

At leve sin terapi

Ni psykoterapiportrætter tager forholdet mellem terapeut, klient og praksis under behandling. Læseværdig og inspirerende.

Lone Algot Jeppesen og Leif Vedel Sørensen har skrevet en bog om psykoterapeuter og psykoterapi, hvor deres særlige fokus er "... forholdet mellem psykoterapeuten, hans teoretiske og metodiske referenceramme og hans klient."

De er gået til værks på den måde, at de har kontaktet ni gode kolleger og fået dem til at udvælge en båndet version af, hvad de hver især opfatter som en typisk session. Disse sessioner har de så udskrevet, kigget på og efterfølgende analyseret, hvorefter de har haft et ekstensivt interview med terapeuterne om deres arbejdsmåder og deres professionelle selvforståelse, hvor den udskrevne session var en del af samtalsgrundlaget.

Resultatet af dette har de samlet i, hvad de kalder portrætter af det forhold, disse ni terapeuter har til deres arbejdsgrundlag og til deres klienter. Som portrætterne er formuleret, er de redigerede versioner af de ekstensive interview. De består af en præsentation af den særlige skole eller arbejdsform, den aktuelle person arbejder inden for, således som han har taget den til sig, suppleret med redigerede udsnit af den udvalgte session, som illustrerer nogle metodiske eller andre pointer, der berøres i interviewet.

Det er der kommet en på mange måder læseværdig og inspirerende bog ud af.

Læseværdig, fordi bogen er båret af en idé og er gennemarbejdet sprogligt og tematisk – og den ser godt ud, designmæssigt. Og inspirerende, i hvert fald for denne læser, fordi de deltagende terapeuters entusiasme og personlige forpligtelse over for deres klienter brænder så klart i gennem i interview og terapiudskrifter.

Alliancen med klienten

I indledningskapitlet ser det ud, som om den idé, der ligger til grund for bogen, er at søge at konkretisere og anskueliggøre den akademiske psykoterapiforskningens to mest robuste resultater.

Nemlig for det ene, at et vellykket terapeutisk forløb primært er afhængigt af det, der oftest kaldes alliancen mellem terapeut og klient, hvilket vil sige: på et tillidsfuldt personligt forhold og et fælles forpligtende fokus for det terapeutiske arbejde. Og for det andet, at de specifikke metoder, som anvendes i de forskellige traditioner, i de fleste tilfælde har en i bedste fald marginal betydning for det terapeutiske udbytte.

Portrætterne anskueliggør denne idé. Det gennemgående tema er, hvordan de forskellige terapeuter, i hvert sit teoretiske sprog, formulerer den fælles erkendelse, at det er i det levende forhold til klienten, at det terapeutiske arbejde sker, og at kunsten – og vanskeligheden – består i at få etableret dette forhold så solidt, at terapeutens udfordringer til klientens selvforståelse kan blive produktive. Dette tema bliver imidlertid ikke helt ekspliciteret. Det er, som om det overdøves af forfatterens lidt for respektfulde holdning til de forskellige terapeutiske traditioner.

Bogens organisering indikerer, at det er terapitraditionerne, der portrætteres, ikke personerne. Men det er personerne, terapeuterne, og deres måde at forholde sig til deres klienter og deres arbejdsgrundlag, som gør indtryk og vækker til eftertanke. Og som gør mig lidt glad for at dele profession med disse ni terapeuter. ■

Lars Hem



BOGDATA

Lone Algot Jeppesen & Leif Vedel Sørensen: "At leve sin terapi. Ni psykoterapiportrætter om forholdet mellem terapeut, klient og praksis". Forlaget Mindspace, 2013. 256 sider. 298 kr.