



Banebrydende ■ Af Allan Holmgren

■ I begyndelsen af april 2008 døde den australske socialrådgiver Michael White – og dermed den person, man mere end nogen anden forbinder med narrativ terapi.

Michael White har de seneste 21 år afholdt workshop, seminarer og længere undervisningsforløb i narrativ terapi i hele verden og deltaget i arbejdet med traumatiserede befolkningsgrupper i Australien, Afrika og Palæstina.

I sin undervisning gav han altid eksempler på sit arbejde ved at præsentere videoer fra sine terapier. Han nøjedes ikke med at vise sin praksis, men teoretiserede og begrebsliggjorde sin praksis ved at henvise til først og fremmest den franske psykolog, filosof og professor i tankesystemernes historie Michel Foucaults arbejder om moderne magt og de subjektiveringsprocesser, der finder sted i de vestlige liberale samfund, og som producerer både lidelser og elendighed og potentialet for lokal frihed.

Identitet, historier, natur og kultur

Grundtanken i narrativ terapi er, at vores identitet bliver skabt gennem de historier, vi selv og andre fortæller om os

relateret til de kulturelle normer, standarder og forventninger, der viser sig i disse fortællinger.

Set fra den narrative terapi, den kulturelle psykologis og den poststrukturalistiske filosofis standpunkt er der ingen "menneskelig natur", der skal frigøres, som eksempelvis eksistentialisterne, humanisterne og andre tilhængere af "repressionshypotesen" hævder; ingen psykiske mekanismer, som psykoanalytikerne hævder; ingen generelle og alment menneskelige forhold og strukturer og ingen skemaer, som de kognitive terapeuter hævder.

Narrativ terapi ser det som ren og skær magtudøvelse, når psykologer, pædagoger, socialrådgivere, lærere, terapeuter og psykiatere forsøger at definere, hvem de personer er som mennesker, der søger hjælp eller bliver henvist til dem. "Ordet skaber, hvad det nævner", som Grundtvig sagde. Og i en mere radikal version: Ordet skæbner, hvad det nævner. Sproget er absolut ikke uskyldigt. De ord, den diagnostiske hjælperkultur tilbyder, skaber identitet hos de mennesker, der søger hjælp, og derigennem kan hjælperkulturen være med til at fastholde en endimensional iden-

Den fraværende, MEN IMPLICITTE

Den narrative terapi er nært forbundet med sin grundlæggers navn. Michael White, der døde i sidste måned, har gennem sit arbejde sat spor blandt psykologer verden over.



titet hos de mennesker, der søger hjælp, ved at favorisere bestemte historier frem for andre.

Eksternalisering

Michael Whites første geniale overskridelse af det traditionelle vestlige behandlersprog var gennem hans introduktion af begrebet eksternalisering og den praksis, dette begreb beskriver. Michael White opfattede problemer som selvstændige størrelser, der havde invaderet og ofte overtaget menneskers liv: Encopresen, angsten, depressionen, skizofrenien, anoreksien, bulimien, utilstrækkelighedsfølelsen etc. bliver i narrativ terapi opfattet som selvstændige størrelser installeret og internaliseret på utallige måder af kulturen i folks liv gennem konkrete hverdagspraksisser, gennem tv og blade i den lokalt levede kultur. Gennem de normer og standarder, vi føler vi skal leve op til for fx "at være en god og effektiv psykolog", bliver der produceret utilstrækkelighedsfølelser. Vi tror, at vi som psykologer skal løse menneskers problemer. Det skal vi ikke. Vi skal derimod give adgang til menneskers foretrukne historier.

De såkaldt videnskabelige standarder, vi som psykologer og andre hjælpeprofessionelle føler vi skal leve op til, er kulturens måde umærkeligt at disciplinere os på og installere utilstrækkelighedsfølelser i os på. Dette sker fx gennem de konkurrerende diskursive praksisser, der finder sted på næsten enhver psykologarbejdsplads, som bl.a. skaber stress og udbrændthed, fordi man sjældent føler, at man gør det godt nok, fordi man altid kunne gøre det lidt bedre.

Narrativ terapi i særdeleshed og poststrukturalistisk filosofi i almindelighed forsøger at gendrive alle de dogmer og vedtagne sandheder, vi som terapeuter og psykologer har arbejdet ud fra, siden Freud og alle de andre efterfølgende konkurrerende paradigmer om den menneskelige sjæl så dagens lys for mere end 100 år siden.

Narrativ terapi forsøger at etablere et alternativ til alle andre terapier ved at knytte sig stærkt til både poststruktura-

>



- > listiske ideer, den amerikanske psykolog William James' arbejder, til den russiske psykolog Lev Vygotskys arbejder og til den refleksive antropologis arbejder.

Narrativ terapi forsøger at begrebsliggøre sin terapeutiske praksis ved at introducere en kultursensitiv metodologi, en samtaleteknologi, man vel har ventet på siden Laing og Cooper introducerede deres antipsykiatri i 1960'erne – inspireret af både Michael Foucaults skrifter om galskabens, fængselsvæsenets og klinikkens historie og af Gregory Batesons kommunikationsteori om double binds og skizofreni, og som rækker ud over systemteorien.

Livet er multihistorielt

Grundtanken i narrativ terapi er, at der er forskel på *personen* og *problemet*. Personen er ikke fx deprimeret; depressionen har derimod fat i personen. Narrativ terapi mener, at problemer er selvstændige størrelser med egne intentioner: "Depressionen" har sine egne dagsordener, intentioner, tricks og fiduser i forhold til personens liv og identitet. "Depressionen" slår til på bestemte tidspunkter og forsøger at bilde personen alt muligt ind om personens identitet.

Men "depressionen" rummer ikke hele personens identitet. Det er en central antagelse i narrativ terapi, at livet er multihistorielt, at der altid kan fortælles andre historier om en persons identitet end eksempelvis den historie, som "depressionen" forsøger at prakke personen på. Det er ikke ideen at erstatte en historie med en anden, som strategisk kommunikationsbaseret terapi eksempelvis forsøger på.

Narrativ terapi ser det som sin opgave at give personen adgang til at forvandle sine erfaringer til fortællinger om andre og mere foretrukne aspekter af sit liv, der er mere i overensstemmelse og harmoni med personens værdier erfare i "det gode liv".

Det fraværende, men implicitte

Hovedmetaforen i narrativ terapi har de seneste år været "det fraværende, men implicitte" – en formulering inspireret af den franske dekonstruktionsfilosof Jacques Derrida. For at en person skal mistrives fx i sin familie eller i skolen og have dominerende følelser af skam, skyld og mistillid, kan dette kun finde sted, fordi personen må have gjort sig erfaringer med det modsatte: med tillid, opbakning og en følelse af at være god nok. Disse underordnede erfaringer har som oftest levet en underordnet skyggetilværelse; men de må have været der – ellers ville personen ikke respondere på oplevelser og erfaringer, der giver skyld, skam etc.

Den narrative terapi forsøger at trække disse underordnede, men foretrukne historier frem i lyset som alternativer til den dominerende historie ved at forholde sig nysgerrigt og interesseret til alle aspekter af et menneskes liv og derigennem bidrage til, at der kan fortælles mange andre historier i den terapeutiske kontekst end problemets historie.

Håbet bor så at sige i problemet, men har levet et udtørret skyggeliv. Det er de narrative samtalers intention at fungere som vand til disse udtørrede historier, så de kan gro og vokse og blive til ståsteder og platforme, hvorfra personen kan komme til at se sit eget liv på nye måder.

Terapeutiske kort

Michael Whites ledelse af den narrative bevægelse i familierapi hvilede ikke kun på hans intense nærvær, kreative tænkning og konstante udvikling af det terapeutiske arbejde, men også på hans inspirerende insisteren på at se det bedste i alle mennesker – ikke mindst når et menneske havde mistet troen på sig selv.

Når man var sammen med Michael White, var man aldrig i tvivl om, hvor stor betydning det terapeutiske arbejde havde i hans liv, og hvor taknemlig han var over for de mennesker, der delte deres liv med ham i terapeutiske samtaler. Hans omsorg og imødekommenhed og ægte interesse var altid til stede.

Hans bøger illustrerer en vedvarende bestræbelse på at beskrive og udvikle terapeutisk arbejde ved at inddrage både filosofiske, psykologiske og sociologiske perspektiver. Han udviklede de seneste år såkaldte "terapeutiske kort" som en beskrivelse af terapeutisk praksis og som en guide, andre terapeuter kunne bruge for at finde vej i problemernes forskellige landskaber.

Men det var muligvis i koblingen mellem de overordnede poststrukturalistiske ideer og den terapeutiske praksis, hans egentlige interesse lå. En del af dette var en insisteren på altid at inddrage den historiske, den kulturelle og den politiske kontekst i terapeutisk arbejde. Han omtalte sit arbejde som politisk – med lille "p".

Moderne magt

Michael White var tidligt socialt engageret på venstrefløjen og med i det verdensomspændende studenteroprør ved at deltage i bevægelser i Adelaide i slutningen af 1960'erne og begyndelsen af 1970'erne. Han deltog i videreuddannelser i familierapi, men nærede stor skepsis over for de strukturelle og strategiske former for familierapi.

Han lagde stor afstand til systemmetaforen inden for terapeutisk arbejde – også til den systemiske metafor, selv om han i sine yngre år var inspireret af Gregory Batesons arbejder. Han overskred dog den generelle kommunikationsmetafor, da han begyndte at interessere sig for den franske filosof Michel Foucault og dennes tanker om moderne

magt og produktion af subjektivitet. Hvor den traditionelle magt er synlig og har et centrum, er den moderne magt usynlig og har centrum alle steder. Den opererer alle steder fra og får mennesker til at disciplinere sig selv – i frihedens navn.

At omsætte ellers svært tilgængelige teoretiske begreber til praktisk terapeutisk arbejde var noget, som lå ham meget på sinde, fx det allerede nævnte eksternalisering. Det var netop i arbejdet med børn, der led af encoprese, at han fandt på at eksternalisere afføringen gennem at navngive "sneaky poo", som kom bag på barnet. Michael White havde øje for den magt, som de sædvanlige og "naturlige" vestlige diskurser har på fabrikationen af det levede liv og på den identitet, vi udvikler som mennesker, hvis vi ikke får et sprog for denne moderne magts diskursive hærgen i og disciplinering af vores kroppe.

I de senere år lagde Michael White en vis afstand til eksternaliseringspraksissen, fordi den var med til at teknificere narrativ terapi. Han foretrak at tale om eksternaliserende sprogbrug, uden at man tvangsmæssigt skulle eksternalisere et hvilket som helst problem.

Navnet og begrebet

Navngivningen af et problem og navngivningen af menneskers færdigheder, altså menneskers egne navne på deres problemer og på deres færdigheder, var central for Michael White. Navnet refererer til begrebsdannelsen, som Lev Vygotsky anfører. Det er ved at undersøge de navne, de begreber, som mennesker anvender om deres problemer og om deres færdigheder, at man adgang til den viden, folk kan opnå om deres liv.

Michael White talte ofte om at gå fra det nære og velkendte til det, der er muligt at komme til at vide om sit liv. >

> Han opdelte verden på en enkel måde i ”skills of living” og ”knowledge of life”. Vi kan ikke gøre noget, uden at denne gøren udtrykker både færdigheder og viden. Færdigheder og viden er ikke altid begrebsliggjort eller navngivet, men det er den narrative terapies intention at bede den person, der ønsker hjælp, om selv at finde frem til passende navne for deres tilstand, problemer og færdigheder.

Lige gyldigt hvor hårdt et liv man har haft, lige gyldigt hvad man har været udsat for, har der altid været en respons. Overhovedet at være i live indebærer en respons. Det er i disse responser, at nøglen – eller nøglehullet, om man vil – gemmer sig til de færdigheder, en person praktiserer, og til de intentioner, værdier og principper, en person lever efter.

Narrativ terapi er indimellem blevet beskyldt for at være en afart af løsningsorienteret terapi. Intet er mere forkert. Narrativ terapi er overhovedet ikke interesseret i at løse folks problemer. Der er ikke noget galt med at bidrage til, at folk kan komme videre i deres liv, men narrativ terapi er en tand mere ambitiøs ved at interessere sig for, hvad der er vigtigt i menneskers liv. Når mennesker får adgang til de historier, der udtrykker, hvad der er vigtigt i deres liv, ved de altid, hvad de skal gøre; ja, det bliver som oftest uinteressant, hvad de skal gøre i forhold til et konkret problem, når de følger sig mere forbundet med temaer, værdier og principper i deres liv.

Intet måtte skjules

Da Michael White senest var i Danmark, i august 2007, fortalte han om sin optagethed af dele af den svært tilgængelige franske filosof Gilles Deleuzes tanker om forskelle. Michael White havde aldrig kun en ren teoretisk interesse for ideerne. Hans sigte var hele tiden at undersøge ideernes brugbarhed i det konkrete terapeutiske arbejde og i deres anvendelighed i forhold til de mennesker, som søgte hans hjælp.

Michael White vil blive husket for sit fabelagtige nærvær og for sin fascination af de mennesker, han talte med. Han kunne altid få øje på en sprække i selv de mest håbløse livshistorier. Hans geniale kreativitet skabte totalt uforudsigelige terapeutiske gennembrud og nye identitetsskabende historier – hans arbejde kan bedst karakteriseres som narrativ kunst.

Han var hele tiden optaget af den magt, som selve den terapeutiske setting indeholder som potentielt marginaliserende og undertrykkende for klienten. Udtrykket ”genemsigtighed” var derfor centralt for Michael White. Intet måtte skjules. De mennesker, som søger hjælp, skal behandles med størst mulig menneskelig respekt. ”Hvad kunne du tænke dig at vide om de mennesker, som er her i lokalet?”, spurgte han ofte dem, der opsøgte ham. På den måde fik han de mest fantastiske ting at vide om de mennesker, der var til stede som vidner.

Ekstern bevidning

Et helt enestående originalt bidrag til det terapeutiske arbejde var den praksis, han havde udviklet inspireret af antropologen Barbara Myerhoffs begreber ekstern bevidning og definerende ceremonier.

De, som overværer en samtale, er vidner til et andet menneskes livshistorie. Vidner skal ikke først og fremmest reflektere om ”klienterne”, men lade sig inspirere, transportere og bevæge i forhold til sit eget liv af de historier, de ord og udtryk, ”klienterne” fortæller.

Denne praksis er højst overraskende for de fleste både ”klienter” og professionelle på vores breddegrader. Det er ret usædvanligt og ”unaturligt” som professionel at fortælle om sit eget livs op- og nedture, mens klienterne lytter. Men denne måde at arbejde med klienter på gør terapeutiske samtaler tre gange så meget værd, mente Michael White.

Ekstern bevidning må siges at repræsentere et radikalt opgør med den sædvanligvis kanoniserede (småborgerlige)

FAKTA ■ Narrativ terapi på dansk

Der er på dansk udgivet to antologier af Michael White i henholdsvis 2006 og 2008, og hans samtlende hovedværk ”Kort over narrative landskaber” er netop udkommet. Alle tre på Hans Reitzels Forlag. Desuden Michael White & Alice Morgan: ”Narrativ terapi med børn og deres familier”, Akademisk Forlag, 2007.

Interesserede i narrativ terapi kan læse videre i Shoona Russell & Maggie Carey: ”Narrativ terapi – spørgsmål og svar”, Hans Reitzels Forlag, 2007. Til juni udkommer bogen ”Terapifortællinger – Narrativ terapi i praksis” af Anette Holmgren på Dansk psykologisk Forlag.

middelklassekultur og magtudøvelse, der finder sted i traditionel psykoterapi. Rigtig mange terapeuter og behandlere har haft særdeles vanskeligt ved at forlade den diagnosticerende og fortolkende praksis, de er vokset op med og er disciplineret i. Dertil kommer, at man med bevidning overskrider blufærdighedens og generthedens normer. Det besynderlige i den traditionelle terapikultur er, at man inviterer klienter til at tale om sig selv, men ikke selv vil gøre det samme.

Sprækkerne i sorgen

Det ville være helt i Michael Whites ånd at holde fast ved den sadness, der må være i enhver sorgens stund og ved ethvert tab af liv. Men det vil også være helt i hans ånd at finde sprækkerne i denne sadness. Det handler ikke om at sige farvel – men om at sige 'hullo again', som Michael White skriver i sin berømte artikel om arbejdet med kronisk sorg. Det handler om også at have øje for glæden over og taknemmeligheden for Michael Whites bidrag til det terapeutiske felt.



Det er store ord at tage i sin mund, men jeg vil mene, at han var en af de største, mest geniale, nyskabende og banebrydende terapeuter overhovedet siden Milton Erichson – om ikke den største overhovedet.

Michael White døde midt i det, han satte virkeligt højt, nemlig at formidle sine ideer og sin praksis til andre professionelle. Hans død efterlader et stort tomrum hos psykologer verden over – og i højeste grad i Danmark! – men også en stor taknemmelighed over for hans revolutionerende bidrag til den terapiverden og den psykologi, som er funderet på poststrukturalistiske antagelser.

*Allan Holmgren, adj. professor, CBS
direktør, mag.art., DISPUK*