

Olle Wadström om tvångssyndrom, behandling och livsfilosofi

Den 3 mars 2005 genomförde ABF och BTF ett föredrag om tvång i Stockholm. På scen stod Olle Wadström och i publiken fanns en mix av professionella, patienter och en allmän intresserad allmänhet. Det är inte helt lätt att tillfredställa en mixad publik, men jag tror Olle roddde detta i hamn då hans föredrag bestod av en mix av definitioner, liknelser, tvångsteman, verkningmekanismer, fallbeskrivningar, behandlingskomponenter, behandlingsrationall, utfall, livsfilosofi och till sist publikfrågor.

Olles första patient kunde inte lämna spisen och därmed inte heller ta sig till jobbet. Hon fick ”hjälp” med att ta över tvånget av grannen och även tillförsäkra. Inom psykiatrin sade man att ingen behandling fanns att få. Efter fem sessioner med Olle kunde hon gå vidare på egen hand och det första utfallet blev alltså mycket förståelse för Olle.

Tvång kan beskrivas med olika liknelser: Exempelvis som en bilförare som stannar för rött och när det sedan slår över till grönt inte kan låta på att det verkligen är grönt. Olles eget påhittade liknelse låter dock så här: Den som har tvång är som en brandsoldat som så fort larmet går åker till samma ställe och sprutar sitt vatten. Han angriper alltså sin oro med samma medel och förlägger alltid orsaken på samma ställe. Olle menade att det som får tvångsbeteende att ta sig irrationellt för omgivningen är en outläsklig förståelse av hur klassisk inlärning fungerar. Förstår man inte det så kommer ett förklaringsled saknas när man ska försöka förstå varför någon börjar vräta sig är de bråkar med chefen. Min egen reflektion är att det också är det förklaringsledet som kan fyllas i med andra förklaringsmodeller som kan låta mer eller mindre rimliga.

I tematiseringen av typer av tvång nämnde Olle en del intressanta exempel. När det gäller ansvar/osäkerhet/tvivel räknar han även in svartsjuka och funderingar kring den egna sexuella läggningen. När det gäller den grupp som fastnar eller hakar upp sig nämnde han en person som ”fastnade” på en offentlig toalett i 22 timmar!

Det tvångspatienter ägnar sig åt är tvångshandlingar; undvikande, sökande av återförsäkra och åltande. Olle ansåg man ska vara uppmärksam på mer subtila/indirekta sökanden av återförsäkra. Jag insåg snabbt att det nog finns gott om sådana exempel inom arbetslivet för perfektionistiskt beteende. Han nämnde också att återförsäkra och åltande är något som kan förstärkas av psykoterapeuter med annan orientering än den beteenderapeutiska. Den som har tvång söker i första hand för ångesten, i andra hand för tvångstankarna och i mycket liten uträkning för tvångshandlingarna. Detta kan förklara varför patienter tackasmt tar emot den kortsikliga ångestindring som kognitiva, ”sannolikhetsprövande”, frågetekniker kan erbjuda. Olles tro på ERP gör att han anser den interventionen vara olämplig då den utgör tillförsäkra och i förlängningen uppmuntrar till åltande.

Intressant var att se tidsskillnaden i hur olika delar av tvånget förändrade sig. Olle menade att om man gick på tvångsbeteendet direkt och försökt få ner det till i stort sett noll så försvann ångestproblematiken inom ett par månader. De skrämmande tankarna kunde dock finnas kvar ett år eller två några år. Under själva behandlingen blir därför de flesta ”avsevärt förbättrade”, men inte helt förbättrade. Den som är ovan vid den här typen av behandling bör alltså känna till att bakom ordet ”avsevärt förbättrad” döljer sig total förbättring avseende beteende och ångest, men kanske endast påbörjad förbättring när det gäller tankarna.

Till sist ansåg Olle också att såväl anhöriga som terapeuten själv kan förmedla lite livsfilosofi: livet är osäkert, det är värt att chansa, man kan inte alltid må bra och det går alltid att välja bort tvånget nästa gång även om man inte gjorde det sist.

Avslutningsvis vill jag passa på att tacka Håkan Wisung som -enligt Olle själv- lyckades övertala Olle att ställa sig på scen. Det var en mycket lyckad ”chansning”!

Pierre Wanger, Sifo Research International