

# Gestaltterapi som relationel, psykodynamisk og strukturel teori & terapitilgang - i selektiv dialog med selvpsykologien

Jan Tønnesvang  
Lektor, ph.d.  
Psykologisk Institut,  
Aarhus Universitet.

Artiklen søger at indkredse nogle af de udfordringer, der knytter sig til en fortsat udfoldelse og videre udvikling af gestaltterapi som en relationel, psykodynamisk og strukturel forankret terapitilgang. Bl.a. diskuteres muligheden for at anvende det selvpsykologiske begreb om selvobjekter som grundlag for en nuanceret forståelse af intersubjektive aspekter i gestaltterapi. Endvidere klargøres det, at og hvorledes gestaltterapi er psykodynamisk. Herudover diskuteres behovet for en gestaltteoretisk begrebsliggørelse af psykiske organiseringsmønstre i strukturelle termer. Afslutningsvist gives der et bud på, hvad artiklens forfatter anser for at være de tre mest centrale metodiske komponenter i gestaltterapi<sup>1</sup>.

## 1. Gestaltterapi som relationel

I det nye forord til den tyske oversættelse af sin bog *Awareness, process and dialogue: essays on gestalt therapy* fremhæver Gary Yontef (1) den stigende opmærksomhed på relationelle aspekter som et positivt element i udviklingen af - hvad han kalder - en 'relationel gestaltterapi'. Selvom Yontef medgiver, at gestaltterapi på sin vis altid har været relationel, mener han, at de relationelle principper og deres implikationer ofte er blevet ignoreret eller sporadisk behandlet og under alle omstændigheder utilstrækkeligt udviklet i både teori og praksis. I 'relationel gestaltterapi' derimod, er man mere eksplicit opmærksom på *kvaliteten* af den terapeutiske relation, bl.a. hvilken betydning *forstyrrelser* og *brud* i denne har for terapiens udkomme, særligt (men ikke kun) når man arbejder med labile personlighedskonstellationer (som fx borderline og narcissistiske personligheds- og adfærdsforstyrrelser).

Om Yontef har ret i, at der ikke har været fokuseret nok på det relationelle i gestaltterapi, kan diskuteres. På den ene side er det korrekt, at flere af de gestaltterapeuter, som lod sig inspirere af *den ældre* Perls' "tjubang-terapeutiske" stil var blinde for, hvordan de med en udtalt konfronterende tilgang gjorde de skrøbelige blandt deres klienter mere skade end gavn (2; 3). Belægget for deres konfrontationsterapi kunne de bl.a. finde i en selektiv læsning af Perls' "gestaltbøn" som udtryk for

---

<sup>1</sup> Tak til Mikael Sonne, Hanne Hostrup og Birgitte Boisen for nyttige kommentarer til et tidligere udkast til artiklen. Selvsagt er det alene mig, der er ansvarlig for de fremstillede synspunkter.

det modne selv som et *selv-i-separation*, der er sig selv nok, og som ikke opnår livsfylde ved at tage hensyn til og handle i forhold til andres ønsker, forventninger og behov<sup>2</sup>. Med slagordssætningerne om, at ”jeg gør mine ting og du gør dine, jeg er ikke sat i denne verden for at leve op til dine forventninger, og du er ikke sat i denne verden for at leve op til mine osv.” (jf. note 2), blev gestaltbønnen af flere ”andengenerations-terapeuter” taget til indtægt for et grundsyn, der favoriserer individualisme og ensidig selvansvarlighed på bekostning af en ansvarlighed, der omfatter selv-og-andre-i-fællesskab (5, s. 146).

På den anden side behøver man ikke læse mange sider i den klassiske gestaltlitteratur for at opdage, at gestaltbønnen *ikke* er udtryk for et alment teoretisk udgangspunkt for gestaltterapi, men i bedste fald er en ”Perlsistisk” facon de parlér, hvis mål var at udfordre det uegentlige i menneskeliv (ibid.)<sup>3</sup>. Grundlæggende er gestaltterapi funderet i gestaltpsykologi og den heraf udløbne Lewinske *feltteori* (6, ss. 26-30, s. 101; 7, s. 277), hvor det antages, at psykiske adfærdsmanifestationer altid indgår i et felt af strukturerende kræfter, der medbestemmer formen og indholdet af disse, og som så igen fører til omstruktureringer i feltets kræfter (8, s. 288). En gestaltterapeutisk forståelse af psykiske fænomener vil således altid omfatte de ko-konstituerende forhold i de feltsammenhænge, som fænomenerne optræder i<sup>4</sup>.

Endvidere bygger gestaltterapi på en forståelse af mennesket som et fundamentalt socialt væsen i såvel udviklingspsykologisk forstand – dvs. i forhold til barnets sociale relaterethed og behov for adækvat respons fra dets omgivelser - som i forhold til menneskets vedvarende socialitet og forbundethed med andet og andre. I forhold til den udviklingspsykologiske side af sagen skrev Perls, Hefferline & Goodman, at:

---

<sup>2</sup> Gestaltbønnens ordlyd er som følger: ”I do my thing, and you do your thing. I am not in this world to live up to your expectations. And you are not in this world to live up to mine. You are you, and I am I. And if by chance, we find each other, it’s beautiful. If not, it can’t be helped” (4, forordet).

<sup>3</sup> I bedste fald har gestaltbønnen en pragmatisk værdi, bl.a. i forhold til det terapeutiske arbejde med en klient, der er ude af stand til at mærke sine behov, ønsker og værdier, og som derfor kan have brug for at frigøre sig fra at være styret af andres forventninger og i stedet forsøge at handle, opleve og tænke sit om andet og andre ud fra sig selv. I værste fald kan gestaltbønnen tjene som dække for en manglende forståelse for, hvorledes man som terapeut bliver en vital del af den terapeutiske proces og dermed medansvarlig for klientens oplevelser af og fremskridt/blokeringer i denne. For da *du* (klienten) er *dig* og *jeg* (terapeuten) er *mig*, så må vi hver især tage individuelt ansvar for vores oplevelser og psykiske tilstande. Og hvis *du* (klienten) oplever *mig* (terapeuten) som insensitiv, grov og evt. krænkende, så er det ikke nødvendigvis fordi *jeg* (terapeuten) er dette, men fordi *du* (klienten) oplever verden - og dermed *mig* (terapeuten) - på denne måde. Og hvad vil *du* (klienten) så gøre ved det? En sådan forståelse er *på ingen måde* i overensstemmelse med en gestaltterapeutisk grundforståelse.

<sup>4</sup> Konsekvensen af en feltteoretisk anskuelse er *ikke*, at alt ved den helhed, der studeres skal tages i betragtning med samme vægt. Perls et al. (7, s. 277) gjorde eksplicit opmærksom på nødvendigheden af Lewins præcisering om, at man med en feltorientering må være sig for at ville inddrage stort set alt i sine studier. Målet er - som Lewin skrev - at undersøge de strukturelle egenskaber ved en given overordnet helhed for at nå frem til en nærmere bestemmelse af de mere specifikke relationer mellem de underordnede helheder i denne og på den baggrund komme frem til en bestemmelse af grænserne for det udsnit af tingene, som man har for øje (8, s. 289).

”We have been at pains to show that in the organism before it can be called a personality at all, and in the formation of personality, the social factors are essential. [...] The underlying social nature of the organism and the forming personality – fostering and dependency, communication, imitation and learning, love-choices and companionship, passions of sympathy and antipathy, mutual aid and certain rivalries – all this is extremely conservative, repressible but ineradicable. And it is meaningless to think of an organism possessing drives which are ‘anti-social’ in this sense, opposed to his social nature [...]” (7, s. 333).

Og i forhold til menneskets generelle sociale natur, at:

”Let us call this interacting of organism and environment in any function the ‘organism/environment field’; and let us remember that no matter how we theorize about impulses, drives, etc., it is always to such an interacting field that we are referring, and not to an isolated animal” (7, s. 228).

Når hertil lægges den historiske kendsgerning, at gestaltterapi jo ret beset blev formuleret som et relationelt modtræk til en daværende udbredt individualistisk tænkning (7, s. 372, fodnote, pkt. c; 9, s. 3), så er det ikke oplagt, at Yontef (udover selve navnet) bringer nyt under solen med sin tale om en ‘relationel gestaltterapi’. Som del af det felt en klient befinder sig i, er en terapeut til enhver tid en *medskabende del* af klientens væren-i-verden, hvorfor en relationel ansvarlighed heller ikke blot er en juridisk og moralsk fordring, men en psykologisk nødvendighed i det terapeutiske arbejde - naturligvis også i gestaltterapi, hvor kontakt er den basale relationsenhed, forstået på den måde, at kontakt etablerer den terapeutiske relation men samtidig også skabes eller hindres som følge af kvaliteten af denne. Yontefs påpegning er dog en udmærket påmindelse om, at der fortsat er behov for, at gestaltterapiens feltteoretiske grundlag bliver foldet ud og begrebsat som en nærmere specificeret forståelse af:

1. Hvad det mere specifikt er ved gestaltterapeuters forholden sig til klienter, der fremmer eller hindrer kontakt.
2. Hvad det er for forhold ved labile personlighedskonstellationer, der særligt er sårbare overfor relationelle faktorer og forhold<sup>5</sup>.

---

<sup>5</sup> Naturligvis er det ikke kun i forhold til labile personlighedskonstellationer, at det relationelle må bringes i fokus, men derimod i forhold til alle klienter, dvs. som en generel gestaltteoretisk og terapeutisk opmærksomhed og attitude.

### *Udviklingsblokeringer og fikserede gestalter*

Efter min og andre synteseorienterede gestaltterapeuters opfattelse (10; 11; 12; 13; 14; 3; 15), er det så netop med henblik på dels at forstå karakteren af udviklingsbetingede relationsafhængigheder ved labile personlighedskonstellationer, og dels at forstå hvorledes gestaltterapeuter på forskellig vis bliver en nærende eller blokerende del af disse, at den videre udvikling af gestaltteori og terapi kan drage nytte af indsigter fra objektrelationsteori og selvpsykologi. Det, der hævdes indenfor disse tilgange, er dels, at personlighedsforstyrrelser er en følge af forskellige former for *blokering* af eller *standsning* i menneskets basale udviklingsstræben (fx begrebsliggjort som ”narcissisme” hos Kohut, ”primær objektkærlighed” hos Balint og ”det sande selv” hos Winnicott), og dels at man som terapeut i forhold til disse blokeringer får en relationel betydning, som på mange måder svarer til den betydning forældre har, når de skal imødekomme og håndtere barnets udviklingsadækvate måde at orientere og manifestere sig på.

I selvpsykologisk regi - som jeg her holder mig til - taler man (med visse modifikationer i forhold til Kohuts udlægninger og sprogbrug; se (16)) om, at personlighedsforstyrrelser kommer i stand som følge af blokering eller standsning af barnets udviklingsadækvate behov for:

1. At hævde og fremstille sig selv som den, det er.
2. At søge mening og tryghed ved omgang med betydningsbærende og tryghedsskabende omsorgspersoner.
3. At tilknytte sig menneskelige fællesskaber og opleve samhørighed med ligesindede.
4. At søge at udfolde og udvikle evner, talenter, færdigheder og autonomi uden at blive straffet og knægtet.

Mens en vellykket selvudvikling vil føre til etablering af et stabilt kerneselv, der opleves som en basis for følelsen af at være et uafhængigt center for initiativ og perception, integreret med de mest centrale ambitioner og idealer man har, samt med oplevelsen af at ens krop og psyke danner en enhed i tid og rum (17, s. 130; 18, s. 234), så vil udviklingsblokeringer på de nævnte områder typisk manifestere sig som:

1. Forvrængede selvforestillinger og manglende eller urealistisk forstørrede ambitioner.
2. Forvrængede eller manglende idealer, værdi- og målstrukturer samt hermed forbundne fanatiske idealiseringer eller oplevelser af orienterings- og meningsløshed.
3. Mangel på tillid og forsikrende oplevelser af at være lige-som og høre til i menneskelige fællesskaber, med heraf følgende oplevelse af eksistentiel ensomhed og isolation.

4. Dårlig udnyttelse af evner, talenter og færdigheder, evt. i et falsk selvs tjeneste (19), og måske for entydigt at leve op til andres forventninger (som nævnt i gestaltbønnen) - se evt. (16, kap. VII) for en uddybning af de fire udviklingsblokerings fænomenologi.

Sådanne udviklingsblokeringer kan i gestaltregi forstås med reference til *ufuldstændige* og *fikserede gestalter*, der hver på deres måde er forstyrrelser af menneskets naturlige vækststrang, men i forskellige grader. Mens ufuldstændige gestalter er udtryk for en form for dynamisk *ubalance*, der vedvarende søger at fuldende sig selv, er fikserede gestalter et resultat af, at ufuldstændige gestalter over tid ikke har kunnet fuldende sig selv og derfor er blevet blokeret fra bevidstheden, hvilket har resulteret i egentlige udviklingsblokeringer med hertilhørende karakteristiske symptomdannelser og karakterformationer (Perls; i 5, ss. 68-70).

Når man som gestaltterapeut arbejder med en klient med alvorlige udviklingsblokeringer, er det væsentligt, at man forstår sig på, hvordan man med sin *personlige forholden sig* kan møde klientens blokerede udviklingsstræben i en empatisk modus, der muliggør de *korrektive relationelle og emotionelle oplevelser*, som betinger klientens *meningsskabende* erfaringer med, at relationer ikke nødvendigvis er således beskafne, at det ikke er muligt at opleve og fremvise hele sit emotionelle register (herunder evt. ufuldstændige og fikserede gestalter som bliver vakt til live i terapien) uden at blive afvist, men at det også kan lade sig gøre at blive accepteret, anerkendt og forstået som den man *er*, når man viser sig som sådan - på godt og ondt. Naturligvis vil erfarne gestaltterapeuter ofte være både klar over og i stand til at mestre en sådan empatisk *værenskontakt*, der skal til for, at dette kan lade sig gøre. Men nødvendigheden af dette fremgår ikke af den klassiske gestaltteori, hvor psykopatologi gennemgående forstås på neuroseniveau og kontakt primært fremstilles som grundlag for at arbejde med klientens refleksion og grænser, og hvor man først i de senere år er blevet opmærksom på, at empatisk værenskontakt ikke kan tages for givet, men må søges artikulert som en eksplicit komponent i gestaltterapiens teoretiske fundament (20, ss. 156-159). Det er særligt mht. dette artikuleringsarbejde, at de selvpsykologiske begreber om *selvobjekter* og *selvobjektoverføring* (17; 21) kan vise sig nyttige.

### ***Selvobjekter og selvobjektoverføringer***

I bred forstand er begrebet om selvobjekter betegnelse for den art af psykiske *dimensioner* ved forholdet til betydningsfulde andre, som gør det muligt for det enkelte menneske at *opleve* sig vitaliseret og understøttet, og som i almindelighed er nødvendige for etablering, opretholdelse og fortsat udvikling af et vitalt udfarende og tilværelsesrealiserende selv (22). At mennesker altid er

stedt i selvobjektforhold er udtryk for det psykologisk velkendte faktum<sup>6</sup>, at de udgør en *indvendig* forbundet eksistentiel forlængelse af hinandens følelse af selvværd, selvopretholdelse og selvudvikling (deraf ordlyden *selvobjekt*). Hermed ikke sagt, at selvobjektforhold er ensbetydende med, at der foreligger en grænseløs sammensmeltning mellem mennesker. Pointen er blot, at også dér, hvor mennesker afgrænser sig i forhold til hinanden, er de som en del af det felt, hvori de hver især bevæger sig, samtidig også parthavere i hinandens eksistens.

Selvobjektoverføringer er i overensstemmelse hermed - men samtidig mere specifikt - udtryk for, at blokerede udviklingsbestrebelse og behov er blevet aktiveret i en sådan grad, at klientens selvsammenhæng trues med opløsning, og at klienten for at holde sammen på sig selv og tøjle sin opløsningsangst er blevet afhængig af terapeutens evne og villighed til at fungere som et udviklingsspecifikt selvobjekt (32, s. 64). Med udviklingsspecifikt selvobjekt menes, at man er tilgængelig som et empatisk spejlende, idealiserbart, samhørighedsskabende og optimalt frustrerende *Du* (af klienten evt. opfattet som et *Det*) for klientens udviklingsblokerede behov for imødekommelse, ”holding” og medspillende modspil på disse områder.

Svarende til de (i foregående afsnit) nævnte resultater af en skæv eller forstyrret selvudvikling, findes der fire typer af udviklingsrelateret selvobjektoverføring. Selv talte Kohut (17; 21) ganske vist kun om tre typer, nemlig hhv. spejlende, idealiserende og alter ego selvobjektoverføring. Alter ego og tvillingskabsselvobjektoverføring opfattede han som synonyme. Men som Detrick (33, s. 300) har påpeget, så er der grund til at mene, at alter ego og tvillingskabsselvobjektrelationer vedrører forskellige ting, idet alter ego har med oplevelsen af vi-hed og samhørighed *som sådan* at gøre, mens tvillingskab mere specifikt vedrører oplevelsen af at blive *udfordret* på sine evner, talenter og færdigheder af en ligesindet. Et tilsvarende synspunkt finder man hos Wolf (32, s. 55), der taler om ”adversarial needs” som et selvstændigt behov for at opleve sig udfordret af et samtidig understøttende selvobjekt. Når jeg derfor taler om fire typer af selvobjektoverføring, så skyldes det, at jeg i lighed med Detrick og Wolf mener, at alter ego og tvillingskabsselvobjektoverføringer er forskellige (for en uddybning, se (16, bl.a. kap. VI og appendikset)). De fire selvobjektoverføringer er således:

1. *Spejlingsoverføringer*, der typisk manifesterer sig som krav til terapeuten om bekræftelse gennem ubetinget kærlighed, anerkendelse, beundring eller ros (eller som forsvar mod sådanne krav).

---

<sup>6</sup> Et faktum som ikke blot tages til efterretning i gestaltregi men også i moderne fænomenologi (23), intersubjektivitetsteori (24; 25), objektrelationsteori (26; 27), dialektisk selvpsykologi (28) og antropologisk psykologi (29; 30; 31).

2. *Idealiseringsoverføringer*, der typisk kommer til udtryk som en mere eller mindre maskeret beundring af terapeutens person, karakter og værdier.
3. *Alter ego overføringer*, der typisk viser sig som et forsigtigt ønske om stille samvær og samhørighed, dvs. et ønske om essentielt at være af samme slags som terapeuten.
4. *Tvillingeskabsoverføringer*, der typisk manifesterer sig som usammenhængende tale og tankemønstre, koncentrationsforstyrrelser, hukommelsestab og i nogle tilfælde hallucinationer og vrangforestillinger.

Ifølge Kohut (34; 17; 21) er aktiveringen og gennemarbejdningen af selvobjektoverføringer det centrale omdrejningspunkt i den selvpsykologiske terapi – og det uanset om der findes tre eller fire typer af disse. For det første fordi aktiveringen af selvobjektoverføringer svarer til en *her-og-nu* mobilisering af klientens blokerede (narcissistiske) udviklingsbehov. For det andet fordi det er i forhold til selvobjektoverføringer, at det tolkende arbejde skal foregå. Og for det tredje fordi selvobjektoverføringer fungerer som diagnosticeringsredskab i forhold til forståelsen af den dynamiske konstellation af selvets fænomenologiske handle- og oplevelsesunivers.

I forhold til en gestalttankegang er det væsentligt at understrege, at selvobjektoverføringer *ikke* er udtryk for en traditionel analytisk forståelse af overføring som en realitetsforvrængning i regressiv eller fortidsforskudt forstand, hvor klientens opfattelse af det, der foregår i den terapeutiske relation opfattes som hørende en anden tid til og som værende ude af trit med en objektiv og mere sand realitet. Var dette tilfældet, ville der være en klar uoverensstemmelse med Perls (6, ss. 88-89), der som bekendt forholdt sig ret entydigt kritisk til denne forståelse. Som klargjort af Stolorow et al. (25, s. 36), så er selvobjektoverføringer udtryk for klientens selvorganiserende aktiviteter, som de manifesterer sig her-og-nu i relation til terapeuten på mere eller mindre fragmenteret vis, og som udtryk for dels dét, der aktuelt sker i den terapeutiske relation og dels den generelle tilstand af klientens selvkonstellation. Ifølge Kohut skal terapeuten derfor ikke primært interessere sig for klientens barndom for at fremgrave *ætiologiske* faktorer men derimod for at forstå forstyrrelsens *genetiske* rødder (17, s. 34), dvs. forstå forstyrrelsens karakter ud fra den måde, hvorpå den har taget en bestemt subjektiv form, der her-og-nu er tilstede og manifesterer sig i terapien - evt. som selvobjektoverføring. Hvilket - såvidt jeg kan vurdere - er i god overensstemmelse med Perls' opfattelse af fortidens betydning i den terapeutiske situation, idet det for ham er fortiden som den manifesterer sig under forandrede betingelser i det aktuelle her-og-nu, der gøres til genstand for undersøgelse og nygestaltning (6, kap. XI-XIII). Tilsvarende er det også centralt for Kohut, at det ikke er den intellektuelle forståelse for evt. ætiologiske faktorer og forhold, der helbreder klienten, men de gradvise internaliseringer, der frembringes ved, at gamle

oplevelser i terapien gentagne gange gennemleves af den mere modne psyke (17, s. 34). Dette vender jeg tilbage til i næste afsnit. I første omgang skal det blot fastslås, at selvobjektoverføringer i gestaltregi svarer til en her-og-nu aktivering af sådanne ufuldstændige og fikserede gestalter, der truer klientens evne til at bevare sin selvsammenhæng. Og når dette sker har klienten brug for, at terapeuten kan bevare en empatisk attitude og undlade at konfrontere klienten med, at der er tale om projektioner, fejllopfattelser o. lign.

En generel pointe i forhold til en gestalttankegang er i øvrigt, at begrebet om selvobjekter (og selvobjektoverføringer) er udtryk for, at det menneskelige selv - lig den biologiske organismes behov for ilt - har behov for *psykologisk ilt* for at virkeliggøre sig selv. Og da denne forståelse bygger på antagelsen om en ikke-dualistisk indvendig forbundethed mellem selv og selvobjekter, er forståelsen af forholdet mellem selv og selvobjekter kompatibelt med feltteori (3, ss. 27). Lig Perls forstod også Kohut (35, s. 395) den terapeutiske proces som et relationelt (eller ret beset et intersubjektivt) foretagende, hvor klientens patologiske manifestationer, hverken kan eller skal forstås uafhængigt af det felt, de udspiller sig i, da hverken disse eller eventuelle modstande mod terapien kan forstås i dybden uafhængigt af det igangværende samspil, og uden terapeuten forstår hvordan hans tilgang, attitude og konkrete handlinger bidrager til klientens oplevelser og reaktioner. De fænomenologisk-eksistentielt orienterede selvpsykologer Stolorow et al. - som Tobin (3) og Breshgold & Zahm (10) trækker på i deres syntesesbestræbelser - pointerer meget præcist, at selvobjektbegrebet:

“...is of enormous clinical importance because, by illuminating the developmental dimension of the transference, it permits therapists to treat patients with severe developmental arrests psychoanalytically. Once an analyst has grasped the idea that his responsiveness can be experienced subjectively as a vital, functional component of a patient's self-organization, *he will never listen to analytical material in quite the same way*” (25, s. 17 - min kursivering).

### ***Empati og tolkning i en gestaltterapeutisk sammenhæng***

Det, man kan opnå ved at inddrage selvobjektsproget (dvs. selvobjekter og selvobjektoverføringer) i gestaltterapi, er en skærpet *teoretisk* forståelse af, hvorledes man som *gestaltterapeutisk selvobjekt* bliver en medskabende komponent i klientens selvsammenhæng og selvudvikling og dermed bliver den *psykologiske ilt*, der skal til for at klienten:

1. Kan opretholde sin fornemmelse af selvsammenhæng;
2. Kan etablere vedvarende tillid til terapeuten;
3. Kan reaktivere og gennemleve evt. fikserede gestalter i den terapeutiske relation;



4. Kan udvikle forståelse for psykodynamiske forhold i sit fænomenologiske handle- og oplevelsesunivers, og på den baggrund forsøge at koble evt. afkoblede dele af dette i en artikuleret, integreret (dvs. sammenhængende), differentieret (dvs. med evne til dels at skelne mellem forskellige behov, impulser, ønsker og emotionelle tilstande, og dels at skelne mellem hvad der hører til én selv, og hvad der hører til andre) og autentisk væren-i-verden

Mens det ved punkterne 1, 2 og 3 overordnet er terapeutens evne til åbent og fordomsfrit at skabe kontakt, forstå, følge, spejle, anerkende og "holde" klienten, der er i centrum, er udviklingen af indsigt og forståelse under punkt 4 betinget af optimalt afstemt brug af tolkning.

Som bekendt var det en hjørnesteen i Perls' opgør med psykoanalysen, at han lagde afstand til overføringstolkning og i stedet satte her-og-nu kontakt i centrum (6, se fx p. 239). Som sådan kan det måske virke overraskende, at jeg nu hævder, at tolkning er en naturlig del af gestaltterapi. Det, der imidlertid må huskes, er, at da Perls gjorde op med ortodoks psykoanalytisk fortolkningsteknik, var det et opgør med en tradition, hvor det (sat på spidsen) blev antaget:

1. At der fandtes en objektiv sandhed, som terapeuter men ikke klienter kunne kende.
2. At denne objektive sandhed kunne årsagsforklares ud fra driftsteorien.
3. At terapeuter kunne være en neutral skærm for klienters projektion af overføringsmateriale.
4. At det var analytikerens opgave på det rette tidspunkt og i passende doser at forklare klienten om dennes mentale univers, så klientens opfattelse kunne blive bragt i overensstemmelse med den teoribaserede opfattelse af, hvorledes tingene hang sammen.

Opfatter man tolkning på denne måde, så er det klart, at tolkninger ikke er forenelige med gestaltterapi. Med fænomenologien som afsæt og metode er respekten for klientens måde at forstå, opleve og indrette sig i verden på sat i centrum (36, ss. 86-96; 2, del II). Vil man som terapeut årsagsforklare og belære, da gør man vold på det fænomenologiske princip.

Men opfatter man tolkning på denne måde, så har man hæftet sig ved én bestemt forståelse heraf. Og afviser man på den baggrund tolkning som redskab til at hjælpe klienten med at skabe indsigt, så har man paradoksalt nok bragt sig i modstrid med den filosofiske hermeneutik, som er udviklet i kølvandet på Heidegger, der jo netop var en af Perls' inspirationskilder (se fx 5, s. 64). En af de centrale filosofiske hermeneutiske fortjenester er klargørelsen af, at mennesker i bund og grund (dvs. altid) har et fortolkende forhold til verden (herunder sig selv og hinanden), og derfor slet ikke kan undgå at tolke (37). Og da gestaltterapi tager afsæt i fænomenologi og filosofisk hermeneutik og

dermed i bund og grund er en fortolkende tilgang<sup>7</sup>, vil det i sagens natur være et fejlslag at hævde, at gestaltterapeuter ikke tolker, med mindre man hæfter sig ved én bestemt (snæver og traditionel en-personpsykologisk freudiansk) forståelse af tolkning. Men så har man ikke blik for, hvad en fortolkende tilgang mere bredt betragtet er. Det er ikke spørgsmålet om tolkning *som sådan*, der adskiller psykoanalyse og gestaltterapi, men spørgsmålet om, hvorvidt tolkninger (som i traditionel psykoanalyse) fremstilles som teoriforankrede årsagsforklaringer eller om de (som i gestaltterapi) forstås som terapeutens hypotetiske forslag til eventuelle sammenhænge og en samtidig *reel* åbenhed for, at disse forslag ikke nødvendigvis svarer til klientens opfattelse.

Et oplagt spørgsmål i forlængelse af det ovenstående må være, at hvis mennesker altid står i et fortolkende forhold til det, de står overfor, så må empatisk indlevelse vel også være af fortolkende karakter? Dertil kan jeg kun svare ja. Dette er netop tilfældet. Sådan er det - *i grunden*. Hvilket dog ikke betyder, at konkret tolkning (hypotetisk forklaring) og empatisk indlevelse (forståelse) så er det samme. Men ret beset er de sider af samme sag, hvilket de er, fordi man ikke kan forstå noget som helst uden allerede at have foregrebet en forklaring, og at man omvendt heller ikke kan forklare noget uden først at have forstået det, som man skal forklare - se fx (23).

Derfor begrebsliggør Kohut (38) da heller ikke tolkning i modsætning til indlevelse og empati, men derimod som *et andet, mere konfronterende niveau af empati* end det blot efterstræbt indlevede empatiske og forståelsesorienterede niveau. I stedet for at tale om empati og tolkning som to vidt forskellige ting, taler han herom som *forskellige niveauer af en empatisk forholden-sig*, der gør sig gældende i en terapeutisk to-trins-procedure, hvor forståelse til enhver tid går forud for tolkning, men hvor begge dele er vikarierende introspektive (dvs. empatiske). Mens to-trins-procedurens første led er "*...det uerstattelige trin, der fører til den meningsfulde forståelse af det psykologiske område*" (17, s. 108), så er det den stadige bevægelse mellem terapeutens forstående og tolkende empatiske aktiviteter, der afgør terapiens helbredende effekt. Afhængigt af terapiens her-og-nu karakter drejer det sig på nogle tidspunkter om at navigere i en værenskontakt og støtte klienten ved at forstå ham og derudover *lade ham være*, mens det på andre tidspunkter drejer sig om at *skifte*

---

<sup>7</sup> Der er givet flere bud på, hvad der udgør den teoretiske grundstamme i gestaltterapi. Clarkson & Mackewn (5, ss. 64) fremhæver særligt inspirationen fra eksistenstænkere som Kierkegaard, Heidegger, Buber og Tillich, samt Sullivans interpersonelle psykologi, Goldsteins organismiske selv-aktualisering, gestaltpsykologiens perceptionslære, og (senere) Morenos psykodrama. Resnick (9) er af den opfattelse, at gestalterapiens teoretiske grund søjler er hhv. feltteori, fænomenologi og dialog (i Bubersk forstand). Herhjemme har Hostrup (36, del 1) fremhævet, at eksistentialisme, gestaltpsykologi og fænomenologi i nævnt rækkefølge danner grundlag for gestaltterapiens værdisyn, psykologiske teori og terapeutiske metode. Jeg er stort enig med Hostrup, bortset fra at fænomenologi efter min opfattelse ikke blot vedrører det metodiske men i særdeleshed også er filosofisk grundlag for gestaltterapi. Som det vil fremgå af artiklens del 3, er det således også min opfattelse at Bertelsens fænomenologisk-eksistentielle udlægning af Kohuts selvbegreb som en dynamisk intentionalitetstruktur med fordel kan søges integreret i gestaltterapi.

*niveau* og med klarificerende, konfronterende og tolkende interventioner søge at fremme de strukturobyggende internaliseringsprocesser (21, s. 75):

"...it is the repetition of the two-step interventions of the analyst - the experience over and over again, of understanding followed by explaining - that leads to structure building via transmuting internalization" (21, s. 204).

Udover at klarifikation, konfrontation og tolkning kan have en strukturobyggende funktion<sup>8</sup>, er der den pointe i forhold til gestaltterapi, at et velplaceret fortolkende bidrag fra en kvalificeret terapeut kan være lige præcis det, der gør, at en klient oplever sig set, hørt og forstået og dermed kan og tør åbne sig for yderligere kontakt såvel *vertikalt* i forhold til at vække fikserede gestalter til live i sig selv som *horisontalt* i forhold til at gøre disse gestalter til genstand for undersøgelse og nygestaltning i terapien.

Der, hvor tingene går galt, er, hvis man utidigt og på basis af en rigid teoribundethed forsøger at trække årsagsforklaringer eller personlige projekter ned over en klients fænomenologiske handle- og oplevelsesunivers. I bestræbelsen på at undgå dette, taler Kohut om, at terapeuten til stadighed må bestræbe sig på at holde linserne på sine kliniske briller rene for dermed at mindske betydningen af faktorer (eksempelvis modoverføringer), der forstyrrer den umiddelbare perception af klientens kommunikationer og personlighed (21, s. 37). I gestaltterapi arbejder man tilsvarende ud fra det fænomenologiske princip om "bracketing" (1, s. 6), der er en oversættelse af Husserls "Epokhé" og betyder at tilbageholde eller sætte i parentes. Ved "bracketing" forsøger man netop at sætte sine forudantagelser, fordomme og teoretiske konstruktioner i parentes, for med *disciplineret naivitet* at forholde sig så åbent som muligt til klientens handle- og oplevelsesunivers, som dette kommer til syne gennem *klientens* kropsgestik, udsagn og fortællinger. Og, som nævnt (!): enhver tolkning opfatter man som terapeutens hypotetiske forslag til en forståelse af evt. sammenhænge, der er sekundær til klientens opfattelse og oplevelse af tingene. Hvorledes den terapeutiske sans for "bracketing" kan trænes gennem egenerapi, supervision og terapeutisk virksomhed tillader pladsen desværre ikke at uddybe.

---

<sup>8</sup> Triaden klarifikation, konfrontation og tolkning er i nærværende sammenhæng hentet hos Kernberg et al., hvor den i den ekspressive psykoterapi forstås som de tre trinvisse komponenter i en fuldstændig tolkning (39, s. 24). Grunden til, at triaden nævnes her, er primært, at den er velegnet til at belyse tolkning som et komplekst foretagende. En evt. sammentænkning af Kernbergs tænkning og gestaltterapi vil grundet væsentlige forskelligheder i de grundlæggende anskuelser være dømt til at mislykkes.

## 2. Gestaltterapi som psykodynamisk

Oprindeligt blev gestaltterapi udviklet som en oplevelsesorienteret terapiform med vægt på her-og-nu, awareness<sup>9</sup> og kontakt, der lagde afstand til psykoanalytisk fortidsfokusering, overføring og talking-cure. Tendentielt har dette givet anledning til den opfattelse, at gestaltterapi så er alt andet end psykodynamisk. Dette er *ikke* tilfældet. At gestaltterapi qua sin fænomenologisk-eksistentielle og gestaltpsykologiske grundforståelse er radikal anderledes funderet end psykoanalyse (jf. note 7), gør ikke tilgangen mindre psykodynamisk orienteret end psykoanalyse. Blot er det andre psykodynamiske kræfter, der anses for væsentlige.

Selvom det var en af Freuds mange fortjenester at udvikle den første psykodynamiske model af det mentales funktionalitet, så er det psykodynamiske *som sådan* ikke bundet af hverken Freuds topiske eller strukturelle model. *Psykoanalyse* er ret beset en betegnelse for en bestemt teoretisk tilgang til forståelse af menneskets mentale liv og en bestemt terapeutisk teknik til behandling af psykisk lidelse. *Psykodynamik* derimod, henviser specifikt til, at menneskers mentalitet rummer stridende og modstridende (bevidste og ubevidste, reflekterede og ureflekterede) kræfter, og at dynamikken i og mellem disse kræfter influerer og medskaber kognition, emotion, konation og adfærd (40, s. 6).

Det, der afgør, om man for en psykodynamisk betragtning arbejder ud fra den ene eller den anden terapeutiske tilgang, er, hvilke psykodynamiske grundkomponenter man anser for vigtige og hvilken status disse tillægges i terapien. Hvori disse komponenter består er ikke blot et spørgsmål om valg af ord. Synet på, hvilke psykodynamikker der er væsentlige, er nemlig snævert forbundet med de basisbetragtninger om menneskets natur, udvikling, tilværelsesrealisering osv., som ligger til grund for ens arbejde.

Hos Freud (i hvert fald efter indførelsen af aggressionsdriften i 1920 (41) og formuleringen af strukturmodellen i 1923 (42)) er det som bekendt modsætningsforholdet mellem seksuelle og aggressive drifter på den ene side og omverdenens (og senere overjegets) krav om hensyn, mådehold og anstændighed på den anden, der udgør komponenterne i de grundlæggende psykodynamikker.

---

<sup>9</sup> Når jeg her og fortsat i artiklen anvender den engelske betegnelse awareness, så skyldes det, at der ikke findes en dækkende dansk betegnelse for det, der menes. Som påpeget af Hostrup, så er den ofte anvendte danske betegnelse opmærksomhed ikke dækkende, da awareness ikke svarer til opmærksomhed i traditionel forstand, men er betegnelse for "at organismen befinder sig i en tilstand af ufokuseret 'vågenhed', som sætter mennesket i stand til at 'stille skarpt' på et fænomen eller et fænomen-kompleks" (36, s. 99).

I selvpsykologisk regi er det derimod forholdet mellem det grundlæggende sociale menneskes stræben efter selvhævdelse og selvfremstilling, samhørighed, mening og tryghed, mestring og autonomi på den ene side og tab af selvobjektstøtte (psykologisk ilt) og en hermed forbunden forladtheds- og opløsningsangst på den anden side, der skaber grunddynamikkerne. Grundfiguren i den selvpsykologiske udviklingstænkning er, at barnet fødes med en tillidsfuld åbenhed for sine omgivelser og med denne primært søger at etablere og opretholde gode vedvarende relationer til dets omgivende selvobjekter (17, s. 92). Hverken for det nyfødte eller det lidt større barn er der en principiel (og dermed uundgåelig) modsætning mellem dets selvdifferentiering og fornemmelsen af at høre til blandt andre (21, s. 188). Oplever barnet en sådan modsætning, så skyldes det overvejende, at det i sine forsøg på at manifestere sin individualitet og differentiere sit selv ikke får adækvat opbakning af dets primære selvobjekter (25, s. 49). I så fald afspejler barnets oplevelse ikke et intrapsykisk modsætningsforhold, men derimod den feltrealitet, det faktisk bevæger sig i. Og det er primært denne realitet, der fører til etablering af de psykodynamiske ubalancer og konflikter, der vil være forbundet med udviklingsblokeringer i barnets selvdannelse.

Når det som her drejer sig om at forstå, hvorledes gestaltterapi er en psykodynamisk tilgang - eller måske ret beset en *oplevelsesorienteret terapi på psykodynamisk grundlag* med et udtryk hentet hos Fog og Hem (43) -, så er det vigtigt *både* at få fastlagt hvilke modsætningsforhold og nærmere bestemte kræfter, der er de centrale psykodynamiske kernekomponenter (dvs. gestaltdynamikker), og hvorledes disse adskiller sig fra andre tilgange. Klart er det, at Perls et al.'s tidligere nævnte antagelse om, at det er meningsløst at forestille sig, at mennesket skulle besidde drifter som er antisociale og i modstrid med dets sociale natur, gør gestaltterapi uforenelig med en klassisk freudiansk og driftsforankret forståelse af psykodynamik. Gestaltdynamikker må forstås ud fra en ontologi om mennesket som et grundlæggende socialt væsen - hvilket for en grundlagsbetragtning gør dem forenelige med de selvpsykologiske anskuelse<sup>10</sup>.

Når dette er sagt, så er det dog særligt de konfliktforhold, der knytter sig til udviklingen af menneskelige *kontaktformer* og *kontaktforstyrrelser*, der gør gestaltterapi psykodynamisk. Ifølge Perls er det en fundamental antagelse i gestaltteori, at mennesket på samme tid stræber efter vækst og efter at opretholde en organismisk balance, som dog til stadighed forstyrres af dets behov for

<sup>10</sup> Ifølge Perls (4, s. 16) er gestaltterapi eksistentielistisk i sit grundsyn, hvorfor de psykodynamiske konflikter, der hører til en eksistentielistisk forståelsesramme også må være impliceret i en gestaltforståelse. Hos Yalom (40, ss. 8-9) forstås de eksistenspsykologiske psykodynamikker i tilknytning til de angstprocesser, der relaterer sig til de fire eksistentielle grundvilkår: døden, friheden, den eksistentielle ensomhed og meningsløsheden. Hos Tillich (44, ss. 32) og May (45, ss. 78) finder man en nogenlunde tilsvarende forståelse af menneskelige grundvilkår.

vækst (og behov i det hele taget) men samtidig kan genvindes ved tilfredsstillelse eller eliminering af disse behov (6, s. 7). Og netop for at udvikle en optimal balanceret bestræbelse på at tilfredsstille sine (vækst)behov har mennesket brug for at udvikle evnen til på forskellig vis at forbinde sig i kontakt med omgivelserne. Og ret beset, så er det dette kontaktdomæne og de heri implicerede psykodynamikker, som man i gestaltregi særligt har haft øje for og sat begreb på:

”Among the biological and social sciences, all of which deal with interacting in the organism/environment field, *psychology* [læs: gestalt terapi] *studies the operation of the contact-boundary in the organism/environment field*” (7, s. 229).

Samlet opererer man i gestaltregi med seks kontaktformer: *konfluens*, *introjektion*, *projektion*, *deflektion*, *retroflektion* og *egentlig kontakt*, hvor deflektion ikke er begrebssat af Perls, men af Polster & Polster (46, ss. 89-92). De seks kontaktformer og forstyrrelser beskrives grundigt i hhv. Polster & Polster (46, kap. 4), Salonia (13)<sup>11</sup> og Hostrup (36, del II) og skal blot minimalskitseres her. Modsat Polster & Polster forsøger Salonia og Hostrup at indskrive de enkelte kontaktformer i en udviklingsteori, der tager højde for Sterns (24) - efterhånden velkendte - indvendinger mod klassisk psykoanalytisk udviklingstænkning<sup>12</sup>. Rationalet er, at de enkelte kontaktformer forstås som forskellige relateringsmåder, som barnet på forskellige alderstrin lærer at kende og beherske i samværet med dets primære plejepersoner. Der er kort sagt tale om bestemte måder at organisere sin væren-i-verden på, som både repræsenterer en bestemt selvopfattelse og en bestemt relateringskompetence. De seks kontaktformer, deres konsolideringsrækkefølge og potentielle forstyrrelser er som følger<sup>13</sup>:

1. *Primær konfluens*, som er betegnelse for den mentale proces, hvori to (eller flere) adskilte individer har ophævet oplevelsen af enhver forskel og grænse imellem sig<sup>14</sup>. Primær konfluens konsolideres i alderen 0-6 måneder og er forudsætning for senere at kunne opleve sig som værende lige-som og indgå i fuld kontakt med andre. En forstyrret udvikling af dette kontaktdomæne resulterer i ufuldstændige og/eller fikserede gestalter, der for en dynamisk betragtning manifesterer sig i afgrænsningsproblemer og tendenser til sammensmeltning. I værste fald i form af autistisk eller symbiotisk psykose eller skizofreni (13, s. 35).

<sup>11</sup> Salonia behandler dog ikke kontaktformen deflektion.

<sup>12</sup> De psykoanalytiske antagelser, som Stern (24) distancerer sig fra, er hhv.: (1) at udvikling gennemløber *faser* i klassisk forstand; (2) at spædbarnets oplevelse fra fødslen er præget af en tilstand af *ikke-differentiering*; (3) at spædbarnet meget tidligt i dets *fantasi* skulle være i stand til at fordreje oplevelsen af begivenheder.

<sup>13</sup> Hvor Salonia ikke nævnes eksplicit er Hostrup (36) min kilde.

<sup>14</sup> At forskelle og grænser ikke *opleves*, betyder - i overensstemmelse med Stern - ikke, at de ikke er tilstede, blot opleves de i tilfælde af konfluens ikke som sådanne.

2. *Introjektion*, som er betegnelse for den mentale proces, hvor man ukritisk og uden at undersøge, vurdere og sortere (i psykologisk forstand) ”sluger” dele af mødet med andre. Evnen til introjektion konsolideres mellem 5/6-9 måneder i tilknytning til barnets fornemmelse af sig selv som en art ”tomrum”, der kan næres og udfyldes af omgivelserne (ibid., s. 36). Introjektion er en første forudsætning for at kunne tage noget ind og lære af andre. Forstyrrelser på dette kontaktdomæne vil bl.a. kunne resultere i den karakteristiske ”som-om-personlighed” med mere eller mindre udtalt mangel på kontakt til og opmærksomhed overfor forskelle på egne og andres behov. Salonia (ibid.) betragter de manio-depressive psykososer som en mulig konsekvens af introjektive forstyrrelser.
3. *Projektion*, som er betegnelse for den mentale proces, hvor noget, der tilhører en selv, opleves som hørende til omverdenen. Evnen til projektion konsolideres i alderen 9-15 måneder og er forudsætning for muligheden for at finde sig selv i den anden, og (i kombination med introjektion) den anden i sig selv – i nærmest Meadsk forstand. Forstyrrelser på dette kontaktdomæne vil resultere i en manglende evne til at trække projektioner hjem og en heraf følgende afhængighed af andre, der både er i stand til at opretholde mental afstand og villige til at fungere som projektionsskærm for ens uaccepterede følelser og behov. Ifølge Salonia (ibid., s. 37) er borderline-afhængighed med tendens til paranoid regression forbundet med forstyrrelser på dette domæne.
4. *Deflektion*, som er betegnelse for den mentale proces, hvorved man ved ignorans og fordrejning skærmer sig mod at opleve bestemte følelser. Deflektion hører udviklingslogisk sammen med projektion, og den hermed forbundne kontaktadfærd, der i 9-15 måneders alderen lærer barnet at opdage andre i deres egen væren. Deflektion er forudsætning for at kunne holde sig mentalt fri af uønsket fuld-kontakt. Forstyrrelser på dette kontaktdomæne vil enten resultere i en manglende evne til følelsesmæssig selvbeskyttelse eller overdreven selvbeskyttelse og heraf manglende evne til at indgå i direkte kontakt med andet og andre. Salonia medtager ikke denne kontaktform i sine betragtninger.
5. *Retrofleksion*, som er betegnelse for den mentale proces, hvorved den mentale og kropslige energi, som spontant er bestemt for verden, bliver holdt tilbage og inde i én selv. Evnen til retrofleksion konsolideres i 15-18 måneders alderen og er forudsætning for en senere udviklet evne til selvbeherskelse. Forstyrrelser på dette kontaktdomæne vil enten resultere i en manglende evne til at holde impulser tilbage, når dette i forskellige situationer er hensigtsmæssigt eller påkrævet, eller tendenser til overdreven neurotisk tilbageholdelse af følelser, tanker, fantasier osv. Salonia kobler disse forstyrrelser til forskellige former for narcissistisk patologi (ibid., s. 39).
6. *Egentlig kontakt* - dvs. sund konfluens - er betegnelse for den mentale proces hvorved man er fuldt ud til stede i kontaktgrænserne mellem sig selv og andre og formår at indgå i en reel oplevelse af vi-hed udfra en vished om, at man efter kontaktoplevelsen er i stand til igen at etablere sine egne grænser (ibid., s. 39). Evnen til at gå ind og ud af egentlig kontakt konsolideres i 18-24 måneders alderen og er forudsætning for fortsat udvikling og vækst. Eller som det hedder hos Perls et al.: ”...the contact-boundary [...] is essentially *the organ of a particular relation of the organism and the environment*. [...] this particular relation is *growth*” (7, s. 229).

Om Hostrups og Salonias udviklingslinje vil kunne stå for en eventuel empirisk afprøvning i forhold til den opstillede rækkefølge og kobling til specifikke udviklingsforstyrrelser, skal jeg ikke tage stilling til her. Det væsentlige er i første omgang, at de giver et bud på en (længe savnet) selvstændig gestaltteoretisk udviklingslære, som kan danne afsæt for gestaltterapeuters fremtidige

studier af, hvorledes forskellige psykodynamiske kernekonflikter er forbundet med udvikling af forskellige kontaktdomæner. Som ved andre former for psykodynamisk tænkning, er den generelle implikation af disse gestaltteoretiske betragtninger, at der, hvor der forekommer forstyrrelser i de enkelte kontaktkompetencer, da vil individet forsøge at *reparere* disse ufuldstændige gestalter. Men da en bestemt kontaktkompetence netop primært læres og udvikles i en bestemt udviklingsperiode, kan reparationsprocessen kun vanskeligt lykkes. I den udstrækning reparationsprocessen ikke lykkes vil de ufuldstændige gestalter tendentielt transformeres til fikserede gestalter, og senere reparationsforsøg vil vise sig som patologiske kontaktforstyrrelser i individets samspil med dets omgivelser (36, s. 129). Forståelsen af dette er bl.a. en central forudsætning for at forstå den relationelle betydning, man som *gestaltterapeutisk selvobjekt* får i forhold til klienter med forskellige mere eller mindre udviklede kontaktformer.

En opgave for den videre udforskning af forbindelsen mellem selvpsykologi og gestaltterapi er derfor bl.a. at udvikle forståelsen for, hvorledes forskellige forstyrrelser i selvet (hhv. forvrængede selvforestillinger; forvrængede eller manglende idealer, værdi- og målstrukturer; mangel på tillid og forsikrende oplevelser af at være lige-som og høre til i menneskelige fællesskaber; samt dårlig udnyttelse af evner, talenter og færdigheder) er forbundet med forskellige kontaktforstyrrelser. En sådan udforskning kan utvivlsomt tjene til gensidig berigelse af selvpsykologisk og gestaltteoretisk tænkning<sup>15</sup>.

### 3. Om behovet for en strukturel gestaltteori

Når jeg særligt fremhæver selvpsykologien som inspirator for en fortsat udvikling af gestaltteori og terapi, så er det bl.a. fordi selvpsykologien med sine fænomenologisk-eksistentielle antagelser om menneskets natur afviger radikalt fra såvel traditionel psykoanalyse og klassisk egopsykologi som fra Kernbergs objektrelations/drifts/egopsykologi (48; 49; 16), der hver på sin vis er uforenelig med gestaltterapiens teoretiske grundforståelse. Et område, hvor der dog er grund til at være kritisk opmærksom ved en evt. sammentænkning af selvpsykologi og gestaltterapi, er, hvorvidt man i

---

<sup>15</sup> Hvad der i den sammenhæng må påkalde sig en vis interesse, er, at Kohut (47) et enkelt sted faktisk taler om endnu to typer selvobjektoverføring, der specifikt vedrører klienters måde at indgå i eller undgå kontakt. Den ene af disse er *sammensmeltningsoverføring*, der typisk viser sig som appellerende og kontrollerende forsøg på at sikre sig terapeutens fortsatte tilstedeværelse, idet klienten af angst for at føle sig forladt (separationsangst) ikke kan tolerere terapeutens egen-væren og uafhængighed. I gestaltregi vil sammensmeltningsoverføringer måske kunne ses som udtryk for en forstyrret konfluens. Den anden kontaktrelaterede selvobjektoverføring er *kontaktundgåelsesoverføring*, der typisk viser sig som forsøg på gennem indesluttethed eller overabstraktive verbaliseringer at skærme sig mod kontakt med terapeuten, fordi man frygter at blive opslugt af denne (opslugningsangst). I gestaltterminologi er det oplagt, at der her kan være tale om en anvendelse af forstyrret deflektion.



gestaltregi kan acceptere et strukturelt selvbegreb som Kohuts bipolare selv: bestående af de to poler for hhv. selvhævdelse/selvfremsstilling og betydningsrettethed (idealisering) og en heri indlejret spændingsbue, hvor (naturgivne og tilegnede) evner, talenter og færdigheder udvikles i relation til hhv. empatisk spejlende, idealiserbare og alter ego selvobjekter<sup>16</sup>. Med en vis ret kan man mene, at et strukturelt selvbegreb indsnævrer feltet for de observationer og opmærksomheder, man kan have i en fænomenologisk orienteret dialog med en klient. Hvilket fx er grunden til, at synteseorienterede gestaltterapeuter (typisk) foretrækker Stolorow et al., der netop ikke vil lade sig begrænse af Kohuts tre selvkonstituenten (eller mine fire – i al ydmyghed), men i stedet taler om et multidimensionelt selv (à la Polsters: *A population of selves*, 20). Omvendt kan man – som jeg – mene, at et strukturelt selvbegreb som Kohuts netop giver nogle sigtpejlinger at forstå og forholde sig til sine klienter og sig selv ud fra, som særligt er anvendelige i forhold til forståelsen af dynamisk-strukturelle forhold i labile personlighedskonstellationer.

Perls et al. var for deres vedkommende ikke så meget i tvivl. For dem måtte selvet forstås rent fænomenologisk som en organiseringsproces, der konstant forandrer sig, som ikke er en ting (en struktur), og som alene er til stede, når der er konflikt. Som de skrev:

“The self is not to be thought of as a fixed institution; it exists wherever and whenever there is in fact a boundary interaction. [...] ‘When the thumb is pinched, the self exists in the painful thumb’” (7, s. 373).

Og som det videre hedder:

“...since self exists not as a fixed institution but especially as adjusting to more intense and difficult problems, when these situations are quiescent or approach equilibrium, the self is diminished [...] the destruction and annihilation are

---

<sup>16</sup> Ifølge Kohut (17; 21) er det fænomenologiske indhold i selvets to poler den naturligt forekommende narcissisme, der under tilstrækkeligt gode forhold omformes fra tidlige elementarformer til mere modne. I Kohuts oprindelige terminologi er der tale om henholdsvis en grandios-ekshibitionistisk og en idealiserende-voyeristisk pol, som jeg med et mere almenpsykologisk ordvalg benævner polerne for hhv. selvhævdelse/selvfremsstilling og betydningsrettethed (16). Hvor der hvor der fra den første pol udvikles basale ambitioner og hermed forbundne, positivt stemte oplevelser af at hævde sig *med* og *som* den, man er (uden trang til at skulle fornede andre), da udvikles der via den anden pol livsmål, idealer og hermed forbundne oplevelser af, at der er en mening med ens handlinger og gøremål her i livet. Selvom spor af både ambitioner og idealiserede mål begynder at erhverves side om side i spædbarnalderen (og derfor er samtidige), konsolideres størstedelen af grandiositeten efter Kohuts mening som selvets basale ambitioner i 2-4. leveår, mens de grundlæggende idealiserede målstrukturer hovedsageligt konsolideres mellem 4-6. leveår. Ud over de to poler hører der som nævnt til selvet et mellemliggende område for kognitive og handlemæssige evner, talenter og færdigheder, som aktiveres af spændingen mellem de to polers henholdsvis ambitioner og idealer, og som sammen med disse danner personlighedens centrale kerne. I takt med udviklingen af de to poler får udviklingen af dette mellemliggende område - som hovedsageligt konsolideres i 4-10. leveår - betydning for, hvorvidt man bliver i stand til at omsætte sine ambitioner i forhold til de internaliserede idealforestillinger, og dette får igen betydning for, hvorvidt man udvikler vedvarende, stabile selvfølelser og hertilhørende fornemmelser af, at der er overensstemmelse mellem den, man dybest set *er*, og det, man rent faktisk *gør*.

full of self, the identification and alienation occur with diminished self. In brief, where there is most conflict, contact and figure/background, there is most self; where there is 'confluence' (flowing together), isolation or equilibrium, there is diminished self" (ibid., s. 374).

Som påpeget af Tobin (14, ss. 5-6) er problemerne i en sådan gestaltforståelse, hvor det strukturelle aspekt trænges i baggrunden eller helt lades ude af betragtning imidlertid, at: 1) man mangler et teoretisk grundlag for at forstå og forklare, hvad det er, der gør, at ikke alle mennesker har et lige effektivt og velfungerende selv; 2) at forståelsen af selvet som et resultat af konflikt betyder, at strukturelt forankrede selvfunktioner som rodfæstethed, tillidsfuldhed, stabilitet og fleksibilitet ikke indfanges og begrebsliggøres tilstrækkeligt; og 3) at der for en teoretisk betragtning ses bort fra, at konflikter for nogle mennesker ikke fører til forøget selvopmærksomhed (og dermed *mere* selv), men i stedet skaber en fragmenteret selvstruktur, hvilket jo ret beset ikke er mere men derimod snarere *mindre* selv.

Også gestaltterapeuten Polster er kritisk overfor det oprindeligt formulerede gestaltteoretiske selvbegreb, der - med hans ord - ser bort fra, at selvet også er "en vedvarende komposition af personlige karakteristika" (20, s. 18). Problemet synes altså at være, at Perls et al. i deres opgør med forestillingen om selvet som en *fixed institution*, ensidigt vægtede forståelsen af det processuelle ved selvet på bekostning af det strukturelle. Hvilket måske er forståeligt i lyset af, at deres formuleringer af gestaltteori fandt sted i opposition til den ortodokse psykoanalyses mekanistiske begrebsdannelse om menneskets mentalitet som et omvandrende psykisk apparat. Ikke desto mindre blev resultatet af deres arbejde et halvt selvbegreb.

Som påpeget af bl.a. Wolf (50, ss. 385-386; se også Glickauf-Hughes et.al., 11, s. 41), så er betegnelsen psykisk struktur imidlertid ikke udtryk for tredimensionelle statiske objekter inde i hovedet på folk. Sådanne ting findes i fysiske rum men ikke i psykiske. Ret beset er betegnelsen psykisk struktur en metafor for de vedvarende psykiske organiseringsmønstre (eller "kompositioner af karakteristika" i Polsters terminologi), der former vores måde at forholde os til os selv, andet og andre på over tid (for-, frem- og nutid). At mønstrene er vedvarende betyder ikke, at de er statiske, men blot at de har en vis træghed og er robuste mod forandring. Et strukturelt selv er således ikke nødvendigvis betegnelse for den art af *fixed institution*, som Perls et al. lagde afstand til. Hvorfor udfordringen for en gestaltteoretisk forståelse af blivende psykiske organiseringsmønstre da også må være, at fastholde en dobbeltbetragtning af selvet som *både* struktur og proces (eller indhold), hvor det processuelle relaterer sig til de *mentale selvtilstande*, man oplever som figur, og således

---

vedrører selvet som oplevet indhold, mens det strukturelle relaterer sig til de blivende organiseringsmønstre eller konfigurationer, der som *mental kraft* udgør grunden, på hvilke enkeltstående mentale selvtilstande kommer og går (51).

Kan man på den ene side sige med Hostrup (36, ss. 111-112), at selvstøtte ikke er et indvendigt reservelager, ligesom penge i banken, som vi kan bruge af, når det passer os, men at selvstøtte *opstår i nuet*, når vi står overfor situationer, der kræver støtte, så er det på den anden side samtidig vigtigt at have blik for, at selvstøtte ikke *alene* er noget, der opstår i nuet (hvilket Hostrup da heller ikke hævder). Det er ret beset selvstøtte som en oplevet mental *tilstand*, der opstår som figur i et givet nu. Selvstøtte som mental *kraft* (der er den grund på hvilken den mentale tiltand af selvstøtte som figur opstår) har derimod en mere eller mindre blivende karakter, som afhænger af tilstanden i det enkelte menneskes selvkonstellation (dvs. dets vedvarende organiseringsmønstre). Ikke som et indre reservelager (naturligvis), men som et handle- og oplevelsesberedskab, hvis blivende karakter og potentiale til at optræde i det nu, hvor der kræves selvstøtte, afhænger af selvstrukturelle forhold.

Et selvbegreb, der både omfatter strukturelle og processuelle komponenter, finder man netop hos Kohut, hvor *det strukturelle* skal forstås som det mønster af psykodynamiske kræfter, der retter sig som en spændingsbue fra den spejlende pol over de basale færdigheders udtryksgivende former og til den idealiserende pol, mens *det processuelle* skal forstås i relation til indholdet i de konkrete værdier og mål, som hver enkelt er rettet mod, og som udgør den personlige individualitet, hvormed selvet adskiller sig fra andre selver (48, s. 275). Og da Kohuts begreb om selvets bipolare dynamik rent faktisk kan forstås som et begreb om en bipolar intentionalitetsstruktur (ibid., p. 286), er det oplagt, at dette begreb må kunne fungere som grundstamme i udviklingen af en gestaltteoretisk begrebsliggørelse af den menneskelige personlighedsorganisering og integration i strukturelle termer. Hvad man i den sammenhæng særligt skal hæfte sig ved, er, at en udlægning af Kohuts bipolare selv som intentionalitet er forenelig med eksempelvis Merleau-Pontys (52) bestemmelse af intentionalitet som *grundstruktur i menneskets handleliv* og at selvet dermed primært skal forstås som et begreb om struktureringen af det mennesker *er* i det de *gør*, og først sekundært som noget de *har* – bl.a. som genstand for refleksion (forbindelsen mellem Kohut og Merleau-Ponty kan ikke uddybes her, men se evt. 16; 53). Begrebet om selvet er således netop *ikke* et begreb om en *fixed institution*, men et begreb om den vedvarende strukturerende baggrund for de individuelle handle- og oplevelsesfigurer, der manifesterer sig i de feltsammenhænge, som et individ tager del i. Overensstemmelsen med Perls' opfattelse af forholdet mellem at *være* og at *have* er på dette punkt slående:

”You notice that I emphasized a few times the word *are*, because the very moment we say we *have* an organism or we *have* the body, we introduce a split - as if there’s an *I* that is in possession of the body or the organism. We *are* a body, we *are* somebody - ‘*I am* somebody,’ ‘*I am* nobody.’ So it’s the question of *being* rather than *having*” (4, s. 6).

#### 4. Metodiske kendetegn ved Gestaltterapi

Når det drejer sig om en fortsat udvikling (og udfoldelse) af gestaltteori og terapi, og hvis man i den sammenhæng lader sig inspirere af de her fremlagte selvpsykologiske betragtninger, så er der visse ting, som i forbindelse med eventuelle sammentækningsforsøg må fastholdes. Til disse hører gestaltterapiens gestaltpsykologiske og feltteoretiske, fænomenologiske og eksistentielle anskuelser af menneskets natur, vækstpotentialer og mulighed for - med grader af fri vilje - at yde indflydelse på egen eksistens. Herudover må der tages højde for gestaltterapiens indbyggede respekt for klientens subjektive fænomenologi, fokus på kontaktprocesser (herunder konfluens, projektion, deflektion, introjektion og retroflektion), fokus på her-og-nu, antagelser om subjekt-subjekt møde (Bubersk Jeg-Du dialog), feltopmærksomhed og arbejde med awareness, samt terapeutens mulighed for at udfolde sig kreativt eksperimentelt på en måde, som man sjældent har fantasi til eller vil kunne acceptere i psykoanalytisk (inklusive objektrelationsteoretisk og selvpsykologisk) regi. Disse fundamentale teoretiske og terapeutiske karakteristika er en immanent del af gestalttænkningen. Dem kan der ikke ses bort fra ved eventuelle integrationsbestrebelsers. Det, som jeg med denne artikel har forsøgt at sige, er blot at der mht. gestaltterapeuters værenskontakt i forhold til klienters skrøbeligheder, ligger en udfordring til fortsat teoriudfoldelse, og at denne udfordring bl.a. kan tages op i en dialog med selvpsykologien. Om en sådan dialog blot vil medføre, at man lader sig inspirere eller animere til egentlige integrationsbestrebelsers, er ikke det væsentlige. Det væsentlige er, at man som gestaltterapeut er vidende om, hvad der sysles med indenfor moderne psykoanalyse (1, s. 5).

Skal jeg afslutningsvist give et bud på, hvad jeg anser for at være gestaltterapiens metodiske kendetegn, kan dette centreres omkring tre aspekter, som både tilnærmer gestalttilgangen til øvrige psykodynamiske discipliner, hvor man anvender tolkning, men samtidig også viser, hvad der for en metodisk betragtning (dvs. udover de grundlæggende anskuelser om menneskets natur, vækst osv. og gestalttilgangens vokabular) gør gestaltterapi til netop *gestalt*terapi. De tre aspekter, som i virkelighedens verden griber ind i og er del af hinanden, er:

- **Et relationelt aspekt**, som muliggør udviklingen af kontakt og awareness og giver reel mulighed for korrektive relationelle og emotionelle oplevelser på områder, hvor klienters fænomenologi er frossen og rummer ufuldstændige og fikserede gestalter og hvor klienter er særligt sårbare.
- **Et fortolkende aspekt**, som - hvis det udføres ud fra indlevelse i, med respekt for og optimalt afstemt i forhold til klienters *Dasein* (klienters fænomenologi som den tager sig ud i *deres* væren-der) - hjælper til at skabe awareness, indsigt, forståelse og kontakt.
- **Et eksperimentelt aspekt**, som element i en fænomenologisk undersøgelse af forholdet mellem aktuelle og mulige handle- og oplevelsespotentialer.

Undervejs har jeg berørt fortolkningsaspektet samt det relationelle aspekts betydning i forhold til korrektive relationelle og emotionelle oplevelser. Jeg har dog ikke berørt gestaltterapiens centrale kendetegn: *Gestaltteksperimentet*, hvis funktion og betydning kræver en diskussion for sig. Jeg skal her blot nævne, at det gestaltterapeutiske eksperiment ret beset er en fænomenologisk metode til at undersøge klienters oplevelses- og handlepotentialer (54). Det er *ikke* et teknisk redskab til at forandre klienter. Gestaltteknikker og gestaltteksperimenter er to forskellige ting!

## Referencer

1. Yontef, G. (1993). *Awareness, dialogue and process: essays on gestalt therapy*. New York: The Gestalt Journal Press. I tysk oversættelse: *Awareness, Dialog, Prozess: Wege zu einer relationalen Gestalttherapie*. Köln: Edition Humanistische Psychologie, 1999. I nærværende sammenhæng anvendt efter udkastet til forordet i den tyske udgave.
2. Hostrup, H. (2000). Gestaltterapi i Danmark. *Psyke & Logos*, 21 (1): 322-341.
3. Tobin, S. A. (1990). Self psychology as a bridge between existential-humanistic psychology and psychoanalysis. *Journal of Humanistic Psychology*, 30 (1): 14-63.
4. Perls, F. S. (1969/1972). *Gestalt therapy verbatim*. New York: Bantam Books.
5. Clarkson, P. & Mackewn, J. (1993). *Fritz Perls*. London: Sage Publications.
6. Perls, F. S. (1947/1969). *Ego, Hunger and aggression: the beginning of gestalt therapy*. New York: Vintage Books.
7. Perls, F. S., Hefferline, R. F., Goodman, P. (1951/1994). *Gestalt therapy - excitement and growth in the human personality*. London: Souvenir Press.
8. Lewin, K. (1926/1938). Will and needs. I: W. D. Ellis (ed.). *A source book of gestalt psychology*: 283-299. New York: The Gestalt Legacy Press.
9. Resnick, R. (1995). Gestalt therapy: Principles, Prisms and Perspectives: Robert Resnick interviewed by Malcolm Parlett. *British Gestalt Journal*, 4 (1): 3-13.
10. Breshgold, E. & Zahm, S. (1992). A case for the integration of self psychology developmental theory into the practice of gestalt therapy. *The Gestalt Journal*, 15: 61-93.
11. Glickauf-Hughes, C., Reviere, S. L., Clance, P. R. & Jones, R. A. (1996). An integration of object relations theory with gestalt techniques to promote structuralization of the self. *Journal of Psychotherapy Integration*, 6 (1): 39-69.

12. Jacobs, L. (1992). Insights from psychoanalytic self psychology and intersubjectivity theory for gestalt therapists. *The Gestalt Journal*, 15 (2): 25-60.
13. Salonia, G. (1992). From We to I-Thou: a contribution to an evolutive theory of contact. *Quaderni di Gestalt*, 1: 31-41.
14. Tobin, S. A. (1982). Self-disorders, gestalt therapy and self psychology. *The Gestalt Journal*, 5 (2): 3-44.
15. Wheway, J. (1996). In and out of the deep freeze - a reepley to Robert Resnick. *The British Gestalt Journal*, 5 (1): 43-53.
16. Hansen, J. T. (2001). *Selvet som rettethed, I: en teori om noget af dét, der driver og former menneskeliv*. Århus: Forlaget Klim.
17. Kohut, H. (1977/1990). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press. I dansk oversættelse: *Selvets Psykologi*. København: Hans Reitzel, 1990.
18. Kohut, H. (1985). *Self psychology and the humanities*. New York: W.W. Norton & Company.
19. Winnicott, D. W. (1960). Ego distortion in terms of true and false self. I: *Winnicott, 1965/1990*.
20. Polster, E. (1995). *A population of selves: a therapeutic exploration of personal diversity*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
21. Kohut, H. (1984). *How does analysis cure*. Chicago IL: University of Chicago Press.
22. Hansen, J. T. (1996). Selvobjekt- og selvsubjekt-forhold. *Nordisk psykologi*, 48(3): 175-199.
23. Katzenelson, B. (1996). Handling og adfærd. *Bulletin fra Forum for Antropologisk Psykologi*, 1: 2-27. Århus: Psykologisk Institut.
24. Stern, D. N. (1985/1991). *Barnets interpersonelle univers: Et psykoanalytisk og udviklingspsykologisk perspektiv*. København: Hans Reitzel.
25. Stolorow, R. D.; Brandchaft, B. & Atwood, G. E. (1987). *Psychoanalytic treatment - an intersubjective approach*. Hillsdale NJ: The Analytic Press.
26. Balint, M. (1979/1994). *Grundbristen*. København: Hans Reitzel.
27. Winnicott, D. W. (1965/1990). *The maturational processes and the facilitating environment*. London: Karnac Books.
28. Løvlie, A-L. (1982). *The self - yours, mine or ours? A dialectical view*. Oslo: Universitetsforlaget.
29. Bertelsen, P. (1994). *Tilværelsesprojektet*. Dansk Psykologisk Forlag.
30. Bertelsen, P. (2000). *Antropologisk psykologi: en almenpsykologisk opfattelse af den frie vilje, bevidstheden og selvet*. København: Frydenlund grafisk
31. Fog, J. (1986). Adskilt i forbundethed - om det psykoterapeutiske forholds gensidighed og handlingens ensidighed. *Psyke & Logos*, 7 (1), 86-108.
32. Wolf, E. S. (1988). *Treating the self*. New York: The Guilford Press.
33. Detrick, D. W. (1986/1995). Alterego phenomena and the alterego transferences: som further considerations. I: A. Goldberg (ed.): *Progress in self psychology*, vol. 2: 299-304. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
34. Kohut, H. (1971/2000). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press. I dansk oversættelse: *Analysen af selvet*. København: Det lille Forlag, 2000.
35. Kohut, H. (1983). Selected problems of self psychological theory. I: J. D. Lichtenberg & S. Kaplan. (eds.). *Reflections on self psychology*: 387-416. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
36. Hostrup, H. (1999). *Gestaltterapi: indføring i gestaltterapiens grundbegreber*. København: Hans Reitzel.
37. Gadamer, H. (1960/1975). *Truth and method*. New York: The Seabury Press
38. Kohut, H. (1981). On empathy. I: P. H. Ornstein (ed.) *The search for the self*, vol 4: 525-535. Madison: International Universities Press, 1991.
39. Kernberg et al. (1992). *Borderline og psykodynamisk psykoterapi*. København: Hans Reitzel.

40. Yalom, I. D. (1980) *Existential psychotherapy*. USA: Basic Books.
41. Freud, S. (1920). Hinsides lystprincippet. I: *Metapsykologi, II*: 21-73. København: Hans Reitzel, 1983.
42. Freud, S. (1923). Jeg'et og det'et. I: *Metapsykologi, II*: 160-202. København: Hans Reitzel, 1983.
43. Fog, J. & Hem, L. (1998). Oplevelsesorienteret psykoterapi. I: Esben Hougaard m.fl. (red.). *Psykoterapiens hovedtraditioner: En indføring i psykoanalytisk, oplevelsesorienteret, kognitiv, systemorienteret og integrativ psykoterapi*. København: Dansk Psykologisk Forlag.
44. Tillich, P. (1952/1995). *Mod til livet*. København: Forlaget ANIS.
45. May, R. (1967/1969). *Psykologien og menneskets dilemma*. København: P. Haase & Søns Forlag.
46. Polster, E. & Polster, M.: (1973). *Gestalt therapy integrated: contours of theory and practice*. New York; Vintage Books.
47. Kohut, H. & Wolf, E. (1978). The disorders of the self and their treatment: an outline. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 59: 277-293.
48. Bertelsen, P. (1994a). For evigt forbundet: de almenpsykologiske potentialer i Kohuts selvpsykologi. *Psyke & Logos*, 15 (1), 267-315.
49. Hansen, J. T. (1994). Selvpsykologiens terapitilgang: ét trin under overfladen. *Nordisk Psykologi*. 46,(1): 26-46.
50. Wolf, E. (1989). The psychoanalytic self psychologist looks at learning. I: K. Field et al. (eds.). *Learning and education: psychoanalytic perspectives*: 377-394. Madison: International Universities Press.
51. Hansen, J. T. (1999). Mentale tilstande og mentale kræfter. *Bulletin fra Forum for Antropologisk Psykologi*, 5: 60-67.
52. Merleau-Ponty, M. (1945/1994). *Kroppens fænomenologi*. København: Det lille forlag.
53. Masek, R. J. (1989). On Maurice Merleau-Ponty and the psychology of the self. I: D. W. Detrick & S. P. Detrick (eds.). *Self psychology: comparisons and contrasts*: 175-192. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
54. Sonne, M. (1998). The role of the experiment in gestalt therapy. *Upubliceret manus præsenteret ved Gatla, European Residential, 19-21 juli, 1998*. Vevey, Schweiz.