

*Den psykoterapeutiske holdning* er skrevet af Carsten René Jørgensen, der er cand.psych., ph.d. og professor i klinisk psykologi ved Psykologisk Institut, Aarhus Universitet. Den behandler på kritisk vis aktuelle og debatterede forhold i det psykoterapeutiske arbejde, eksempelvis hvad der virker i psykoterapi samt, hvordan den enkelte terapeut kan opnå en fagligt funderet tilgang.

Forfatterens ærinde synes at være at præsentere den psykoterapeutiske holdning som en overordnet tilgang til det psykoterapeutiske arbejde, hvortil den enkelte terapeut kan finde sin egen stil i udførelsen heraf. Den psykoterapeutiske holdning kan således ikke standardiseres, men indebærer terapeutens indstilling, eller måde at relatere sig, til patienten, og hvad der udspiller sig i det terapeutiske rum. Dette både i relation til behandlingsalliancen og til psykoterapeutens egne oplevelser og reaktioner. Den psykoterapeutiske holdning er uafhængig af den enkelte terapeuts metode, men vedrører mangefacetterede forhold omkring psykoterapeutisk arbejde, særligt måden at møde patienten på og etableringen af det terapeutiske rum.

Bogen er inddelt i en indledning, to dele samt et afsluttende kapitel. Indledningsvist introduceres bogens holdningsgrundlag med bl.a. at argumenter for, at det er nødvendigt med en nytænkning i synet på psykoterapi. Bogens første del er inddelt i seks forholdsvist kortfattede kapitler, og fremstiller hovedsageligt en grundig redegørelse af psykoterapiforskningen. Væsentlige pointer i denne del af bogen er, at den medicinske funderede tilgang, der stadig i høj grad dominerer psykoterapi, bør suppleres med nye psykoterapeutiske metoder. Metoder, der i højere grad fokuserer på de terapeutiske faktorer og terapeutens mere personlige og relationelle egenskaber i behandlingsalliancen. Anden del af bogen består af fire kapitler med en del mere længde. Her fokuseres på, hvordan den dynamisk relationelle forståelse af psykoterapi fremtidigt bør få en mere fremtrædende rolle i både forståelsen af psykoterapi, uddannelsen af psykoterapeuter og psykoterapiforskningen. Hertil fremstilles det, at den psykoterapeutiske holdning er et område, der bør videreudvikles, særligt i forhold til, hvordan terapeuten bedst kan møde patienten i det terapeutiske rum, så effekten af fælles terapeutiske faktorer, og de centrale elementer i den psykoterapeutiske relation, maksimeres. Bogen afrundes med et fint opsummerende kapitel, hvori Jørgensen kommer med forslag til videre implikationer af bogens pointer.

Et af bogens væsentligste formål er at skabe fokus på, hvad der virker i psykoterapi og særligt i den psykoterapeutiske relation, holdning og praksis. Som nævnt sker dette bl.a. ved at påpege, at den medicinske model, der er blevet overført til psykoterapi, har visse fejl og mangler. Således argumenterer Jørgensen for, at denne model passer godt ind i eksempelvis psykoterapeutisk forskning, men potentielt overser mere mellem menneskelige faktorer. Derimod bør en dynamisk relationel terapiforståelse, hvor terapeuten som person er mindst lige så vigtig, som den anvendte terapeutiske metode, praktiseres fremadrettet. Hertil udgør den psykoterapeutiske holdning et væsentligt bidrag.

Bogens budskab er bl.a., at de metodiske tilgang ikke er afgørende, men at eksempelvis en veltilpasset behandlingsintervention med en god relation mellem terapeut og patient i højere grad er udslagsgivende for det gode terapeutiske forløb. Disse terapeutfaktorer er et væsentligt emne bogen igennem, hvortil der inddrages megen empiri omkring eksempelvis hvilke mere personlighedsmæssige egenskaber, der skaber den gode terapeut. Samtidig fremstilles det, at det kræver en vis faglighed, erfaring og (selv)bevidsthed at opnå den psykoterapeutiske holdning, hvorfor dele af bogen beskæftiger sig med hvilke krav, der bør stilles ved uddannelsen af psykoterapeuter, og hvad der kan gøres for at fordre psykoterapeutiske egenskaber som empati og relationel bevidsthed.

Generelt fremstiller bogen en grundig gennemgang af psykoterapiens grundsten og historiske udvikling frem i dag. Denne gennemgang bygger bl.a. på et helt kapitel dedikeret til Freuds psykoterapi, og de oprindelige psykoterapeutiske begrebers relevans og manifestationer i dag, særligt med fokus på overføringsbegrebet og dynamikken i det psykoterapeutiske rum. Ligeledes belyser Jørgensen på omfattende vis hvilke faktorer, der medvirker til at skabe god psykoterapeutisk behandling. Således behandler bogen alt fra kravene til den enkelte psykoterapeut, behandlingsalliancen, non-verbal kommunikation i denne relation til hvad der forskningsmæssigt kan gøres for at skabe mere og bedre viden om psykoterapeutiske forhold fremadrettet.

Bogens pointer og påstande er velunderstøttede af en konstant inddragelse af empiri af nyere såvel som ældre dato, som underkastes en kritisk stillingstagning. Jørgensens budskaber fremstår derfor meget velunderbyggede, og det er tydeligt, at bogen er skrevet på baggrund af en høj grad af klinisk erfaring. Bogen kan anbefales til både nyere og mere garvede psykoterapeuter, der søger viden og inspiration til eksempelvis det psykoterapeutiske arbejde. Den omfattende karakter, som bogen er skrevet med, gør den også anvendelig for læsere, der er under uddannelse, da de anvendte begreber m.m. undervejs uddybes og forsvares. Her opstår en svaghed ved bogen, da visse passager synes at virke lidt gentagende, og sproget samtidig har tendens til at blive lidt indforstået og langtrukket, hvilket gør, at læseren kan miste fokus og visse pointer utydeliggøres. Alt i alt er dette dog en bog, der tager godt hånd om læseren og ved hjælp af præsentationen af den psykoterapeutiske holdning introducerer nogle brugbare, velunderbyggede og relevante fremtidige implikationer for det psykoterapeutiske arbejde.

*Af Anne Kjær, cand.psych.*

