

Anmeldelse bragt i Psykoterapeuten nr. 1 2011

Selvet skabes i SAMSPIL MED ANDRE

Anne-Lise Løvlie Schibbye: *Relationer Et dialektisk perspektiv på eksistentiel og psykodynamisk psykoterapi*, 2 udgave, 2010 Akademisk forlag, pris 469 kr.

Boganmeldelse

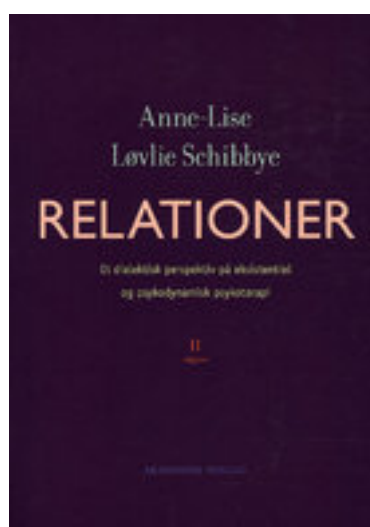
Mennesket udvikler selvet i samspil med andre. Sådan lyder i korthed den relationsforståelse, som den norske psykolog Anne-Lise Løvlie Schibbye præsenterer i 2. udgaven af bogen "*Relationer Et dialektisk perspektiv på eksistentiel og psykodynamisk psykoterapi*". Her sammenkæder hun eksistentialisme, dialektik og psykoterapeutisk praksis til en samlet forståelse af relationers betydning. Hegels tanker om dialektik er grundlæggende i relationsforståelsen. I denne 2. udgave af *Relationer* kæder hun som noget nyt Kierkegaards forståelse af angst og af kærlighed som en åndelig og menneskelig kraft sammen med Freuds begreber om forsvar, det ubevidste og overføringer. Det har gjort læsningen af andenudgaven endnu mere spændende, og det har tilført bogen mere dybde og spændvidde.

"Schibbye forholder sig i bogen til hvordan relationen mellem terapeut og klient fremmer udviklingen i terapien. Her er terapeutens autenticitet, nærvær og anerkendende holdning naturligvis en forudsætning for ændringsøjeblikket"

Gennem sin bog *Relationer* viser Schibbye, hvordan relationer har betydning for, hvordan mennesket udvikler sig. Således trækker hun tråde gennem den tidlige relation mellem forældre og barn til par - og familiedannelse. Derudover har relationers betydning i mødet mellem klient og terapeut har en naturlig stor vægtning her i bogen. For at belyse og diskutere relationernes betydning, inddrager Schibbye vigtige temaer om menneskets evne til selvrefleksion og selvafgrænsning, anerkendelse og intersubjektive møder.

I den psykologiske teori trækker Schibbye tråde til forskere og praktikere som bl.a. Bowlby, Winnicott, Stern og Fonagy. Anden udgave er endvidere suppleret med inddragelse af ny forskning om bl.a. ansigtsskommunikation, affektregulering samt neurovidenskab om bl.a. spejlneuroner. Det understøtter og uddyber den viden, som hun har beskrevet i sine tidligere bøger. Jeg ville ønske, at det havde været muligt at få endnu mere af denne nye viden inddraget i bogens relationelle univers.

Bogens tre dele (filosofi, psykologisk teori og psykoterapeutisk praksis) kan udmærket læses hver for sig. Det har imidlertid været en stor glæde at læse dem i sammenhæng. Schibbys ord om relationer i en dialektisk forståelse er også gældende her "Den ene del henviser til den anden, og delene hænger sammen". (s. 48) Relationer kan også læses i udvalgte afsnit. Det kunne jeg forestille mig kunne være godt i de tilfælde, hvor den benyttes som pensum på psykoterapiuddannelserne. Et tæt stikordsregister er en rigtig god hjælp for den, der ønsker at hente viden om specifikke emner, f.eks. kærlighedens betydning i terapien.



Kærlighedens kraft

Schibbys beskrivelsen af kærligheden som en menneskelig kraft, der indgår i relationer, herunder den terapeutiske, var noget af det, der inspirerede mig mest at læse. Hun er inspireret af Kierkegaards opfattelse af kærligheden som noget "der sker" med os. Den er ikke din eller min, den er i os og mellem os, og den giver os mulighed for hele tiden at berøres af den.

Schibbye inddrager denne forståelse af kærlighed til forståelse af relationen mellem klient og terapeut. Hun argumenterer for, at vi også må tro på kærligheden på bunden af klienten. Når psykoterapeuten også åbner for kærligheden på bunden af sig selv, begynder klienten at opleve kærligheden i sig selv, mener Schibbye. Kærligheden skal gives tilbage, og med inspiration fra Kierkegaard er det mest kærlige, psykoterapeuten kan gøre, at hjælpe den anden til at blive fri. Det betyder at det mest kærlige er ikke at ville redde eller omskabe den anden, for klienten ejer sin egen eksistens.

I forbindelse med ovenstående refererer Schibbye til moderne biokemi, neuropsykologi og psykoanalyse der viser, at kærlighed fremmer barnets udvikling.

Forandringer i øjeblikket

Schibbye forholder sig i bogen til, hvordan relationen mellem terapeut og klient fremmer udvikling i terapien. Her er terapeutens autenticitet, nærvær og anerkendende holdning naturligvis en forudsætning for ændringsøjeblikket. "Ændringsøjeblikket opstår gennem en vedvarende, undrende dialog" (s. 352) skriver Schibbye. Det undrende sprog overlister det kognitive, og dermed søger det at åbne for og forstyrre det usigelige, og så bliver der skabt adgang til det, som Schibbye kalder organismiske processer. Det kan f.eks. være genoplevelse af fortiden. Det er i dette tidsløse øjeblik at der skabes mulighed for forandring. Herved viser hun i bogen en anden måde at se mødeøjeblikket på end den, Stern beskriver i sin bog med den danske titel "Det nuværende øjeblik". Schibbye kalder denne måde at tænke på for en lineær tankegang.

Teori og praksis

Anne-Lise Løvlie Schibbye har gennem mere end 30 år været lektor ved psykologistudiet i Oslo, og hun har med sit faglige engagement kombineret forskning og undervisning med praktisk psykoterapi. Det har præget hendes udgivelser gennem årene at hun ønsker at relatere selv ret svært tilgængelig teori og forskning med psykoterapeutisk praksis. Det er også en gennemgående tråd i denne bog, hvor vi følger en opdigtet familie, som bliver brugt til at eksemplificere pointerne med, men mest levende bliver det dog, når Schibbye bruger eksempler fra sin egen praksis.

I Danmark er Schibbyes relationsforskning nok mest kendt for det banebrydende arbejde, hun har udgivet om anerkendelse. Det har været anvendt indenfor udvikling af pædagogisk relationsarbejde og indenfor psykoterapi, bl.a. oplevelsesorienteret familierapi, som jeg selv arbejder med.

Relationer er en bog, der har særlig interesse for psykoterapeuter, for hvem psykoterapi er udtryk for holdning og væren mere end en teknisk kunnen. Schibbye udtrykker perspektivet således i afslutningen af bogen s. 364: "...det meste i psykoterapi (og i alle relationer) "sker uden for teorien" /.../ Samtidig må vi have teorier og begreber, systematisk oparbejdet, og vi må forske videre. Gennem teorien har vi her overskredet det teoretiske og ender tilbage i livet."

Schibbye skriver for det meste levende, hvilket ovenstående citat dog ikke er det bedste bevis for!. Bogen er skrevet på en måde, der får mig til at leve med som læser og får mig til at indgå i dialog med bogen. Sine steder kræver bogen dog, at man holder tungen lige i munden for helt at bevare den røde tråd mellem de forskellige niveauer og referencer.

Ved (gen)læsning af Relationer har jeg følt mig inspireret og læsningen har betydet, at jeg gennem en stor del af bogen er indgået i en inspireret dialog med forfatteren. Det er erfaringer og tanker fra mit arbejde som psykoterapeut, der er blevet begrebsliggjorte og har givet nye erkendelser, og det har påvirket min praksis.

Jeg vil afslutte denne anmeldelse med at citere de sidste ord fra bogen: (side 364)

” Det vi fortæller, ændrer både os og historien. Vi er undervejs - og fortællingen har ingen ende. Og dog må jeg sætte punktum her.”

Gerda Rasmusen

Familie- og psykoterapeut MPF og underviser ved
Dansk Familieterapeutisk Institut, DFTI