

Det omedvetna – i relationell belysning

Det omedvetna är ett centralt tema inom all psykodynamisk teori. Antagandet att det omedvetna dessutom är *dynamiskt*, utgör skiljelinjen gentemot de övriga psykoteraeutiska teorier som erkänner ett omedvetet, men bara uppfattar detta som det som i stunden är utanför vårt fokus.

Ett centralt begrepp

År 1912 tillade Freud (1912a, s. 66f) benämningen *dynamisk* till det omedvetna. Detta innebar något utöver en passiv deskriptiv beskrivning av fenomenet, eftersom det omedvetna även kunde inrymma självständiga, inprogrammerade motivationskrafter som ger impulser till ageranden. Som bevis anförde Freud fenomenet posthypnotisk suggestion. Detta innebär att en person som är i ett hypnotiskt tillstånd kan ges en instruktion om att utföra en viss handling (till exempel att öppna ett fönster) och sedan genomföra denna vid ett senare tillfälle efter att det hypnotiska tillståndet upphävs. Personen kommer då att utföra handlingen medvetet,

men utan att komma ihåg att hen fått någon instruktion – och kanske dessutom tillägga någon slags rationell förklaring till det hela ("Det känns så instängt här!").

Den posthypnotiska suggestionen är en laboratorieprodukt som skapats på konstlad väg, skriver Freud (s. 67). Men hypnosliknande dissociationstillstånd skapas också naturligen när vi blir emotionellt överbelastade, som vid trauman. Vårt psyke lagrar ständigt automatiskt genererade tanke-handlingsmönster (pat-terns) baserade på hur vi hanterat ifrågavarande situation. De mönster som då lagrats aktiveras senare som igenkännande svar på psykologiskt liknande situationer och utgör en inprogrammerad "instruktion" för att hantera den nya situationen. Kraften och innehållet i instruktionen varierar beroende på hur emotionellt hotfull den ursprungliga situationen varit. Resultatet varierar alltifrån att hålla borta eller förvanska det som hänt (till exempel vid dissociation av sexuella övergrepp) till mera tvångsmässiga eller oreflekterade beteenden (selektiv ouppmärksamhet). Dessa styrkrafter utövar påverkan på vårt agerande trots att vi inte känner till dem. Ämnet är rikligt avhandlat inom den relationella psykoterapin, framför allt av Philip

Bromberg och Donnel Stern (se: Wänge, 2019). Med dynamisk avses *omedvetet* och samtidigt *aktivt*.

Ett besvärligt omedvetet

I Freuds driftsteori var det omedvetna mest ett besvärligt kapitel med påträngande önskningar, begär och behov som skulle realitetsanpassas genom förhandling med omgivningen eller sublimering. Freud (1915) påpekade i sin artikel "Det omedvetna" att ett av problemen var att en drift aldrig kunde bli föremål för medvetandeprocesser. Detta gällde endast för föreställningar som representerade driften. Men i de omedvetna driftsrepresentationerna och föreställningarna fanns konfliktartat innehåll som man måste skydda sig mot, i första hand genom bortträngning och enligt senare psykoanalytisk teori även genom dissociation.

Freuds tidiga modell delade upp vårt psyke efter graden av medvetande (omedvetet-förmedvetet-medvetet). En huvudanledning till att Freud ersatte denna topografiska modell med den senare strukturella modellen det – jag – överjag (1923) var att den tidigare modellen inte tillfredsställande kunde förklara varför de omedvetna krafterna förblev omedvetna, (Mitchell, 1988 s. 260f). Men det visar sig att den strukturella modellen inte heller löser detta problem. Jagets försvar måste antas vara omedvetna, eftersom de skall hålla det-impulserna borta från medvetandet. Men för att göra detta måste försvaren vara medvetna om innehållet – man kan ju inte censurera något utan att känna till vad som skall tas bort. Därför måste det finnas ytterligare försvar mot jagförsvaren, och i sin tur försvar mot dessa, i en oändlig regress, hävdar Mitchell.

Freud skriver att "medvetandet i varje moment bara omfattar ett ringa innehåll, så att merparten av vad vi kallar medveten kunskap ändå större delen av tiden måste befinna sig i ett latent tillstånd, alltså ett tillstånd av psykisk omedvetenhet." (1915, s. 154). Enligt den klassiska teorin var det terapeutiska målet att expandera jaget på det omedvetnas bekostnad genom att försöka medvetandegöra det som blivit bortträngt. Men neurologisk forskning har konstaterat att medvetandet har en begränsad informationskapacitet (c:a 7 bits) och därför inte kan ökas hur mycket som helst. Freud verkar visserligen ha uppfattat denna begränsning när han skriver "det medvetna inte alltid är medvetet utan tidvis också latent" (s. 174), men han fullföljer inte tanken helt ut om dess konsekvenser.

Psyket strävar att avlasta medvetandet genom att hålla nere det som släpps in i medvetandet, menar neuropsykoanalytikern Mark Solms (2018). Detta sker genom att vi ständigt försöker automatisera och för enkla så mycket som möjligt av våra psykiska funktioner genom att hjärnan genererar automatiska inlärd rutiner (Ginot, 2015; Solms, 2015; 2018). Andra som neuropsykoanalytikern Efrat Ginot (2015, s. 26) anser att det är mer korrekt att beskriva psykiska dödlägen som kolliderande inlärningsmönster än som den traditionella beskrivningen av omedvetna psykiska konflikter. Dessutom är det omedvetna inte bara ett statiskt system, innehållande begravda minnen som väntar på att bli avtäckta i terapi, utan ett aktivt system som ständigt interagerar med våra olika, mer eller mindre medvetna självtillstånd (Ginot, 2015, s. 22).

Ett positivt och kreativt omedvetet

Undantagsvis innefattade det omedvetna mera positiva aspekter hos Freud, som när han skrev att analytikern kommunicerar med patienten genom att "vända sitt omedvetna som ett mottagande organ mot patientens omedvetna." (1912b, s. 145). Freuds primära fokus var patientens "psykiska apparat" – ett avgränsat, isolerat psyke. Det-energin utgjorde den potentiella vitaliserande drivkraften om den kunde frigöras och sublimeras. Med ökad klinisk erfarenhet insåg Freud att det också behövdes relationella och emotionella band mellan patient och analytiker som idag lett till en ny syn på terapin. "Vi har rört oss från en all-vetande och auktoritär analytiker som tolkar 'sanningen' om vad som finns i patientens psyke [vilket dessutom skapar obehag] till en intersubjektiv, [relationell] process, unikt skapad tillsammans av varje patient och analytiker", enligt en formulering från den relationella psykoterapins Margaret Black Mitchell (2021, s. 122)

Sammantaget kan sägas att det pågår en mängd psykiska aktiviteter utanför vårt medvetande, men inte riktigt på det sätt som Freud beskrivit det hela. Skillnaderna handlar bland annat om: *att* det omedvetna verkar vara ännu mera omfattande än i Freuds teorier, *att* det omedvetna är inte bara ett defensivt repressionssystem mot oönskat innehåll, utan ett funktionellt sätt att hushålla med medvetandets begränsade resurser och *att* mönster (patterns) etableras automatiskt långt tidigare än när vårt explicita (episodiska) minne har etablerats.

Det problemfyllda omedvetna hos Freud betraktas av flera samtida författare istället som en stor psykologisk tillgång. Denna positiva uppfattning finns i Wilfred Bions senare arbete och därefter hos Thomas Ogden, Michael Eigen, Antonino Ferro och Christopher Bollas. Förutom ovannämnda omedvetna automatiska handlingsstrategier, bär vi också med oss såväl positiva som negativa (traumatiska) erfarenheter, som inte symboliserats och därmed inte finns tillgängliga för vårt episodiska minne. Dessa utövar en omedveten påverkan på oss eftersom vi varken kan minnas, glömma eller bli av med dem.

Ämnesområdet det omedvetna upptar många teoretiker. Bollas talar om *det vi vet men ännu inte tänkt* (the unknown thought). Andra liknande begrepp är: *implicit relational knowing* (BCPSG – Boston Change Process Study Group), *unfelt known* (Robert Stolorow), *transconscious experience* (Benjamin Wolstein), *prereflective unconscious* (David Wallin). Ämnet är centralt inom den relationella psykoterapi med flera begrepp, till exempel *not-me* (Harry Stack Sullivan; Philip Bromberg), *unformulated experience* (Donnel Stern) *not-knowing-what-one-knows* (Stephen Seligman)(se: Wånge, 2019)

Att medvetande- eller omedvetandegöra?

Att öka medvetandet utgör inget självklart terapeutiskt mål. Bions tidigare drömbegrepp innefattar en rad psykiska operationer som tillåter våra (levda) upplevelser att förändras på ett sådant sätt att de blir tillgängliga för omedvetet psykiskt arbete – ett drömmande utan någon åtskillnad mellan medvetet och omedvetet, skriver Ogden (2005). Detta innebär en rörelse tvärtemot Freuds intention om jagets expansion. Här handlar det om att det omedvetna skall expanderas. Även Bollas är inne på liknande tankegångar. Ogden (2005, ss. 77–92) skiljer mellan det han kallar Bions *tidigare* och *senare* arbeten (även om detta inte är i strikt kronologisk ordningsföljd). Den tidiga Bion strävade efter att uppnå en slags entydig sanning där vägen dit utgjordes av en dialektik mellan förvirring och förståelse. I de senare arbetena strävade Bion efter att utvidga sanningen. Bion menar att vårt psyke främst arbetar på en omedveten nivå i ett slags ständigt pågående psykologiskt (dröm-)arbete.

Meningsskapande innebär att sammankoppla och integrera (linking) råmaterialet från olika sensoriska intryck. Bions (1962) terminologi för detta är att

transformera β -element till α -element med hjälp av α -funktionen. Ogden (2005) menar att analytikerns uppgift är drömma patientens icke drömda drömmar tillsammans med patienten. De italienska post-bionska fältteoretikerna Antonino Ferro och Giuseppe Civitarese talar i liknande terminologi (se: Wånge, 2017; 2019). Ferro menar att terapeutens uppgift är att hjälpa patienten att utveckla och sortera materialet via de *karaktärer* som utvecklas i det terapeutiska fältet. Dessa karaktärer består av a) en verklig del av patientens historia från en annan tid och plats; eller b) en fantasi från patientens inre värld; eller c) något som säger något om den rådande här-och-nu-situationen mellan terapeut och patient – eller en blandning av dessa tre aspekter. Berättelsen kan handla om det förflutna, det nuvarande eller peka mot framtiden (Ferro 1999).

I boken *Drömydning* skrev Freud att ”drömydningen är kungsvägen till kännedom om det omedvetna i det psykiska livet.” (1900, s. 544). Psykoanalytikern och filosofen Jonathan Lear (2005) menar att detta välkända uttalande delvis blivit missförstått. Det är inte själva drömmen utan snarare den vakna aktiviteten av att tolka minnena i drömmen som är det centrala. Det handlar mindre om upptäckten av ett fördolt dröminnehåll och desto mera om att försöka förstå själva den psykiska aktiviteten, det omedvetna sättet att tematisera, organisera och bearbeta erfarenheterna. Som exempel tar Lear Freuds dröm om den botaniska monografin (1900, s. 183). I sina associationer till drömmen minns Freud sin far Jacobs uttalande om honom: ”Det blir ingenting av den pojken.” (s 222). Detta minne var inte bortträngt hos Freud innan drömmen utan det handlar om att placera minnet i en sammanhängande helhet. Lear betonar att det är drömmaren själv och inte terapeuten som ska komma fram till betydelsen genom en slags vaken fortsättning av drömmandet, liknande Ogdens beskrivning ovan. Idag ses drömmen av de flesta psykodynamiska terapeuter som en av många vägar till att förstå det omedvetna.

Målet med terapi har förskjutits från att lösa omedvetna konflikter till att främja utvecklingen av härbergeringsfunktionen, det vill säga, mellan den omedvetna förmågan till drömmande (härbergeringsförmågan) och tankarna och känslorna från våra upplevelser (innehållet i det som härbergerats), menar Ogden (2005, s. 104). Han påpekar att det är viktigt att inte handskas med de olika begreppen som om



FOTO INGEGERD WACHTMEISTER

det vore krig mellan olika teorier och skolbildningar. Ogden hänvisar till den relationella psykologin som är komparativ och har en integrativ målsättning och till Donnel Stern som jämför olika emergens- och fältperspektiv (se: Thomas Ogden i förordet på Sterns *Relational Freedom* från 2015).

Bollas betraktar den kreativa potentialen från det (komplexa) omedvetna som en betydligt viktigare aspekt av psyket än symptom, bortträngning, motstånd eller överföring, skriver Sarah Nettleton (2017, s. 61). Bollas (2008; 2013) har en enormt positiv tilltro till det omedvetna arbetet och menar att det framstår med en egen logik om man lyckas följa och inte störa den fria associationsprocessen.

Kunskapsteori och sanningsbegrepp.

Vad kan sägas om kunskapsteorin vad gäller det omedvetna i den psykodynamiska teorin?

Freuds teorier startade med mekanism och objektivism i sin tidiga driftsteori. Senare liknade han terapeutens arbete vid arkeologens. Uppgiften var att gräva fram minnen som blivit övertäckta och förvanskade genom bortträngning. Med denna analogi sågs det fördolda som ett slags färdigskapat statiskt objekt utan egen dynamik, där "[allt] väsentligt är bevarat /.../ endast

begravts, gjorts oåtkomligt" (Freud 1937, 359f). Med en korrekt analytisk teknik går det "att fullständigt bringa det förborgade i dagen", menade Freud (1937, s. 360). Den traditionella bilden av det omedvetna som en mer eller mindre sluten container med gömt innehåll har idag ersatts av att betrakta det omedvetna som erfarenheter som är potentiella eftersom de är omentaliserade eller osymboliserade och ibland kan göras tänk- och talbara (Stern, 2015, s. 14f). I den relationella psykoterapien betonas att även terapeutens subjektivitet utgör en del i denna process. Freud var också inne på att det omedvetna var oformulerat när han skrev: "Den föreställning som inte uttrycks i ord /.../ stannar kvar som bortträngd i [det omedvetna]" (1915, s. 182).

Den sanning som Freud trodde sig frambringa var en entydig objektiv historisk sanning, helt i överensstämmelse med den då rådande objektivistiska naturvetenskapssynen. Efter relativitetsteoris successiva genomslag från det tidiga 1900-talet, och den senare så kallade språkliga vändningen inom humaniora och samhällsvetenskap, menar man att sanning alltid måste stå i relation till någon slags kontext. Freuds sanningssyn kritiserades på 1980-talet av Donald Spence (1982) som skiljer mellan historisk och narrativ san-

ning. Den narrativa sanningen har stöd i anknytnings-teorins mätinstrument Adult Attachment Interview (AAI) som visat att det är hur man bär med sig sin historia – berättar eller förstår den, som är korrelerat till framtida anknytningsmönster – inte vad som *faktiskt* objektivt sett har hänt (Wallin, 2007, s. 34). Men den objektivistiska historiska sanningssynen har trots allt ofta levt kvar inom psykodynamisk teori. Ett sorgligt svenskt exempel på detta utgör Thomas Quick-fallet. I naturvetenskapen är idealet oftast en strikt uppdelning mellan det som studeras och den som observerar, som är helt omöjlig att göra i psykodynamisk psyko-terapi, där observatören (terapeuten) utgör en del av studiefältet.

Ett ytterligare sanningsproblem finns hos patienten. Vår minnesfunktion utgörs av en process, med lite olika versioner av ett psykiskt skeende vid varje ny beskrivning (utöver rent banala fakta). Det går alltså inte att uppbringa en ursprunglig, icke kontaminerad version av patientens minne (Mitchell, 1997, s. 217ff).

Freud liknade också terapiprocessen vid schackspe-lande, där det finns vissa välanalyserade strategier för

öppnings- och slutspel, men däremellan en helt oförut-sedd dynamik (1913, s. 154). Analogin handlar mest om psykoterapeutisk teknik och säger inte så myck-et om själva kunskapsteorin – men i så fall får den benämnas ”emergent”. I relationell psykoterapi talar man om *emergens*, det vill säga att psykoterapeutiska processer är oförutsägbara och ibland lever sitt eget liv, genom att samspelande rörelser på en komplexitets-nivå kan skapa nya rörelser och kvaliteter på en helt ny komplexitetsnivå (Wänge, 2019, ss. 155–156).

Även Ogden betonar emergens, både själv och som uttolkare av Bions teorier. Han skriver att psykoana-lysen i grunden är ett projekt (enterprise) som invol-verar emergens – en oförutsedd upplevelse (Ogden, 2005, s. 83f). Bollas (2008) är också inne på denna tanke när han beskriver hur man skall försöka följa logiken i patientens associativa material, som nämnts ovan. Ogden talar om en absolut, emotionell sanning. Det terapeutiska arbetet består av att säga sådant som både upplevs som emotionellt sant och som är använd-bart för psykoterapeutiskt arbete, menar han (s. 61). Ogden skriver att idéer utgör formuleringar av struk-



FOTO INGEGERD WACHTMEISTER

turer av mänskliga upplevelser. Tänkare skapar inte sanningen – de bara beskriver den. Men att beskriva sanningen innebär att ge den en form, som i sin tur påverkar hur sanningen framställs och upplevs (2005, s. 61ff). I den lacanianska retoriken brukar det heta att ”det omedvetna är strukturerat som ett språk”, men med Ogdens sätt att resonera framstår detta antagande som en efterkonstruktion. Snarare är det så att det omedvetna ges struktur i först i samma stund som vi talar om det och därmed blir till föremål för våra grammatiska regler.

Den Intersubjektiva Systemteorin (IST) är en post-självpsykologisk teori skapad av fyra teoretiker, Robert Stolorow, George Atwood, Bernard Brandchaft (1916 – 2013) och Donna Orange, som ibland brukar räknas till den relationella psykologin. Teorin är fenomenologiskt baserad och man benämner själva sin kunskaps-teori för perspektivistisk realism – *perceptival realism* (Stolorow, Atwood & Orange, 2002). Genomgående i deras idéer är en kritik mot allt individualpsykologiskt tänkande – myten om det fristående psyket (the myth of the isolated mind) och mot den cartesianska uppdelningen mellan kropp och själ som de menar har genomsyrat den psykoanalytiska teoribildningen alltifrån Freud till mera moderna teoretiker som till exempel Otto Kernberg. Med intersubjektivitet menar man att psykoterapi utspelar sig i den dynamik som uppstår i gränssnittet mellan de båda parternas subjektiva världar.

De intersubjektiva systemteoretikerna anser att det omedvetna består av affektstillstånd. Istället för container-metaforen talar man i IST om erfarenhetssystem av förväntningar, förståelsemönster och mening. Psykoterapi blir inte ett grävande efter djupare skikt utan en undersökande dialog med syfte att utöka erfarenhetsfältet för det som faller utanför horisonten för parterna. Horisonten förflyttar sig oupphörligt. Gränsen mellan det medvetna och omedvetna är därför ständigt flytande och ett resultat av vad parterna gemensamt tillåter eller inte tillåter sig veta i den unika situationen.

IST utskiljer tre slags omedvetet: *det förreflektiva*, *det icke-validerade* och *det dynamiska* (Stolorow, Atwood & Orange, 2002). Det förreflektiva omedvetna utgörs av de organisationsprinciper (grammatiken) som tematiserar våra erfarenheter. Det icke-validerade omedvetna består av erfarenheter som aldrig formulerats på grund av att de aldrig fått något erkännande

från omgivningen. De dynamiska omedvetna är resultatet av en defensiv eller negativ organisationsprincip, bortträngning och dissociation, där barnet ibland tvingas offra sin perception (vad man ser eller hör) för att bibehålla en livsviktig anknytningsrelation. Det är inte innehållet utan de känslomässiga tillstånden som måste hållas borta. Brandchaft (2010) har skapat ett begrepp för att kunna förstå denna process när den sker i terapin som han kallar *patologiska anpassningssystem* – *systems of pathological accommodation* (se Wänge, 2019)

Med ett relationellt perspektiv kan man beskriva en terapi som en konstruerad spelplats där två personer tänker, agerar och samspelar tillsammans för att försöka förstå och analysera vad som pågår, vad som skapas gemensamt och vad vardera parter har burit med sig dit av påverkande mönsterfaktorer. Vidare är psykoterapi ett unikt kunskapsområde som även innefattar meningskonstruktion (Wänge, 2019, ss. 139–161). Med Bions idéer kan sägas att mening skapas genom att man sammanlänkar olika psykiska entiteter med varandra och att det krävs minst två personer för att kunna tänka.

Om man skall göra en bestämning av psykoterapiens kunskapssteoretiska status så ligger social konstruktivism närmast till hands, vilket innebär ett antagande om att människor aktivt konstruerar idéer om sig själva och sin värld av upplevelser och beteenden i en social kontext.

Påpekas ska att det omedvetna inte uteslutande handlar om intrapsykologi. Det pågår också omedveten interpersonell påverkan, vilket var en av Harry Stack Sullivans stora insikter (Stern, 2015). Detta har stöd i aktuell neurologisk forskning och i spädbarnsforskningen, som visar att det ständigt pågår icke-verbal kommunikation mellan oss, förmedlad via våra högra hjärnhalvor (Hill, 2021; Beebe & Lachmann 2002; 2013). Jag instämmer med Lewis Aron (1996, s. 23ff) som hellre föredrar *relationell konstruktivism* eller *relationell perspektivism*, eftersom termen social oftast bara varit förknippad med externa relationer, medan termen relationell är associerad med teoretiker som fokuserar såväl på inre som yttre relationer.

Epilog

Ett samtida perspektiv på det omedvetna innebär att terapeuten också skall främja det psykiska arbete som sker på omedveten nivå utan att nödvändigtvis försöka



FOTO INGEGERD WACHTMEISTER

medvetandegöra detta. Det terapeutiska arbetet måste även försiggå och transformeras inom den icke-verbala och pre-symboliska nivån. En del psykiskt material kan inte och ska inte formuleras verbalt. Ibland måste terapeutens förhållningssätt bestå av ordlös bekräftelse – en tystnad som underförstått markerar att ord inte räcker till, eller bara skulle uppfattas som förvirrande, påträngande eller triviala i sammanhanget (Pizer, 1996, s. 129). Istället måste man hjälpa patienten att komma i känslomässig kontakt med denna nivå, så som Winnicott (1963, "regression to dependence") och Balint (1968, "the area of creation") tidigt varit inne på.

Det omedvetna är ett mycket komplext fenomen och måste därför beskrivas från flera perspektiv. De traditionella (meta-)psykoanalytiska texterna om det omedvetna är intrapsykiskt begränsade, ibland förenklade och behöver kompletteras med nya formuleringar. Den relationella psykoterapin förespråkar ett breddat begrepp för det omedvetna, som är samskapat tillsammans med patienten, som lika väl kan vara baserat på dissociation som på bortträngning och som inkluderar fenomenet selektiv (o-)uppmärksamhet. ○



TOMAS WÅNGE
Relationell psykolog
www.tomaswange.se

REFERENSER

- Aron, L. (1996). *A Meeting of Minds. Mutuality in Psychoanalysis*. NY: Routledge
- Balint, M. (1968). *The Basic Fault*. London: Karnac.
- Beebe, B. & Lachmann, F. (2002). *Infant research and Adult Treatment: Co-constructing Interactions*. Hillsdale, NJ.: The Analytic Press.
- Beebe, B. & Lachmann, F. (2013) *The Origins of Attachment: Infant research and Adult Treatment*. NY: Routledge
- Bion, W.R. (1962). *Learning from experience*. London: Maresfield Reprints.
- Black Mitchell, M. (2021). Vitalizing engagement. The generative transformation of the project of psychoanalysis. I Schwartz Cooney, A. & Sopher, R. *Vitalization in Psychoanalysis Perspectives on Being and Becoming*. N.Y.: Routledge.
- Bollas, C. (2008). *The Infinite Question*. London: Routledge
- Bollas, C. (2013) *Catch them before they fall: the psychoanalysis of breakdown*. N.Y.: Routledge
- Brandchaft, B., Doctors, S. & Sorter, D. (2010) *Toward an Emancipatory Psychoanalysis*. N.Y.: Routledge.
- Ferro, A. (1999). *Psychoanalysis as Therapy and Storytelling*. London: Routledge
- Freud, S. (1900). Drömytning. *S.Skr.II*
- Freud, S. (1912a). Några anmärkningar om begreppet det omedvetna i psykoanalysen. *S.Skr.IX*, 65–71.
- Freud, S. (1912b). Råd till läkaren vid den psykoanalytiska behandlingen *S.Skr.VIII*, 139–150.
- Freud, S. (1913) Om inledningen av behandlingen. (Ytterligare råd om den psykoanalytiska tekniken: 1) *S.Skr.VIII*, 154–173.
- Freud, S. (1915). *Det omedvetna*. *S.Skr.IX*, 147–184.
- Freud, S. (1923). *Jaget och detet*. *S.Skr.IX*, 307–350.
- Freud, S. (1937). Konstruktioner i analysen. *S.Skr.VIII*, 355–368.
- Ginot, E. (2015). *The Neuropsychology of The Unconscious. Integrating Brain and Mind in Psychotherapy*. N.Y.: Norton.
- Hill, D. (2021). Vitality, attunement and the lack thereof. I Schwartz Cooney, A. & Sopher, R. *Vitalization in Psychoanalysis Perspectives on Being and Becoming*. N.Y.: Routledge.
- Lear, J. (2005). *Freud*. N.Y.: Routledge, 2015 second edition.
- Mitchell, S.A. (1988). *Relational Concepts in Psychoanalysis*. Cambridge, M.: Harvard Univ. Press
- Mitchell, S. (1997). *Influence and Autonomy in Psychoanalysis*. N.Y.: Hillsdale: The Analytic Press.
- Nettleton, S. (2017). *The Metapsychology of Christopher Bollas*. N.Y.: Routledge.
- Ogden, T. (2005). *This Art of Psychoanalysis*. N.Y.: Routledge
- Pizer, S. (1996). *Building Bridges. The Negotiation of Paradox in Psychoanalysis*. N.Y.: Routledge
- Solms, M (2015). *Consciousness and the Unconscious*. The New York Psychoanalytic Society and Institute. Föredrag oktober 2015.
- Solms, M. (2018). The scientific standing of psychoanalysis. *BJPsych International*, 15, 1, 5–8.
- Spence, D. (1982). *Narrative and Historical Truth. Interpretation in Psychoanalysis*. London: Norton
- Stern, D.B. (2015). *Relational Freedom. Emergent properties of the interpersonal field*. N.Y.: Routledge.
- Stolorow, R., Atwood, G. & Orange, D. (2002). *Worlds of Experience*. N.Y.: Basic Books. Routledge
- Wallin, D. (2007). *Attachment in Psychotherapy*. N.Y.: The Guilford Press.
- Winnicott, D.W. (1963). Communication and not communication leading to a study of certain opposites. I *The Maturation Processes and The Facilitating Environment*. London: Karnac.
- Wänge, T. (2017). Fältteori – Psykodynamisk teori under utveckling. *Psykoterapi* 2017:1 s.26-33
- Wänge, T. (2019). *Relationell Psykoterapi: introduktion & idéhistoria*. Sthlm: BoD – Bookson Demand