

Den ligeværdige DIALOG

”Den ligeværdige dialog” tager udgangspunkt i forfatterens personlige gennemlæsning af filosofien med henblik på at finde en ny grund for en eksistentielt baseret psykologi og psykoterapi

Anmeldelse ■ Af Line Andersen

■ Karsten Borg Hansen har skrevet en modig og ambitiøs bog om psykologisk praksis ud fra en eksistentielistisk forståelsesramme – en bog, som er relevant og inspirerende, også for praktikere som mig, der ikke arbejder med psykoterapi, men med ledelse og samarbejde. Mit eget faglige udgangspunkt er grundlæggende en sprogfilosofisk (socialkonstruktionistisk) referenceramme, og i forhold til dette tilfører bogen solide begreber til at zoome ind på netop det psykiske.

Bogen er modig, fordi den med sit projekt afviser at besvare tidens krav om værktøjer, der umiddelbart kan omsættes til at ”løse” de problemer, vi møder som praktikere. Der tilbydes her ikke en salgbar, slagkraftig teori, som udræder enkle kategorier for det psykiske med tilhørende præcise fremgangsmåder for at håndtere psykiske problemer, men i stedet dialektiske begreber, der indkredser kompleksiteten omkring det psykiske i sine sammenhænge. Det er med andre ord ikke nogen letlæst how-to-do bog om psykoterapi, hvilket læseren skal være indstillet på.

Bogen er tillige ambitiøs, fordi dens projekt er at føre den fænomenologiske analyse hele vejen igennem fra eksistensfilosofferne over psykologien (inkl. udviklingspsykologien) til en praksisteori om psykoterapi og på denne baggrund udarbejde en beskrivelse af, hvad der må guide den eksistentielt orienterede psykoterapeut i mødet med sin klient.

Fra filosofien til psykologien

Forfatterens eget ståsted er den psykoterapeutiske praksis, og for at finde grundlag for en ny begrebslighed om psykoterapien og dens genstand ser han tilbage på de fire eksis-

tensfilosoffer Husserl, Heidegger, Sartre og Merleau-Ponty. De gamle filosofers fællestræk var at udvikle en dialektisk begrebslighed om væren og bevidsthed, og de tilbyder således et reelt alternativ til naturvidenskabens moderne/objektiverende forståelse af det psykiske, som har sneget sig ind i mange psykologiske teoridannelser og er næsten umulig at få øje på, fordi den er så selvfølgelig. Hensigten med besøget hos filosoferne er at hente inspiration, ikke at afklare disse i forhold til hinanden, og læseren skånes for sektariske akademiske diskussioner om, hvorvidt de med deres store forskellighed kan forenes på fælles ontologisk grundlag.

Fra filosoferne går turen til psykologien og udfoldelsen af dialektiske grundbegreber om subjektiviteten (det psykiske) gennem en fænomenologisk analyse. Analysen tager udgangspunkt i det enkle – og uendeligt store – spørgsmål: Hvad er bevidsthed? Fænomenologisk set er det eneste, jeg kan vide, at der er, og at denne væren er bevidst. Derfor bliver bevidsthed den eneste givne kategori, hvorfra de næste foldes ud: eksistens, kropslighed, tidslighed, intersubjektivitet, og sidst men ikke mindst spørgsmålet om subjektivitetens objektivering; at eksistensen på én gang er subjektivt (op-)levet og objektivt efterreflekteret, to poler, som kun eksisterer i kraft af hinanden, og som udpeger det spændingsforhold, mennesket forstår sig selv i. Dette betegnes ”det dialektiske grundvilkår”:

”Det vil sige, at mennesket helt grundlæggende befinder sig i relation til sig selv, hvilket igen betyder, at jeg i selve min eksistens er en splittelse, som er et subjekt, der forholder sig til sig selv som objekt. (...) Det betyder, at det eneste, vi derfor kan beskrive, er sammenhænge eller forhold

som i sig selv også er relative og derfor også må forstås i relation til andre sammenhænge eller forhold, som de på deres side befinder sig i et dialektisk forhold til.” (s. 26)

Hvad betyder det for praksis?

I bogens tredje del tager forfatteren fat på, hvad alt dette betyder for en psykoterapeutisk praksis, hvad man som psykolog vil gøre, når man arbejder på grundlag af disse begreber og rationaler. Bogens titel ”Den ligeværdige dialog” er det korte svar på det spørgsmål. I teksten beskrives dette ud fra tre perspektiver: Disse indebærer at være åbent til stede i øjeblikket, sammen med klienten, og på én gang følge hans fortælling, hvor den end starter og bevæger sig hen (førstepersons perspektivet), og samtidig være til stede som en positiv signifikant anden for klienten (andenpersons perspektivet) – dvs. som en, der netop i kraft af at være en anden ser klienten på en anden måde end denne selv gør.

Den centrale teknik er her det, der bliver kaldt den relaterende og subjektiverende reformulering, som består i, at terapeuten gentager det, klienten har fortalt, med sine egne ord, og som han har forstået det ud fra det, der er blevet sagt. Disse reformuleringer kan bekræfte en fælles forståelse, eller de kan danne udgangspunkt for korrektion og yderligere dialog.

Derudover skal terapeuten kunne anlægge et tredjepersons perspektiv, som sætter ham i stand til at se på samspillet mellem de to andre perspektiver i relation til de rammer, der er for den professionelle samtale (fx at samtalen varer 60 minutter, at sygesikringsordningen giver mulighed for 12 sessioner, at arbejde i et behandlingssystem, når eksistentiel terapi ikke er behandling osv.), således at han bevarer overblikket over processen og fastholder sit professionelle ansvar.

Førstepersons-perspektivet indebærer, at terapeutens opgave bliver at forholde sig åbent til eksistensen, som den p.t. fremtræder for klienten; dvs. med de åbne/mulige relationer, der vil være mellem klientens konkrete oplevelse og de sammenhænge, der er til resten af klientens livsverden. Man tager altså ikke for givet, at klientens problem handler om noget bestemt (følelser, kognition, fortrængninger, relationer) – endsiges at klienten overhovedet har et problem – men forsøger at forholde sig åbent og udforskende til helheden i det, klienten fortæller, og imellem det, han fortæller, og det, han ikke fortæller.

En forudsætning for, at terapeuten kan indtage anden-

persons-perspektivet på klientens fortælling, er kropsligheden – at mærke det forståede og den genklang, fortællingen vækker i terapeutens egen livsbaggrund, som skønt grundlæggende forskellig fra klientens også indeholder noget alment, fælles tankegods. ”Det betyder, at den eksistentielle samtale ... finder sted midt i polariteten mellem adskilthed og forbundethed.” (s. 172)

Ligeværdighed skal altså her forstås på den måde, at terapeuten bringer sig selv, sin autenticitet og sårbarhed ind i mødet med klienten med sin uvidenhed som sit vigtigste redskab, og dermed gør sig til en ligeværdig og fejlbarlig samarbejdspartner.

Eksistensens egen udfoldelse

I en afsluttende epilog rundes bogen af med en perspektivering ud i de spirituelle perspektiver, som ligger lige til højrebenet for en psykologisk teori, hvor meningsskabelse er det centrale i forståelsen af mennesket og det subjektive.

Som læser har bogen konstant beriget mig med oplevelsen af, at den fænomenologiske analyse formår at standse tiden og minutøst undersøge øjeblikket (jf. Stern: ”Det nuværende øjeblik”), hvad der sker i løbet af et handlingsflow. Som en Rynkeby-reklame: Indhold er naturens egne frugter – intet andet! Indhold er eksistensens egen udfoldelse. Ingen tilsætningsstoffer, ingen smarte modeller, teknikker eller personlighedsstrukturer. Kun eksistensbegreber. Som en elastik, der nænsomt strækkes helt ud, så man kan se, hvad den består af, og hvordan den hænger sammen.

De indsigter og begreber, der kommer ud af det, kan praktikerne tage med sig næste gang han står midt i handlingsflowets centrum.

Line Andersen

BOGDATA ■

Karsten Borg Hansen: ”Den ligeværdige dialog – Psykoterapi på et eksistensfilosofisk grundlag”. Dansk psykologisk Forlag, 2009. 233 sider, 298 kr.

