

BERØRT AF MENNESKEHÅND – om psykoterapiens rationalitet

Søren Willert

I tekstens første hovedafsnit fremstilles nogle udviklingslinier indenfor den kvantitativt orienterede psykoterapi-forskning. Denne forskning siges at have givet anledning til – og samtidig fungere som kommentar til et psykoterapiens rationalitetsdilemma: den »virker«, men uden præcist at kunne angive denne virkemådes forudsætninger.

Tekstens andet hovedafsnit er en modelbeskrivelse for den psykoterapeutiske proces-logik, baseret på kvalitativ analyse af egne terapeutiske erfaringer. Dette afsnit munder ud i konstateringen af en logisk inkommensurabilitet mellem mål-perspektiver for den terapeutiske proces, og terapeutens handlestyrings-perspektiv.

I tekstens tredje hovedafsnit sammenføres de to beskrivelsesperspektiver gennem nogle principielle betragtninger om rationalitetsbegrebets væsentlighed i en psykoterapeutisk forståelsessammenhæng.

Indledning

Denne artikel handler om rationalitetsbegrebets anvendelse i forbindelse med psykoterapi.

Jeg har kaldt artiklen Berørt af Menneskehånd, fordi jeg egentlig synes, at dét motto er det mest passende svar til mange af de spørgsmål, der kan stilles omkring psykoterapiens rationalitet. Det er i hvert fald prisværdigt kort. At en bestemt menneskelig kontaktform benævnes 'psykoterapi', kan ikke i sig selv afstedkomme et totalt brud i forhold til alt det, der i øvrigt vides normalt at være gældende for menneskelig kontakt. I normal menneskelig kontakt er det svært at trække en meget entydig grænse, som viser, hvor rationaliteten begynder, og irrationaliteten holder op, og omvendt.

Mine overvejelser i teksten, der følger, bliver en del både længere og bredere end overskriftens fyndord.

I tekstens første hovedafsnit fremstiller jeg nogle udviklingslinier indenfor de seneste godt 30 års kvantitativt orienterede psykoterapi-forskning. Dette afsnit er en tilbagevendende til en interesse, jeg tidligere har dyrket af rent teoretiske grunde (Willert, 1971). Hougaard (1983) har været en vigtig inspirationskilde for denne tekstdel.

I tekstens andet hovedafsnit tager jeg først og fremmest udgangspunkt i mine egne praktiske erfaringer som psykoterapeut mm., specielt i Studen-

terrådgivningen i Århus. Jeg udvikler, hvad jeg kalder en modelbeskrivelse for den psykoteraeutiske proces-logik. Denne modeludvikling ligger snævert i forlængelse af især to tidligere artikler (Willert, 1985a; 1985b).

Tekstens tredie hovedafsnit former sig som en diskussion – et forsøg på at uddrage en lære af ligheder og forskelle, som gør sig gældende mellem de to således præsenterede beskrivelsesperspektiver for psykoteraupi.

I: Krise, rationalitetsdilemma og det specifikt terapeuutiske

Psykoteraupiens historie er på mange måder historien om en succes.

Psykoteraupi er blevet den psykologiske professions og den psykologiske videnskabs flagskib par excellence, et slags 'fagets autoriserede udstillingsvindue'.

Op gennem dette århundrede er den psykoanalytiske divan blevet et folkeligt symbol, bærer af en særlig kulturel stemning.

Og i disse seneste år bruges ublufærdigt ord som magiker, guru mv. som ækvivalent til 'psykoteraeup'. Alle ved, hvad teraupibølgen er for en slags bølge, og hvad teraupimarkedet er for et slags marked.

Succesen som sådan behøver der ikke være noget mærkeligt i.

Lidt mærkelig bliver den, når det samtidig viser sig, at psykoteraupien i de seneste godt 30 år må siges at have befundet sig i en slags permanent krisetilstand, en legitimitets- og respektabilitetskrise.

Psykoteraupi, som har været storleverandør af teoristof og menneskeforståelse til psykologien, har svært ved at forstå sig selv og sit eget grundlag.

I 1952 publicerede Hans Eysenck en artikel, hvori han med tørre tal mente at kunne dokumentere, at psykoteraupi i sine hidtil mest kendte former (herfra dog undtaget Eysencks eget terapeuutiske hjertebar!) slet og ret var inaktivt, et bluffnummer – skulle man bruge terapeuuternes selvpræsentation som forventningsnorm.

Hvis meningen med psykoteraupi var, at folk skulle få det bedre af at 'bruge' den, så viste hans tal ham, at det – inden for en gruppe mennesker, der alle som udgangspunkt 'havde det dårligt' – tilsyneladende ikke gjorde nogen forskel, om nogen kom i psykoteraupi for deres problemer, mens andre ikke gjorde det. I snit var udviklingen i de to delgrupper ensartet mht., hvor godt/dårligt deres enkelte medlemmer siden fik det.

Eysencks artikel forårsagede af gode grunde et voldsomt postyr i det psykoteraeupiske community. Artiklen indvarslede en periode præget af hektisk undersøgelsesaktivitet. Hvor den fagligt-professionelle udvikling af psykoteraupien hidtil havde fundet sted gennem overvejende teoretiske diskussioner (som i sig selv kunne være hidsige nok), krydret med beskrivelser af vellykkede case-historier, var dette ikke længere tilstrækkeligt. Der skulde tal på bordet. *Effektundersøgelsen* blev redskabet, hvormed psykoteraupi-

en skulle vise sin eksistensberettigelse.

Dét postyr omkring psykoterapi, som direkte var afledt af den Eysenck'ske artikel-bombe, stod på over en lang periode, men synes i dag at have mistet sin påtrængende karakter. Med de forbehold, som undersøgelsesfeltets komplicerede karakter gør rimelige, kan dén påstand i dag forsvares, at »psykoterapi virker bedre end ingen behandling« (Hougaard, 1983, s. 12).

Men postyret, der skulle til for at afværge den første krise, synes at have ført en anden krise med sig.

I visse henseender kan 'den anden krise' ses som en slags indholdsmæssig omvendning af den første, Eysenck-forårsagede.

Fra at have været i kamp mod én nul-hypotese: psykoterapi – det meste af den – er i virkeligheden ingenting (den første krise), er 'fjenden' nu blevet den modsatte nul-hypoteses mulighed: psykoterapi kan tilsyneladende være snart sagt hvad som helst.

Psykoterapi er noget. Den påstand kan forsvares. Men hvad er psykoterapi så for en slags noget? Dér rækker effektundersøgelsesernes dokumentation ikke til.

Du kan spørge psykoterapeuterne selv, hvad det er, de laver. De viser sig ikke uvillige til at svare, tværtimod. Stadigt nye psykoterapeutiske systemer – i form af teoretiske rationaler (bredt: teorier om menneskelig udvikling og fejludvikling) og metodologiske rationaler (principper for handlestyring i den terapeutiske situation) – fortsætter med at se dagens lys.

For de enkelte psykoterapeuter er disse svar vigtige som afgrænsninger af, hvad de hver især synes, god psykoterapi er. I effektundersøgelsesernes data-univers viser afgrænsningerne sig ikke at være tilsvarende vigtige.

En terapeut kan sætte en ære i at gøre eller tænke på måder, som en anden beskriver som terapeutisk fatale.

Terapeuternes gensidige teoretiske udgrænsninger modsvares ikke af effektundersøgelserne: ifølge disse jævner modsætningerne sig, og begge(s) måder fremviser måske stort set samme positive virkekraft over for de klienter, som udsættes for dem. Og samme virkekraft som det meste andet, der præsenterer sig som psykoterapi.

Hvorfor er 'den anden krise' overhovedet en krise?

Der er to forskellige slags svar på det spørgsmål, ét som angår den professionelle markedsøkonomi, et andet, som angår erkendelsesteoretiske grundspørgsmål.

Det er vigtigt at huske, og igen at huske, at psykoterapi *også* er forretning, og at der i rammerne, som styrer dens udvikling, også indgår nogle udbuds-/efterspørgselsmekanismer, som igen er styret af samfundsudviklingen i, væsentligst, Nordamerika – og også i Danmark bliver psykoterapien i disse

år i stigende grad 'økonomificeret'.

Effektundersøgelseernes præsentation af psykoterapien som en blomsterhave, hvor de tusinde blomster blomstrer, og tilsyneladende alle har det godt, *kunne* ses som positive udtryk for psykoterapiens grænseløse og glædelige mangfoldighed. Når præsentationen nok så meget bliver anledning til bekymrethed – og til en videreførelse af jagten på 'det specifikt terapeutiske' – og så har det *også* noget at gøre med professionel selvbeskyttelse, med at få udskilt the bad guys fra the good guys – i en tid hvor mange terapeutiske blomster skyder op med en troværdighedsbase fjernt fra dén videnskabelige rationalitet, som de klassiske psykoterapier har haft som en del af deres varemærke. – Men dette perspektiv vil jeg hér ikke yderligere fordybe mig i (men henviser til bl.a. Hem, 1985).

Det erkendelsesteoretiske anliggende i forbindelse med psykoterapiens anden krise har en sammenhæng med det markedsøkonomiske – det erkendelsesteoretiske anliggende er også just en spørgen til, en bekymrethed omkring psykoterapiens rationelle fundament. Men det erkendelsesteoretiske anliggende er også et anliggende i egen ret.

Begrebet 'rationel handling' er et uhyre centralt begreb i vor kulturs kulturelle selvforståelse.

Rationel handling er det modsatte af 'tilfældig handling', det modsatte af handling i blinde, på må og få.

Rationel handling er vidensbaseret handling. I sine mere specialiserede former – der hvor den sunde fornuft ikke slår til – er rationel handling *videnskabsbaseret* handling. Handling hvis skridt-for-skridt konsekvenser ideelt er forudberegnet i kraft af en rationel analyse af det materielle felt, handlingen griber ind i. Således at 'handlingens vej' fra sit udgangspunkt og til det mål, som ønskes afstedkommet, ideelt set kan styres.

I dette billede af den rationelle handling indtager terapeuters teoretiske og metodologiske rationaler pladsen som den terapeutiske handling – formodet rationelle – forudsætninger.

Den terapeutiske handling når tilsyneladende, med en rimelig grad af sikkerhed, 'et mål'. Det er, hvad vi kan lære af effektundersøgelserne, som blev sat i gang til afværgning af 'den første krise'.

Men *måden*, målet nås på (i henhold til de samme effektundersøgelser), passer ikke ind i billedet af 'den rationelle handling'.

Forklaringen på, at målet nås, synes ikke at kunne hentes i de 'handlingens (formodede) rationelle forudsætninger', som byder sig til gennem terapeuternes teoretiske og metodologiske rationaler.

Forklaringen kan så tænkes at skulle findes i 'noget helt tredie' – en hidtil ukendt virkningsfaktor 'x', som er der, men uden at terapeuterne indtil nu har været opmærksomme på den. Eller forklaringen kan tænkes at ligge i 'det alt sammen' – de mange teoretiske og metodologiske rationaler (som tilsammen udgør en betragtelig del af psykologiens videnskabelige funda-

ment) kan tænkes at være holdt sammen af en særlig transformations- eller ækvivalenslogik, som blot er 'for stor' til for indeværende at kunne tænkes af terapeuter/psykologer.

Begge disse opridsede forklaringsmodeller henlægger løsningen af terapiens rationalitetsdilemma til fremtiden: »Further research will show . . .« Og jagten på 'det specifikt terapeutiske' fortsætter.

II: En model for psykoterapiens proceslogik

Udgangspunktet og forudsætningen for den psykoterapeutiske kontakt er *klientens problem*.

Klientens problem foreligger – er til stede – i form af klientens *beskrivelse* af sit problem.

Vi kan sige, at problemet foreligger som et bestemt udtryks-indholds kompleks: et sprogligt udtryk, en beskrivelse, som viser hen til et indhold uden for sproget, i dette tilfælde 'det egentlige problem'.

Når vi som mennesker har med bestemte udtryks-indholds komplekser at gøre, kan vi vælge at fokusere rent, eller overvejende på kompleksets udtryksside. Vi kan vælge at fokusere rent eller overvejende på kompleksets indholdsside. Og vi kan vælge ukompliceret at lade være med at foretage noget eksplicit fokus-valg og 'arbejde videre' med komplekset *som* et kompleks, hvor udtryk og indhold blander sig på indtil videre uafklaret måde.

Den strategi, du som professionel hjælper betjener dig af, vil bl.a. være karakteriseret gennem det særlige fokus, du vælger, i din måde at arbejde med klientens problem på.

En hjælper-strategi orienteret mod rådgivning/vejledning har sit hovedfokus på *indholdssiden* af klientens problembeskrivelse.

Som rådgiver/vejleder arbejder du med det, problembeskrivelsen fortæller dig om en uhensigtsmæssig relation mellem klienten og klientens omverden. Du hjælper til en klargøring eller forbedring af denne relation. Du foreslår handlemuligheder, påpeger omverdensressourcer, som klienten måske ikke har haft blik for, hjælper til en klargøring af valg mellem handlingsalternativer.

Som en støtte for dette arbejde kan det godt være, du undervejs interesserer dig særskilt for problembeskrivelsens udtryksside, det kan være, du korrigerer eller foreslår supplementer til klientens måde at tale om sit problem på. Men dine korrektioner og foreslag vil ske med henvisning til (dine forestillinger om) den objektive klient-omverden relation. Det er omstruktureringer af denne relation, der er opgaven i en rådgivnings-/vejledningskontakt.

Den rene psykoterapeutiske strategi (psykoterapi som procesmæssig ide-

altype) er karakteriseret ved, at du vælger at fokusere rent på klient-proble-mets udtryksside.

Det rene psykoterapeutiske fokus indebærer, at klienten, i procesmæssig forstand, bliver holdt fangen i sine egne udtryk, at udtrykkene arbejdes med som nogle, der altid og principielt henviser til ham selv (dvs. til hans øvrige, potentielle 'udtryksmasse'). Det hører med til den psykoterapeutiske strategis spilleregler, at terapeuten har lov til at stille sig mistænksom an over for enhver tilsyneladende henvisning i klientens udtryksrepertoire til den virkelighed, han har, eller har haft omgang med uden for terapirum-met.

Psykoterapi er *psykologisering sat i system* (Willert, 1985b). Eller – sagt på en anden måde: Psykoterapi er to menneskers møde i sproget.

Jeg siger 'sproget'. Jeg mener det samme, som når jeg ovenfor taler om udtrykket og udtrykssiden. Jeg kunne have sagt: »De to mødes i den enes udtryksfuldhed omkring sig selv«. 'Sproget' er altså en betydeligt mere omfattende størrelse end den, man vil blive præsenteret for i f.eks. en dansk grammatik.

De to mødes i sproget. Deres første sproglige mødested – det mødested, der fungerer som anker for den kontakt og udveksling, der siden skal udvikles imellem dem – er den beskrivelse, klienten møder op med af sit problem. Problembeskrivelsen er indlejret i en større sproglig sammenhæng, givet ved den måde klienten i det hele taget beskriver sig selv og sit liv på, klientens sproglige (eller udtryksmæssige) selvfremstilling.

Det første sproglige mødested, problembeskrivelsen, kalder jeg for klientens Standard Edition for problemet.

Den større sproglige sammenhæng, som Standard Edition er indlejret i, kalder jeg klientens livsfortælling.

Der kan ikke trækkes nogen skarp grænse mellem Standard Edition og livsfortælling. De hænger organisk sammen – sådan at forstå, at deres særlige *måde* at hænge organisk sammen på godt kan bestå deri, at de netop *ikke* (for klienten – måske heller ikke for terapeuten) hænger sammen på nogen organisk måde. Og deraf (en del af) problemet.

Den psykoterapeutiske arbejdsmåde består deri, at terapeuten yder hjælp til klienten med henblik på, at denne kan foretage en ombygning af sin Standard Edition – på en sådan måde, at problemet kommer til at fremstå som et andet problem – og forhåbentlig et 'mere kvalificeret problem' end det var (fremstod som), før denne ombygning fandt sted.

Psykoterapiens 'interne', procesmæssige målsætning er at afstedkomme en beskrivelsesmæssig kvalificering af klientens problemer.

I min fremstilling indtil nu har jeg beskrevet to slags problemer, som knytter sig til den psykoterapeutiske proces.

Der er *klientens problem*. Klientens problem er forudsætningen for, at den psykoterapeutiske proces kommer i gang, og er dens forankring. Klientens problem handler om klientens liv, om hans livsmuligheder og -begrænsninger.

Og der er det problem, som man kan kalde *terapiens problem*. Terapiens problem er en omskrivning af klientens problem i henhold til de særlige spilleregler, der gælder for den psykoterapeutiske hjælper-strategi. Klientens livsproblem omskrives, strategisk, til et sprog- eller udtryksproblem. I håbet om, at klienten, gennem et arbejde med dette problem, andetsteds, uden for terapirummet, vil kunne gøre noget ved sit livsproblem.

Der knytter sig et tredje slags problem til den psykoterapeutiske proces: *terapeutens problem*.

Terapeutens problem handler om, hvordan han kan komme til at yde sin hjælp til løsningen af terapiens problem – og dermed til kvalificeringen af klientens problem.

I det følgende vil jeg beskæftige mig med de arter af sammenhæng, der består mellem 'terapeutens problem' og psykoterapiens to andre problemkomplekser.

Terapeutens problem handler som sagt om, hvordan han kan komme til at yde sin hjælp til løsningen af terapiens problem. Og terapiens problem handler om, at klientens Standard Edition (og livsfortælling) er af en sådan beskaffenhed, at den ikke gør klienten i stand til at løse *sit* problem. Vi kan sige, at Standard Edition (og livsfortælling) *låser* klienten i forhold til problemet, i stedet for at gøre ham handledygtig i forhold til det.

Når jeg arbejder som terapeut, arbejder jeg for at få løst 'terapiens problem', som det er beskrevet ovenfor. Men de handlestyringsprincipper, jeg betjener mig af, som mine midler til at nå dette mål, vil normalt være logisk inkommensurable med den måde, målet er beskrevet på.

I henhold til målbeskrivelsen for den psykoterapeutiske hjælper-strategi er det arbejde, jeg og klienten sammen skal udføre udelukkende et arbejde i sproget. Det, at vores arbejdsmåde er psykoterapeutisk, betyder, at vi arbejder med klientens problem, *som om* dette problem udelukkende er af sproglig art, betinget af den særlige måde Standard Edition (og livsfortælling) er skruet sammen på. Arbejdet foregår ud fra den strategiske forudsætning, at problemet kunne ophøre med at være et problem (eller: ophøre med at være det samme problem), dersom Standard Edition og livsfortælling var skruet anderledes sammen.

Sådan er det i henhold til målbeskrivelsen – men sådan er det ikke, hvis jeg skulle gøre rede for, hvad der mentalt holder mig beskæftiget, mens jeg gør mit arbejde i den psykoterapeutiske situation.

I henhold til målbeskrivelsen er mit møde med klienten et møde i sproget. Men jeg oplever ikke klienten som blot en sproglig størrelse. Jeg oplever ham og interesserer mig for ham som et 'rigtigt menneske', som har op-

søgt mig, fordi han har problemer, som han ikke kan løse ved egen hjælp, hvorfor han nu beder mig om at hjælpe sig.

I henhold til målbeskrivelsen arbejder jeg med klientens problem, som om det udelukkende er et sprogligt problem. Men det er ikke sådan, jeg oplever klientens problem, når jeg er i situationen. Når jeg er i situationen, oplever jeg, og interesserer jeg mig for klientens problem som et 'rigtigt problem'. Jeg gør mig forestillinger om, hvad det kan være for et slags problem, jeg spørger til, hvad i hans omverden, der mon forårsager problemet, jeg kan bede ham prøve at huske og måske genopleve begivenheder tilbage i hans livshistorie, som kan have været med til at starte problemet op.

Det, som jeg kalder 'målbeskrivelsen', repræsenterer mit forsøg på at beskrive, hvad det er, der virker i psykoterapi, når den virker. Målbeskrivelsen er mit forsøg på at indfange 'den terapeutiske effekt'.

Beskrivelsen af det, der mentalt holder mig beskæftiget, når jeg som terapeut befinder mig i den terapeutiske situation, er en beskrivelse af mine terapeutiske midler.

Målbeskrivelsen og middelbeskrivelsen er logisk inkommensurable. Eller sagt på en anden måde: vurderet ud fra middelbeskrivelsen kunne man tro, at det var alt muligt andet end psykoterapi, jeg var i gang med – jeg bryder konstant med de principper, som i henhold til målbeskrivelsen er forudsætninger for, at psykoterapien kan nå sin effekt.

III: Diskussion om rationaler og rationalitet

Jeg har i denne artikel leveret to fremstillinger af, hvad psykoterapi er for noget.

Jeg har beskrevet en forskningstradition, centreret omkring effektundersøgelser og objektive data (eksternt beskrivelsesperspektiv).

Og jeg har præsenteret en model for den psykoterapeutiske proceslogik, udviklet på grundlag af egne erfaringer som psykoterapeut (mit eget internt baserede beskrivelsesperspektiv).

De to fremstillinger har været parallelle, for så vidt det er samme genstand, de har givet sig af med at beskrive, 'genstanden' psykoterapi.

Parallelliteten har også slået igennem derved, at der er formelle ligheder mellem de 'steder', fremstillingerne har ledt os frem til.

I den første fremstilling hed dette sted: en manglende målbar årsagsvirkningssammenhæng mellem terapeuters specifikke teoretiske og metodologiske rationaler på den ene side og terapeutisk effekt for klienten på den anden side.

I den anden fremstilling hed stedet: en logisk inkommensurabilitet mellem beskrivelsen af terapiens mål på den ene side og terapeutenes beskrivelse af de midler, han tog i anvendelse for at nå dette mål på den anden side.

I forbindelse med den første fremstilling brugte jeg betegnelsen rationalitetsdilemma til at beskrive denne 'afslutning på historien'.

Gennem en videreudvikling af det beskrivelsesperspektiv, som styrede den anden fremstilling, skal jeg i det følgende prøve at hæfte nogle flere nuancer på rationalitetsbegrebets plads i forbindelse med psykoterapi.

Når jeg er sammen med klienten i terapisituationen, så er det, jeg *prøver på*, det som beskæftiger mig mentalt, ikke at løse den begrænsede, tekniske opgave at 'give' klienten en ny Standard Edition eller livsfortælling.

Det, jeg *prøver på*, er noget andet. Jeg *prøver på* at opbygge og fastholde så god en kontakt til klienten som muligt, og jeg *prøver på* at forstå klienten og det problem, som er klientens baggrund for at opsøge mig, så godt som muligt.

Det, jeg *prøver på*, er noget andet end det, jeg skal opnå, noget andet end det, som 'det hele drejer sig om'. De to størrelser er logisk inkommen- surable.

At de to størrelser i logisk (beskrivelsesmæssig) forstand er inkommen- surable, forhindrer dem jo imidlertid ikke i, i virkelighedens verden, at have noget med hinanden at gøre. Og det har de.

Jeg behøver ikke at prøve på at komme til at møde klienten i sproget. For der mødes vi jo, hvad enten jeg *prøver* eller ej, i og med at den psykote- rapeutiske proces har karakter af en samtale.

Jeg behøver ikke at prøve på at fastholde et særligt udtryksfokus, ud over det, der ligger i, at vi meddeler os til hinanden (jeg kan spørge »Hvad tænker du på? – hvad sker der?«), hvis jeg bliver utålmodig). Jeg behøver ikke at prøve at ændre Standard Edition, så længe det, vi udveksler form- mæssigt, har karakter af variationer, omvendinger, uddybninger, forkort- ninger i forhold til Standard Editions temaer.

Mine psykoterapeutiske midler er ikke midler, som direkte er formgivet med henblik på at løse det, jeg har kaldt terapiens problem. De er midler beregnet på at holde samtalen i gang og give den en sådan form og kvalitet, at den kan blive forudsætning for, at terapiens mål finder sin løsning.

Mine psykoterapeutiske midler kan jeg (tilnærmet) beskrive gennem en beskrivelse af mine teoretiske og metodologiske rationaler.

Rationalitetsdilemmaet hang sammen med, at det i henhold til effektun- dersøgelserne tilsyneladende (inden for vide grænser) var lige meget, hvilke præcise rationaler jeg betjente mig af. Der kunne komme terapeutisk effekt – og ca. den samme – ud af det endda.

Men for mig som terapeut er det ikke lige meget, hvilke rationaler jeg be- tjener mig af. Jeg kan ikke bruge et hvilket som helst sæt af rationaler, som måtte være tilgængeligt på markedet. Dem, som jeg kan bruge, er dem, der giver mig maksimal udtryksmæssig bevægelsesfrihed inden for en ramme af tilstrækkelig tryghed, dem, der sætter mig i stand til at holde samtalen i gang, blive ved med at kunne og turde producere nye udtryk – bringe klien- ten i situationer, hvor han kan og tør udtrykke sig.

De teoretiske rationaler er mine modtagefiltre. De ordner og strukturerer de mange udtryk, der kommer fra klientens Standard Edition og livsfortælling. De hjælper mig til på den ene side at kunne tage disse udtryk ind – på den anden side at undgå at blive smittet af den angst eller kaosfølelse, som udtrykkene for klienten er behæftet med. Mine teoretiske rationaler hjælper mig til at lave mine egne rekonstruktioner af de udtryksstrukturer, som klienten giver fra sig – rekonstruktioner, som kan være inspirerende for klienten, og som han muligvis i en eller anden udstrækning vil tage til sig og derigennem ændre på sin Standard Edition.

De metodologiske rationaler er mine handlefiltre i forhold til klienten. Det, at de metodologiske rationaler er der, kan være tryghedsskabende for mig i terapeutrollen. Den personlige erfaring, som de bl.a. grunder sig på, er en erfaring, der siger, at samtalen *kan* holdes i gang, jeg *har* min værktøjskasse ved hånden, hvis der pludselig skulle springe et vandrør . . . De metodologiske rationaler er en hjælp til, at jeg i situationen kan beskæftige mig mindre med mig selv og min særlige forpligtethed som terapeut («Hvad skal jeg nu finde på?») og har des mere opmærksomhed til overs til klienten og til mig selv som samtalepartner («Hvad er det nu, han snakker om?»). De metodologiske rationaler kan blive tryghedsskabende for klienten, derved at jeg gennem dem kan sige, hvad det er, jeg gør, dersom det for klienten bliver vigtigt at vide, om jeg ved det. Gennem de interventionsmuligheder, som mine metodologiske relationer giver mig adgang til, kan jeg hjælpe klienten til en kontakt med sprogligt ikke-integrerede oplevelser, billeder, forestillinger, fornemmelser – og verbaliseringen af disse oplevelser kan blive klientens bidrag 'indefra' til en ombygning af Standard Edition.

På denne måde hjælper mine teoretiske og metodologiske rationaler mig direkte med det, jeg har kaldt 'terapeutens problem': at holde den kvalificerede samtale i gang; og hjælper indirekte ved at skaffe udtryksmateriale frem, som kan blive et bidrag til løsningen af det, jeg har kaldt terapiens problem.

Som det gælder for alt strukturerende og tryghedsskabende, gælder det også for terapeutens teoretiske og metodologiske rationaler, at deres vægt i situationen skal være nok – og ikke for meget. – Men heller ikke mere om det, i denne sammenhæng.

Men hvad med rationalernes rationalitet? Det kan vel ikke være fuldstændig lige meget, hvad jeg bruger som handlestyring for mig selv i den terapeutiske situation?

Det er dette spørgsmål, som driver effektundersøgerne i jagten på (forudsætningerne for) den specifikt terapeutiske effekt. Det er effektundersøgelsesernes manglende klare svar på dette spørgsmål, som får mig til at tale om et rationalitetsdilemma. Det samme spørgsmål kan stilles til min egen proceslogiske fremstilling af psykoterapi.

Spørgsmålet har en bekymrethed som sin baggrund, en bekymrethed,

der går på, om psykoterapi som en institueret professionel arbejdsform kan tilbyde sine brugere nogen garanti for, at de vil få gavn og glæde, snarere end besvær og fortræd ud af at henvende sig til en af institutionens udøvere. Om det er muligt at udskille the good guys fra the bad guys, hvad enten det så er standsinteresser og markedsøkonomi eller brugerinteresser, der ligger bag og motiverer bekymretheden.

Bekymretheden kan jeg tage alvorligt. Men jeg tror ikke, at spørgsmålet til terapeutforudsætningernes rationalitet er det vigtigste spørgsmål med henblik på at sætte bekymretheden på begreb, og derigennem muligvis blive i stand til at 'gøre noget ved den'. Min egen væsentligste bekymrethed i forhold til en given terapeut: om han bringer gavn og glæde eller snarere besvær og fortræd til sine klienter, vil ikke så meget dreje sig om *indholdet* i hans tanker og forståelsesprincipper. Men vil snarere dreje sig om hans måde at omsætte sine tanker og forståelsesprincipper på i samtaleprocessen.

Og jeg vil i *terapeutisk henseende* få jo mindre tillid til en terapeut, jo vigtigere det synes at være for ham at kunne dokumentere eller bevise sine rationalers specifikke rationalitet i forhold til det problem, klienten bringer med sig til situationen.

Iveren efter at kunne dokumentere og bevise vil give mig en mistanke om, at han fejlforstår sin opgave: at han tror, det er *klientens* problem, han som psykoterapeut skal løse. At han ikke er klar over, at skiftet til den psykoterapeutiske strategi, midlertidigt og strategisk, har sat klientens problem med dets virkelighedsforankring uden for en parentes, og at der er terapiens problem, et problem i sproget og udtrykket, de to samtaleparter samarbejder om.

Det bekymrede spørgsmål, specielt til rationalernes specifikke rationalitet, forekommer mig også af en anden grund problematisk. Bag spørgsmålet anes en procesforståelse af den vellykkede terapi gående på, at klientens mindre rationelle problemforståelse gradvis skal erstattes af terapeutens mere rationelle problemforståelse – indtil klienten har fået så meget af den sidste, at han går ud og løser sit problem.

Som billede på den psykoterapeutiske proces er denne procesforståelse vildledende.

Det problem omkring Standard Edition, som bliver til terapiens problem, er ikke nødvendigvis et problem omkring Standard Editions rationalitet. Og min funktion som terapeut indebærer ikke nødvendigvis, at jeg skal hjælpe til at gøre Standard Edition mere rationel.

Det eneste generelle, der kan siges om Standard Edition, er, at i den udstrækning det problem, vi arbejder med, er et, som lader sig konstruktivt bearbejde gennem psykoterapi, i den udstrækning er Standard Edition med til at producere og opretholde dette problem. Hvordan den præcis er med til at producere problemet, kan jeg ikke vide, når jeg starter (ligesom jeg jo heller ikke kan vide, om problemet overhovedet er tilgængeligt for en psykoterapeutisk bearbejdning). Det kan jeg måske få noget at vide om under-

vejs, når det viser sig, hvilke omstruktureringer i Standard Edition, klienten ser ud til at kunne bruge til noget. Men disse omstruktureringer kan lige så godt gå i retning af en tilsyneladende sænkelse af rationalitets- og omtankeniveauet som en højnelse af det. Og ofte vil 'rationalitet' slet og ret være lidet meningsfuld som målestok for de omstruktureringer, der finder sted.

Spørgsmålet til rationalernes rationalitet reflekterer en bekymrethed, blandt andet på klienternes vegne. Bliver det til gavn og glæde eller til besvær og fortræd?

En forhåndsgaranti for, at et psykoterapeutisk forløb ligefrem vil blive til gavn og glæde vil aldrig kunne gives. Hypotesen om, at klientens problem er 'teraperbart', kan aldrig være andet end en arbejdshypotese ved forløbets start. Håbet om, at netop *dette* klient-terapeutpar vil kunne samarbejde konstruktivt omkring 'terapiens problem' vil aldrig kunne være andet end et fromt håb.

Forhåndsgarantier, som sikrer klienten *mod* besvær og fortræd, kan vel heller ikke gives. Men skulle jeg alligevel prøve at skaffe mig dem, i tilnærmet form, vil det ikke i første omgang være til rationaliteten af terapeutens rationaler, jeg ville rette mine spørgsmål.

Det, som jeg først og fremmest ville interessere mig for, var, om jeg kunne have tillid til terapeutens evne og vilje til at skelne og holde fast i sin skelnen mellem klientens udtryksunivers og sit eget udtryksunivers inden for den terapeutiske samtale og endvidere, om jeg kunne have tillid til terapeutens evne og vilje til at respektere den psykoterapeutiske strategis grundlæggende spilleregulering, nemlig at indholdssiden, virkelighedsforankringen for de udtryk (både klientens og terapeutens) som udvikles i samtalen, midlertidigt er sat uden for en parentes.

Besvær og fortræd kan det blive til, hvis terapeuten blander de to udtryksuniverser sammen. Hvis han udtrykker sig på en måde eller i en form, så klienten konkret lader sig begrænse, snarere end potentielt berige ved at møde disse udtryk hentet fra et andet udtryksunivers end hans eget. Hvis klienten kommer til at tro, at terapeutens udtryk er nogen, han må 'købe' til erstatning for egne udtryk for at 'komme videre', uanset hvor umiddelbart skøre de måtte forekomme. Fordi terapeuten sidder på rationaliteten.

Besvær og fortræd kan det blive til, hvis terapeuten fremstiller sig – og af klienten accepteres som en ekspert i problemløsninger (for andre menneskers virkelige problemer) snarere end som en ekspert i at skabe udtryksmæssig variation (indtil videre uforpligtet af virkeligheden). Hvis terapeuten ikke blot tager sig den frihed stedse at spidde klienten på sine psykologiseringer – men yderligere ved sin måde at udtrykke sig på, føjer den hjælpeløshedimension oven i klientens i forvejen måske skamferede selvbillede, at 'den anden', terapeuten, *har* nøglen til problemets løsning, om ellers klienten bare vil høre efter og tage den til sig. Dette er at føje spot til skade.

Rationalitetsproblemet er ikke hovedproblemet. Hovedproblemet drejer

sig om ydmyghed og stringens over for opgaven fra terapeutens side, i erkendelse af dens begrænsede karakter – og det drejer sig om for terapeuten at kunne fastholde denne ydmyghed og stringens samtidig med, at han er i stand til og parat til at lade sig inspirere og engagere meget ubegrænset gennem sit samvær med klienten.

REFERENCER

- EYSENCK, H. J. The effects of psychotherapy: an evaluation. *J. Consult. Psychol.*, 1952, 16, 319 - 24.
- HEM, L. Psykoterapi i en markedsøkonomi. *Dansk Psykolog Nyt*, 1985, 39, 492 - 96.
- HOUGÅRD, E. *Psykoterapi som non-specifik behandling*. Århus (Psykologisk Skriftserie, vol. 8, nr. 6), 1983.
- WILLERT, S. Psykologi og selvforståelse. I: Johansson, A. & Johansson, M. (red.) *Psykologi och praxis*. Stockholm, 1971.
- WILLERT, S. Sandhedens øjeblik. I: Brikner, K. & Villumsen, H. (red.) *Terapi og filosofi*. Århus, 1985a.
- WILLERT, S. Magten og æren. I: Brikner, K. & Villumsen, H. (red.) *Terapi og filosofi*. Århus, 1985b.