

Følelsesmæssigt

svigt

På baggrund af
en bog af Emmy van
Deurzen-Smith

stiller artiklens
forfatter spørgsmålet:

Svifter den
eksistentielle
terapeut?

I lyset af de senere års stigende interesse for eksistentiel psykologi og terapi er der behov for at diskutere dennes metode og eventuelle implikationer. Der kan ikke herske tvivl om, at vi som terapeuter også må beskæftige os med eksistentielle spørgsmål, men jeg tvivler på, at vi kommer klienten tilstrækkeligt i møde gennem et eksistentielt fokus.

Min tvivl styrkes, når jeg retter blikket mod en af de senere års fremtrædende britiske eksistenspsykologer Emmy van Deurzen-Smith.

I bogen „Eksistentiel samtale og terapi“ beskriver hun, hvordan eksistentiel terapi fordrer specielle egenskaber hos terapeuten, som bør udmønte sig i

en speciel terapeutisk holdning. Dette rejser især følgende spørgsmål: Står den eksistentielle terapeut i fare for på den ene side at svigte klienten følelsesmæssigt og på den anden side at fratage klienten ansvar? Og indebærer den eksistentielle terapi en risiko for at intimidere klienten?

Svigt af klienten

Den eksistentielle tematisering i terapien foregår ud fra den eksistentialistiske filosofis temaer. Opsummerende er disse, at angst er et grundlæggende livsvilkår, som opstår på baggrund af eksistensens frihed til valg. Samtidig er ethvert menneske underlagt eksistensens begrænsende betingelser; det givne og uundgåelige, herunder døden. Accepterer vi vores frihed til at foretage valg under disse betingelser, finder vi mening i såvel lidelsen som i eksistensen.

I forlængelse af disse temaer vægter terapien den individuelle specielle måde, hvorpå vi forholder os til eksistensen. Og endelig, at vi i sidste ende selv bærer ansvaret for vores eksistens.

Eksistentiel terapi hviler på et fænomenologisk grundlag. Den eksistentielle terapeut arbejder derfor ikke som i psykodynamisk terapi med teoribaserede tolkninger, som fx vil forklare og forstå aktuelle følelser ud fra bagvedliggende årsager i barndommen eller relationen. I stedet arbejdes der med beskrivelsesbaserede tolkninger, hvor terapeuten ud af klientens beskrivelse af et fænomen udleder et direkte udsagn, som herefter undersøges sammen med klienten.

Klienten rustes

At det er det filosofiske fokus, som står i centrum, understreges af Emmy van Deurzen-Smith: „Eksistentiel terapi er en undersøgelse af mere filosofisk end medicinsk eller psykologisk art.“ Og „i sidste ende er det den faste beslutning om at møde tilværelsens prøvelser og genvordigheder, der dominerer timen, snarere end en følelsesmæssig erkendelse af de involverede vanskeligheder.“

Med dette fokus placeres klinisk erfaring, psykologiske teorier og betydningen af det, som sker i den tera-

peutiske relation, periferisk. Vel at mærke til fordel for en filosofi, som til syvende og sidst må ses som en tankekonstruktion, og som i mindre grad bygger på videnskabelige observationer af den menneskelige udvikling og psyke.

I og med at der ikke, som i psykodynamisk terapi, arbejdes eksplorativt med overføring- og modoverføringsbegrebet samt det følelsesmæssige engagement i de tidlige relationer, springes et væsentligt led i terapien over. For mig at se er det essentielt, at vi ved at imødekomme og forstå klientens følelsesmæssige vanskeligheder og behov empatisk, netop ruster klienten til at kunne forholde sig til sin eksistens.

Ved derimod at fastholde et filosofisk fokus og det intellektuelle niveau heri ser jeg en risiko for, at klienten svigtes følelsesmæssigt, og at klientens følelsesliv frem for alt søges tilpasset i nogle filosofiske begrebsstørrelser. Terapeuten bliver hermed mindre 'terapeut' og mere 'filosofisk dialogpartner'.

Med en killingmosk metafor kan ovenstående be-



ILLUSTRATION: LISBETH E. CHRISTENSEN



skrives ved, at klienten banker på i stuen og terapeuten åbner vinduet på første sal. Åbner terapeuten i stedet for den dør, som klienten banker på, åbnes der samtidig en mulighed for, at de sammen kan bevæge sig op på første sal.

Med andre ord er det måske netop ved at rumme og acceptere klientens følelser, at vi som terapeuter bevirker en udviklingsproces, som „modner“ klienten til en eksistentiel tematisering.

Den kloge terapeut

Emmy van Deurzen-Smith beskriver den eksistentielle terapeut som: „en mentor i kunsten at leve. Den erfarne eksistentielle terapeut er mere som en meget klog mand eller kvinde end som en fremragende tekniker eller en snedig strateg.“

Spørgsmålet er, om den i forvejen asymmetriske terapeutiske relation ikke kommer på kæntringskurs ved at tillægge terapeuten sådanne mytiske egenskaber? Når dette sammenholdes med Emmy van Deurzen-Smiths videre beskrivelse af, at terapeuten ikke stiller støtte og accept til rådighed, men derimod fordringen om at „gennemtænke det utænkelige“, opstår der hos mig en forestilling om terapeuten som repræsentant for *den universelle sandhed*.

Forestillingen bekræftes

yderligere ved at Emmy Van Deurzen-Smith gentagende gange kæder terapeuten sammen med „klarhed og visdom“ og derved placerer terapeuten på et niveau, som virker betydeligt højere end den hjælpsøgende klients niveau.

Når terapeuten tillægges sådanne mytiske egenskaber og der samtidig rettes strengt fokus mod en sandhed og mening, som det formodes at terapeuten har fundet, så mener jeg, klienten kan blive forført eller presset til at overtage terapeutens sandhed.

Jeg mener ikke, at Emmy van Deurzen-Smiths udsagn om, „at det altid vil være klientens sandhed, som søges“, kan forenes med, at terapeuten sidder med sin version af sandheden og har koblet den sammen med terapeuten som „den kloge“. Det giver indtryk af en karismatisk og magtfuld terapeut, som fortæller klienten, at denne må søge efter sin egen sandhed og mening, og som samtidig indtager en holdning, der fortæller klienten, at terapeuten for længst har taget den universelle sandhed og mening i besiddelse.

Spørgsmålet er, om dette ikke stiller den hjælpsøgende klient i en unødvendig svaghedsposition i forhold til terapeuten, og om det ikke i sidste instans bevirker, at terapeuten kommer til at tage ansvar fra

klienten, frem for, som det tilsigtes i den eksistentielle terapi, at bevæge klienten til selv at tage ansvar?

Sammensmeltning

I en psykodynamisk forståelsesramme er terapeutens empati omdrejningspunktet for en tilstand, der veksler mellem objektivitet og indlevelse i klientens oplevelse. I denne forståelse ligger det, at objektiviteten beskytter terapeuten og klientens subjekt mod sammensmeltning, og at indlevelsen fremmer terapeutens forståelse af klientens oplevelse.

Emmy van Deurzen-Smith beskriver en tilstand i terapien, som hun sætter over empatien: „Til en vis grad sigter det eksistentielle terapeutiske forhold mod den oplevelsesmodus, der kendetegner det forenede jeg-mig-forhold. Terapeut og klient vil normalt opleve denne sammensmeltning af deres projekt i det øjeblik, hvor arbejdet skrider frem mod en ærlig vurdering af klientens stræben.“

Som jeg forstår Emmy van Deurzen-Smith, er det centrale i denne tilstand 'sammensmeltningen' og herunder, at terapeuten og klientens subjektivitet „transcenderes“ i et fælles projekt om at komme nærmere sandheden.

Når jeg betragter dette i forhold til, hvad jeg ovenstående beskriver som 'terapeutens mytiske egen-





skaber', får jeg vanskeligt ved at øjne den plads, som levnes klientens subjekt, og jeg tror, det kan blive svært at skelne terapeuten og klientens projekt fra hinanden. Jeg forestiller mig, at det i værste fald kan opleves som intimiderende af klienten, og at klienten i kraft af relationens asymmetri netop er sårbar overfor intimidering.

I Emmy van Deurzen-Smiths beskrivelse får tilstanden endvidere et forførende skær, hvilket er menneskeligt, fordi vi ganske simpelt tiltrækkes af tanken om, at alt kan gå op i en højere enhed. Det er derfor tænkeligt, at mange klienter kan have en fantasi om enhed i den terapeutiske relation, men frem for at styrke denne fantasi må vi som terapeuter kunne bære at konfrontere klienten med det urealistiske i fantasien. Ligeledes må vi som terapeuter kunne bære, at klienten selv foretager sine valg, og at disse ikke altid er de valg, vi kunne ønske for dem.

Det forførende element kommer måske tydeligst til udtryk i den nærmest religiøse dimension, som Emmy van Deurzen-Smith sammenligner 'sammen-smeltningen' med: „Healere, shamaner eller præster lader sig ved sådanne lejligheder smelte sammen med deres protege i en bevægelse mod Gud, naturen eller en anden magt.“

I denne sammenligning

ligger det, at terapeutens bevægelse er *frivillig*. Spørgsmålet er, om det er den samme frivillighed, som kendetegner klientens bevægelse – for måske bevæges klienten snarere til sammensmeltning af bitter nød, relationelt behov eller følelsesmæssig betrængthed?

Rette tid og sted

Vi undgår ikke at blive stillet over for klienters eksistentielle problemer. Når de dukker op, bør vi tage os af dem, hvad der kan foregå gennem en eksistentiel tematisering i sammenhæng med den øvrige terapi. Retter vi derimod straks fokus på den eksistentielle tematisering i terapien, kan der være en fare for, at vi skyder over målet, fordi klienten ikke nødvendigvis er følelsesmæssigt moden til denne.

Det svarer til, at vi stiller krav til et lille barn om at finde mening i eksistensens ultimative fordringer, uden at vi først har mødt og rummet barnet følelsesmæssigt - uden den nødvendige følelsesmæssige ballast kan eksistensen virke uoverkommelig.

Joan Nørgaard
er speciale-studerende
stud.psych.

* Emmy van Deurzen-Smith: Eksistentiel samtale og terapi, Hans Reitzels Forlag, København 1995.