

Jette Fog: Saglig medmenneskelighed. Grundforhold i psykoterapien. Hans Reitzels Forlag 1998.

Anmeldt af lektor *Helge Baden Nielsen*, Pastorseminariet i Århus.

Som en uden for stående - én der ikke hører til i kredsen af fagpsykologer - lægger man bogen fra sig med en klar fornemmelse af, at man er blevet betydeligt klogere på, hvad psykoterapi er. Eller kan være. For der ser mildt sagt ikke ud til at være enighed om den sag. Der er ikke blot den forskel, der giver sig af den psykologiske erkendelses "principielle perspektiviskhed" (s. 24). Der er snarere en helt fundamental uenighed om, hvordan man besvarer de mest grundlæggende spørgsmål inden for psykoterapien. Og ikke nok med det. Der er end ikke enighed om, *hvad* der er de grundlæggende spørgsmål (s. 34). Det lyder spændende og tilforladeligt. Så er det ikke anderledes end ovre hos teologerne.

Bogen er elementært spændende - også for en ikke psykolog. Sproget er flydende. Fremstillingen dynamisk og båret af et intenst engagement, der har sit centrum i en Løgstrup-inspireret fænomenologisk, erfaringsnær refleksion over og beskrivelse af den terapeutiske *praksis* og den deri indfoldede moral: varetagelsen af og respekten for det andet menneskes integritet og selvstændighed, man i terapien får med at gøre.

Tilgangen til emnet betyder, at der hverken anstilles eller opereres med unødige og frugtesløse sondringer og distinktioner. Tværtimod gøres der op med en del af den slags inden for den akademiske og teoretiske psykologi. "Er verden til eller ej?" Det spørgsmål kæmpes der eksempelvis med i dele af den humanistiske psykologi og terapi. Men det affærdiges af Jette Fog - sammen med en del andre lignende spørgsmål - som "en sær abstrakt diskussion" (s. 40). Hun henholder sig dagligsproglig-fornuftigt til, at vi rent faktisk lever vores liv på den forudsætning, at verden er til (s. 55). "Det er simpelthen for indviklet, både når vi lever og når vi tænker over vores liv, ikke at forudsætte, at verden er til på en bestemt måde" (s. 25).

Eller: Skal supervision være "klientorienteret" eller "terapeutorienteret"? Det er, hedder det, alt i alt en "besværlig og ikke særlig vellykket skelnen, der ser bort fra det problem, som supervision skal løse, og jeg har en mistanke om, at også det er et af de talrige dogmer, som terroriserer os væk fra den sunde fornuft; og den findes for mig at se dér, hvor man lægger vægten på 'orienteret'" (s. 366). Begrebsmøllen får således ikke uhæmmet lov til at male på livet løs. Det er en befrielse; det gør bogen let at læse og bidrage til, at man fanges ind af fremstillingen.

Men i en bestemt og positiv forstand besværliggør det nu også læsningen. Bogen har været længe undervejs, beretter Jette Fog selv - helt siden først i 80'erne (s. 11). Det mærkes. Det er som en moden frugt, man plukker. Vægtig. Fuldt af et levet livs erfaringer i forbindelse med det helt konkrete psykoterapeutiske arbejde. Det er denne erfaringsfylde i skrivemåden, der gør, at så meget man også rives med, så standses man også gang på gang og tvinges tilbage til sit eget "reservat" for at tænke eller "mærke" efter, som man siger. Jeg nåede ikke længere end godt og vel en side hen, før det skete første gang. "Børn gemmer sig *for* at blive fundet, og det gjorde jeg

nok også, skønt jeg ikke vidste, at det var sådan fat” (s. 10). Med de ord kommenterer Jette Fog indledningsvis sin egen deltagelse i et træningsprogram i tegneterapi. Børn gemmer sig *for* at blive fundet? Ja, det er virkelig sådan det er! Derhjemme med de helt konkrete børn. Og når vi i sjælesorg på Pastorseminariet, hvor jeg har min gang, arbejder med de studerendes *egne* “sager”. Også de vil ses - og ikke ses. De gør modstand. Skammer sig over at stille til skue, hvad de ikke magter og skammer sig over, at de skammer sig. Og bagefter siger en hel del af dem, at det var det, vi lærte allermest af. Så ja! Vi gemmer os, *for* at blive fundet.

Den erfaringsforbundne og selvinvolverende skrivemåde giver bogen en høj grad af autenticitet. Jette Fog giver den ikke som den tilbagetrukne teoretiker eller analytiker; uanset hvor teoretisk velfunderet, hun så også i øvrigt er. Som hun generøst har fået af andre - hun nævner selv flere gange sin “hjerteven” Natasha Mann - sådan giver hun nu selv generøst fra sig af sit eget. Hun kommer dermed til at fremstå som en slags *model* for, hvordan man livslangt må slide med den proces, det er at få faglig viden og kunnen til at smelte sammen med og blive integreret i det, man nu en gang er blevet til som menneske og som person.

Dermed er der vel også sagt noget om, hvem Jette Fog har haft i tankerne som *målgruppe* for sin bog; at det selvfølgelig først og fremmest er nuværende og kommende terapeuter, hun vil have i tale. Men med den vægt, der hele vejen igennem lægges på “med-menneskeligheden” og de moralske spørgsmål, der er foldet ind i selve relationen mellem klient og terapeut, har bogen et ærinde til alle og enhver i en række andre professioner, der har med mennesker at gøre, der af den ene eller den anden grund har brug for en at tale med. Her vil bogen fungere som en art refleksionshjælp, som en kilde til eftertanke og fornyet omtanke. Som et “*memento homini*” i forhold til den i praksis så ofte tilsidesatte selvfølgelighed: at klienten, hvem det end er, *først og fremmest* er et *menneske*, som du selv.

Bogen er ikke en grundbog i traditionel forstand; ikke en manual, som skridt for skridt kan lære én at lave psykoterapi. Den er tværtimod et fundamentalt opgør med forestillingen om, at en sådan bog overhovedet kan skrives. Bogen er båret af en lidenskabelig insisteren på, at den konkrete altid må komme før det abstrakte; at det partikulære og singulære har ontologisk forrang for det almene og universale. I psykoterapi handler vi “som regel (!) netop *ikke* regelstyret; hvis vi gør, kommer vi galt afsted, fordi den konkrete handling altid ‘kommer an på’ ” (s. 38). Hvad det for Jette Fog kommer an på, når man i terapien skal danne sig en “teori” om det andet menneske, er følelsesmæssig såvel som kognitiv *smidighed* kombineret med et solidt fundament i almenpsykologien. Heraf også bogens titel.

Der er altså ikke tale om en grundbog eller en lærebog. Jette Fog karakteriserer selv sit projekt som “grund-videnskabeligt” (s. 38). Der er tale om en fænomenologisk beskrivelse af terapien som et mellemmenneskeligt *møde* mellem to ligeværdige parter, der *sætter* sig i den særlige situation, at den ene - klienten - *giver* det andet menneske - terapeuten - adgang til den *urørlighedszone*, der rummer dette menneskes bedst bevarede hemmeligheder.

Det ligger i selve tilgangen til emnet, at fremstillingen ikke får lineær karakter. Der er ikke tale om en lang argumentationskæde, der logisk fører én fra den ene pointe til den næste, indtil vi er

ved vejs ende. Det er det ene og samme fænomen: det mellemmenneskelige møde i terapien, der kapitel efter kapitel tages i øjesyn, analyseres og beskrives i stadigt nye sammenhænge. Der reflekteres over forholdet mellem den fortrolige, åbne og åbnende samtale "mellem venner" og så den terapeutiske samtaleform, som afledt heraf (kapitel 3). Asymmetrien i det terapeutiske forhold giver som nævnt anledning til moralske overvejelser angående omsorgen og respekten for klientens autonomi (kapitel 4). En tredje synsvinkel er den udviklingspsykologiske, der kaster lys over centrale fænomener i det "terapeutiske rum". I kapitel 5 og 10 drejer det sig bl.a. om empati, overføring og modoverføring; i kapitel 6, 11 og 13 om det selvbiografiske islæt i terapien, altså om den fortælling et menneske (klienten) har at fortælle sig selv om sig selv. Endelig reflekteres der over rammer og rammebetingelser for den terapeutiske proces (kapitel 7) og over terapeutens personinvolvering og terapeutens dannelse i kapitel 8 og 14.

Jette Fog gør selv opmærksom på, at den fænomenologiske beskrivelse kan komme til at tage sig noget "tungt travende" (s. 295) ud, når den giver sig af med at udmønte i ord, hvad der foregår i ét nu. Det er klart, at det uundgåeligt giver fremstillingen en vis bredde. Gentagelser bliver heller ikke helt til at undgå. Men "tungt travende" virker fremstillingen nu ikke. Det er tværtimod fascinerende, hvor meget af "baggrunden" og det udtalte, Jette Fog har sans for og føling med og evne til at give mund og mæle.

Til sidst en enkelt kommentar fra teologisk hold, for også i dét lys er bogen interessant. Ikke så meget fordi Jette Fog anvender Løgstrups fænomenologiske analyser *uden* at følge ham i den religiøse tydning - selv om hun et sted uforvarende kommer til at tale om, hvad vi "fra skaberens hånd" er udstyret med (s. 100). Jeg skal også undlade at koge suppe på hendes tale om den "varme" humor, der "omslutter terapeut og klient i samme kærlige rum; den stiller os lige - for Vorherre, havde jeg nær sagt...." (s. 291). Jo, man skal vare sin mund.

Det er talen om terapi som "teoriladet sansning" (s. 277ff.), jeg finder interessant. Det kan man nemlig også sige om kristen sjælesorg, at den er "teoriladet sansning". Blot at teorien her er en anden. I psykoterapien handler det om de måder, hvorpå et menneske kan forbinde sig med andre og forholde sig til sig selv. I sjælesorg handler det også om det, men tillige om, hvordan det tager sig ud i lyset af et menneskes gudsforhold. "Teorien" om den konkrete person er forskellig. Præst og psykoterapeut "ser" som fagpersoner faktisk noget forskelligt. Det er ikke det samme de har sans for. Men sansningen af den anden, relationen, medmenneskeligheden er af samme art om end ikke ens beskaffent. Her kan samtale føres - mellem psykologi og teologi.