betydelse först i efterhand. Vid en rekonstruktion kan man ju ofta lättare skapa sig en bild av hur och när en gynnsam, eller mindre gynnsam, process startade. Vid upprepade tillfällen har jag kunnat koppla utvecklandet av en fördjupad terapeutisk relation till processer där imitation på olika sätt varit ett centralt tema. Det har bland annat handlat om ett barn som diagnosticerats med en lindrig form av autism. Efter att patienten börjat klä sig ungefär som jag, inleddes en period där mer varierade känslor kunde uttryckas i förhållande till mig och visst intresse för hur en kamrat kände sig började göra sig gällande. Flera tonårspatienter har kunnat påbörja ett eget inre arbete efter att först ha försökt "behandla" sina kamrater och då sagt liknande saker till dem som jag sagt till patienterna i terapierna. Under en psykoterapi med en patient, som varit mycket svår att kommunicera med, bidrog min imitation av barnets, då obegripliga, kommunikation till att kontakt kunde etableras. Längre fram i terapin visade barnet stor iver att på olika sätt imitera mig och det blev allt tydligare att patienten hade en god förmåga till empati och ömsesidighet, i relation till både sin te-

rapeut och andra.

Imitativa mekanismer är givetvis även verksamma i relationer som präglas av allt annat än gynnsam kommunikation och gott omhändertagande. I destruktiva mönster fyller imitationen en negativ funktion, eftersom den bidrar till att befästa och sprida befintliga svårigheter vidare. Att ha något destruktivt och/eller komplicerat gemensamt innebär också samhörighet.

Utifrån mina erfarenheter tänker jag på imitation som ett begrepp som omfattar åtminstone tre viktiga funktioner. Dels kan imitation betraktas som en aspekt av eller delprocess i det vidare begreppet identifikation. Barnet behöver inre hållbara objekt och modeller för att möta och hantera tillvaron. Imitation och identifikation är förutsättningar för att en sådan internalisering av nödvändiga relationer och funktioner ska kunna ske. Dels kan imitation beskrivas som en särskild kommunikationsform, som i normalutvecklingen etableras spontant. Dessutom fyller imitation sin funktion som en mycket verksamt terapeutisk intervention. Terapeuten kan avsiktligt välja att använda imitation i sin behandlingsteknik och därmed sätta den i den terapeutiska processens tjänst.

Referenser

- American Psychiatric Association (1998). *MINI-D IV, Diagnostiska kriterier enligt DSM IV*. Dan-deryd: Pilgrim Press.
- Feldstein, S. & Welkowitz, J. (1978). A chronog-raphy of conversation: in defense of an objec-tive approach. I A.W. Siegman & S. Feldstein (Red.). *Nonverbal Communication and Behaviour*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.
- Gaddini, E. (1992). *A psychoanalytic Theory of Infan-tille Experienc: Conceptual and Clinical Reflections*. London: Routledge.
- Hatfield, E., Cacioppo, J. & Rapson, R. (1994). *Emotional Contagion*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hinshelwood, R.D. (1991). *A dictionary of Kleinian thought*. London: Free Association Books.
- Karlsson, K., Malmquist Saracino, A. & Norling Bergdahl, E. (2004). Relationship treatment at a baby-parent unit: Opening the way for crucial meetings. *The Signal. Newsletter of the World As-sociation for Infant Mental Health*, 12(2).

- LaFrance, M. (1979). Nonverbal synchrony and rapport: Analysis by the cross-lag panel technique. *Social Psychology Quarterly*, 42, 66-70.
- Laplanche, J. & Pontalis, J-B. (1988). *The Language of Psychoanalysis*. London: Karnac Books.
- Lidén, A. (1998). Marte meo – av egen kraft. *Svensk Familjeterapi*, 3-4, 17-25.
- Music, G. (2005). Surfacing the depths: thoughts on imitation, resonance and growth. *Journal of Child Psychotherapy*, 31(1), 72-90.
- Ramachandran, V. (2000). *Mirror neurons and imitation – learning as the driving force behind "the great leap forward" in human evolution*. <http://www.edge.org/documents/archive/edge69.html>.
- Rhode, M. (2005). Mirroring, imitation, identification: the sense of self in relation to the mother's internal world. *Journal of Child Psychotherapy*, 31(1), 52-71.
- Rizzolatti, G. & Craighero, L. (2004). The mirror-neuron system. *Annual Review of Neuroscience*, 27, 169-92.
- Shulman, G. (2005). Reflections on Eugenio Gadini's paper "On imitation". *Journal of Child Psychotherapy*, 31(1), 40-51.
- Svenska akademiens ordlista (2005). *Internetversionen: www.saol.se*
- Trevarthen, C. (2005). First things first: infants make good use of the sympathetic rhythm of imitation, without reason or language. *Journal of Child Psychotherapy*, 31(1), 91-113.

Tillägg vid nypublicering 2017:

Kia Szutkiewicz var tidigare verksam vid Spädbarnsverksamheten Maskan vid BUP, Stockholms läns landsting, och arbetar nu vid Karlaplans Psykoterapigrupp. Hon är även handledare och lärare i psykoterapi.