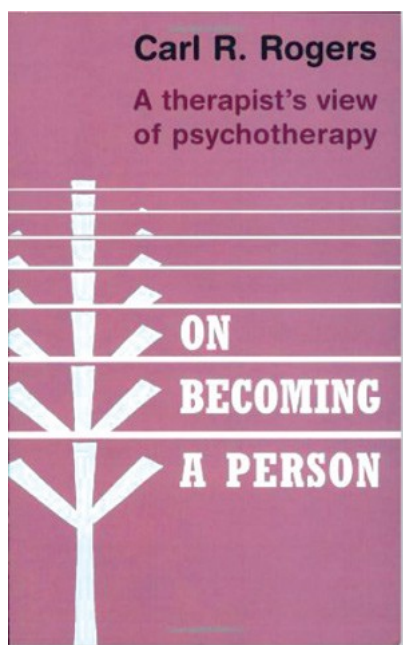


# Carl R. Rogers, *On becoming a person. A therapist's view of psychotherapy*, 1961



På 50 år har ikke forskningen om gunstige terapeutegenskaper kommet lenger enn det Rogers klarte, skriver Helene Nissen-Lie.

**PUBLISERT 5. februar 2015**

Jeg ble tidlig interessert i psykoterapi som student. På grunn av lang ventetid for å komme inn på det som het embetsstudiet i psykologi ved Universitetet i Oslo, dro jeg til London og studerte der, og kom tilfeldigvis over bøkene til Carl Rogers. Jeg ble grepet av hans *On becoming a person* fra 1961, som jeg satt og leste på biblioteket. For en bok! Det var befriende lesning; vakkert, klokt og for meg et innblikk inn i en ny måte å tenke om mennesket på. Et dypt humanistisk syn der menneskets frihet, subjektive opplevelse, valg, og betydningen av aksept, står sentralt. Rogers får det hele til å henge sammen, også med terapi, og terapeutens grunnleggende holdninger om *aktelse*, *empati* og *ekthet*, som kan høres enkelt ut å få til, men som er alt annet. Min videre vei i psykologien har vært psykoterapiforskning – og vi kan kanskje si at på 50 år har ikke forskningen om gunstige terapeutegenskaper kommet lenger enn det Rogers klarte. Det er ikke noe dårlig skussmål.

*Helene Nissen-Lie utfordrer Margrethe Seeger Halvorsen til å ta stafettpinnen videre.*

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 52, nummer 2, 2015, side 163*

