

## Allan Holmgren om sin helt – australske **Michael White**, grundlæggeren af narrativ terapi

Af Henning Due, *journalist*

### **Hvem er Michael White?**

- Han er australier, fra Adelaide, og uddannet socialrådgiver. Han var med til at grundlægge narrativ terapi i starten af 1980'erne.

### **Hvorfor er han din helt?**

- Det er han dels, fordi han sætter psykologi i et kulturelt og sociologisk perspektiv og viser, at psykologi er et slags moderne præsteskab. Dels fordi han har udviklet konkrete metoder, som kan bruges til at tale med mennesker. Han var altså god på det praktiske terapeutiske niveau, men han var også god på det teoretiske og på det filosofiske niveau. Og så var han virkelig en god inspirator. Jeg har netop været på en konference i San Diego i USA i anledning af tiårsdagen for hans pludselige død, hvor vi talte om inspirationen fra ham, og hvad hans tanker og ideer giver anledning til af overvejelser i dagens samfund.

### **Hvilke tanker gjorde han sig om samfundet?**

- Michael White var meget imod den neoliberale samfundsudvikling. At folk bliver isoleret, og at deres problemer gøres til deres egne, og at de selv skal finde sandheden om dem selv i stedet for at se, hvordan deres problemer er relaterede til samfundets normer og til familiens, skolens og arbejdspladsens undertrykkelse.

### **Hvad ledte Michael White på sporet af den narrative metode?**

- I slutningen af 1970'erne fulgte han en familierapeutisk uddannelse, men han havde svært ved at forene det, han lærte, med det han mødte i sin egen praksis. Han følte ikke, han kunne bruge familierapien til noget, fordi han mente, der var for meget *mother blaming*. Altså hvor en familierapeut forklarer sin klient, at hans eller hendes problemer handler om en overinvolveret mor eller familiemønstre.

### **Og hvad gjorde han så i stedet?**

- Han besluttede sig for at lytte til, hvad folk selv fortalte ham, og han brugte Michel Foucault som inspiration. Altså Foucaults tanker om, hvordan moderne magt og samfundets normer disciplinerer mennesker. Han interesserede sig især for det nyere samfundskulturelle fænomen, at mennesker bliver selvdisciplinerende ved at internalisere samfundets blik og normer. Det er netop de normer, som mennesker i dag ikke føler, de kan leve op til, og som styrer os og gør os lidende.

### **Hvad er Michael Whites største bidrag til psykologien?**

- Han har bidraget til den terapeutiske indsigt, at det ikke handler om, hvad vi *er*, men om hvad vi *gør* sammen

med andre mennesker. At vi reflekterer over den magt, vi udøver, gennem det sprog, vi bruger over for hinanden. Michael White forholdte sig fx ikke til diagnoser, og han troede ikke på teorien om diagnoser. Han troede på det, mennesker selv fortæller om dem selv.

### **Hvordan praktiserede han sin metode?**

- Han udviklede bl.a. en række samtalekort, der viser, hvordan man kan tale om sine problemer. Han eksternaliserede problemerne, og hans slagord var: "problemet er problemet, personen er personen, vi adskiller personen fra problemet, og vi undersøger problemets effekter, ikke dets årsager".

### **Hvordan adskiller hans ideer om narrativ terapi sig fra andre terapeutiske metoder?**

- I narrativ terapi er vi interesserede i menneskers fortællinger om livet. Michael Whites store fortjeneste var, at han havde et øje for den magt, mennesker underlægges. Narrativ terapi bliver dermed et frihedsprojekt, som gør det muligt for mennesker at blive fri fra de normer, der styrer dem.

### **Hvordan greb han det an i sin egen praksis?**

- Hvis fx et barn fortalte ham, at hun havde ADHD, ville han spørge barnet: "Hvad for en slags ADHD? Hvordan ser din ADHD ud?". Han ønskede på den måde at dekonstruere menneskers begrænsede opfattelse af sig selv.

### **Kendte du ham personligt?**

- Jeg var den første, som inviterede ham til Danmark tilbage i 1987. Siden da har jeg besøgt ham mange gange i Adelaide. Han døde desværre for ti år siden i San Diego, hvor han faldt om og fik hjertestop til et middags-selskab. Jeg fik senere at vide af hans kæreste, at han betragtede mig som en af sine nærmeste venner. Det var jeg ret overrasket over.

### **Hvordan var han som person?**

- Han var et legende og humoristisk menneske, og han var et kreativt menneske.

### **Hvordan kom kreativiteten til udtryk?**

- Når han underviste, var det nærmest som at være til et stand-up comedy-show. Han kunne tale om de mest alvorlige ting på en humoristisk måde, så man blev indfanget som tilskuer. Jeg kan huske engang, hvor han gengav en samtale, han havde haft med en far til et barn, hvor faderen siger til ham: "Surely Michael, you would know that..." Hvortil Michael svarede: "How come you're calling me Cherley? Det var som at lytte til Marx-Brothers. Men jeg mener også, det var kreativt at få den tanke, at det er problemerne, der styrer mennesker og ikke omvendt.

### **Har hans radikale tanker og syn på psykoterapi skaffet ham flere fjender end venner?**

- Jeg tror både, det har skaffet ham venner og fjender. Jeg tror, folk - og især psykodynamisk og kognitiv orienterede fagfolk - blev rystede over hans tanker og ideer, da han først gjorde sig bemærket med dem, men samtidig tror jeg, mange blev fascinerede af hans arbejde og af de resultater, han opnåede med mennesker gennem den narrative metode.

### **Hvad har han betydet for dit virke?**

- Man kan sige, at jeg har ført hans arv videre, fordi jeg fokuserer mere på værdier i mit arbejde med mennesker, end han gjorde. Altså at historier om menneskers værdier er vigtige. At det vigtigste for et menneske er at leve i integritet med sine egne værdier. Den tilgang har jeg arbejdet mere eksplicit med, end han gjorde.

### **Så din fortolkning af narrativ terapi - og dermed af Michael Whites arv - er, at menneskes værdier og efterlevelsen af dem er det centrale?**

- Ja. Som terapeut skal man tale med mennesker om det, de tillægger værdi. Dermed bliver terapi ikke et følelsesforløsende projekt, men et værdiforløsende projekt, som hjælper dig med at komme i kontakt med det, der giver dig værdi. Fx erfaringer fra dine bedsteforældre, musik, eller hvor man ellers finder fred fra samfundets normer. Spørgsmålet er: Hvor føler du dig levende og mest vital?

---

#### **Blå bog - Michael White**

- Socialrådgiver fra Adelaide, Australien
- Død 59 år gammel i 2008
- Udviklede metoden narrativ terapi sammen med familierapeuten David Epston, som beskrives i den indflydelsesrige bog *Narrative Means to Therapeutic Ends* fra 1990.
- Et af nøglebegreberne fra narrativ terapi, som White står bag, er at eksternalisere problemet - eller mere populært udlagt: "personen er ikke problemet, problemet er problemet".
- Michael White hentede bl.a. inspiration i tidlig systemteori (Gregory Bateson), litteraturteori (Jerome Bruner), kulturanthropologi, ikke-strukturalistisk psykologi (Lev Vygotsky, m.fl.) og kritisk fransk post-strukturalistisk filosofi (Derrida, Deleuze, Foucault).