

## FORSIDEN

Forsiden er en *fødselsdagsinvitation* til GFs 10 års fødselsdag, som løber af stablen samtidig med konferencen *på dagen* 17. Marts 2007. Når invitationen er på forsiden, er det, fordi jeg er stødt på mange medlemmer, som ikke har lagt mærke til, at der er annonceret en jubilæumsfest efter konferencen. Det er hermed gjort i håb om stor og festlig tilslutning.

*h.h.*

## FOREDRAG OM

### KONFLIKTMÆGLING

på GF-møde d. 15. maj 2006

*Referent: Helle Bay-Valdan*

Det var midt i normal dansk spisetid, og 37 mennesker havde valgt at indtage intellektuel i stedet for fast føde i Medborgerhuset på Nørrebro. Kokken var **Vibeke Vindeløv**, jurist og uddannet gestaltterapeut hos Tony Horn og Kempler-

Instituttet. Der var én menu på spisekortet:

### **Gestaltterapien som inspiration i konfliktmægling.**

#### Forret

Her blev serveret en definition af begrebet og afgrænsning af området "Mægling" og de forskellige typer der findes. V.V. definerer mægling som "En frivillig og fortrolig konfliktløsningsmetode, hvor 3. person hjælper med at finde en for parterne tilfredsstillende løsning gennem en struktureret proces".

Hun præsenterede "Matrixmodellen", der illustrerer, at mægling bevæger sig over et spektrum fra *snæver og evaluerende* til *bred og faciliterende*. Førstnævnte repræsenterer det, der sædvanligvis finder sted ved domstolenes voldgiftsager, hvor parterne præsenterer deres synspunkter, hvorefter dommeren træffer en afgørelse. Sidstnævnte repræsenterer den mægling, der finder

sted udenfor domstolene, hvor også parterne præsenterer deres synspunkter, men hvor mægler absolut ikke træffer en afgørelse. Dette overlades til parterne selv.

Indenfor mægling eksisterer også forskellige metoder, der opfattes som særlig anvendelige ift. særlige områder/ temaer:

*Den problemløsende metode*, der især skulle være anvendelig ift. erhvervsrettede problematikker. *Den transformative metode*, der er udviklet i US-Post og især skulle være god til relationsproblemer og fokuserer på "empowerment". *Den narrative metode*, der skulle være god til kulturelle problematikker og til sidst *Den kognitive (og systemisk) metode*, der skulle være god til ægteskabelige konflikter.

V.V. plæderer dog for at man finder et eksplicit værdigrundlag at mægle på frem for at anvende specifikke metoder, fordi et værdigrundlag kan danne grundlag for en bestemt

forholdemåde/væren som mægler fremfor at anvende en bestemt, konkret metode.

Dette knytter jo tydeligt an til Gestaltterapien, idet terapeuten her heller ikke arbejder med bestemte teknikker til bestemte problemer, men i stedet har en bestemt holdning til det at være menneske og til de dilemmaer, mennesket lever med, ligesom gestaltterapien fokuserer på kontakten og det, der sker imellem klient og terapeut.

### Hovedretten

Herefter blev det tid til at indtage hovedretten som bestod af en beskrivelse af, hvordan V.V. mere konkret ser gestaltterapien som inspiration eller grundlæggende holdning i sit arbejde. Her fremhævede hun 3 begreber, nemlig *Sandhedsbegrebet*, *Kontakt- og empatibegrebet* samt *Realitet/ Neutralitetsbegrebet*.

Mht. sandhedsbegrebet arbejder V.V., som man gør i Gestaltterapien, med den

grundantagelse, at der ikke findes en objektiv sandhed (med mindre folk er psykisk syge og har gavn af realitetskorrektion). Mere konkret deler hun dog sandheden op i forskellige "niveauer"; Faktuel sandhed, Social sandhed, Personlig sandhed og Eksistentiel sandhed.

Iflg. V.V. er det ofte en kilde til problemer, når mennesker taler fra forskellige sandhedsniveauer og bider sig fast i f.eks. den faktuelle sandhed, når det er én af de andre sandheder, der er "i spil" mellem parterne, Det vil derfor være en mægler's opgave at sætte fokus på dette forhold. På denne vis kommer mægleren via sin observation og indlevelse (empati) til at være kontaktformidler, rollemodel og facilitator mellem parterne, som man også ser det i Gestaltterapien.

Mægleren må som gestalt-terapeut tro på, at det, der skal til, er at vise, klargøre og sætte realiteterne

i figur for parterne mere end at gøre noget ved det/dem. Dette er en tro på, at når hindringerne for kontakten, dialogen, kommunikationen bliver synlige for folk, så er arbejdet gjort og ændringen har (nærmest) fundet sted. Her er en tydelig parallel til den måde, vi arbejder på i Gestaltterapien.

Det er dog ikke psykoterapi, der finder sted, selvom det ligner. Målet er anderledes, idet mægling ikke handler om, at de enkelte parter skal udvikle sig personligt/lære sig selv at kende (selvom det måske kan føre til det alligevel), men handler om, at kontakten skal genoprettes sådan, at parterne selv kan finde en løsning på deres problem. Man kan sige at mægling er "terapi" af kommunikationen med det formål at nå frem til en fælles aftale og dermed løse et problem!

Dette ligner gestaltterapeutisk parterapi, men forskellen er, at hvor mægling

går ud på, at parterne skal nå frem til en fælles aftale og skal enes om at overholde den, så går parterapi ud på at finde ud af, hvad parterne hver især vil og på hvordan de kan skabe et fællesskab, der tager hensyn til det. (Det kunne være sjovt at læse nogle kommentarer til dette fra Gestaltterapeuter, der arbejder med parterapi).

### Desserten

Desserten var valgfri og kom til at bestå af diskussion, spørgsmål og kommentarer fra tilhørerne.

Det bekom ikke alle vel, at V.V. ikke anvendte sin juridiske baggrund i mæglingsprocessen til at sikre, at de aftaler parterne indgår, er i overensstemmelse med love, regler, forordninger osv. V.V. svarede imidlertid, at det centrale i mægling er, at parterne opnår (forhandlings-) kontakt – også selvom det ”ikke holder i byretten”. Dette synspunkt kræver, at den specialfaglige baggrund sættes i parentes.

Som Gestaltterapeut er "bracketing" af personlige holdninger til rigtig/forkert ligeledes en forudsætning i arbejdet. I diskussionen var der dog en del, der mente, at netop her var der en væsentlig forskel på mægling og en gestaltterapeutisk kontakt, idet de syntes, at det var lidt absurd, hvis den aftale der blev opnået ikke holdes indenfor lovens rammer. Diskussionen førte vidt omkring og sørgede for at deltagerne alt i alt kunne nyde et spændende mentalt måltid.

### INTENSIV PSYKODYNAMISK KORTTIDSTERAPI

set i relation til gestaltterapi

*af Ulrik Haahr*

Man kan forstå begrebet psykodynamisk korttidsterapi i en snæver forstand eller i en bredere forstand. Sidstnævnte indfaldsvinkel kan eksempelvis inkludere tilgrænsende teorirammer som gestaltterapi (Perls), transak-

tionsanalyse (Berne) og interpersonel psykoterapi (Klerman). Af korttidsterapier må naturligvis endvidere nævnes de kognitive (Beck) og de systemiske (eks.). I snævrere forstand forstår man den intensive terapiform, som er udviklet primært af *Habib Davanloo*, og hans samarbejdspartnere og elever, kaldet ISTDP (intensive shortterm dynamic psychotherapy). Nogle af de vigtigste terapeuter er *David Malan*, *Leigh McCollough* og *Patricia Coughlin della Selva*, sidstnævnte har jeg mødt på indtil videre 2 supervisorskurser og flere foredrag. *Peter Sifneos* er formentlig sammen med David Malan den, som de fleste stiftede bekendtskab med, da korttidsterapien blev indført herhjemme. I Institut for Personlighedsteori og Psykopatologi arrangerede vi møder med Leigh McCollough i 1994 og David Malan i 1995, og begge henledte opmærksomheden på canadieren Habib Davanloo.

Både Leigh McCollough og Patricia Coughlin er uddannet hos ham og videreudviklede dennes teori. McCollough er speciel, idet hun integrerer psykoanalytisk korttidsterapi med såvel kognitiv terapi som gestaltterapi, men fælles er, at man sigter mod en kortvarig intensiv terapi, som er meget fokuseret, og hvor man primært arbejder med konfrontation af patientens forsvar. Davanloo er uden tvivl også inspireret af *Leslie Greenberg*, som udmærker sig ved som en af de få at have forsket i gestaltterapi, og hvis terapiform Emotion-Focused Psychotherapy ligner både gestaltterapi og ISTDP. Ifølge Gary Yontef er Greenbergs teori helt sammenfaldende med gestaltterapiens teori.

Når man bedømmer patienten, er det vigtigt at have sig for øje, at terapiformen ikke egner sig umiddelbart til patienter med et skrøbeligt jeg. Disse følgende over-

skrifter siger noget om, hvilken slags patienter det drejer sig om.

For det første skal de have en god evne til indsigt, der skal være et højt niveau for ego-funktionerne (hvilket betyder, at de må have en personlighedsstruktur, som er organiseret på "neurotisk" niveau og ikke på borderline niveau (ud fra Otto Kernbergs teorier). Hvis det ikke er tilfældet, skal der ske et indledende forarbejde med omstrukturering af personligheden.

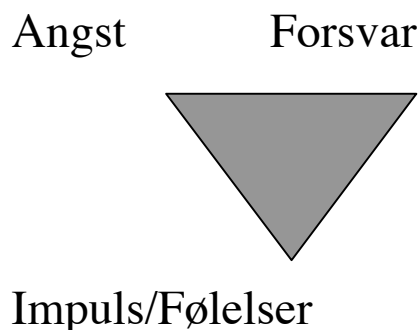
Der skal være en motivation for at forstå sig selv ud over symptomniveau, der skal være en evne til at danne dybe relationer og en evne til at tolerere angst.

Rammerne er typisk mellem 2-6 måneders behandling, 10-20 sessioner, hvilket giver en hyppighed på en gang om ugen. Ved alvorligere personlighedsproblematikker dog ofte op til et år. Varigheden af sessionerne er almindeligvis

som i anden psykoanalytisk terapi 50-60 minutter.

Når vi ser på teknikken, er det vigtigt at identificere det dynamiske fokus hurtigt og holde fast i det. Man arbejder her og nu med konfrontation af forsvarsmekanismerne, og det pointeres, at overføringstolkninger er vigtige. Til illustration af dette kan man eksempelvis inspireret af Malan bruge de to trekanter, konflikttrekanten, som Menninger beskriver, og persontrekanten, som *Malan* selv beskriver.

Konflikttrekanten (Menninger) beskriver forbindelsen mellem impuls/ følelse, angst og forsvar mod impuls/ følelse.



Det antages, at de følel-  
sestilstande, som omsorgs-

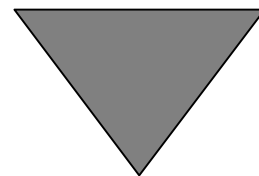
personerne ikke tålte, vil blive præget af angst og føre til, at et forsvar sættes i gang. Det er ikke nødvendigvis bestemte følelser som vrede, der forbydes, for i nogen familier opleves det at give udtryk for kærlige følelser som yderst skræmmende. Forsvaret kommer til udtryk i de velkendte forsvarsmekanismer, det vil sige kognitive, emotionelle og interpersonelle strategier – i gestaltterapeutisk forståelse kontaktforstyrrelser.

*Davanloo* taler om formelle forsvar, som forhindrer at tanker og følelser som er farlige, når frem til fuld bevidsthed. De kan så være mere eller mindre modne. De taktiske forsvar er af interpersonel karakter og forebygger følelsesmæssigt nærhed. De viser sig specielt i den nonverbale kommunikation, eksempelvis sarkasme, vag tale, undgåelse af øjenkontakt, lukket kropsholdning mv. Dette er naturligvis helt genkendeligt for gestaltterapeuter, som

netop lægger meget vægt på opmærksomhed på dette aspekt, og som ofte vil konfrontere dette i nu'et.

Persontrekanten (*Malan*) beskriver de hertil knyttede personer samt deres beliggenhed i tid og nærhed. Det vil sige figurer i den dynamiske fortid, nutidige figurer og relationen til terapeuten.

Overførings relation	Aktuelle relationer
-------------------------	------------------------



Tidligere relationer

Disse figurer er relevante for patienten under arbejdet for at opnå en nuanceret helhedserkendelse, når det gælder forbindelsen mellem følelser og tilknytninger i nutid og fortid. Ifølge disse teoretikere kræver patientens helhedserkendelse, at samtlige figurer i begge trekanten kobles sammen og inte-

greres, og terapeuten arbejder systematisk med denne opgave. Eksempelvis en patient med en autoritetskonflikt stammende fra relationen til en dominerende far, som har problemer i forhold til aktuelle autoriteter som overordnede på arbejde, og hvor denne konflikt også ytrer sig i den terapeutiske relation. Gestaltterapeuter vil ofte her have divergerende meninger – nogle vil afvise dette som et væsentligt element, for andre vil det være helt naturligt, afhængig af ens teoretiske ståsted. *Patricia Coughlin* har et bestemt paradigme for hvordan hun arbejder med dette. Hun tager udgangspunkt i nu'et, enten med fokus på klientens relation til terapeuten og hvordan forsvaret ytrer sig her, eller ud fra hvad klienten fortæller om væsentlige relationer i nu'et til andre og karakteren af forsvaret. Hun inviterer til opmærksomhed i nu'et på følelser og impulser og hvordan klienten håndterer/

forsvarer sig mod disse, ofte ud fra sensoriske kropsoplevelser. Hun går ofte minutiøst ind i disse. Ud fra dette udkrystalliseres en bestemt situation, enten fra nu'et eller fra historien, og hun inviterer til en fantasi (a portrait) om hvad der sker, hvis følelserne/impulsen udtrykkes, vel at mærke på et så højt ego-funktionsniveau som muligt. Regressiv acting-out og katharsis bremses, men fantasien gennemlevs. Dette synes at være en klassisk gestaltterapeutisk teknik, ligesom parallellen til stolearbejde er indlysende. En sammenligning med billedterapi er også oplagt, bekræftet af *Patricia Coughlin* ved vores sidste møde. Der er intet til hinder for, at dette "portrait" tegnes i stedet for at det forbliver på fantasiplan.

Yderligere beskrivelse af disse teknikker kan man få i *Patricia Coughlins* bøger "Intensiv dynamisk korttidsterapi, teori og teknik" samt "Lives transformed"



(med *David Malan*, under oversættelse til dansk). Se endvidere

[www.patriciacoughlin.com](http://www.patriciacoughlin.com).

Litteratur:

Malan, *DH*. *Individuel psykoterapi og den psyko-dynamiske videnskab*. Hans Reitzels Forlag 1992.

Coughlin della Selva, P. *Intensiv dynamisk korttids-terapi*. Hans Reitzels Forlag 2001.

Coughlin della Selva, P., Malan, *DH*. *Lives Transformed*. Karnac Books 2005.

Davanloo, *H*. *Intensive Short-Term Psychotherapy*. Wiley and Sons 2001

SELVBEHERSKELSE

ER IKKE HELT DET SAMME  
SOM SELVCENSUR.

Overvejelser over en meget omtalt sag tilsat begreberne civilisation, figur og grund

af *Lise Winther-Jensen*,  
*mag.art.*, *gestaltterapeut*

Den tyske sociolog *Norbert Elias* nåede ikke at opleve de ekstremt lange kommunikations- og handlingskæder, som internettet og mobiltelefonien medfører. Men man kunne godt have ønsket sig, at de ansvarshavende på Jyllandspostens redaktion havde læst *Norbert Elias'* overvejelser, inden de smed en bevidst provokerende artikel og et dusin mere eller mindre krænkende tegninger af profeten Muhammed i avisen i oktober 2005.

I deres iver efter at afhjælpe et mindre problem – med at finde en tegner til en forfatter - ophøjede de det konkrete problem til et principielt udsagn om ytringsfrihed og overså fuldstændig, at det ikke længere er muligt at køre en lille perfid spottekampagne i fred og ro nogen steder i verden. Den nye teknologi mangfoldiggør jo antallet af krænkede ad absurdum, eftersom rigtig mange mennesker verden over er i besiddelse af en

mobiltelefon eller internet-adgang.

Der er al mulig grund til at overveje sine handlingers rækkevidde, sådan som *Norbert Elias* beskriver det som en nødvendighed i et komplekst samfund. Og evnen til selvbeherskelse, *civilisation*, kan ikke reduceres til at være selvcensur men er derimod en konkret indlejring i personligheden af det faktum, at ens ytringer og handlinger indvirker på andre i mange led.

I sin store undersøgelse *Über den Prozess der Zivilisation* førte Norbert Elias den europæiske historiske udvikling hen imod større individuel selvbeherskelse, som han iagttog og beskrev, tilbage til en stigende grad af samfundsmæssig arbejdsdeling og til en centralisering af statsmagten omkring de største fyrstehuse. Nødvendigheden af individuel selvbeherskelse satte sig ifølge Elias først igennem ved middelalderens fyrstehoffer,

og feudaladelens krav til det "civiliserede" menneske ud- og ombyggedes efterhånden i historiens løb, efterhånden som andre klasser kom til fadet.

Jeg oversætter og citerer ret udførligt fra s. 321-22 i bd. I (Suhrkamp 1978) op til Elias' definition af *civilisation*: "Samfund uden stabile magtmonopoler er også altid samfund, hvori funktionsdelingen er relativt ringe og de handlingskæder, hvori den enkelte indgår, er relativt korte. Omvendt: samfund med stabile magtmonopoler, i første omgang altid i form af et stort fyrste- eller kongehof, er samfund, hvori funktionsdelingen er temmelig fremskreden, hvor de handlingskæder, som den enkelte indgår i, er længere, og det enkelte menneskes funktionelle afhængighed af andre er større. Her er den enkelte i ret høj grad beskyttet mod et pludseligt overfald, mod den fysiske volds chokagtige indtrængen i hans liv; men han er tillige

selv tvunget til at tilbageholde sine egne lidenskabelige udbrud, sine tilskyndelser til fysiske angreb på andre. ... Jo mere den enkelte gennem den fremadskridende funktionsdeling bliver spundet ind i et net af gensidige afhængighedsforhold, jo større menneskegrupper dette net dækker og dermed funktionelt eller institutionelt sammenknytter til en enhed, desto mere er den enkelte truet på sin sociale eksistens, hvis han giver efter for spontane tilskyndelser og lidenskaber; desto mere samfundsmæssig fordel er der til den, der kan dæmpe sine affekter, og desto stærkere bliver den enkelte fra helt lille tilskyndet til at overveje virkningen af sine handlinger eller virkningen af andres handlinger gennem adskillige led på civilisationskæden. ... Dette er en adfærdsændring i betydningen 'civilisation'."

Jeg synes, begrebet *civilisation* er meningsfuldt i forhold til en terapeutisk forståelse, fordi det udtrykker skismaet mellem impuls og hensigtsmæssighed. Det er galt i forhold til fællesskabet, når vi behersker os for lidt, og det kan være galt både i forhold til individualiteten og til fællesskabet, når vi behersker os for meget.

I psykoterapi anser vi det for ønskeligt, at klienten får kontakt til sine følelser og eventuelt finder uskadelige former at udleve dem i, men vi arbejder ikke dermed på at ophæve selve evnen til selvbeherskelse. Jeg opfatter det snarere sådan, at vi arbejder på at forfine både evnen til selvbeherskelse og evnen til differentieret kommunikation.

Med hensyn til sagen om Muhammedtegningerne blev det ved at genere mig, at Jyllandsposten hævdede at have forsvaret ytringsfriheden. Ytringsfriheden er jo

også efter min mening en af de fundamentale demokratiske rettigheder, som det kan være nødvendigt at slås for.

Efterhånden gik det op for mig, at talen om forsvar for ytringsfrihed generede mig på samme måde som visse former for markedsføring, der kun tager udgangspunkt i, at et produkt skal sælges, og overhovedet ikke forholder sig til den helhed, produktet indgår i. I forhold til mit ubehag ved Jyllandspostens såkaldte kamp for ytringsfriheden hjalp det mig efterhånden at tænke i begreberne *figur* og *grund*.

Bruger vi de for gestaltterapeuter så velkendte begreber *figur* og *grund*, kan vi nemlig sige, at folkene på Jyllandsposten kom til at se sig selv som ridderlige *figurer*, der kæmpede for en retfærdig sag. De overså imidlertid, at *grunden* på det geografiske og kulturelle plan ikke længere blot var smukt pløjede marker og ”sol over grønne sletter, lykke og lyse nætter” med

Dannebrog lystigt smældende i vinden og duft af Brugsens den blå cirkel fra køkkenet. Ligesom de overså, at *grunden* på det politiske plan ikke denne gang var folkets krav imod en undertrykkende statsmagt - ytringsfrihed har ellers altid historisk set været en sag mellem folket og staten.

Ser vi realistisk på det, er *grunden* derimod på det geografiske og kulturelle plan en mangfoldig og multikulturel verden, der ikke er længere end en sms væk. Og på det politiske plan er *grunden* den ene befolkningsgruppes farlige kamp imod den anden uden om den demokratiske statsmagt, der er afhængig af befolkningsgruppernes civilisatoriske adfærd.

En ridderlig *figur*, der ikke kan se sig selv som del af en realistisk *grund* – plejer vi ikke at kalde sådan én Don Quixote?

Det er indlysende, at en stor portion af de muslimske reaktioner på Jyllandspostens

artikel og tegninger ikke lige har været præget af selvbeherskelse, men de nøjere overvejelser over, hvad der danner *grund* for reaktionerne, vil jeg overlade til andre.

#### KOMMENDE FOREDRAG

18. september

*Gestaltterapien i psykiatrien.*  
af **Lars Sørensen**

22. november

*Gestaltterapi og præsters arbejde med åndelig vejledning.*  
af **Bent Falk**

Begge foredrag foregår som sædvanlig fra kl.17 - kl.19  
IndreByMedborgerhus,  
Ahlefeldtsgade 33,  
København K

#### PRÆSENTATION AF

LARS SØRENSEN:

Lars Sørensen er født 1942 og blev cand.psych. 1972 fra Københavns Universitet.

Han er uddannet som gestaltterapeut fra GIS Skandinavien 1982. Lars Sørensen har siden 1979 været chefpsykolog på Psykiatrihospitalet i Nykøbing Sj. og har, som beskrevet i hans bøger, interesse for psykoterapi af såvel psykotiske, som personlighedsforstyrrede og traumatiserede patienter. På baggrund af disse erfaringer er han underviser og træner på flere psykoterapiuddannelser samt supervisor for kolleger og andre behandlere.

Publikationer af diverse artikler kan ses på hjemmeside [www.integrativpsykoterapi.dk](http://www.integrativpsykoterapi.dk) samt bøgerne:

*Særpræg-Særhed-Sygdom.*

*Integrativ psykoterapi.*

København: Hans Reitzels Forlag/Nustrup, 1996/2006.

*Smertegrænsen.*

*Traumer, tilknytning og psykisk sygdom.*

Dansk Psykologisk Forlag  
2005

BENT FALK

blev præsenteret i sidst GF-blad på side 23

TREDIE DANSKE

GESTALTKONFERENCE

*17. marts 2007*

Konferencen afvikles som for 2 år siden på Psykologisk Institut på Århus Universitet.

Fagligt bliver den naturligvis af samme høje kvalitet som de andre år, men....det er ikke af den grund en "almindelig" gestaltkonference. Den efterfølges nemlig af en fest. Ikke bare en "almindelig" fest, men en

## JUBILÆUMSFEST

Vi fejrer, at GF har eksisteret i 10 år. Derfor er det vigtigt, at I allesammen kommer og markerer dagen ved at spise en god middag sammen, tale uformelt og bekræfte vores fællesskab og rose os selv for at have været en vigtig faktor i gestalt-

terapiens udvikling og fremgang. Der bliver selvfølgelig både musik og optræden efter middagen. Blandt medlemmerne er der givetvis nogle der har talent for andet end gestaltterapi - så hvis du er en af dem, der kan bidrage til den festlige stemning med spil, sang, tryllekunster, stepdans el. lign., så tag den side af dig selv med og del den med os.

## "GESTALT- INSPIRATION"

*i andre kontekster end den  
terapeutiske*



## SKITSE OVER KONFERENCEN

*Konferencen starter kl.10*  
Herefter vil der være tre forskellige foredragsholdere,

der fortæller os om deres erfaringer med gestaltterapeutisk inspiration i andre kontekster end den terapeutiske. Talernes oplæg vil vare fra en halv time til tre kvarter. Derefter vil der - traditionen tro - være summepause og diskussion mellem taleren og tilhørerne. Indimellem vil der være kaffepauser og frokost.

*Konferencen slutter med evaluering og diskussion kl. 17.00*

*Festmiddagen begynder kl. 18.30*

Efter middagen vil der være musik og underholdning.

*Festen slutter Kl. 12*

Foredragsholderne er:

- *Eugenio Moliní*
- *Ami Norén*
- *Joseph Melnick*

PRÆSENTATION AF

EUGENIO MOLINI:

*Eugenio Moliní* er specialist i design och ledelse af gruppeprocesser i komplekse organisationer og turbulente

miljøer.

Hans arbejde er eftertragtet i projekter og/eller organisationer, hvor mennesker med forskellige interesser, perspektiver, specialiteter og kulturer skal samarbejde for at blive enige om fælles strategier och omsætte dem i konkret handlingsprogram.

I sin praktik integreres det gestaltiske och det systemiske perspektiv til en elegant, og effektiv helhed.

Moliní arbejder hovedsagelig i Sverige og Spanien, men har også ledet projekter i Belgien, Guatemala, Honduras, Nicaragua, Portugal, Sydafrika, Tanzania och Zimbabwe.

Eugenio Molinis foredrag hedder:

*“Ett gestalt perspektiv på deltagande processer och storgruppsinterventioner”*  
 (“A gestalt approach to participative processes and large group interventions”).

## PRÆSENTATION AF

AMI NORÉN:

*Ami Norén* er socionom och gestaltterapeut. Hun har mere end 20 års erfaringer med lederskab og er nu rektor og virksomhedsleder for Gestaltakademin i Skandinavien. Hun har desuden arbejdet som kvalitetsudvikler ved Barnpsykiatrien i Dalarna och er tidligere chef for Barn- och Ungdomspsykiatrien i Norra Dalarna.

Ami Noréns foredrag hedder:

*"At være chef och ledare - blir det lättare med Gestalt som förhållningssät og tankesystem?"*

Her berøres temaer som: Dialog som hindring eller mulighed - om at få og tage mandat - ansvar for de andre, - organisationen som et felt i stadig bevægelse - kontakt med alle? - kaos og rigiditet osv osv.

## PRÆSENTATION AF JOSEPH MELNICK

Joseph Melnick er klinisk- og organisationspsykolog og underviser i "organizational division". Han er redaktør af "Gestalt Review" og desuden medlem af fakultet i Gestalt International Study Center og Gestalt Institute of Cleveland.

Joseph Melnicks foredrag hedder:

*"Managing Differences - A Gestalt approach to Dealing with Conflict"*.

## TILMELDING

Det vil koste dig 700kr. at deltage i selve konferencen og 1000kr. hvis du vil være med til festen. Umiddelbart efter jul, vil der blive udsendt udførligt konferenceprogram, tilmeldingsbetingelser og tidsplan.

Der vil eventuelt blive afholdt workshop med Joseph Melnick i forbindelse



med konferencen. Dette vil blive annonceret senere.

Foredrag og diskussioner foregår på engelsk.



## INDSIGT

"Indsigt" er en brevkasse, hvor der kan spørges om alt mellem gestalt-himmel-og-jord.

Spørgsmålene besvares af en fagperson, med særlig viden om og interesse for dette område.

## SPØRGSMÅL

*af Helle Bay-Valdan*

I mit daglige arbejde med klienter synes jeg, det kan være svært at holde sig stringent til den paradoksale ændringsteori: "Når du bliver den du er, så forandres du".

Jeg forstår godt selve idéen i den og mener selv at jeg praktiserer den, men jeg synes, at man ofte kan støde på modstand hos klienterne. Der ER jo noget, de ikke ønsker at være!!! Skyldige, vrede, kede af det, skuffede, ekstremt hensynsfulde osv.

Jeg vil dog ikke tillægge klienterne al skyld i dette, og vil godt indrømme at jeg selv nogle gange synes det bliver lidt svært at ramme selve nerven i det, når jeg sidder overfor en klient som f.eks. ikke ønsker at se sig selv som f.eks. skyldig. MEN er det så her, man skal være fænomenologisk og (uden arrogance selvfølgelig) konstatere, at "Du er et menneske, der ikke ønsker at være skyldig"???? Er det at være tro mod den paradoksale ændringsteori og fænomenologien på én og samme tid???? Nogle gange "virker det" når jeg gør det, og andre gange bliver det en fuser....hvad kan være det, der gør forskellen? Mange klienter kommer for at ændre

på det, de er, og jeg efterlyser lidt teori-, praksis- og gerne frustrations-erfaringer i ft. at "hjælpe klienterne til at være det, de er"!!!!

## SVAR

af Hanne Hostrup

Tak til Helle for spørgsmålet, som i sin enkle formulering rammer lige ned i det centrale, det svære og det effektive ved gestalt-terapien: nemlig kunsten at arbejde i overensstemmelse med den paradoksale ændringsteori. Egentlig er dette "ikke er andet" end en konsekvens af den fænomenologiske/ eksistentialistiske holdning og metode. Men dette *er* krævende. Ikke mindst fordi vi er socialiseret i en kultur, som har alt andet end en fænomenologisk holdning til livet, men derimod en holdning som kræver årsagsforklaringer, effektivitet og ændring i

overensstemmelse med de andres/samfundets krav.

Lad mig tage udgangspunkt i Helles eksempel med en klient, som føler sig skyldig uden at ville identificere sig med denne oplevelse:

### Klienten har sine grunde

Det er vigtigt at gå ud fra, at klienten har gode grund til at sige og gøre det, hun gør. Der er en *mening* med galskaben, den er bare ikke erkendt af hverken klient eller terapeut endnu. Og det er faktisk denne mening, den terapeutiske proces skal tydeliggøre (øget awareness).

Det første jeg vil gøre er derfor at undersøge, hvad klienten mener med "at føle sig skyldig". Det er ikke nogen god ide allere nu at kaste sig ud i at konstatere, at "Du er et menneske, der ikke ønsker at være skyldig", før man ved, hvilken betydningen, klienten tillægger ordet skyldig.

Begrebet "skyldig" bliver ofte forstået som et juridisk

eller et religiøst begreb - og er som sådan ofte noget negativt - noget, der medfører straf og forkastelse. Mange helt fornuftigt mennesker vil derfor undgå at udsætte sig for denne dom. Og da det ikke er særlig almindeligt, at folk har lært at skelne mellem forskellige former for skyld, kender de kun den negative form, som de umiddelbart vil forsøge at sno sig udenom enten ved at benægte at være skyldig eller ved at sende skylden videre til andre. Hvis baggrunden for dette kan findes i det almindelige ukendskab til skyldens mange ansigter, kan terapeut og klient rimelig let finde frem til en afklaring.

### Undgåelse af skyld

Der er imidlertid ikke så tit tale om en manglende forståelse af begrebet skyld, men om en speciel (mærkelig) måde at omgås skyld på eller nærmere en særlig form for undgåelse. Denne særlige måde afspejler klientens unikke personligheds-

træk og/eller psykiske forstyrrelser af mere eller mindre alvorlig karakter. Mennesker vil nemlig altid reagere på at blive defineret af andre i overensstemmelse med deres kontaktkompetance:

*Det neurotiske menneske* vil suge skylden til sig, fordi selvundertrykkelse (en rigid retrofleksion) udgør dette menneskes oplevede eksistensberettigelse, eller hun vil "spille" det uskyldige offer og dermed afvise sit ansvar (projektion) eller undgå at sige nej.

*Borderlineklienten* vil derimod ofte hævde, at det hele er de andres skyld eller det hele er hendes egen skyld. Automatisk og ureflekteret vil hun opfatte forholdet til verden som et alt-eller-intet-forhold og føle sig knust af det. Hun kan ikke rumme det onde og det gode samtidig, og vil derfor oftest konsekvent afvise det, der føles besværligt som tilhørende de andre (splitting).

*Den narcissistiske (narcissistisk skadede) klient* vil i stedet for at forholde sig realistisk til selve sagen, devaluere sig selv eller terapeuten. På denne måde kan hun opretholde en pseudo-kontakt med sin facade intakt som enten oppe eller nede i forhold til betydningsfulde mennesker og undgå at nuancere sit forhold realiteterne.

*Det "sunde" menneske* genkendes på viljen og evnen til at tage et realistisk/nuanceret ansvar, dvs. til at differentiere mellem den skyld, der betyder, at hun faktisk har gjort noget, som ikke er rigtigt/tilladt i forhold til samfundets regler/moral eller hendes egen moral og den skyld, der er påført for at andre kan slippe for ansvaret. Hun kan endvidere ofte forholde sig realistisk og ansvarlig til den skyld, ingen af os kan undslippe, nemlig skylden over at vælge det ene frem for det andet.

### Differentiering af begrebet

Det er det vigtigt at bruge en del tid på at undersøge, hvad klienten mener med "skyldig" - for det er *meningen* (gestaltningen af mening), der aktiverer hende til bestemte handlinger/følelser/tanker: Mener hun, at hun har overtrådt sine egne eller andres regler for rigtig og forkert (moral)? Mener hun, at de andre (altid, automatisk) er ude efter hende og vil gøre hende til syndebuk (offerrollen)? Mener hun, at hun ikke kan gøre for det (evig uskyldig) eller, at hun altid kan gøre for det (evig skyldig). Mener hun, at det gælder om at undgå enhver beskyldning/ethvert angreb uafhængig af situationen (kronisk benægter), osv. ?

Mange nuancer vil vise sig i og med undersøgelsen af klientens forhold til skyld. Viser det sig, at klienten rent faktisk er blevet klar over, at hun har gjort noget som er ulovligt, skadeligt eller forkert i forhold til hendes

egen moral eller miljøets moral og alligevel ikke vil identificere sig med skylden, så må det undersøges, hvordan hun "undgår" ansvaret og hvorfor.

### Konklusion/konfrontation

Når dette er kendt, har terapeuten støtte til at konstatere, at klienten - på trods af bedreviddende er en person, der benægter sin skyld. Men! Det er vigtigt at formuleringen sker med hensyntagen til klientens selvstøttesystem, så klienten kan høre udsagnet uden at forsvare sig og kan reflektere over det. Ellers er det spildt ulejlighed. Måske jeg ville sige noget i retning af: "Jeg kan forstå, at du ikke vil påtage dig skylden for xxx, selvom du selv og de andre mener, at det er forkert". Hvis det viser sig, at "skyldig" afvises, fordi den er påført uforskyldt, vil jeg konstatere: "De andre mener, du er skyldig i xxx, men det gør du ikke".

Hvis ikke der er en forudgående undersøgelse af klientens egen forståelse af begrebet "skyldig" og man for hurtigt slynger en konklusion ud ("du er en person, der osv"), risikerer man at sabotere terapien.

### Modstand

Også hos den "sunde" klient vækker et for "kækt" og for tidligt udsagn modstand, men en sådan klient vil være i stand til at formulere sin uvilje mod terapeutens definition og begrunde den. (Og her vil det så vise sig, om terapeuten er i stand til at påtage sig ansvaret/skylden for at have været for hurtig på aftrækkeren).

Hos den neurotiske klient vil det forstærke neurosen, fordi der er en autoritet (terapeuten), der vil have, at hun undertrykker sig selv igen.

Hos borderline-klienten vil det højst sandsynlig føre til stærke ukontrollerede følelsesudbrud.

Hos den narcissistiske klient, kan det forstærke hendes urealistiske oplevelse af at være fantastisk eller nul-og-nix. Det kan føre til et raserianfald eller til, at hun forlader terapien.

Det er helt afgørende at undersøge udsagnet "skyldig" grundigt, fordi det vil give både klienten og terapeuten de nødvendige oplysninger om karakteren af de vanskeligheder, klienten har.

### Øget awareness

Klientens forhold til skyld må kort sagt *differentieres*, fordi det er i selve differentieringen behandlingen foregår. Har man fået oplysninger nok til, at der er dannet en tydelig figur/ grund, kan en konklusion/konfrontation altid hjælpe klienten til større awareness, dvs. til større klarhed uden at kontakten af den grund afbrydes.

## **INDSIGT**

@

Send Jeres spørgsmål til brevkassens mailadresse in-

den deadline for indsendelse af stof til GF-bladet (se bagsiden).

*indsigt@postkasse.net*

## EUROPÆISK KONFERENCE

Næste europæiske gestaltkonference foregår i Athen, Grækenland, 6.-9. sept. 2007

www.

[gestaltconferenceathens.gr](http://gestaltconferenceathens.gr)