



## FORSIDE-ILLUSTRATION

Billedet hedder *Tjurkurrpa* og kunstneren *Sister Nakamarra*. Det stammer fra udstillingen "Dreamings": The Art of Aboriginal Australia, 1986. Den aboriginalske kunst, både den nye og den gamle, fortæller historier, der visualiseres ved hjælp af et mangfoldigt tegnsystem. Det er kunst der handler om menneskets forhold til og samhørighed med naturen. I den aboriginalske verden er landskabet gennemsyret af betydning, der har at gøre med *Dreamings*.

*Dreamings* er forfadervæsener, som både går forud for os i efterkommere og som bor i nulevende generationer. *Dreamings* skaber en åndelig identitet, et fællesskabsbånd, en slags gruppemærker, der hænger sammen med et fælles krav om jord.

Malerier, dekorationer osv. er ikke kunst i europæisk forstand. Det er udtryk for mening og samhørighed mellem alt eksisterende. Hvis man ser på denne kunst med "gestalt-øjne" kan man sige, at den er et visuelt udtryk for "organisme/felhed. Det sted, hvor vi - ifølge

## Nyhedsbrev 2, 2004, 8. årgang

Martin Buber – bliver til som mennesker. Det "inbetween", hvor det nye sker – det som ikke blot er noget konkret, men som også har åndelig kvalitet.

## NYT "ANSIGT" PÅ BLADET

Som I ser, er der kommet et nyt "ansigt" på vores blad, og indholdet er sat op på en lidt anden måde end før.

Navnet *Nyhedsbrev* er erstattet med et logo + navnet Gestalt-terapeutisk Forum. Fortsættelsen: "... i Danmark" står stadig på bagsiden sammen med adresse osv. Bladnummer, årgang og årstal er gjort mere tydelige. Den lysegrå omslagskarton er bibeholdt fremfor at vælge karton i mere kradsede farver for at signalere en saglig"stil", der ikke forsøger at konkurrere med diverse farvestrålende udbud af tidsskrifter og reklameblade.

Teksten er sat op i to spalter med fast bagkant i en nedfotograferet 14pk.times, og der er mere luft imellem de forskellige

artikler mens stregen imellem dem taget væk.

Styregruppen talte om at bruge en mere glattet papirkvalitet men i så fald skal bladet trykkes i bogtryk, og det er dyrere – ca dobbelt op. Så det vil være penge ud af vinduet i hvertfald så længe, vi ikke beslutter os for et egentligt tidsskrift, hvilket kræver en stor læserkreds med abonnement osv.

## **KONFERENCEN 2005**

Der er nu nedsat en konferencekomité, som skal tage sig af at organisere alt omkring den 2. Danske Gestaltkonference, der løber af stablen i foråret 2005 i Århus. Komitéen består (igen) af: Mikael Sonne, Ole Ry Nielsen, Jan Tønnesvang og Hanne Hostrup. Derudover er styregruppen selvfølgelig med til at tage de endelige beslutninger samt står til rådighed med råd og dåd. Der er tanker om at invitere Joseph Zinker som hovedtaler og der arbejdes på det praktiske omkring det.

## **FOREDRAG OG MØDE**

*Rapport fra mødet i København 20. februar.*

Det var første gang vi mødtes i de nye mødelokaler: "Basen", Carl Nielsens Allé. Leder af "Basen" Jesper Rasmussen, som står for vores brug af lokalerne, havde sørget godt for os med

kaffe, the og småkager (det er vi ikke forvænt med). Lokalerne er store, derfor druknede de få der var mødt op først lidt i al den plads, men så snart mødet var i gang, glemte vi det.

På trods af de få fremmødte (ca 12 mennesker udefra + 6 medarbejdere på stedet) blev det et livligt møde, med en engageret foredragsholder og et diskussionslystent publikum.

h.h.

## **SYSTEMISK TERAPI**

*Foredrag af Mogens Holme*

Referant: Jan Tønnesvang.

### Introduktion

Mogens indledte med en kort notits om effektforskningens påvisning af, at psykoterapi virker, og at der ikke kan konstateres noget definitivt om at nogle terapiformer virker bedre end andre, men at forskellige terapiformer i stedet virker forskelligt. En grund til at den kognitive terapi synes at vise gode behandlingseffekter er formentlig, at den er bedst undersøgt. Den systemiske tilgang er mindre undersøgt og som oplæg til sit foredrag gør han opmærksom på, at han ikke vil hævde at den systemiske terapi skulle have bedre effekter end andre tilgange – herunder gestaltterapi. Men den systemiske tilgang er udtryk for en speciel måde at arbejde på, og som grundlag for at forstå denne tegnede han et historisk rids over elementer i systemterapiens udvikling

### Historisk rids

De første ansatser til systemterapien kom i 50'erne ved Palo Alto i Californien med bl.a. Bateson, Wickland, Haley som centrale skikkelser i en forskergruppe, hvis egentlige fokus var kommunikation i bred forstand. Således både *blev* og *er* kommunikation centralt i systemtænkning. Senere sluttede Milton Erickson sig til gruppen og med ham tog interessen for hypnose form som interessefelt.

Blandt de "gamle" systemtænkere fremhæves særligt Bateson og Erickson som fortalere for hver sin side af den systemiske tænkning. Bateson var med sin erkendelsesteoretiske interesse et centralt ankerpunkt for udviklingen af den teoretiske side af systemtænkningen mens Erickson med en kombineret kreativitet og en pragmatisk indstilling blev centralt ankerpunkt i udviklingen af systemtænkningens praktiske side. Holmes pointe er så, at den efterfølgende udvikling indenfor systemterapi svinger mellem disse teoretiske hhv praktiske poler.

For videreudviklingen i den teoretiske pol står i første omgang Milanogruppen – Silvano, Cecchin, (der døde for nyligt), Boscolo og Prata. Dernæst træder Steve de Shazer ind på arenaen og står fadder til løsningsorienteret terapi. Ifølge Holme ser man

her i modsætning til Milano-gruppen en mindre betoning af den teoretiske side og en større betoning af den praktiske side. En af de Shazers pointer er, at man skal søge at finde de positive sider ved/omkring et problem som ellers opleves negativt, dvs. finde og hæfte sig ved de sider, der lykkes.

Ifølge Holme er den næste teoretiske svingning Tom Andersens fokusering på terapeuten som reflekterende og faciliterende (bl.a. i form af at arbejde med reflekterende teams)

Hermed stoppede den historiske skitsering, hvor der dog afslutningsvist blev knyttet en tråd til Maturanas konstruktivistiske systemteori og hans antagelser om multivers. Maturana blev dog ikke koblet ind i den kronologiske linje, og det forblev uklart om Holmes position er hhv. 1. eller 2. ordenskybernetikken eller den strukturdeterministiske systemteori med afsæt i Maturana.

### Punktnedslag

\* Det er umuligt at manipulere, så derfor bør vi lade være, paradoksalkonstaterede Holme med reference til Lynn Hoffmann. Og deri kan han jo have en pointe, i hvert fald hvis man med manipulation mener en fuldstændig kontrol over, hvorledes den anden skal handle. Pointen er, at vi alle er en del af større systemiske

sammenhænge og derfor aldrig kan have kontrol over omgivelserne. ”En del af helheden kan ikke kontrollere helheden” som han sagde med reference til Bateson. Vi kan nok gøre noget i forhold til omgivelserne, men hvorledes omgivelserne reagerer på både kort og længere sigt, er vi ikke herre over.

\* En anden (og afgørende) pointe i den systemiske tænkning er, at der ikke findes nogen objektiv sand beskrivelse af virkeligheden. Det, der er, er forskellige beskrivelser. På den måde er der tale om en epistemologisk relativisme, og målet med en terapi på dette grundlag er ikke at nå et bestemt sted hen med klienten(erne), men at arbejde med det mål for øje, som klienten selv præsenterer. Det problem som klienten(erne) kommer med skal altid ses i den større relationelle (og kulturelle) sammenhæng, det befinder sig i og er del af.

\* Derfor er en primær metodisk strategi at anvende cirkulære spørgsmål. Med et eksempel om Knud (”knudemand”) og Yvonne og deres kommunikation illustrerede Holme, hvorledes årsagsforklaringer, der vender tilbage til enten Knud eller Yvonne er forkerte, og at en måde at bryde med sådanne forståelsesformer – og lære klienterne, at det er anderledes, er gennem brug af cirkulær metodik, hvor opmærksomheden retter sig mod, hvordan den ene (fx Knud) tror at den anden (fx Yvonne) opfatter Knuds måde at

kommunikere på en bestemt måde på.

\* Udover cirkularitet er afgrænsning af fokus i det samlede system vigtigt i en systemisk terapi. Endvidere er det centralt, at man arbejder med positiv reformulering af problemstillinger og at fænomener som modstand ikke findes. I stedet findes der samarbejde som på anden vis både er en mere positiv opfattelse af det, der sker og ikke er individuel placeret som modstand kan menes at være. Og samarbejde finder altid sted på enten mere eller mindre frugtbar vis. Man kan så at sige ikke ikke-samarbejde, ligesom man ikke kan ikke-kommunikere. Så spørgsmålet er ikke om man samarbejder og kommunikerer, men hvordan man gør det, og udforskningen af dette finder sted ved en afsøgning af, hvorledes den anden (fx Yvonne) i den enes (fx Knuds) opfattelse kan tænkes at reagere på den enes (fx Knuds) måde at samarbejde og kommunikere på. På dette punkt kan man vel sige at der er en parallel til gestaltterapiens kontaktforståelse. Man kan ikke være i ikke-kontakt men måden, hvorpå man er det varierer og kan være mere eller mindre hensigtsmæssig.

\* Overordnet er målet med systemisk terapi at man tilbyder klienten andre måder at forholde sig til sin situation på ved at søge efter positive konnotationer i de ellers negativt konnoterede problemstillinger. Med denne be-

toning af positive konnotationer som gennemgående element reflekterede Holme kort over, hvorvidt man (et system) også kan udvikle sig gennem negative elementer. Uden at afvise dette som en mulighed fastholder han, at systemisk terapi tager sigte på at vægte de positive reformuleringer

#### Eksempler

Mogens fortalte illustrerende om sit arbejde med flashback oplevelser hos incestpatienter, hvor han fremhævede betydningen af at lave nye scenarier, og hvordan sådanne nye "fortællinger" kan have en forløsende effekt

#### Hjemmeopgaver.

Et centralt element i den systemiske terapi er brugen af hjemmeopgaver. Dette kan begrundes med hensyn til opfattelsen, at man som terapeut har tiltro til, at hvis man bidrager til at iværksætte ændringer og/eller forstyrrelser i systemet, så vil det selv finde ud af at forandre sig. Som eksempel nævnte Holme med reference til Steve de Shazer den opgave, at man kan lægge mærke til, hvad der foregår af "godt" hjemme hos klientsystemet, og så tage dette op til en snak gangen efter. Det viser sig faktisk, at blot det at skulle lægge mærke til sådanne "gode" ting fører til oplevede tilstande af bedring. Her rører vi vel ved spørgsmålet om forventningers betydning for udkomme af terapi. Et andet

eksempel kan være, at man får som opgave at vise hinanden positiv opmærksomhed, hvilket både kan hænge sammen med at gøre noget positivt og at se det positive som den anden gør eller at se det, som den anden gør i et mere positivt lys

#### Case

Afslutningsvist gav Holme en fremstilling af en case med en kvinde og en mand, hvis problem var af seksuel karakter. Kvinden kunne fint forestille sig et forhold uden sex. Manden ville gerne have sex hver dag. Så hvad gør man ved det????

Holme fortæller, hvordan han overfor parret tilkendegav, at han ikke kunne løse deres problem i denne uløselig fastlåsen og bad dem til gangen efter tænke over, hvordan de evt. kunne mødes. Uafhængigt af hinanden viste det sig efterfølgende at de hver især var kommet frem til en model der hed hver 14. dag. Dernæst fik de et kortspil med alle hjertene og klør es (i alt 14 kort), som de så skulle trække et kort af hver dag. Den dag klør es kom ud skulle de så have sex med hinanden om aftenen. Historien endte fint på den måde at parret brugte kortene noget af tiden og derefter fandt ud af at have sex uden brug af kortene, men derefter vidste med hinanden at de kunne finde kortene frem igen, hvis det senere skulle blive nødvendigt

#### Diskussion

Caseeksemplet affødte en kort men heftig diskussion om, hvorvidt der blot er tale om symptomfjernelse og om det er rimeligt at give parret en sådan opgave med hjem uden – måske – at tage ordentlig hensyn til parrets forskellige ønsker set dybere og mere fænomenologisk/dynamisk. Man kan overveje om eksemplet viser, at der ikke udvises tilstrækkelig terapeutisk opmærksomhed mod hvad parterne hver især er i færd med ved deres måde at være seksuelt orienteret mod hinanden på. På den anden side må man medgive, at der kan være en fin pointe i, dels at lade de to parter gå hjem og overveje, hvorledes der kan findes et mødested i deres forskellige ønsker og behov samt at iscenesætte en tredje instans (kortspillet) med mandat til at afgøre, hvornår det skal være.

Fra mit eget hjørne (med inddragelse af et par notitser om kognitiv terapi). Selvom gestaltterapi og systemisk terapi er fælles om at interessere sig for den relationelle karakter (hvv. systemisk og feltteroretisk) af menneskers livssituationer og problemer, og selvom der kan være elementer ved systemiske opgaver og hjemmeopgaver, der kan minde om gestaltteknikker, så mener jeg, man skal være sig for at falde i den tro, at der er tale om det samme. Med min insisteren på at hæfte sig ved den gestaltteoretiske forståelse af den

menneskelige organisme som et intentionelt rettet værende i kontakt med verden og i denne kontakt værende i færd med at ville noget med sig selv, sit liv og sine omgivelser, bemærker jeg i både Holmes foredrag og min øvrige læsning af systemisk litteratur, at dette kerneområde i en fænomenologisk-eksistentiel forståelse – at mennesker projekterer med deres liv – ikke vies en særlig opmærksomhed i systemisk tænkning. På den måde (mener altså jeg) taber den systemiske tænkning (i øvrigt tilsvarende den kognitivt terapeutiske, hvor man arbejder med problemlister men ikke med projekteringslister), det intentionelle og vækstorienterede moment i gestaltterapi. Selvom jeg bestemt er af den opfattelse, at man i systemisk terapi har nogle meget interessante metodiske redskaber og betragtninger, som man også kan drage stor fordel af at stifte bekendtskab med som gestaltterapeut og inkludere i sin værktøjskasse, så er der den afgørende forskel på systemisk og gestaltterapeutisk tænkning, at den systemiske er fundamental *funktionel* mens gestalttænkning er fundamental *intentionel*. Dette er *ikke* blot et spørgsmål om ord, men et spørgsmål om, hvorvidt man fundamentalt set forstår menneskets eventuelle tilværelsesproblemer i deres relationelle beskaffenhed som funktionelle manifestationer af disse relationer (som i systemterapi) eller

om man forstår sådanne problemer som implicerende den særligt menneskelige dimension af, at vi mennesker som relationelle subjekter vil noget med og altid allerede er i færd med at ville noget med og at projektere vores liv på en – for hver enkelt af os i vores unikke subjektrelationelle beskaffenhed (læs: ”as *part of the field*”) – særegen, unik måde i meningsfuld rettet (intentionel) kontakt med os selv og vores omgivelser. I den forstand mener jeg (og lad mig understrege at det er min mening, andre kan være uenige, og hermed er inviteret til at argumentere den anden vej) at gestaltterapien fanger det dybere livsprincip i den menneskelige eksistens, som systemteorien trods dens ganske glimrende metodiske principper (og den kognitive terapi trods dens effektforsknings-højt-estimerede-metodikker) ikke på samme måde inkluderer i deres grundlag. I den forstand kan både systemiske og kognitive metodeelementer tjene en fin funktion til at stimulere en gestaltterapeutisk kreativitet i det terapeutiske arbejde. Men vurderet fra mit teoretiske hjørne må både systemtilgangen og den kognitive ditto anvises en plads i metodeudviklingssceneriet.

Egentlige teorier om mennesket er der først tale om, når intentionalitetsprincippet tages til efterretning som det grundlæggende fundament. Er snakken for abstrakt, så betyder det blot, at

man til enhver tid og i enhver terapeutisk sammenhæng stiller sig selv (og evt. klienten) hvad han/hun er i færd med at ville, ønske, håbe, tro på, stræbe efter osv. i sin oplevelse af sine problemer. Dette rettethedsprincip bor dybt og inderligt i den gestaltterapeutiske tænkning om kontakt-som-vækst.

### *Efterfølgende møde*

De fleste deltagere, der var GF-medlemmer blev til mødet bagefter. Det var svært at slippe diskussionen og gå over til det mere praktiske omkring GF, men vi fik dog sat lidt struktur på efteråret og på hvilke foredragsholdere vi vil invitere til efterårsmøderne.

Vores næste foredrag, som igen handler om systemisk terapi er d.25.maj. Foredragsholderen er *Birgit Trembacz*, som er blevet introduceret i sidste nyhedsbrev s.19.

*Carsten René Jørgensen* har givet tilsagn om at holde foredrag om:

### ***Interpersonel Psykoanalyse***

Det kommer til at foregå 29.oktober i Århus på Psykologisk Institut. Carsten René Jørgensen er cand.psych., ph.d. og gruppeanalytisk psykoterapeut. Han er lektor i klinisk psykologi ved Psykologisk Institut, Århus Universitet og har skrevet bogen: *Psykologien I Senmoderniteten*,

Hans Reitzels Forlag, København 2002.

## HVOR BLIVER I AF?

GF har nu 100 medlemmer, hvoraf de 62 er fra København/Sjælland. Derfor er det højst besynderligt, at der til københavnermøder kun møder ganske få medlemmer frem, mens møderne i Århus som regel er velbesøgte. Det ville i den forbindelse være rart at få en tilbagemelding fra Jer, der ikke kommer, om jeres forhold til mødernes indhold.

GF har, som I ser, indledt en møderække med foredragsholdere der repræsenterer forskellige terapiformer, og disse aktiviteter fortsætter året ud. Det er styringsgruppens forestilling, at vi på den måde får perspektiveret og problematiseret Gestaltterapiens placering på "markedet" og dens teoretiske og metodiske egenart. Formålet med disse aktiviteter er således at få styrket vores forhold til det, vi selv gør og ikke gør. Ved at se på ligheder og forskelligheder i forhold til andre terapiretninger bliver gestaltterapiens egenart *figur* og øger samtidig vores forståelse og respekt for andre retninger. Kort sagt møderne er en rigtig *awareness-øvelse*.

Det kan stærkt anbefales – også sjællændere - at være med.

## KURSUS

Cand.psych. Niels Bagge har gjort os opmærksom på, at Leslie Greenberg, ph.d. kommer til København og holder kursus 15.juni i:

### **Emotionsfokuseret Psykoterapi.**

*Leslie Greenberg* er leder af psykoterapiforskningsklinikken ved York University i Toronto, hvor han bla. har undersøgt effekten af specifikke gestalt-terapeutiske teknikker som to-stole-dialog mm.

Yderligere oplysninger findes på Niels Bagges hjemmeside: [http://www.niels-bagge.dk/My\\_Homepage\\_Files/Page1.html](http://www.niels-bagge.dk/My_Homepage_Files/Page1.html)

## KONTINGENT

Hurra! Det er lykkedes de allerfleste GF-medlemmer at indbetale kontingent først på året. Det er rigtig dejligt. Kun 17 medlemmer mangler at betale. Check lige om det skulle være dig, der har glemt det!



## ANNONCER OG MEDDELELSER

### *MEDLEMSLISTEN*

Kan bestilles på tlf.44984733 – eller email [haho@get2net.dk](mailto:haho@get2net.dk)  
(Hanne Hostrup)

### *HJEMMESIDEN*

Husk at sæt Jeres navn på hjemmesidens medlemsliste.  
I skal sende navn, stilling og adresse+emailadresse  
til [hex@adslhome.dk](mailto:hex@adslhome.dk)  
(Helle Bay-Valdan)

### *AKTIVITETER*

Vil I annoncere kurser, foredrag osv.  
på Hjemmesiden og i Nyhedsbrevet?  
Giv besked til Helle Bay-Valdan og Hanne Hostrup.  
Det er gratis reklame!

### *INDMELDELSE*

Hvis du vil melde dig ind i GF, så kan det gøres ved at udfylde  
indmeldelsesformularen på hjemmesiden  
eller ved at bede om at få tilsendt en indmeldelsesblanket  
(Helle Bay Valdan, tlf.59446829).  
Du er først medlem når du er ”godkendt” og har betalt kontingent på 200kr.  
(giroblanket tilsendes)