

Narrativ terapi i praksis. Håbets arkæologi

Sissel Reichelt



G. Monk, J. Winslade, K. Crocket & D. Epston (2006) | **Narrativ terapi i praksis. Håbets arkæologi.** Akademisk forlag, 2007. 360 sider

Narrativ terapi representerer en av de siste inspirasjonskildene for terapeuter. Den har sprunget ut av familierapi, men brukes i alle sammenhenger, fra individuelt klientarbeid til arbeid på samfunnsplan. Det er først og fremst Michael White fra Australia og David Epston fra New Zeeland som er kjent for utvikling av teori og metoder, og deres narrative tilnærming til terapi har fått stort gehør over hele verden, ikke minst i Norge.

I løpet av de siste 20–30 årene har det oppstått en bølge av ulike familierapeutiske modeller som har betydd mye for endring av tenkning og praksis hos svært mange terapeuter. De har særlig bidratt til et skjerpet blikk for hvordan både nære og fjernere relasjoner kan ha avgjørende betydning for at et problem oppstår og at det opprettholdes. De som selv har utviklet metodene, har reist rundt i hele verden og skapt stor begeistring ved å vise glitrende eksempler på hvordan de arbeider. Det er store forskjeller mellom å arbeide etter en metode en selv har utviklet, og å følge i andres spor, og i vår eklektiske tid har nok de fleste av oss nøydt oss med å gripe tak i elementer ved modellene som stimulerer oss og som kan berike den tenkning og praksis vi har fra før.

Noe av det interessante ved denne boka er at den er skrevet av «annen-generasjons» narrative terapeuter. Selv om David Epston er med i redaksjonen, bidrar han utelukkende med et forord.

Alle forfatterne har tilhørighet i Waikato, et av de sentrale områdene for maori-kulturen. Flere er knyttet til universitetet i Waikato og er studenter eller lærere i terapiutdannelsen der (som har narrativ terapi som sitt viktigste ståsted), samtidig som de praktiserer narrativ terapi. Resten er vanlig

praktiserende terapeuter eller praktiserer narrativ terapi i ikke-terapeutiske sammenhenger. Det er spennende og utfordrende å få et innblikk i hvordan de har gjort denne praksisen til sin egen gjennom full aksept av de premissene den er bygd på.

I narrativ terapi blir postmodernismen, kanskje spesielt sosialkonstruksjonismen, integrert i terapeutisk virksomhet. Menneskelige problemer er produkter av de historiene mennesker lager om seg selv, og betinget av sosiale og kulturelle normer som definerer noe som normalt og selvfølgelig, og noe som avvikende. En viktig side ved disse normene, spesielt i vestlige kulturer, er den sentrale rollen individet blir tildelt som bærer av sin egen skjebne. For eksempel attribueres avvik til individuell svakhet eller individuelle mangler, noe som ikke minst gjenspeiles i vestlig diagnostiseringspraksis. På dette punktet blir Foucault en viktig inspirator. I narrativ teori er individet, og ikke minst avvikeren, en «helt» som slåss mot sosiale og kulturelle undertrykkelsesmekanismer. Det tas for gitt at den enkelte, uavhengig av type problem, har innebygde muligheter til å ta opp kampen. Terapeutens ansvar er å være en lydhør og overvåken utforsker og forløser av disse mulighetene, slik at klienten kan lage nye historier om seg selv og komme bort fra den undertrykkende og problemmettede historien som brakte terapeuten inn i bildet. Symptomer og problemer eksternaliseres som en selvfølgelig del av denne tenkningen; som sosialt og kulturelt betingede fenomener har det de springer ut av, aldri vært det vi vanligvis kaller internalisert. De problemmettede historiene dekonstrueres gjennom den omhyggelige utforskningen av erfaringer som ikke stemmer overens med dem.

Disse ideene er velkjente for mange, men det er vel også slik at dette er en tenkning som er så fjern fra de fleste terapeuters kulturelle selvfølgeligheter at det er vanskelig å ta dem helt på alvor. Alle de terapeutene som skriver i denne boka, tar dem på alvor. Den teoretiske delen av boka er preget av få teknikker og et personliggjort forhold til stoffet. I den praktiske delen får vi innblikk i hvordan tenkningen anvendes på mange problemområder og felt, belyst ved illustrerende kasuseksempler. Det er spesielt utfordrende å lese hvordan en psykiater anvender dem i sin praksis på et vanlig psykiatrisk sykehus, og spesielt bevegende å lese hvordan en helsearbeider møter maorier som er kommet i konflikt med helsevesenet fordi de «nekter» å ta imot medisinsk hjelp for en mellomørebetennelse som halvparten av barna lider av. Det slår meg at det ikke er noen tilfeldighet at denne «annen-generasjonen» lever i nær kontakt med mennesker med en helt annen kulturell bakgrunn enn dem selv, og kontinuerlig møter og får respekt for mennesker med andre sosiale og kulturelle normer.

Spørsmål om «evidens» og «evidensbaserte metoder» finnes ikke i denne boka. Hadde de vært omtalt, ville det sannsynligvis vært som begreper som føyer et nytt element til de kulturelle normene som har bidratt til mange problemmettede historier i vårt samfunn. Allikevel er den utviklet i nær tilknytning til et universitet i New Zealand, og utgitt på et akademisk forlag. Boka gir et tankevekkende bidrag til de mange diskusjonene som foregår i dag om hva slags kunnskap vi skal basere vår terapeutiske virksomhet på.