

PSYKOTERAPI MED DEMOKRATISKE VERDIER I KULTURMØTET

and similar papers at core.ac.uk

provided by Tidsskrift

Denne artikkelen er basert på en kandidatavhandling, hvor utgangspunktet var en forestilling om at psykoterapi med ikke-vestlige klienter kan være utfordrende på grunn av terapeutens og klientens ulike kulturbakgrunner. Avhandlingens kvalitative intervjuer med erfarne terapeuter satte imidlertid fokus på betydningen av de non-spesifikke faktorer i den terapeutiske relasjon, og at disse er like viktige uavhengig av klientens kulturbakgrunn. Artikkelen presenterer en videre bearbeidelse av disse data, og beskriver to studenters voksende erkjennelse av at å være psykoterapeut dypest sett kan sies å dreie seg om å være 'et profesjonelt medmenneske'. På denne måten omhandler ikke artikkelen 'demokrati' i formal-politisk betydning, men snarere hvordan man som terapeut kan møte den ikke-vestlige klient med en demokratisk holdning; en form for 'sinnelagsdemokrati'.

1. Innledning

Denne artikkelen er basert på en kandidatoppgave avlevert desember 2005, og skrevet av de daværende psykologistudentene Anne Kvale Havig og Audhild Hagen. Kandidatoppgaven var i stor grad inspirert av at flyktninger og innvandreres psykiske helse er meget aktuelle problemstillinger i dagens Norge og Danmark, og at enkelte har antydnet at verken det norske eller det danske hjelpeapparat er i stand til å yte kvalifisert hjelp til denne gruppen. Vårt utgangspunkt var at vi hadde en kritisk innstilling til hvorvidt, og i hvor stor grad, psykoterapi som en vestlig basert vitenskap lar seg overføre og er anvendbar i møte med mennesker av en ikke-vestlig bakgrunn. I forlengelse av dette ønsket vi å undersøke praktiske og kulturelle problemstillinger i

Anne Kvale Havig og Audhild Hagen er nyutdannede psykologer (januar 2006) fra universitetet i Århus. Søren Willert er lektor i sosial- og personlighetspsykologi, og er for tiden tilknyttet universitetet i Ålborg.

møtet mellom den vestlige terapeut og den ikke-vestlige klient¹. Med dette utgangspunkt kan man si at oppgaven sprang ut fra en undren rundt følgende spørsmål: *Er vi, med vår vestlige bakgrunn, i stand til å forstå og gi mennesker fra andre kulturer det de har behov for? Og fremfor alt: Er våre vestlige psykologiske teorier anvendbare og en god nok ballast i praktisk terapiarbeid over for klienter med en annen kulturbakgrunn?*

Vi valgte to tilganger til temaet; en teoretisk, basert på litteraturstudier, og en praktisk, basert på kvalitative intervjuer med fire erfarne terapeuter. Formålet med *litteraturstudiene* var tofoldig: dels å gi oss teoretisk innføring og oppdatering på emnet, dels å kvalifisere oss som kommende intervjuere på området. Formålet med *intervjuene* var å utdype og nyansere den teoretiske innsikt og kunnskap vi hadde anskaffet oss gjennom våre litteraturstudier, og da med et særlig fokus på den terapeutiske virkelighet og praksis med ikke-vestlige klienter. Vi ønsket å intervjuer erfarne terapeuter, blant annet fordi vi opplevde at faglitteraturen innenfor området tverrkulturell psykoterapi kun i liten grad beskjefteger seg med praktiske anvisninger. Fokus i intervjuene var derfor også på terapeutenes helt særlige erfaringer, opplevelser og håndteringer av nettopp de kulturelle utfordringer og problemstillinger i møtet med den ikke-vestlige klient.

Som et ytterligere metodisk premiss for kandidatoppgaven kan vi nevne, at vårt mål ikke var å tegne nyanserte portretter av de fire intervjuede terapeuter hver for seg, for eksempel med henblikk på og foreta innbyrdes sammenligninger dem imellom. Vi ønsket i stedet å betrakte dem som representanter for én og samme faglige prototype, nemlig den tverrkulturelt spesialiserte, men vestlig skolerte psykoterapeut.

Det er vår oppfattelse at dette mål i all hovedsak ble innfridd, noe vi også har argumentert nærmere for i kandidatoppgaven (Hagen & Havig, 2006). Dette skyldes blant annet at våre fire intervjupersoner ikke kun hadde en svært lang og bred tverrkulturell terapeutisk praksis bak seg. De var også på mange måter å betrakte som 'internasjonalister' og dermed tverrkulturelt skolerte, både i personlig og faglig henseende. Denne artikkel er imidlertid *ikke* tenkt som et referat av den ovenfor omtalte kandidatoppgave, men snarere et forøk på å beskrive deler av den *lærings- og erkjennelsemessige utvikling og prosess* som vi fikk adgang til gjennom selve det arbeidet det var å skrive oppgaven.

1 'Ikke-vestlige klienter' faller i stor grad sammen med klientgruppen av flyktninger og innvandrere, men i oppgaven valgte vi å gjennomgående anvende betegnelsen 'ikke-vestlige klienter'. Dette gjorde vi for å understreke at vårt undersøkelsesfokus er noen *generelle* kulturelle utfordringer som en psykoterapeut kan oppleve i møtet med klienter fra kulturer utenom de vestlige. I den sammenheng var det vesentlig at vårt fokus var hovedsaklig rettet mot klienter som ikke er kjente med psykoterapi som behandlingsmetode, uansett om de defineres som 'innvandrere' eller 'flyktning'.

I oppgaven beskrev vi, hvordan våre undersøkelser ledet oss frem til to kvalitativt atskilte former for læring, som vi med henvisning til Argyris et al. (1990) omtaler som henholdsvis *single-loop* læring og *double-loop* læring. *Single-loop* læring fikk vi adgang til gjennom mer eller mindre entydige svar på våre intervju spørsmål, som vi eksplisitt stilte med utgangspunkt i vår rolle som undersøkelsesledere og intervjuere. Vår *double-loop* læring gav seg uttrykk i en erkjennelse som satte spørsmålsteget ved deler av den faglige logikk våre eksplisitte spørsmål var forankret i.

I denne artikkelen ønsker vi å gi leseren innblikk i noen aspekter av vår oppgavebaserte *double-loop* læring, som også kan sies å knytte an til dette temanummers demokratidiskusjon. I den forbindelse ønsker vi å gjøre oppmerksom på, at vår *double-loop* læring kan betraktes som en slags 'demokratiseringsprosess', vi langsomt ble skubbet inn i. Videre kan man si at denne demokratiseringsprosess omhandler en form for 'sinnelagsdemokrati', snarere enn demokrati i formal-politisk betydning. Men innen vi går i gang med å beskrive denne læringsprosess, skal vi kort forklare den konkrete bakgrunn for artikkelens tilblivelse.

2. Bakgrunn for artikkelens tilblivelse

Vår kandidatoppgave ble karakterbedømt januar 2006. Sensoratet bestod av veileder Søren Willert og eksternt sensor Peter Berliner. Etter avslutning av arrangementets formelle del fortalte Peter Berliner oss om sin redaktørjobb i forhold til herværende temanummer av Psyke & Logos – og han beskrev, hvordan han underveis i sin lesning av vår oppgavetekst hadde sett noen interessante koblingsmuligheter for en ytterligere diskusjon om forholdet mellom psykologi og demokrati. På denne bakgrunn spurte han om vi kunne tenke oss å utvikle et bidrag til dette temanummer. Det var et tilbud vi fant meget forlokkende, men samtidig utfordrende. I selve oppgaveteksten hadde vi ikke perspektivert våre undersøkelsesresultater ved hjelp av demokratibegrepet, men vi kunne likevel på ét plan godt forstå sensors tankegang. Samtidig var det også klart, at en slik perspektivering ville kreve at vi ga oss i kast med en delvis omformulering av det stoff vi allerede hadde fortolket og forstått på andre måter. Spørsmålet ble så om vi ville make dette? Resultatet ble at vi bestemte oss for å forsøke, og vår veileder, Søren Willert gikk med på å bistå med faglig og redaksjonell støtte. Alle artikkelens tre anførte forfattere deler således ansvaret for tekstens endelige form, men tekstens 'vi' dekker utelukkende Anne og Audhilds tanker og forståelsesverden.

3. Tverrkulturell psykotterapi, demokratibegrepet og vår personlige og faglige læreprosess

I henhold til sin oldgreske opprinnelse betyr demokrati folkevelde. I de oldgreske bystater oppfattet man demokrati som motsetning til fåmannsvelde (oligarki) eller tyrannstyre (autokrati). Det 'folk' som den gang deltok i styringen av den demokratiske bystat var imidlertid ikke hvemsomhelst, men kun de frie borgere – som forvaltet deres styringsansvar også på vegne av kvinnene de var gift med, og barna og slavene, som de kunne betrakte seg som eiere av. Siden det moderne europeiske demokratis etablering på 1800-tallet er det 'folk', som den demokratiske styreform refererer til, blitt en stadig mer omfattende størrelse. Kvinner og eiendomsløse anerkjennes i dag som politiske individer. Den eneste tilbakeværende allmenne restriksjon i forhold til politisk myndighetsutøvelse er knyttet til mindreårige. Denne fortløpende utvikling i retning av et stadig mer inkluderende begrep om 'folk' eller demos avspeiles i FNs menneskerettigheter, som tildeler enhver person status som bærer av politiske rettigheter med dertil hørende plikter.

Som nevnt, skal denne artikkel handle om, hvordan vårt arbeid med kandidatavhandlingen – *uten* at det fra starten hadde vært tilsiktet – førte til, at vi gradvis måtte endre våre faglige oppfattelser, dels av psykotterapi i alminnelighet, dels av tverrkulturell psykotterapi i særdeleshet. Sentralt i denne sammenheng er det, at i denne gradvise prosess har det foregått en stadig økende erkjennelse av viktigheten av det man kan kalle en *demokratisering av oss selv* i vår dannelsesprosess som kommende fagpersoner og psykologer.

Vi har allerede omtalt ett begrepspar som kan anvendes til å kaste lys over forløpsstrukturen i denne dannelses- eller demokratiseringsprosess, nemlig begrepet single-loop versus double-loop læring. Et annet og supplerende begrepspar, vi i kandidatavhandlingen benyttet oss av, refererer til forskjellen mellom på den ene side den faglige novise – på den annen side den erfarne, faglig reflekterte praktiker.

I kandidatavhandlingen inntok vi posisjonen som faglige noviser, men denne posisjon var vi ikke særlig oppmerksomme på, før sent i arbeidsprosessen hvor vi skulle lage forpliktende analyser og sammenfatninger av våre intervjupersoners utsagn. Vi hadde inntil da oppfattet oss som seriøst arbeidende fagpersoner, som gjennom litteraturstudier hadde skaffet seg gyldig og gangbar viten om behandlingsmessige muligheter og begrensninger, som knyttet seg til utøvelse av psykoterapeutisk praksis i en tverrkulturell sammenheng. Helt konkret: ovenfor flyktninger eller innvandrere bosatt i Norge. Vår oppgave var å konkretisere og nyansere denne viten gjennom intervjudata fra våre fire informanter. Men, som sagt vårt arbeid med dataanalysen fikk i noen grad denne faglige selvforståelse til å krakelere. Vi ble, blant annet med støtte fra vår veileder i stigende grad oppmerksomme på temafelter, hvor intervjupersonenes svar ikke bare forholdt seg upro-

blematisk til noen av våre kritiske intervju spørsmål. Implisitt inneholdt de også et faglig korrektiv til selve den grunnforståelse som hadde styrt vår spørsmålskonstruksjon. På denne måten kunne deres svar forstås som 'den erfarne praktikers' metakommentarer til vårt forståelsesunivers som faglige noviser.

I de følgende artikkelavsnitt vil vi, som nevnt forsøke å presentere de sentrale bestanddeler av det vi selv forstår som den double-loop læring vi har ervervet oss gjennom arbeidet med kandidatavhandlingen, og vi vil i konsentrert form beskrive hvordan vårt møte med fire meget erfarne terapeuter resulterte i noen sentrale erkjennelsesmessige 'jordskjelv' for vårt vedkommende.

4. Psykoterapeuten som et profesjonelt medmenneske

Da vi begynte å arbeide på kandidatoppgaven hadde vi mange forestillinger om å arbeide psykoterapeutisk med ikke-vestlige klienter, og disse bar i stor grad preg av vår tidligere nevnte rolle som fagnoviser med studentteoretisk bakgrunn. Som psykologistudent stilles det i stor grad krav om tilegnelse av fagets teori forut for møtet med fagets praksis. Et eksempel på dette er at vi forestilte oss at det er nødvendig å ha kulturkunnskap om ulike kulturer, for på en hensiktsmessig måte å kunne fungere som terapeut over for mennesker med tilhørsforhold til disse kulturer. Denne teoretisk baserte kulturkunnskap ville så bidra til, at man allerede i utgangspunktet hadde en grunnforståelse av hvordan mennesket overfor én fungerte, og man kunne så legge behandlingen til rette, blant annet, på bakgrunn av dette.

I våre gryende double-loop erkjennelsesprosesser opplevde vi imidlertid flere ganger at terapeutene enten ikke var opptatt av de samme teoretiske problemstillinger, som vi la til grunn for våre intervju spørsmål, eller ikke var opptatt av dem på samme måte som vi hadde vært. På den måten kan man altså si at deler av våre forestillinger var ufullstendige. I forlengelse av eksempelet ovenfor opplevde vi at vårt fokus på viktigheten av psykologens konkrete kunnskaper om ulike kulturer på den ene siden var relevant i den forstand, at 'våre' terapeuter satt inne med omfattende, mangefasettert viten om kulturspesifikke forhold og gjerne delte denne viten med oss. På den andre siden oppfattet de tilsynelatende ikke denne viten som en basal forutsetning for terapeutisk arbeid med ikke-vestlige klienter. Helt sentralt for terapeutene i deres terapeutiske *praksis*, var derimot viktigheten av den *mellommenneskelige kontakt* med klienten, og etableringen av en *god terapeutisk allianse*. For oss ble slike erfaringer begynnelsen på en erkjennelsesprosess fra en teoretisk basert forståelse av psykoterapi, mot en større forståelse av at praktisk psykoterapi dypst sett kan sies å dreie seg om å være, som en av terapeutene kaller det: et *profesjonelt medmenneske*.

I forbindelse med dette temanummers demokratidiskusjon, opplever vi at vår double-loop læring kan sies å omhandle en 'demokratisering' av oss selv som kommende praktiserende psykologer. Begrepet 'demokratisering' kan i vår sammenheng sies å romme en økende erkjennelse av hvor viktig det er at man som terapeut har en *praktisert, demokratisk holdning*. En demokratisk holdning kan sies å dreie seg om å omsette en respekt for menneskerettigheter til praksis, og helt inn til dialogen mellom to mennesker (i dette tilfellet, mellom terapeut og klient). Denne respekt innebærer blant annet helt elementære ting som å lytte respektfullt til klienten, og invitere vedkommende inn i en form for gjensidig respekt. I kontrast til våre forestillinger om at terapeuten *på forhånd* skal være kulturelt allvitende og styre samtalen deretter, ga intervjuene eksempler på at *klienten* kan bli den som *underveis i forløpet* bruker sin kulturs forståelsesrammer til å gjøre samtalen meningsfull:

Jeg har opplevd at veldig mange fra mellomøstlige kulturer finner det meningsfullt å knytte seg til en person, og da er det veldig mange som lager dette til en familiær relasjon, altså du er min bror (...) og jeg kan snakke med deg om alt mulig, sånn tolker de det inn i en kjent ramme for seg selv.

Som det siden vil bli utdypet handler det ikke nødvendigvis om å gi den andre rett i ethvert synspunkt, men å gi den andre rett til å snakke og bli lyttet til.

Nedenfor har vi valgt å la 'det profesjonelle medmenneske' være omdreingspunkt for vår presentasjon av tre kjerneerkjennelser. Overordnet kan man si at erkjennelsene beskriver noen aspekter ved å være et profesjonelt medmenneske: *Den terapeutiske allianse som viktig grunnpilar i psykoterapi; viktigheten av en romslig definisjon av psykoterapi; og psykologiens teorier som et uunnværlig verktøy.*

5. Den terapeutiske allianse – en viktig grunnpilar i psykoterapi

Opprinnelig hadde vi en forestilling om, at fordi psykoterapi er en vestlig basert behandlingsmetode vanskeliggjør dette å bruke denne metoden på klienter av en annen kulturbakgrunn. For oss var det derfor noe overraskende at terapeutene formidlet en opplevelse av at psykoterapi er en aktivitet som kan gi resonans hos mennesker på tvers av kulturer, og at de fleste mennesker opplever det å arbeide med psykiske problemer i et tett, emosjonelt bånd til et annet menneske som meningsfullt:

Det å kunne snakke til noen som vil høre på dem (...) det ligger i veldig mange kulturer.

Overordnet fokuserte terapeutene, som tidligere nevnt, lite på de tekniske og kliniske aspekter ved den terapeutiske behandling. Derimot var de opptatt av å bevege seg på et grunnleggende empatisk og med-/mellommenneskelig plan, hvor klienten opplever at de snakker med noen som prøver å forstå og leve seg inn i hans/hennes ofte svært vanskelig situasjon:

Det viktigste er å prøve å være emosjonelt til stede, (...) det ser de etter altså, om man er genuin, ja det er et stort ord da, men (...) om du er (...) ærlig følelsesmessig til stede, så er det mye viktigere spesielt i begynnelsen enn det som du sier. Å si rare ting er ikke så viktig som at de ser og hører at du er til stede for dem.

Det er på dette mellommenneskelige plan terapeutene opplever å få den ønskede kontakt med klienten.

En viktig erkjennelse for oss ble derfor en fornyet forståelse av at arbeidet med å skape en terapeutisk allianse² er helt essensielt, og således et sentralt aspekt ved å være et 'profesjonelt medmenneske' i alle psykoterapeutiske forløp, uavhengig av klientens kulturbakgrunn. I den forbindelse ønsker vi å nevne at det i faglitteraturen henvises til, at en rekke undersøkelser viser at den enkeltfaktor som henger mest stabilt og markant sammen med behandlingseffekten er den terapeutiske allianse (Horvath & Symonds, 1991; Horvath & Luborsky, 1993, Bordin, 1979, Jørgensen 1998 i Jørgensen 2002). Dette er funn som kun langsomt og i begrenset omfang har fått oppmerksomhet i faglitteraturen vedrørende psykoterapi. Når våre intervjupersoner fokuserer nettopp på den mellommenneskelige kontakt, og den terapeutiske allianse som en del av disse, kan det – for å sitere vår veileder – ses som uttrykk for at: ...det, som akademikerne skulle bruke veldig lang tid om at undersøge og tenke sig frem til, det vet de erfarne terapeuter uten videre, fordi sådan er det bare.

Den ovenfor nevnte terapeutiske allianse er en sentral del av det terapi-relevante begrepskompleks, som i faglitteraturen benevnes *de nonspesifikke faktorer* (Frank, 1973, 1981). Innen møtene med terapeutene var vi oppmerksomme på disse faktorene, men ikke i en grad som tilsvarte den vekt som våre intervjupersoner tiller dem – spesielt i deres terapeutiske arbeid med ikke-vestlige klienter. En av våre sentrale erkjennelser kom derfor til å omhandle paratheten til å se og forstå den enkelte klient i et *helhetlig* tilværelsesperspektiv. Dette tema har vi valgt å presentere under betegnelsen *en romslig definisjon av psykoterapi*.

2 Den *terapeutiske allianse* henviser til en interaksjonell størrelse, som omhandler kvaliteten av relasjonen eller det emosjonelle bånd mellom klient og terapeut (Jørgensen, 2002),

6. En romslig definisjon av psykoterapi

Å være et profesjonelt medmenneske innebærer blant annet, at terapeuten avstår fra å forhåndsdefinere klienten gjennom teoretiske, inkludert kulturteoretiske antagelser om hans/hennes egenart, men snarere lar det konkrete møtet og samtalen bestemme hva som kan og skal skje. I intervjuene opplevde vi også at våre terapeuter la vekt på å forholde seg pragmatisk og situasjonsbestemt til teoretiske definisjoner av psykoterapi. Opprinnelig var vi opptatt av at psykoterapi defineres som en behandling av psykiske og psykosomatiske problemer med psykologiske metoder. Etterhvert begynte vi imidlertid å stille oss spørsmålet: hva er egentlig 'psykologiske metoder'? Som fagnoviser hadde vi en noe snever forståelse av hva disse metoder består av, da vi først og fremst fokuserte på de tekniske og teoribaserte (og på denne måten 'kjølige') sidene. Møtet med terapeutene satte imidlertid i gang en økende forståelse for at disse 'metoder' også omfatter en medmenneskelig og 'varm' dimensjon:

(...) noe av problemet er jo at mange av disse menneskene er dypt ensomme og har et stort behov for menneskelig kontakt og opplever det som kjemp godt å få snakket med noen.

Mange ikke-vestlige klienter, kanskje spesielt flyktninger, sliter ofte med en kompleks og vanskelig livssituasjon, både sosialt og økonomisk. Derfor er det, som terapeutene påpeker:

(...) ikke alltid det er de psykologiske dimensjonene de (klientene) ønsker å jobbe med. De ønsker å jobbe med en livssituasjon som er (...) kombinert (...) mellom psykologisk uhelse og en livssituasjon de opplever som forferdelig vrang og vanskelig.

Slike, og lignende, utsagn ga oss en økende forståelse for at man som 'profesjonelt medmenneskelig psykoterapeut' må være lydhør for, og ta utgangspunkt i den enkelte klients aktuelle livssituasjon, personlige historie, behov og forventninger, og andre faktorer som ligger utenfor det terapeutiske møtet. I møte med ikke-vestlige klienter kan dette innebære at man som terapeut er lyttende overfor mer 'utradisjonelle' behov, og videre er villig til å strekke seg litt lenger, enn det som vi har lært, og ofte oppfatter, er vanlig i et mer tradisjonelt psykoterapeutisk forløp. Følgende sitat kan illustrere dette da terapeuten fikk spørsmål om hvorvidt psykoterapi som behandlingsmetode er egnet i forhold til ikke-vestlige klienter:

Jeg vil ikke si at den ikke er egnet, men jeg tror det er en del grep vi må gjøre. (...) jeg tror vi må være villig til å bevege oss på forskjellige nivåer som har å gjøre med bidrag til kanskje praktisk assistanse. Av

og til må man bevege seg i spenningsfeltet mellom terapi og praktisk støtte, og da er det viktig å ikke være purist på behandlingssiden.

I den terapeutiske virkelighet kan altså 'utradisjonelle behov' innebære å imøtekomme klienters behov for hjelp på andre områder enn kun de psykologiske, for eksempel hjelp til praktiske problemer. Dette kan være hjelp til å ta en telefon til sosialkontoret, eller oversette offentlige papirer. Siden ikke-vestlige klienter ofte mangler ressurspersoner i sitt nettverk som er velintegrerte i det norske, eller danske samfunn, og kan hjelpe til i forhold til hvordan det skandinaviske velferdssamfunnet fungerer, kan psykoterapeuten i noen tilfeller være den eneste klienten synes det er naturlig å spørre om en slik form for hjelp.

Selv om vi erkjenner viktigheten av å ha en romslig definisjon av begrepet psykotering, ligger det også implisitt i både terapeutenes og vår forståelse av dette, at det selvfølgelig ikke vil være alt man som psykoterapeut vil kunne bistå med, og at det i mange tilfeller vil være riktig å henvise klienter til andre instanser som vil kunne gi mer adekvat hjelp. I denne sammenheng mener vi det sentrale ved vår erkjennelse er at man som psykoterapeut tar sine klienter på alvor, og er fleksibel i forhold til klientens behov, fremfor automatisk å tenke at 'dette er ikke mitt bord'.

Et annet eksempel på hvordan våre terapeuter viste romslighet, var en stor åpenhet og forståelse for å ta i bruk alternative behandlingsmetoder. Følgende sitat viser igjen nytten av å aktivt bruke klienten som ekspertrådgiver på sin egen kulturelle virkelighet:

Jeg tror at et av standardspørsmålene våre er: Hvis du nå hadde vært hjemme, vært innenfor din kultur, ditt samfunn, hvordan ville du forholdt deg da? – Og så bruker vi det som et utgangspunkt til å se hvor mye av det som kan brukes her, hvor mye som må endres, hva må tenkes annerledes, hva kan vi få til, hva kan vi ikke få til.

I enkelte tilfeller innebærer også terapeutenes romslighet å være åpen for at klienten kan ha behov for og ønsker en alternativ behandler. Ingen av våre fire intervjuede terapeuter var fremmede for å samarbeide med eller gjøre seg bruk av alternative behandlingsmetoder, så sant de syntest det var faglig forsvarlig.

I den forbindelse ønsker vi å gjengi et praktisk eksempel fra et av intervjuene: Terapeuten fortalte om en klient som hadde en forestilling om at hun måtte helbredes på en bestemt måte, for å få opphevet den forbannelse som svigersønnen hadde kastet på henne. Problemet i hennes tilfelle var at det ikke fantes noen i Norge som kunne hjelpe med å løse slike forbannelser. Til slutt bestemte man seg for å prøve en samisk healer. Og terapeuten forteller følgende:

... det var så rart, fordi de to, denne kvinnen fra Somalia og denne samens fra Finmark, de snakket sammen på en måte som de forsto hverandre komplett, mens psykologen skjønnte ikke så mye av det.

Dette eksempelet synes vi illustrerer det fascinerende i at mennesker fra forskjellige sider av verden uten problemer kan kommunisere gjennom mer rituelle prosesser. Slike eksempler kan jo tyde på at det finnes, i hvert fall grader av felles universelle elementer i ulike seanser og former for helbredelser. Dette vil vi komme tilbake til nedenfor i forbindelse med 'den terapeutiske kultur'.

Med utgangspunkt i sitatene ovenfor ønsker vi å vise hvordan våre møter med terapeutene ga oss en større forståelse for at det å være psykoterapeut i praksis først og fremst dreier seg om å være et *medmenneske*, som er lydhør for den enkelte klients behov, og ikke om å være psykoterapeut på 'den riktige måten':

... mitt hovedprosjekt med behandlende samtale er å anerkjenne folk og se folk, og er det noe jeg kan gjøre for å øke deres verdighet eller følelse av å bli sett og hørt, fordi det er de ofte ikke blitt, eller det blir de ofte ikke, (...) en sånn bitteliten bit som kanskje kan være et springbrett over til noe annet av typen jobb, aktivitet, fellesskap.

Samtidig handler det ikke nødvendigvis om at man gir klienten til enhver tid rett i sine synspunkter. Alle terapeutene er tydelige på at det også er lov til å si ifra hvis man synes klienten opptrer på måter som de har vanskelig for å akseptere. Som en av terapeutene sier:

Når ting krysser mine etiske standarder, så sier jeg det.

Terapeuten utdyper dette ved at hun i mange tilfeller tilkjennegir synspunkter i kraft av å være kvinne, terapeut og norsk. På den andre siden påpeker hun at:

... jeg presenterer aldri ting som absolutte sannheter.

I den terapeutiske relasjon er det demokratiske møtet et møte mellom to myndige og som sådan likeverdige parter, og det drives fremover av et ønske om samarbeid. Sitatene ovenfor avspeiler imidlertid at personlige verdier kan sette grenser for samarbeidets horisont.

7. Psykologiens teorier – i dialogen

Som studenter og praktiske noviser hadde vi en forestilling om, at den vestlige psykologis teorier og begreper kunne gi et veiledende, men til tider mangelfullt bilde av kulturelle utfordringer i den terapeutiske praksis. Vårt arbeid med kandidatoppgaven var derfor blant annet styrt av et ønske om gjennom teoretisk oppdatering og utvikling å bringe oss selv på omgangshøyde med de utfordringer som gjemmer seg i psykoterapeutisk arbeid med ikke-vestlige klienter. Arbeidet lærte oss imidlertid, at teorier synes å ha annen status i terapeutisk praksis enn den vi hadde forestilt oss.

Hvis teorier blir brukt på en stiv eller ufleksibel måte kan de motarbeide snarere enn fremme, etableringen av et terapeutisk møte. Dette synes å gjelde enten teoriene beskriver klientens kulturelt betingede sosialkarakter, eller forklarer for terapeuten hva terapi er, og hvordan den derfor skal utføres. Betyr det da at teorier eller teoretisk refleksjon er unødvendig, eller kanskje til og med skadelig i utøvelsen av det terapeutiske håndverk? En slik konklusjon vil ikke være i samsvar med våre intervjudata. Som også artikkelens sitater viser var de intervjuede terapeuter i høy grad teoretisk reflekterte. Men de brukte ikke teoriene som inappellable styringsredskaper, som 'bestemte' hva som skulle skje, eller hva de skulle foreta seg i møtet med klienten. Bestemmelsen av hva som skulle skje var noe terapeut og klient i fellesskap måtte finne frem til. Man kan si at uten sin teori ville terapeuten være mindre personlig og faglig kompetent:

... min dynamiske bakgrunn ville jeg ikke være foruten, for ellers hadde jeg følt at jeg ikke hadde noe redskap, da kunne jeg jo vært naboen som sitter i gode råd, reisende i gode råd. Det hadde vært lite tilfredstillende synes jeg.

Psykologiens teorier og begreper er altså ikke en upersonlig, normsettende instans for praksis, men snarere terapeutens uunnværlige rammeverk for å kunne være sammen med klienten på en tett, men samtidig distansert, og dermed profesjonell måte. Teoretisk kompetanse bidrar til strukturering av terapeutens forsøk på å hjelpe klienten med å skape overblikk i hans/hennes kaotiske totalsituasjon. Teorien gir ikke mulighet for på forhånd å vite hva som er galt eller skal gjøres, men hjelper, som et redskap terapeuten har tilgang til i sin fortløpende samtale med seg selv, til perspektivering av det profesjonelle samarbeid mens det finner sted.

8. Tverrkulturelle verdier og den terapeutiske kultur

Som en sammenfatning av de ovenstående momenter og erkjennelser, vil vi avslutningsvis lansere et begrep vi har valgt å kalle 'den terapeutiske kultur'.

I stedet for (som vi gjorde i starten av vår arbeidsprosess) å se terapeuten som først og fremst bærer av en vestlig kultur, tenker vi nå snarere på den erfarne og faglig reflekterte terapeut som bærer av, eller eksponent for, en 'terapeutisk kultur'. Denne kultur kan sies å omhandle en samværstype, som på tross av forskjellighetene, innehar grunnleggende fellestrekk. Blant annet på bakgrunn av dette kan man si at den terapeutiske kultur vil kunne finnes i alle kulturer. Disse grunnleggende fellestrekk refererer til noen kvaliteter ved samhandling mellom en 'hjelper' og en 'hjelpetrequende', eller – i psykologisk terminologi – mellom en terapeut og en klient. Forutsetning for samværstypens konkrete manifestasjoner er, at begge parter aksepterer at hjelperens personlige behov er underordnet, og den hjelpetrequendes behov er i fokus. På denne måten kan 'den terapeutiske kultur' sies å være en kultur i kulturene ved at den har sine regler og vaner, og fordrer en særlig måte å være sammen på.

Forestillingen om 'den terapeutiske kultur' vokste gradvis frem i løpet av prosessen, blant annet på bakgrunn av terapeutenes påpekninger av at det å samtale med noen utenfor familien når man har det vanskelig, ikke er særegent for den vestlige kulturkrets. De understreket det allmennmenneskelige i å snakke med, være empatisk ovenfor og stå i et tett emosjonelt bånd til mennesker med problemer:

... jeg har reist og undervist i (...) Palestina og Kina, som jo er veldig forskjellige kulturer (...) og jeg har funnet at det er en veldig resonans for den måten å arbeide med problemer, i et tett emosjonelt bånd til andre mennesker. Jeg tenker meg at dette med, spesielt det å snakke med noen som prøver å forstå og leve seg inn i og er empatiske, det er jo ikke noe spesielt for vår kultur. (...) den delen av psykoterapien som omhandler dette, og det gjør jo de fleste psykoterapimetoder (...) er en del som nesten alltid finner resonans (...) når behandlingen ikke blir veldig klinisk.

Et slikt syn på psykoterapi innebærer at klientens annerledes kulturbakgrunn kun blir et blant flere mulige forhold, som kan gjøre det vanskelig for en klient å dra nytte av et terapeutisk forløp. Uansett om terapeut og klient tilhører den samme, eller er fra forskjellige kulturer, vil det *alltid* være sentralt at klienter som grunnleggende misforstår hensikten og målet med det terapeutiske møtet, må innføres i 'den terapeutiske kulturs' grunnleggende regelsett. En innføring i, forståelse og felles aksept av dette regelsett danner så forutsetning for at den terapeutiske relasjonen kan etableres og gir mening.

Det sentrale resultat av vår double-loop læring gjennom arbeidet med kandidatavhandlingen ble altså, at den terapeutiske relasjon kan tenkes å være fundert i noen grunnleggende verdier, som eksisterer uavhengig av vestlige psykologiske eller psykoterapeutiske teorier, og som ideelt sett

kan deles av mennesker på tvers av kulturer. Det er verdier, som betoner viktigheten av gjensidig mellommenneskelig nysgjerrighet, åpenhet, alminnelig respekt, tålmodighet og å være emosjonelt til stede. Hjulpet av våre intervjupersoner er vi videre kommet til å oppfatte etableringen av den terapeutiske allianse som den helt sentrale forutsetning for det konstruktive terapeutiske samarbeid. Alliansedannelsen har sine egne forutsetninger i noe, man kan kalle 'pre-teoretiske' og kulturelt invariante aspekter ved den terapeutiske samtale eller prosess. Respekt for andre kulturer, åpenhet for å lære av klienten, kontrollert nysgjerrighet og fordomsfrihet er helt sentrale egenskaper hos den tverrkulturelle psykoterapeut, og viktigere enn å være psykolog eller psykoterapeut på den 'riktige' måte.

Avslutning

Ovenstående er bare antydninger av den erkjennelsesutvikling vårt møte med de erfarne praktikere hadde satt i gang. I den aktuelle fase av vår faglige dannelsesprosess var disse erkjennelser kun noen vi med våre hoder kunne gjøre oss *tanker* om. Den *egentlige*, dvs. kroppslige tilegnelse av grunnkomponentene i en praksisbasert psykologs fagidentitet befinner seg fortsatt ennå ute i fremtiden, som noe vi i de kommende år gradvis skal *handle* frem. Erkjennelsene vi i denne artikkelen har presentert er ikke erfart selv, men basert på førstehåndsfortellinger fra praktisk terapeutarbeid, og i tillegg basert på et begrenset utvalg intervjupersoner.

Men det står likevel sentralt i denne sammenheng, at i denne prosess har det foregått en stadig økende erkjennelse av viktigheten av det man kan kalle en *demokratisering av oss selv* og av den terapeutiske relasjon, idet vi i omgangen med andre også i denne kan søke å skape likhet, medbestemmelse, respekt og lydhørhet helt konkret som praksis.

REFERANSER

- ARGYRIS, C., PUTNAM, R. & SMITH, D.M.(1990): *Action Science*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- FRANK, J.D. (1973): *Persuasion and healing. A comparative study of psychotherapy*. Baltimore: John Hopkins University Press.
- FRANK, J.D. (1982): Therapeutic components shared by all psychotherapies. I Harvey, J.H. & Parks, M.M. (Eds.), *The master lecture series, Vol I, Psychotherapy reserach and behavior change*. Washington: American Psychological association.
- HAGEN, A. & HAVIG, A.K (2006): *Kulturelle utfordringer i den terapeutiske praksis – en undersøkelse basert på to studenters litteraturstudier og intervju med erfarne terapeuter*. Kandidatavhandling ved Psykologisk institut, Århus Universitet.
- JØRGENSEN, C.R. (2002): *Psykologien i senmodernieten*. København: Hans Reitzels Forlag, 1. utgave, 1. opplag.