

Om å bevege seg på dypt vann

Hva gir *meg* mening i livet? Hva betyr døden for meg? Når terapeuten selv stiller seg slike spørsmål, gis hun nye muligheter i samtale med andre.

PSY
KOL
OGI

PUBLISERT 5. mars 2013



Torill F. Danbolt & Grethe Nordhelle | **Åndelighet? mening og tro Utfordringer i profesjonell praksis**, Gyldendal, 2012. 244 sider

Det å føre profesjonelle samtaler som rommer åndelige temaer, kan oppleves som å bevege seg på dypt vann, ifølge bokas forfattere. Først må vi bevege oss på våre egne indre dyp, og dernest ut på de relasjonelle dyp. Hvorfor og når slike samtaler kan være en styrke og nødvendighet, og hvordan de kan ivaretas, er spørsmål som knytter de 14 kapitlene sammen. Kapitlene er i og for seg uavhengige artikler skrevet av bidragsytere fra et bredt spekter av fagområder: sykepleie, sosialt arbeid, psykologi, teologi og filosofi. Dette gjør at boka preges av en noe hoppende struktur. Styrken er at det for enhver profesjonell helsearbeider vil finnes kapitler som kan få betydning i egen praksis.

Brukermedvirkning - et tomt ord?

Brukermedvirkning er et ord som brukes hyppig og som er et anerkjent prinsipp blant psykologer i dag. Boka viser til hvordan dette blir et tomt ord dersom klientens åndelige behov ikke tas på alvor og dermed heller ikke får prege behandlingen. I innledningen skriver forfatterne: «Brukermedvirkning vil si at den som yter tjenester, skal ta den andres perspektiv. For å få til dette må man vite hva som er den andres ønsker og behov også når det gjelder de åndelige sidene av tilværelsen.» Hele boka bygger på en

grunnleggende tanke om at dersom psykologen utelater den åndelige dimensjonen i samtale med klienter, unngår hun å snakke om og til *hele* mennesket. Dette er en tanke jeg som fremtidig psykolog opplever som relevant, og som en viktig og etterlengtet utfordring og påminner i psykoterapifeltet.

I samme båt

I de eksistensielle møtene utfordres ofte asymmetrien i relasjonen mellom den profesjonelle og klienten. I et av kapitlene beskrives Schusters typologi, hvor fire typer eller måter å være på som profesjonell helsearbeider trekkes frem. Selv om forfatteren tar utgangspunkt i sykepleieren, gir denne inndelingen i aller høyeste grad mening også for psykologen. Den *metodeinnrettede* profesjonelle tror at hun ved hjelp av en metodisk tilnærming og kunnskap kan løse alle typer problematiske situasjoner i praksis, og anstrender seg for å stille de rette spørsmålene for å få til den gode samtalen. Den *nøytrale* profesjonelle mener at hun kan fokusere på den andres følelser uten å involvere sine egne. Den *gode* profesjonelle har sterke idealer og ser på seg selv som god når hun klarer å hjelpe klienten med å takle lidelse bra, noe som igjen avhenger av den gode klienten som bekrefter sykepleieren som god. Dette leder til høye krav både hos den profesjonelle og klienten. Disse tre typene er ifølge Schuster alle karakterisert av en asymmetrisk relasjon som har begrenset verdi i møte med klientens åndelige dimensjon. Den *gjensidig* orienterte profesjonelle åpner opp for et eksistensielt møte og fellesskap som er dypt meningsskapende for begge, ifølge forfatteren: «Det er heller gjensidighet, forstått som en felles eksistensiell sårbarhet, som kjennetegner relasjonen.»

Dette tenker jeg er nettopp noe av det som gir disse møtene et betydningsfullt potensial; de har i seg en opplevelse av å være i samme båt. Så får heller vannet under båten oppleves dypt.

Modig og ydmyk

Flere av forfatterne trekker frem at det å kunne gå klienten i møte langs den eksistensielle dimensjonen, avhenger av at terapeuten selv har våget seg ut på dypt vann. Gjør man ikke det, avskjærer man seg fra det eksistensielle møtet og det å være i samme båt som klienten.

Ydmykhet trekkes frem flere steder i boka. For der hvor den profesjonelle tar utgangspunkt i seg selv og egen forståelse og lar den være styrende, er overgrepet og krenkelsen nærliggende. Dette vil gjelde både klienten som ønsker å møtes i den åndelige dimensjonen og den som ikke ønsker det. Viktor Emil Frankls understreking av at mening aldri kan gis til noen, men må finnes av klienten selv, betones i et av kapitlene.

Grethe Nordhelle viser i et av kapitlene til ulike årstider som en metafor på den åndelige prosessen klienten er i. Det terapeutiske arbeidet handler om å så noen korn til riktig tid som kan være til nytte og utvide klientens perspektiv. Også her vektlegger hun

varsomhet og respekt for at hos noen klienter blir tiden aldri moden, og at en da ikke skal presse på, men respektere at klienten er i en annen årstid.

«Dersom psykologen utelater den åndelige dimensjonen i samtale med klienter, unngår hun å snakke om og til *hele* mennesket»

Solid argument

Kapitelforfatterne gjør alle et forsøk på å «fange aspekter ved en ofte ordløs dimensjon, med nettopp ord». Disse forsøkene og boka i seg selv er etter min mening et betydningsfylt bidrag inn i psykoterapifeltet. Videre kan den leses som et solid argument for økt plass til temaer som åndelighet, mening og tro på profesjonsutdanningen i psykologi.

Min opplevelse er at boka balanserer godt mellom det å vise til varsomhet og til selvkritisk refleksjon over hvilke såkorn vi gir klienten, samtidig som den på en befriende måte taler for å våge å ta i bruk ressursene og kildene til mening som mange klienter bærer med seg. Som tørrtrening før vi åpner opp for åndelige og eksistensielle spørsmål i terapi, er boken med sitt mangfold av perspektiver både inspirerende og befriende lesning.

Anmeldt av Lina Søreide Slåttå, psykologistudent, Universitetet i Oslo

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 50, nummer 3, 2013, side