

BOGANMELDELSE

Cand.psych. Marianne Køhler Skov

Det er stadig sådan, at kun få erfarne kliniske psykologer tager sig tiden - eller modet - til at sammenfatte og nedskrive deres erfaringer. Endnu færre danske klinikere vover sig frem. Alene af den grund bør vi tage imod en ny dansk bog indenfor dette område med kyshånd. Henrik Lauridsen-Katborg fastholder i sin nye bog "Vejen til fordybelse" 20 års erfaring med terapi hovedsageligt på et kroppsykoterapeutisk grundlag.

"Vejen til fordybelse" indskriver sig i den kroppsykoterapeutiske tradition med blandt andet Reich, Lowen, Boadella, Keleman, Pierrakos og Bodynamic som forgængere.

Bogen består af to hovedkapitler, hvoraf det første behandler det personliges grundlag og anden del den dybdepsykologiske udvikling, forstået som en mulig udviklingsvej i voksenlivet.

Som det personliges grundlag beskrives først seks karakterologiske udviklingsfaser fra konception til barnet er omkring 12 år gammelt. Til hver udviklingsfase knytter sig et udviklingstema med to poler, for eksempel tilknytning og selvstændighed, og opgaven i hver fase er at kende begge poler, men også at finde balance mellem dem. Det lykkes naturligvis sjældent og som et forsøg på at ophæve spændingen mellem polerne udvikles det psykologiske og kropslige forsvar, der med tiden kan blive en del af individets karakterstruktur. Den konkrete historie sætter sig derfor også konkrete fysiske spor i den individuelle krop, der således ikke bare formes af gener, ernæring, rygning og sport (samt evt. en smule plastisk kirurgi), men i lige så høj grad af erfaringer med kontakt, forsvar og energiflow. Sporene kan aflæses i den voksnes krop og af den trænede psykolog læses som en bestemt strukturel historie.

I bogen beskrives hvilke muskelgrupper, der er særligt aktive i bestemte udviklingsfaser og hvorledes disse muskler kan fungere som containere eller fortrængere af det materiale, det ikke lykkedes at få integreret. Henrik Lauridsen-Katborg beskriver disse muskler og bevægelsesmønstre ret præcist og bag i bogen findes tre sider med anatomiske tegninger.

Jeg savner ikke desto mindre mere oversigtlige tegninger, der ledsager den relevante tekst og som kunne vise, hvordan en bestemt kropsstruktur kan se ud. For den læser, der ikke er trænet i anatomi, er det svært at forestille sig, hvordan en bestemt muskel indgår i en bevægelse og hvordan en over- eller underspænding i bestemte muskelgrupper vil kunne forme kroppen.

I gennemgangen af hver udviklingsfase henvises der til, hvordan et givet tema vil genudspille sig i den terapeutiske setting og hvordan terapeuten kan forholde sig til den bestemte karakterologi. På den måde kobles de udviklingsteoretiske overvejelser direkte til den kliniske praksis.

Er der nogen grund til at læse bogen, hvis man enten af faglig overbevisning eller personlig skyhed ikke kunne drømme om at lægge hånd på sine klienter? Ja, det er der i allerhøjeste grad.

"Vejen til fordybelse" tilbyder en vinkel på det kliniske arbejde, som de færreste psykologer har stiftet bekendtskab med under studiet eller på kurser: Vi arbejder som terapeuter på, at klienten skal blive mere nærværende og overser ofte den foræring, det er, at kroppen altid er til stede i nuet. Samtidig skal man læse bogen på grund af den holdning til psykoterapi, den gennemsyres af: Den søger til at kvalificere den psykoterapeutiske holdning ved at insistere på, at det terapeutiske håndværk til stadighed kan og skal forfines og ved at være med til at udvikle sproget for det selvsamme håndværk.

Afsnittet om emotioner er det, jeg umiddelbart holder mest af i bogen. Her gives der en komprimeret, men tilgængelig fremstilling af emotionernes forskellige udtryksformer, deres funktioner både i fylo- og i ontogenetisk perspektiv og den rolle, de spiller i det voksne menneskes liv. Igen kobles emotionerne til deres kropslige aspekt, idet det beskrives, hvordan emotionerne udtrykker sig i bestemte bevægelser og omvendt kan tilbageholdes eller fortrænges i bestemte muskulære spændinger. HLK giver eksempler på, hvordan der kan arbejdes kroppsykoterapeutisk med forskellige typer emotioner og præsenterer sine overvejelser om, hvornår det overhovedet er hensigtsmæssigt at arbejde med emotionerne.

Under læsningen af de to første hovedafsnit er man som almindeligt skolet psykolog trods de noget uvante kropslige tilgange til stoffet på forholdsvis hjemmebane og kan efter nogen overvejelse erklære sig enig eller uenig i de faglige konklusioner.

Så sker der pludselig noget ganske andet. Forfatteren tager os med på det, han selv kalder en rejse ind i det dybdepsykologiske. I de følgende kapitler beskrives den udvikling, et voksent menneske kan komme ind i. Den dybdepsykologiske udvikling beskrives som en bevægelse gennem tre tilstande eller tre rum i psyken. Disse tre tilstande, kaldet sindsrum I, II og III, har hver deres oplevelseskvalitet og hver deres udfordring til den rejsende. Alt efter hvilket karakterologisk forsvar, man har med sig, vil den ene eller den anden tilstand være sværere at håndtere. Samtidig bliver netop det karakterologiske forsvar den trædesten eller den prisme, der gør det muligt for den enkelte at nå ud over sig selv. Endemålet – og til dels processen – i den dybdepsykologiske udvikling er en fornyet kontakt til den personlighedskerne, vi ifølge forfatteren fødes med. Med denne kontakt følger en værenstilstand, der på en og samme tid rummer de polspændinger, som beskrives i bogens første kapitler. Det er en væren, hvis kendetegn er hjertelighed, sandfærdighed og en form for neutralitet. Beskrivelsen er ikke ulig de store religioners beskrivelse af den oplyste tilstand.

Da jeg første gang læste denne del af bogen blev jeg noget provokeret, dels af abstraktionsniveauet, dels af den noget pastorale tone og de mange henvisninger til bibelfortællinger-og billeder. Jeg følte mig i øjeblikke hensat til et Tolkien-univers i beskrivelsen af de tre sindsrum og min skepsis blev kun større af, at udviklingen tilsyneladende kunne have et slutmål og af at alting undervejs ordner sig i symmetrier.

Det blev en udfordring for mig at læse mig igennem mine umiddelbare fordomme og forventninger til en fagbog. Jo flere gange, jeg har læst denne del af bogen, jo større fornøjelse får jeg af den. I arbejdet med voksne, danske klienter oplever jeg, at den nuancerer mit billede af, hvad der foregår i klienten, så jeg i højere grad får øje på de progressive aspekter.

Bogens force er netop dens forsøg på at fatte og beskrive den normale udvikling hos voksne mennesker på en nuanceret og rummelig måde. Den er ikke tvangsoptimistisk og alligevel gennemsyret af en tro på det menneskelige udviklingspotentiale. Den er præget af en – umoderne – tillid til at livsprocesser tager den tid, de tager, uden at det af den grund bliver til en dyrkelse af smerten.

En bog Som "Vejen til fordybelse" giver os chancen for at holde egne erfaringer op mod et nutidigt spejl og kan på den måde åbne for en frugtbar faglig dialog.

"Vejen til fordybelse, En kropsterapeutisk analyse af det menneskelige udviklingspotentiale" af Henrik Lauridsen-Katborg er udgivet på forlaget Modtryk i 2003. 218 sider. Kr. 249,-