

# VIRKELIGHED OG SJÆLESORG

”Vil du være rask”, sagde Jesus til den lamme ved Bethesdas Dam (Joh. 5,6). ”Vil du betale forandringens pris” (Bent Falk, side 121).

Bent Falk har i 2006 udgivet bogen ”Virkeligheden. Supervision i gestalt-terapeutisk sjælesorg” og bruger i sammenhængen citatet til at vise terapiens åndelige dimension. Men det er også et citat, som rummer hele bogens mening: Forandringens pris er, at den lamme skal holde op med at gå rundt med sin bære og tage ansvar og slippe den. På samme måde i gestaltterapien, hvor vækst, udvikling og forandring både kræver erkendelse af det, der er, og modet til forandring. Terapeutens rolle er med udgangspunkt i klientens selv-støtte at stimulere udforskningen af ’Hvem er jeg?’, ’Hvad vil jeg?’, og ’Hvordan opnår jeg det?’

”Den fænomenologisk-eksistentielle terapi understøtter modstanden ved at undersøge frygten i et ikke-moraliserende rum. Derved praktiseres den grundlæggende regel om forandringens paradoks, som siger, at du ikke kan forandre det, du ikke først har accepteret” (Bent Falk, side 63).

Det er et stort ærinde, teologen og psykoterapeuten Bent Falk er ude i: at formidle de (hovedsagelig af ham selv) udviklede praksisformer i sjælesorg, psykoterapi og supervision med afsæt i en syntese af sin kristne tro og de indbyrdes uadskillelige teoretiske og terapeutiske traditioner i gestaltterapien.

Jeg deler ikke Bent Falks bekendelse til den kristne tro, men i kraft af min opvækst er jeg blevet ”udsat for” en massiv eksplicit og implicit påvirkning. Så den Gud, jeg ikke tror på, er den samme Gud som den, Bent Falk tror på, og jeg vil forholde mig afventende, nysgerrigt og respektfuldt til bogens budskaber.

*Psykologer og præster arbejder begge professionelt med mennesker — i terapi eller sjælesorg. Bent Falks bog om ”Virkeligheden” går på et kristent grundlag ind i dette møde.*



## Sjælesorg

Bogen består af et teoretisk afsnit (27 sider) og et afsnit om supervision (130 sider), hvor dialoger mellem supervisor (Bent Falk) og supervisanden samt alle de kommentarer, der knytter sig til supervisionen fra den øvrige gruppe, supervisanden og Bent Falk, er udskriftet fra en båndoptagelse. Desuden er der fire relevante bilag af faglig karakter, som understøtter bogens teoretiske grundlag.

I en bog, der anvender ordet sjælesorg og alligevel henvender sig til en bredere målgruppe end ”forkyndere”, er forfatteren naturligvis læseren skyldig at definere den forståelse af ordet sjælesorg, der beskrives: ”Sjælesorg er omsorg for hele mennesket set under en religiøs synsvin-

kel (...) Når de ikke kan få erfaringerne i deres liv til at stemme med teorierne om deres tro ...”. (side 18), mens terapeutisk sjælesorg er ”en teologisk kvalificeret omsorg for troen og den troende, som udføres parallelt og integreret med en psykoterapeutisk kvalificeret omsorg..” (side 14). Den supervision, der beskrives i bogen, udføres på samme grundlag. Forskellen(e) til andre opfattelser af psykoterapi og supervision vil jeg lade ligge i denne omgang.

I det teoretiske afsnit vises med stor indsigt og metodisk stringens, hvordan den kristne tankegang og den gestaltterapeutiske tankegang på væsentlige områder har samme grundlæggende ”ånd” / metateori og med Bent Falks selektion kan integreres til et samlet og helt syn.

## Bogdata:

Bent Falk: "I virkeligheden. Supervision i gestalt-terapeutisk sjælesorg". Forlaget Anis, 2006. 224 sider. 249 kr.

## Gestaltterapi

I Bent Falks gestaltterapeutiske tilgang vægtes i særlig grad teorien om paradoksal forandring: Du kan ændre dig, når du oplever/bliver opmærksom på det, du er, og det, der er. Så længe du ikke kan se bjælken i dit eget øje, kan du ikke se og opleve (dig selv), og du behøver/bør sådan set heller ikke beskæftige dig med splinten i den andens. Men i det øjeblik du oplever/bliver opmærksom på bjælken, ændrer den karakter, og du skaber en mulighed for at blive i stand til at se.

Andre kardinaldyder i gestaltterapien, som Bent Falk lægger vægt på, er den eksistentielistisk-fænomenologiske metode. Altså en betoning af valgets og viljens betydning i den personlige vækst og udvikling samt en respekt for den andens oplevelse – og sandheden for den anden i hans oplevelse her og nu. Den af Martin Buber formulerede dialogiske tankegang, jeg-du-relationen som den optimale relation, men også som både vejen og målet til den egentlige væren med den anden. Det, der hindrer denne jeg-du-relation, benævnes af gestaltterapien som grænseforstyrrelser (forstyrrelser/afbrydelser i kontakten i form af konfluen, introjektion, projektion, retrofleksion og defleksion.) Gestaltterapien er en ikke-styrende terapiform og indbefatter i øvrigt i alle henseender de rogerianske kernebetingelser for god terapi.

## Supervision

Bent Falk eksponerer sig selv til det yderste med fremlæggelsen af udskrifter af hele supervisionsforløb i en bog med en potentiel stor læserskare uden for "meheden".

Ingen tvivl om, at afsnittet er lærerigt og kaster mange gode teoretiske og tera-

peutiske pointer fra sig. Stærkt står passagerne, hvor Bent Falk drager forhastede konklusioner eller bliver for styrende og herefter fint vender tilbage til det, indrømmer at have taget fejl – og i mange tilfælde undersøger, om superviseren ønsker at arbejde med det endnu en gang. Enkelte steder bliver der sagt "Undskyld" – mere er ikke nødvendigt. God gestaltterapi er, som Bent her demonstrerer det, ærlig, direkte og uden omsvøb.

I gestaltterapi diskuteres meget, hvorvidt self-disclosure (at vise sig som person) er givende for terapien eller ej, og i denne bog vises mange eksempler på en fin balancegang mellem self-disclosure og bevarelse af sin integritet og troværdighed som terapeut.

Supervisionsforløbene citeres, og det står enhver frit for at lære af selve den praksis, der lægges for dagen, og også for at være kritisk over for den. Der er meget fine eksempler på gestaltterapeutisk praksis, og man forstår, at supervisionsgruppen består af bibelkyndige deltagere, som arbejder med et belastet klientel i hverdagen. Bent Falk kan derfor uden videre anvende hentydninger til det religiøse aspekt i dialog med det gestaltterapeutiske i sine kommentarer.

Den kommenterende del har foretagskarakter. Det har jeg faktisk aldrig selv oplevet i gestaltterapeutisk træning, men jeg kan sagtens se indlæringsværdien, specielt fordi Bent holder sig til det konkrete terapiforløb og binder det sammen med de teoretiske og metodemæssige pointer. Her kan man virkelig se hans omfattende erfaring som underviser og forkynder slå igennem.

## Konkluderende

Bogen er velstruktureret i sin opbygning og formidling. Gestaltterapien frem-

lægges som en samlet måde at tænke og arbejde på. Der er henvisninger og citater fra forskellige af Bent Falks læremestre og trænere i gestaltterapi foruden Jung-analyse, klinisk pastoral uddannelse og anden relevant træning og uddannelse.

Den basislitteratur, der ligger bag gestaltterapiens metode, er desværre kun præsenteret i litteraturlisten, og det er overladt til læserne, hvor de kan læse videre om de mere specifikke emner. Jeg gætter på, det hænger sammen med, at gestaltterapien i meget høj grad tilegnes gennem træning, træning og atter træning. Efterhånden begribes tankegangen og bakkes op af samtidig læsning og teoritilegnelse. Alligevel ville det have rart med referencer – det kunne for eksempel være i form af fodnoter.

Undervejs i teksten er der til gengæld systematiske kildeangivelser til bibelcitaterne, hvilket jeg personligt også har langt mere brug for end henvisningerne til den psykologiske litteratur. Men alt afhænger jo her af, om man er teolog eller psykolog.

Bogen har fremragende muligheder for at tilføje de præster og andre, der på et kristent grundlag arbejder med terapi/sjælesorg, den gestaltterapeutiske og også mere grundlæggende psykologiske teori og metode. De arbejder professionelt med mennesker under alle omstændigheder, og teologerne har jo en meget længere tradition end psykologerne for at gøre det.

Det er godt, at der er folk, der som Bent Falk tager ansvar for, at fundamentet for dette er i orden – og også kan afgrænse sig og gøre forsvarligt opmærksom på det, de ikke er uddannede til.

Birgit Erichsen