

VANVIDDETS

Psykiaterens Knud Golls erindringer om sit arbejdsliv rummer mange fortællinger.

En af de vigtige handler om langtidsterapien som både menneskelig og økonomisk investering.

”Vanviddets veje. Fra fireogfyrre somre i sundhedens tjeneste” er en erindringsbog begået af psykiateren Knud Goll. Han er en udsædvanlig en af slagsen, da tro, håb og kærlighed til livet og medmenneskene er en bærende kraft. Hvilket bliver et gennemgående tema i forhold til de mange mennesker, han har mødt som psykoterapeut.

Jeg selv kender forfatteren ret godt, idet vi har arbejdet sammen de sidste 20 år.

Bogen har flere lag. Et lag er en fortælling om Knud Golls karriere som læge. Først om hans tvivl og trange vej igennem lægestudiet. Siden om hans tid som praktiserende læge ved ophold bl.a. i Sverige, på Færøerne og med egen praksis i Thyholm.

Under sit arbejde som praksislæge opdager Knud, at han godt kan lide at snakke med de mest vanvittige, som de andre ikke kan rumme og ikke tør se i øjnene. Han fortæller om, hvordan en stærkt psykotisk mand venter fikseret i bælte på behandling. Overlægen siger, at patienten kan være farlig, men Knud river sig løs, sætter sig ind til manden og får en god snak med ham. Næste morgen kalder manden på Knud og sagde: ”Tak fordi du ikke var bange for mig.” Knud fortæller herfra: ”Den dag vidste jeg, at jeg skulle være psykiater ... Har man én gang mødt sådan en fyr, glemmer man det aldrig helt. Man begynder at fatte håb, – at tro måske kan flytte bjerge”. (s. 43).

Et andet lag er Knuds grundlæggende forståelse af de psykiske, de psykiatriske



VEJE

og de psykosomatiske symptomers opståen. Han mener, at symptomerne ikke er det vigtigste, men at *forløbet* er det. Med andre ord har alle symptomer deres egen udviklingshistorie, som hænger nøjes sammen med symptombærerens familie- og livshistorie og de mønstre, forviklinger og dilemmaer, der er opstået undervejs i de impliceredes liv.

Ydmyg og nysgerrig

Flere historier i bogen genspejler følgende dilemma: At mange af de mennesker, der har opsøgt Knud, har søgt omsorg og har måttet tage form efter positive eller negative forventninger, alt efter de andres bevidste eller ubevidste valg. Hvis man må nøjes med at lade andre vælge for sig, risikerer man at tabe sit sande jeg af syne. Man risikerer at havne i en position, hvor ens følelser, meninger og oplevelser ikke er legale at have eller give udtryk for. Man risikerer at miste sig selv.

Mange af de forløb, Knud har haft, er således præget af mennesker, der har brug for at rekonstruere deres følelsesliv eller udforske det for første gang, samtidig med at terapeuten er ydmyg, nysgerrig og kan slippe egne ambitioner på klientens vegne. Denne ydmyghed indebærer, at man som psykoterapeut først lærer af klienten og hans fortælling. Når vi først har indtaget den lærendes position i forhold til vores klienter, er de parate til at lære af vores (mer-)viden.

Dette er betydningsfuld viden for psykologer. At fagligheden er vigtig, men hvis ikke den bygger på et men-

neske, der tør træde i karakter og vise, at man både vil og tør den anden, så kan fagligheden blive en undskyldning til ikke at forholde sig.

Knud Goll mener grundlæggende, at: "Terapi er at gå forrest og tro på sig selv og den anden." (s. 125). Psykiateruddannelsen er livslang og administreres mest af patienterne. Hvis de altså får lov. Forfatterens grundantagelse er: alle ytringer, også hallucinationer og det at høre stemmer, er meningsfyldte budskaber, som vi skal lære at afkode og forholde os til.

Knuds første læremester i psykiatri sagde: "Kun sandheden kan hjælpe menneskene". (s.10). Det er svært at hjælpe et nødlidende menneske, hvis ikke man tør være ærlig i forhold til både sig selv og den, man sidder over for. At man tør vedkende sig sin egen afmagt, ærgerrighed og angst og lærer at håndtere den. Samtidig er tid og tålmodighed vigtige faktorer.

Dette fører til bogens tredje lag, der fylder mest i bogen: fortællinger om nogle af de mange mennesker, forfatteren har haft i terapi. Om langtidssamtaler med de psykotiske mennesker, om mennesker med psykosomatiske symptomer, om selvmordskandidaterne, de traumatiserede flygtninge, de svigtede voksne børn etc. Bogen er således mest fortællinger om de psykoterapier, forfatteren har gennemført, kombineret med hans refleksion over selve terapierne og de mennesker, han har siddet over for. På den måde er dette en fagbog i fortælleform.

BOGDATA:

Knud Goll: "Vanviddets veje.

Fra fireogfyre somre i sundhedens tjeneste."

Gyldendal 2004. 217 sider, 225 kr.

Langtidspsykoterapi

Et meget vigtigt budskab er netop vigtigheden af langtidspsykoterapi, og Knud Goll viser, at man kan komme langt med at hjælpe mennesker med meget alvorlige problemer ved at have tålmodighed og rumme, spejle og udfordre et andet menneske igennem mange år.

Der fortælles om flere 5-10-årige forløb med meget psykotiske mennesker, og hvor mødet med terapeuten nemt kan gøre forskellen på, om de skal bo på en døgninstitution eller kan leve for sig selv med udefrakommende støtte. Der kan både spares væsentlige ressourcer ved sådan et forløb og mindskes megen lidelse og psykisk smerte.

Knud Goll peger på, at stort set alle mennesker, der bliver psykotiske, skulle have tilbudt en kvalificeret psykoterapi ved siden af en eventuel social indsats. Jeg er meget enig i, at manglen på kvalificerede tilbud af slagsen faktisk er meget alvorlig, hvis man vil lave en indsats, der virkelig rykker for de sindslidende mennesker.

Det bør dog for egen regning tilføjes, at langtidspsykoterapi hverken er god eller dårlig i sig selv. Den kan i værste fald være med til at skabe usund afhængighed og hjælpeløshed hos klienten og i bedste fald være helt afgørende for, om et menneske kommer videre i livet eller ej. Dette afhænger af terapeutens kvalifikationer, problemets art og konteksten for hele samarbejdet omkring forløbet.

Forfatteren mener, at hvis man i højere grad satsede på langtidsforløb, så kunne ▶ ▶ ▶

- ▶ ▶ ▶ det måske revolutionere socialpolitikken. Men kun måske, fordi det kan være svært at finde terapeuter nok, og at vi såkaldte normale dybest set sætter for lidt pris på galskaben. Den gør os bange, og frem for at se dette i øjnene udskiller vi de mest sære og vanvittige, så de ikke længere er synlige i vores horisont.

Om Irene

Igennem hele bogen går historien om Irene, en dengang 37-årig kvinde med fibromyalgi, som Knud hjalp til at blive rask ved at snakke med hende i alt 243 gange igennem godt fem år. Hun undgik at få en pension. Det er historien om en kvinde, som lærte at være til stede som barn uden at være der. Hun faldt i ét med tapetet, hvor hun i flere situationer "forlod" sin krop og sine følelser.

Knuds grundlæggende tese er, at hun ikke er blevet taget alvorligt, og derfor er hun ulykkelig. Hun bliver meget vred på ham, når han siger, at han tror, hendes vrede imod kommunen, stedfaderen og ham er den samme. Og at hendes vrede er det samme som smerterne. Hendes symptomer bliver efterfølgende forværret ved bl.a. svære smerter i arme og nakke og synsforstyrrelser. Han siger til hende: "For det første: Jeg tror, at dine symptomer er en virkelighed. For det andet: den dag du begynder at tro bare på ét menneske, er du halvvejs rask." (s. 33).

I terapien gennemgår de mange faser, følelser, fortrængte og fortiede ting. I samtale nr. 47 siger hun: "Hvis jeg ikke er syg, er der ingen, der vil høre på mig.

Jeg risikerer at blive lam, blind og alt muligt." (s. 67). I samtale nr. 191-200 siger Irene: "Når man har gået i mange år og løjet, så opdager man det selv. Man kan ikke

holde ud at høre sig selv mere. Så begynder man at tale sandhed. Og så er man rask." (s. 202).

Der skal dog flere samtaler til. I de sidste samtaler (nr. 226-243) sker der forsoning i forhold til fortiden og stabilisering af aktuelle relationer. De ses et halvt år senere. Irene har det bedre end nogen sinde. Hun viser Knud et brev fra et menneske, hun har hjulpet ud af alvorlige vanskeligheder. Hvordan gjorde du? spørger Knud. "Som du viste mig", siger Irene. (s. 205).

Andre langtidshistorier

De fleste af de beskrevne langtidshistorier er sammen med meget psykotiske mennesker. De er meget spændende og levende fortalt, og det er svært at lægge bogen fra sig. Der savnes måske lidt flere refleksioner omkring anvendte teorier og metoder i terapien, men hvis man ser godt efter, så er begge dele indlejret i selve terapifortællingerne.

Et gennemgående tema i terapierne er forfatterens evne til selvrefleksion og evnen til at lære af det, der sker undervejs. Bogen er meget illustrerende for, hvordan det nytter at tro på den anden,



være vedholdende og have det udgangspunkt, at uanset hvilket (symptom-)sprog vi mennesker bruger, så har det altid en mening. En mening, som skal afkodes for at skabe muligheden for at gå nye veje og blive tro imod sig selv igen.

Det forudsætter en anden person, som tør være et vidne til den opsøgendes proces og samtidig validerer dennes oplevelser. Bogen beskriver rent faktisk, hvordan man i praksis kan forhold sig recovery-orienteret.

Bogen kan bl.a. bestyrke psykologer i vigtigheden af at turde lære at stå ved sig selv og sine klienter. Men dette er også en bog, der med stort udbytte kan læses af klienter og pårørende, bl.a. fordi den viser, at det nytter at gøre en indsats, at blive ved og bevare håbet, også når ens liv ser meget håbløst ud.

Langtidspsykoterapien er et område, vi som psykologer og vores forening skulle kæmpe for at bringe på banen i meget højere grad, end det er tilfældet i dag.

En kvalificeret indsats af denne art kan måske beløbe sig til 150.000 kr., hvad der kan lyde voldsomt, men den kan i en del tilfælde spare på en livslang pension, som nemt kan løbe op i tre-fire mio. kr. Det er faktisk uansvarligt – både menneskeligt og økonomisk – ikke at satse på dette område. Her venter faktisk en stor opgave for vores forening.

Jónas Gústafsson