

Nyhedsbrev Nr. 1, januar 2003

Nye medlemskriterier!

På medlemsmødet i Århus blev det vedtaget at ændre kriterierne for medlemskab i GF. Årsagen til ændringen er, at vi det sidste halve år har fået mange forespørgsler om medlemskab, der ikke har været helt ligetil at tage stilling til og godkende. Da GF blev stiftet i 1997 af en lille flok "gamle garvede gestaltterapeuter", hvoraf de fleste var psykologer og en lille del havde beslægtede uddannelser; f.eks. psykiater og socialrådgiveruddannede + videreuddannelse i gestaltterapi formulerede vi medlemskriterierne lidt "uldent". På det tidspunkt var det nemlig svært at forudse, at vores forening ville blive interessant for folk med meget blandede grunduddannelser.

Men ikke desto mindre er der nu i stigende grad folk med gestaltterapeutiske uddannelser, men uden relevant "beslægtet" grunduddannelse, der ønsker medlemskab af GF. Det betyder, at mange ansøgere hverken har akademisk eller social- og sundhedssektor-uddannelse som kan indikere, at de har lært noget om klinisk- udviklings- og anden psykologi. Det er muligt at disse ansøgere alligevel er dygtige, det er bare ikke til at gennemskue.

Ved GF's start blev det besluttet at vi ikke vil være en kompetencegivende forening, og at vi derfor ikke vil give os af med selv at vurdere medlemmernes psykoterapeutiske kvalifikationer. Men vi må erkende at GF som paraplyorganisation må sikre, at der er en høj faglig standard hos medlemmerne. Hvis ikke får vi et troværdighedsproblem.

I styregruppen har vi derfor talt frem og tilbage og er endt med en nyformulering af medlemskriterierne, som blev godkendt på medlemsmødet i Århus af de fremmødte medlemmer. Det nye er at ansøgere, der ikke kan dokumentere en formel akademisk grunduddannelse, som er beslægtet med kandidatgraden i psykologi, nu kan blive medlemmer

hvis de udover en 3-årig videreuddannelse i gestaltterapi er medlemmer af Psykoterapeut Foreningen.

Denne forening har nemlig gjort det store arbejde (som vi ikke vil gøre) at vurdere, om uddannelserne kvalificerer til godkendelse som psykoterapeut. Denne godkendelse læner vi os nu op ad og slipper for de værste samvittighedskvaler. De gestaltterapeuter der allerede er medlemmer forbliver medlemmer uanset om de opfylder ovenstående krav eller ej. Hermed er sat en streg og dermed en ny begyndelse.

Hanne Hostrup (red. og forkortet af webmaster!)

Referat af medlemsmøde

7 medlemmer mødte op for at se og diskutere et foredrag af Lynne Jacobs, der var optaget på video ved et af Gestalt Journals aktiviteter. Optagelsen var ikke særlig god, men trods dette gav den en faglig vitamininsprøjtning. Af og til afbrød vi båndet, for at diskutere, hvad vi havde set. Læs nogle af deltagerens kommentarer nedenfor referatet. Efter foredraget holdt vi et ganske kort medlemsmøde, hvor gestaltkonferencen 3. maj i år blev introduceret.

REFERATER AF LYNNE JACOBS FOREDRAG "A relational approach to development in psychotherapy"

Referat og kommentarer af Ole Emig

I de udsnit vi så, sagde L. J., at det for hende var mere vigtigt af have fokus på klientens oplevelsesverden end på kontaktforstyrrelser. Som eksempel på, at hun var mere interesseret i, hvilken mening klinten danner i processen og fortolkningen af det oplevede, end i kontaktforstyrrelse nævnte hun projektion. Hun tog afstand fra dette begreb, idet hun så det som en mekanisme og ikke en interaktion. Hun forstår i stedet for det, vi kalder

projektion, som klientens selektive perception og afstemning til det i relationen her og nu, der opleves som mest farligt.

L. J. betonede at lytte sig ind i klientens perspektiv, og som terapeut at være opmærksom på egen virkning på klienten fra øjeblik til øjeblik. Hun ville i kontakten gå mere efter "det, der er", end hun konfronterende ville definere forskelle. Awareness så hun som et naturligt biprodukt af et kompetent og resillient selv, hvorfor hun ikke så klientens awareness som noget, terapeuten primært skulle fokusere på. Et væsentligt spørgsmål for hende var, "hvad kan jeg gøre i kontakten, for at klienten kan tage næste skridt (i processen)?" Fokus for hende var her, hvilken mening klienten ser i processen og fortolkningen af sine perceptioner. Hun definerede 'mening' som relationen mellem figur og grund, og 'realitet' definerede hun fænomenologisk som relationen mellem Stimulus og Subjekt. På denne baggrund mente hun, at det var vigtigt for terapeuten at lytte med respekt til, hvordan klienten ønsker at være kendt og set. Og også lytte til, hvilke behov klienten havde i barndommen og ikke fik dækket. Med denne therapeutholdning ville relationen mellem klient og terapeut blive det helende omdrejningspunkt i terapien.

I diskussionerne bagefter havde vi en del fokus på, hvad der ved L. J.s tilgang var anderledes i forhold til en mere klassisk gestaltterapi. En deltager bemærkede, at L. J.s syn på terapi måske var udtryk for, at hun i højere grad arbejdede med borderline problematikker end med neuroser. I forlængelse hermed problematiserede delta-geren, at dialogaspektet hos L. J. kunne blive nedprioriteret, så terapeuten ikke var tilstede som person i mødet med klienten, men i høj grad blot fulgte klientens proces. Hertil bemærkede en anden deltager, at hun med sin selvpsykologisk inspirerede tilgang, i starten af terapien gjorde sig til spejlende selvobjekt for klienten. I diskussionen blev dette omformuleret til, at L. J. lagde stor vægt på anerkendelse af klienten. Et forsøg på at sammenfatte, hvad vi i diskussionen så som 'anderledes' hos L. J. kan udtrykkes således:

... højere grad af affektafstemning med fokus på at være, hvor klienten er i sin udviklingsproces.

... i højere grad at lade tiden og relationen virke i terapien.

... et opgør med "den frække konfrontation"

Med andre ord, mindre fokus på frustration i Perlsk forstand og mere vægt på relationen i terapien. Hvorvidt vi som gestaltterapeuter kunne lade os inspirere af L. J. og af hvad, var der naturligvis ret forskellige meninger om. Personligt finder jeg integrationen mellem gestaltterapi og intersubjektiv selvpsykologi lovende, måske især i forhold til klienter med narcissitiske træk og borderline problematikker. Som en af deltagerne i mødet sagde, så er der måske også i den postmoderne vestlige kultur i højere grad livskår, som fremmer sådanne træk og problematikker.

Samtidig finder jeg begreber som awareness og kontaktforstyrrelser så centrale for gestaltterapien, at vi ikke uden videre kan smide dem ud med badevandet. Vi har stadig brug for dette tankegods fra gestaltterapiens klassikere, om ikke andet så som centrale momenter i terapeutenes felt. En integrationsproces mellem gestaltterapi og intersubjektiv selvpsykologi betyder ikke nødvendigvis, at vi som gestaltterapeuter må droppe vores forståelse af selvreguleringsprocessen. Men vi kan måske have større fokus på relationen og optræde mere anerkendende end konfronterende overfor klientens proces i mødet. Set i dette lys kan L.J.s bidrag til gestaltterapien måske ses som en inspiration til udviklingsarbejde også i gestaltterapeutisk praksis her i landet. Jeg skriver 'måske' en del gange, fordi jeg ikke er sikker på, om L.J.s relationelle tilgang egentlig er i særlig principiel opposition til, hvad nutidige danske gestaltterapeuter anser for god og ordentlig gestaltterapi.

(Lynne Jacobs har i øvrigt sammen med Richard Hycner skrevet bogen 'The healing relationship in gestalt Therapy . A dialogic / self psychology approach. (The gestalt Journal Press, 1995). Her uddybes nogle af de tanker hun gav udtryk for i foredraget.)

Mikael Sonnes kommentarer

Lynn Jacobs og Gary Yontef kalder den måde de arbejder på for relationel gestaltterapi. Det synes jeg er uheldigt, idet gestalt qua feltteori og den fænomenologisk dialogiske metode er relationel. Men de har med udtrykket villet understrege det relationelle og lægge afstand

til en uheldig konfronterende form som mange forbinder gestaltterapi med.

L. J. redegør for, hvordan gestaltterapien kan og sikkert allerede for mange har udviklet sig til mere fokus på det relationelle aspekt: hvad der sker i relationen terapeut-klient. Der er egentlig ikke noget nyt i at sige, at terapeuten skal respektere klientens fænomenologi og udøve inclusion (forstået som at terapeuten inkluderer, hvordan han selv opfattes når han sætter sig i klientens sted) -. alligevel er det som om den særlige vægt hun lægger på vedvarende at lytte fra klientens perspektiv fremfor at have opmærksomhed på f.eks. kontaktabrydelser giver anledning til eftertanke.

Lynne Jacobs inspiration kommer fra den anden lejr hun også bevæger sig i, nemlig intersubjektiv selvpsykologi, hvor arbejdet med "affective attunement" skærper terapeutens evne til hele tiden at følge de små nuancer og bevægelser i klientens følelser og fænomenologi. L. J. mener, at det har gjort hende til en bedre gestaltterapeut at træne dette fokus på at lytte "from within the perspective of the client". Selv om vi i gestalt ikke tænker terapeuten som selv-objekt, er det interessant at det, hvis man udover at være tilstede som person til person vælger at tænke i selvobjekt perspektiv, kan skærpe ens fornemmelse af intentionaliteten i klientens fænomenologi og dermed af, "hvad er det, jeg terapeut bedst gør lige nu som understøtter klientens next step".

L. J. mener bl.a. at det ikke er så nødvendigt at fokusere på awareness, fordi det er en evne klienten udvikler af sig selv som et biprodukt af terapeutens totale interesse for klientens fænomenologi. Klienten vil selv få lyst til udvidet awareness. Det betyder ikke, at vi ikke skal arbejde med awareness, men måske mest være interesserede i hvilken kontakt (hvad kan jeg terapeut gøre/sige for at understøtte klientens next step) der bedst understøtter klientens egen lyst til udvidet awareness.

En for direkte awareness til det, som terapeuten oplever som klientens kontaktabrydelser lige her og nu, kan risikere at gentage et 'shaming-issue' for klienten.

L. J. snakker om kontaktbegrebet. Det er for så vidt en modsætning at tale om, at kontakt er møde mellem forskellighed, f.eks. Jeg-Du, idet reel kontakt samtidig er lig med foranderlighed af denne forskellighed. Hun mener, at det godt kan betyde en terapeutisk forskel om man er mere eller mindre optaget af den ene eller anden side af kontaktbegrebet (forskellighed contra foranderlighed i kontaktfladen).

Hun fremhæver, at det at klienten ser noget hos terapeuten som terapeuten ikke selv oplever hos sig selv ikke behøver betyde, at klienten projicerer. Det kan f.eks. være noget, man som terapeut ikke er sig bevidst. I stedet for at beskæftige sig med begrebet projektion foreslår hun, at man respekterer, at det, som klienten ser hos én, er den figur, der er vigtig for klienten at se og så går videre med at undersøge, hvordan den er vigtig. Man sætter sin egen awareness bl.a. om projektioner/ kontaktabrydelser i parentes for at folde klientens fænomenologi helt ud.

Det er vel almindelig god gestaltterapi. Og ikke noget der gør at vi behøver kalde os relationelle gestaltterapeuter eller selvpsykologiske gestaltterapeuter? Jeg synes ikke der er tale om integration mellem selvpsykologi og gestaltterapi eftersom, der ikke bibringes gestaltterapi/ teori noget som ikke allerede findes. Men det er absolut relevant at hente inspiration til at skærpe væsentlige aspekter af nutidig gestaltterapi ved at prøve at tage "intersubjektiv Selvpsykologiske briller" på..

Hanne Hostrups kommentarer

Jeg er enige med L.J. i, at vi med fordel kan lade os inspirere af de selvpsykologiske begreber om inklusion og empatisk bekræftelse. Denne inspiration har imidlertid længe præget "gestalt-scenen" på godt og ondt, (jeg har nævnt det i en artikel i Psyke og Logos, 2000) og allerede i 1986 blev jeg undervist i det af Bob Martin (daværende kollega til Bob Resnick og Gary Yontef). Hos Joseph Zinker er det et meget tydeligt element i hans arbejde – og har været det længe. Det er som om L.J. vil overbevise os (eller er det bestemte gestaltterapeuter i USA?) om, at gestaltterapien hidtil har værdsat cool "objektiv" iagttagelse og konfrontation uden hensyntagen til klientens selvstøttesystem. Det er en forståelse af gestaltterapien, jeg kun kan genkende, når jeg tænker på fortidens barske "han-terapeuter", der førte sig frem med narcissistisk omnipotens. Jeg kan slet ikke identificere dette som god nutidig gestaltterapi.

L.J. sætter ikke desto mindre en provokerende streg under vigtige aspekter i moderne gestaltterapi, nemlig: Projektion som organiseringsproces (oplevelse) og ikke som indre strukturer, der "flyttes" over i en anden. Awar-ness, som en her-og-nu-proces over tid. Terapeutens selvdisciplinering og awareness overfor sine egne kontaktforstyrrelser. Heling af selvregulerings-processen som en funktion af (awareness i) kontakt. Altsammen vigtige gestaltterapeutiske begreber.

Jeg er ikke enig med L.J. i hendes betoning af at "sætte sig i klientens stol" og høre hende "indefra". For det første er det ikke muligt (og ikke det samme som mirroring) og for det andet, er det netop pointen i det Buber'ske møde, at det nye (forandringen) opstår, når forskelligheder (jeg-du) respekteres (ikke forandres) og mødes og går op i en højere enhed (som dét, der er imellem jeg-du).

Jeg kan få den tanke, at L.J. arbejder med mange narcissistisk skadede klienter og taler ud fra det. Selv om denne klienttype er tidstypisk, er det dog ikke enhver klient, der kan diagnosticeres sådan, og man kan – efter min mening – ikke se det terapeutiske arbejde uafhængig af den enkelte klientens særlige kontakt-adfærd. Det er i arbejdet med netop narcissistiske forstyrrelser (og ikke i al terapi) nødvendigt at arbejde med mirroring og med det, som kan kaldes "twin-ship-hunger", hvor (Kohut hæver, at) terapeuten må fungere som forlængelse af det grandiose selv således, at klienten kan forholde sig til en gradvis skuffelse af idealiseringen. Dette indebærer, at terapeuten interesserer sig for (ikke konfronterer og afbryder) klientens konfluente tanker, følelser, handlinger osv. i forhold til terapeuten. Det indebærer ikke, at terapeuten selv bliver konfluent – tværtimod - men kun, at han anerkender klientens klyngen sig til ydre idealer som substitut for "huller" i selvet. Når terapeuten forholder sig accepterende til klientens skæve eller skrøbelige evne til adskillelse her-og-nu, kræves en høj grad af awareness og selvdisciplin hos terapeuten, da hun ellers (af irritation og rettesyge) kan fristes til selv at afbryde den eneste mulige og terapeutisk nødvendige forbindelse med klienten.

L.J. foredrag tvinger os til at reflektere over disse ting i en teoretisk og praktisk sammenhæng – og det er nyt.