

Protreptisk terapi: Angsten som det fælles tredje

Af Lars Worning

Relationen er det vigtigste

Inden for terapi er der en række forskellige retninger fra psyko-analyse, over kognitiv terapi til narrative og systemiske metoder, og der er endeløse diskussioner om hvilken retning, der virker bedst og til hvad og hvornår. Men en ting stort set alle undersøgelser peger på er, at det er relationen mellem terapeut og klient, der er det enkeltstående vigtigste forhold, for at sikre et vellykket forløb.¹

Fordi relationen i den terapeutiske proces er så afgørende, er det vigtigt at man ikke starter den terapeutiske proces, før der sidder et menneske foran en i forståelsen, at klienten er eksistentielt og følelsesmæssigt til stede, da udgangspunktet for en vellykket terapeutisk relation er, at vedkommende føler sig set og respekteret. Og hånden på hjertet, ind i mellem sker det, at der sidder et problem, eller en diagnose. Vi er kun mennesker, og selvom det handler om problemer, livskriser, angst og

¹ Se fx kap. 1 i Sverker Belins: ”Relation før metode – at arbejde med mennesker med alvorlige psykiske problemer” (Akademisk forlag, 2010).

sorg, er det også 'bare' et arbejde. Det betyder, at det er nødvendigt at finde måder, der sikrer, at man er til stede i sam-talen.

Her kan filosofien og specielt protreptikken noget helt særligt, fordi dens mål er, at afsøge hvad et menneske er, hvad mening er, hvad det vil sige, at der er et ægte møde osv.; forhold, der er afgørende for, at en terapeutisk proces kan lykkes, og samtidig forhold der kan være svære at sikre med en teknik. Dilemmaet er, at det omvendt ikke nyt-ter, at terapeuten insisterer på at tale om meningen med livet, og om hvorvidt der findes en fri vilje, hvis det der fylder i klientens liv, er at vedkommende, er ved at blive skilt, og virksomheden er ved at gå fal-lit.

Som terapeut er det derfor afgørende, at man kommer omkring de væsentlige forhold i livet, uden at det virker påtaget eller kunstigt, samtidig med at man forholder sig til de konkrete problemer, klienten slås med. Det betyder at man skal have en metode, eller en tilgang, der har fokus på, hvordan man forholder sig i relationen, så man på den ene side kan være nærværende med de konkrete aktuelle proble-matikker, og på den anden side ikke mister blikket for, at vi menne-sker

er meningssøgende væsner, der risikerer at dø åndeligt, hvis ikke vi forholder os til en række eksistentielle grundforhold.

DO NOT COPY

Dokumentets indhold er ophavsretligt beskyttet. Det er således kun tilladt at benytte dette materiale på betingelse af, at alle regler om ophavsret og andre immaterielle rettigheder respekteres og overholdes.

Det er dog ifølge ophavsretslovens § 22 tilladt at citere fra værket, sålænge reglerne om god citatskik overholdes; "Af et offentliggjort værk er det tilladt at citere i overensstemmelse med god skik og i det omfang, som betinges af formålet." Det er således som udgangspunkt lovligt at citere, mens det er ulovligt at plagiere. Ved yderligere spørgsmål omkring brug af materialet, kontakt da venligst CCC.