

Accept, empati og ægthed

Grundbog i psykoterapi, der med begreberne accept, empati og ægthed som omdrejningspunkt går på tværs af psykoterapiens skoledannelser

Lisbeth Sommerbeck og Allan B. Larsen har redigeret en særdeles spændende og læseværdig bog, som handler om tre vigtige forhold i psykoterapeutisk praksis, nemlig accept, empati og ægthed.

Redaktørerne ønsker med bogen ”at ære den, som æres bør”, idet de fremfører, at de senere års meta-analytiske forskning i ’fællesfaktorerne’, også kaldet de non-specifikke faktorer eller relationsfaktorerne, er blevet stedmoderligt behandlet uden referencer til Carl Rogers’ grundige overvejelser og beskrivelser i talrige artikler og bøger om kernebetingelserne for et positivt psykoterapeutisk forløb. Carl Rogers’ værker omhandler såvel teori som praksis og forskning.

Sommerbeck og Larsen giver i bogens 1. del en grundig, indsigtfuld og nuanceret introduktion til Carl Rogers og dermed også til de kernebetingelser, der er afgørende for et vellykket psykoterapeutisk forløb.

Rogers mødte megen kritik, og de kontroversielle sider af hans arbejde er ikke tidligere beskrevet i dansk faglitteratur. Sommerbeck, som i mange år har arbejdet i voksenpsykiatrien, og Larsen, kender til alle indvendingerne og den kritik, Rogers møder i sin samtid, og præsenterer læserne for den. De fleste psykoterapeuter anerkender vel kernebetingelserne som betydningsfulde og meningsbærende for et vellykket terapiforløb og også som selvfølgelige, men ofte uden helt at gøre sig klart, hvad disse kernebetingelser indebærer, og hvor vanskelige de er at efterleve.

”Der mangler noget –”

Bogens 2. del er en præsentation af Carl Rogers’ kernebetingelser i forskellige psykoterapeutiske praksisformer. Redaktørerne har bedt forfatterne om at inddrage Rogers’ kernebetingelser i deres beskrivelser af den metode, som de hver især præsenterer, men har dog samtidig givet dem frihed til ”nogle gange at bevæge sig lidt væk fra hovedemnet.”

Det er der kommet megen god læsning ud af. De fleste forfattere har stor erfaring med den psykoterapeutiske metode, de beskriver, og gør det på akademisk niveau.

Allan Holmgren har skrevet set fra den narrative terapiperspektiv, Karen Vibeke Mortensen fra psykoanalysens perspektiv, Carsten René Jørgensen beskriver relationel psykoterapi med borderlinepatienter og Kirsten Seidenfaden og Piet Draiby beskriver relationsfokuseret parterapi. Ud over dette er der artikler om ACT (Susan Møller Rasmussen), gestaltanalyse (Inge-Marie Kryger), terapi fra et eksistentielt, fænomenologisk perspektiv (Karsten Borg Hansen) og emotionsfokuseret terapi (Niels Bagge).

Forfatterne nævner alle, at de anser Rogers’ kernebetingelser for at være nødvendige. Men fælles for dem er, at de ikke mener, at Rogers’ kernebetingelser er tilstrækkelige – ”der mangler noget”, og de beskriver så, hvad de synes der mangler. Det fører dem videre til deres foretrukne teoretiske udgangspunkt og deraf anvendte metode.

Sommerbeck afslutter bogen med præsentation af klientcentreret terapi og præterapi, hvor ”der ikke mangler noget”, hvor Rogers’ facilitative betingelser anses for at være ikke blot nødvendige, men også tilstrækkelige.

Det sidste afsnit i bogen er forslag til træning i de rogerske facilitative betingelser.

Bogen henvender sig til fagpersoner, som ønsker viden om og overblik over de i Danmark mest udbredte former for psykoterapi. Niveaue i artiklerne bevæger sig fra det generøst givende af viden, indsigt og erfaring til det meget jordnære og konkrete, men har alle relevans for vores daglige arbejde som psykoterapeuter.

Dette er en bog, vi længe har savnet, også fordi den giver inspiration og anledning til at reflektere over egen praksis. ■

Kirsten Hviid Larsen



BOGDATA

Allan Becker Larsen & Lisbeth Sommerbeck: ”Accept, empati og ægthed i psykoterapeutisk praksis. Arven efter Carl Rogers”. Dansk Psykologisk Forlag, 2011. 360 sider. 368 kr.