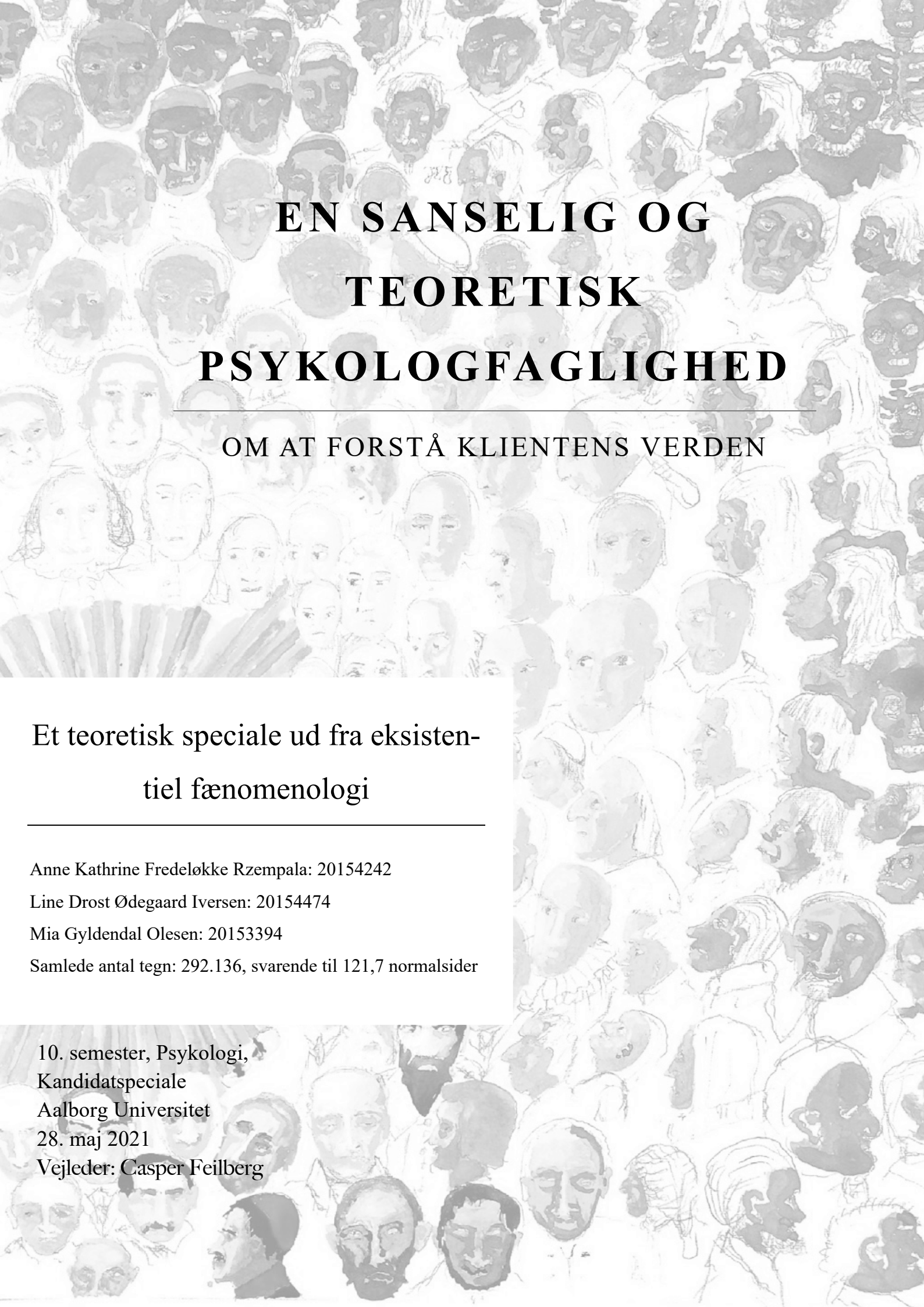




EN SANSELIG OG TEORETISK PSYKOLOGFAGLIGHED

OM AT FORSTÅ KLIENTENS VERDEN

Et teoretisk speciale ud fra eksisten-
tiel fænomenologi

Anne Kathrine Fredeløkke Rzempala: 20154242

Line Drost Ødegaard Iversen: 20154474

Mia Gyldendal Olesen: 20153394

Samlede antal tegn: 292.136, svarende til 121,7 normalsider

10. semester, Psykologi,
Kandidatspeciale
Aalborg Universitet
28. maj 2021
Vejleder: Casper Feilberg

Tak til Casper Feilberg for kyndigt at lede os mod en dannet psykologfaglighed. Tak til familie og venner, der undervejs i processen har støttet os ved at lægge øre til frustrationer og faglig undren.

Desuden en tak fra de tre forfattere af projektet til hinanden for gejst under specialeprocessen. Og en tak for de forgange seks års venskab samt faglig udvikling sammen.

Abstract

With the near prospect of becoming psychologists, we wish to approach the forming of a personal theoretic and methodical standpoint. We understand such a reflexive practice as a mean to confront faulty ontological and epistemological assumptions (Feilberg, 2019, s. 48). In the context of the current reductionistic and rational zeitgeist we furthermore wish to elaborate on an understanding, that is including subtle aspects of the lived experience, such as feelings, sensations and impressions, theorized as aesthetic and practical forms of meaning. The project will focus on the following research question:

How can a sensing/sensuous and theoretical psychological professionalism, with a focus on the unconscious and bodily aspects of the lived experience, further the understanding of the client's lifeworld in a therapeutic practice?

We wish to answer this question based on Jürgen Habermas' practical knowledge interest (2005), where we focus on creating an understanding of a phenomenon to make a possible intervention in our future practice. Therefore, in this theoretical thesis, we investigate and construct a professionalism within an existential phenomenological framework. We particularly build on the work of philosophers Maurice Merleau-Ponty, Hans-Georg Gadamer and Paul Ricoeur.

With inspiration from psychologist Casper Feilberg's theory of a professional psychological habitus (2019), we suggest a personal psychological standpoint termed a sensing and theoretical psychological professionalism. This indicates that our theoretic and methodical standpoint is rooted in two parts; firstly, scientific, theoretical knowledge and method and secondly, a sensing aspect grounded in the psychologist's ability to understand the client based on the immediate and holistic experience comprising subtle forms of meanings. In concordance with the projects' interest in furthering our understanding of aesthetic and practical forms of meaning, we focus on two aspects: 1) The unconscious according to psychiatrist Carl Gustav Jung and 2) bodily aspects of the lived experience according to Merleau-Ponty and therapist Eugene Gendlin.

In a discussion, we consider four questions. Firstly, we examine the complex process of understanding the client's lifeworld in a therapeutic context. Secondly, we critically examine our suggested sensing and theoretical psychological professionalism. Thirdly, we consider the implications and influence of the present zeitgeist for both the psychologist and the client. Finally, we critically examine the project's phenomenological and hermeneutic methods and additionally discuss our approach to moderate eclecticism.

We conclude that the project's suggestion of a sensing and theoretical psychological professionalism is not a 'correct' position nor a final answer to our search for psychological professionalism. Rather it is the beginning of a lifelong process of reflection and learning regarding our professional foundation. Consequently, this calls for patience, a supportive professional community and ongoing self-critical consideration of our professionalism and pre-understandings. Also, we find that a focus on the human unconscious and bodily aspects of the full lived experience contribute to furthering our understanding of the client's lifeworld in terms of subtle, pre-reflexive, pre-linguistic and pre-conscious aspects.

Understanding the client's world is moreover a demanding hermeneutic process that can be addressed with an open, non-controlling and courageous therapeutic attitude. Putting our understanding of professionalism into perspective, we lastly call attention to limitations of our perspective in terms of the influence from the scientific veil on both psychologist and client. However, the project concludes that a sensing and theoretical psychological professionalism has the potential to challenge these issues through the means of a holistic and reflective understanding of the clients complex and lived experienced world.

Indholdsfortegnelse

KAPITEL 1

EN DANNELSEREJSE MOD ET PSYKOLOGFAGLIGT STÅSTED9

1.1 AT GIVE RUM TIL AT UNDERSØGE SUBTILE SIDER AF TILVÆRELSEN	11
1.2 ET TEORETISK BUD PÅ PSYKOLOGFAGLIGHED – OG TO POTENTIELLE FALDGRUBER	12
1.3 EN EKSISTENTIEL FÆNOMENOLOGISK RAMME OM PROJEKTET	13
1.4 PROJEKTETS PROBLEMFORMULERING	14
1.4.1 Projektets ærinder og afgrænsning	15
1.4.2 Begrebsdefinering	16
1.5 ET EKSEMPEL FRA TERAPEUTISK PRAKSIS – CASEN OM KATINKA	18
1.6 LÆSEGUIDE	22

KAPITEL 2

EKSISTENTIEL FÆNOMENOLOGI24

2.1 EKSISTENTIEL FÆNOMENOLOGI SOM GRUNDLAGSTEORI	24
2.2 ONTOLOGISKE ANTAGELSER	27
2.2.1 Maurice Merleau-Ponty	27
2.2.1.1 Perception	27
2.2.1.2 Egenkroppen	28
2.2.1.3 Ikke-dualisme	29
2.2.1.4 Kroplig-social eksistens	30
2.2.2 Ontologi ved Casper Feilberg	31
2.3 EPISTEMOLOGISKE ANTAGELSER	33
2.3.1 Habermas' erkendelsesinteresser og forståelse af epistemologi	33
2.3.1.1 De tre erkendelsesinteresser	34
2.3.2 To metodiske spor hos eksistentiel fænomenologi	35
2.3.3 Hans-Georg Gadamer og hermeneutikken	37
2.3.3.1 Den hermeneutiske cirkel	38
2.3.3.2 Fortolkeren som uadskillelig fra forståelse og fortolkning	39
2.3.4 Paul Ricoeur og den hermeneutiske fortolkningsbue	40
2.3.5 Projektets forforståelser og forudantagelser om psykologfaglighed	41
2.3.5.1 Selvførståelse	41
2.3.5.2 Teoretiske forforståelser	43
2.3.5.3 Forudantagelser	44

KAPITEL 3

PSYKOLOGFAGLIGHED I SAMTIDEN49

3.1 PSYKOLOGERNE MOLLY OG KAREN – EN CASE OM PSYKOLOGFAGLIGHED	49
--	----

3.2 SPØRGSMÅLET OM DEN GODE PSYKOLOGFAGLIGHED	50
3.2.1 <i>Overblik over psykologfaglighed i litteraturen</i>	51
3.3 CASPER FEILBERG - DEN PSYKOLOGFAGLIGE HABITUS	53
3.3.1 <i>Faglig habitus</i>	53
3.3.2 <i>Eksemplariske træk ved psykologens habitus</i>	54
3.3.2.1 Den forstående habitus	55
3.3.2.2 Den forklarende og videnskabelige habitus.....	56
3.3.2.3 Den dannede psykologfaglige habitus.....	57
3.3.3 <i>Dannelse af en eksemplarisk forståelsesbaggrund</i>	58
3.3.3.1 Udfordringer på vejen mod en eksemplarisk forståelsesbaggrund.....	58
3.3.4 <i>Kritisk stillingtagen til Feilbergs psykologfaglig habitus</i>	59
3.4 TIDSÅNDEN	60
3.4.1 <i>Når verden bliver et aggressionspunkt</i>	60
3.4.1.1 Selvrealisering i tidsånden.....	62
3.4.1.2 Scientismens slør i samtiden	63
3.4.2 <i>Vilkår for den psykologiske profession i konteksten af den aktuelle tidsånd</i>	64
3.4.2.1 Når ensretningen udhuler psykologfaglighed og presser metodefriheden	65
3.4.3 <i>To faldgruber for psykologer under den aktuelle tidsånd</i>	66
3.5 KØPPE OG MODERAT EKLEKTICISME	68
3.6 AFRUNDING AF PSYKOLOGFAGLIGHED	69
 KAPITEL 4	
DET UBEVIDSTE I PSYKOLOGISK PRAKSIS.....	71
4.1 JUNG - UVIDENSKABELIG FOR AKADEMIA ELLER EJ?	72
4.1.1 <i>Jungs arbejde indenfor analytisk psykologi</i>	73
4.2 JUNG SET I LYSET AF EKSISTENTIEL FÆNOMENOLOGI	74
4.3 CARL GUSTAV JUNG - ANALYTISK PSYKOLOGI	76
4.3.1 <i>Bevidstheden - Psykens struktur</i>	77
4.3.1.1 Bevidsthedsfunktioner og indstillingstyper.....	77
4.3.1.2 Jeget.....	79
4.3.1.3 Persona	80
4.3.2 <i>Det ubevidste - Psykens struktur</i>	80
4.3.2.1 Det personlige ubevidste	81
4.3.2.2 Det kollektive ubevidste	82
4.3.3 <i>Aktiv imagination - De indre billeders symbolske betydning</i>	83
4.4 HVAD KAN JUNG BIDRAGE MED?	85
4.4.1 <i>Jungs psykologi og metoder set i lyset af fænomenologien</i>	85
4.4.1.1 Beskrivelse	86
4.4.1.2 Epoché	87
4.4.1.3 Kritisk stillingtagen til Jung	88
4.4.2 <i>Det ubevidstes bidrag til at forstå psykologfaglighed samt klientens verden i terapeutisk praksis</i>	89

KAPITEL 5

KROPSLIGHED I PSYKOLOGISK PRAKSIS 92

5.1 KROPPENS NÆRVÆR I PSYKOLOGIEN	93
5.2 DEN KARTESIANSKE ARV I PSYKOLOGIEN	94
5.3 MAURICE MERLEAU-PONTY - KROPSFÆNOMENOLOGI.....	95
5.3.1 Egenkroppen	96
5.3.1.1 Egenkroppens permanens	97
5.3.1.2 Egenkroppen som udtryksrum.....	97
5.3.1.3 Egenkroppen og forståelse af betydninger	97
5.3.2 Afrunding af kropsfænomenologien	98
5.4 EUGENE GENDLIN - FOKUSERINGSORIENTERET PSYKOTERAPI	98
5.4.1 Gendlins inspiration og arbejde.....	99
5.4.2 Den følte fornemmelse.....	100
5.4.3 Fokusering.....	101
5.4.3.1 Fokusering i praksis.....	102
5.4.4 En fremadførende bevægelse	103
5.5 HVAD KAN MERLEAU-PONTY OG GENDLIN BIDRAGE MED?	104
5.5.1 Kritisk stillingtagen til Merleau-Ponty og Gendlin	104
5.5.2 Merleau-Ponty og Gendlins bidrag til at forstå psykologfaglighed samt klienten i terapeutisk praksis	105

KAPITEL 6

DISKUSSION..... 108

6.1 FORSTÅELSE FOR KLIENTENS VERDEN	108
6.1.1 Hvordan kan vi forstå Katinka i en terapeutisk praksis?	109
6.1.1.1 At forstå Katinka ud fra aktiv imagination.....	110
6.1.1.2 At forstå Katinka ud fra fokusering.....	111
6.1.1.3 Kritisk stillingtagen til Jung og Gendlins bidrag til psykologens forståelse	112
6.1.1.4 Ontologiske antagelser med afsæt i eklekticisme	113
6.1.2 Hvad vil det sige at forstå?	115
6.1.2.1 At forstå klientens verden som psykolog i terapi	116
6.2 EN SANSELIG OG TEORETISK PSYKOLOGFAGLIGHED	118
6.2.1 Hvad vil en sanselig og teoretisk psykologfaglighed egentlig sige?	118
6.2.2 Hvilke implikationer har en sanselig og teoretisk psykologfaglighed?	119
6.2.2.1 Implikationerne af eksistentiel fænomenologi for faglighed.....	119
6.2.2.2 Vi skal turde se på os selv og egen praksis.....	121
6.2.2.3 Skal psykologen blot følge sin mavefornemmelse?	122
6.2.3 Opsummering af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed	124
6.3 UDFORDRINGER I TIDSÅNDEN FOR ANVENDELSEN AF EN SANSELIG OG TEORETISK PSYKOLOGFAGLIGHED	125
6.3.1 Kan vi selv sætte os udover scientismens slør?	125
6.3.2 Mulige forbehold hos klienten i tidsånden	126

6.4 DISKUSSION AF METODISKE STYRKER OG SVAGHEDER I PROJEKTET	127
6.4.1 Eksistentiel fænomenologiske metoder i projektet	128
6.4.2 Dannelsesprocesser og vejen mod en ny grundlagsteori	129
KONKLUSION	131
REFERENCELISTE	133

Figurliste:

Figur 1: Den individuelle og kollektive eksistens står ud på baggrund af en anonym væren, livsverdenen som totalitet (Feilberg, 2019, s. 53).	32
Figur 2: Livsverdenen kan inddeles i tre meningsniveau, der går fra det æstetiske meningsniveau, der er det mest uddifferentierede, over til det praktiske niveau af mening og til et begrebsligt meningsniveau, der er det mest differentierede (Feilberg, 2019, s. 55).	33
Figur 3: Den hermeneutiske cirkel illustrerer den evige vekselvirkning mellem del og helhed mod forståelse.	40
Figur 4: Ricoeurs fortolkningsbue (if. Feilberg, 2019, s. 84).	40
Figur 5: Eksemplariske træk ved den dannede psykologs habitus (Feilberg, 2019, s. 115).	55
Figur 6: Model over psykens struktur (Grønkjær, 2010, s. 76).	77
Figur 7: Model over bevidsthedsfunktioner (Grønkjær, 2010, s. 22).	78
Figur 8: Illustration af Jung fra Den Røde Bog, 2009, s. 133.	83

*Jeg frygter menneskeord,
der siger alting så éntydigt:
Det her er en hund, og det der er et hus,
og her er begyndelsen, og der er enden.*

*Jeg er også bange for menneskers tanker, og deres trang til at spotte;
de ved alt, hvad der skal ske, og hvad der var;
de ser ikke, at bjerget er vidunderligt.
Deres hus og have er næsten deres Gud.*

*Jeg advarer og vil afværge: bliv væk.
Jeg vil gerne høre tingene synge,
men I rører ved dem, så de bliver stive og stumme.
I slår tingene ihjel for mig.¹*

- Rainer Maria Rilke (1875-1926)

¹ Rainer Maria Rilke (1955) i dansk oversættelse af Hanne Sander fra Hartmut Rosas *Det ukontrollerbare* (2020, s. 108).

Kapitel 1

En dannelsesrejse mod et psykologfagligt ståsted

For seks år siden mødtes vi på psykologistudiet, fulde af nysgerrighed over det kommende studies indføring i psykologi. Fra start fandt vi et fællesskab om at ville forstå mennesket, og vi har siden da været nysgerrige på at finde et menneskesyn, som kunne udgøre et fundament for vores fremtidige virke som psykologer. Utallige samtaler senere sidder vi nu på kanten af studielivet med en fælles undren over, hvilket afsæt for psykologfaglighed vi vil antage. Dette projekt udspringer derfor af vores livsverdener og ståsteder som kommende færdiguddannede psykologer, der inden længe skal forvalte læringen fra universitetet i en konkret praksis.

Processen mod at ruste os i vores kommende faglighed begynder imidlertid ikke først ved titlen som psykolog. Vi ser på samme vis som psykolog Casper Feilberg (2019, s. 114), at vi undervejs i vores studietid har været i en dannelses- og modningsproces, hvor vi er blevet præget af teoretiske bud på, hvad psykologfaglighed indebærer. Denne dannelsesproces ønsker vi at bygge videre på i dette projekt for at stræbe mod en personlig og reflekteret stillingtagen. Det er derfor ikke vores henseende at italesætte visse fagligheder som mere 'korrekte' end andre. I stedet vil vi undervejs i processen forholde os til vores personlige ståsted og menneskesyn på et reflekteret grundlag. Det ser vi både kan styrke vores kommende professionelle selvforståelse samt vores forståelse af klienten, hvoraf vi anser sidstnævnte som grundlaget for, at vi fx kan intervenere i en terapeutisk praksis. Men hvorfor egentligt bruge tid og kræfter på at overveje vores faglige ståsted i et speciale?

Feilberg argumenterer ud fra en eksistentiel fænomenologisk ramme for, at alle psykologer bør tage afsæt i en reflekteret *grundlagsteori*, hvilket indebærer en kritisk stillingtagen til ontologi, epistemologi og etik (ibid., s. 48). Netop gennem en sådan stillingtagen kan vi undgå at invitere ureflekterede antagelser ind i vores psykologiske virke og forståelse af mennesket. En reflekteret grundlagsteori kan foruden sikre os imod at falde i faldgruber i samtiden. Dette sætter for os at se hovedet på sømmet og aktualiserer, hvorfor vi skal skabe et personlig psykologfagligt ståsted. Feilberg (2019, s. 275-277) pointerer yderligere, at metodefrihed er et særkende for psykologers virke (ibid.). Altså opfatter vi en selvstændig stillingtagen til egen faglighed som en almen-gyldig opgave for alle psykologer, hvorfor vi i dette projekt hellere end ureflekteret at

'plukke' en færdig psykologfaglig 'pakke' af metoder og teorier, søger efter et personligt ståsted og personlig stil. Men hvordan er rammerne i samtiden til at udfolde et sådant projekt?

Vi overvejer vores faglighed i en periode, hvor tidsånden præges af 'menneskeord der siger alting så entydigt', som Rainer Maria Rilke så poetisk skriver i projektets begyndelse. Vi læser Rilkes ord i tråd med en samtid, der anlægger en både kontrollerende og reduktionistisk tilgang til verden, da naturvidenskabens videnskabelige idealer favoriseres, hvilket også strækker sig ind i det psykologiske felt (jf. afsnit 3.4 om tidsånden). Vi er bekymrede for denne ureflekterede og ukritiske favorisering af naturvidenskabelige idealer til alle formål. For kan vi virkelig begribe alle fænomener i menneskets tilværelse ud fra denne brille?

Undervejs i projektet overvejer vi samtidens dominerende videnskabssyn, og vi kan allerede fortælle, at *nej*, vi ser i tråd med flere forfattere ikke, at ét videnskabeligt afsæt er ideelt til at begribe menneskets komplekse og levede livsverden (se fx Habermas, 2005; Feilberg, 2019; Rosa, 2020).

Der synes på denne vis at fremkomme et paradoks mellem tidsåndens optagetthed af målbarhed og så dét, som vi ser som en af psykologens kerneopgaver, nemlig at skabe en forståelse af det komplekse og tvetydige levede liv. Paradokset leder os tilbage til et spørgsmål, der nærmest har ur-karakter indenfor filosofien såvel som psykologien: *Hvordan kan vi forstå et andet menneske?* Alt for ofte kommer vi i hverdagen netop til ureflekteret og selvfølgeligt at antage, at vi allerede ved, hvordan vi kan forstå et andet menneske. Eller måske kommer vi til en konklusion om, at dette spørgsmål er uvedkommende for psykologfaglighed, selv om det kan betragtes som et mindre mirakel, at vi faktisk kan forstå klienten dér overfor os i terapilokalet. At vi overser kompleksiteten af forståelsesprocessen kan hænge sammen med, at forståelse, som beskrevet af filosofen Maurice Merleau-Ponty, netop udspiller sig umiddelbart, førsprogligt og før-refleksivt (jf. afsnit 2.2). Derfor bemærker vi måske slet ikke grundlaget for, at forståelse overhovedet kan lade sig gøre. I projektet insisterer vi dog på at opholde os ved at *forstå* klientens verden, idet vi går tæt på forståelsesprocessen ud fra et humanvidenskabeligt og filosofisk afsæt (jf. Habermas' praktiske erkendelsesinteresse, afsnit 2.3.1.1). Siden forståelsen i eksistentiel fænomenologi kan anses som førsproglig og før-refleksiv, bliver et væsentligt aspekt af fænomenet for os at se at tilnærme os det subtile.

1.1 At give rum til at undersøge subtile sider af tilværelsen

Når tidsånden for os at se ofte har stor interesse i målbare sider af livet, skaber det et behov for en faglighed, der aktivt baserer sig på en nuanceret helhedsforståelse, hvor subtile og mærkbare sider af livet bydes velkommen. En hovedantagelse i dette projekt er derfor, at oprigtig forståelse af klienten i terapeutisk praksis forudsætter en faglighed med blik for netop subtile sider af eksistensen. Lad os derfor slå fast, hvad projektet forstår ved 'subtile' sider af tilværelsen.

Rilke skriver, at han fremfor at tilgå verden som en entydig størrelse, vil 'høre tingene synge'. Senere i projektet skal vi dykke ned i, hvordan den tyske sociolog Hartmut Rosa foreslår et resonans-begreb som et alternativ til vestens fremtrædende kontrollerende tilgang til verden (2020, s. 31-36). Rosa beskriver, at vi som mennesker har en naturlig rettethed mod at være i *resonans*, dvs. i samme svingning, som et andet menneske eller fx et digt. Resonans vedrører menneskets kropslighed, stemninger og tænkning i et umiddelbar og gensidigt forhold til verden. Vi kan som mennesker lade os 'kalde på' af et medmenneske og mærke en levet og kropslig forbundethed til hinanden og verden (ibid.). Dette er altså på mange måder lig, hvad Rilke beskriver som, at tingene kan 'synge'. Denne anskuelse peger ind i et gådefuldt og ikke-kvantificerbart aspekt af eksistensen, som hverken kan eller bør underlægges metodisk kontrol. En sådan ontologisk antagelse trækker også tråde til eksistentiel fænomenologi, der netop betoner en helhedsorienteret kvalitet ved livet, hvor menneske og verden ikke forstås som adskilte (jf. Merleau-Ponty i afsnit 2.2.1). Vi kredser herved allerede om projektets grundlagsteori, som vi vil introducere i det næstkommende afsnit. Men lad os inden da opholde os ved subtile sider af livet lidt endnu.

Andre teoretikere har på lignende måde søgt at indkredse subtile og ikke-målbare sider af eksistensen. Eksempelvis understreger idéhistoriker Hans-Jørgen Schanz, at forståelsen af mennesket skal tilgås med rum til at undre sig over livets mystik og gådefuldhed (2017, s. 9-15). Det vil sige, at efter en vis grænse må mennesket gå væk fra idealet om, at alt væsentligt kan eller skal måles og operationaliseres, da vi ellers risikerer at reducere væsentlige facetter væk. Perspektivet giver således rum for, at verden bør forstås som 'åben og ufærdig' (Thøgersen, 2004, s. 122) fremfor endelig kendt og kontrolleret (Rosa, 2020, s. 12). Vi dykker i næste kapitel ned i et teoretisk bud på, hvordan disse aspekter kan indkredses ud fra eksistentiel fænomenologi og begreberne om et æstetisk og praktisk meningsniveau (se afsnit 2.2.2).

At rumme subtile sider af livet forstås herved som ét væsentligt aspekt for vores ståsted, men hvad er ellers centralt? I det følgende afsnit vil vi introducere projektets teoretiske udgangspunkt for at forstå psykologfaglighed præsenteret ved Feilberg (2019). Dette leder i samme ombæring til to aktuelle faldgruber i lyset af tidsånden, som vi ønsker at undgå for vores kommende virke.

1.2 Et teoretisk bud på psykologfaglighed – og to potentielle faldgruber

Der findes naturligvis flere mulige teoretiske afsæt for psykologfaglighed. Som et udgangspunkt for forståelsen af faglighed retter vi i projektet blikket imod Feilbergs teori (2014; 2019) om den psykologfaglige habitus, der hviler på et eksistentielt fænomenologisk grundlag. Vi finder i Feilbergs teori et reflekteret ståsted og udgangspunkt for videre udforskning af en psykologfaglighed, som kan fremme forståelsen af klientens verden i praksis. Centralt for Feilbergs teori er, at faglighed forstås som en *habitus*, der er et vanemæssigt beredskab til at tænke og handle, der dels baserer sig på et menneskeligt, forstående grundlag og dels på et akademisk, videnskabeligt grundlag. Når psykologens habitus er moden og dannet, har hun tilegnet sig en afbalanceret og sammensmeltet overbygning, der vægter begge ben. Den psykologfaglige habitus udmærker sig ved også at vægte en umiddelbar forståelse af klienten (Feilberg, 2019, s. 305; jf. afsnit 3.3).

Feilbergs teori udgør et fundament, som vi stiller os på skuldrene af. Men selv om Feilbergs faglige habitus kan hjælpe os med at besvare dele af vores undren, om hvad psykologfaglighed indebærer, sidder vi fortsat med ubesvarede spørgsmål. Bl.a. er vi bekymrede over udfordringer i samtiden. Disse udfordringer vil vi introducere ved at fremdrage to faldgruber for psykologfaglighed i tidsånden, som særligt truer forståelser om det ubevidste samt kropslighed. I projektet vil vi derfor søge at dirigere udenom disse faldgruber i udviklingen af et fagligt ståsted:

Faldgrube 1 er: *'Det ubevidste har ikke legitimitet, da det ikke er målbart'* (se afsnit 3.4.3). Denne tese repræsenterer en faglighed, der har et udpræget fokus på metodisk kontrol, hvilket afspejler en naturvidenskabelig vidensforståelse. Faldgruben delegitimerer subtile sider ved eksistensen, såsom klientens stemning, fantasiliv og indre

billeder. En psykologfaglighed iht. faldgruben er kendetegnet ved et afsæt i en udpræget rationel menneskeforståelse, som kan kritiseres for en unuanceret ontologi. Vi problematiserer i projektet, at forståelsen leder til en uheldig konklusion om, at det ubevidste ikke har legitimitet, hvilket skader en nuanceret og dybdegående forståelse af klientens verden. For at komme udenom denne faldgrube, tager vi i projektet udgangspunkt i, hvorledes inddragelse af menneskets ubevidste kan skærpe vores forståelse for klientens livsverden.

Faldgrube 2 hedder '*Kropslighed forstås som en krop-psyke dualisme*' (se 3.4.3). Denne faldgrube repræsenterer en kartesiansk dualistisk adskillelse af krop og psyke, som fremkommer aktuel i tidsånden trods, at dualismen er kritiserbar. En implikation heraf for psykologens faglighed er, at kroppen antages som noget mennesket *har*, fremfor hvad mennesket *er*. Dette anser vi i projektet som en reducerende og ureflekteret ontologisk antagelse. Således bliver det relevant, at vi i vores kommende psykologfaglighed får blik for, at krop og psyke er uadskilleligt knyttet til hinanden, da kroppen er selve menneskets forankring i verden (Merleau-Ponty, 1994, s. VII). Vi ser derfor et behov for at belyse en ikke-dualistisk faglighed for at skærpe forståelsen for klientens verden, ved at inddrage kropslighed som et alternativ.

De to faldgruber aktualiserer på denne vis et behov for at tage udgangspunkt i det ubevidste og kropslighed, hvilket derfor bliver to specifikke foki i projektet, der søger at nuancere og forstå kompleksiteten af det subtile. I vores problematisering af de to faldgruber ses projektets inspiration og afsæt i grundlagsteorien eksistentiel fænomenologi. Lad os derfor gå videre til en indføring i projektets rammer.

1.3 En eksistentiel fænomenologisk ramme om projektet

I projektet, samt i vores forståelse af psykologfaglighed, læner vi os op af en eksistentiel fænomenologisk ramme. Filosofien bidrager med en reflekteret grundlagsteori og en sensitiv undrende indstilling til menneskets livsverden, som vi ser stemmer overens med det psykologiske virke samt kerneopgaven om at forstå menneskets verden. Filosofien udmærker sig samtidig ved netop at sætte før-sproglige, subtile, sanselige og før-personlige aspekter af tilværelsen på dagsordenen (jf. kapitel 2).

Udgangspunktet betyder, at vi metodisk står på skuldrene af både en fænomenologisk og hermeneutisk tradition, hvilket løber som en rød tråd igennem projektets

analytiske arbejde. Vores rolle som fortolkere i forståelsesprocessen fremhæves også, da et ståsted i eksistentiel fænomenologi forpligter os på selvrefleksivt at overveje vores indflydelse på den hermeneutiske proces, med alt hvad dette indebærer af forhåndskendskab, teoretisk viden og umiddelbare forståelser og fordomme (Højberg, 2014, s. 293). Vores deltagelse i fortolkningsprocessen anser vi dog ikke som en 'fejlkilde', tværtimod bliver vores andel først en ulempe, hvis vi ikke tør stille os kritiske overfor egne implicite forståelser og antagelser (ibid., s. 300-305). Dette gælder både i forskning og i vores kommende faglige virke som psykologer. Som psykolog Mette Thuesen (2015, s. 4-5) pointerer, er det vigtigt, at psykologer finder modet til at undersøge egne motiver for at ville være psykologer. At hjælpe en klient i praksis er nemlig *ikke* kun en indre proces for klienten, men kræver også en sideløbende indre proces for psykologen, hvorfor vi skal turde se på os selv og vores motiver (ibid., s. 24).

Disse argumenter aktualiserer, hvordan en undersøgelse med specifikt fokus på vores personlige rejse mod et psykologfagligt ståsted kan være relevant i en akademisk sammenhæng. En kritiker af dette projekt ville muligvis fremføre, at undersøgelsen ikke er generaliserbar, men i stedet er subjektiv og måske ligefrem navlepillende, da vi er optaget af vores private overgang fra studerende til praktikere. Vi ser tværtimod, ud fra et eksistentielt fænomenologisk afsæt, at undersøgelsen af vores psykologfaglighed kan tolkes som almen gyldig og eksemplarisk, da vores livsverdener rummer aspekter af det eksemplariske (Feilberg, 2019, s. 42; Merleau-Ponty, 1994, s. XII). Med begrebet *eksemplarisk* henvises til karakteristiske, genkendelige og almene træk ved oplevelsen af et fænomen (Feilberg, 2019, s. 241). Den eksistentielle fænomenologi antager, at der ikke er en dikotomi mellem det indre og ydre, idet det antages, at mennesket er uadskilleligt fra dets omgivelser, bl.a. set ved at livsverdenen også opfattes som kollektiv (Feilberg, 2019, s. 52-53). Dette danner baggrunden for, at vores erfaringer rummer en eksemplarisk værdi, idet vi deler erfaringer på tværs af den fælles livsverden. Projektet bygger herved på sammenhængen mellem det individuelt unikke og det almene (jf. ontologiske antagelser, afsnit 2.2).

1.4 Projektets problemformulering

Ovenstående leder til projektets ærinde om at undersøge vores psykologfaglighed, der inkorporerer det subtile i arbejdet med at forstå klientens verden. Dette spørgsmål relaterer vi til terapeutisk praksis, hvorfor projektets problemformulering lyder således:

Hvordan kan en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, med udgangspunkt i det ubevidste og kropslighed, bidrage til at fremme forståelsen for klientens verden i terapeutisk praksis?

1.4.1 Projektets ærinder og afgrænsning

Udgangspunktet for undersøgelsen er et teoretisk projekt med flere ærinder. Vi søger overordnet at sammensætte en personlig grundlagsteori som et udgangspunkt for vores kommende virke som psykologer. Vi vil således sammenstykke relevante bidrag og tage reflekteret stilling til et psykologfagligt ståsted. Dette gøres ud fra en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme samt med udgangspunkt i Feilbergs teori om en dannet psykologfaglig habitus (2014; 2019). Undersøgelsen har ikke til formål at fremskrive en 'korrekt' position til alle psykologer, men søger i stedet at skabe et personligt bud kaldet en sanselig og teoretisk psykologfaglighed.

Ved en faglighed iht. habitusbegrebet afgrænser vi os endvidere fra smallere forståelser af psykologfaglighed, såsom kompetence eller identitet. I vores forståelse ser vi i stedet, at psykologfaglighed er en uafsluttelig proces, der forudsætter en løbende stillingtagen igennem hele vores faglige virke, hvorfor faglighed ikke kan tolkes iht. en indre, afgrænset og kontrolleret egenskab, som individet kan opnå eller 'eje'.

Vi ønsker i vores psykologfaglige ståsted at få en nuanceret og helhedsorienteret forståelse af klientens verden. Vi sætter derfor særligt fokus på at inkorporere subtile aspekter af klientens og psykologens verden, idet disse anses som et centralt aspekt for vores faglige ståsted. Vi indkredser os fra et overordnet blik på det subtile til et udgangspunkt i hhv. det ubevidste og kropslighed. Det ubevidste beskrives ud fra et teoretisk bidrag fra Jung, imens kropslighed undersøges ud fra Merleau-Ponty og filosofen Eugene Gendlin, hvilket introduceres i kapitel 4 og 5. Projektet afgrænser sig slutteligt ved et fokus på terapeutisk praksis, hvorved vi henviser til terapi mellem en psykolog og en klient i en vestlig kontekst.

Projektets formål indskrives sig i en humanvidenskabelig tradition ud fra en praktisk erkendelsesinteresse, da vi vil forstå et fænomen (her psykologfaglighed), hvilket ifølge Habermas danner grund for interventioner i praksis (2005, s. 131; se afsnit 2.3.1). Projektet har således ikke som anliggende at kritisere psykologfaglighed på et professionsniveau iht. politiske og økonomiske forhold. Det er slutteligt væsentligt at slå fast, at projektets interesse i det subtile ikke indbefatter en undersøgelse af

spirituelle og religiøse anliggender. Samtidig afgrænser vi os fra en større etisk diskussion iht. psykologfaglighed.

1.4.2 Begrebsdefinering

En sanselig og teoretisk psykologfaglighed henviser til projektets forståelse af psykologfaglighed. Fagligheden er inspireret af eksistentiel fænomenologi, Feilbergs psykologfaglige habitus samt de teoretiske bidrag fra Jung, Merleau-Ponty og Gendlin. Særligt Feilbergs begreb om en dannet psykologfaglig habitus, der hviler på to ben (en forstående og en forklarende habitus) ligger til grund for vores indfaldsvinkel til psykologfaglighed (se kapitel 3).

Sanselig relaterer til den forstående habitus, der bl.a. karakteriseres ved en sans for feltet og kontakten til den umiddelbare forståelse (Feilberg, 2019, s. 115-118). Ved betoningen af 'sanselig' henvises også til inddragelsen af det subtile, hvilket indkredses ud fra begreberne om det praktiske og æstetiske meningsniveau, der trækker tråde til den eksistentiel fænomenologiske ontologi (se afsnit 2.2 for introduktion). At inddrage de to meningsniveauer som psykolog medfører kort sagt et blik for kropslige, flertydige, subtile og uhåndgribelige aspekter af mening. Projektets vægtning af subtile aspekter af klientens verden afspejler, at det synes vigtigt for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, at psykologen trækker på egne, umiddelbare oplevelser i processen mod at danne en helhedsorienteret forståelse af klienten. Sanselighed peger derfor også ind i, at mennesket er en kompleks størrelse, som vi aldrig kan få det fulde greb om (Feilberg, 2019, s. 57-59).

Teoretisk henviser til Feilbergs begreb om en videnskabelig og forklarende habitus, der betoner, at psykologen skal opkvalificere sin umiddelbare forståelse af en klient ved hjælp af teoretiske og faglige perspektiver samt refleksion (ibid., s. 18-19). I dette projekt består det teoretiske bidrag dermed af projektets anvendte teori (se mere herom i kapitel 2, 3, 4 og 5) og vores arbejde med det. Disse kan samlet set supplere og nuancere forståelsen af klientens verden.

Det ubevidste defineres med afsæt i psykiater Carl Gustav Jungs teoretiske forståelse indenfor den analytiske psykologi (Jung, 1963). Det ubevidste forstås her som et psykologisk begreb omhandlende psykisk indhold, som mennesket ikke er i direkte kontakt med på et bevidst plan. Ifølge Jung kommer det ubevidste bl.a. til udtryk i drømme,

fantasiforestillinger og via kropslige reaktioner. Herfor ser Jung det som afgørende at forholde sig til denne mere mystiske side af tilværelsen, således at psyken finder ligevægt mellem det ubevidste og bevidstheden. Som eksempel på en mere praksisnær forståelse af det ubevidste, sætter projektet fokus på *aktiv imagination*, som er en terapeutisk metode til at komme i kontakt med det ubevidste samt de indre billeder af tilværelsen (se kapitel 4).

Kropslighed defineres i projektet med udgangspunkt i fænomenologiens fokus på kroppen, som den er levet. Således trækkes der på Merleau-Pontys begreb om egenkroppen, der har til hensigt at stadfæste kroppen som udgangspunktet for menneskets væren-i-verden og således udgør udgangspunkt for eksistensen (1999). Dette gøres i et opgør med en objektiv forståelse af kroppen som en genstand. Hermed ligger også en forståelse af, at krop og psyke er ét i egenkroppen. Som et eksempel på en mere praksisnær anvendelse af kropsligheden i psykologisk praksis tages udgangspunkt i Eugene Gendlins følte fornemmelse samt fokusering (1996). Den følte fornemmelse er, i tråd med fænomenologien, en kropslig måde at begribe *hele* situationen vi befinder os i, og fokusering er en terapeutisk metode til at arbejde med den følte fornemmelse (ibid.). Således bidrager kropslighed til, hvordan vi kan forstå klienten i praksis (se kapitel 5).

Forståelsen for klientens verden i en terapeutisk praksis bygger på, at vi ser det som en forudsætning at forstå klienten, før vi kan intervenere i en unik praksis (Habermas, 2005). *Forståelse* karakteriseres dels ved en kropslig forankring og anses som en umiddelbar, før-refleksivt og før-personlig proces. Yderligere ses forståelse iht. en fortolkningsproces, hvor teori og metode inddrages i løbende forståelsesudkast (se afsnit 6.1.2 for uddybning). Projektets teoretiske bidrag beskriver forståelse forskelligt, men forståelse ses primært iht. en eksistentiel fænomenologisk ramme, og særligt iht. begrebet om livsverdenen (jf. afsnit 2.1). Når vi i projektet taler om *klientens verden*, betoner dette, at vi afstemt med klienten søger at forstå klientens problemstilling og årsagen til henvendelsen hos psykologen. *Terapeutisk praksis* henviser til, at vi i projektet særligt betoner praksismødet mellem psykolog og klient i klinisk terapi og derved ikke tager afsæt i gruppeforløb eller andre former for konsultativt psykologisk arbejde.

1.5 Et eksempel fra terapeutisk praksis – Casen om Katinka

Afsluttende introducerer vi i dette afsnit en case, som løbende i projektet inddrages til at aktualisere vores forståelse af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Casen er baseret på og inspireret af en terapisaftale, som vi har fået overleveret mundtligt fra klientens perspektiv. Derfor er psykologens perspektiv konstrueret af os. Casen inddrages for at kunne skabe et fokus på at forstå klientens i terapeutisk praksis.

I det kommende beskrives en psykologsaftale, hvor en psykolog og klient mødes i en privat praksis. Casen er, af hensyn til klienten, anonymiseret. Casen er tiltænkt som et indblik i en levet oplevelse, hvor subtile aspekter kommer i spil. Senere vil vi overveje disse aspekter ud fra teoretiske bidrag om det ubevidste samt kropslighed. Vi vender ved projektets afsluttende diskussion tilbage til Katinka og overvejer det terapeutiske møde ud fra vores endelige forslag til et personligt psykologfagligt ståsted (jf. 6.1.1). Inden da en kort introduktion til baggrunden for samtalen om Katinka.

I casen møder vi Katinka, der er en kvinde i start 30'erne. Vi møder Katinka under den tredje samtale med sin kvindelige psykolog. I de to tidligere samtaler har Katinka og psykologen søgt at afdække Katinkas problemstilling, men dette har indtil nu vist sig vanskeligt for Katinka, der har svært ved at beskrive sin fastlåste fornemmelse med ord. Tidligere har Katinka opsøgt en anden psykolog, dog stoppede hun behandlingen efter få samtaler, da hun tilsvarende oplevede det vanskeligt at sætte ord på sit oplevede problem. Undervejs i denne session opdager vi imidlertid, at Katinkas problematik drejer sig om relationelle udfordringer, idet hun ofte oplever at føle sig alene.

Kort kan følgende præsenteres om Katinkas baggrund. Hun er enebarn, og forældrene bliver skilt, da hun er helt lille. Skilsmissen er konfliktfyldt og fører til, at forældrene sidenhen ikke er på talefod. Derfor bor Katinka primært hos moren i opvæksten, men besøger sin far hver anden weekend. Hun fornemmer som barn, at hun ikke må italesætte konflikten, så det gør hun aldrig, hvorfor hun tit har ondt i maven og har svært ved at sove. I dag er Katinka færdiguddannet fra universitetet og i et godt job, som hun trives i. Hun bor med sin kæreste igennem 5 år og har et godt netværk. Alligevel har hun en nagende følelse af, at noget er skævt i hendes liv. Hun døjer bl.a. med utryghedsfølelser i sine relationer, som det er svært for hende at blive klog på og give slip på. Således til selve casen:

Katinka står ude foran et smalt og gammelt blå hus. I huset har Katinkas psykolog sin praksis, og om lidt skal de have deres tredje samtale. Katinka føler sig tryk ved sin kvindelige psykolog. Atmosfæren og stemningen i terapirummet og under de tidligere samtaler er grundlæggende rolig og velkendt. Hun er spændt. Hun kan mærke, at der er noget vigtigt på spil, men præcis hvad det handler om, kan Katinka ikke selv regne ud. Katinka kigger op mod himlen. Så tager hun en dyb indånding. Hun føler sig så klar, som hun nu kan, men registrerer sin stigende hjertebanken. Forsigtigt men rettet går Katinka ind ad den brune hoveddør.

Katinkas psykolog står klar og efter en behagelig, men også formel velkomst, sætter de sig begge parat. Psykologen sætter sig roligt og udviser rummelighed i sin fletstol foran skrivebordet, Katinka sidder i sofaen overfor. Imellem dem står et bord med Kleenex. Psykologen spørger Katinka, om hun siden sidst har gjort sig nogle tanker, som hun har lyst til dele. Katinka bliver varm op ad halsen og rømmer sig. Hun fortæller psykologen, at hun siden sidste samtale kan mærke, der er noget vigtigt på spil omkring hendes relationer til andre, og at hun ofte kan føle sig alene. Katinka har svært ved at sætte ord på det og går i stå. Psykologen registrerer i sig selv, at de forrige samtaler ligeledes har kredset om dette, hvor Katinka flere gange har beskrevet oplevelsen af at føle sig alene, selvom hun har mange betydningsfulde relationer. Psykologen venter lidt, da hun fornemmer, at Katinka har svært ved at finde ordene. Psykologen mærker, at det virker som noget betydningsfuldt, det som Katinka har svært ved at formulere. Efter lidt tid spørger psykologen Katinka, om hun vil prøve at trække vejret dybt ned i maven og dele, hvad hun mærker. Psykologen vurderer, at Katinka måske bedre kan komme i kontakt med det ved at fokusere på det kropsligt.

Katinka lukker øjnene. Trækker vejret ind og prøver at registrere, hvad der sker. Hun forsøger at mærke efter helt nede i maven, men bliver igen og igen forstyrret af noget omkring hjertet. Til sidst overgiver hun sig, og siger til psykologen, at det føles som om hun ikke kan mærke efter i maven, fordi det opleves som om hjertet vil have opmærksomhed. Katinka bliver nervøs for psykologens svar og holder vejret, men psykologen lytter til Katinka, og de aftaler nysgerrigt at undersøge, hvad hjertet i denne henseende symbolsk repræsenterer hos Katinka i forhold til hendes hverdagsliv.

Psykologen spørger ind til, hvad Katinka kropsligt mærker ved hjertet. Katinka giver sig tid og beskriver, hvordan det føles som om hjertet er hårdt. Hun mærker efter. Er det hårdt, hun mener? Ja, beskrivelsen bliver nok ikke mere præcis lige nu. Psykologen spørger, hvad der sker, hvis Katinka forestiller sig, at psykologen lægger et

lyserødt, blødt tæppe omkring hjertet. Katinka bryder ud i grin og svarer spontant tilbage, at psykologen ikke bare kan lægge et lyserødt tæppe rundt om hjertet, og så er alt fint, for den hårde sten er jo fortsat under tæppet! Der bliver stille. Psykologen bryder stilheden og siger, at hvis Katinka har lyst, kan de to forestille sig at have magiske kræfter. Det betyder, at psykologen kan skære en rille i stenen om hjertet, så Katinka måske kan kigge ind og se bagom den hårde skal. Katinka mærker tydeligt en lyst til at gå med på idéen. Hun indvilger i psykologens undersøgelse og prøver at glemme sine tanker om, at det er en fjollet leg.

Katinka lukker øjnene. Hun forestiller sig med hjælp fra psykologen, at hun går hen til stenen og kigger ind gennem rillen, som psykologen har lavet. Igennem rillen strømmer en lysstråle ind. Hun ser med det samme en yngre Katinka siddende sammenoverbøjet i hjørnet med hovedet mellem benene. Katinka får et sug i maven, en spænding for brystet og tårer samler sig i øjenkrogene. Hun prøver at samle sig og fortæller så psykologen, hvad hun ser. Psykologen spørger, om der er andre derinde. Katinka kigger efter. Nej. Der sidder kun den lille pige. Psykologen spørger, hvordan den lille pige har det. Katinka siger uden at tænke, at den lille pige føler sig alene og forladt. At der ikke er nogen, der passer på hende, og at hun derfor skjuler sig. Så kommer Katinkas tårer. Hele kroppen reagerer, og Katinka mærker barndomsfølelser skylle igennem sin krop, som den lille pige inde i hjertet repræsenterer. Psykologen giver Katinka plads til at være ked af det og til at sørge over, at hendes lille pige føler sig forladt.

Efter noget tid, da Katinka føler sig klar, spørger psykologen om det er ok for den lille pige, at Katinka hjælper andre mennesker ind til hende i hjertet. Katinka mærker efter og fornemmer, at det synes den lille pige er ok. Katinka siger, at hun kigger den yngre Katinka i øjnene og mærker et behov for, at hendes mor træder derind, og at den voksne Katinka også træder ind under stenlaget. Pludselig ser Katinka for sig, at både den lille Katinka, den voksne Katinka og deres mor står inde i hjertet. Psykologen spørger, hvordan de er placeret. Katinka koncentrerer sig og lader billedet udvikle sig. Den lille Katinka er fortsat foroverbøjet, moren står ved siden af og ser kærligt på sin datter. Den voksne Katinka står lidt længere væk og registrerer, hvad der sker. Katinkas far kommer pludselig også ind, og Katinka og psykologen finder frem til, at han blot observerer situationen fra siden, og at det er okay, han er der uden at blande sig. Psykologen spørger derefter, om moren på nogen måde må hjælpe den lille Katinka. I sofaen mærker Katinka, at hendes skuldre, der indtil nu har

været anspændte, giver efter og ser tydeligt for sig, at den lille pige er klar til et kram. Derfor krammer moren og den lille Katinka. Krammet fortsætter længe til trods for, at det tydeligvist er svært. Psykologen bemærker, at der sker et skift i stemningen, hvor hendes krop også føles mere afspændt.

Psykologen spørger, hvad der sker, men det føles svært for Katinka præcist at sætte ord på de billeder og kropslige stemninger, hun mærker. Hun fortæller, at det her føles vigtigt, men meget svært. Psykologen anerkender og svarer, at de følelser, der er til stede, stikker dybt, men at det er dejligt, at den lille Katinka føler sig klar til at få et kram. At dette er første skridt på vejen til at forstå den alenehedsfølelse, som Katinka i starten af samtalen beskrev med ord. Katinka begynder at forstå og trækker vejret dybt. Det føles voldsomt og pludselig skylder trætheden som en bølge over hende. Katinka mærker, hvordan hendes hjerte ikke længere føles lige så hårdt. Samtalen slutter også snart, siger psykologen og foreslår, at Katinka respektfuldt siger på gensyn til den lille Katinka inde i hjertet. Det gør Katinka.

Psykologen spørger, hvordan Katinka har det lige nu. Katinka mærker en ro i kroppen og fornemmer, at hjertet ikke på samme måde føles hårdt. Og at hullet ind til hjertet måske er kommet for at blive. At revnen er vigtig. Psykologen mærker også, de sammen har arbejdet med noget vigtigt, fordi hun undervejs har været så nærværende, at alt udenfor rummet har stået stille. Nu bemærker psykologen, at denne intensitet aftager, og hun fornemmer en anden ro imellem hende og Katinka. Katinka vil gerne ud i luften og give plads til, at de mange kropslige og billedlige indtryk kan falde på plads. Psykologen og Katinka runder af og aftaler at tales ved igen to uger senere. Katinka går ud ad den brune hoveddør. Helt træt. Varm. Overvældet. Men glad og med en tro på, at hun med hjælp fra psykologen er på rette vej.

Herved er casen om Katinka nu præsenteret. Som nævnt, vil vi løbende vende tilbage hertil som et udgangspunkt for, dels at kunne italesætte subtile sider af eksistensen. Dels for at eksemplificere og forankre vores projekt i et konkret eksempel. For nu vendes opmærksomheden mod et overblik over, hvad projektet omhandler.

1.6 Læseguide

Kapitel 1 er en indledning, som introducerer læseren for projektets undren og formål. Herefter bliver problemformuleringen præsenteret, hvorefter en definition af projektets begreber kort introduceres. Afsluttende belyses projektets ærinde, metodiske ramme samt afgrænsning.

Kapitel 2 introducerer til eksistentiel fænomenologi. Kapitlet belyser projektets grundlagsteoretiske ståsted i eksistentiel fænomenologi. Her præsenteres først ontologiske antagelser med afsæt i Merleau-Ponty samt Casper Feilberg. Dernæst præsenteres epistemologiske antagelser ud fra Habermas tre erkendelsesinteresser, Gadammers forståelse af hermeneutik samt Ricoeurs fortolkningsbue. Kapitlet munder ud i en refleksion over vores egne forforståelser samt antagelser i dette projekt.

Kapitel 3 omhandler psykologfaglighed. Kapitlet indleder med en case om psykologerne Molly og Karen for at belyse forskellige afsæt for faglighed i en terapeutisk kontekst. Herefter gives et overblik over relevante forståelser af aspekter ved faglighed. Dernæst præsenteres projektets teoretiske udgangspunkt, som er Feilbergs (2019) teori om en psykologfaglig habitus. Herefter tages kritisk stilling til tidsånden som en samfundsramme, der influerer samtidens vilkår for psykologfaglighed. Dette munder ud i to faldgruber for psykologfaglighed, der vedrører reduceringen af det ubevidste og kropslighed. Afsluttende forholder vi os til projektets sammensætning af teoretiske bidrag til et personligt ståsted via Køppes forståelse af moderat eklekticisme (2008).

Kapitel 4 introducerer det ubevidste. Kapitlet belyser, hvorledes det ubevidste kan bidrage som et nedslag ift. subtile aspekter ved klientens verden i terapi. Her tages afsæt i Jungs analytiske psykologi og forståelse af det ubevidste. Dernæst præsenteres aktiv imagination som en metode, hvorpå indre billeder, fantasiliv og det ubevidste kan få plads i det terapeutiske rum. Kapitlet munder ud i en kritisk opsamlende diskussion om Jungs kobling til eksistentiel fænomenologi, samt hvad Jung kan bidrage med ift. besvarelsen af projektets problemformulering.

Kapitel 5 undersøger kropslighed. Kapitlet sætter fokus på, hvordan kropslighed kan bidrage til at fremme forståelse for klienten i terapeutisk praksis. Dette gøres med udgangspunkt i Merleau-Ponty og Gendlin. Først udbygges forståelsen af Merleau-Pontys begreb om egenkroppen. Dernæst præsenteres praktikerens Gendlin, der bl.a. med begrebet den følte fornemmelse belyser, hvordan mennesket med kroppen kan have en fornemmelse af hele den komplekse og multifacetterede situation hun befinder sig i. Herunder præsenteres metoden fokusering, hvis formål er at bringe den følte fornemmelse ind i den terapeutiske praksis. Kapitlet afrundes af en kritisk stillingtagen til Merleau-Ponty og Gendlins teorier. Slutteligt overvejes, hvordan de to teorier bidrager til projektets ærinde om at forstå klienten i terapeutisk praksis.

Kapitel 6 er projektets diskussion. I kapitlet tager vi kritisk og refleksiivt stilling til projektets undersøgelse iht. problemformuleringen. Kapitlet er overordnet organiseret i fire dele. Første del omhandler forståelse af klientens verden. Herunder både hvordan psykologen kan forstå klienten i terapeutisk praksis, samt hvad det overordnet vil sige at forstå en klient. Anden del fokuserer på, hvad en sanselig og teoretisk psykologfaglighed er, samt hvilke implikationer psykologfagligheden medfører. I tredje del diskuteres, hvordan strømninger i tidsånden kan begrænse anvendeligheden af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Afslutningsvis, i fjerde del af kapitlet, forholder vi os selvrefleksiivt til projektets metodiske styrker og svagheder.

Afslutningsvis afrundes projektet af en **konklusion**, hvor vi vender tilbage og besvarer projektets problemformulering.

Kapitel 2

Eksistentiel fænomenologi

Alt hvad jeg ved om verden, også min videnskabelige viden, ved jeg i kraft af et syn, som er mit, en erfaring om verden, uden hvilken videnskabens symboler intet ville sige mig. (Merleau-Ponty, 1999, s. 18)

Således skriver filosof Maurice Merleau-Ponty i forordet til *Perceptionens Fænomenologi* (1999). Hermed mener Merleau-Ponty, at det ikke er muligt at forstå mennesket og verden på anden måde end ud fra deres fakticitet, idet verden allerede er givet ved den levede erfaring før refleksion og forklaring af verden (ibid., s. 16). Dette kapitel har til formål at lave en indføring i denne eksistensforståelse præsenteret ved eksistentiel fænomenologi, der i projektet udgør en filosofisk inspireret grundlagsteori (Feilberg, 2019, s. 41).

Ifølge Feilberg fører grundlagsteorien implikationer med for den psykologfaglige habitus og vanemæssige beredskab til at opleve, handle og tænke på. Hvis vi ikke forholder os aktivt hertil, inviteres ureflekterede ontologiske og epistemologiske antagelser ind i praksis (ibid.). Eksistentiel fænomenologi bidrager som grundlagsteori, idet filosofien går frem af to spor ved først nysgerrigt og undrende at tage udgangspunkt i den levede erfaring som den er levet, og dernæst herudfra udvikle analyser og begreber om fænomenet. Ved eksplicit at præsentere projektets grundlagsteori, skabes et fælles sprog inden for en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme, der italesætter det konkrete levede (Feilberg, 2014, s. 16). Det fælles sprog udgør vores fundament i undersøgelsen, hvorfra vi kan udvide forståelsen af, hvad vi i praksis ser udgør vores psykologfaglighed (Feilberg, 2019, s. 48).

Kapitlet giver først en kort introduktion til eksistentiel fænomenologi og dens bevægelser frem mod i dag. Dernæst fokuseres på filosofiens ontologiske forståelse af væren præsenteret ved Merleau-Ponty og Feilberg. Afsluttende fremføres epistemologiske antagelser, præsenteret ved Habermas, Gadamer og Ricoeur.

2.1 Eksistentiel fænomenologi som grundlagsteori

Så hvad er eksistentiel fænomenologi? Det umiddelbare svar er, at der er mange holdninger til, hvad eksistentiel fænomenologi egentlig udgøres af, bl.a. fordi meget få

fænomenologer selv har anvendt betegnelsen (se bl.a. Compton, 1997; Keller, 2012; Feilberg, 2012). I dette afsnit vil vi kort opridses eksistentiel fænomenologis ophav for at give en introduktion til projektets grundlagsteori.

Ifølge Keller (2012, s. 13-14) fremgår der et klart udviklingsforløb gennem bevægelsens hundredårige historie. Eksistentiel fænomenologis bevægelse strækker sig tilbage til fænomenologiske strømninger fra Edmund Husserl, Martin Heidegger og Maurice Merleau-Ponty over til eksistensfilosofiske tænkere som bl.a. Søren Kierkegaard og Jean-Paul Sartre, men også til den hermeneutiske fænomenologi som Hans-Georg Gadamer og Paul Ricoeur (Feilberg, 2012, s. 62; 69; Keller, 2012, s. 15-20). Keller frem skriver tre udviklingsforløb indenfor den fænomenologiske tradition; hhv. *erkendelsesteoretisk fænomenologi* ved Husserl, dernæst *eksistentiel fænomenologi*, hvorunder den *hermeneutiske fænomenologi* placerer sig og afsluttende en *værens-fænomenologi* (Keller, 2012 if. Feilberg, 2014, s. 17). Højberg (2014) fremskriver ligeledes fire traditioner hos hermeneutikken, som er *traditionel hermeneutik*, *metodisk hermeneutik*, *filosofisk hermeneutik*, hvorunder Gadamer og Heidegger bl.a. placerer sig, samt *kritisk hermeneutik*, som Habermas og Ricoeur kan ses som eksponenter for.

Ifølge Feilberg betyder ovenstående udvikling kort sagt, at eksistentiel fænomenologi samler det bedste fra den fænomenologiske tradition i forsøget på at forstå et fænomen bedre (ibid., s. 18). *Eksistentiel fænomenologi* er et studie af det fremtrædende, selve fænomenet og menneskets oplevelse som levet erfaring, eller sagt med fænomenologen Husserls ord, at gå *til sagen selv* (Keller, 2012, s. 10; 13). Husserl er vigtig her kort at dvæle ved, idet han i dag ses som grundlæggeren af den fænomenologiske tradition. Husserls tidlige forfatterskab bestod i en transcendental fænomenologi, der opstod som en erkendelsesteoretisk tilgang for at opnå sikker viden for al videnskabelig erkendelse (Keller, 2012, s. 12; Compton, 1997, s. 205). Ifølge Husserl er fænomenologiens vigtigste metode *reduktion* af egne praktiske, videnskabelige og ontologiske forståelser for at kunne gribe om essensen af menneskets oplevelse (ibid.). Med andre ord *epoché*, som betyder, at undersøgeren sætter sine egne fordomme og teoretiske forståelser i parentes for at gå imod et transcendentalt Ego. *Det transcendentale Ego* er for Husserl en samlende enhed, der har til formål at organisere menneskets bevidsthed, som hos Husserl ses som adskilte i flere forskellige intentionelle bevidsthedsakter. Således er det transcendentale Egos funktion er at samle alle disse til én enhed, der er grundlaget for erkendelse (Thøgersen, 2004, s. 26). Filosofien om det

transcendentale Ego blev senere kritiseret, bl.a. af Merleau-Ponty, der i stedet satte fokus på ontologiske spørgsmål ved menneskets væren, men også af Husserl selv i hans senere forfatterskab (Feilberg, 2014, s. 17-18). Kritikken af det transcendentale Ego udspringer ud af, at Merleau-Ponty ser mennesket som situeret i verden, hvorfor et transcendentalt Ego, der ikke er i forbindelse med verden, ikke kan være det grundlæggende for erkendelse (Thøgersen, 2004, s. 96).

Husserl indførte senere i stedet begrebet *livsverden*, der forstås ved verdenen som konkret levet før-teoretiske og forklarende perspektiver givet om verden (Compton, 1997, s. 205). Livsverden² er før-refleksiv og før-personlig og udgør verdens fakticitet – altså den faktiske virkelighed, fremfor vores forestillinger om verden (Feilberg, 2014, s. 14-15). Livsverdenen bliver fænomenologiens primære omdrejningspunkt, og med Merleau-Pontys forord til *Perceptionens Fænomenologi*, også eksistentiel fænomenologis primære tema (1999, s. 16). Ifølge Keller (2012 if. Feilberg, 2019, s. 42) henviser den *konkrete levede erfaring* til en sammenhæng mellem det specifikke og almene, der i en oplevelse altid vil være til stede samtidigt. Det konkrete er vores faktiske og virkelige levede erfaring, hvorfor vi som undersøgere både skal være nysgerrige på det unikke, nærværende og specifikke men samtidigt også på det typiske, flygtige og almene i den levede erfaring (ibid.).

Af ovenstående fremgår det, hvorledes eksistentiel fænomenologi ønsker at komme så tæt på den levede erfaring og mening, som det nu engang er muligt (Keller, 2012, s. 11).

Der opstår dog ifølge Keller her et paradoks i netop at ville komme tæt på den levede erfaring, idet at beskrive levet erfaring *ikke* er og aldrig bliver det samme som selv at have oplevet en situation i praksis (2012, s. 13). Her kan psykologfaglighed tjene os som eksempel, idet dét at beskrive og forstå psykologfaglighed teoretisk ikke er det samme som selv at have mærke det på egen krop (ibid.). Ikke desto mindre findes der mange måder, hvorpå en beskrivelse kan nærme sig det praktiske, hvilket

² Ikke alle fænomenologer bruger Husserls livsverdensbegreb. Fremfor livsverden taler fx Heidegger om væren-i-verden, der tematiserer menneskets situerede og konkrete væren (Feilberg, 2014, s. 43). Med livsverdensbegrebet lægger fænomenologien afstand til bevidsthedsfilosofiens opfattelse af mennesket som noget der eksisterer uafhængigt af verden. Inden for en fænomenologisk tradition skelnes mellem livsverdenen og den videnskabeligt opfattede verden, hvor et særligt træk ved livsverdenen er dens ubestemthed. Livsverdenens kan metaforisk forstås som figur / baggrund, hvor baggrunden i sidste ende udgør noget ubestemt eller en horisont, og det er netop denne baggrund fænomenologer forstår som livsverdenen (Pahuus, 1988).

vi yderligere vil udfolde i afsnittet om epistemologi (se afsnit 2.3). Men først rettes blikket mod projektets ontologiske antagelser.

2.2 Ontologiske antagelser

Ontologi kommer af oldgræsk og betyder læren om det værende. Ontologi omhandler, hvordan man grundlæggende kan forstå menneskets væren og eksistens (Jacobsen, Lippert-Rasmussen & Nedergaard, 2015, s. 21). I dette projekt trækker vi på den eksistentiel fænomenologiske ontologi, som den særligt udlægges af Maurice Merleau-Ponty og Casper Feilberg. Først vil vi udlægge Merleau-Pontys ontologiske forståelse af menneskets væren ud fra fire nedslag, hhv. perception, egenkroppen, ikke-dualisme og kropslig-social eksistens. Dernæst gennemgås Feilbergs aspekter af væren samt hans model om de tre meningsniveauer.

2.2.1 Maurice Merleau-Ponty

Den franske filosof og professor i børnepsykologi Maurice Merleau-Ponty kaldes for kroppens filosof, fordi han i sin filosofi fokuserer på mennesket som en kropsligt forankret væren-i-verden. Således har kroppen en stor betydning i hans ontologi (Keller, 1995, s. 8). I hovedværket *Phénoménologie de la perception* (1945)³ udlægger han sin forståelse af menneskets kropslige intentionalitet som det, der går forud for kroppen som et objekt og før enhver refleksion. I forståelsen er mennesket ikke blot *i* sin krop, men mennesket *er* krop. Således er netop den levede kropslige erfaring grundlaget for al erkendelse (Merleau-Ponty, 1999, s. 18). I det følgende gennemgås fire udvalgte nedslag.

2.2.1.1 Perception

Perception er ifølge Merleau-Ponty den umiddelbare sanselige erfaring af verden, som går forud for enhver refleksion (Keller, 1995, s. 8; Feilberg, 2019, s. 47). Den kan forstås som en umiddelbar kropslig oplevelse af mening, dvs. at perception ikke blot er sansning, men også indbefatter sansningens betydninger, stemninger, følelser, intentioner samt sproglige udtryk (Keller, 1995, s. 8). Perceptionen foregår i helheder, hvor alt hvad mennesket sanser indgår som en samlet helhed og ikke opdeles. Dette

³ På dansk *Perceptionens fænomenologi*. Er delvist oversat til dansk under titlen *Kroppens fænomenologi* (1994).

står i kontrast til, når mennesket forholder sig refleksivt og analytisk til et givent fænomen og dermed fjerner sig fra den umiddelbare kontakt til verden. Derudover er perception ifølge Merleau-Ponty udelt forstået på den måde, at “jeg perciperer på en udelt måde med min totale væren; jeg fornemmer tingens unikke struktur, en unik eksistensmåde, som på een gang taler til alle mine sanser” (Merleau-Ponty, 1993, s. 13). I citatet og i forståelsen er Merleau-Ponty inspireret af gestaltpsykologien, hvori mennesket altid perciperer i helheder. Merleau-Ponty forstår dog ikke perceptionen som en aktiv handling, snarere udspiller den sig konstant som baggrund for al menneskelig aktivitet (Merleau-Ponty, 1999, s. 20-21).

Udgangspunktet for perceptionen er den naive kontakt til verden, som mennesket oplever igennem sin sansende krop (Merleau-Ponty, 1994, s. VII). Denne naive kontakt i den umiddelbare oplevelse (perceptionen) er kendetegnet ved at være en gensidig udveksling mellem verden og kropssubjektet⁴, som er “ældre end intellektet” (Merleau-Ponty, 1993, s. 15), hvormed der menes, at perceptionen kommer forud for al refleksion. Den gensidige udveksling mellem mennesket og verden i perceptionen beskriver Feilberg som, at mennesket er et “åbent felt af erfaringer og oplevelse” (Feilberg, 2019, s. 41). Således er perception ikke en passiv proces, hvor man modtager stimuli udefra. Perceptionen er snarere et kropsligt engagement og en åbenhed, hvormed mennesket åbner sig for verdens betydning. Dermed behøver jeg ikke tænkningen for at forstå tingenes mening, jeg forstår det i kraft af den kropslige åbenhed for betydning (Thøgersen, 2004, s. 64-65). Den gensidige udveksling og åbenheden til verden vil vi se nærmere på i afsnit 2.2.1.3, da dette hænger sammen med en ikke-dualistisk ontologi. For nu, vil vi vende os mod egenkroppen.

2.2.1.2 Egenkroppen

Med begrebet *egenkroppen*⁵ ønsker Merleau-Ponty at tydeliggøre menneskets kropslige forankring i verden. Egenkroppen står i kontrast til en biologisk og objektiv opfattelse af kroppen som et biologisk fænomen, der tilhører naturen. I stedet vil Merleau-Ponty med begrebet fokusere på kroppen sådan som den leves og som grundlaget for al erkendelse (Thøgersen, 2004, s. 7). I denne opfattelse har vi *ikke* bare en krop, som vi eksisterer i. Selve eksistensen er derimod kropslig (Keller, 1995, s. 7). Med

⁴ Med kropssubjekt menes det samme som begrebet egenkroppen.

⁵ Vi vil vende tilbage til med en yderligere uddybning af egenskaber ved Merleau-Pontys begreb om egenkroppen i kapitel 5.

indførelsen af egenkroppen gør Merleau-Ponty op med en udbredt dualisme mellem bl.a. krop og psyke (Thøgersen, 2004, s. 45-46). Modsat denne opfattelse mener Merleau-Ponty, at bevidstheden først og fremmest er kropslig forankret som en rettet i verden, førend den er reflektiv: “Oprindeligt er bevidstheden ikke ‘jeg tænker at’, men ‘jeg kan’ ” (Merleau-Ponty, 1994, s. 91). I citatet ses Merleau-Pontys antagelse om at bevidstheden først og fremmest er kropslig, førend den er reflektiv.

Det er netop egenkroppen, der perciperer verden. Når vi samler de to begreber perception og egenkroppen, som vi indtil nu har gennemgået, er det nu vigtigt at bemærke sig, at der i perceptionen er et *anonymt* kropsligt man (jf. Feilbergs begreb om anonym væren, afsnit 2.2.2) forinden, at perceptionen bliver knyttet til en bestemt person, et *jeg* eller et *vi*. Umiddelbart perciperer vi først som et alment eller et anonymt kropssubjekt, der er før-subjektiv og før-objektiv, da det endnu ikke er blevet til et ‘jeg’ eller et ‘vi’ (Keller, 1995, s. 8). Det anonyme i perceptionen kommer fra, at den er forankret i en prærefleksiv umiddelbar sansende og levet kropslighed, hvor der (som vi skal se i det næste afsnit) er en sammensmeltning mellem den der perciperer, og det der perciperes (Merleau-Ponty, 1993, s. 23; Keller, 1995, s. 8).

2.2.1.3 Ikke-dualisme

Som vi netop har set, udgør Merleau-Pontys filosofi et brud med dualismen mellem krop og psyke, som Descartes fremstillede det. Dette afsnit samler op hvor det forrige efterlod os ved, hvad Merleau-Ponty betegner “den uadskillelige forbindelse, der er mellem selvet og verden, selvet og næsten” (1993, s. 23). Merleau-Ponty mener, at det er fænomenologiens opgave at vende tilbage til den levede erfaring for at kunne beskrive og synliggøre netop denne uadskillelige forbindelse mellem subjekt/objekt, indre/ydre samt selvet/den anden. Det er grundlæggende for hans ontologi, at der i perceptionens før-refleksive sansende umiddelbarhed er en forbundethed mellem mennesket og verden, som er radikalt anderledes end både objektivismen (hvor grundlaget for erkendelsen er, at man kan trække sig væk fra verden og objektivt forholde sig til den) og subjektivismen (hvor grundlaget for erkendelsen er forankret i subjektet) (Thøgersen, 2004, s. 90). Ifølge Merleau-Ponty er det netop fænomenologiens fineste opgave, at den gennem fokuset på den levede erfaring har forenet disse to poler (1994, s. 32).

Grundlæggende ser vi altså, at Merleau-Ponty fremhæver den gensidige forbindelse mellem mennesket og verden. Ulla Thøgersen beskriver dette ved fokus på tvetydigheden:

Han specificerer menneskets eksistens ud fra en metode, hvor enten-eller bliver til både-og. Han peger på, at der er en tvetydighed knyttet til menneskets eksistens, for eksempel er mennesket ikke enten ånd eller natur, men både-og. (Thøgersen, 2004, s. 138)

Heri udlægges tvetydigheden i menneskets ontologi. Når vi tænker i forlængelse af Merleau-Ponty, giver det altså ikke mening at spørge, om mennesket formes fx af sit indre eller ydre, da svaret altid vil være både-og. Det gør også til tider hans filosofi og sprog svært tilgængeligt (Thøgersen, 2004, s. 138).

Vi har nu etableret, at egenkroppen i perceptionen indgår i en før-refleksiv tæt sammenhørende forbindelse til verden. I næste afsnit vil vi gå videre med, hvad dette har af betydning for den kropslige sociale eksistens.

2.2.1.4 Kropslig-social eksistens

Vi fortsætter ved kroppen og verdens tætte gensidige forbindelse. For Merleau-Ponty er forbindelsen mulig, fordi kroppen *er* i verden. I sin forståelse heraf trækker han på Heideggers begreb *væren-i-verden*, hvor mennesket er kendetegnet ved at være kastet ind i verden via dets kropslige forankring (Thøgersen, 2004, s. 131). Merleau-Ponty beskriver:

Verden er ikke en genstand, hvis konstituerede lov jeg besidder i mig, den udgør det naturlige miljø og feltet for alle mine tanker og alle mine eksplícitte perceptioner. Sandheden 'bor' ikke alene i det 'indre menneske' eller rettere sagt: Der er ikke noget indre menneske, mennesket er i verden, det er i verden, det erkender sig selv. Når jeg vender tilbage til mig selv fra den sunde fornufts dogmatisme, finder jeg ikke en kilde af indre sandhed, men et subjekt, der er dømt til verden. (Merleau-Ponty, 1994, s. XII)

Heraf ser vi, at mennesket er *dømt* til at være i verden i kraft af dets kropslighed, og denne kropslighed kan ikke adskilles fra verden. Mennesket som en indre adskilt enhed fra verden afvises altså som grundlaget for erkendelse. Derimod mener han, at mennesket i kraft af sin kropslige væren i verden allerede indgår i et meningsfuldt forhold til

verden, fordi perceptionen i sig selv er en gensidig meningsskabelse mellem kropssubjekt og verden. Dette hænger tæt sammen med den før-refleksive forbundethed mellem mennesket og verden, der foregår på et anonymt plan (Merleau-Ponty, 1994, s. 53).

Hertil er det centralt, at for Merleau-Ponty er mennesket socialt, førend det er individuelt. Altså eksisterer mennesket som kropsligt-socialt i kraft af den umiddelbare og uadskillelige forbindelse til verden (Keller, 1995, s. 8). Således er der hos Merleau-Ponty en forankrethed i den sociale verden, hvori mennesket gensidigt med verden og den anden udvikler sig, forstår sig selv, verden og den anden i et samspil. Mennesket er derfor situeret i en bestemt situation, samtid og samfund, som gensidigt indvirker på mennesket (Merleau-Ponty, 1993, s. 23).

Den sociokulturelle mening er dog hos Merleau-Ponty først og fremmest noget, vi *mærker* før-refleksivt. Derfor er vi i relationen til andre først og fremmest “spontane deltagere i kropslige formgivninger af betydning, perspektiver og handlingsfelter” (Keller, 1995, s. 8).

2.2.2 Ontologi ved Casper Feilberg

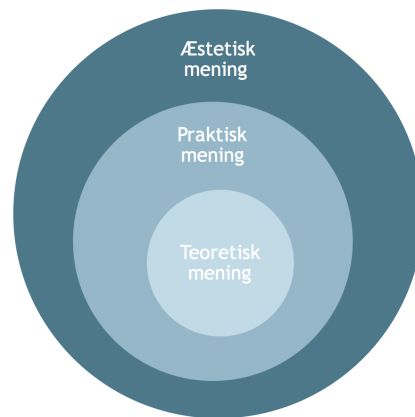
Vi ser nu nærmere på aspekter af Casper Feilbergs (2014; 2019) ontologiske forståelse af mennesket, der i høj grad er inspireret af Merleau-Pontys ontologi. I det følgende præsenteres to dimensioner, hhv. aspekter af væren samt former for mening (Feilberg, 2019, s. 52-59).

Den første dimension omhandler aspekter af væren (se figur 1). Eksistentiel fænomenologi peger på, at mennesket skal forstås som en væren, der er kastet ind i verden. Livsverdenen udgør altså her en fælles og anonym baggrund for mennesket, før mennesket kan anskues som et bevidst og tænkende væsen (ibid., s. 52). Ifølge Feilberg (2019, s. 53) skal mennesket forstås som et samspil mellem tre dimensioner; hhv. anonym væren, individuel eksistens og kollektiv eksistens. *Anonym væren* er altid til stede i menneskets livsverden som en baggrund, hvorfra den individuelle og kollektive eksistens står ud fra. Den anonyme væren forstås som før-sproglige oplevelser, og udspilles i et åbent felt af erfaringer på tværs af det individuelle og kollektive samt på tværs af kroppe og bevidstheder (ibid., s. 52-54). På baggrund af den anonyme væren veksler mennesket mellem en *individuel eksistens*, der henviser til menneskets personlige liv hvor mennesket står ud som sig selv, og en *kollektiv eksistens*, der omhandler menneskets liv i grupper, institutioner eller samfundsgrupper (ibid.).



Figur 1: Den individuelle og kollektive eksistens står ud på baggrund af en anonym væren, livsverdenen som totalitet (Feilberg, 2019, s. 53).

Den anden dimension hos Feilberg omhandler tre former for mening, der indenfor en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme indkredser livsverdenen (ibid., s. 54-57). Modellen prøver teoretisk at indfange den umiddelbare oplevelses flertydighed på en helhedsorienteret måde. De tre former for mening er hhv. det teoretiske, praktiske og æstetiske meningsniveau (se figur 2). I indledningen er de subtile aspekter ved tilværelsen netop beskrevet iht. det æstetiske og praktiske meningsniveau. Lad os derfor se nærmere på de tre niveauer af mening: *Det teoretiske meningsniveau* er et begrebsligt og objektiverende niveau, hvor vi sprogligt kan italesætte, beskrive og analysere, fx hvad psykologfaglighed på et teoretisk plan indbefatter. *Det praktiske meningsniveau* omhandler et kropsligt udtryk, der er socialt indlejret. Kroppen er oplevelsesmæssigt en egenkrop, der reagerer på at være i verden, hvormed kroppen erfarer, selvom vi ikke altid er reflektive og bevidste om dens signaler (Feilberg, 2019, s. 54-57). *Det æstetiske meningsniveau* er altid til stede som en baggrund hos mennesket og beskriver en umiddelbare erfaring, hvor der ikke skelnes mellem selv, anden og ting (Feilberg, 2014, s. 25). Dette niveau er ifølge Feilberg (2014, s. 25), hvad perception er for Merleau-Ponty. Det æstetiske niveau er svært at indkredse sprogligt, da det æstetiske netop berører subtile aspekter såsom sansning, fornemmelser, stemninger og følelser (Feilberg, 2019, s. 57).



Figur 2: Livsverdenen kan inddeles i tre meningsniveau, der går fra det æstetiske meningsniveau, der er det mest uddifferentierede, over til det praktiske niveau af mening og til et begrebsligt meningsniveau, der er det mest differentierede (Feilberg, 2019, s. 55).

Fra de ontologiske antagelser vil vi herfra overgå til at introducere epistemologi.

2.3 Epistemologiske antagelser

Epistemologi kommer af det oldgræske *episteme* og betyder læren om viden. Det defineres som læren og undersøgelsen af, hvordan viden opnås, og hvordan mennesket kan erkende verden (Jacobsen, Lippert-Rasmussen & Nedergaard, 2015, s. 21). Vi redegør i afsnittet for grundlagsteoriens epistemologiske antagelser. Først introduceres Habermas' tre erkendelsesinteresser, dernæst beskrives to metodiske spor hos eksistentiel fænomenologi. Hernæst udfoldes det ene spor yderligere ved Gadammers udlægning af den hermeneutiske cirkel samt fortolkningsbuen hos Ricoeur. Afslutningsvist redegøres for forforståelser ifølge Feilberg (2019), og vi reflekteres over vores forforståelser i forbindelse med projektet.

2.3.1 Habermas' erkendelsesinteresser og forståelse af epistemologi

Dette projekt arbejder ud fra den praktiske erkendelsesinteresse, der er én blandt Habermas' tre mulige forskningstilgange. Således vil vi indledningsvist beskrive dette perspektiv og dernæst implikationerne heraf.

Den kritiske filosof Jürgen Habermas (2005, s. 125) diskuterede i sin tiltrædelsesforelæsning som professor i 1965 forholdet mellem interesse og erkendelse, hvori han kritiserede den positivistiske idé om 'ren teori', da erkendelse løsrevet fra interesse aldrig 'renser' forskningen for menneskets lidenskaber. Han peger i stedet på, at mødet med verden altid er forankret i livsverdenens selvfølgeligheder, samt at beskrivelser

aldrig er værdineutrale (ibid., s. 123; 130). Således bør vi kritisk skabe bevidsthed om vores ståsted og vælge en erkendelsesinteresse forud for en undersøgelse, så vi undgår positivistiske faldgrupper (ibid., s. 130). Habermas opstiller i denne forbindelse tre tilgange til at opnå viden kaldet *erkendelsesinteresser*, der forstås som lige legitime (Feilberg, 2019, s. 87). Tilgangene angiver sammenhænge mellem erkendelsesmæssige mål og metodiske fremgangsmåder, som er karakteriseret ved forskellige forskningsformål, metodiske principper og former for viden (Habermas, 2005, s. 126; 132; Feilberg, 2019, s. 86).

Ifølge Feilberg (2019, s. 86) skal Habermas' erkendelsesinteresser forstås som et metodisk landkort, som angiver tre mulige forsknings afsæt ud fra en epistemologisk ramme. Habermas taler om erkendelsesinteresser fremfor tre videnskabelige hovedtraditioner (natur-, samf- og humanvidenskab), da han understreger, at metoder sjældent afgrænser sig til én videnskabsretning. Derfor må vi antage et nuanceret blik på anvendelse af metoder på tværs af forskningsfelter (ibid., s. 87). Det skal være fænomenet og problemstillingens karakter, der begrundet valg af undersøgelsestilgang (ibid., s. 20). Det bliver herved væsentligt, at vi som undersøgere bevidstgøres om, hvilken interesse der leder undersøgelsen, da tilgangen danner grundlag for, hvad forskningen kan bruges til i praksis (Habermas, 2005, s. 129-130).

2.3.1.1 De tre erkendelsesinteresser

Den tekniske erkendelsesinteresse forbindes typisk med naturvidenskab, da den metodisk ønsker at objektivisere og kontrollere undersøgelsesprocesser, fx gennem kontrollerede eksperimenter (Feilberg, 2019, s. 87-88). Dens formål er at skabe empirisk-analytisk viden, der kan give forudsigelser vha. logisk opbyggede hypoteser (Habermas, 2005, s. 127). Idealet om 'ren teori' fremhæves ofte som karakteristisk, hvilket indebærer at deskriptive beskrivelser af fænomenet renses for subjektivitet, hvilket Habermas imidlertid kritiserer som 'ontologisk skin', dvs. en umulighed pga. menneskets ontologi. Han argumenterer derfor for, at reflektion ift. undersøgerens forforståelser altid skal indgå, også under den tekniske erkendelsesinteresse (ibid., s. 125).

Den praktiske erkendelsesinteresse, som er afsættet for dette projekt, ses ofte i de historisk-hermeneutiske videnskaber og har til formål at forstå et fænomen (Feilberg, 2019, s. 87-89; Habermas, 2005, s. 127). *Praktisk* henviser til, at vi etisk først kan tillade os at lave intervention i praksis, når vi via fortolkninger forstår fænomenet

nærmere (Habermas, 2005, s. 131). Metodisk gøres brug af hermeneutik og fortolkning, da betydningsforståelse giver adgang til fænomenet (ibid., s. 125). Undersøgerens forforståelse er tæt knyttet til afsættet forud for undersøgelsen såvel som undervejs i processen, da fænomenets betydninger åbnes for fortolkerens via en vekslen mellem hendes egen verden og sagens mulige betydninger (ibid., s. 128). Denne vekselvirkning kan som beskrevet forstås ved den hermeneutiske cirkel (jf. afsnit 2.3.3.1). Fortolkeren arbejder i denne erkendelsesinteresse i en vekslen mellem del og helhed, spørgsmål og forståelsesudkast, i en principiel uendelig proces mod helhedsfortolkninger (Feilberg, 2019, s. 93). Fortolkeren kan aldrig opnå fuldkommen objektiv viden, men arbejder i stedet iht. et *phronesis* vidensideal, der beskrives som praktisk visdom anvendt i handling (Højberg, 2014, s. 319).

Den emancipatoriske erkendelsesinteresse har til formål at kritisere og frigøre fra tvang gennem analyser, der fremmer autonomi eller afslører modstridende sammenhænge i samfundet (Habermas, 2005, s. 128-129; Feilberg, 2019, s. 87-88). Den emancipatoriske erkendelsesinteresse ses typisk i samfundsorienterede discipliner og udmærker sig ved at kombinere metoder fra den tekniske og praktiske erkendelsesinteresse, idet den både kan søge mod empirisk-analytisk viden, trække på hermeneutiske processer samt anlægge ideologikritik (Habermas, 2005, s. 128-129). Habermas fremhæver selvrefleksion som et centralt metodisk greb med potentiale for frigørelse, idet refleksionsproces i de berørte personers bevidsthed kan afføde forandring af ureflekterede bevidsthedsniveauer og også kan skabe væsentlig refleksion over udgangspunktet for en interesse (ibid., s. 131-132).

Med denne epistemologiske forståelsesramme på plads går vi videre til en redegørelse af metodiske forståelser relateret til projektets grundlagsteori. Dette gøres gennem en præsentation af to centrale metodiske spor indenfor eksistentiel fænomenologi.

2.3.2 To metodiske spor hos eksistentiel fænomenologi

Den eksistentielle fænomenologi kan, ifølge Feilberg (2019, s. 49-51), lidt enkelt siges at følge to metodiske spor; fænomenologien og hermeneutikken. Disse kan ses som gensidige forudsætninger, idet fænomenologien udgør hermeneutikkens ufravigelige forudsætning, imens en moden fænomenologi er hermeneutisk ved at forstå en

beskrivelse af mening som en fortolkning (ibid., s. 53). De to spor vil præsenteres, hvorefter implikationerne heraf beskrives.

Det første fænomenologiske spor opholder sig ved livsverdensfænomener og søger at gå til 'sagen selv', hvorfor udgangspunktet er den umiddelbare oplevelse og den levede erfaring iht. livsverdenen (ibid., s. 50). Fænomenologien som tradition er allerede blevet beskrevet som havende flere udviklingsstier, hvilket ikke uddybes yderligere her (se afsnit 2.1). At gå til sagen selv indebærer epistemologisk at forpligte sig på at beskrive fænomenet, som det er konkret levet og oplevet (Feilberg, 2019, s. 51). Dele af filosofien Martin Heideggers forfatterskab kan ses som et centralt bidrag til fænomenologien. Han opstillede tre fænomenologiske metoder for at nærme sig den konkrete levede erfaring. Disse var: reduktion (beskrivelse), konstruktion (fortolkning) samt destruktion (begrebskritik) (Feilberg, 2014, s. 36-38). Den fænomenologiske metode tager udgangspunkt i undersøgelsens fokus, fænomenet, og anlægger en dynamisk proces i arbejdet med den levede erfaring, hvori de tre fænomenologiske metoder bringes i spil i kraft af deres gensidige relevans (ibid., s. 36). Metoderne kan beskrives således:

Fænomenologisk *reduktion* er ifølge Keller 'en beskrivelse af det væsentlige (egentlige, karakteristiske, elementære) ved det pågældende fænomen' (Keller, 2012, s. 12-13). Med udgangspunkt i fænomenet som det naivt fremtræder beskrives, fx faglighed, via et undersøgende blik. Her søges at reducere fordomme og uvæsentlige aspekter væk fra fænomenet, som står i vejen for at lede forståelsen tilbage til det væsentlige (Feilberg, 2014, s. 36-37). Men at lede forståelsen tilbage til de væsentlige aspekter ved fænomenet forudsætter involvering af undersøgerens egen forståelseshorisont, hvorfra der sker forståelsesudkast. Dette benævner Heidegger fænomenologisk *konstruktion*, hvilket Feilberg (2014, s. 37) påpeger også kan forstås som begrebet om fortolkning fra Gadamer og Ricoeur. *Dekonstruktion* beskriver, hvordan det er nødvendigt at forholde sig kritisk til forståelser af begreber samt i bred forstand, hvilket ses i sammenhæng med at forståelser nødvendigvis præges af undersøgerens historiske og konkrete forståelseshorisont (ibid., s. 37-38). Derfor ligger i metoden, at undersøgeren stiller sig kritisk overfor antagelser i teorier og begreber enten forud eller efter en undersøgelse (ibid.).

I det andet metodiske spor trækker eksistentiel fænomenologi på hermeneutikken, som er en tradition, der omhandler fortolkning af mening, hvilket ses i lyset af, at vi ikke

kan beskrive virkeligheden direkte, som den opleves. Således må vi metodisk nærme os forståelsen af den oplevede eksistens via sproglige reflekterende fortolkninger i en hermeneutisk proces (Feilberg, 2019, s. 50-52). Disse fortolkninger gøres med inddragelse af egne forforståelser, teoretiske bidrag samt refleksion over den sociokulturelle kontekst (ibid.). Filosofen Gadamer kan fremhæves som en central eksponent for den hermeneutiske tradition, herunder især ift. den filosofiske hermeneutik. Gadamer opstillede tre metoder for hermeneutik, som var: forståelse, udlægning og anvendelse (applikation) (Højberg, 2014, s. 291).

Forståelse beskriver hos Gadamer et ontologisk vilkår bestående af forforståelse og fordomme (ibid., s. 300-302) (se afsnit 2.3.3 for uddybning). *Udlægning* indebærer fremlæggelse eller fortolkning af en tekst eller et fænomen, hvilket sker med sproget som medium og i sammenhæng med en historisk situerethed (ibid., s. 304-305). Slutteligt betonedes Gadamer, at forståelsesprocessen ikke er fuldblyndet, førend den er bragt i *anvendelse*, hvilket indebærer at omsætte forståelsen til praksis og gøre, hvad man forstår nærværende i samtiden (ibid., s. 307).

De to ovenstående epistemologiske spor i eksistentiel fænomenologi har rødder i ontologiske antagelser. Implikationerne for forståelsen af viden er, at der ikke kan produceres 'sand', objektiv viden, men at vi højest kan nærme os en forståelse af det liv, vi allerede lever (Feilberg, 2019, s. 51). Begreber kan aldrig gengive eller indfange hele menneskets komplekse væren-i-verden, men kan gøre os klogere på delaspekter heraf (Compton, 1997). Væsentligt er, at undersøgeren eller psykologen i praksis altid skal medregnes som aktiv medskabere af materiale. Dette gælder uanset videnskabsparadigme, da vi som fortolkere aldrig kan sætte os udover egen livsverden (Feilberg, 2019, s. 20; Højberg, 2014, s. 312; 320).

I det følgende vil vi uddybe fortolkningsprocessen i den hermeneutiske tradition, først ved Gadamers forståelse af den hermeneutiske cirkel, dernæst ved Ricoeurs fortolkningsbue.

2.3.3 Hans-Georg Gadamer og hermeneutikken

Hermeneutikken som tradition dækker over flere strømninger, hvilket ikke yderligere vil udfoldes her (se fx Højberg, 2014 herom). I dette afsnit tages afsæt i filosofen Hans-Georg Gadamers forståelse af hermeneutik og den hermeneutiske cirkel iht.

filosofisk hermeneutik. Gadamer kan foruden sine bidrag til filosofisk hermeneutik også ses som eksponent for eksistentiel fænomenologi.

Den filosofiske hermeneutik kendetegnes ved, at den går skridtet videre fra den metodiske hermeneutik, der ser fortolkning som et epistemologisk anliggende, imens den filosofiske tradition betoner, at mennesket skal ses som forstående og fortolkende på et ontologisk plan (Højberg, 2014, s. 293-294). Hermeneutikken hos Gadamer bygger på, at mennesket aldrig kan sætte sig udover mening som et grundvilkår, da vi kropsligt eksisterer åbent for verden og er i en konstant meningstilblivelse og fortolkning (Feilberg, 2019, s. 54; Compton, 1997). Fx kræver det tolkning at forstå et andet menneskes handlinger eller udsagn yderligere, da meningen ikke altid fremstår tydelig, og vi kan misforstå hinanden (Højberg, 2014, s. 290). Hermeneutik forstås derfor hos Gadamer som en filosofi vedrørende eksistens og fortolkning, der indbefatter en veksling mellem del og helhed, forståelse og fortolkning (Andersen & Koch, 2007, s. 220-221).

2.3.3.1 Den hermeneutiske cirkel

Centralt for den hermeneutiske tradition, såvel som for videnskabelighed indenfor en praktisk erkendelsesinteresse, er den hermeneutiske cirkel, som beskrives i dette afsnit ifølge Gadamer.

Ifølge Gadamer er den hermeneutisk cirkel ikke en metode, men en betingelse for at være til i verden som menneske, dvs. et ontologisk princip. *Den hermeneutiske cirkel* skildrer, at mennesket veksler mellem del og helhed for at forstå en sag bedre. Ved at gå til delasppekter forstår vi helheden nærmere, og omvendt (Højberg, 2014, s. 299-300). Altså er det sammenhængen mellem del og helhed, der er meningsskabende, og relationen imellem disse muliggør, at vi kan forstå og fortolke. Forholdet mellem del og helhed er ikke fastlåst, idet mange mulige del-helheds-relationer findes, fx kan fremhæves forskellige delasppekter ift. psykologfaglighed. Bevægelsen er kendetegnet ved i princippet at være en uendelig proces, da vi aldrig når til en 'korrekt' tolkning (ibid., s. 292-293).

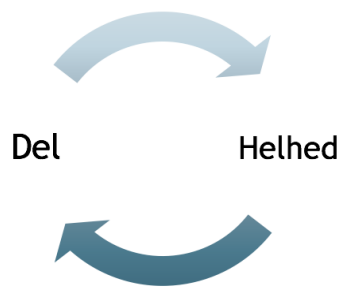
Hos Gadamer beskriver *horisontsammensmeltning* mødet med genstandsfeltet, hvor forståelse og mening opstår (ibid., s. 303). I projektets tilfælde gælder dette mødet med teoretikerne og deres forståelser. Og i praksis beskriver horisontsammensmeltning mødet imellem psykolog og klient. I mødet udspiller sig en gensidig og procesuel meningsudveksling og -dannelse mellem fortolkerens og den andens

forståelseshorisont, der er tidsligt betinget samt historisk og kulturelt situeret (ibid., s. 317). Som fortolkere kan vi aldrig fuldt ud smelte sammen med den andens horisont, da der altid vil være et spændingsforhold af afstand (Andersen & Koch, 2007, s. 233-234). Udgangspunktet er således ikke, at der opstår konsensus eller en overtagelse af den andens forståelseshorisont, men at mødet kan provokere ens verdensforståelse og revidere fordomme (Højberg, 2014, s. 303). Fortolkeren indgår herved som en central andel af fortolkningsprocessen i Gadamer's udlægning af den hermeneutiske cirkel, hvilket vi vil se nærmere på i det følgende afsnit.

2.3.3.2 Fortolkeren som uadskillelig fra forståelse og fortolkning

Ifølge Gadamer kan vi ikke gøre os fuldkommen fri af egne forforståelser i arbejdet med at forstå et menneske, en sag eller en tekst (Højberg, 2014, s. 293). Gadamer argumenterer for, at den indledende forståelse i den hermeneutiske cirkel influeres af fortolkerens forståelseshorisont. *Forståelseshorisonten* består af forforståelse og fordomme og er en ramme for, hvordan vi orienterer os, handler og forstår verden. Horisonten er evigt i bevægelse og er både personlig og kollektiv, da vi medbringer private erfaringer såvel som kollektive forståelser, fordi vi er en del af et sprogligt fællesskab samt en fælles historie og kultur (ibid., s. 302-303). Forståelseshorisonten angiver, at vi som mennesker aldrig går forudsætningsløse til et fænomen, idet vi bygger på en allerede givet forståelse af verden (ibid., s. 301).

Begrebet *forforståelser* dækker ifølge Gadamer over, hvordan der altid går en tidligere forståelse forud for vores nuværende forståelse (ibid.). *Fordomme* beskriver den bagage, som medbringes i forståelsesprocessen af verden, og som udgøres af domme som er gjort på forhånd, men som ikke er endelige. Fordomme skal hos Gadamer ikke forstås som en snæversynet eller dømmende holdning (ibid., s. 300-305). Forståelseshorisonten udgøres bl.a. af videnskabelig baggrund, arbejds erfaringer, teoretisk begrebsapparat og den historisk-kulturelle ramme. Men disse skal ikke forstås som kilde til bias eller fejlkilder. Tværtimod skal forståelseshorisonten ses som en aktiv del af den hermeneutiske proces, som et afsæt hvorfra forskeren går til vekselvirkningen imellem forståelse og fortolkning (ibid.). Forståelseshorisonten bør derved accepteres som et uundgåeligt afsæt for alle typer videnskabelighed (ibid., s. 305-306).

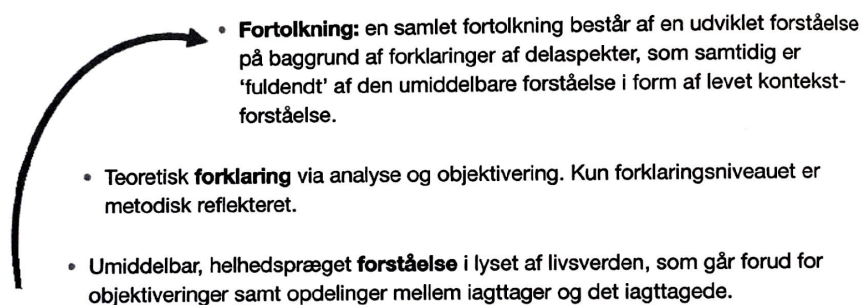


Figur 3: Den hermeneutiske cirkel illustrerer den evige vekselvirkning mellem del og helhed mod forståelse.

2.3.4 Paul Ricoeur og den hermeneutiske fortolkningsbue

Fortolkningsbuen hos filosofen Paul Ricoeur er udgangspunktet for projektets analytiske arbejde og udvikling af forståelse af psykologfaglighed, hvorfor modellen redigøres for i dette afsnit.

Ifølge Højberg (2014) bygger Ricoeur bl.a. videre på Heideggers og Gadammers opgør med metodefikseringen, men han bevæger sig også videre i en kritisk hermeneutisk tradition (s. 314). Ricoeurs udgangspunkt er at sætte forståelse, forklaring og fortolkning i relation til hinanden og dermed gøre op med et skarpt klassisk skel mellem forståelse og forklaring. Dette gør Ricoeur i den hermeneutiske *fortolkningsbue* (se figur 4), der placerer forståelse og forklaring i et dialektisk samspil eller som positioner på et kontinuum i en overordnet proces, der fører til fortolkning (Feilberg, 2014, s. 56-57).



Figur 4: Ricoeurs fortolkningsbue (if. Feilberg, 2019, s. 84).

Fortolkningsbuen beskriver, hvordan vi bevæger os i en vekselvirkning mellem umiddelbare forståelser og forklaringer imod fortolkninger (ibid.). Feilberg definerer *umiddelbar forståelse* som en forudgående meningsbaggrund, der ontologisk udspringer af vores væren i verden og livsverden. Umiddelbar forståelse er forudsætningen for *forklaring*, der omhandler inddragelsen af teoretiske refleksioner og analyser til at forstå dele af helheden (Feilberg, 2014, s. 56-58).

Forståelsen af en problemstilling i fortolkningsbuen udvikles fra et naivt, umiddelbart sted, hvorefter forståelsen uddybes gennem teoretisk forklaring via objektivisering og analyse. Dette betyder udvikling af analyse på erkendelsesteoretisk plan, der er metodisk reflekteret. Denne vekslen fører til, at forståelsen smelter sammen til en højere *fortolkning* (ibid.; Feilberg, 2019, s. 83). Feilberg fører Ricoeurs begreb om fortolkning over i sit begreb om *helhedsfortolkning*, der betegner det bedst mulige forståelsesudkast, der bygger på de relevante aspekter af helheden, og som sætter delforståelser ift. helheden og gør brug af umiddelbare og før-refleksive forståelser (ibid., s. 83-85).

2.3.5 Projektets forforståelser og forudantagelser om psykologfaglighed

Vi vil i det følgende reflektere over vores forforståelser iht. dette projekt, så vi herved undgår at invitere ureflekterede ontologiske og epistemologiske ind i undersøgelsen (Feilberg, 2019, s. 48). I dette afsnit inviteres læseren således ind i 'maskinrummet' for at kunne følge den løbende udvikling af forforståelser omhandlende en sanselig og teoretisk psykologfaglighed og forståelsen af klientens verden.

Forforståelser beskriver, hvordan vi i enhver undersøgelse på forhånd har forventninger til menneskets væren og fænomenets beskaffenhed (ibid.). Ifølge Feilberg kan forforståelser i praksis undersøges ud fra følgende tre: 1) umiddelbar forståelse (her ift. selvforståelse) 2) teoretisk forforståelser samt 3) forudantagelser (ibid. s. 79-80). I det følgende gennemgås vores indledende forforståelse, og dernæst udviklingen heraf til slut i processen.

2.3.5.1 Selvforståelse

Relateret til grundlagsteorien kan vi som afsendere af projektet ikke sætte os udover vores egne umiddelbare forståelser og ståsteder (Feilberg, 2019, s. 84; 299). Derfor undersøger dette afsnit vores selvforståelser, da vores unikke afsæt præger projektets ønske om at finde et fagligt ståsted. *Selvforståelse* er evnen til at forholde sig refleksivt til ens personlige og kulturelle forståelsesbaggrund (Feilberg, 2019, s.120). Dette ser vi som relateret til den umiddelbare forståelse, hvilket beskriver 'selvfølgelige' forståelser i hverdagen, livshistoriske erfaringer, teorier vi ikke længere kan kilderne på samt den fælles sociale, kulturelle og historiske livsverden. Fra dette udgangspunkt søger vi derved at forstå verden, os selv eller et fænomen (ibid., s. 78-81).

Centralt og fælles i vores selvforståelser er, at vi alle tre er søgende i forhold til at finde ståsteder, hvorfra vi kan forstå og støtte klienter i terapi. Vi er optaget af at søge inspiration bredt, også udenfor psykologien, fx fra yoga, eksistensfilosofi, kunst og kultur samt højskolefællesskaber.

Vi deler fagligt en stræben imod at ville udvikle os til at blive dygtige psykologer, som tilgår forståelse helhedsorienteret og værner om klienter i praksis med respekt for dennes autonomi. Vi ser, at vores forståelser af 'god psykologfaglighed' er særligt influeret af psykologistudiet på Aalborg Universitet⁶. Desuden har vi gjort os praksiserfaringer med psykologfaglighed både i frivillige jobs og som klienter, hvilket har vist os potentialer og faldgruber for psykologens virke. Disse erfaringer har gjort os nysgerrige på en psykologisk faglighed og praksis, der også kan indfange subtile, ubevidste og kropslige aspekter af klientens verden.

Vi mener, at det er væsentligt som snarlig færdiguddannede at kunne holde fast i at 'være os selv' i processen mod at finde faglige ståsteder. Dog er vi bekymrede over, hvorvidt den aktuelle kultur i den psykologiske profession og tidsånd kan rumme forskelligartede faglige ståsteder. Således bliver det aktuelt og en motivation for os som kommende psykologer at finde en legitim psykologisk praksis, som vi kan identificere os med og stå inde for fagligt såvel som personligt.

Ved projektets afslutning ser vi, at vores ønske om at søge bred inspiration udenfor psykologiens rammer ikke kan eller bør implementeres ukritisk. Derimod bør vi iht. Køppes moderate eklekticisme gøre dette på et reflekteret grundlag (se afsnit 3.5). Ganske vist foregår videnskabelig udvikling ofte som en eklektisk proces, bl.a. ved at grænseflader til andre discipliner undersøges og inspirerer til udvidelser og begrebsmæssige nydannelser (ibid.). Men samtidig er det afgørende at forholde sig kritisk og velreflekteret til kombinationen af teorier, hvilket er blevet mere tydeligt undervejs i projektets proces mod at danne et velreflekteret fagligt og personligt ståsted. Vi ser aktuelt, at projektet slutteligt inspireres bredt og inddrager teoretikere, der kan tolkes iht. grænselandet af psykologien, så som filosofi, sociologi og dybdepsykologi. I dag ser vi dette afsæt som et muligt ubevidst anliggende fra vores side, men vi har dog ikke

⁶ Centralt er modellen om problembaseret læring på Aalborg Universitet samt kulturen omkring kvalitativ forskning på instituttet for Psykologi. Yderligere af betydning er faget Psykologisk Profession, der bl.a. introducerede Donald Schöns begreb om den reflekterende praktiker (2001), betonedes psykologens tilstedeværelse i mødet med klienter (se fx Thuesens, 2015; Symington, 1996) og en gav en kritisk indføring i evidensbaseret praksis (se fx Jensen, 2014; Habermas, 2005; Feilberg, 2019; Høstmølingen, 2010; Mortensen, 2010).

inddraget bidragene uden kritisk forholden. Styrken er samtidig, at perspektiverne kan kaste lys over aspekter i psykologien, som ikke normalvis betones iht. psykologisk praksis.

I forhold til vores ønske om at inddrage subtile, ubevidste og kropslige aspekter af klientens verden ser vi, at inddragelsen af nye teoretikere har hjulpet til at skærpe vores forståelse. Samtidig har vi dog fortsat en oplevelse af at ‘mangle ord’. Herfra ser vi i dag vores ønske om fuldt at kunne belyse, begribe og beskrive disse aspekter som et naivt udgangspunkt, da vi må anerkende, at mennesket har en flertydig og gådefuld karakter, som hverken ord eller metodisk kontrol kan overkomme.

2.3.5.2 Teoretiske forforståelser

Teoretiske forforståelser er forståelser, der ligger implicit eller anvendes bevidst til at forklare og fortolke et spørgsmål, fx grundlagsteori eller psykologiske teorier (Feilberg, 2019, s. 80). Teori kan bade være hjælpsom til at forklare og fortolke, men kan også være opmærksomhedsforledende, hvis ikke vi gør os klart, hvad vi trækker på (ibid.).

Projektets teoretiske forforståelser udgøres af eksistentiel fænomenologi som grundlagsteori samt af de to teoribidrag, der omhandler perspektiver på det ubevidste og imagination ifølge Jung (jf. kapitel 4) samt forståelser af kropslighed ifølge Merleau-Ponty og Gendlin (jf. kapitel 5). Den eksistentielle fænomenologis ontologiske og epistemologiske antagelser beskrives i kapitel 2, hvorved projektets metodologiske ramme også er ekspliciteret. Grundlaget for vores teoretiske forståelse af psykologfaglighed tager afsæt i Casper Feilbergs (2019) teori om den dannede psykologiske habitus (jf. kapitel 3).

Ved projektets afslutning ser vi, at vi særligt har haft fokus på at belyse sanselige aspekter af psykologfagligheden igennem vores fokus på det æstetiske og praktiske meningsniveau iht. det ubevidste og kropslighed. Dette kan muligvis forstås i lyset af, at vi igennem vores tid på universitetet har haft et udpræget teoretisk fokus, hvorimod forståelsen af sanselige sider af psykologfaglighed ikke har været i højsædet. Derfor må vi aktuelt konstatere, at vi har fået udvidet vores horisont vha. nye teoretiske bud, men at vi samtidig ser, at den sanselige del af psykologfagligheden i sidste ende først skærpes yderligere, når vi selv indtræder i terapeutisk praksis.

I forhold til vores valg af teorier fremgår det i dag tydeligere, at vi dels har været præget af at undgå faldgruber i tidsånden (jf. afsnit 3.4), og dels har efterspurgt viden om det ubevidste og kropslighed undervejs i vores studietid. Derfor kan udvælgelsen af teori delvist forstås iht. en ureflekteret agenda om at ville bringe disse perspektiver med ind i vores psykologfaglighed, selv om perspektiverne i projektet har vist sig relevante. Vi ser derfor i dag mere nuanceret på, at projektets teoretiske perspektiver også har sine begrænsninger. Andre teoretiske perspektiver kunne ligeledes belyse psykologfaglighed, herunder fx psykoanalyse, narrative perspektiver eller mentaliseringsbaserede perspektiver. Dog vil vi fortsat argumentere for, at vores endelige valg af teoretikere efter en kritisk stillingtagen kan kombineres med projektets grundlagsteori.

2.3.5.3 Forudantagelser

Forudantagelser defineres som bevidste og ubevidste antagelser, der skaber et fundament, hvorfra fortolkninger tager sit afsæt (Feilberg, 2019, s. 44-46). Disse lægges frem i følgende afsnit:

Forudantagelse A) At forstå klienten er udgangspunkt for hensigtsmæssig intervention i praksis som psykolog. Der findes ikke kun én rigtig psykologfaglighed, men psykologen må tage aktiv stilling til idealer for sin faglighed.

Habermas anser, at forståelse er en forudsætning for intervention i praksis ud fra en praktisk erkendelsesinteresse (jf. 2.3.1). Og ifølge Feilberg (2019, s. 87-89) er det først, idet vi forstår en problemstilling eller en oplevelse hos en klient, at vi som psykologer kan forsvare at intervenere i et andet menneskes liv. Dette er en central antagelse for projektet såvel som baggrund for undersøgelsens relevans.

Samtidig mener vi ikke, at der findes én 'korrekt' psykologfaglighed eller praksis, der kan rumme alle klienter, hvorved vi stiller os kritiske overfor ensretning af det psykologiske virke, fx som ved manualiseret behandling eller ved ureflekteret anvendelse af metode ud fra de Nationale Kliniske Retningslinjer (NKR)⁷. I tråd med Feilberg (2019, s. 245) ser vi i stedet, at god psykologfaglighed forudsætter aktiv stillingtagen og selvkritisk refleksion over egen faglige ståsted såvel som løbende bevidsthed om betydningen af egen unikke livsverden og forforståelser. En sådan

⁷ For mere herom henvises til:

<https://www.sst.dk/da/opgaver/patientforloeb-og-kvalitet/nationale-kliniske-retningslinjer-nkr>

refleksionspraksis bliver man som psykolog aldrig færdig med, men denne hermeneutiske refleksionsproces må også forstås som et ansvar på et kollektivt plan indenfor fagfællesskabet, da man som psykolog står på skuldrene af sin professions kollektive habitus (ibid., s. 112). Det kan afslutningsvist pointeres, at vi antager, at faglig pluralitet er et særkende og en kvalitet i det psykologiske felt, der sikrer relevante terapeutiske tilbud til den enkelte.

Ved projektets afslutning er vi fortsat overordnet enige i ovenstående forudantagelse. Dog har vi fået et mere nuanceret blik på, hvor svært det er at begribe forståelse som et fænomen med ord. Dette ser vi især ud fra en eksistentiel fænomenologisk ramme, hvor forståelse må forstås som flertydig og kompleks, og den hermeneutiske tolkningsproces principielt aldrig slutter (jf. afsnit 2.2.2). Således er det svært at indfange en fuld menneskelig helhedsoplevelse, og vi må anerkende et uundgåeligt spændingsforhold ved horisontsammensmeltninger (jf. Merleau-Pontys begreb om perception, se afsnit 2.2.1.1; jf. Gadamer's hermeneutiske cirkel, afsnit 2.3.3). Derfor stiller vi os i dag mere ydmygt til vores kommende psykologfaglige praksis samt den krævende kerneopgave med at forstå klienten. Vi ser dette i tråd med et ståsted i en reflekteret grundlagsteori, der søger ikke at reducere mennesket, men insisterer på at bevare et gådefuldt eller ubegribelighed aspekt ved tilværelsen.

Vi ser ved projektets slutning også, at vi har skærpet vores præcision ved at gå væk fra brugen af 'idealer' siden projektets start. Vi gik væk fra idealer som det centrale nedslag iht. at indfange psykologfaglighed, idet der kritisk kan siges at mangle en vægtning heri af opnåelige aspekter ved fagligheden, som kan efterleves i en daglig praksis af psykologen. Dette er, hvad Feilberg netop søger at imødekomme ved sin skelnen mellem idealer og træk (jf. 3.3). Slutteligt kan bemærkes, at vi i ovenstående forudantagelse ser en mangel på vægtningen af et fagligt fællesskab, hvori refleksion, supervision og sparring hjælper psykologen med at fremme forståelsen af klienten i terapeutisk praksis.

Forudantagelse B) Forståelse af klientens verden kan opkvalificeres ved, at psykologen inddrager et æstetisk og praktisk meningsniveau i sin praksis.

Vi ser i tråd med antagelser fra eksistentiel fænomenologi, at der er behov for at inddrage det æstetiske og praktiske meningsniveau i mødet med klienten, så mærkbare og subtile sider af tilværelsen får plads i det terapeutiske møde. Dette gælder på trods af,

at disse aspekter kan være vanskelige at sprogliggøre eller begribe og i vores samtid ofte kan være trængt, idet de ikke nødvendigvis kan kvantificeres (Schanz, 2017, s. 91). Uden inddragelsen af disse meningsniveauer misses væsentlige aspekter af klientens livsverden dog (Feilberg, 2019, s. 279-281). Vi ser også, at meningen med klientens verden og oplevelser ikke uden videre fremtræder tilgængeligt for psykologen, men må forstås via en fortolkningsproces samt med blik for et før-sprogligt og kropsligt udtryk. Vi formoder herved, at det er væsentligt for psykologen at kaste lys på før-sproglige og mærkbare sider af klientens tilværelse.

Overordnet er vi fortsat enige i denne forudantagelse og mener, at vi med projektet har kastet lys over de æstetiske og praktiske meningsniveauer i terapeutisk praksis ved at tage udgangspunkt i aspekterne om det ubevidste samt kropslighed. Men når det er sagt, så oplever vi fortsat, at det er svært at sætte ord på disse subtile niveauer af mening, især da de kan udspille sig både før-sproglige og ubevidste. Vi ser dette hænger sammen med, at det æstetiske og praktiske aldrig til fulde kan beskrives med ord, da dette ville reducere deres kompleksitet og helhedskarakter væk. For at forstå betydningen af disse aspekter ved eksistensen til fulde, skal de måske derved netop erfares i et levet praksismøde. Vi ser dog, at nuanceringen og de nytilkomne teoretiske begreber har bidraget til en yderligere forståelse i projektets konkrete case om Katinka.

Hovedantagelse) En sanselig og teoretisk psykologfaglighed, med blik for det ubevidste og kropslighed, fremmer psykologens forståelse for klientens verden i praksis.

Vi antager, at et ståsted i en sanselig og teoretisk psykologfaglighed kan bidrage til at fremme psykologens helhedsfortolkninger af klienten og hendes livsverden. Denne styrkelse af forståelsen via en sanselig og teoretisk psykologfaglighed ser vi bl.a. ske takket være en større grad af inddragelse af æstetiske og praktiske meningsniveauer, der øger fornemmelsen for subtile og før-sproglige sider af tilværelsen. Dette suppleres af aktiv inddragelse og legitimitet til psykologens umiddelbare oplevelser i tråd med projektets grundlagsteoretiske antagelser (jf. kapitel 2).

Vi mener, at blik for det ubevidste samt kropslighed hertil udgør to relevante og supplerende opmærksomhedspunkter i psykologens udvikling af forståelse. Vi anser herved, at psykologfagligheden kan styrkes ved at skærpe forståelse for aspekter som det ubevidste og kropslighed, som ofte er i fare for at blive overset i en samtid,

der synes underlagt scientismens slør samt en rationel og analytisk verdensanskuelse (Habermas, 2005 if. Feilberg, 2019, s. 44; 260-261). Således bliver det afgørende at få udvidet begrebsapparatet for subtile dimensioner af tilværelsen, så teoretisk viden kan anvendes til at opkvalificere den forstående habitus (Feilberg, 2019, s. 115-118).

Det første aspekt, vedrørende det ubevidste, ser vi bidrager til bedre forståelse af klienten ved, at psykologen via dette rummer og forstår før-bevidste former for mening, fx ved aktiv imagination, samt får begreb om bl.a. ubevidste komplekser hos klienten. Perspektivet fokuserer konkret på Carl Gustav Jungs forståelse af det ubevidste, og hvordan imagination kan være en vigtig kilde til bedre at forstå et andet menneske (Jung, 1962; 1963). Med imagination menes menneskets mere mystiske sider af tilværelsen, herunder fx drømme, metaforer og billedsprog. Perspektivet kan legitimere subtile fornemmelser og erfaringer, der ikke ellers lader sig måle, og tilbyder en kreativ og visuel terapeutisk holdning.

I det andet teoretiske perspektiv sættes fokus på kropslighed ved Merleau-Pontys begreb om egenkroppen (1994) og Gendlins begreb om den følte fornemmelse (1996). Her kan fremhæves den ontologiske antagelse om, at krop og psyke er ét fremfor to opdelte størrelser, hvorfor kroppen får en anden betydning, end hvis den forstås som et objekt (Merleau-Ponty, 1999; Gendlin, 1973). Derfor ser vi, at perspektivet bidrager til, at psykologen får nødvendig viden om menneskets kropslige forankring i verden, hvilket fx betyder større varsomhed overfor at reducere mennesket til tænkning og kroppen som en psykens beholder. Vi ser, at de to teoretiske perspektiver på kropslighed fra Merleau-Ponty og Gendlin kan belyse, hvordan en ikke-dualistisk ontologi omhandlende menneskets krop og psyke kan tage sig ud i praksis. Der ligger således en antagelse i projektet om, at det for psykologen er væsentligt at forstå aspekter af menneskets kropslighed for at styrke forståelsen af klienten i praksis.

Slutteligt ses, at de teoretiske perspektiver hver især bidrager med væsentlig nuancering af aspekter for en god, kreativ og rummelig psykologfaglighed, som ellers let overses eller reduceres væk i mødet med klienter, hvilket på problematisk vis kan stå i vejen for en dybere forståelse af klienters verden, umiddelbare oplevelser og problemstilling.

Ved afslutningen af projektet fremgår det tydeligere for os, at forståelse er en kerneopgave ved en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, som i højeste grad er krævende og kompleks. Hertil ser vi, at implikationerne af tidsånden kan udfordre forståelsen af

en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, da subtile sider af klientens livsverden risikerer at blive reduceret væk, fx via en udbredt kartesiansk dualisme. Selvkritisk kan overvejes, at vores betoning af netop det sanselige og teoretiske for faglighed ikke bidrager med ny viden ift. Feilbergs psykologfaglige habitus. Den væsentlige forskel er dog, at vi i projektet har sigtet mod et personligt psykologfagligt ståsted, fremfor en generel grundlagsteori (jf. afsnit 6.2).

Skal vi fremhæve en anden væsentlig læring, havde vi indledningsvist ikke overvejet kompleksiteten ved at kombinere grundlagsteorien og Feilbergs psykologfaglige habitus med de teoretiske bidrag om det ubevidste og kropslighed. Via Køppes forståelse af moderat eklekticisme (2008) er vi aktuelt blevet bevidste om den fornødne kritiske stillingtagen til samspillet mellem de forskellige traditioner, samt deres ontologiske og epistemologiske antagelser, forskelle og ligheder.

Undervejs i projektet erfarede vi, at vi særligt interesserer os for den terapeutiske praksis, og derved mødet mellem klient og terapeut. Ved starten af projektet var det svært for os aktivt at afgrænse os, hvorfor vi både var omkring interesse for professionen, gruppesamtaler og psykiatrien. Vi er derved endt med en skærpelse af vores fokus iht. det kliniske møde, hvilket stemmer godt overens med projektets fokus på det ubevidste samt kropslighed, der netop belyser terapeutisk praksis.

Afsluttende kan tilføjes, at vi undervejs har fået nuanceret vores forståelse af, hvad som udgør den sanselige og teoretiske psykologfaglighed. Dette skete dels ud fra en mere dybdegående forståelse af eksistentiel fænomenologi og dels via de nye teoretiske bidrag. De nærmere forståelser og implikationer af vores sanselige og teoretiske psykologfaglighed fremgår af projektets kapitel 6.

Kapitel 3

Psykologfaglighed i samtiden

I think the most general view is that the only instrument that is sufficiently complex to comprehend and learn about human existence is another human. (Lave & Kvale, 1995, s. 2)

Der findes aktuelt forskellige forståelser af, hvad der kendetegner en eksemplarisk psykologfaglighed, hvorfor dette kapitel indledningsvis beskriver og præsenterer nogle forskellige bud herpå. Dette leder til en indføring i projektets eget teoretiske udgangspunkt for psykologfaglighed, nemlig Casper Feilbergs (2019) teori om en dannet psykologfaglig habitus. Psykologfaglighed aktualiseres hernæst i en undersøgelse af samfundsstrømninger i tidsånden, som peger i retning af psykologfaglighedens vilkår i dag og herunder to udvalgte faldgruber for psykologers faglighed. Slutteligt perspektiveres til Køppes (2008) moderate eklekticisme, inden kapitlet afrundes ved at genbesøge casen med Molly og Karen.

3.1 Psykologerne Molly og Karen – En case om psykologfaglighed

For at nærme os en forståelse af psykologfaglighed indledes kapitlet med en opdigtet case om to psykologer, Molly og Karen, for at give et eksempel på forskellige psykologfagligheder. Molly og Karen har til fælles, at de begge ønsker at forstå deres klient. Men vejen dertil og mødet med det andet menneske tilgås vidt forskelligt.

Molly og Karen, der er psykologer, skal møde en ny klient i dag. Støvlerne klikker, da Molly går ned af gangen for at hente sin nye klient. Molly rækker hånden frem og hilser med et smil "Velkommen Freja, vi skal herved" siger hun og leder til kontoret. Freja sætter sig til rette, hendes fingre leder uroligt efter en beskæftigelse, og hun rykker rundt i stolen. Hun er tydeligt nervøs over at skulle tale med en psykolog. Molly tager afsæt i et struktureret spørgeskema for at sikre sig, at hun kommer vidt og bredt omkring i afdækningen af Frejas problemer i dagens samtale. Hver gang Freja har besvaret spørgsmålet fyldestgørende, går Molly videre til næste spørgsmål i skemaet. Molly bruger spørgeskemaet til at tilrettelægge timen og kommer således vidt og bredt

omkring, så hun danner sig et indtryk og en begyndende forståelse af Frejas symptom-billede og problemstilling.

Senere samme dag henter den anden psykolog Karen sin nye klient, Alfred, fra venteværelset. "Bare kom med mig" siger hun smilende, da hendes blik møder hans flakkende øjne. Hun mærker straks et ubehageligt sug i sin mave, hvorfor hun aktivt prøver at forblive rolig, som modpol til den ængstelse hun fornemmer hos Alfred. Karen starter samtalen ud med at høre, hvordan Alfred har det med at være her i dag, fordi hun fornemmer hans nervøsitet. Alfred svarer tøvende, at han er spændt, for han har aldrig talt med en psykolog før. Karen tager udgangspunkt i dette og forholder sig åbent og nysgerrigt til, hvad Alfred fortæller og viser gennem sit kropssprog. Under hele samtalen forsøger Karen at være åben og nysgerrig for at forstå Alfred. Hun overvejer løbende relevansen af flere teoretiske bidrag, hun kender til, som muligvis kan supplere til at forstå, hvad Karen umiddelbart oplever, der er på spil. Sideløbende fornemmer hun indlevende, hvordan det må være at være Alfred. Under samtalen fornemmer Karen sin egen krop og sine umiddelbare reaktioner i samtalen, små subtile tegn, som hun bruger som information til at forstå Alfred nærmere. Samtalen tilrettelægges efter hvad der har relevans for Alfred at tale om.

Den konstruerede case søger (til den karikerede side) at give et indblik i betydningen af, hvilke forståelser og antagelser der ligger i to afsæt for psykologfaglighed. I dette kapitel vil vi introducere og opkvalificere vores forståelse af psykologfaglighed, indtil vi afslutningsvist vender tilbage til eksemplet med Molly og Karen og overvejer deres afsæt. Vi starter i næste afsnit med et overblik over, hvad som kendetegner god psykologfaglighed.

3.2 Spørgsmålet om den gode psykologfaglighed

Spørgsmålet om, hvad der kendetegner den gode psykolog⁸ er ikke et nyt spørgsmål, men dette spørgsmål vækker fortsat stor interesse indenfor det psykologiske felt såvel

⁸ Ved en 'god' psykolog mener vi ikke en perfekt eller fejlfri psykolog. Inspireret af Donald Winnicotts begreb om den 'gode nok mor' (1984), søger vi i stedet imod at blive de 'gode nok' psykologer. At være psykolog forudsætter, som det fremgår af Feilberg (2019) i kapitel 3, et komplekst samspil mellem dels et menneskeligt, forstående grundlag (habitus) og et akademisk og videnskabeligt fundament (habitus) (s. 305). Herved kan psykologfaglighed ikke anskues enten som god - eller dårlig. Ligeledes anser vi, at den praktiserende psykolog skal vurderes iht. sin evne til at forstå og intervenere hensigtsmæssigt, da god faglighed ikke 'opnås', hvorefter man 'ejer' denne som en kompetence. I stedet må psykologens evner forstås som del af en fortsat og kontinuerlig proces, der bl.a. forudsætter at psykologens modigt stiller sig kritisk overfor egne forforståelser.

som på samfundsplan. Og dette med god grund, da der er en naturlig interesse for at sikre kvalitet, sikkerhed og den bedst mulige hjælp og oplevelse til klienter. Inden vi dykker ned i dette projekts forståelse af psykologfaglighed som en habitus, vil vi først give en kort indføring i andre forslag til væsentlige aspekter ved psykologfaglighed.

3.2.1 Overblik over psykologfaglighed i litteraturen

Så hvad kendetegner god psykologfaglighed? Blandt teoretiske perspektiver bliver der bl.a. peget på vigtigheden af refleksionsprocesser i praksis fremfor standardteorier og -teknikker. Dette synspunkt repræsenterer fx filosofen Donald Schön (2001) i sit ideal om en reflekterende praktiker. Schön argumenterer for, at den professionelle skal udvikle *refleksion-i-handling*, der beskriver en løbende veksling mellem refleksion over tidligere erfaringer og handling i konteksten. Problemforståelser opstilles og revurderes i mødet med praksis i en spiralproces, der også involverer selvkritik, hvilket endeligt har til formål at forstå den unikke problemstilling (Schön, 2001, s. 117-119; 124). Dette projekt stiller sig delvist enig med Schön og hans tilgang til den reflekterende praktiker, men ønsker også at fremhæve vigtigheden af fagligt og kritisk at opkvalificere tolkninger og forståelser i en hermeneutisk proces, hvilket går længere end afprøvning af hypoteser (Feilberg & Maul, 2019, s. 22-26). Dette argument vender vi tilbage til i indføringen af Feilbergs begreb om psykologfaglig habitus i afsnit 3.3.1.

Andre teorier har desuden fremhævet psykologens egen andel i den terapeutiske relation, som et væsentligt aspekt ift. at forstå klienten⁹. Her argumenterer fx psykoanalytiker Neville Symington (1996) for, at psykologen skal turde at se på sig selv og overveje sin egen rolle i det relationelle møde mellem klient og terapeut, særligt for at være i stand til at rumme klientens uudholdelige følelser (s. 15; 31; 48-49). For Symington er det væsentligt, at psykologen forholder sig til sine følelser, selv om dette kan være smertefuldt og ensomt, da udholdelse af ubehaget er et vigtigt element for klientens videre emotionelle udvikling (ibid., s. 34). Der synes her at fremkomme et interessant paradoks, idet Symington ser psykologer prøve at undgå klientens lidelse, men at klienten netop kun kan bære sin smerte, hvis psykologen bærer smerten sammen med hende. Psykolog Mette Thuesen (2015) argumenterer i tråd hermed for, at psykologer bør overveje egne ubevidste motiver for at blive psykolog, fx at ville hele

⁹ Dette aspekt er også beskrevet i litteraturen iht. begreberne om overføring og modoverføring. For mere herom se fx Thuesen, 2015; Doran, 2016.

andres sår, da psykologen i udgangspunktet bærer egne behov ind i relationen uafhængigt af klienten og derfor påvirker processerne i terapirummet. Løsningen er ifølge Thuesen selvbevidsthed om egne underliggende ønsker og en attitude om, at der er grænser for, hvad psykologen kan løse, da arbejdet skal ske i klienten (2015, s. 12). Disse forslag til centrale aspekter ved en psykologfaglighed læser vi i høj grad som repræsentanter for et afsæt i den praktiske erkendelsesinteresse, hvilket er på linje med projektets egen erkendelsesinteresse. Vi stiller os enige i, at psykologen altid må medregnes i mødet med klienten, da psykologen altid er i en gensidig forbundethed til verden og ikke kan sætte sig udover egen livsverden (se ontologiske antagelser i afsnit 2.2). Vi vil løbende overveje psykologens uundgåelige indvirken i det terapeutiske møde i projektet.

Fra et andet udgangspunkt, med afsæt i den tekniske erkendelsesinteresse, kan psykolog Bonnie Spring (2007) ses som repræsentant for en evidensbaseret praksis som afsæt for psykologfaglighed. Spring argumenterer for, at den evidensbaserede psykologiske praksis bør implementeres i den psykologiske profession, idet den angiver den bedst mulige behandling til klientens problemstilling samt anbefaler hensigtsmæssige handlemuligheder for praktikerens (2007, s. 611-613). Den evidensbaserede praksis tager sit afsæt i *den tre-benede stol*, der påpeger tre aspekter for fagligheden (ibid., s. 612-614):

- 1) *Bedste forskning*, der angiver at behandling skal trække på teoretisk eller empirisk viden og bedst mulige evidens ud fra evidenshierarkiet.
- 2) *Klinisk ekspertise*, der ifølge Spring er svær at operationalisere, men som angår psykologens kompetencer samt non-specifikke terapeutiske faktorer som fx terapeutisk alliance.
- 3) *Patientpræferencer og karaktertræk*, som dækker over, at behandlingsforløbet skal tilrettelægges ud fra klientens ønsker og behov, men set i sammenhæng med hvad forskning viser har bedst effekt.

Vi læser i projektet Spring som eksponent for en videnskabelig forståelse i tråd med den tekniske erkendelsesinteresse (jf. 2.3.1.1). Men eksemplet på en evidensbaseret psykologfaglighed ser vi også trækker tråde til strømninger i tidsånden, der ureflekteret favoriserer én videnskabelighed over andre, hvilket projektet stiller sig kritisk overfor (se afsnit 3.4.2.1 for argumentation over hvorfor vi ser fx Springs tilgang som problematisk). Derfor vil vi senere i afsnittet kritisk overveje den evidensbaserede praksis,

idet vi belyser strømninger i tidsånden. Men først vil vi introducere projektets eget teoretiske udgangspunkt for en forståelse af psykologfaglighed omhandlende faglighed som en habitus.

3.3 Casper Feilberg - Den psykologfaglige habitus

Fra et overordnet perspektiv på psykologfaglighed bevæger vi os herfra til en redegørelse af psykolog Casper Feilbergs (2019) teori om den kvalitative iagttagers habitus. Teorien er valgt som et afsæt for projektets forståelse af psykologfaglighed og indskriver sig lig projektet i en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme. At teorien baserer sig på dette grundlag betyder især, at den umiddelbare oplevelse tages alvorligt (Feilberg, 2019, s. 305). Ifølge Feilberg er den kvalitative iagttagelse én, der i sit arbejde beskæftiger sig med at forstå et andet menneske på baggrund af iagttagelse og en kvalitativ, fortolkende tilgang (2019, s. 12). Vi forstår i dette projekt den kvalitative iagttagelse som værende en psykolog (se også Feilberg, 2014, hvor psykologens habitus specifikt adresseres) og vil herfra referere til psykolog og psykologfaglighed, når vi anvender Feilbergs teori om faglighed.

I de følgende afsnit gennemgås først habitusbegrebet, dernæst præsenteres Feilbergs model af eksemplariske træk for faglighed hos psykologen. Afslutningsvis redegøres for dannelsen af en eksemplarisk forståelsesbaggrund.

3.3.1 Faglig habitus

Inspireret af den franske sociolog Pierre Bourdieu er psykologen ifølge Feilberg bærer af en *habitus*, som er et “vanemæssigt beredskab til at percipere, have sans for, iagttage, tænke, fortolke og handle på måder i praksis, der er karakteristisk for et medlem af en bestemt profession eller faggruppe” (Feilberg, 2019, s. 111). Dermed angår psykologens habitus hendes umiddelbare måde at forholde sig til et andet menneske. Baggrunden for habitusen er både kollektiv og individuel. Psykologens individuelle baggrund består i arbejdet med egne erfaringer og forforståelser, mens det kollektive består i, at hun samtidig viderefører de bedste forståelser indenfor den kollektive faggruppe. Dermed skal den enkeltes personlige habitus forstås som tilegnelsen af en personlig stil indenfor en fælles psykologfaglighed (ibid., s. 109).

Tilegnelsen af en habitus foregår ifølge Feilberg igennem *dannelsesprocesser*, hvori psykologen ikke blot tilegner sig akademisk viden, men undervejs også forandrer sin person (ibid., s. 113). Dannelsesprocessen består først af en fortabelse i noget fremmed, fx et nyt teoretisk perspektiv om det ubevidste eller kropslighed, som man hengiver sig til at forstå og herved nærmest går i ét med. Derefter følger en bevægelse, hvor man trækker sig tilbage fra det fremmede for selvstændigt kritisk at tage stilling til teorien igen. Her er pointen at udvikle sin egen stemme og position. Dannelsesprocessen skelner ikke imellem fagperson og privatperson, da processen indbefatter en gennemgribende forandring hos mennesket, hvori fagligheden kommer ind under huden, så den umiddelbart er tilgængelig i ens holdning og tilgang til verden. Dermed forudsætter dannelsesprocessen et personligt engagement (ibid., s. 113-114).

Fra denne generelle indføring i psykologens habitus vil vi nu vende os mod Feilbergs forståelse af de tre habitusser samt eksemplariske træk.

3.3.2 Eksemplariske træk ved psykologens habitus

Feilberg samler eksemplariske¹⁰ træk hos psykologen under tre habitusser (se figur 5). Figuren viser, at psykologens faglighed står på to ben, der hhv. er en forstående habitus samt en forklarende og videnskabelig habitus. Det er centralt, at de to ben er lige vigtige. Anerkendes begge ben ikke, eller kommer psykologen i sin faglighed til at hvile især på ét ben, vil det gå ud over fagligheden. Den tredje habitus er en overbygning, der benævnes en dannet professionsfaglig habitus, der beskriver en sammensmeltet tilgang med lige vægt på begge ben. Denne udgør for Feilberg dannelsesidealet for psykologfaglighed. Hertil skal huskes, at et ideal kan stræbes efter, men aldrig endeligt opnås. Trækkene ved idealet er derimod opnåelige aspekter ved en habitus (Feilberg, 2019, s. 114-115).

Nedenstående figur opsummerer trækkene ved de tre habitusser.

¹⁰ Med begrebet 'det eksemplariske' henvises der indenfor eksistentiel fænomenologi til karakteristiske, genkendelige og almene træk ved oplevelsen af et fænomen (Feilberg, 2019, s. 241).



Figur 5: Eksemplariske træk ved den dannede psykologs habitus (Feilberg, 2019, s. 115).

I de følgende afsnit vil vi introducere karakteristika ved de tre forskellige habitus og tilhørende træk.

3.3.2.1 Den forstående habitus

Den forstående habitus omhandler psykologens evne til at forstå klienten og dennes problemstilling med et vanemæssigt beredskab, der kan sætte sig ind i det umiddelbare og menneskelige i situationen (Feilberg, 2019, s. 115). Den forstående habitus er således med til at opkvalificere grundlaget for forståelsen af den anden og er dermed en klangbund, hvorfra psykologen er i kontakt med sin umiddelbare forståelse. Fra denne habitus kan hun opkvalificere sin umiddelbare forståelse via den forklarende og videnskabelige habitus (ibid., s. 115-118).

Den forstående habitus er et *praktisk handleberedskab*, som gør psykologen i stand til at handle, reflektere og agere i en kontekst (ibid., s. 118). I tråd med den eksistentielle fænomenologi er det et handleberedskab, som er indarbejdet kropsligt og umiddelbart hos psykologen. Således er det før-refleksivt til stede, når hun møder klienten. Det betyder dog ikke, at beredskabet ikke er fagligt velfunderet, men at det er indarbejdet på en måde så det 'ligger på rygraden' (ibid., s. 117-118).

Den forstående habitus udgøres også af *sans for feltet*, som er psykologens åbenhed og kontakt med oplevelser og adfærd på et æstetisk og praktisk meningsniveau (ibid., s. 116; jf. afsnit 2.2.2). Når psykologen har sans for feltet, så er hun

inspireret af før-refleksive og før-personlige indtryk såsom stemninger, følelser og ubevidste dynamikker der er på spil (Feilberg, 2019, s. 116).

Dertil er der *forståelse*, der er psykologens vanemæssige beredskab til at efterstræbe en forståelse af den anden (ibid., s. 116). Forståelsen skal søges, som var det andet menneske ens ven. Dermed ligger der både en faglig og en etisk indstilling, som udspringer af en oprigtig undren. Denne undren opretholder noget mystisk og uafklaret ved den anden, som bliver ved med at pirre nysgerrigheden. Dermed bliver undren ved med at holde helhedsoplevelsen og kompleksiteten i den andens levede liv nærværende i arbejdet (ibid., s. 116-117). Denne indstilling er inspireret af Gadamer's hermeneutiske cirkel, hvor man bevæger sig mellem del og helhed samt hans begreb om horisont-sammensmeltning, hvor to menneskers horisonter nærmer sig hinanden, men dog aldrig smelter fuldstændig sammen (jf. afsnit 2.3.3.1).

3.3.2.2 Den forklarende og videnskabelige habitus

Det andet ben, *den forklarende og videnskabelige habitus*, er psykologens vanemæssige beredskab til at anvende teoretisk og faglig viden, som hun har tilegnet sig til at opkvalificere hendes umiddelbare forståelse (Feilberg, 2019, s. 118). Dette består i, at psykologen kan reflektere, analysere og forklare aspekter af en problemstilling gennem teori og begreber. Dette dækker altså dels den viden om teori og metode, som hun har tilegnet sig indenfor sit fagområde. Dertil kommer psykologens evne til at reflektere på baggrund af denne viden og kunne tænke i forlængelse af teori og videnskabelig metode, hvilket opkvalificerer psykologens forforståelse og udgør et beredskab til at kunne forklare (ibid.).

Herudover indbefatter den forklarende habitus et beredskab til at undersøge, vurdere og diskutere videnskabelige metoder samt undersøgelsestilgange (ibid., s. 118-119). Dette træk hos psykologen beskriver Feilberg ved et *beredskab til at kunne analysere og forklare aspekter af sagen via teori og metode*. Hertil er det væsentligt, at psykologen altid anvender teorien i en bestemt og specifik kontekst, hvorfor hun skal kunne fortolke og vurdere teoriens relevans i netop den konkrete situation i praksis (ibid., s. 119).

Derudover er der *almene træk*, der er kendetegnet for de forskellige faggrupper. I naturvidenskaben er dette ofte metodisk kontrol, hvorimod det i human- og samfundsvidenskaben er *selvforståelsen* (at man refleksivt kan forholde sig til ens

personlige og kulturelle forståelsesbaggrund) og *selvrefleksion* (at man kan udsætte egen videnskabelige praksis for refleksion) (ibid., s. 120).

3.3.2.3 Den dannede psykologfaglige habitus

Idet psykologen gennem dannelsesprocesser, når frem til en mere avanceret og balanceret anvendelse af begge ben, sammensmeltes de til *en dannet professionsfaglig habitus*, hvilket vi vil beskrive i dette afsnit iht. psykologfaglighed.

Kendetegnende for en dannet habitus er, at psykologen lader sig inspirere af den umiddelbare og helhedsorienterede forståelse samtidig med, at hun kobler dette til forklaringer i form af teoretiske analyser (Feilberg, 2019, s. 120). Dette forstås i lyset af Ricoeurs fortolkningsbue (jf. afsnit 2.3.4). For at kunne veksle imellem disse tilgange skal psykologen være i stand til at udholde og arbejde med flertydighed og inddrage det æstetiske og praktiske meningsniveau. Med andre ord kræves, at psykologen kan udholde en position af ikke-at-vide. Dette beredskab dannes ikke en gang for alle, men forudsætter snarere at man kan stå med en vis sikkerhed i det uvisse (ibid., s. 120-121).

Ydermere er den dannede habitus kendetegnet ved, *at psykologen aktivt selv har taget reflekteret stilling til sit fag, teori, metoder samt klassiske spørgsmål og dilemmaer indenfor faget*. Det indebærer, at hun har kastet sig ud i en dannelsesproces, hvor hun er 'kommet ud på den anden side' ved aktivt, velreflekteret og kritisk at tage stilling til sin egen position indenfor faget (ibid., s. 121-122). Dette punkt falder i tråd med projektets ærinde om at undersøge og tage stilling til vores eget faglige ståsted. Den selvstændige stillingtagen baserer sig på, at psykologen har udført begrebskritik og har opbygget en menneskeforståelse, dvs. en teoretisk støttet forståelse af mennesket, som man aktivt har taget stilling til og valgt i lyset af ens arbejdsfelt, i diskussion med fagfæller og som løbende er under udvikling (Feilberg, 2019, s. 122).

Yderligere er den dannede professionsfaglige habitus kendetegnet ved *professionel selvrefleksion ved intervention*. Det vil sige, at psykologen er i stand til at være refleksiv og vurderende ift. egen anvendelse af viden og i intervention (ibid.). Det er altså en selvkritisk undersøgelse af egen praksis og dens konsekvenser. Dette indbefatter også at forholde sig etisk til sin praksis i lyset af forståelsen af, at vi som psykologer bærer en del af den andens liv i vores hænder (Løgstrup, 1969 if. Feilberg, 2019, s. 123).

Foruden disse træk ved den dannede psykologfaglige habitus forudsætter denne også, at psykologen udvikler en eksemplarisk forståelsesbaggrund, hvilket vi i næste afsnit vil introducere.

3.3.3 Dannelse af en eksemplarisk forståelsesbaggrund

I dette afsnit vil vi redegøre for den eksemplariske forståelsesbaggrund, samt hvordan den dannes. Afrundingsvis vil vi komme ind på potentielle udfordringer for psykologen mod dannelsen af en eksemplarisk forståelsesbaggrund.

Den eksemplariske forståelsesbaggrund er en opkvalificeret umiddelbar forståelse som dannes gennem en kombination af 1) erfaringer på et æstetiske og praktiske meningsniveau af fænomenet, og 2) almene forståelser og begrebsliggørelse af fænomenet (Feilberg, 2019, s. 242). Altså er den udviklet som en kombination mellem det unikke og det almene. Med forståelsesbaggrund trækker Feilberg på Ricoeurs begreb om umiddelbar forståelse (jf. afsnit 2.3.4). Forståelsesbaggrunden er således den baggrund, hvorpå en fortolkning udspiller sig (Feilberg, 2019, s. 241). Den eksemplariske forståelsesbaggrund skabes igennem en dannelsesproces, som fagpersonen gennemgår som et helt menneske gennemgår, da disse ikke skelner mellem privat- og fagperson (ibid., s. 246).

Det 'eksemplariske' består i, at almene og teoretiske forståelser er blevet koblet til en levet erfaring (på et æstetisk og praktisk meningsniveau) og omvendt, at levet erfaring er blevet opkvalificeret med almen viden og videnskabelig teori (ibid., s. 122). En eksemplarisk forståelsesbaggrund er dermed en baggrund for forståelser, der er skabt, når psykologen gennem dannelsesprocesser har opnået en kombinationen af det unikke og almene. Hertil er det centralt at pointere betydningen af erfaring i eksistentiel fænomenologi. Erfaringen kan både være fra ens egen livserfaring, fra nære relationer eller fra relaterede såkaldte brobyggende erfaringer, der kan tilegnes via fag- og skønlitteratur eller livserfaringer (ibid., s. 243). Baggrunden for, at andres erfaringer kan være en del af ens egen erfaring, er den fælles livsverden (ibid., s. 240).

3.3.3.1 Udfordringer på vejen mod en eksemplarisk forståelsesbaggrund

Psykologen kan udfordres på flere måder på vej imod at tilegne sig en eksemplarisk forståelsesbaggrund. I hovedtræk er udfordringen, at psykologen for at opkvalificere sin forståelse må arbejde med egne erfaringer og forforståelse, da disse danner

baggrunden for at forstå den anden. Det kan føre til, at psykologen ændrer og udvikler sin forståelse af sig selv og verden, som en parallel forståelsesproces (Feilberg, 2019, s. 244; 255). Dermed kan der potentielt være meget på spil for psykologen i arbejdet med at forstå den anden.

Feilberg beskriver derfor, at psykologen som dannelsesideal må have en *parathed til at lære af erfaring* (ibid., s. 252). Feilberg trækker på psykoanalytikeren Wilfred Bion og hans forståelse af processen med at integrere nye erfaringer, hvilket imidlertid kun kort beskrives her grundet projektets eget fokus og afgrænsning. Processen med at integrere nye erfaringer indebærer, at psykologens betydningsfulde forståelser og erfaringer kan ændre sig, hvilket kan være et smertefuldt personligt og følelsesmæssigt arbejde for psykologen. Derfor forudsætter processen, at psykologen er parat til denne forandring, hvilket ikke altid er tilfældet (ibid.). At være parat til at lære af erfaring indebærer potentielt en gennemgribende forandring af psykologens forhold til det givne fænomen og af verden i lyset af nye erfaringer og forståelser (ibid., s. 252; 255). Dette ser vi er i tråd med Symington og Thuesens pointer, som tidligere nævnt (jf. afsnit 3.2).

3.3.4 Kritisk stillingtagen til Feilbergs psykologfaglig habitus

I de foregående afsnit har vi belyst Feilbergs forståelse af psykologfaglighed, som forstås som en habitus, der udvikles via dannelsesprocesser. Vi vil afslutningsvist lave en kritisk stillingtagen til Feilbergs teori ud fra dette projekts læsning.

Overordnet stiller vi os enige med Feilbergs forståelse af psykologfaglighed som en habitus, der hviler på et sammenspil mellem et forstående ben samt et forklarende og videnskabelig ben. Vi ser dog, at teorien grundet dens rødder i eksistentiel fænomenologi har et svært tilgængeligt og omfangsrigt begrebsapparat. Vi ser fx, at den umiddelbare oplevelse og den eksemplariske forståelsesbaggrund er tæt beslægtet, hvorfor disse kan være vanskelige at skelne. En anden kritik lyder, at Feilbergs faglighedsbeskrivelse opstiller et uopnåeligt ideal. Vi ser, at han med sine forslag til konkrete træk søger at gøre teorien opnåelig, men trods dette mener vi fortsat, at den dannede psykologfaglige habitus er et abstrakt ideal at efterleve og nærme sig konkret i hverdagen eller i terapi.

Vores læsning af Feilbergs teori efterlader os ligeledes uden konkrete metoder til at tilgå arbejdet med det æstetiske og praktiske meningsniveau. Dette oplever vi

især bliver relevant at udbygge relateret til en terapeutisk praksis, idet Feilberg i højere grad betoner en almen undersøgelsespraksis. Derfor vil vi sigte på at nuancere og udvide vores forståelse af de to niveauer af mening gennem et større begrebsapparat med udgangspunkt i det ubevidste og kropslighed (se kapitel 4 og 5).

For at omgå kritikken af Feilbergs vanskelige sprogbrug i dette projekt, har vi iht. en sanselig og teoretisk psykologfaglighed netop søgt mod et mere tilgængeligt sprogbrug. Kritikken af denne beslutning kan være, at vi dermed mister præcision, hvilket er et dilemma. Afsluttende i projektets diskussion vender vi tilbage til at reflektere over Feilbergs faglighedsforståelse overfor vores sanselige og teoretiske psykologfaglighed (se afsnit 6.2.1).

Fra dette teoretiske bud på psykologfaglighed vil vi nu belyse samtidens indflydelse på psykologfaglighed.

3.4 Tidsånden

Dette afsnit introducerer aktuelle strømninger i tidsånden. Det synes her vigtigt at belyse tidsånden for i højere grad at forstå, hvilke samfundsmæssige tendenser psykologens virke er under indflydelse af. Vi vil i det følgende fremhæve udvalgte strømninger i samtiden, først omhandlende verden som aggressionspunkt, aktuelle vilkår for psykologens faglighed og dernæst tendensen imod ensretning af metoder. Slutteligt argumenteres for to faldgruber for psykologfaglighed i tidsånden.

3.4.1 Når verden bliver et aggressionspunkt

Når vi senmoderne på alle niveauer, individuelt, kulturelt, institutionelt og strukturelt stræber efter at have kontrol over verden, møder verden os som 'aggressionspunkter', det vil sige fænomener som det gælder om at kende, nå, erobre, beherske og derigennem viser det sig, at 'livet', det vil sige det, der udgøres af erfaringen af livfuldhed og hændelser, det, der gør resonans mulig, trækker sig tilbage fra os (Rosa, 2020, s. 9).

Husserl argumenterer i 1933 i *De Europæiske Videnskabers Krise og Transcendental Fænomenologi* (1970, s. 5-8) for, at der findes en krise i den videnskabelige kultur,

idet visse videnskaber forfalder til rene metodevidenskaber. Kritikken går på, at disse videnskaber dyrker metode for metodens skyld og derved risikerer at miste den vigtige forbindelse til den menneskelige eksistens (Feilberg, 2014, s. 2). “Merely fact-minded sciences make merely fact-minded people” som Husserl bemærker (1970, s. 6). Senere bygger Habermas videre på denne kritik, idet han fremsætter, at videnskabelig kultur og faglighed ikke blot tilegnes ved kendskab til teories indhold og metodiske fremgangsmåder, men i stedet består i dannelsen af en besindig og oplyst habitus (Feilberg, 2014, s. 2). Feilberg anvender også habitus-begrebet i sin teori om psykologfaglighed (jf. afsnit 3.3.1).

Fra denne indledende kritik af videnskabelighed trækker dette afsnit tråde til nyere perspektiver på den aktuelle tidsånd samt vilkår for videnskabelighed og derved psykologfaglighed. I det følgende vil vi se på flere forfattere, der fremsætter bekymringer om, hvorledes det står til med videnskabeligheden og legitimiteten for især humanvidenskaben.

Den kritiske sociolog Hartmut Rosa beskriver i *Det ukontrollerbare* (2020, s. 7), hvorledes verdensforholdet i det senmoderne, vestlige samfund er karakteriseret ved at være et *aggressionspunkt*, idet der institutionelt og kulturelt ligger en indlejret forestilling og et begær om at kontrollere, beherske og gøre verden nyttig (ibid., s. 12). Rosa kritiserer med afsæt i Merleau-Ponty, at en sådan distanceret-aggressiv og instrumentel tilgang til verden overser, at mennesket altid og allerede er ‘af verden’ og dermed i udgangspunktet er i en gensidig relation og forbundethed med verden. Derfor er en subjekt-objekt-opdeling ikke meningsfuld (Rosa, 2020, s. 31). I vores læsning af Rosa placerer denne ontologiske antagelse, og derved kritik, sig i tråd med projektets eksistentielle fænomenologiske grundlagsteori.

Rosa beskriver en kulturel normalisering af at tilgå verden som et aggressionspunkt, der kan siges at have ført til favoriseringen af en rationalistisk-videnskabelig verdensforståelse (ibid., s. 13-17). Dette har på den positive side medført store tekniske landvindinger (ibid., s. 31-34), men der er også omkostninger ved at tilgå verden som et aggressionspunkt, der skal kontrolleres. For en verden som videnskabeligt og teknologisk er kontrolleret, vil unddrage sig os og fremstå truende. Rosa mener med denne pointe, at det aggressive verdensforhold medfører, at vi ikke længere kan ‘høre’ verden, lade os ‘kalde på’ eller mærke os selv (ibid., s. 29). Kontrollen og instrumentaliseringen fremmedgør os overfor verden, fordi “liv, berøring og virkelig erfaring

opstår i mødet med det, der ikke kan kontrolleres. En verden, der er fuldstændig kendt, planlagt og styret, ville være en død verden” (Rosa, 2020, s. 7).

Rosa foreslår som alternativ, at vi må forstå menneskets verdensforhold ved en anvisthed på resonans, hvilket angår menneskets psyke, socialitet og kropslighed, dvs. hvordan vi taktilt, følende og tænkende altid er i et gensidigt forhold til verden (ibid., s. 31). At være i *resonans* med et andet menneske (eller fx et kunstværk el. naturen) karakteriseres ved fire forhold (ibid., s. 31-36):

- 1) Vi lader os bevæge og ‘kalde på’ af den anden ud fra en oprigtig interesse.
- 2) Vi ‘svarer’ verden aktivt igen, og der opstår en kropslig, levet forbindelse og forbundethed.
- 3) En to-sidet transformation, hvor begge parter i et samspil lader sig forandre.
- 4) Resonans er konstitutivt ukontrollerbart og kan hverken frembringes instrumentelt eller forhindres i at opstå.

3.4.1.1 Selvrealisering i tidsånden

Det er i dette projekt relevant at fremhæve yderligere en strømning i tidsånden, der omhandler et øget kulturelt fokus på selvrealisering, der trækker tråde til humanistisk psykologi.

Ifølge Katzenelson (2017) opstod *humanistisk psykologi* i opposition til behaviorismen og psykoanalysen. Traditionen tager afstand fra, at mennesket kun anses som styret af dynamikker fra barndommen eller forstærkninger af adfærd. Derimod fremhæves menneskets autonomi og frihed til at danne sig selv. Mennesket anses som havende et potentiale for vækst og livslang udvikling og et iboende potentiale for selvaktualisering. Repræsentanter for den humanistiske psykologi er bl.a. psykologen Carl Rogers, som projektets ene teoretiske bidrag, Eugene Gendlin, er inspireret af (jf. kapitel 5.4.1).

Ser vi fremad mod nutiden, viser selvrealisering sig som et påbud i tidsånden, der ofte defineres som udelukkende positivt (Brinkmann & Eriksen, 2005, s. 8-9; 11). Kritisk kan indvendes, at et fokus på selvrealisering medfører, at mennesket individualiseres. Den individualistiske kritik påpeger, at når mennesket er frit til at opfinde sig selv, så placeres der også et stort ansvar på individet. Fejl og utilstrækkeligheder bliver således individets egen skyld, hvilket underminerer socialt medansvar (ibid., s. 10-11). Kritikken påpeger altså, at menneskets socialitet overses.

Det humanistiske selv anses som en indre kerne eller essens, der eksisterer forud for individets møde med verden. Ofte anses selvet som naturligt eller autentisk, idet denne indre kerne af autencitet er gennemgående i individets følelser og intuition. Den indre kerne skal kæmpe mod samfundet og kulturens indflydelse mod ikke-autencitet (Jørgensen, 2005, s. 167). I kontrast hertil ses bl.a. det fænomenologiske selv, der nærmere forstås og anses som et oplevelsescentrum, hvorfra verden organiserer sig (ibid., s. 168).

3.4.1.2 Scientismens slør i samtiden

De fremførte teoretiske perspektiver er langt fra alene om kritisk at overveje betydningen af aktuelle strømninger og forståelser af mennesket, verden og videnskabelighed. Også Habermas byder ind i debatten om videnskabelighed, hvorfor vi i dette afsnit inddrager hans tre erkendelsesinteresser (jf. afsnit 2.3.1) samt introducerer begrebet scientismens slør.

I 1965 formulerer Habermas først sine tanker om erkendelsesinteresserne, da han er bekymret for konsekvenserne af den voksende fokusering på teknisk kontrol i samtiden (Habermas, 1965 if. Feilberg, 2014, s. 144). Habermas foreslår derfor de tre erkendelsesinteresser, der beskriver forskellige ontologiske og epistemologiske afsæt for forskning (jf. 2.3.1). Centralt i Habermas' forståelse er, at hver af de tre interesser og videnskabeligheder har lige legitimitet, men har forskellige samfundsopgaver, anvendelsesmuligheder og begrænsninger (Habermas, 2005, s. 126; Feilberg, 2014, s. 144). Habermas repræsenterer dermed et modperspektiv til forståelserne i tidsånden, idet han kritiserer favoriseringen af én type videnskabelighed over en anden. Favoriseringen betegner han som scientisme (Habermas, 1971, if. Feilberg, 2019, s. 44; 260-261).

Begrebet om *scientisme* kritiserer opfattelsen af, at én videnskabelighed, her en positivistisk naturvidenskab, udgør den 'objektivt sande' eller 'bedste' måde at udvikle viden på (Feilberg, 2019, s. 44). Der er intet i vejen med den tekniske erkendelsesinteresses metoder eller tænkemåder, men det er problematisk, når én tilgang vinder forrang, eller anvendes ukritisk som bedste tilgang til at belyse alle slags fænomener. Ifølge Feilberg (2019, s. 44-45) ligger denne antagelse dog indlejret aktuelt som en kulturel selvfølgelighed, hvorved samtiden kan siges at ligge under for *scientismens slør*, der forfører til et ideal om, at 'ægte' videnskabelighed implicit og selvfølgeligt ses iht. naturvidenskabens idealer (ibid.).

Schön (2001) kan uddybe problemet ved ukritisk at anvende metoder og forståelser fra den tekniske erkendelsesinteresse, idet han påpeger, at en rendyrket positivistisk epistemologi og praksis fører til fejlagtige dikotomier (s. 145). Én dikotomi er, at *målet adskilles fra midlet*. Denne antagelse medfører, at problemløsning ses som en teknisk procedure, hvorfor en specifik indsats, fx eksponering for angst, kan måles i forhold til, hvor effektiv den er til at nå et forudbestemt og fastlagt mål. Schön kritiserer, at adskillelsen af mål og middel ikke stemmer overens med den levede erfaringer af praksis (Schön, 2001, s. 145). Antagelserne er også i modstrid med dette projekts grundlagsteori. Herved ses, hvordan et ureflekteret afsæt i en teknisk erkendelsesinteresse kan føre unuancerede ontologiske og epistemologiske antagelser ind i praksis (Feilberg, 2019, s. 48).

Indtil nu har vi set en problematisk tendens indenfor videnskabelighed, der går imod favorisering af den tekniske erkendelsesinteresse, hvilket presser andre afsæt for videnskabelighed og fører problematiske ontologiske og epistemologiske antagelser ind i det faglige afsæt. I det kommende afsnit vil vi se nærmere på, hvorledes tidsånden viser sig indenfor psykologien.

3.4.2 Vilkår for den psykologiske profession i konteksten af den aktuelle tidsånd

Psykologien som profession udmærker sig ved et ben indenfor tre videnskabeligheder, hhv. i natur-, samfunds- og humanvidenskaben. Men også indenfor psykologien mærkes effekterne af naturvidenskabens fremvækst, da humanvidenskabens berettigelse i stigende grad anfægtes (se fx Budtz Pedersen, Stjernfelt & Køppe, 2015; Feilberg, 2019). Tendensen mod dominans af en teknisk erkendelsesinteresse ses indenfor den psykologiske profession bl.a. ved at perspektiver som neuro- og kognitionsvidenskab vinder større indflydelse på det psykologiske felt såvel som på samfundsplan (Brinkmann, 2009, s. 10).

Katrin Hjort (2008 if. Feilberg, 2019, s. 271-272) peger også på, at samfundsmæssig legitimitet aktuelt sker ud fra forskning iht. den tekniske erkendelsesinteresse. Faren er, at udviklingen fører til en indskrænkning af begrundelsesformer, som professioner kan begrunde deres professionelle praksis med (ibid., s. 272). Psykologfagligheden risikerer herved at blive udhulet, hvis en ensidig favorisering af den tekniske

vidensforståelse og tilgang styrkes, fx hvis tekniske og standardiserede undersøgelsesmetoder styrkes fremfor helhedsorienterede undersøgelsestilgange ud fra en forstående habitus (Feilberg, 2019, s. 68).

Dette projekt anser udviklingen mod en ensidig videnskabelighed som en potentiel trussel, der kan presse væsentlige sider af psykologfaglighed, herunder bl.a. æstetiske og praktiske meningsniveauer og det umiddelbare levede liv (Feilberg, 2019, s. 67-68).

Så trods potentialet for alsidige idealer i det psykologiske felt ses strømninger, der presser og indsnævrer fagligheden. Dette fører til spørgsmålet om, hvilke implikationer metodisk ensretning og indsnævring af psykologfaglighed kan føre til, hvilket undersøges i det følgende.

3.4.2.1 Når ensretningen udhuler psykologfaglighed og presser metodefriheden

De samfundsmæssige strømninger imod metodisk kontrol og kvantificerbar viden ses indenfor psykologfagligheden bl.a. ved ensretning af metoder og fokus på evidens. Tendensen imod evidensbaseret psykologisk praksis er i disse år stigende (se fx Thiese, 2014; Spring, 2007), hvilket afføder nye krav, der kan siges at have en væsentlig indvirken på vilkårene for psykologfaglighed (Feilberg, 2019, s. 46). Et eksempel på tendensen ses i Sundhedsstyrelsens Nationale Kliniske Retningslinjer¹¹, der bl.a. angiver bedste interventionsformer for psykologer i klinisk arbejde.

Kritisk kan fremhæves, at retningslinjerne kan føre til, at den kliniske psykologs metodefrihed indskrænkes til fordel for ensretning og standardisering af behandlingstilbud (ibid., s. 273-276). Retningslinjerne kan derved tolkes som udtryk for et snævert naturvidenskabeligt ideal (ibid.). Tendensen fører ifølge Feilberg (2019, s. 270) til, at den professionelles mulighed for at anvende sin sans for feltet og en forstående undersøgelsestilgang presses. En bekymring kan gå på, hvad som presses ud eller glemmes i mødet med klienter, hvis vi særligt prioriterer denne ene vidensforståelse som udgangspunkt for vores faglige idealer?

Projektet ser, at subtile og oplevelsesnære sider af livet kan reduceres væk til fordel for kontrollerbare og målbare sider af klienters tilværelse. Dette betragter vi som

¹¹ De Nationale Kliniske Retningslinjer kan tilgås via Sundhedsstyrelsen hjemmeside: <https://www.sst.dk/da/opgaver/patientforloeb-og-kvalitet/nationale-kliniske-retningslinjer-nkr>

et tab, da æstetiske og praktiske meningsniveauer er uundværlige, hvis psykologen skal kunne skabe en nuanceret helhedsforståelse af klientens livsverden og problematik. I dette projekt har vi som nævnt valgt at tage udgangspunkt i aspekter vedrørende det ubevidste samt kropslighed, hvilket vi ser er to eksempler på forhold, som er i risiko for at blive presset ud under tidsånden. Vi vil derfor fra et mere overordnet blik på tidsånden og psykologernes vilkår, overgå til at beskrive to faldgruber for psykologfaglighed.

3.4.3 To faldgruber for psykologer under den aktuelle tidsånd

Ud fra de aktuelle strømninger i tidsånden vil vi i dette afsnit fremhæve to potentielle faldgruber for psykologfaglighed. Disse beskriver samtidig baggrunden for projektets særlige fokus på det ubevidste og kropslighed, der udbygges i de to kommende kapitler.

Faldgrube 1) ‘Det ubevidste har ikke legitimitet, da det ikke er målbart’

Første faldgrube for psykologfagligheden udtrykker, hvordan tidsåndens vægtning af den tekniske erkendelsesinteresse kan medføre, at subtile, poetiske og ukontrollerbare sider af klientens liv reduceres væk til fordel for fokus på målbare psykologiske fænomener. Dette forstår vi i forlængelse af det scientistiske slør, som afføder en legitimitetskrise for forskning og viden iht. den praktiske erkendelsesinteresse (jf. afsnit 3.4.1.2). Samtidens rationelle menneskeforståelse levner for os at se lidt plads til at undersøge subtile aspekter, som stemninger, indre billeder og fantasiliv samt det ubevidste, der netop kan vanskeligt kan tilgås ud fra denne tilgang. For os at se kan denne tendens medføre, at fænomener som indfanger det rationelle, objektive eller målbare opprioriteres, imens de subtile sider af menneskets livsverden reduceres væk.

Vi ser i forlængelse heraf for, at dette kan føre til en unuanceret ontologi, hvor før-bevidste og før-sproglige sider af eksistensen ignoreres, hvorved det ubevidste reduceres væk. Dette kan lede til, at psykologfagligheden har afsæt i en udpræget rationel menneskeforståelse, der ikke levner plads til at tilgå klienten ud fra et kreativt perspektiv med blik for et æstetisk og praktisk niveau af mening. Vi ser derfor, at vi som kommende psykologer bør være påpasselige med at fraskrive os subtile aspekter ved eksistensen, hvilket således må inkorporeres i vores personlige faglige ståsted. For at gå udenom denne faldgrube i vores fremskrivning af en teoretisk og sanselig

psykologfaglighed, vil vi i kapitel 4 undersøge, hvorledes forståelse for det ubevidste kan nuancere forståelsen for klientens livsverden.

Faldgrube 2) 'Kropslighed forstås som en krop-psyke dualisme'

Anden faldgrube beskriver, at dualistiske forståelser af krop og psyke endnu ses i samtiden på trods af, at dualismen er blevet afvist til fordel for en forståelse af krop og psyke som tæt sammenvævet og uadskillelige (Køppe, Mathiesen, Sørensen, Jacobsen, Væver, Harder & Lunn, 2004, s. 7). Dualismen føres tilbage til filosofen René Descartes (1596-1650). I hans filosofi inddeles verden i to væsensforskellige substanser, hhv. *det tænkende (res cogitans)* og *det legemlige (res extensa)*¹². I perspektivet hører psyken under det tænkende, og kroppen hører under det legemlige. Selvom Descartes filosofi siden er blevet afskrevet, så lever dualistiske forståelser af krop og psyke endnu i tidsånden, fx identificeres mennesket ofte med psyken, imens kroppen ses som psykens instrument (Brinkmann, 2009, s. 10-12; Michel, 2015, s. 41).

Psykolog Svend Brinkmann (2009, s. 11) påpeger bl.a. at en *materialistisk* forståelse af psyken, som udgår fra den kartesianske dualisme. Et aktuelt eksempel herpå er neuroforskning, hvor psyken reduceres til hjernefunktioner. I denne forståelse bygges der videre på den legemlige del af Descartes filosofi. Problemet ved perspektivet er, at mennesket reduceres til neurale korrelater. Kritisk kan påpeges, at det ikke er meningsfuldt at tale om, at hjernen tænker, føler eller handler. Derimod er det *personer*, der gør dette (ibid., s. 14). I perspektivet reduceres kroppen til blot at være en biologisk og materiel størrelse, dvs. et objekt vi kan undersøge og objektivisere i tråd med den tekniske erkendelsesinteresse. I den materialistiske forståelse bliver kroppen derved nærmere noget vi *har*, hvilket vi ser i kontrast til den fænomenologiske forståelse af den levede kropslighed, hvor kroppen bliver noget vi *er*.

Derfor ser vi det som vigtigt, at psykologen ikke falder i den dualistiske faldgrube. Derimod er det væsentligt, at vi i vores kommende psykologfaglighed har blik for, at krop og psyke er uadskilleligt knyttet til hinanden, samt at kropsligheden er selve menneskets forankring i verden, som vi ikke kan adskilles fra. For at undgå denne faldgrube belyser vi i kapitel 5, hvorledes forståelse for en ikke-dualistisk kropslighed kan nuancere forståelsen af klientens verden.

¹² Vi vil i kapitel 5 afsnit 2 yderligere uddybe den kartesianske dualismes arv i psykologien.

For at gå fra udgangspunktet i Feilbergs dannede psykologfaglige habitus til dette projekts fokus på sanselig og teoretisk psykologfaglighed, trækker dette projekt på teori om det ubevidste samt kropslighed. Teoretikerne har ontologiske og epistemologiske antagelser, som ikke alle har rod i eksistentiel fænomenologi. Derfor vil vi i det følgende afsnit ved hjælp af Køppe overveje, hvordan teorier fra forskellige traditioner kan inspirere til et samlet perspektiv, og hvorledes eklekticisme mest hensigtsmæssigt anlægges.

3.5 Køppe og moderat eklekticisme

Eklekticisme kommer af oldgræsk og betyder selektion eller 'at vælge' (Køppe, 2008, s. 27). Psykolog og videnskabsfilosof Simo Køppe argumenterer i artiklen *En moderat eklekticisme* (2008) for nødvendigheden af at anlægge moderat eklekticisme indenfor psykologi i praksis samt i udviklingen af videnskab (s. 15). Køppe skelner imellem to typer: 1) *tom* eller *refleksionsløs eklekticisme* beskriver en ukritisk sammensætning af teori og empiri til en enhed. I modsætning hertil fremhæves 2) en *positiv* eller *moderat og reflekteret eklekticisme*, som kritisk overvejer den mulige kombination af forskellige teoretiske udgangspunkter. Ifølge Køppe er det sidstnævnte, dvs. moderat eklekticisme, som bør være idealet for psykologer (ibid., s. 15; 28.).

Ifølge Køppe (2008, s. 28) fremmer en moderat eklekticisme udviklingen af psykologisk teori ved positive eklektiske processer, hvor forskellige teorier inspirerer hinanden til udviklingen af en bedre forståelse af et fænomen. Køppe karakteriserer den eklektiske proces som en 'eksistensbetingelse for videnskabelig udvikling', da en teori uden tilførsel af nyt går i stå. Han advarer dog imod, at ukritisk inspiration fra andre perspektiver vil føre til en forringelse af teorien (ibid., s. 29-33). En af Køppes centrale pointer er derfor, at psykologien bør åbne op for teoretisk og metodisk inspiration på tværs af opdelinger mellem natur-, human- og samfundsvidenskab, så længe dette gøres kritisk og gennemskueligt (ibid.).

Køppe beskriver tre mulige 'teorilag', der adskiller sig ved forskellige funktioner. Disse er 1) metodedannende teori, 2) empiridefinerende og hypotesedannende teori samt 3) skoledannelser (ibid., s. 25-27; Feilberg, 2014, s. 141). Feilberg argumenterer ud fra Køppes tredje teorilag om skoledannelser (som Feilberg ser er lig en grundlagsteori), at man via moderat eklekticisme velovervejet kan kombinere forskellige teoretiske perspektiver til en grundlagsteori (ibid., s. 142). Vi ser i tråd hermed, at

dette projekt sammensætter sin eget psykologfaglige forståelse ved at kombinere eksistentiel fænomenologi og Feilbergs psykologfaglige habitus med inspiration fra dybdepsykologi ved Jung, Merleau-Pontys kropsfænomenologi og fokuseringsorienteret psykoterapi ved Gendlin (jf. kapitel 4 og 5). Dette gøres for at nuancere vores forståelse af klienter i terapi.

Feilberg påpeger, at Køppe imidlertid ikke beskriver nærmere, hvilke hensyn der er vigtige i udvælgelsen og anvendelsen af forskellige teorier og metoder. Derfor anbefaler Feilberg (2014, s. 143) Habermas' erkendelsesinteresser, som et afsæt for at nuancere de epistemologiske antagelser i teorier, hvilket dette projekt vælger at tilskrive sig.

3.6 Afrunding af psykologfaglighed

Igenennem kapitlet har vi således søgt at opkvalificere vores forståelse af psykologfaglighed ud fra teoretiske bidrag såvel som en belysning af tidsåndens strømninger, vilkår samt mulige faldgruber. Lad os afsluttende vende tilbage til kapitlets konstruerede case med psykologerne Molly og Karen for at overveje de to forskellige afsæt for psykologfaglighed og forståelse af klientens verden.

Eksemplet viser, hvordan Molly har afsæt i en psykologfaglig forståelse, der er beslægtet med den evidensbaserede praksis, som tager afsæt i den tekniske erkendelsesinteresse. Konkret i eksemplet benytter Molly sig af et struktureret spørgeskema til at udrede og forstå klienten Freja, hvilket er i tråd med idealer om metodisk kontrol. Det kan antages, en sådan psykologfaglig praksis på sigt ville resultere i en diagnose og derfra et behandlingstilbud tilpasset ud fra NKR ud fra den specifikke problemstilling. Tilgangen ser vi derved afspejler den tre-benede stols første fokus på bedste forskning som udgangspunkt for interventioner. Vi ser herved, at Molly primært læner sig op ad en forklarende og videnskabelig habitus, imens hun i mindre grad inddrager en forstående habitus eller vægter det æstetiske og praktiske meningsniveau i mødet, såsom stemningen i lokalet og Frejas udtalte nervøsitet.

Karens tilgang kan i stedet tolkes som en psykologfaglighed, der hviler på begge ben, dvs. vægter både en forstående og forklarende habitus. Konkret i eksemplet ses, hvordan hun veksler mellem de to ben, idet hun lader sig inspirere af sin umiddelbare forståelse og samtidig kobler denne til teoretisk viden og analyse for at opkvalificere imod en helhedsfortolkning. Karen benytter sig også af sin sans for feltet og har

blik for det æstetiske og praktiske meningsniveau, fx er hun åben overfor suget i sin mave og fornemmer før-sproglige sider af samtalens indhold som den nervøse stemning.

Der er i udgangspunktet ikke noget galt i at anvende et struktureret spørgeskema eller trække på naturvidenskabens idealer, men ifølge Feilberg skal balancen være til stede imellem de to habitusser, og æstetiske og praktiske meningsniveauer skal have plads, førend psykologen opnår en helhedsorienteret og dannet tilgang (jf. afsnit 3.3.2). Således kan påpeges, at anvendelse af teoretisk eller metodisk viden ikke er nok, som udgangspunkt for Mollys virke som psykolog. Faglighed udspiller sig nemlig altid på et før-refleksivt og kropsligt plan, og psykologen oplever og agerer altid i en kontekst (Feilberg, 2019, s. 117-118), hvorved adskillelsen af viden og handling ikke er meningsfuld (jf. Schöns kritik i afsnit 3.4.1.2).

Fra dette eksempel på faglighed vil vi fra næste kapitel gå videre med at udbygge vores personlige forståelse af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Som allerede slået an ser vi, at der under de aktuelle vilkår for psykologfaglighed findes to faldgruber for psykologfaglighed, der hhv. fører til delegitimeringen af det ubevidste samt en ukritisk reducere af kropslighed til en dualistisk krop-psyke forståelse. Derfor ser vi nærmere på, hvorledes teoretiske bidrag om det ubevidste og kropslighed, kan supplere dette kapitels teoretiske forståelse af psykologfaglighed. Dette gøres for at nuancere forståelse af klientens verden i tråd med Køppes forslag til teoriudvikling via moderat eklekticisme.

Kapitel 4

Det ubevidste i psykologisk praksis

The years, of which I have spoken to you, when I pursued the inner images, were the most important time of my life. Everything else is to be derived from this. It began at that time, and the later details hardly matter anymore. My entire life consisted in elaborating what had burst forth from the unconscious and flooded me like an enigmatic stream and threatened to break me. That was the stuff and material for more than only one life. Everything later was merely the outer classification, the scientific elaboration, and the integration into life. But the numinous beginning, which contained everything, was then. (Jung, 2009, s. VII)

Som det indledende citat illustrerer, mener psykiater Carl Gustav Jung (1875-1961), at det ubevidste og de indre billeder er vigtige aspekter for at forstå mennesket. I det følgende kapitel vil vi argumentere for, at et perspektiv der inkluderer menneskets ubevidste kan bidrage til en sanselig og teoretisk forståelse af psykologfaglighed, som kan fremme forståelsen af klienten i terapeutisk praksis. For at få en teoretisk forståelse af det ubevidste vil vi således redegøre for dele af Jungs analytiske psykologi.

Men inden da, så prøv kortvarigt at tænke på projektets indledende case om Katinka. Katinka tager netop sammen med psykologen det ubevidste op i terapien ved at gøre brug af sin forestillingsevne og indre billeder, helt konkret ved symbolsk at undersøge, hvad der er bag stenen om hendes hjerte. At gøre brug af disse billeder bliver her én måde at sætte fokus på Katinkas oplevelse, hvilket bidrager til at give Katinka en forståelse for sin erfaring med at føle sig alene og på afstand i relationer. Casen med Katinka kan herved læses som et eksempel på, at det ubevidste via indre billeder kan skærpe forståelsen af klientens livsverden på en anden vis end via rationel tænkning og ord. Sagt på anden vis kan det ubevidste i terapeutisk praksis komme til udtryk ved, at psykolog og klient undersøger drømme, indre billeder eller fantasier, som klienten har en fornemmelse af har betydning for vedkommendes livsverden.

I det følgende vil vi argumentere for, at det ubevidste og indre billeder er et interessant synspunkt ift. dette projekts ærinde, idet vi ser, at perspektivet netop belyser det

æstetiske og praktiske meningsniveau ved at kaste lys på før-sproglige og subtile følelser. Vi er klar over, at inddragelsen af det ubevidste for nogen synes radikalt. Men vi mener det er værd at overveje bidraget, da det ubevidste kan bidrage til en psykologisk dybde, der rummer potentiale for at forstå både psykologfaglighed og klientens livsverden på nuanceret vis.

4.1 Jung - Uvidenskabelig for akademia eller ej?

Under studietiden er vi blevet præsenteret for meget relevant psykologisk teori, der på forskellig vis kaster lys over den menneskelige eksistens. Men Jungs dybdepsykologi har ikke været her iblandt. Dette forstår vi i lyset af, at Jung indenfor videnskabelige kredse ofte er omdiskuteret, både hvad angår mangel på metodisk stringens samt hans interesse for sjælens virkelighed. Den metodiske diskussion vender vi tilbage til i afsnit 4.4, imens kritikken af hans forskningsinteresse i sjælen adresseres her. Kritikken af Jung vil i det følgende overvejes, hvorefter Jung præsenteres.

Kritikken af Jungs analytiske psykologi går især på, at han overskrider grænserne for videnskabelighed i en psykologisk kontekst, idet han stiller sig åben overfor tvivlsomme forståelser fra parapsykologien, og ligeledes inddrager det okkulte, myter og spiritualitet i hans psykologi (Ewen, 2010, s. 73-75). For at overveje relevansen af denne kritik må først påpeges, at dette projekt ikke trækker på de dele af Jungs forfatterskab, der specifikt teoretiserer forholdet til religion. Men kort kan pointeres, at Jung selv stiller sig kritisk overfor en blind tro på religion og heller ikke er fortalende for én særlig religiøs retning, eller nødvendigvis argumenterer for et efterliv (ibid., s. 73). Samtidig anbefaler han dog en åben og analytisk tilgang til religion, der ikke udelukker betydningen af spiritualitet for mennesket, bl.a. som en vej til individuation (ibid.) (jf. afsnit 4.3.3 for indføring heri).

Jungs åbne verdensforståelse tydeliggøres i interesse for at forstå sjælen. I en nutidig læsning af Jungs værker kan netop begrebet om sjælen tolkes som uvidenskabeligt. Vi forstår midlertidigt en sådan kritik som en scientistisk læsning eller en sproglig forståelsesbarriere for en læser situeret i 2021, idet anvendelsen af sjælsbegrebet også må ses som et udtryk for forfatterskabets samtid i starten af 1900-tallet. Siden Jungs tid er sjælen blevet presset ud af videnskaben bredt set, såvel som indenfor psykologien, hvorimod den indtil Jungs tid har været både legitim samt ivrigt diskuteret indenfor filosofien siden Platons tid (Schanz, 2017; Brinkmann, 2014). Sjælsbegrebet

skal i vores læsning af Jung, således ikke ses iht. en decideret religiøs forståelsesramme, men peger i stedet ind i en rummelig og bred ontologisk forståelse af mennesket, der fremfor at reducere og skære ikke-målbare aspekter af oplevelsesverdenen væk, giver plads til at undersøge og forstå menneskets verden ud fra aspekter, som bl.a. kan karakteriseres som før-sproglige, poetiske, æstetiske og billedlige. Projektet anser således overordnet kritikken som et udtryk for en unuanceret og ikke mindst scientistisk forståelse, der ikke levner plads til undersøgelsen af subtile eller poetiske dimensioner af eksistensen.

Vi vil i dette kapitel se nærmere på, hvordan Jungs perspektiv kan belyse aspekter ved en sanselig og teoretisk forståelse af psykologfaglighed for dette projekt, hvilket vi anser kan nuancere forståelsen af klientens verden i praksis. Men inden vi er klar til at forstå teorien bag den analytiske psykologi, rammesættes først historiske forhold omkring Jung samt den analytiske psykologi overordnet set.

4.1.1 Jungs arbejde indenfor analytisk psykologi

Siden Jung har været mindre repræsenteret indenfor moderne psykologi, vil dette afsnit give en introduktion, så der skabes en fælles forståelsesramme i projektet.

Carl Gustav Jung lever i Schweiz fra 1875-1961. Her arbejder han som psykiater og etablerer senere den analytiske psykologi. Jung har et tæt samarbejde med Sigmund Freud og beskrives i 1909 som 'psykoanalysens kronprins', fordi han i perioden 1910-1914 er formand i datidens psykoanalytiske selskab (Hyde & McGuinness, 1997, s. 20-45). Freud er ligesom Jung interesseret i det ubevidste samt frie associationer, hvor drømme ses som en kongevej til det ubevidste. Men efter fire år bryder Freud og Jung i 1913. Bruddet skyldes i bl.a. teoretiske forskelle, og at Jung også forholder sig kritisk til Freuds terapeutiske metoder. Jung mener ikke, at Freud har ret i sin insisteren på en infantil seksualitet som årsagsforklaring til udvikling af neuroser og psykotiske tilstande. I stedet ønsker Jung en bredere definition af psyken, som ikke kun omhandler seksualteori, men også rummer sjælens gådefuldhed (ibid.). Efter bruddet med Freud undersøger Jung sin egen og menneskets mystiske side, dvs. hans fantasier, indre billeder samt møder med arketyper, hvilket i dag særligt ses i *Den Røde Bog* (2009). Dette værk indeholder grundstenene for den analytiske psykologi, bl.a. forståelsen af det kollektive ubevidste samt udviklingen af metoden aktiv imagination (Urhøj, 2016), hvilket vi vender tilbage til senere i dette kapitel.

Jungs analytiske psykologi hører til dybdepsykologien, som inkluderer psykologiske teorier der antager, at det ubevidste har betydning for menneskets væren-i-verden, hvorfor perspektivet også betegnes som 'de indre billeders psykologi'. Dette skyldes, at Jung igennem sit forfatterskab prøver at bekræfte sjælens virkelighed igennem sjælebilleder, og herved giver plads til menneskets fantasi og forestillingsunivers (Grønkjær, 2010, s. 13). Et af Jungs vigtige bidrag til psykologien er, at han forudsætter eksistensen af det ubevidste, og at det ubevidste i høj grad har betydning for vores eksistens og måde at være i verden på (Jung, 1963, s. 95). Jung mener, at den vestlige verden har for rationel en kulturindstilling, hvormed mennesket identificerer sig for meget med fornuften (det bevidste). Dette gælder til trods for, at mennesker, i hans optik, ikke kun er fornuftsvæsener, men netop også er irrationelle, mystiske og påvirket af det ubevidste (ibid.).

I det følgende bygges først bro mellem Jungs analytiske psykologi og projektets grundlagsteori, hvorefter en indføring i hans begrebsunivers gives. Her er udvalgt dele af Jungs omfattende psykologi omhandlende det ubevidste samt aktiv imagination. Afsluttende laves en opsamlende refleksion over, hvordan Jungs analytiske psykologi metodisk har forbindelse til fænomenologien, samt en kritisk stillingtagen til Jungs bidrag ift. forståelsen af psykologfaglighed samt klienten i terapeutisk praksis.

4.2 Jung set i lyset af eksistentiel fænomenologi

I dette afsnit dykkes kortvarigt ned i forbindelsen mellem Jung og eksistentiel fænomenologi for afsluttende at vende tilbage hertil, da Jung ikke er eksistentiel fænomenolog, men derimod indskrives i dybdepsykologien (for mere herom se afsnit 4.4.).

Dette afsnit tager afsæt i Roger Brookes bog *Jung and phenomenology* (1991). Brooke er professor i psykologi og er klinisk psykolog, og beskriver sig selv som eksistentiel fænomenolog med inspiration fra bl.a. Merleau-Ponty. Han har fra dette ståsted læst og tolket Jungs psykologi. Bogen har til hensigt at forstå Jungs teori i lyset af eksistentiel fænomenologi, samt at frigøre Jungs psykologi fra resterne af den kartesianske arv (Brooke, 1991, s. xv; 1; 31). Brooke argumenterer for, at Jung kan tilbyde den eksistentielle fænomenologi en psykologisk dybde, som er værd at forholde sig til - også som fænomenolog (ibid.). Brooke forholder sig hele bogen igennem kritisk og nøgternt til Jungs arbejde og viser, hvorledes han ser, at den analytiske psykologi har

mange ligheder med fænomenologien. Dog er den overordnede kritik fra Brooke, at Jungs arbejde ikke er fremstillet konsekvent og systematisk ud fra en fænomenologisk betragtning (ibid., s. 50).

Igennem tiden har Jung mødt kritik, heriblandt fra fænomenologer, som indvender, at Jung forbliver fanget i den kartesianske arv og derfor, på samme vis som Freud, har et reduktionistisk syn på mennesket (ibid., s. xvii). Vi opholder os her kort ved netop Jungs forhold til Freud og deres opgør i 1913. Mange kender til de to mænds opgør, men ifølge Brooke, er det kun få der ved, at da Jung kritiserer Freud og går sin egen vej, er det ud fra fænomenologiens præmisser, da Jung netop kritiserer Freud for et reduktionistisk menneskesyn, hvor patologiske tilstande kan føres tilbage på den seksuelle libido (ibid., s. xvi). Derfor er det et problem, at eksistentielle fænomenologer kritiserer Freud og Jung for det samme, idet Jung selv kritiserer Freud for en reduktionistisk tilgang til mennesket, på samme vis som fænomenologien gør. Brooke argumenterer dermed for, at fænomenologer som oftest har misforstået Jungs værker, men at noget af deres kritik samtidigt har sin berettigelse (ibid.).

Ud fra en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme kan Jungs psykologi kritiseres, idet hans forfatterskab anlægger en ukritisk og ureflekteret eklekticisme, idet han blander egne subjektive oplevelser med videnskabelige forståelser og ydermere ikke arbejder stringent ud fra én erkendelsesinteresse. I stedet påvirkes hans psykologi af et spændingsforhold mellem to poler, generelt kaldet 'videnskabsmanden' og 'poeten' (ibid., s. 10). *Videnskabsmanden* henviser til en del af hans forfatterskab, der forholder sig til psykoanalysen, psykiatrien og en vidensforståelse, hvor sygdom placeres inde i kroppen, og krop og psyke således er adskilte enheder. Dette tolker vi ud fra projektets grundlagsteori, som en teknisk erkendelsesinteresse.

Poeten dækker Jungs fokus på at forstå menneskets kreative og mystiske side af tilværelsen, der drages af det religiøse og bl.a. undersøger arketypernes væsen. I hans arbejde ses særligt omfattende beskrivelser af hans klienter, for at omfavne disse subtile sider af klienternes livsverden (for mere herom se afsnit 4.4.1.1). Denne side af Jungs forfatterskab anser vi som et udtryk for en praktisk erkendelsesinteresse, hvor særligt hans mange beskrivelser af hans klienter viser et ønske om psykologisk at forstå dem. Ifølge Brooke (1991, s. 6) er den poetiske side hos Jung ikke systematisk sammenhængende til trods for, at beskrivelserne er direkte påvirket af den eksistentielle fænomenologi. Endvidere mener Brooke, at det poetiske til tider fremstår med en solipsistisk ontologi (ibid.).

Med andre ord fremlægger Brooke i sin tolkning af Jung, hvorledes Jung beskriver verden som en fænomenolog, selv om Jung fortsat teoretisk tænker som en videnskabsmand. Problematikken ligger heri, at der opstår en ontologisk og epistemologisk spænding mellem de to poler og erkendelsesinteresser i Jungs værker. Derfor foreslår Brooke, at der er behov for at få det poetiske perspektiv uddybet ud fra en sammenhængende ontologisk og epistemologisk forståelsesramme, hvor eksistentiel fænomenologi udgør en oplagt metodologi til at udfylde Jungs mangler (ibid., s. 10). Dette forstår vi som en kritik, der ønsker at indplacere Jung tydeligere indenfor den praktiske erkendelsesinteresse.

Koblingen mellem Jung og eksistentiel fænomenologi, samt Jungs anvendelse af fænomenologiske metoder, undersøges nærmere i afsnit 4.4. Men for at kunne forstå de metodiske overvejelser bag perspektivet, vil Jungs begrebsunivers først præsenteres.

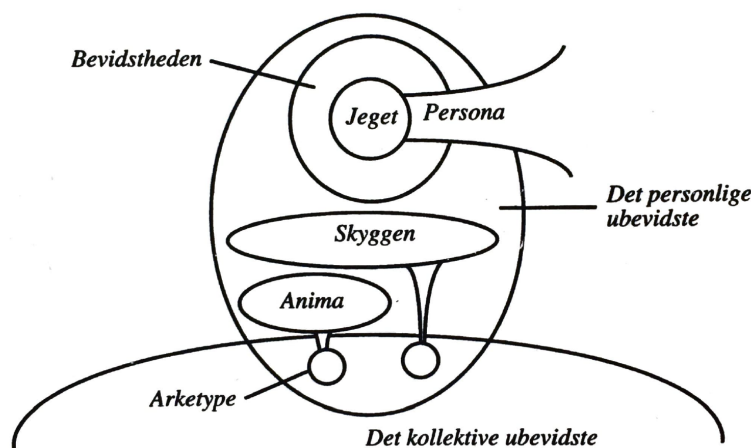
4.3 Carl Gustav Jung - Analytisk psykologi

Formålet med dette afsnit er at præsentere udvalgte aspekter af Jungs analytiske psykologi, her særligt hans forståelse af psyken, der tager udgangspunkt i Jungs egne praksiserfaringer og teoretiske forståelser (Grønkjær, 2010, s. 11). Hensigten er særligt at belyse det ubevidste samt aktiv imagination, som i projektet udgør eksempler på hvorfor det æstetiske og praktiske meningsniveau er relevant i en psykologisk kontekst. Men for at beskrive det ubevidste, må vi først forstå den anden side af psyken - nemlig bevidstheden, da bevidstheden og det ubevidste er tæt forbundne.

Jung mener, at menneskets *psyke* både rummer bevidstheden og det ubevidste, og at menneskets psyke altid stræber efter vækst, helhed og ligevægt (Hyde & McGuinness, 2012, s. 76-80). Med andre ord beskriver Jung, hvorledes det ubevidste har et kompensatorisk forhold til bevidstheden (1962, s. 14). Dette betyder, at når den bevidste holdning hos mennesket er for ensidig, melder dens ubevidste modsætning sig autonomt for at afhjælpe ubalancen (Hyde & McGuinness, 2012, s. 76-80).

Den analytiske psykologis kompleksitet ift. begreber er ikke til at komme udenom, hvorfor dette afsnit præsenterer relevante nedslag med afsæt i figur 6. Først præsenteres bevidstheden, herunder de fire bevidsthedsfunktioner samt Jeget og Persona. Dernæst vender vi blikket mod det ubevidste, der udgøres af både det personlige

og det kollektive ubevidste. Efter redegørelsen af psykens struktur rettes blikket mod de indre billeders betydning i en terapeutisk kontekst, her iht. aktiv imagination. Vi fremhæver i dette kapitel det ubevidste samt metoden om aktiv imagination. Afsluttende forholder vi os kritisk til disse bidrag ift. psykologfaglighed og forståelse af klienten i praksis.



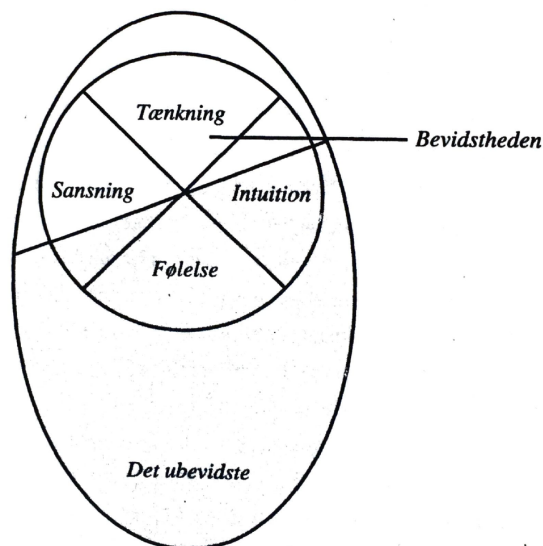
Figur 6: Model over psykens struktur (Grønkjær, 2010, s. 76).

4.3.1 Bevidstheden - Psykens struktur

Vi ser nu først nærmere på den ene del af psyken, her bevidstheden.

4.3.1.1 Bevidsthedsfunktioner og indstillingstyper

Bevidstheden udgøres ifølge Jung af *fire bevidsthedsfunktioner* (se figur 7), som repræsenterer en bestemt måde, hvorpå mennesket forholder sig til ydre og indre påvirkninger. Funktionerne forklarer, hvorfor mennesker forholder sig forskelligt til den samme oplevelse (Grønkjær, 2010, s. 19-21). De fire bevidsthedsfunktioner er opdelt i to modsætningspar: Intuition (tysk: *Intuition*) overfor sansen (tysk: *Empfinden*) og tænken (tysk: *Denken*) overfor følen (tysk: *Fühlen*). I en konkret situation vil alle fire aktiveres, dog med forskellig vægtning og bevidsthed.



Figur 7: Model over bevidsthedsfunktioner (Grønkjær, 2010, s. 22).

Grønkjær opsummerer Jungs beskrivelser af de fire bevidsthedsfunktioner på følgende måde: "Sansningen registrerer, at noget findes, og hvad dette noget er. Tænkningen analyserer, hvad det foreliggende betyder. Følelsen beskæftiger sig med, hvad det er værd. Og intuitionen vejrer de muligheder, der findes i objektet eller i situationen som sådan" (Grønkjær, 2010, s. 20). *Sansning* udgør i nogen grad, hvad Merleau-Ponty kalder perception, dvs. at mennesket fornemmer i umiddelbare helhedsoplevelser, hvor emotionelt indhold, bundfælder sig som kropsfornemmelser (ibid., s. 26). *Intuition* formidler iagttagelser fra det ubevidste til Jeget og bidrager til at se muligheder i en situation (ibid., s. 28-31). *Tænkningen* forholder sig til virkeligheden gennem logiske slutninger og tillægges stor værdi i vestlig kultur (ibid., s. 31-33). *Følelsen* er rationel og vurderer en situation ud fra den 'følelstone', der ledsager oplevelsen (ibid., s. 34-38). Jung mener, at hvert menneske ud fra disse fire har én *hovedfunktion*, hvor den modsatte funktion i modellen er uden for Jegets bevidsthed. De to andre bevidsthedsfunktioner betegnes som *hjelpefunktioner*, idet de i nogen grad er til rådighed for bevidstheden (se figur 7). Det er vigtigt at pointere, at hovedfunktionen kan være alle fire bevidsthedsfunktioner. Eksemplet i figur 7 viser, at hovedfunktionen er tænkning, og sansningen er den primære bevidste hjelpefunktion, imens intuitionen og følelsen primært er ubevidste. Dette kunne også være omvendt, så sansning udgjorde hovedfunktionen.

Foruden de fire bevidsthedsfunktioner udgøres bevidstheden også af to *indstillingstyper*, hhv. introversion og ekstroversion, der kan kobles sammen med

ovenstående, så der i alt er otte funktionstyper. Indstillingstyperne angiver forskellige indstillinger til et objekt (Grønkjær, 2010, s. 23). Den *ekstroverterede type* orienterer sig efter objektet, er åben og finder sig let nemt til rette i sociale situationer og knytter sociale relationer. Den *introverterede type* orienterer sig mod egne subjektive forhold og fremstår mere refleksiv og tilbagetrukket. I modsætning til den ekstroverterede er det her subjektet, der er afgørende, og ydre objekter bruges til at aktivere indre oplevelser (ibid., s. 23-24; Jung, 1963, s. 59). Igen findes meget få 'rene' indstillingstyper, da begge typer eksisterer i mennesket, idet den ene type primært sørger for overvejelsen, mens den anden står for initiativet og den praktiske handlen (Jung, 1963, s. 74).

4.3.1.2 Jeget

Nu videre til Jeget. Som det fremgår i figur 6 er Jeget placeret centralt i psykens bevidsthed. *Jeget* organiserer bevidstheden og udgør den største energiladning bestående af både psykiske og kropslige impulser, der har en følelstone som mennesket identificerer sig med (Grønkjær, 2010, s. 63-64; Hyde & McGuinness, 2012, s. 172). Jeget formidler kontakten mellem bevidstheden og det ubevidste, men udgør et kompleks, idet Jeget fraspalter de dele af psyken, som ikke passer ind ift. miljøet (ibid.).

Komplekser er her centralt i forståelsen af Jungs psykologi, og disse opstår pga. Jegets holdning til det ubevidste materiale (Grønkjær, 2010, s. 76-77). Jeget forholder sig kritisk til det ubevidste og prøver bl.a. at fortrænge indhold, der ikke synes at stemme overens med den ydre virkelighed, hvormed impulser ender med at hobe sig op i det ubevidste som komplekser. Komplekserne retter sig mod Jeget som enten neuroser eller psykoser, hvor Jung ofte beskriver skizofreni som et eksempel på en *psykose*. *Neurosen* kendetegnes ved bl.a. uro, rastløshed, angst, fobier, træthed eller depression, og forstås af Jung ofte som et kollektivt fænomen, der har til formål at fortælle mennesket, at der er en mulighed for at leve på anden vis i en mere positiv forstand (ibid., s. 70-87). Komplekserne fremstår ved første øjekast primært som negative, men for Jung repræsenterer de menneskets negative vurdering af komplekserne (ibid.). De neurotiske forstyrrelser udgøres af vores tids problemer, i projektet aktualiseret som verdens aggressionspunkt, hvor Jegets bevidsthed gerne vil fastholde sit moralske ideal, og dermed fortrænge det umoralske hen i det ubevidste (Jung, 1963, s. 30).

4.3.1.3 Persona

Til slut redegøres for begrebet om persona. Det bevidste kompleks i Jeget betegnes som persona (se figur 6). Ifølge Jung (1962, s. 52-53) er *persona* en maske, som mennesket bærer udadtil i det sociale liv. Dermed beskriver den en rolle, som mennesket optræder med. Personaen er det kompleks, der omhandler individets forhold til omverdenen og angiver 'kollektivpsykens maske', som udgøres af samfundets normer for, hvad der er passende at gøre og være (ibid.). I det terapeutiske møde bliver det vigtigt at opløse masken, så klienten opdager, at det individuelle anliggende faktisk er kollektivt. Komplekset består i, at Jeg-bevidstheden identificerer sig med Personaen, hvorved klienter tror, at de selv er masken, der dog i virkeligheden blot er et idealbillede (ibid.). Dette er problematisk ifølge Jung, da mennesket udover Personaen også er mystiske væsener, der har et ubevidste. Til trods for denne fremstilling er Personaen også hensigtsmæssig, idet den er vigtig ift. at indgå i sociale sammenhænge.

4.3.2 Det ubevidste - Psykens struktur

Fra bevidstheden bevæger vi os nu over til *det ubevidste*, som Jung definerer således:

Begrebet om det ubevidste er for mig et udelukkende psykologisk begreb, og ikke et filosofisk i betydningen metafysisk. Det ubevidste er efter min opfattelse et psykologisk grænsebegreb, der dækker alle de psykiske indhold eller processer, som ikke er bevidste, dvs. som ikke på iagttagelig måde er relateret til Jeget. (Jung, 1921 if. Grønkjær, 2010, s. 39)

Af citatet fremgår det, hvorledes Jung identificerer det ubevidste som et psykologisk begreb vedrørende psykisk indhold, som Jeget ikke kan identificere sig med eller iagttage. Ifølge Jung kan det ubevidste ikke iagttages direkte, da Jeget i sagens natur ikke identificerer sig med denne del af personligheden. Det betyder, at vi ikke kender det ubevidste indhold, før det knyttes til bevidstheden (ibid.) Derfor skal det ubevidste altså iagttages indirekte. Grønkjær (2010, s. 40-42) påpeger, at Jung skelner mellem tre måder, hvorpå det ubevidste viser sig:

-
1. **Et indre psykisk plan:** Det ubevidste indhold står frem i form af drømme, billeder og fantasier. Dette vil se nærmere på i afsnit 4.3.3 om aktiv imagination.
 2. **Et kropsligt plan:** Det ubevidste viser sig kropsligt, hvor psykiske faktorer er den udløsende faktor.
 3. **Ydre projektion:** Ubevidst indhold projiceres ud på ydre objekter, således at man møder sit eget indre i noget ydre, fx gennem vrede.

I modsætning til Freud, der mente det ubevidste bestod af fortrængte infantile seksuelle drifter, mener Jung, at det ubevidste skal forstås selvstændigt (Jung, 1962, s. 7; 1963, s. 40). Jung adskiller sig endvidere fra Freud ved at mene, at det ubevidste består af to lag, hhv. det personlige ubevidste samt det kollektive ubevidste (Jung, 1962, s. 7)¹³. De to lag af det ubevidste adskiller sig på følgende måde: "Mens det personlige ubevidstes erindringsbilleder på en vis måde er udfyldte billeder, fordi de er oplevet, er det kollektive ubevidstes archetyper udfyldte former, fordi de ikke er oplevet af individet" (Jung, 1963, s. 101). Vi vil i det følgende gå i dybden med Jungs forståelse af det ubevidste ved først at se på det personlige ubevidste, herunder skyggen for dernæst at se på det kollektive ubevidste.

4.3.2.1 Det personlige ubevidste

Det personlige ubevidste indeholder menneskets fortrængte erindringer, også kaldet psykisk indhold der er *subliminale*, dvs. perceptioner af pinlig art, der ikke har en energiladning, der er stærk nok til at nå Jegets bevidsthed (Jung, 1963, s. 88). Når Jung i ovenstående citat udtrykker, at erindringsbillederne er udfyldte, er det altså fordi, at det er konkret faktiske oplevelser, der blot ikke kan erindres længere.

Som det fremgår af figur 6 er et kompleks i det personlige ubevidste *Skyggen*. Skyggen defineres som Personaens modbillede, idet skyggen består af det psykiske indhold, der af Jeget vurderes som upassende, hvormed det fortrænges (Grønkjær, 2010, s. 67-70). Ligesom i H.C. Andersens eventyr *Skyggen* (1992) repræsenterer Skyggen modsætningen til 'det gode, sande og skønne', hvormed det udgøres af det onde, falske og grimme (H.C. Andersen, 1992). Ifølge Jung har den vestlige kultur for

¹³ Denne sontring er den primære årsag til, at Jung brød med Freud i 1913, hvorfra Jung engagerede sig i sjælens billedlige udtryk (Jung, 1962, s. 7).

vane at skille sig af med denne side af os selv. Dette har som konsekvens, at vi mister kontakten til kroppen, idet kroppen ofte repræsenteres i form af Skyggen, da mange kropsfornemmelser ligeledes er tabubelagte. Skyggen enten projiceres ud eller optræder personificeret i drømme eller fantasier (Grønkjær, 2010, s. 67-70). Til trods for Jungs forståelse heraf blev skabt i en anden tid, synes vi fortsat dette har relevans for vores aktuelle samtid.

4.3.2.2 Det kollektive ubevidste

Det kollektive ubevidste er en medfødt mulighed for kollektivt nedarvet indhold, der forklarer, hvorfor vi deler mytologiske forestillinger og tegn og fantasier og drømme på verdensplan (Jung, 1963, s. 86-92; Grønkjær, 2010, s. 45). Jung bruger begrebet til at forklare, hvorfor hans psykiatriske patienter reproducerer samme billeder som i de gamle mytologier. Det kollektivt ubevidste ifølge Jung:

Det kollektive ubevidste synes - så vidt vi overhovedet kan tillade os en bedømmelse af det - at bestå af noget i retning af mytologiske motiver og billeder, hvorfor folkeslagenes myter er det kollektive ubevidstes egentlige eksponenter. Den samlede mytologi er altså en slags projektion af det kollektive ubevidste. (Jung, 1931 if. Grønkjær, 2010, s. 45-46)

Det kollektive ubevidste består af to strukturer, hhv. arketyper og instinkter. Kort fortalt er *arketypen* muligheden for forestilling og dannelsen af billeder, mens *instinktet* er impulser, der fører til handling og bestemmer vores adfærd (ibid., s. 47; Hyde & McGuinness, 1997, s. 59). Dette betyder, at hvis et menneske oplever arketyper, medfølger en særlig indflydelse, der fascinerer og påvirker til handling (Jung, 1963, s. 92). Jung beskriver i *Det Ubevidste* (1963, s. 88-92), hvorledes arketyperne har et selvstændigt liv, der både udgøres af tanker og følelser samt er opbygget af menneskehedens gentagne erfaringer. Arketyperne er ikke individets, men er netop kollektive, hvormed verden ses som besjælet. Et eksempel på en arketype er, hvis vi i vores fantasier og drømme ser vores mor i projiceret form, som enten værende den gode helgeninde eller den onde heks (Grønkjær, 2010, s. 49).

Hermed er Jungs forståelse af psyken, repræsenteret ved bevidstheden samt det ubevidste, præsenteret. Vi er nu klar til at kaste et blik på en af Jungs konkrete metoder, nemlig aktiv imagination, hvorfra indre billeder kan få plads i den terapeutiske praksis.

4.3.3 Aktiv imagination - De indre billeders symbolske betydning



Figur 8: Illustration af Jung fra Den Røde Bog, 2009, s. 133.

At Jungs psykologi også går under navnet ‘de indre billeders psykologi’, skyldes hans optagethed af det ubevidstes symbolik og mystik. Derfor passer det sig godt at indlede dette afsnit med et af Jungs egne billeder, da Jung ofte giver hans indre billeder form ved at tegne dem. Formålet her er ikke at tolke på billedet, men at få læseren til at lægge mærke til, at billedet muligvis starter egne forestillinger og et billedligt univers.

I det terapeutiske møde ser Jung de indre billeder som et muligt potentiale til at udfolde klientens kreativitet og vej mod *individuation*, som betyder at blive til ens eget Selv, også beskrevet af Jung som selvvirkeliggørelse (Jung, 1962, s. 73). Ifølge

Ewen (2010, s. 53) er individuation forløber til den humanistiske psykologis fokus på selvaktualisering.

Dette afsnit vil præsentere en metode fra den analytiske psykologi kaldet *aktiv imagination*, der tager afsæt i det terapeutiske mødes inddragelse af klientens indre sjælebilleder. Aktiv imagination og arbejdet med de indre billeder er ikke nødvendigvis for alle, men den terapeutiske tilgang kan for nogle klienter være relevant. Årsagen til, at vi i det terapeutiske møde kan arbejde med billeder, skyldes ifølge Jung, at ethvert indre billede rummer følelser og stemninger og vice versa. Kort sagt betyder dette, at i stedet for 'at sætte ord' på følelsen 'sættes billeder' på følelsen. Billeder kan bidrage til at danne bro mellem følelser og ord, for når et billede sættes i bevægelse, sættes ligeledes følelser i bevægelse (Thingmand, 2018). For rigtigt at forstå dette skal sammenhængen ifølge Jung erfares på egen krop, idet krop og psyke er gensidigt integreret (Jung, 2012, s. 149).

Aktiv imagination er en metode, hvor klienten gør brug af en bevidst meditativ tilstand, hvis formål er at komme på afstand af Jeg-bevidstheden og i stedet nærme sig det ubevidstes spontane produktion af billeder, stemninger og følelser (Grønkjær, 2010, s. 119). Det er ikke meningen, at det ubevidste indhold skal overtage styringen i livet, altså udmunde i psykoser, men at skabe en bevidst konfronterede dialog, der forener det bevidste og ubevidste indhold, begrebsliggjort som den *transcendente funktion* (ibid.). Ifølge Jung (1962, s. 122) kræver et 'opgør' med det ubevidste et bevidst standpunkt, hvorved klienten aktivt forholder sig til sine drømme og fantasier. Jung siger om aktiv imagination, at "patienten må forsøge at lade sin stemning tale til sig; den må sige til ham, hvordan den ser ud, og i hvilken fantastisk analogi den lader sig udtrykke" (Jung, 1962, s. 126). Konkret er der to faser i aktiv imagination.

Første fase går på, at *det ubevidste skal have plads i bevidstheden* (Grønkjær, 2010, s. 119-120). Klienten tager afsæt i et billede eller en stemning fra en drøm eller fantasi, hvorefter hun bevidst og aktivt fordyber sig i billedet vha. målrettet association. Under denne fase gøres klienten opmærksom på, at de oprindelige billeder ændrer udtryk, fx som i dette projekts case med Katinka, der sammen med psykologen skærer en rille i stenen indtil hjertet, hvorefter billedet ændrer form (jf. kapitel 1). Ved at klienten opretholder en åben og nysgerrig holdning til forandringerne ved det oprindelige billede, kan klienten herfra beskrive og udtrykke ændringerne enten gennem ord, visuelt eller på anden vis (Grønkjær, 2010, s. 119-120).

Anden fase består i, at klienten sammen med terapeuten fører *en dialog med det ubevidste*, der viser sig for klienten (ibid., s. 120-122). Klienten træder så at sige ind i billedet eller fantasien som aktør og går i dialog med det ubevidste indhold. I dialogen er det både klienten selv og det ubevidste billede, der stiller hinanden gensidige spørgsmål og nærmer sig hinanden (ibid.). Klienten kan i denne fase komme i kontakt med psykisk indhold fra både det personlige ubevidste samt arketyper fra det kollektive ubevidste. Jung beskriver, hvordan en aktiv deltagelse i fantasien tilfører bevidstheden vigtig ubevidst materiale, hvormed bevidstheden udvides. Dette betyder samtidigt, at det ubevidstes kompensatoriske indhold og potentielt dominerende indflydelse kan afvikles, og at en personlighedsforandring kan finde sted (Jung, 2012, s. 129). I terapien øves klienten i at blive opmærksom og imødekomme billeder der fremkommer, samt integrere dele af det følelsesmæssige indhold, som det ubevidste ønsker at formidle til Jeg-bevidstheden.

Således fremgår, hvorledes aktiv imagination gennem brug af indre billeder bliver en metode til at sætte bevægelse i menneskets følelsesmæssige liv og skabe forandring og blive sit eget Selv. Herved afsluttes præsentationen af Jungs teoretiske perspektiv. Projektet vender sig nu mod kritisk refleksion over Jungs metoder set ift. eksistentiel fænomenologi. Slutteligt overvejes Jungs bidrag til projektet.

4.4 Hvad kan Jung bidrage med?

Vi vil nu undersøge, hvordan Jung bidrager til projektets søgen mod en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Her er to forhold væsentlige. Først forholder vi os kritisk til Jungs metoder set ud fra projektets grundlagsteori. Dernæst reflekteres over, hvorledes Jung bidrager med til projektets grundlagsteoretiske ståsted i forståelsen af psykologfaglighed og forståelsen af klientens verden i terapeutisk praksis.

4.4.1 Jungs psykologi og metoder set i lyset af fænomenologien

For at blive klogere på Jungs metoder, og koblingen til eksistentiel fænomenologi, tages igen afsæt i Roger Brookes (1991) analyser af Jungs arbejde. I og med Jungs psykologi er skabt i starten af det 20. århundrede, er argumentet for koblingen mellem analytisk psykologi og eksistentiel fænomenologi baseret på Brookes gentænkning og viderebearbejdning af Jung. Overordnet argumenterer Brooke for, at Jung i nogen grad

gør brug af fænomenologiske metoder. I nedenstående afsnit opholder vi os derfor ved to fænomenologiske metoder med relevans hertil; hhv. beskrivelse samt epoché (se også afsnit 2.3.2).

4.4.1.1 Beskrivelse

At beskrive et fænomen i fænomenologien, forudsætter ifølge Brooke, at gå til fænomenet selv, så fænomenet kan stå frem i sin dybde og med dets subtile sider (Brooke, 1991, s. 31). Dette er på linje med Husserls forståelse, som præsenteret i afsnit 2.1.

Brooke påpeger, at Jungs metodiske tilgang kan karakteriseres som hermeneutisk, idet Jung ønsker at *forstå* psykologiske fænomener frem for at *forklare* dem. Som argument herfor inddrager Brooke følgende citat af Jung: "In view of the enormous complexity of psychic phenomena, a purely phenomenological view is, and will be for a long time, the only one with any prospect of success" (Jung, 1941 if. Brooke, 1991, s. 32). Af citatet fremgår det, hvorledes Jung selv vægter en fænomenologisk forståelsesramme, hvor psyken forstås som en kompleks størrelse. Jungs opmærksomhed på fænomenologiens evne til at indkredse den psykologiske kompleksitet vedr. psykiske fænomener fører til, at han i høj grad gør brug af beskrivelser, hvorved han mener at undgå både filosofiske antagelser og psykoanalytisk reduktionisme (ibid., s. 31-33). Jung mener endvidere, at ved kun at søge forklaringer på både livshistorier og indre billeder og ikke forståelse, kommer vi væk fra den faktiske mening og oplevelse, der i sidste instans hjælper klienten mod individuation (ibid.).

Jungs brug af beskrivelser til at forstå et fænomen fremgår i flere af hans bøger. I det følgende citat ses et eksempel på, hvor Jung beskriver et møde med en mandlig klient, hvor han får indblik i klientens drøm:

Han opbyggede således en sværmerisk kærlighedsfantasi, som imidlertid brat gik i stykker, da han opdagede, at pigen overhovedet intet ville have med ham at gøre. Han blev så fortvivlet, at han straks gik ned til floden for at drukne sig. Det var sent om aftenen, og stjernerne funkledede ham i møde fra det mørke vand. Det forekom ham, som om stjernerne parvis svømmede ned ad floden, og han blev grebet af en forunderlig følelse. Han glemte sin selvmorderiske hensigt og stirrede fascineret på det sælsomme, skønne skuespil. Og efterhånden blev han klar over, at hver stjerne var et ansigt,

og at disse par var elskende, der holdt hinanden omslynget og drømmende drev forbi. (Jung, 1962, s. 37)

Dette beskrivende citat kan i sig selv medføre en lang fortolkningsproces. Her bruges citatet blot for at vise Jungs både beskrivende og poetiske sprog. Af dette afsnit fremgår det, at Jung for os at se gør brug af beskrivelse for at forstå psykologiske fænomener. Dette gør Jung til trods for, at han har et andet ærinde end fænomenologen, da Jung forholder sig til mennesket ift. psykologisk praksis, og ikke filosofi.

4.4.1.2 Epoché

Den anden fænomenologiske metode, epoché, omhandler ifølge Brooke (1991, s. 33), at fordomme sættes i parentes, så de ikke hindrer adgangen til at forstå et fænomen, således at vi tilgår fænomenet med en naiv bevidsthed. Herfra bliver det ifølge fænomenologien muligt at vende tilbage til den enkeltes livsverden (ibid., s. 34). I vores læsning trækker Brooke her igen på den tidlige fænomenologi repræsenteret i projektet ved Husserl, som dog senere blev kritiseret (se evt. afsnit 2.1 for mere herom).

Brooke argumenterer i lyset af den eksistentielle fænomenologi for, at Jung har blandet succes med epoché samt Husserls forståelse af reduktion til trods for, at Jung flere steder i sine værker beskriver, at reduktion er vigtigt (ibid., s. 34-36; afsnit 2.1 om reduktion). Eksempelvis beskriver Jung følgende om reduktion: "If I want to understand an individual human being, I must lay aside all scientific knowledge of the average man and discard all theories in order to adopt a completely new and unprejudiced attitude. I can only approach the task of *understanding* with a free and open mind" (Jung, 1957 if. Brooke, 1991, s. 35).

Ifølge Brooke har Jung kun en begrænset forståelse af, hvad epoché og reduktion har af betydning. Jung prøver at anvende epoché, men finder på samme vis som fænomenologer efter Husserl ud af, at mennesket *ikke* kan sætte sig udover sin livsverden, hvorfor ren epoché ikke er muligt. Yderligere fremhæver Brooke, at Jung ikke forholder sig tilstrækkeligt selvkritisk ift. den reduktionistiske metode og brugen af sig selv i sine værker (ibid., s. 50).

Koblingen mellem Jung og eksistentiel fænomenologiske metoder viser, at Jung synes at forstå og lade sig inspirere af fænomenologiske strømninger. Dette gør Jung ved at søge mod sagen selv via beskrivelse af klientens levede erfaring, samt ved i nogen grad

at være opmærksom på fordomme. Vi vil nu kaste et kritisk blik på Jungs psykologi ud fra projektets grundlagsteoretiske ståsted.

4.4.1.3 Kritisk stillingtagen til Jung

Ifølge Brooke (1991, s. 50) kan Jun, kritiseres ud fra eksistentiel fænomenologi for at tage afsæt i naturvidenskabelige metoder, selvom Jungs arbejde tilstræber at være fænomenologisk orienteret. Det betyder kort sagt, at Jung ikke formår at være konsistent i en fænomenologisk form og ikke arbejder metodologisk systematisk og disciplineret i sin fremstilling af begreber, fx i forhold til begrebet psyken(ibid.). Vi mener, at Brookes kritik af Jungs begreber er legitim, idet Jung ikke formår at arbejde konsistent ud fra én erkendelsesinteresse, men blander den praktiske og tekniske. Ydermere ser vi, at Jungs forståelse af mennesket og verden tager afsæt i hans ståsted som praktiserende analytiker fremfor som fagfilosof, hvorfor der selvfølgelig er forskel i sprogbrugen og anvendelsen af begreber. Dette ser vi ikke nødvendigvis som problematisk for projektets inddragelse af Jung, men vi pointerer blot, at vi som læsere skal være opmærksomme på deres respektive forskellige ståsteder.

Det er i denne diskussion interessant at overveje, om Jung i flere centrale begreber antyder en krop-psyke dualisme i tråd med en teknisk erkendelsesinteresse, hvilket er kritisabel set med eksistentiel fænomenologiske øjne. Kritikken er relevant for begreber som fantasi, indre billeder og psyke, da disse kan forstås som indre instanser. Ifølge Brooke skal Jungs brug af fantasi og indre billeder dog ikke forstås iht. en dualisme, idet de skal tolkes mere intentionelt, og dermed ikke som en indre-ydre dikotomi. Fantasi og fornemmelser er i stedet gensidigt relateret til verden og kommer til udtryk via kropsfornemmelser (ibid., s. 47-49). Dette leder os til en kritisk stillingtagen til Jungs begreb om psyken.

Brooke argumenterer for, at selvom Jung til tider gør brug af kartesiansk sprogbrug er det Jungs intention, at psyken ikke refererer til et konkret område i kroppen, men faktisk henviser til livsverdenen (ibid., s. 79). Brooke definerer livsverdensbegrebet ud fra Husserls *Lebenswelt*, men påpeger begrebets udvikling og citerer Luijpens definition: "it is 'our most original experience of our most original world'" (Luijpen, 1969, s. 115 if. Brooke, 1991, s. 79). Brooke tilslutter sig ud fra Luijpens definition af begrebet en fænomenologisk forståelse af livsverdenen, der er tæt beslægtet med dette projekts forståelse, som den fælles verden vi lever umiddelbart og originalt i. Brooke påpeger, at Jung ikke selv gør brug af livsverdensbegrebet, hvorfor koblingen er

Brookes tolkning af Jungs teori. Et eksempel på, at Jung er i tråd med begrebet om livsverdenen, ses i Jungs beskrivelser af selvet, der udgør psykens totalitet: "The self comprises infinitely more than a mere ego ... It is as much one's self, and all other selves, as the ego. [The coming-to-be of the self] does not shut one out from the world, but gathers the world to oneself" (Jung, 1947/54, if. Brooke, 1991, s. 78). Citatet viser, at den psykiske realitet er relateret til verden, og mennesket er tæt forbundet til verden. Altså er Jungs begreb om psyken og det eksistentiel fænomenologiske begreb om livsverdenen, ifølge Brooke, to sider af samme sag (ibid., 64-66; s. 79). Denne sammenligning stiller vi os kritiske overfor, da vi mener det er vigtigt at være varsomme med at lave en 1:1 sammenligning mellem fænomener, der er taget ud af deres oprindelige kontekst. Brooke har nok til dels ret i hans antagelse, men idet begge teoretiske ståsteder bygger på komplekse antagelser, mener vi han går for langt ift. at koble Jungs forståelse af psyken med livsverdenen.

Afsluttende pointerer Brooke dog, at Jung kan kritiseres for ikke at være konsistent i ontologisk at prioritere livsverdenen i sit arbejde. Derved udviser Jungs arbejde til tider en solipsistisk verdensforståelse, da Brooke ikke ser en konsistent og velargumenteret beskrivelse af psykens forbindelse til omverdenen i Jungs værker (ibid.).

4.4.2 Det ubevidstes bidrag til at forstå psykologfaglighed samt klientens verden i terapeutisk praksis

Dette kapitals undren kredser om, hvordan det ubevidste samt aktiv imagination i terapeutisk praksis kan spille ind og bruges aktivt i vores kommende psykologfaglighed til at forstå klientens verden mere nuanceret. Derfor diskuteres, hvorledes det ubevidste bidrager som et nyt aspekt til vores grundlagsteoretiske forståelse af psykologfaglighed.

Først og fremmest er vi bevidste om, at Jungs analytiske psykologi og eksistentiel fænomenologi er to positioner fra forskellige traditioner. Men ifølge Køppe (2008) kan forskellige teorier som nævnt inspirere til en reflekteret grundlagsteori via moderat eklekticisme (jf. afsnit 3.5). Vi mener således, at vi ved at supplere grundlagsteorien med Jungs teoretiske bidrag kan nuancere begrebsapparatet og muligvis skærpe vores

blik for før-sproglige og subtile aspekter i terapeutisk praksis. Lad os udfolde disse bidrag i det følgende.

Vi mener i tråd med Brooke (1991), at et vigtigt bidrag fra Jung til eksistentiel fænomenologi er at gøre den fænomenologiske forståelse af den levede erfaring dybere. Med dette mener vi, at den umiddelbart levede erfaring også indeholder et ubevidste, som er væsentligt at forholde sig til som psykolog (Brooke, 1991, s. 79). Dette indskriver sig samtidig i projektets antagelse om, at ikke alle aspekter af menneskets eksistens er målbare (jf. 3.4.3 om faldgruber). Det synes her interessant, at både Feilberg og Jung opererer med det individuelle og kollektive, dog med forskellig teoretisk og praktisk betoning. I Feilbergs eksistensmodel står den kollektive og individuelle eksistens ud fra den anonyme væren, der udgøres af bl.a. før-sproglige oplevelser (jf. afsnit 2.2.2). Jung går for os at se skridtet videre ved at påpege, at der ligeledes findes et kollektivt ubevidste, der forbinder mennesket til dets omverden på et billedligt, før-personligt og anonymt plan (jf. afsnit 4.3.2).

Dette projekt er interesseret i at forstå, hvordan vi kan inkorporere antagelser fra grundlagsteorien i praksis. Her bidrager Jung via en konkret metode til aktiv imagination, der kan få det ubevidste af klientens verden frem i terapeutisk praksis (jf. 4.3.3). I vores forståelse betyder dette, at Jung bidrager til, at psykologen i terapien kan nærme sig det ubevidste på en måde, hvor et æstetisk meningsniveau fremhæves på et symbolsk plan, hvorefter det kan integreres mere konkret ift. klientens livsverden og erfaringer fra hverdagslivet.

Lad os til slut overveje, hvordan Jung bidrager til at sætte fokus på det æstetiske og praktiske meningsniveau (jf. afsnit 2.2.2). Vi mener overordnet, at Jung bidrager med en praksisnær indføring i, hvordan det æstetiske og praktiske meningsniveau kan bringes i spil til at forstå klientens livsverden på kreativ vis. I vores tolkning af Jungs psykologi belyses særligt subtile meningsniveauer, da han i terapeutisk praksis sætter fokus på kropsfornemmelser, fantasi og følelser, fx via aktiv imagination. Vi mener Jung bidrager ved at legitimere, at vi som kommende psykologer kan forholde os til klientens indre billeder samt ubevidste skyggesider. Et eksempel på herpå ser vi i casen om Katinka. Her har psykologen en åben og kreativ holdning til Katinkas billedlige beskrivelser, hvilket bevirker, at en følelsesmæssig proces hos Katinka sættes i gang. Katinka udgør i denne henseende et eksemplarisk eksempel, der kan illustrere, hvordan vi generelt kan gavne af at inddrage det ubevidste i vores kommende psykologfaglighed.

Afsluttende bidrager Jung med teoretiske begreber omhandlende menneskets ubevidste, der bidrager til at forstå subtile sider af klientens verden. Dette synes aktuelt, idet æstetiske og praktiske meningsniveauer herved vægtes, hvilket vi ser som essentielt for vores eget psykologfaglige ståsted. Ift. terapeutisk praksis bidrager Jung til, at psykologen kan rette en sanselig og teoretisk opmærksomhed imod ubevidste og billedlige oplevelser, både hos sig selv samt hos klienten. Perspektivet beriger herved et psykologfagligt ståsted ved at inddrage aspekter som det ubevidste og fantasilivet, der ofte overses. Ovenstående betragtninger blev illustreret med afsæt i casen om Katinka, som vi senere vender tilbage til (se kapitel 6). Men nu skal vi se nærmere på projektets andet perspektiv omhandlende kropslighed.

Kapitel 5

Kropslighed i psykologisk praksis

Can you sense from inside your body?

[...] Many people are helped by beginning at the bottom. Try this.

Put our attention into your right toe inside your shoe. Can you do it? If not, move your toe, then it is easy to sense inside it. Then hold it still.

Now you are sensing inside your toe. Do the same with the knee and then the chair pressing on you from below. Then come into your stomach and chest. What quality of body feeling do you find in your stomach? (Gendlin, 1996, s. 71)

Vi vil i kapitel 5 argumentere for, at fokus på en kropslighed kan bidrage til en sanselig og teoretisk psykologfaglighed ved at fremme forståelsen af aspekter ved klientens verden. Kropslighed beskrives ved hhv. Maurice Merleau-Pontys kropsfænomenologi og Eugene Gendlins fokuseringsorienterede psykoterapi. Merleau-Ponty (1994) giver en overordnet forståelse af, at egenkroppen er anderledes end kroppen som en genstand. Dermed sættes rammen for, at vi kan forstå kroppen som udgangspunktet for menneskets væren-i-verden. Men selv med et udbygget kendskab til egenkroppens egenskaber står vi fortsat med spørgsmålet om, hvorledes fænomenologiens filosofiske og ontologiske forståelser af kroppen kan overføres til en psykologisk terapipraksis. Til at hjælpe med at besvare dette spørgsmål introducerer vi praktikerens Gendlin og den følte fornemmelse, som er en kropslig oplevelse af hele den situation mennesket er i (1996). Dermed bidrager Gendlins teoretiske perspektiv til at bringe den levede kropslighed med ind i terapeutisk praksis.

Lad os kort kredse om projektets første case om Katina ud fra et fokus på kropslighed. I casen ses, hvordan både Katinkas og psykologens krop er til stede i terapien, hvorfor kropslighed således bliver relevant for psykologfaglighed og for forståelsen for klienten. Forinden terapien er Katinka spændt, og hun kan mærke, at noget vigtigt er på spil. Under terapien er psykologen kropsligt til stede med en ro og rummelighed. Katinka fortæller om sin oplevelse af at føle sig alene, men hun har i situationen svært ved at finde de rette ord til at beskrive følelsen. Psykologen guider da Katinkas

opmærksomhed hen til sin krop, hvorfra Katinka mærker en fornemmelse af hårdhed omkring sit hjerte. Det føles som om, at dette er hårdt som en sten. Igennem det fælles arbejde med at undersøge fornemmelsen, og de andre billeder der udspringer herfra, kan Katinka mærke, at fornemmelsen og følelse i kroppen undervejs ændrer sig. Hun får bl.a. et sug i maven og spænding for brystet, og hun begynder at græde. Hun mærker følelsen af at være alene, som hun var hun lille igen, dukke op under terapien. Da Katinka ser for sig, at den lille pige kan få et kram, indfinder der sig et skifte, som føles forløsende og hendes skuldre falder ned. Psykologen bemærker dette skift i stemningen ved, at hendes egen krop også føles mindre anspændt. Psykologen bemærker også, at intensiteten aftager, og at der indfinder sig en stemning af ro imellem dem. Afslutningsvis forlader Katinka psykologen med en nyfunden ro i kroppen, og hun oplever at være kropsligt træt.

Ved at gå tilbage til casen med Katinka illustreres altså, at kropslighed, som den er levet og oplevet, spiller ind i enhver situation og dermed også i det terapeutiske rum og møde. Derfor ser vi det som væsentligt for os som kommende psykologer at få blik for, at kroppen som et væsentligt aspekt af mennesket. Dermed har kropslighed en betydning for psykologfaglighed og psykologens forståelse af klienten.

5.1 Kroppens nærvær i psykologien

På samme måde som både Katinkas og psykologens kropslighed er i spil under terapi-sessionen, så kender vi, at maven kan snøre sig sammen, man kan have en klump i halsen, eller måske bliver man rådet til at følge sin mavefornemmelse eller sit hjerte for at kunne træffe en beslutning. Dette er blot få eksempler på, at vi i dagligdagen bruger en række udtryk, hvor kroppen og vores fornemmelse heraf er central for, hvordan vi forstår os selv. Selvom vi i dagligdagen benytter disse kropslige vendinger, så fylder menneskets levede kropslighed ikke meget på psykologistudiet. Alene at vi studerer psykologi, der kommer af det oldgræske *psyche* og deraf betyder læren om sjælen (Brinkmann, 2009, s. 20), henleder tankerne på, at psykologi omhandler studiet af en immateriel størrelse. I forlængelse heraf ses også den almene lægmandsforståelse om, at psykologen hjælper, når der er noget galt med hovedet. Psykologen forstås ikke som en fagperson, der har fokus på kroppen og er bestemt heller ikke som én, der rører ved kroppen lig fx lægen eller fysioterapeuten (Ewen, 2010, s. 36). Disse opfattelser trækker tråde tilbage til en dikotomisk forståelse af krop og psyke.

I kraft af vores egne oplevelser af, at kroppens nærhed er en grundlæggende erfaring i vores hverdag, undrer vi os over, hvor den oplevede dimension af kropslighed er henne i psykologien. Indenfor biologisk psykologi er der ganske vist et fokus på kroppen. Men her anskues kroppen ud fra et naturalistisk og materialistisk synspunkt som en biologisk krop, der beskrives ved lovmæssigheder (Perry & Medina, 2015, s. 4; Brinkmann, 2009, s. 14). Kroppen kan i et andet perspektiv anskues diskursivt, altså som indlejret i og positioneret ud fra magtstrukturer, eller kroppen kan anses som et semiotisk tegn, og dermed som et sted hvor der skabes mening. Der er altså mange mulige perspektiver på, hvad kroppen overhovedet *er* (ibid.).

Aktuelt har der indenfor de seneste årtier i akademia og psykologi fundet en kropslig vending sted, hvor kroppen bringes frem i forståelsen af mennesket (Shilling, 2003, s. 1). I den psykologiske praksis ser vi bl.a. fremkomsten af mindfulness¹⁴, der med et fokus på meditation, åndedræt og yoga begynder at adressere kroppen i psykologisk praksis med inspiration fra Østen. Kroppen indfinder sig også i traumeterapeutiske tilgange indenfor psykologen, fx hos psykolog Peter Levine (2010) og psykiater Bessel Van der Kolk (2014). Begge beskæftiger sig med, hvordan nervesystemet reagerer ved traumer, og hvordan man ud fra denne forståelse kan skabe en hensigtsmæssig behandling, hvor den traumatiserede krop også adresseres. Således ser vi eksempler på en tendens imod, at psykologien trækker i retning af et kropsligt fokus. På trods af denne modtendens ser vi dog, at faldgruben om at antage en krop-psyke-dualisme (jf. afsnit 3.4.3) fortsat lever i det 21. århundrede. Dette vil vi kort udfolde i næste afsnit.

5.2 Den kartesianske arv i psykologien

I forordet til *Kroppen i Psyken* (2004) skrives, at kroppen og psyken uløseligt hænger sammen og “burde i højere grad, end tilfældet er, indenfor psykologien beskrives som sammenslyngede og uadskillelige” (Køppe et al., 2004, s. 7). Årsagen til adskillelsen mellem krop og psyke inden for psykologien tilskrives bl.a. den kartesianske dualisme, hvor kroppen anses som materiel, og psyken anses som immateriel (ibid., s. 9; se også afsnit 3.4.3). Men hvordan kan det være, at selv om den rigide kartesianske opdeling af krop og psyke ikke holder, så har vi fortsat en spontan grundforståelse af os selv, hvor verden er materiel og har en udstrækning, imens psyken er immateriel og er uden

¹⁴ For eksempler herpå se Mindfulness Baseret Stress Reduktion (MBSR) ved Jon Kabat-Zin (2014) samt Mindfulness Baseret Kognitiv Terapi (MBCT) ved Segal, Williams & Teasdale (2013).

udstrækning? (Køppe et al., 2004, s. 9, *parafraseret*). Køppe et al. mener, at den væsentligste årsag hertil er, at måden, vi spontant i dagligdagen definerer vores krop og psyke på, er utilstrækkelig (ibid.). Psyken bliver herved udgangspunktet for, hvem vi er, og hvordan vi oplever. Kroppen derimod betragtes som en mere eller mindre afgrænset enhed, der er underordnet psykens beslutninger som en materiel 'håndlanger' (ibid., s. 10).

I kontrast til disse perspektiver vil vi i kapitlet bringe den levede kropslighed ind ved at trække på Merleau-Ponty og Gendlin, der forstår krop og psyke som uadskilleligt forbundet. Kapitlet indleder med at bygge videre på grundlagsteorien (se kapitel 2 om eksistentiel fænomenologi) ved at introducere Merleau-Ponty (1994) og begrebet om egenkroppen. Derfra bidrager Gendlin (1996) med et praksisperspektiv, hvor den kropslige oplevelse er i centrum. Afslutningsvis tager kapitlet kritisk stilling til den fænomenologiske kropsforståelse og Gendlins fokuseringsorienterede psykoterapi samt forholder sig til, hvordan de to perspektiver bidrager vores psykologfaglighed og forståelsen af klienten i terapeutisk praksis.

5.3 Maurice Merleau-Ponty - Kropsfænomenologi

Filosoffen Maurice Merleau-Ponty lever i 1908-1961 i Frankrig. Under sin universitetsuddannelse bliver han venner med Jean-Paul Sartre. Senere er de i 2. verdenskrig med i samme modstandsbevægelse (Thøgersen, 2004, s. 11). Derudover er Merleau-Ponty også venner med eksistensfilosoffen Simone de Beauvoir. Sammen redigerede de tre det litterære og politiske magasin *Moderne Tider*. Deres venskab gik dog senere i opløsning grundet politiske uenigheder (Romdenh-Romluc, 2011, s. 1-3; Thøgersen, 2004, s. 17).

Merleau-Ponty begynder allerede i 30'erne at interessere sig for, hvordan man kan forstå menneskets krop ift. perception. I 1938 udgiver han sin første afhandling *Adfærdens Struktur*, hvor han gør op med behaviorismens reduktionistiske kausalitetsforståelse af mennesket og i stedet, i forlængelse af gestaltpsykologien, argumenterer for, at mennesket skal forstås ud fra helheden mellem figur og baggrund (Thøgersen, 2004, s. 11-14). I 1945 udgiver han *Perceptionens Fænomenologi*, hvor han gør op med tanken om en objektiv krop. Efterfølgende arbejder han som professor på forskellige universiteter og underviser bl.a. i sprogfilosofi, børnepsykologi, pædagogik og

æstetik (ibid., s. 15-18). Merleau-Ponty døde pludseligt af et hjerteanfald i en alder af 53 år (Romdenh-Romluc, 2011, s. 1-3; Thøgersen, 2004, s. 17).

5.3.1 Egenkroppen

I tråd med projektets grundlagsteori anskuer vi kroppen ud fra et fænomenologisk synspunkt, hvor kroppen anses som en del af den enhed, hvori eksistensen har rod (Perry & Medina, 2015, s. 4). Merleau-Pontys fænomenologi kan ses som en kropslig vending væk fra dualismen. I stedet anskuer Merleau-Ponty kroppen som en egenkrop og gør dermed op med, hvad han betegner *den objektive tanke*, dvs. ideen om at kroppen er en objektiv enhed, som er adskilt fra menneskets bevidsthed (Thøgersen, 2004, s. 41). Dermed gør han op med ideen om, at mennesket kan sætte parentes om sig selv og sin erfaring af verden og derved kan observere 'objektivt' (Ricoeur, 2012, s. 39-40). Altså er Merleau-Pontys agenda med hovedværket *Perceptionens Fænomenologi* (1945) at "bortmane den synspunktsløse tænkning" (Ricoeur, 2012, s. 39), hvormed der menes, at mennesket aldrig kan se verden ingensteds fra. Det gør han via begrebet om egenkroppen, som forstås som fundamentet og forudsætningen for menneskets perception. Den er "Hverken det psykiske [...] eller det 'fysiologiske' [...]. Egenkroppen er snarere 'væren-i-verdens bevægelse', organet for vor inhærens i verden" (Ricoeur, 2012, s. 40). Altså er egenkroppen menneskets *uadskillelige* forbindelse til verden, hvorfor vi aldrig kan sætte os udover vores egen kropslighed.

Egenkroppen kommer af det franske *le corps propre*, som kan oversættes til både egenkroppen og selve kroppen. De to betegnelser er ikke modsætninger, men to sider af samme sag¹⁵ (Thøgersen, 2004, s. 16; Keller, 1995, s. 9). I det følgende kapitel vil vi anvende egenkroppen eller blot 'kroppen' til at beskrive Merleau-Pontys kropsforståelse.

I de følgende afsnit beskrives tre kendetegn ved egenkroppen; permanens, kroppen som udtryksrum samt forståelse i lyset af begrebet om egenkroppen. Til slut afrundes afsnittet med en opsamling af kropsfænomenologien.

¹⁵ For Thøgersen henviser *egenkroppen* hos Merleau-Ponty til den krop, som jeg er, dvs. kroppen *som min egen krop* (2004, s. 16). Keller (1995) beskriver *egenkroppen* som oplevelsen og erfaringen af en sammenhæng mellem ens kropslighed og ens personlige identitet (s. 8). *Selve kroppen* henviser hos Thøgersen til den krop, som vi er i vores egen erfaring, dvs. kroppen som en *levet krop*. Keller er enig i dette, men tilføjer yderligere, at der i selve kroppen er en *anonym kropslighed*, som har sin egen meningsskabende aktivitet, som fx gør det muligt at udføre rutineopgaver som at cykle uproblematisk og uden bevidsthed herpå (1995, s. 9). Her kan man tale om en slags kropslig fornuft, der er baggrunden for vores bevidste erkendelser og stillingtagen.

5.3.1.1 Egenkroppens permanens

Essentielt ved egenkroppen er, at vi ikke kan opleve uden den. Vi kan ikke gøre os fri fra den, da den er selve udgangspunktet, hvorfra vi erfarer verden. Dette kalder Merleau-Ponty for egenkroppens *permanens* (Merleau-Ponty, 1994, s. 33). Dette udtrykker således egenkroppens permanente nærvær hos mig, som eksisterer, fordi jeg aldrig kan adskille mig fra egenkroppen (Thøgersen, 2004, s. 108-109; Merleau-Ponty, 1994, s. 33). Derfor er egenkroppen ikke en genstand, man kan stille sig overfor og observere, hvorfor jeg ikke kan iagttage min krop, som jeg iagttager andre ting. Selv når jeg ser mig selv i spejlet, så er spejlbilledet altid blot en *henvisning* til egenkroppen og ikke den egentlig krop. Dermed er kroppen det absolutte punkt, hvorfra vi oplever verden (Thøgersen, 2004, s. 109).

5.3.1.2 Egenkroppen som udtryksrum

Merleau-Ponty beskriver, at kroppen har en udstrakt side, som synliggør den materielt i verden. Herfra kan kroppen kaste betydning ud i verden, dvs. udtrykke sig. At kroppen kaster betydning ud i verden betegnes som et *udtryksrum* (Thøgersen, 2004, s. 122). Udtryksrummet har oprindelse i kroppen og dens bevægelser, hvorfor kroppen anses som oprindelsen til alle andre udtryksrum (ibid.). Et velkendt udtryksrum er det sproglige udtryksrum, der har sin oprindelse i struben og mundens bevægelser og derfra kaster betydninger ud i verden. Dette har relevans, når psykologen møder klienten, og de begge gennem toneleje, intonation, ordvalg mm. kaster betydning ud i rummet. På samme måde er gestikken og kroppens udtryk et udtryksrum, der kaster betydning ud i det terapeutiske møde.

5.3.1.3 Egenkroppen og forståelse af betydninger

Hos Merleau-Ponty er forståelse forankret i kropsligheden, og forståelse er således en kropslig handling, hvor mennesket tilegner sig et bestemt fænomens betydning (Thøgersen, 2004, s. 121). At forstå bliver dermed set som en kropslig tilegnelse af en vane, fx at cykle. Når du først har lært dette, så cykler kroppen af sig selv, hvorfra det kræver megen tanke at genkalde sig, hvad kroppen gør, da den handler vanemæssigt i situationen. At forstå anses som at føle overensstemmelse mellem, hvad vi retter os imod, og det som er givet (ibid., s. 119). Hermed menes, at forståelse ikke er refleksiv, men derimod er karakteriseret ved en *umiddelbar perceptuel pålidelighed* (ibid.).

Implikationen er at vi i udgangspunktet kan stole på, hvad vi umiddelbart opfatter. Det umiddelbare består i, at der ikke kræves et medium, fx sproget, før man forstår en meningsfuld sammenhæng mellem egenkroppen og en genstand eller et andet menneske (ibid.). Dette foregår før-sprogligt og før-refleksivt (ibid.).

Når mennesket forstår, altså kropsligt begriber betydningen af et bestemt fænomen, foregår denne proces med bidrag fra både verden og kroppen. Således er det hverken mennesket, der aktivt “*skaber* betydning i en ellers meningsløs verden eller (...) mennesket [der] *passivt opdager* en allerede eksisterende betydning i verden” (Thøgersen, 2004, s. 121). Processen kræver derimod, at mennesket både kan lade en genstand udfolde sig på sine egne præmisser, og at mennesket aktivt kan undersøge genstanden. Således er der tale om et både-og fremfor en enten passiv eller aktiv opdagelse af betydning (ibid.). Dermed opstår betydning i et samarbejde mellem genstand og egenkrop i “en åben og ufærdig verden” (Thøgersen, 2004, s. 122).

5.3.2 Afrunding af kropsfænomenologien

Vi har indtil nu udbygget forståelsen af egenkroppen ved at se nærmere på tre karakteristika. Egenkroppen har således en permanens, altså at den *altid* er med os som grundlaget for perception. Derudover har kroppen en udstrakt side, hvorved kroppen kan udtrykke sig i et udtryksrum, fx sprogligt. Forståelse ansues som en kropslig til-egnet vane, hvor kroppen før-refleksivt er bekendt med situationen og derfor ved, hvad den skal gøre.

Vi vender nu blikket fra en fænomenologisk beskrivelse af egenkroppen og ser på et praksisrelateret syn på kroppen.

5.4 Eugene Gendlin - Fokuseringsorienteret psykoterapi

Den amerikanske filosof og psykoterapeut Eugene Gendlin (1926-2017) bidrager med et praksisperspektiv på, hvordan vi kan forstå kropslighed i psykologisk praksis med terapi. Omdrejningspunkt for hans filosofi og psykologi er forholdet mellem at opleve og konceptualiseringen af oplevelsen. Derfor befinder perspektivet sig i grænsefeltet mellem det verbale og nonverbale og søger at bygge bro imellem disse (Gendlin, 1997, s. xi). For Gendlin er menneskets eksistens før-konceptuelt og kropsligt følt, hvilket vil sige, at mennesket har adgang til eksistensen gennem sin kropslige oplevede

sansning af verden, som kommer før en begrebsliggørelse af denne. Ydermere bliver menneskets eksistens til i interaktion med andre og omverden, hvorfor den sociale og kulturelle verden har indflydelse på konceptualiseringen (Gendlin, 1973, s. 322-323). Gendlin anser selv sin teori for at omhandle de processer der sker i terapi og ikke om selve indholdet i terapien (Ikemi, 2014, s. 23; Gendlin, 1996, s. 2; Gendlin, 1973, s. 351).

I det følgende afsnit præsenteres Gendlins inspiration. Dernæst præsenteres udvalgte hovedbegreber, der udbygger forståelsen af kropslighed i et terapeutisk praksis perspektiv. Disse er: den følte fornemmelse, fokusering og en fremadførende bevægelse.

5.4.1 Gendlins inspiration og arbejde

Gendlins teori er inspireret af eksistensfilosofi, fænomenologi samt humanistisk psykologi. Han er inspireret af Husserls ærinde om at vende tilbage til fænomenerne, som de fremtræder (Gendlin, 1973, s. 317). Fra Heidegger trækker Gendlin på begrebet om væren-i-verden, der pointerer, at mennesket er kastet ind i verden. Sammen med Merleau-Pontys kropsforståelse, danner disse bidrag grundlag for Gendlins forståelse af mennesket (ibid., s. 318). Gendlin anser derfor krop og psyke som et samlet system, der udvikles i interaktion med andre mennesker (ibid., s. 323).

I 1960'erne arbejder Gendlin sammen med psykolog Carl Rogers (1902-1987), der er en central skikkelse indenfor den humanistiske psykologi med sin klient-centrede terapi. Gendlin og Rogers undersøger sammen, hvorfor klienter har succes med terapiforløb. Altså hvad der skaber en forandring til det bedre hos klienten. Igennem analyser af transskriberet psykoterapi finder de, at forskellen består i, hvordan klienten taler. Mere præcist finder de, at succesfulde klienter er "able to hear how they were 'inside', to a place beyond the cognitive mind" (Rappaport, 2008, s. 24). De er altså i stand til at lytte til deres oplevelse og kan ud fra denne høre om de ord, der tilskrives deres oplevelse, matcher eller ej (ibid.). Med rod i betydningen af denne overensstemmelse skaber Gendlin sin *fokuseringsorienterede psykoterapi* (eng: *Focusing-oriented psychotherapy*) (1996). Tilgangen er for Gendlin et opgør med psykoterapeutiske tilgange, der vil forklare og analysere klientens problematik. Hans kritik heraf er, at klienten i disse tilgange blot lærer at konceptualisere sine problemer, men ikke føler og mærker en ændring. Altså er det muligt for klienten at forholde sig intellektuelt til problemet uden at mærke efter og være i kontakt med oplevelsen (Gendlin, 1996, s. 7-

12). Væsentligt for teorien er derfor, at fokuseringsorienteret psykoterapi omhandler, *hvordan* vi har oplevelser fremfor et fokus på oplevelsens *indhold*. Altså er Gendlins teori processuel, og metoden kan anvendes på tværs af terapeutiske tilgange (Ikemi, 2014 s. 23; Gendlin, 1996, s. 2; Gendlin, 1973, s. 351).

5.4.2 Den følte fornemmelse

Dette kapitel blev indledt med et citat af Gendlin, hvor du blev bedt om at sanse din fod, som den føles indefra fra din oplevede verden. Måske var det let eller udfordrende for dig at bringe din opmærksomhed til din fod. For Gendlin er det centralt at kunne bringe opmærksomheden til den kropslige fornemmelse i en situation. Han kalder dette for *den følte fornemmelse* (eng: *felt sense*), som beskrives sådan: “A felt sense is the wholistic, implicit bodily sense of a complex situation. [...] A felt sense contains a maze of meanings, a whole texture of facets, a persian rug of patterning - more than could be said or thought” (Gendlin, 1996, s. 58). Her pointeres, at den følte fornemmelse er en *kropslig* fornemmelse af hele situationen, mennesket befinder sig i. Dette er muligt, fordi mennesket *er* i situationen med sin krop.

For at mærke den følte fornemmelse skal klienten fornemme sin kropslige oplevelse, som den føles indefra, hvilket oftest er centreret i midten af kroppen omkring mave, bryst eller hals (ibid., s. 18). For nogle klienter er dette naturligt, andre skal øve sig. Oftest skal den følte fornemmelse ‘bydes velkommen’. Hermed menes, at klient og psykolog skal have en venlig indstilling overfor fornemmelsen, så den kan vise sig, da den er subtil (ibid., s. 20). Pr. definition er den følte fornemmelse større og mere end, dét der kan konceptualiseres (ibid., s. 2-3; 17; 58). Således kan den aldrig fuldt indfanges med ord, metaforer, billeder symboler eller lignende. Den følte fornemmelse kan optræde i enhver situation og indeholder altid en implicit kompleksitet (Gendlin, 1993, s. 24).

Selvom den følte fornemmelse indledningsvist er svær at få greb om, er den samtidig ganske specifik og reagerer, hvis klient eller psykolog beskriver fornemmelsen på en måde, der ikke stemmer overens med den. Som beskrevet af Gendlin: “[It] seems to object, to shrink, or to respond by being utterly unmoved or unaffected. The wrong words cause the felt sense to have a stuck quality. The felt sense does not stir in response to those words” (Gendlin, 1996, s. 58). Den følte fornemmelse beskrives også som en kant, hvorfra klienten ikke længere kan formulere ord, men fortsat mærker, at der er mere på spil. Her kan stilhed være nødvendigt (Gendlin, 1993, s. 26).

Kanten til den følte fornemmelse, bliver også beskrevet som en grænsezone mellem det bevidste og det ubevidste og er således en måde at få adgang til ubevidst materiale (Gendlin, 1996, s. 16-17).

Afrundingsvis vil vi klargøre hvordan den følte fornemmelse adskiller sig fra både emotioner og aktiv imagination¹⁶. Den følte fornemmelse minder om emotioner, men begrebet kan ikke reduceres til emotioner. Den følte fornemmelse er i stedet en helhedsoplevelse, som ikke opdeles i enheder såsom tanker, følelser, minder, ønsker eller kropslige sensationer. Således er den et baggrundstæppe, der tilsammen er større end summen af disse enheder (ibid., s. 19-20; s. 61). En emotion har allerede et navn, fx vrede, og er dermed genkendelig, derimod er en følt fornemmelse subtil, ukendt og større end ord. Men ud fra fornemmelser kan der træde intense emotioner frem (ibid., s. 60-61).

Ser vi dette ift. Jungs begreb om aktiv imagination vil vi blot kort påpege, at Gendlin adskiller den følte fornemmelse fra visualisering eller billedverden (eng: *imagery*), hvormed han fx mener en visuel oplevelse af et billede, eller et auditivt indtryk af musik eller lyden af tale (ibid., s. 63). Den følte fornemmelse adskilles fra denne visualisering ved, at den følte fornemmelse er en kropslig sensation. Et indre billede kan dog sagtens lede til en følt fornemmelse (ibid.).

5.4.3 Fokusering

Fra begrebet om den følte fornemmelse bevæger vi os videre til, hvordan psykologen arbejder med den følte fornemmelse i terapeutisk praksis. Ifølge Gendlin skal psykologen ikke kun lytte til ordene klienten siger, hun skal være opmærksom på hele klientens kropslige tilstedeværelse. Derudover skal psykologen bemærke sin egen følte fornemmelse i situationen for at kunne afgøre, hvordan denne relaterer sig til relationen til klienten i øjeblikket (Gendlin, 1973, s. 337-338). En tilgang til at arbejde med klientens kropsligt levede liv på er ved hjælp af metoden fokusering. I *fokusering* (eng: *focusing*) retter psykologen og klienten henvendelse til klientens kropslige følte fornemmelse af en problematik (ibid., s. 339). Dermed er det gennem fokusering, at

¹⁶ For yderligere uddybning af hvad den følte fornemmelse adskiller sig fra se Gendlin (1996, s. 57-68).

psykologen bringer den følte fornemmelse hos klienten, og dermed kropsligheden som den er levet, med ind i terapeutisk praksis.

For Gendlin den følte fornemmelse central for forandring i det terapeutiske arbejde (Gendlin, 1996, s. 1). Forandring sker, når der sker en ændring i den følte fornemmelse, et såkaldt *følt skift* (eng: *felt shift*) (Rappaport, 2008, s. 33). Et eksempel på dette kan være, at psykologen i sit gensvar til klienten rammer plet, således at klienten svarer “JA, det er lige præcis sådan, jeg har det” efterfulgt af et suk og en kropslig lettelse. Dermed kan forandring ikke reduceres til en ny måde at tænke på, men indbefatter en konkret kropslig følt forandring (Gendlin, 1996, s. 9).

5.4.3.1 Fokusering i praksis

Fokusering er en struktureret metode til at lade det implicitte åbne sig op (Gendlin, 1996, s. 53). Fokusering består af seks trin, men i praksis anlægges disse trin ikke som en lineær proces, men tilpasses klientens behov (Rappaport, 2008, s. 36). Fokusering kan instrueres af psykologen, eller klienten kan lære fokusering selv (Gendlin, 1996, s. 1). Her tages udgangspunkt i en proces med psykologens deltagelse.

Ganske kort og forenklet¹⁷ forløber fokusering ved 1) at psykologen og klienten først arbejder på at skabe mental ro samt overblik over klientens problemer. Herfra udvælger de et problem at arbejde videre med (ibid., s. 72). 2) Dernæst hjælper psykologen klienten med at få kontakt til den følte fornemmelse, fx med spørgsmålet ‘Hvordan fornemmer du fysisk *hele* situationen, eller problemet du er i?’ (ibid., s. 19). 3) Når klienten har kontakt til den følte fornemmelse, skal hun forsøge at konceptualisere den følte fornemmelse med ord, billeder, metaforer, gestik mm. Dette betegnes et *håndtag* (eng: *handle*), som er et symbol, der kan repræsentere den følte fornemmelse. Det væsentligste er, at håndtaget hjælper med at beskrive den følte fornemmelse (Rappaport, 2008, s. 38; Gendlin, 1996, s. 48; Gendlin, 1997, s. 237). Ligesom man kan fornemme en kufferts vægt ved at løfte i dens håndtag, så skal håndtaget i terapien kunne indikere indholdet af den følte fornemmelse (Gendlin, 1996, s. 48). 4) Dernæst er det væsentligste at håndtaget hjælper med at beskrive den følte fornemmelse. Derfor skal klienten, ved at bevæge sig frem og tilbage mellem den følte fornemmelse og

¹⁷ For yderligere uddybning af fokusering se Gendlin (1996, s. 69-75).

konceptualiseringen, sigte mod en resonans¹⁸ imellem dem (ibid., s. 73). 5) Herfra kan klienten og psykologen gå i dialog med den følte fornemmelse ved at stille spørgsmål hertil (Rappaport, 2008, s. 38). Til en start kommer svaret ofte som en lille let røren på sig i den følte fornemmelse (Gendlin, 1996, s. 73). 6) Det sidste trin dækker, at klienten forholder sig åbent og modtagende overfor den følte fornemmelses svar (Rappaport, 2008, s. 39). Her er det psykologens opgave, at støtte klienten til at have en venlig og åben attitude overfor den følte fornemmelse (Gendlin, 1996, s. 47).

5.4.4 En fremadførende bevægelse

Indtil nu har vi set på den følte fornemmelse og fokusering. I dette afsnit beskrives *den fremadførende bevægelse* (eng: *carrying forward*), der beskriver, at der i mennesket er en kropslig bevægelse, der fører fremad (Gendlin, 1973, s. 325). Klienter kan gennem fokusering komme i kontakt med bevægelsen (Rappaport, 2008, s. 35). Dette skal forstås i overført betydning, som at der i enhver oplevelse er en implicit videre bevægelse, som fører mennesket fremad i livet. Bevægelsen kan mærkes ved kanten af klientens følte fornemmelse (Gendlin, 1996, s. 15). Den fremadførende bevægelse antages, at mennesket naturligt og kontinuerligt bevæger sig fremad i livet (Gendlin 1973, s. 325). Kroppen er med til at vise, i hvilken retning den næste bevægelse skal foregå. Implicit i begrebet ligger således, at kroppen anses for at have en form for visdom i sig, der guider mennesket i dets liv (Gendlin, 1993, s. 39).

I vores læsning af Gendlin ser vi, at dette trækker tråde til humanistisk psykologi, hvor der er en optimistisk forståelse af mennesket, der ud fra en indre iboende kerne har mulighed for vækst og selvrealisering (jf. afsnit 3.4.1.1). I tråd med dette beskriver Gendlin, at klienten ved at få kontakt med sin følte fornemmelse og følge sin fremadførende bevægelse kommer i dybere kontakt med sig selv (ibid., s. 21). Her adskiller Gendlin sig fra Merleau-Pontys kropsfænomenologi ved at tillægge kroppen en form for visdom om retningen frem, som kroppen dog har i kraft af, at den *er* stedet, hvorfra vi oplever en situation og deltager i verden (Gendlin, 1973, s. 323). Denne antagelse vil vi vende tilbage til og tage kritisk stilling til i det følgende afsnit, hvor vi som afslutning på kapitlet forholder os til, hvordan Merleau-Ponty og Gendlin bidrager til en sanselig og teoretisk psykologfaglighed.

¹⁸ Vi vil blot bemærke at Gendlin her anvender resonans som et udtryk for genklang imellem den følte fornemmelse og konceptualiseringen af denne. Dette adskiller sig fra Rosas begreb om resonans som beskrevet i afsnit 3.4.1.

5.5 *Hvad kan Merleau-Ponty og Gendlin bidrage med?*

Afslutningsvis tager kapitlet kritisk stilling til Merleau-Pontys fænomenologiske kropsforståelse og Gendlins fokuseringsorienterede psykoterapi samt forholder sig til, hvordan de to perspektiver bidrager til psykologfaglighed og forståelse af klienten i terapeutisk praksis.

5.5.1 Kritisk stillingtagen til Merleau-Ponty og Gendlin

I dette afsnit stiller vi os kritiske overfor Merleau-Ponty samt Gendlin. Fælles for Merleau-Ponty og Gendlin er, at de begge indskriver sig i den praktiske erkendelsesinteresse, idet de søger at forstå et fænomen. For Merleau-Pontys vedkommende er dette menneskets ontologi. Metodisk gør han dette ved bl.a. at lave tykke beskrivelser af fænomener (jf. Heideggers begreb om reduktion se afsnit 2.3.2) og lave fænomenologiske analyser heraf (se fx Merleau-Ponty, 1993). Gendlin derimod søger at forstå baggrunden for klientens forandring i praksis. Han fremviser i sine værker mange transkriptioner og beskrivelser fra psykoterapi, hvilket vi anser som arbejde med beskrivelser af fænomenet (se fx Gendlin, 1996, s. 76-103).

Kritisk kan rettes imod Merleau-Ponty, at hans filosofi generelt er svært tilgængelig grundet et vanskeligt sprogbrug og begrebsunivers. Således er det svært at overføre hans filosofiske projekt og ontologi i dette projekts praksisfokus, hvorfor vi har valgt at inkludere Gendlin til dette formål. Til Merleau-Pontys forsvar er han dog filosof og ikke praktiker, og han søger således ikke efter begreber iht. en psykologfaglig eller terapeutisk praksis.

På trods af Merleau-Pontys agenda om at ville bevæge sig væk fra dikotomiens enten/eller, indre/ydre og krop/psyke, kan han yderligere kritiseres for fortsat at anvende begreber som bevidsthed, krop, subjekt og objekt, som sprogligt indikerer en dikotomi. Hans filosofi fremstår derved tvetydig, da han ellers står for en grundlæggende forbindelse mellem mennesket og verden. Men begreberne fastholder et kartsiansk split og "Problemet er, at sproget alligevel beder ham vælge side" (Thøgersen, 2004, s. 137). Således kan kritisk indvendes, at hans begrebsapparat aldrig forlader den selvsamme dikotomi, han forsøger at overkomme (ibid., s. 137-138). Merleau-Ponty erkender selv senere i sit filosofiske virke dette problem og begrebernes begrænsninger (ibid., s. 18-19). Trods denne kritik af Merleau-Pontys begrebsapparat er hans filosofi til stadighed en væsentlig kilde en nuanceret forståelse af den levede

kropslighed og en ikke-dualistisk ontologi, hvilket han netop bidrager til i dette projekt.

Dette fører os videre til en kritisk stillingtagen til Gendlin. Det er tydeligt at se Gendlins inspiration fra Merleau-Ponty og den eksistentielle fænomenologi. Vi ser bl.a. dette i hans beskrivelser af den følte fornemmelse som en måde, hvorpå vi begriber *hele* situationen, klienten befinder sig i. Det ser vi er i forlængelse af Merleau-Pontys egen krop. Dermed kan Gendlins begreb om den følte fornemmelse være en måde hvorpå praktikere kan begrebsliggøre og anvende Merleau-Pontys ontologiske antagelser.

Kritisk kan overvejes, hvorvidt Gendlin, trods trådene til bl.a. Merleau-Ponty, bryder med sine ontologiske antagelser og bliver inkonsekvent ved at introducere begrebet om den fremadførende bevægelse. Vi tolker nemlig begrebet relateret til den humanistiske psykologis indre selv, der indeholder et potentiale for vækst og selvrealisering (jf. afsnit 3.4.1.1). Derfor opstår en selvmodsigelse i Gendlins teori, da han på den ene side arbejder ud fra fænomenologien, hvor krop og psyke antages at være en samlet enhed, men på den anden side arbejder ud fra idéen om, at mennesket indeholder en indre kilde til vækst, som kan tilgås gennem en følt fornemmelse. Denne indre kilde klinger i højere grad af en dualistisk forståelse, hvor der er et autentisk indre, som mennesket kan henvende sig til for at realisere sig selv (se afsnit 6.1.1.4 for en yderligere uddybning af denne kritik).

5.5.2 Merleau-Ponty og Gendlins bidrag til at forstå psykologfaglighed samt klienten i terapeutisk praksis

Dette kapitel kredser om, hvordan kropslighed kan spille ind og bidrage til vores kommende psykologfaglighed ved at nuancere forståelsen af klientens verden. Derfor vil vi i det følgende afsnit reflektere over, hvorledes de to bidrag om kropslighed bidrager som et nyt aspekt ift. et psykologfaglige ståsted set ift. Feilbergs (2019).

Overordnet bidrager Merleau-Pontys kropsfænomenologi med en detaljeret forståelse for, hvordan vi skal forstå kroppen i et fænomenologisk perspektiv. Idet Feilberg i sin teori trækker på Merleau-Pontys ontologi, ser vi, at der er et sammenspil imellem dem.

I det følgende vil vi uddybe hvordan Merleau-Ponty bidrager med at forstå egenkroppens betydning ift. psykologfaglighed og forståelse for klienten.

Med Merleau-Ponty kan vi se, at kropslighed uundgåeligt spiller ind ift. psykologfaglighed, da egenkroppen er fundamentet for mennesket eksistens og væren-i-verden. I kraft af egenkroppens permanens kan vi aldrig fjerne os fra den, og derfor spiller kropsligheden ind i enhver situation i livet. Dette gælder herved mødet mellem en psykolog og en klient. Senere i afsnit 6.2.2.1 vil vi se på hvilke implikationer dette har for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed.

Dernæst følger, at psykologens forståelse for klienten ud fra Merleau-Pontys forståelsesbegreb, foregår før-sprogligt, før-refleksivt og kropsligt, da egenkroppens betoner en sammenhæng med verden. Dermed er forståelse i dette perspektiv umiddelbar og subtil. Forståelsen behøver ikke ord for at blive forklaret, fordi egenkroppen umiddelbart og uden yderligere mediering kender betydningen.

Vi vil herfra tage overvejer Gendlins bidrag til projektet. Overordnet ses, hvordan Gendlin med sin fokuseringsorienterede terapiform bygger bro fra filosofiske rødder til en psykologisk og terapeutisk praksis, hvor en levet krop sættes i centrum. Dermed bidrager han til, at vi kan forstå kropslighed ift. både forståelse og psykologfaglighed på et mere praksisnært plan. Vi kan bl.a. se, at kropslighed spiller ind ift. psykologfaglighed, idet den følte fornemmelse er central for psykologen i det terapeutiske arbejde. Hermed ser vi, at kropsligheden kommer i spil hos både psykologen og klienten. Klienten skal i terapien hjælpes til at komme i kontakt med sin kropslighed ved at rette henvendelse til den kropsligt følte fornemmelse af situationen. Og psykologen skal have samme fokus på sin egen følte fornemmelse, og dermed kropslighed, for at skabe sig en forståelse af klienten og selve terapisituationen. At have kontakt med den følte fornemmelse kan herved siges at hjælpe psykologen med at forstå komplekse og multifacetterede aspekter i den terapeutiske situation. Dermed bidrager Gendlins teori for os at se, men en forståelse af at man kan få adgang til det æstetiske og praktiske meningsniveau gennem den følte fornemmelse. Desuden ser vi også, hvordan Gendlin kan bidrage med at bringe eksistentiel fænomenologis antagelse om samhörighed og ikke-dualisme mellem krop og psyke ind i en psykoterapeutisk praksis, hvor fokusering på den følte fornemmelse netop er en fornemmelse for hele situationen mennesket er i.

Tilsammen bidrager Merleau-Ponty og Gendlin med begreber, der skærper opmærksomheden mod menneskets kropslige væren-i-verden. Således bidrager de teoretiske til, at psykologen i sin faglighed kan rette en sanselig opmærksomhed mod kropslige oplevede aspekter af den terapeutiske situation - både hos sig selv og klienten. Og som vi også så i Katinka casen er kropsligheden altid tilstedeværende i en terapeutisk praksis.

Kapitel 6

Diskussion

Den oprindelige undren i dette projekt var, og er fortsat i skrivende stund, at skabe et personligt og fagligt ståsted som kommende psykologer via en reflekteret grundlæggende teori. Lad os derfor kort genbesøge, hvorledes projektets undersøgelse er tilrettelagt. Med afsæt i den praktiske erkendelsesinteresse har vores undren ført til en teoretisk undersøgelse af følgende problemformulering:

Hvordan kan en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, med udgangspunkt i det ubevidste og kropslighed, bidrage til at fremme forståelsen for klientens verden i terapeutisk praksis?

Med afsæt i problemformuleringen, vil dette kapitel først diskutere, hvad det vil sige at forstå en klient i terapeutisk praksis. Dette gøres med afsæt i projektets indledende case om klienten Katinka, hvorefter det overvejes hvad det reelt vil sige at forstå. Derefter diskuteres, hvilke implikationer vi ser ved en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Herefter diskuteres betingelserne og udfordringerne for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed i tidsånden. Slutteligt reflekteres over projektets metodiske styrker og svagheder, hvor vi særligt forholder os til, hvorvidt vi i projektet lever op til Køppes moderate eklekticisme.

6.1 Forståelse for klientens verden

Rammen for dette afsnits diskussion tager afsæt i delen af problemformuleringen, der omhandler *at fremme forståelsen for klientens verden i terapeutisk praksis*. Med udgangspunkt i praksis vil vi indlede afsnittet ved at sætte fokus på, hvordan vi ud fra hhv. Jung og Gendlins praksisbidrag kan forstå projektets case om Katinka. Efterfølgende vil vi via Køppes moderate eklekticisme tage kritisk stilling til, hvorvidt bidragene kan kobles meningsfuldt med projektets eksistentiel fænomenologiske grundlagsteori. Hernæst følger et afsnit, som reflekterer over forståelse, idet hele projektet kredser om netop dette fænomen.

6.1.1 Hvordan kan vi forstå Katinka i en terapeutisk praksis?

For at illustrere, hvad en sanselig og teoretisk psykologfaglighed konkret betyder for at forstå en klient i terapeutisk praksis, tager dette afsnit udgangspunkt i projektets indledende case om Katinka (jf. kapitel 1). Vi vil således reflektere over, hvad psykologens sans for æstetiske og praktiske meningsniveauer har af betydning for forståelsen af Katinkas verden. Inden da gives først en kort opsummering af casen.

Klienten Katinka beskriver indledende i samtalen med sin psykolog, at hun mærker, noget vigtigt er på spil omkring hendes relationer til andre, og at hun ofte føler sig alene. Herfra bliver det svært for Katinka at sætte ord på sin problemstilling, hvorefter psykologen og Katinka i fællesskab kommer omkring disse følelser ved at tage afsæt i kropsfornemmelser og indre billeder. Herigennem får Katinka kropsligt kontakt til sin følelse af alenched, idet hun gennem billeder ser sig selv i en yngre version, siddende sammenbøjet bag en hård skal af sten. Dette bliver udgangspunktet for Katinkas samtale med psykologen og deres videre terapeutiske arbejde.

Ovenstående leder os til at overveje et interessant spørgsmål, nemlig hvad psykologen konkret gør for at forstå Katinkas livsverden med udgangspunkt i det ubevidste samt kropslighed. Først og fremmest giver psykologen Katinka tid til selv at udfolde sine tanker om at føle sig alene. Idet Katinka har svært ved at verbalisere dette og går i stå, foreslår psykologen efter en rum tid, at Katinka kan prøve at fokusere på at trække vejret ned i maven og dele, hvad hun mærker. Psykologen udviser her en sanselig forståelse i situationen og trækker på de æstetiske og praktiske meningsniveauer, da psykologen ud fra et praktisk handleberedskab er i stand til at handle, reflektere og agere i situationen ud fra, hvad Katinka har brug for (Feilberg, 2019, s. 118). Dette ser vi er i tråd med den eksistentielle fænomenologi, da handleberedskabet hos casens psykolog er indarbejdet kropsligt og umiddelbart. Derved handler psykologen før-refleksivt og umiddelbart på situationen med Katinka. Udover en sanselig forståelse trækker psykologen også på en teoretisk forståelse, da vi antager psykologen er inspireret af teorier, som omhandler det ubevidste samt kropslighed. Vi ser dette som et udtryk for, at psykologen reagerer fra både et sanseligt og teoretisk ståsted, hvor hun opkvalificerer den umiddelbare forståelse via teoretisk viden.

For at belyse forståelsesprocessen i casen nærmere vil vi herfra diskutere Jung og Gen-
dlins metoder, hhv. aktiv imagination og fokusering, som mulige bidrag.

6.1.1.1 At forstå Katinka ud fra aktiv imagination

Ud fra vores forståelse af aktiv imagination argumenteres for, at det ubevidste i Katinka's bevidsthed får plads, da hun forestiller sig, at der skæres en rille i stenen ind til hendes hjerte, og hun kan kigge ind (jf. afsnit 4.3.3). Herfra undersøger Katinka og psykologen i fællesskab nysgerrigt, hvad billedet af den yngre Katinka er et udtryk for og forestiller sig, at billedet ændrer udtryk. Forstår vi dette ud fra Jungs teori fører Katinka en dialog med sit indre billede, idet hun bl.a. tillader, at hendes mor og hun selv træder ind bag stenen, samt at moren får lov til at give den yngre Katinka et kram. Her fremgår det, at Katinka kommer i kontakt med sit personlige ubevidste. Ved aktivt at deltage i fantasien tilfører Katinka altså viden fra sit ubevidste til bevidstheden. Den ubevidste viden er i dette tilfælde baggrunden for, at Katinka føler sig alene. Gennem aktiv imagination forstår Katinka, at alenehedsfølelsen på et symbolsk plan hænger sammen med at sidde alene inde i hjertet, uden at andre kan komme derind. Dette, ser vi, kan relateres til Katinkas barndomserfaringer, hvor hun som barn har oplevet sig isoleret og ladet alene af sine forældre. Altså fremkommer der billeder på Katinkas alenehedsfølelse, og disse billeder sætter følelser i bevægelse, hvormed billeder, ord og følelser sammensmeltes.

Ud fra vores tolkning af Jungs perspektiv kan vi påpege, at det i terapien bliver vigtigt at være opmærksom på indre billeder og at imødekomme deres eksistens og betydning. Derfra kan et mål være at prøve at integrere det følelsesmæssige indhold, som det ubevidste formidler til Katinkas Jeg-bevidsthed. Således kan tolkes, at Katinka må slutte fred med oplevelserne fra barndommen for at få forløst hendes kompleks, men at dette kræver tid. Vi argumenterer for, at fordi psykologen sanseligt og teoretisk forstår Katinka, får Katinka mulighed for at komme i kontakt med fornemmelser, som stikker dybt i hendes forståelse af sig selv. Dette ser vi som et udtryk for inddragelse af mening på et æstetisk og praktisk niveau. Dette kan på sigt, ud fra vores forståelse af Jung, medføre en forandring ift. Katinkas oplevelse af sig selv i mødet med hendes relationer samt ift. hendes alenehedsfølelse.

6.1.1.2 At forstå Katinka ud fra fokusering

Vi vender nu blikket mod, hvordan Gendlins metode om fokusering kan bidrage til at skærpe forståelsen af Katinkas verden. Da Katinka i samtalens begyndelse skal forklare sin udfordring med relationer og at føle sig alene, har hun svært ved at sætte ord på sin udfordring. Dvs. det er vanskeligt for hende at begrebsliggøre oplevelsen på et teoretisk meningsniveau, da den nærmere kan forstås før-sprogligt og måske endda før-bevidst. Psykologen vælger i lyset heraf at tilgå Katinkas verden ud fra et kropsligt perspektiv. Ser vi dette ud fra Gendlins forståelse, synes psykologen i casen at være bevidst om, at Katinka nærmer sig sin følte fornemmelse, idet hendes ord ikke længere slår til. Samtidig kan både Katinka og psykologen fornemme, at der er noget vigtigt på spil, som rummer en mening.

Herefter forsøger psykologen at lede Katinkas opmærksomhed ned til maven og forklare, hvad hun oplever. Dette kan tolkes som et trin mod at fokusere på Katinkas følte fornemmelse. Psykologen skal ikke guide Katinka meget her, da Katinka tilsyneladende har en naturlig kontakt til sin følte fornemmelse, bl.a. idet hun kan korrigere psykologen og påpege, at den centrale fornemmelse nærmere er omkring hjertet end maven.

Et andet aspekt af casen, som er interessant at overveje ud fra fokusering, er beskrivelsen af det hårde hjerte. Katinkas beskrivelse af, at hjertet føles hårdt, kan ses som et håndtag. I processen med at navngive den kropslige fornemmelse, mærker Katinka nemlig efter, om hun resonerer med udtrykket om en hård sten, og hun bliver til slut tilfreds med metaforen. Dette er i tråd med Gendlins forståelse af at navngive og finde et håndtag. Vi tolker i lyset af Gendlin, at det imaginære arbejde udspringer af Katinkas følte fornemmelse af, at hendes hjerte er hårdt. Derfra foregår arbejdet med den følte fornemmelse igennem de billeder, som Katinka og psykologen forestiller sig. Undervejs i dette arbejde sker der flere steder et følt skift, fx da hele Katinkas krop reagerer, idet hun fortæller psykologen, at den lille pige føler sig alene og forladt. Afslutningsvis bemærker psykologen også et følt skift hos Katinka, idet hun begynder at græde, skuldrene falder ned, og hun bliver træt efter samtalen. Således ses, hvordan Gendlins forståelse om fokusering kan bidrage til at nuancere forståelsen af Katinkas verden.

Ovenstående analytiske betragtninger leder os videre til en kritisk stillingtagen til brugen af Jung og Gendlin ift. at fremme forståelsen for klientens verden i terapeutisk praksis.

6.1.1.3 Kritisk stillingtagen til Jung og Gendlins bidrag til psykologens forståelse

I dette afsnit vil vi indledningsvist reflektere over, hvordan Jung og Gendlin tilsammen bidrager til at fremme forståelsen af klienten Katinka. Dernæst vil vi i tråd med Køppes begreb om moderat eklekticisme (jf. afsnit 3.5) forholde os til, at vi ikke ureflekteret kan kombinere teorier. Dette kræver i stedet en selvstændig stillingtagen til Jung og Gendlins evne til at komplementere og uddybe vores grundlagsteori, hvilket vi gør i et nedslag ift. selvet og selvrealisering. Afslutningsvis opsummeres afsnittet.

Via casen har vi på eksemplarisk vis søgt at illustrere, hvad det vil sige at forstå Katinka, hvilket også kan drages frem til et mere generelt og alment plan, der drejer sig om vores forståelse af klienter. Derved relaterer inddragelsen af det ubevidste og kropslighed sig ikke kun til psykologen i Katinka-casen, men gør os generelt klogere på, hvad vores personlige psykologfaglighed kan rumme.

Vi vil argumentere for, at Jung og Gendlin begge kan supplere vores indledende fokus på det praktiske og æstetiske meningsniveau (jf. afsnit 2.2.2), men at de bidrager på forskellig vis. Hvor Jung i højere grad fokuserer på ubevidste fantasier og indre billeder for at forstå klienten, sætter Gendlin fokus på kroppens fornemmelser via fokusering. De to metoder supplerer for os at se hinanden godt, selv om de tilgår Katinkas verden af to veje.

Vi mener en afgørende styrke ved en psykologfaglighed med sans for det ubevidste og kropslige er, at tilgangen i mindre grad betoner en intellektualiserende måde at tilgå Katinkas livsverden på. I stedet får de to perspektiver begge fat i Katinkas oplevelsesverden på et æstetisk og praktisk meningsniveau med blik for før-sproglige, før-bevidste og kropslige fornemmelser. Dette ser vi som et vigtigt ståsted for vores egen kommende psykologfaglighed, fremfor en praksis hvor metodisk kontrol og rationel tænkning er i højsæde. Derved ser vi, at Jung og Gendlin på forskellig vis formår at åbne problemstillingen op ved ikke at reducere sprogbrug, men giver plads til poetisk sprogbrug og metaforer såvel som stor sanselighed i klientens oplevelsesverden.

En kritik af tilgangene kan lyde, at klienten skal være naturligt god til at være fantasifuld og kropslig eller fornemme subtile meningsniveau. Hertil vil vi

argumentere for, at dette ikke er tilfældet, da tilgangene altid må tilpasses den unikke klient. Derfor ser vi, at anvendeligheden afhænger af, hvorvidt klienten og psykologen har lyst til at undersøge alternative måder at forstå klientens verden og problemstillinger på. Dette belyses også i afsnit 6.3, hvor vi diskuterer anvendeligheden af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed i samtiden.

6.1.1.4 Ontologiske antagelser med afsæt i eklekticisme

For ikke at ende med at anlægge en ureflekteret eklekticisme, hvor teorier ukritisk sammensættes til en enhed (jf. afsnit 3.5), vil vi kritisk reflektere over og tage stilling til, hvordan Jung og Gendlin kan sameksistere med eksistentiel fænomenologi. Omdrejningspunktet for denne diskussion er Jung og Gendlins forståelser af selvet og selvrealisering, samt hvorledes dette kan ses i kombination med eksistentiel fænomenologi.

Lad os først overveje de to teoretikers ontologiske antagelser. Hvor Jung skaber en personlighedsmodel for psykens struktur, der indeholder forskellige konceptualiseringer såsom Jeget, Personaen, skyggen samt det ubevidste (jf. figur 6 afsnit 4.3), så ekspliciterer Gendlin aldrig, hvad hvordan han forstår selvet. Vi læser en tvetydighed ved Gendlins ontologi, da han på den ene side ekspliciterer, at han arbejder ud fra eksistentiel fænomenologi, hvor selvet betragtes som et oplevelsescentrum, og på den anden side arbejder ud fra en antagelse om, at mennesket har et indre selv, som kan kontaktes vha. den følte fornemmelse (jf. afsnit 5.5.1 for kritik heraf). Dermed ser vi både hos Jung og Gendlin antydninger af, at mennesket har et indre selv, som vi kan stræbe efter at komme i overensstemmelse med. Hos Jung forløber processen igennem individuation, hvor mennesket bevæger sig fra Jeget mod Selvet (jf. afsnit 4.3). Hos Gendlin er vejen en indlejret fremadførende bevægelse (jf. afsnit 5.4.4). Begge forståelser kan tolkes relateret til selvrealisering iht. en humanistisk psykologi (jf. 3.4.1.1). Selvet som en indre instans er en markant forskel ift. vores eksistentiel fænomenologiske grundlagsteori. Lad os derfor overveje forskellen nærmere.

Merleau-Ponty antager, at mennesket er "dømt til verden" (Merleau-Ponty, 1994, s. XII), hvormed mennesket ikke kan forstås som en indre enhed, fordi det i kraft af egenkroppen eksisterer uadskilleligt fra verden. Merleau-Pontys agenda er netop at nedbryde dikotomiske opfattelser som ydre/indre. Da vores grundlagsteori derved forstår menneskets ontologi dels som forankret i dets væren-i-verden og dels ud fra et

ikke-dikotomisk udgangspunkt, forholder vi os kritiske til, at Jung og (delvist) Gendlin bygger på en forståelse af et indre selv med potentiale for selvrealisering. I terapi kan forståelsen af, at klienten skal komme i kontakt med sit indre autentiske selv, bl.a. reducere formålet med det terapeutiske møde til at omhandle en indre psykisk bevægelse for klienten. Vi mener, at dette på problematisk vis negligerer det relationelle i terapien (jf. afsnit 3.4.1.1). Opsummerende forholder vi os kritiske til en forståelse af selvet som et autentisk indre, da en sådan ontologisk forståelse individualiserer menneskets eksistens og overser menneskets forbundethed til verden.

Jung er ofte kritiseret for at skabe netop en individualistisk psykologi med betoning af et autentisk indre samt selvrealisering. Jung stiller sig uenig i kritikken, og hans gensvar lyder, at han anser dét at komme i kontakt med selvet som selvvirkeliggørelse, hvilket er vigtigt for at kunne være noget for andre. Hvis ikke individet kommer i kontakt med selvet, kalder Jung dette for selvopgivelse, da Personaens maske overtager (jf. afsnit 4.3.1). Derfor bliver det ifølge Jung vigtigt at adskille individualisme og individuation, da han argumenterer for, at individuation netop sigter mod en bedre og mere fuldstændig opfyldelse af menneskets kollektive egenskaber, hvilket ikke skal forstås som et individuelt anliggende (ibid.). Sagt på anden vis; kun ved at klienten er forbundet til sig selv og står nærmere sit Selv, kan hun tage del i det kollektive, der gensidigt påvirker hinanden.

I modsætning til Jung forholder Gendlin sig ikke til, at dele af hans teori kan kritiseres for at individualisere mennesket. Derfor vil vi forbeholde os retten til at stille os kritiske til begrebet om den fremadførende bevægelse, da opfattelsen af en indre vidende 'intuition', der guider mennesket, kan betragtes som ontologisk ureflekteret. Til gengæld synes det meningsfuldt at bibeholde Gendlins forståelse af den følte fornemmelse som en kropslig fornemmelse af *hele* situationen, da denne antagelse kan forstås i tråd med eksistentiel fænomenologi. Derfor ser vi slutteligt, at den følte fornemmelse kan være et relevant bidrag til at konceptualisere, hvordan vi kan vende fokus imod menneskets kropslige forankring i verden i en terapeutisk praksis.

Afsluttende vil vi opsummere første del af diskussionen (afsnittet 6.1.1). Afsnittet har overordnet omhandlet at nuancere forståelsen af Katinka-casen. Med bidrag fra Jung og Gendlin har vi belyst og åbnet for en forståelse af Katinkas oplevelsesverden på et æstetisk og praktisk meningsniveau med blik for før-sproglige, før-bevidste og kropslige fornemmelser. Vi ser casen med Katinka som eksemplarisk, da den både

indeholder unikke og almene aspekter, hvorved de teoretiske forståelser også kan anvendes i forståelsen af andre klienter. Hertil har Jung og Gendlin bidraget med de to konkrete metoder, hhv. aktiv imagination og fokusering, der kan hjælpe psykologen med at belyse og arbejde med æstetiske og praktiske former for mening. Slutteligt har vi forholdt os kritiske til, hvordan Jung og Gendlin kan komplementere vores grundlagsteori vha. moderat eklekticisme.

6.1.2 Hvad vil det sige at forstå?

I dette afsnit afrundes første del af diskussionen i en diskussion af, hvordan vi kan begribe forståelse. Vi diskuterer derfor projektets grundlagsteori overfor de teoretiske bud, hvorefter vi kritisk undersøger, hvilke implikationer disse forståelser har for besvarelsen af projektets problemformulering.

Hvordan kan vi nærme os, hvad det vil sige at forstå et andet menneske? I tråd med projektets afsæt i den praktiske erkendelsesinteresse ser vi forståelse som grundlaget for intervention, hvorfor forståelse i høj grad anses som centralt for at konceptualisere klientens verden og problemstillinger. For at kaste lys på forståelse gør projektet brug af forskellige teoretiske perspektiver såvel som eksistentiel fænomenologi. Vi nævner her udvalgte nedslag for at overveje, hvordan projektets teoretiske bidrag hver især betoner forståelse. Bidragene kan ses iht. to spor (se også afsnit 2.3.2), idet der dels tegner sig et billede af forståelse som umiddelbar, og dels fremhæves forståelse som et resultat af en fortolkningsproces.

Første spor repræsenteres bl.a. af Merleau-Ponty, der karakteriserer forståelse som en umiddelbart, før-refleksivt og før-personlig proces, som altid er forankret i egenkroppen (jf. 5.3.1.3). Rosa tilskriver sig også i den umiddelbare karakter ved forståelse igennem sit begreb om resonans, hvilket vi vender tilbage til (jf. 3.4.1). Feilberg stiller sig delvist i tråd med forståelse som umiddelbar, idet han betoner en forstående habitus som det ene psykologfaglige ben, der udgør psykologens vanemæssige beredskab til at forstå klientens livsverden (jf. afsnit 3.3.2.1).

I det andet spor betones den hermeneutiske proces ved forståelse. Gadamer peger bl.a. på, at mennesket skal ses som forstående og fortolkende på et ontologisk plan, hvilket han skildrer i igennem sin hermeneutiske cirkel (se afsnit 2.3.3). Forståelse tager uundgåeligt afsæt i fortolkerens forståelseshorisont (se 2.3.3.2). Ricoeur betoner også fortolkningens betydning for forståelse i sin fortolkningsbue, der beskriver,

hvordan vi bevæger os i en vekselvirkning mellem umiddelbare forståelser og teoretiske og metodiske forklaringer imod en helhedsfortolkning, dvs. en forståelse af sagen. Feilberg inddrager i sit andet ben om en forklarende habitus dette perspektiv på forståelse. Ydermere fremhæver Feilberg en eksemplarisk forståelsesbaggrund som en opkvalificeret umiddelbar forståelse (jf. afsnit 3.3.3).

Begge karakteristika ved forståelsesprocessen er således væsentlige ud fra vores eksistentiel fænomenologiske grundlagsteori og teoretiske bidrag. Men hvordan kan vi forstå disse grundlagsteoretiske tilgange til forståelse i et praksisnært perspektiv? Dette spørgsmål overvejer vi i følgende afsnit, der reflekterer over hvad det betyder at forstå klienten i terapeutisk praksis, og hvor vanskeligt dette er.

6.1.2.1 At forstå klientens verden som psykolog i terapi

Fænomenologiens slagord 'til sagen selv' kan tolkes ift. et praksisperspektiv således, at psykologen skal kunne evne at gå til klientens livsverden, som den er umiddelbart oplevet. Men i tråd med horisontsammensmeltning (jf. afsnit 2.3.3) stiller vi os kritiske overfor, hvorvidt det er muligt at opnå en fuld forståelse af klientens verden. Selv om det ikke er muligt at forstå klienten 1:1, ser vi stadig, at bestræbelsen må ses som et afgørende aspekt ved vores fremtidige psykologfaglige ståsted. Men ydmyghed og kritisk forholden til egne forforståelser som psykolog må gå hånd i hånd med bestræbelsen mod at forstå klienten. Med dette projekt bliver det således kun tydeligere, at forståelsesprocessen aldrig afsluttes. Des mere vi teoretisk undersøger, hvad det vil sige at forstå, des mere ekspanderer vores forståelse derved heraf, idet kompleksiteten ikke stilner af - tværtimod.

Men hvordan kan forståelse ellers nuanceres i terapeutisk praksis som psykolog? Ud fra Rosas forståelse af menneskets anvisthed på resonans (se afsnit 3.4.1) opstår for os spørgsmålet om, hvorvidt vi som psykologer kan berige vores forståelse ved at komme i resonans med vores klienter? Hvis dette er tilfældet, er udfordringen dog, at tilstanden ikke lader sig kontrollere. Med andre ord: Vi kan ikke styre, hvornår vi som psykolog og klient kommer i en resonanstilstand, da resonans er konstitutivt ukontrollerbart, og hverken kan objektiveres eller forhindres i at opstå. Måske betyder denne pointe netop, at forståelse kræver mere af os som psykologer. Det kan således tyde på, at en helhedsorienteret forståelse af klienten i høj grad kræver tid og åbenhed. Vi skal også turde overgive os til, at både den terapeutiske relation samt klienten altid vil rumme noget gådefuldt og ukontrollerbart. Vi relaterer den åbne holdning til

Feilbergs pointe om, at psykologen skal kunne udholde en position af ikke-at-vide, og at hun fra dette ståsted skal arbejde med flertydighed på et æstetisk og praktisk meningsniveau (se 3.3.3). Implikationen heraf er, at vi må antage og værne om en menneskeforståelse, der giver plads til mystikken. Og den vigtigste erkendelse i denne forbindelse derved at erkende, at vi aldrig finder svaret på, hvordan vi forstår klientens verden fuldt ud.

Der fremgår for os at se et paradoks, idet vi i projektet ønsker at beskæftige os og nærme os det æstetiske og praktiske meningsniveau, fordi det per definition netop ikke er sprogligt. Spørgsmålet er derfor, om vi nogensinde kommer så tæt på at forstå vores klienter, som vi egentlig ønsker. Til dette kan kort svares nej, for mennesket må forstås som mystisk eller 'åben og ufærdig' (Thøgersen, 2004, s. 122). Vi har i projektet prøvet at nærme os mystikken ved at inddrage praksisorienterede teoretiske bidrag, der netop søger at indfange komplekse, før-sproglige og flertydige aspekter ved menneskets verden.

Vi mener, at både Jung og Gendlin bidrager med at nuancere vores forståelse af det æstetiske og praktiske meningsniveau, således at vores forståelse af klientens livsverden i terapeutisk praksis er blevet udvidet. Styrken ved bidragene er, at begge teoretiske perspektiver betoner oplevelsesmæssige, intuitive og sanselige aspekter af klientens verden og forståelsen heraf, hvor det ubevidste og kropslighed bliver en måde at tilgå disse meningsniveauer på. Vi vil dermed argumentere for, at vi på reflekteret vis har nærmet os Katinkas livsverden, og derigennem har forsøgt at forstå hende med afsæt i det ubevidste samt kropslighed. Arbejdet med casen har tilsvarende udviklet vores undersøgelse af forståelse generelt set iht. vores psykologfaglige ståsted.

Med projektets teoretiske bidrag har vi forsøgt at give bud på, hvordan vi ud fra vores personlige psykologfaglige ståsted, kan skærpe vores forståelse af de subtile niveauer af mening ved at tilgå klienten mere kreativt. Dette blev eksemplificeret med afsæt i casen om Katinka, hvor vi argumenterede for, at brugen af aktiv imagination samt fokusering bidrog til en øget forståelse af hendes verden og problemstillinger. Ydermere har vi kritisk forholdt os til, hvordan vi kan begribe forståelse ud fra projektets teoretiske bidrag. Vi argumenterer slutteligt for, at en helhedsorienteret forståelse af klientens verden forudsætter en åben holdning til tvetydige og mystiske aspekter.

6.2 En sanselig og teoretisk psykologfaglighed

Fra ovenstående diskussion om forståelse af klientens verden vil dette afsnit reflektere over den anden del af problemformuleringen, der omhandler *en sanselig og teoretisk psykologfaglighed*. Vi indleder med at undersøge, hvad en sanselig og teoretisk psykologfaglighed indebærer, ved at overveje, hvordan det ubevidste og kropslighed bidrager til Feilbergs forståelse af psykologfaglighed (jf. afsnit 3.3).

Dernæst vil vi forholde os til implikationerne, der følger af at have en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Dette gør vi via to nedslag: Første nedslag omhandler, hvilke implikationer en eksistentiel fænomenologisk grundlagsteori leder til for vores sanselige og teoretiske psykologfaglighed. Andet nedslag omhandler, hvad det kræver af psykologen, når hun skal reflektere over sig selv og egen praksis. Afslutningsvis forholder vi os kritiske til, hvorvidt en sanselig og teoretiske psykologfaglighed blot omhandler at ‘stole på sin mavefornemmelse’.

6.2.1 Hvad vil en sanselig og teoretisk psykologfaglighed egentlig sige?

I projektet har vi taget udgangspunkt i Feilbergs forståelse af den psykologfaglige habitus (jf. afsnit 3.3). Inspireret heraf har vi opkaldt dette projektets faglighedsforståelse for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Dermed anerkender vi, ligesom Feilberg, at fagligheden bør stå på to ben. I vores viderebygning af Feilbergs faglighedsforståelse har vi dog ønsket dels at komme nærmere på terapeutisk praksis og dels at blive skarpere på, hvordan det æstetiske og praktiske niveau af mening bidrager til at forstå klientens verden.

Kritisk kan påpeges, at den sanselige og teoretiske psykologfaglighed ikke byder ind med meget nyt ift. Feilbergs faglighedsteori, hvorfor man kan stille spørgsmål ved, om det er nødvendigt at skabe et nyt begreb. Vi er klar over, at dette er en væsentlig kritik af vores sanselige og begrebslige psykologfaglighed. Vi ser dog en forskel i, at Feilberg med egne ord søger at skabe en grundlagsteori (hvilket Køppe kalder en skoledannelse jf. afsnit 3.5), hvorimod vores ærinde er at skabe et reflekteret og personligt ståsted. Dette ser vi i tråd med, at vi som psykologer ud fra den dannede psykologfaglige habitus selvstændigt skal tage stilling til bl.a. vores menneskesyn samt position indenfor faggruppen (jf. afsnit 3.3.2.3). Vi har således ikke tilstræbt ny teoridannelse, men har derimod gennemgået en dannelsesrejse imod vores eget psykologfaglige ståsted. Denne dannelsesrejse slutter ikke her, da vi tværtimod anser

projektets undersøgelse som en begyndelse til kontinuerligt at være i en proces med at finde vores egne faglige stil.

6.2.2 Hvilke implikationer har en sanselig og teoretisk psykologfaglighed?

Det følgende afsnit vil forholde sig til implikationer af at anlægge en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Første afsnit forholder sig til Merleau-Ponty og den eksistentiel fænomenologiske grundlagsteori. Næste afsnit fokuserer på, hvad det kræver af psykologen at reflektere over sin egen praksis. Slutteligt diskuteres, om vi i fokuset på det sanselige aspekt kommer til at vægte psykologens intuition for højt.

6.2.2.1 Implikationerne af eksistentiel fænomenologi for faglighed

I dette afsnit vil vi overveje tre implikationer af de ontologiske antagelser i eksistentiel fænomenologi for vores faglige ståsted og praksis i en terapeutisk praksis (se ontologi i afsnit 2.2 og 5.3). Her opholder vi os ved betydningen af 1) egenkroppens forbundethed til verden, 2) egenkroppens ikke-dualitet samt 3) egenkroppens permanens og udtryksrum.

Lad os først overveje implikationen af Merleau-Pontys ontologiske antagelse om, at mennesket er forbundet til verden via egenkroppen, hvormed menneske og verden gensidigt konstituerer hinanden (jf. afsnit 2.2.1.2 og 5.3.1). Dette medfører, at vi som psykologer iht. vores faglige ståsted aldrig kan forstå klienten uden vedkommendes omverden. Dermed bliver bl.a. socialitet, kultur og relationer vigtige at have for øje i forståelsen af klientens verden. Dette betyder, at vi afgrænser os fra at forstå individet som en afgrænset enhed, eller at anse selvet udelukkende som et indre, hvilket vi tidligere har forholdt os kritiske til (jf. afsnit 6.1.1.3). På samme vis som vi ikke kan forstå klienten som en afgrænset enhed, ser vi også, at psykologens arbejde mod at opkvalificere sin forståelse af klientens verden ikke er en afgrænset individuel proces. Altså bliver psykologens forståelse af klienten ikke et individuelt anliggende, hvilket leder os til at foreslå, at hun kan benytte sig af fagfællesskaber til at fremme sin forståelse.

En anden ontologisk antagelse i grundlagsteorien er, at krop og psyke er uadskilleligt forbundne (jf. afsnit 2.2.1.2 og 5.3.1), hvilket som implikation lægger op til en ikke-dualistisk terapipraksis. Når denne forståelse skal forvaltes i praksis, skal vi

som psykologer holde tungen lige i munden, da det bliver væsentligt at skelne mellem et ontologisk standpunkt, og hvad der reelt lader sig udtrykke i terapi i et dagligdags-sprog. Vi må derfor overveje, at en ikke-dualistisk ontologi som implikation kan munde ud i, at vi sprogligt ikke kan eller bør tale om indre tilstande. Et eksempel herpå er, at vi som psykologer stopper med at reproducere sprogbrug, der indikerer en indre/ydre dikotomi. Kritisk kan siges, at en sådan stringent praksis vil føre til for stort et brud med klientens hverdagsforståelse og hverdagssprog. Et andet bud på en implikation er, at vi som psykologer metarefleksivt skal anlægge en opmærksomhed på ikke at reproducere dikotomier, men samtidig må tilgå udfordringen realistisk, da sproget har sine begrænsninger. Denne tilgang kunne lede til, at psykologen i sin tale sørger for at være nysgerrig på 'indre' og 'ydre' aspekter hos klienten, men ikke tillægger disse en sandhed, idet hun bibeholder et standpunkt om, at opdelingerne er kunstige, da menneske og verden er uadskilleligt forbundne. En væsentlig følge ud fra denne diskussion er derved, at sproget har sine begrænsninger ift. at forvalte en ikke-dikotomisk praksis. Vi så tidligere i projektet, at også Merleau-Ponty var udfordret ift. at reproducere et dikotomisk sprogbrug (jf. afsnit 5.5.1), hvilket for os understreger, at overføringen af den ontologiske forståelse til praksis netop er vanskelig.

En tredje ontologisk forståelse leder til, at mødet mellem psykolog og klient må anses som et møde mellem to egenkroppe. Disse to egenkroppe er i kraft af deres permanens, et sted vi aldrig kan fjerne os fra og i kraft af deres udtryksrum kaster de hver især betydninger ud i rummet (jf. afsnit 5.3.1.1 og 5.3.1.2). Denne implikation leder til, at det er vigtigt, at psykologen ikke blot forholder sig til det talte ord, dvs. det teoretiske meningsniveau. I stedet må hun for at begribe klienten i sin helhed også opholde sig ved det praktiske og æstetiske meningsniveau. Her har psykologen dog mulighed for at have tillid til sin umiddelbare og helhedsorienterede perception, der giver hende mulighed for at begribe klienten på en udelt og helhedspræget måde (jf. afsnit 2.2.1.1). Det er ifølge Feilberg den umiddelbare forståelse som psykologen har af klienten (jf. afsnit 3.3.3).

Opsummerende har vi set følgende implikationer ved eksistentiel fænomenologisk ontologi for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed: Psykologen kan aldrig forstå klienten uden blik for klientens omverden, hvilket ligeledes fører til, at psykologen kan gøre brug af et fagfællesskab for at fremme forståelsen af klienten. Implikationen af ikke-dualistisk terapeutisk praksis er, at psykologen må være varsom med, bl.a. til

sprogbrug. Desuden skal psykologen forholde sig til den helhedsprægede oplevelse af klienten, som indbefatter alle tre meningsniveauer.

6.2.2.2 Vi skal turde se på os selv og egen praksis

Vi vil nu fremhæve en anden implikation ved en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Denne omhandler, at vi som psykologer skal turde reflektere over os selv og vores praksis. For at belyse dette trækkes på Merleau-Ponty, Gadamer, Feilberg og Symingtons bidrag til projektet.

Med udgangspunkt i vores grundlagsteoretiske ståsted stiller vi os enige med Merleau-Pontys kritiske refleksion over den objektive tanke (jf. afsnit 5.3.1). Dette medfører, at vi ikke kan se bort fra vores egen deltagelse i verden og således ikke kan sætte parentes om os selv eller observere verden objektivt. Som implikation må vi derfor aktivt i vores faglighed forholde os til vores eget ståsted (jf. Gadamer hermeneutiske cirkel, afsnit 2.3.3). Med dette menes, at vi selvkritisk skal reflektere over betydningen af vores for forståelser i tolkningen af klienten i terapi (ibid.). Fx kan en ubevidst fordom eller ureflekteret dualistisk ontologi hæmme et helhedsorienteret blik. Derved bliver det afgørende, at vi som psykologer på reflekteret vis forholder os til vores forståelseshorisont, da vi herved kan undgå at invitere ureflekterede antagelser ind i vores faglighed. Feilberg påpeger i tråd hermed, at den dannede professionsfaglige habitus kendetegnes ved selvrefleksion ved intervention, og at psykologen selvkritisk skal være i stand til at vurdere anvendelse af viden i intervention (jf. afsnit 3.3.2.3). En sådan faglighed lyder som et smukt ideal, men vi er bevidste om, at en kritisk og løbende selvrefleksion kræver meget af os som psykologer. Men omvendt er menneskets umiddelbare forståelse af verden også en styrke og en præmis, der danner forudsætning for, at vi overhoved *kan* lave et forståelsesudkast (jf. 2.3.3.2 om fortolkerens betydning).

Vi går nu nærmere en anden væsentlig implikation for vores terapeutiske praksis. Som tidligere beskrevet er det ifølge Feilberg væsentligt, at psykologen kan rumme en position af ikke-at-vide og derved udholde arbejdet med flertydighed på et æstetisk og praktisk meningsniveau (se afsnit 3.3.2.3).

Men hvad betyder denne pointe mere konkret? Symingtons (1996) uddyber på eksemplarisk vis, hvad en ikke-vidende position kræver af psykologen. Symington argumenterer for, at forståelsen af klientens verden kræver, at psykologen arbejder med at konfrontere egne smertefulde indsigter, idet dette arbejde er essentielt for at blive

en sikker psykolog (jf. 3.2.1). Arbejdet forudsætter også moralsk mod, da forståelsen af klienten kræver, at vi skal udholde klientens smerte, hvilket vi ubevidst helst vil undgå at konfrontere. Der opstår derved et paradoks, idet psykologer prøver at undgå klientens lidelse, men klienten netop kun kan bære sin smerte, hvis psykologen bærer smerten sammen med hende (ibid.; Symington, 1996, s. 50). Vi mener, at en følge af Symingtons perspektiv er, at det som psykolog kræver emotionelt mod at se på sig selv, da vi kun ved at turde at begive os ud på tynd is, kan invitere muligheden for at vokse emotionelt ind i vores arbejde. Vi stiller os i dette projekt enige i Symingtons pointer, og vi ser, at psykologen skal tage på sig at arbejde med sig selv som en livslang opgave. Dermed bliver en implikation i dette projekts sanselige og teoretiske ståsted, at vi også skal turde at se på vores egne følelser, selvom dette kan være både smertefuldt og ensomt. Denne position udgør for os at se et modperspektiv til bl.a. den evidensbaserede praksis, der i vores øjne netop mangler blikket for praktikerens andel og følelsesmæssige arbejde, der skaber baggrunden for at vi kan forstå og hjælpe klienten.

6.2.2.3 Skal psykologen blot følge sin mavefornemmelse?

I løbet af projektet har vi særligt ville fremhæve og legitimere de sanselige aspekter af psykologfagligheden. Vi ser, at dette fokus kan lede til en forståelse af, at en sanselig og teoretisk psykologfaglighed 'bare' handler om, at psykologen naivt og intuitiv skal turde stole på sin mavefornemmelse. Derfor vil vi i dette afsnit gerne diskutere og forholde os kritisk til denne kritik af den sanselig og teoretiske psykologfaglighed.

Lad os først slå fast, at vi i projektet ikke mener, at vores faglighedsforståelse er ensbetydende med, at psykologen blindt skal stole på sin intuition eller mavefornemmelse i sit professionelle virke. Dette selvom sanselige aspekter af psykologfagligheden vægtes højt. Vi vil i det følgende derfor overveje tre kritiske implikationer ved en faglighedsforståelse, der betoner mavefornemmelsen samt en alternativ forståelse af mavefornemmelsen i tråd med Gendlin.

For det første ser vi bestemt ikke, at psykologens sanselighed står alene. Står det sanselige aspekt alene risikerer vi, at psykologen udelukkende fokuserer på det konkrete og umiddelbare i forståelsen af klienten, hvorved hun ikke opkvalificerer sin indledende forståelse af klienten. I stedet ser vi i forlængelse af Ricoeurs fortolkningsbue (jf. afsnit 2.3.4) samt Feilbergs begreb om den eksemplariske forståelsesbaggrund, at psykologen skal opkvalificere sin umiddelbare forståelse ved at *kombinere* sine

sanselige erfaringer med en teoretisk ballast bestående af almene forståelser, metoder og teori (jf. afsnit 3.3.3). Heri ser vi netop, at *koblingen* og samspillet imellem et sanseligt og teoretisk ben er essentielt.

Et andet problem ved, at psykologen blot følger sin intuition og mavefornemmelse blindt, er, at hun risikerer at invitere ureflekterede antagelser ind i sin faglige praksis. Denne pointe er fremhævet flere gange og er en central antagelse i projektet (jf. kapitel 2). Herved aktualiseres igen Feilbergs såvel som Køppes belysning af en kritisk stillingtagen til en grundlagsteori.

For det tredje vil vi gerne påpege, at psykologens mavefornemmelsen kan tolkes som en indre enhed, hvilket giver et indtryk af en individualistisk faglighed. Dermed kan mavefornemmelsen have en snert af den uhensigtsmæssige individualistiske tendens som Gendlins fremadførende bevægelse allerede er blevet kritiseret for i dette projekt (se afsnit 6.1.1.3). Dette ses, hvis vi forstår mavefornemmelsen, som en indre instans, vi som psykologer kan rette os imod for at blive guidet på rette vej. Herved antages nemlig en form for ‘indre visdom’, der implicit antager, at mavefornemmelsen altid har ret (jf. afsnit 3.4.1.1). Et sådan ukritisk udgangspunkt kan føre til en ureflekteret bedrevidenhed hos psykologen, hvor hun kommer til at antage, at hun automatisk *har* ret, fordi hun lytter til sin mavefornemmelse og stoler på sin intuition. En sådan position ser vi igen ryger i en faldgrube og inviterer en ureflekteret ontologisk antagelse ind. Altså er det vigtigt, at psykologen skelner imellem, hvad hun selv bringer med sig ind i en terapeutisk situation (jf. afsnit 6.2.2.2), samt at hun bevarer en ydmyg holdning til forståelsen af klientens mangefacetterede og komplekse verden. En umiddelbar forståelse er desuden ikke nok, men skal netop altid opkvalificeres mod en helhedsfortolkning (jf. afsnit 6.1.2).

Som en tilføjelse til det ovenstående er vi i stedet mere tilbøjelige til at forstå psykologens mavefornemmelse i forlængelse af Gendlins begreb om den følte fornemmelse, hvor mavefornemmelse netop så kan ses som en kompleks og multifacetteret viden om det, der udspiller sig i *situationen*, psykologen er i. Vi er tilhængere af denne forståelse, da den ikke på samme måde er individualiserende, men tværtimod har blik for menneskets tætte forbindelse med dets omgivelser.

Opsummerende har vi forholdt os kritisk til forståelsen af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed som en mavefornemmelse. Det har vi fordi vi mener at sanselighed altid skal kombineres med teori. Desuden risikerer psykologen at invitere ureflekterede

antagelser ind i sin faglige praksis, hvis hun blindt følger sin mavefornemmelse. Derudover kan mavefornemmelsen, som en indre enhed der automatisk har ret, risikere at gøre psykologen bedreviddende. Dette fratager hendes ydmyghed, som vi ser er essentiel i forståelsesprocessen.

6.2.3 Opsummering af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed

Anden del af diskussionen har belyst og lavet en kritisk stillingtagen til vores foreslåede sanselige og teoretiske psykologfaglighed. Således vil vi opsummere centrale karakteristika ved dette psykologfaglige ståsted:

- En sanselig og teoretisk psykologfaglighed udgør et reflekteret fagligt ståsted indenfor rammen af en eksistentiel fænomenologisk grundlagsteori.
- En sanselig og teoretisk psykologfaglighed er rettet mod terapeutisk praksis. Fagligheden hviler på to ben, der veksler i en hermeneutisk proces mellem umiddelbare forståelser og teoretiske tolkninger (via projektets teoretiske bidrag) imod helhedsfortolkninger. Det sanselige ben trækker på Feilbergs forklarende habitus (jf. 3.3.2.1), men i projektet udvides forståelsen ved yderligere nuancering af det æstetiske og praktiske meningsniveau. En sanselig faglighed adskiller sig fra en intuitiv praksis ud fra fx mavefornemmelse. Det teoretiske ben af vores faglige ståsted henholder sig til projektets særlige teoretiske bidrag og er inspireret af den forklarende habitus (jf. 3.3.2.2).
- En sanselig og teoretisk psykologfaglighed udmærker sig ved at inddrage og vægte det æstetiske og praktiske meningsniveau for forståelsen af klienten, hvilket belyses med udgangspunkt i et begrebsapparat inspireret af to nedslag: 1) det ubevidste ifølge Jung (se kap. 4) samt, samt 2) kropslighed ifølge Merleau-Ponty og Gendlin (se kap. 5).
- En sanselig og teoretisk psykologfaglighed forudsætter en åben, modig og refleksiv terapeutisk holdning. Psykologen skal stille sig åben overfor at udholde tvetydighed og en tilstand af ikke-at vide, da klienten rummer en mystik, vi hverken kan eller bør kontrollere. Desuden skal psykologen være modig iht. at konfrontere egne forforståelser, bl.a. scientistiske antagelser i tidsånden. Ligeledes skal hun kunne stille sig parat til at rumme klientens smerte og se sine egne ubevidste motiver i øjnene. Løbende skal psykologen forholde sig refleksivt til egen psykologfaglige praksis, hvilket vi ikke kun ser som et individuelt

ansvar, men må forstås som et kollektivt anliggende i et psykologfagligt fællesskab.

Fra denne opsummering af vores forståelse og forslag til en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, vil vi gå videre til diskussionens tredje del, der omhandler udfordringer i tidsånden.

6.3 Udfordringer i tidsånden for anvendelsen af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed

Ifølge Gadamer er en forståelsesproces ikke fuldbyrdet, før den applikeres i praksis, dvs. før forståelsen omsættes til handling i praksis (Højberg, 2014, s. 307). Derfor overvejer vi i denne tredje del af diskussionen anvendelsen af den sanselige og teoretiske psykologfaglighed i konteksten af tidsånden.

I projektet anvendes Habermas' begreb om scientismens slør til at problematisere, at samtiden er forført af en kulturel indlejret og implicit forståelse om, at 'ægte' videnskab implicit er naturvidenskabelig (jf. afsnit 3.4). Tidligere har vi fremdraget, hvordan scientismen også påvirker psykologfaglighed. For at overveje, om scientismen kan begrænse dette projekts psykologfaglighed, vil vi i dette afsnit adressere to forhold. Dels ift. hvordan scientismens slør indvirker på psykologens udgangspunkt for at fremsætte en alternativ faglighed. Og dels om vores bud på en sanselig og teoretisk faglighed er for stort et brud med klientens livsverden.

6.3.1 Kan vi selv sætte os udover scientismens slør?

I dette afsnit vil vi overveje, hvordan og *om* vi selv kan gøre os fri af scientismens slør, da vi (såvel som læseren af dette projekt!) må antages at være farvet af tidsånden.

Ser vi spørgsmålet ud fra Gadammers hermeneutik må vi først vende tilbage til pointen om, at fortolkeren altid indgår i en fortolkningsproces, og at forståelsesudkast skydes igang ud fra fortolkerens forståelseshorisont (jf. 2.3.3.2). Ud fra dette perspektiv kan vi antage, at vores forståelseshorisonter netop er farvet af samtidens scientistiske slør, måske endda uden vi er bevidste herom. Derved kan vi medbringe positivistiske antagelser eller dikotomier ind i forståelsesprocessen. Ifølge Gadamer er hverken fordomme eller forforståelser dog endelige, da vi kan revidere og komme til nye forståelser igennem den hermeneutiske proces. Vi vil netop argumentere for, at vi

siden begyndelsen af projektet har gennemgået en selvkritisk og refleksiv proces, der har ledt til opbygningen af en mere nuanceret og eksemplarisk forståelsesbaggrund. Denne udvikling diskuteres yderligere i afsnit 6.4.

Opsummerende forstår vi derfor, at vi som kommende psykologer iht. samtiden ikke går fri fra indflydelsen af tidsånden, men at vi aktivt og refleksivt kan bryde med den scientistiske arv ved at stille os kritiske og refleksive overfor egne forforståelser. Dette åbner op for muligheden for, at vi kan genintroducere delegitime aspekter, hvilket vi faktisk giver et eksempel på i dette projekt ved at undersøge det subtile. Vi må dog stille os ydmyge overfor, at vi trods en selvkritisk praksis kan blive forført af positivistiske antagelser.

En ting er dog psykologens mulighed for aktivt at arbejde med at dekonstruere forståelser iht. en scientistisk verdensforståelse. Men klienten må uundgåeligt antages at indgå i terapien ud fra en anderledes ureflekteret grundlag. Dette dilemma vil vi diskutere i det følgende afsnit.

6.3.2 Mulige forbehold hos klienten i tidsånden

Dette afsnit vender blikket mod en anden central udfordring for anvendelsen af vores foreslåede faglige ståsted, nemlig klientens udgangspunkt og indfaldsvinkel til vores psykologfaglige ståsted. Vi vil således forholde os til klientens mulige forbehold i tråd med tidsånden.

Kritisk må vi overveje om vores foreslåede psykologfaglighed, der inviterer subtile aspekter gennem billeder og kropslighed ind i terapeutisk praksis, kan være for langt væk fra klientens livsverden og verdensanskuelse. Dette var ikke tilfældet med Katinka i den indledende case, der forholdt sig åben overfor alternative måder at arbejde. Derfor bliver et eksempel på en case, hvor klienten har forbehold for dette ståsted relevant at fremdrage.

I adskillige eksempler som frivillige rådgivere eller som psykologpraktikanter, har vi alle tre erfaret, hvordan mange klienter indleder en terapisituation med at beskrive et ønske om at få ‘redskaber’ til fx angst eller stress. Disse praksiserfaringer peger ind i de potentielle modstridende verdensforståelser, som kan opstå imellem vores faglige ståsted og klientens verden. Dette gælder fx, idet klienter præget af tidsånden kan forstå terapi som en praksis, hvor problemstillinger identificeres og afhjælpes gennem en teknisk procedure, her vha. ‘redskaber’, idet målet kan adskilles fra midlet (jf. Schöns kritik i 3.4.1.2). En sådan forforståelse fra klientens perspektiv er i modstrid

med vores udgangspunkt i en eksistentiel fænomenologisk forståelsesramme. Men udfordringen er reel og stopper ikke her, idet klienten måske hverken ønsker eller kan gå med på invitationen om at tilgå sin verden anderledes. Konsekvensen heraf ville i værste fald blive, at vores personlige forståelseshorisont og faglige ståsted blev uanvendeligt, da afstanden ville være for stor.

Vi må naturligvis tage stilling til, hvordan vi stiller os ift. dette dilemma. Den potentielle distance mellem os og klienters verden taler først og fremmest ind i vigtigheden af, at psykologen er fintfølelse og reflektivt forholder sig til den unikke klients præferencer og behov. Dette er også i overensstemmelse med Feilbergs forståelse af et træk ved en dannet psykologfaglig habitus (jf. 3.3.2.3), og må i konteksten af vores psykologfaglige ståsted ses som aspekter ved det sansende ben. Respekt for det andet menneskes autonomi bliver særligt væsentligt, hvis distancen mellem psykologens og klientens udgangspunkt er større, idet psykologen her skal være særlig opmærksom på, at hun bør have respekt for klientens værdighed på trods af deres forskelle (se fx Dansk Psykologforening, 2016-2018).

Afsluttende vil vi således argumentere for, at vores sanselige og teoretiske psykologfaglighed er relevant, selv om vi skal være bevidste om de scientistiske antagelser i tidsånden, der kan udfordre os selv og klienten. Både Jung og Gendlin diskuterer spørgsmålet om forskel på klienter i terapi. Vi anser i tråd hermed, at klienter kan have behov for at øve sig for at få kontakt til subtile aspekter af deres verden. Vi læser, at der implicit i disse perspektiver foreslås, at klienter kan have gavn af at stille sig åbne overfor at undersøge fx det ubevidste eller kropslighed, selv om dette indledningsvist ikke er let. Overvejer vi paradokset ved at trække på Rosa, kan vi ligeledes tale for, at der eksisterer et behov for at udskifte et aggressivt verdensforhold for i stedet at møde verden med større grad af resonans (se Rosa i afsnit 3.4.1). Dette taler for at gå væk fra terapi-tilgange, der betoner intellektualisering og redskaber til problemer, for i stedet at opsøge det oplevelsesnære, intuitive og sanselige møde med psykologen - og verden.

6.4 Diskussion af metodiske styrker og svagheder i projektet

Vi vil nu afslutningsvist selvkritisk overveje styrker og svagheder ved projektets anvendelse af fænomenologiske og hermeneutiske metoder. Først overvejes relevante

nedslag ift. vores anvendelse af metoderne. Herefter overvejes vores udvikling af forståelser i projektet, inden vi afslutningsvist overvejer, hvorvidt vi er lykkedes med at lave moderat eklekticisme.

6.4.1 Eksistentiel fænomenologiske metoder i projektet

Udgangspunktet for projektets metodiske tilgang er en hermeneutisk proces, som beskrevet ved Gadamer's hermeneutiske cirkel (jf. afsnit 2.3.3.1). Den hermeneutiske proces indebærer, at vi veksler mellem del og helhed, umiddelbare forståelser og teoretiske forklaringer, med sigte om en helhedsfortolkning af psykologfaglighed og en dybere forståelse af klientens verden. Men hvordan er den hermeneutiske proces forløbet i projektet? Vi vil i det følgende overveje udvalgte problemstillinger og styrker i projektets undersøgelse.

Projektets eksistentiel fænomenologiske udgangspunkt indebærer en aktiv forholden til os selv som medskabende fortolkere (jf. kapitel 2). Vi vil argumentere for, at denne epistemologiske antagelse ikke kun indgår som en interessant filosofisk pointe, men tværtimod anvendes i projektet. Vi har således løbende forholdt os til, at vi er uadskillelige fra fortolkningsprocessen hen imod et nyt fagligt ståsted. Bl.a. har vi ekspliciteret og udviklet vores forståelser af psykologfaglighed via kritisk refleksion, idet vi har udfordret vores indledende forforståelser. Vi ser, at omsætningen af disse epistemologiske antagelser til en reel undersøgelsespraksis er en styrke for projektet, da vi herved har arbejdet ud fra en aktiv stillingtagen til forforståelser og indledende ståsted, og fx har turde stille os åbne overfor vanskelige samtaler om fordomme og ureflekterede antagelser. Derved lever vi op til den eksistentiel fænomenologiske metode omhandlende selvstændig stillingtagen til egne forforståelser.

En andet relevant metodisk overvejelse er, om projektet evner at indkredse og gå til 'sagen selv', da dette er en central opgave fra et fænomenologisk synspunkt. Her er spørgsmålet altså, hvorvidt vi har fremlagt tykke beskrivelser af en sanselig og teoretisk psykologfaglig praksis, hvor både det ubevidste og kropslighed fremkommer. For at imødekomme idealet har projektet præsenteret to cases. Lad os her fokusere på projektets primære case om Katinka, der netop er en ægte case hentet fra praksis, hvilket vi ser som en styrke. Det indebar dog også udfordringer at tage et levende og komplekst praksiseksempel op. Særligt vanskeligt har det været at gengive casen skriftligt, så det særligt betydningsfulde stod frem, samtidig med at vi bibeholdt virkelighedsforankringen. Dette har indebåret en proces, hvor målet har været at gengive den

levede, hele og umiddelbare karakter af oplevelsesverdenen for både klient og psykolog. I og med vi har fået casen fortalt fra klientens ståsted, har vi selv måtte konstruere psykologens oplevelse. For at skærpe beskrivelserne heraf erfarede vi, at vi måtte vægte at gengive sansning og stemninger i mødet mellem klient og psykolog. Yderligere har vi i konstruktionen af psykologens perspektiv trukket på vores egne brobyggende erfaringer med at være terapeut (jf. brobyggende erfaringer i afsnit 3.3.3). Med dette ser vi, at casen med Katinka får illustreret sagen eksemplarisk.

Lad os herfra vende blikket mod en diskussion af vores dannelsesprocesser undervejs i projektet, for hernæst at gå til en diskussion af sammensætningen af teorier til en ny grundlagsteori i projektet.

6.4.2 Dannelsesprocesser og vejen mod en ny grundlagsteori

I en diskussion af vores dannelsesprocesser mod et fagligt og personligt ståsted må indledningsvist overvejes, hvordan vi er nået i mål med at opbygge en eksemplarisk forståelsesbaggrund og derved en opkvalificering af vores umiddelbare forståelser af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Ifølge Feilberg indebærer dannelsesprocesser, at vi ikke blot tilegner os akademisk viden om feltet, men også stiller os åbne overfor forandring som hele personer (Feilberg., 2019, s. 113). Men som beskrevet i kapitel 3 kan det være krævende at integrere nye erfaringer og forståelser, hvilket også var kendetegnende for dette projekts erfaringer med dannelsen af en eksemplarisk forståelsesbaggrund.

En særlig udfordring var at gå fra fortabelsesfasen til en større grad af selvstændig stillingtagen, idet vi ved flere anledninger ikke har kunne vriste os fri af pointer fra teoretikerne. At skabe selvstændig stillingtagen betød derfor, at vi måtte opdage, at vi fx var gået for ukritiske ind på Jungs forståelse om det ubevidste, samt at et første udkast til redegørelsen over Merleau-Ponty havde adopteret hans sprogbrug uden overvejelse herom. Tilegnelsen af de teoretiske bidrag har således været en proces, der aktiverede og engagerede os, også personligt. Vi erfarede herved, at det tager tid og refleksion at finde frem til en personlig holdning. Dog vil vi aktuelt argumentere for, at vi er nået til en større grad af selvstændig stillingtagen, hvilket afspejles i projektets udformning.

Dilemmaet om potentialet for selvfortabelse og ukritisk adoptering af teorier taler ind i en anden væsentlig udfordring for dette projekt, der omhandler vores anliggende om at sammensætte teoretiske perspektiver til et nyt fagligt ståsted. Derfor vil vi afsluttende overveje, hvorvidt vi er lykkedes med at leve op til Køppes (2014) forståelse af moderat eklekticisme, eller om vi er endt i faldgruben og har anlagt en ureflekteret sammensætning af teori og empiri (jf. afsnit 3.4). Vi mener i denne sag, at vi løbende har forholdt os kritisk til teoretiske perspektiver og reflekteret over sammensætningen af disse, imens vi har opbygget en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Vores kritiske refleksion fremgår bl.a. i løbende overvejelser af teoriernes ontologiske og epistemologiske antagelser, deres kobling til eksistentiel fænomenologi samt teoriernes erkendelsesinteresser.

En interessant pointe hos Køppe er, at moderat eklekticisme er en forudsætning samt et positivt bidrag for al videnskabelig udvikling. Med dette projekts ærinde ønsker vi netop at indskrive os i en sådan kreativ forskningskultur, hvor vi som kommende praktikere kan kombinere eksistentiel fænomenologi med inspiration fra dybdepsykolog, kropsfænomenologi samt kropsfænomenologi. Relateret hertil argumenterer Køppe for, at psykologien bør åbne sig for inspiration på tværs af de klassiske opdelinger mellem natur-, human- og samfundsvidenskab. Vi afslutter dette projekt ved i tillæg at foreslå, at filosofiske og kunstneriske bidrag rummer potentiale for at indfange det praktiske og æstetiske meningsniveau på nuanceret vis. Sådanne teoretiske bidrag kan supplere psykologens forståelse og give sprog og perspektiver på menneskets før-sproglige og mystiske sider, fx ved en vægtning af poesi, et billedrigt univers eller kropslighed (jf. det indledende digt i projektet af Rilke).

Konklusion

Projektets undren har omhandlet, at vi som kommende psykologer ønsker at finde vores personlige psykologfaglighed. Vi søgte derfor at finde frem til et fagligt og personligt ståsted, på baggrund af en reflekteret grundlagsteori, for derved at undgå at invitere ureflekterede antagelser ind i vores kommende virke som psykologer. Et centralt ærinde var at forstå subtile sider af klientens verden. Projektets problemformulering lyder:

Hvordan kan en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, med udgangspunkt i det ubevidste og kropslighed, bidrage til at fremme forståelsen for klientens verden i terapeutisk praksis?

Problemformuleringen blev undersøgt via en teoretisk undersøgelse ud fra den praktiske erkendelsesinteresse. Projektet satte særligt fokus på, hvordan vi kan forstå klienten, da forståelsesprocessen ses som en psykologisk kerneopgave og danner baggrund for at intervenere i terapeutisk praksis. Projektet tog udgangspunkt i en eksistentiel fænomenologisk grundlagsteori. Her bidrog særligt perspektiver fra Merleau-Ponty, Feilberg, Habermas, Gadamer og Ricoeur for at kaste lys over ontologiske og epistemologiske antagelser i projektet.

Vi tog afsæt i Feilbergs teori om den psykologfaglige habitus i udviklingen af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Et centralt ærinde var at forstå subtile aspekter i terapeutisk praksis, hvilket blev gjort iht. et æstetisk og praktisk meningsniveau. Behovet for dette fokus blev aktualiseret af tidsåndens delegitimering af ukontrollerbare, sanselige og gådefulde sider af tilværelsen. De to meningsniveauer blev belyst med udgangspunkt i to nedslag omhandlende det ubevidste præsenteret ved Jung, samt kropslighed præsenteret ved Merleau-Ponty og Gendlin. Vi anlagde Køppes moderate eklekticisme for at sammensætte et nyt personligt ståsted på et velreflekteret grundlag.

Diskussionen belyste, hvordan vi kunne tilgå at forstå klientens verden i forhold til terapeutisk praksis. Herefter fulgte en kritisk stillingtagen til vores bud på en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Hernæst blev implikationer af tidsånden inddraget i en diskussion af anvendeligheden af vores ståsted i samtiden. Afsluttende reflekterede vi over projektets metodiske styrker og svagheder.

Projektet finder frem til følgende svar på problemformuleringen:

Vi har gennem projektet søgt imod et personligt og fagligt ståsted som kommende psykologer via en reflekteret grundlagsteori. Projektet konkluderer, at denne undersøgelse kun udgør starten på at finde dette ståsted, da dannelsen af et psykologfagligt ståsted kræver tid, et støttende fagfællesskab og en kritisk forholden til egen faglighed igennem hele vores virke. Derved er vores dannelsesrejse mod et psykologfagligt ståsted fortsat i proces.

Vi ser, at udgangspunktet i det ubevidste samt kropslighed kan belyse nuancer ved en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, hvor særligt det æstetiske og praktiske meningsniveau indfanges.

Det fremkommer, at psykologens forståelse af klientens livsverden er krævende samt, at en udtømmende og fuldkommen forståelse ikke er mulig. Desuden forudsætter forståelse en uundgåelig inddragelse af psykologens egen forforståelse og verden, som hun således selvkritisk skal reflektere over. Det er som psykolog nødvendigt at stille sig ydmyg overfor, at forståelsesprocessen altid er åben og ufærdig, og at klienten rummer en mystik, vi hverken kan eller bør kontrollere. Dette leder til en terapeutisk holdning, hvor subtile, før-refleksive og før-sproglige aspekter får legitimitet i forhold til at forstå klientens verden i terapi.

I en perspektivering til implikationerne af tidsånden så vi, at scientismens slør kan udfordre anvendeligheden af en sanselig og teoretisk psykologfaglighed. Både psykolog og klient kan opleve udfordringer relateret hertil. Dog ser vi, at samtidens strømninger netop aktualiserer behovet for en sanselig og teoretisk psykologfaglighed, som helhedsorienteret søger at forstå hele menneskets irreducibile og mangefacetterede verden.

Referenceliste

- Andersen, H. C. (1992). Skyggen. In H. C. Andersen (Ed.), *Samlede eventyr og historier* (2nd ed., pp. 303-311). Odense: AiO Tryk as.
- Andersen, H., & Koch, L. (2015). Hermeneutik og fænomenologi. In *Videnskabsteori - i statskundskab, sociologi og forvaltning* (3rd ed., pp. 205-250). København: Hans Reitzels Forlag.
- Brinkmann, S. (2009). *Psyken: Mellem synapser og samfund*. Århus: Aarhus Universitetsforlag.
- Brinkmann, S. (2014). Sjælen. In H. Schanz (Ed.), *50 idéer der ændrede verden* (pp. kapitel 40). Århus: Aarhus Universitetsforlag.
- Brinkmann, S., & Eriksen, C. (2005). Introduktion. In S. Brinkmann, & C. Eriksen (Eds.), *Selvrealisering: Kritiske diskussioner af en grænseløs udviklingskultur* (1st ed., pp. 7-14). Århus: Klim.
- Brooke, R. (1991). Jung and phenomenology. (pp. 1-94). New York: Routledge.
- Budtz Pedersen, D., Stjernfelt, F., & Køppe, S. (2015). *Kampen om disciplinerne: Viden og videnskabelighed i humanistisk forskning* (1st ed.). København: Hans Reitzels Forlag.
- Compton, J. (1997). Existential phenomenology. In L. Embree (Ed.), *Encyclopedia of phenomenology* (pp. 205-209). Klüwer: Dordrecht.
- Dansk Psykolog Forening (2016-2018). *Etiske principper for nordiske psykologer*.
- Ewen, R. B. (2010). *An introduction to theories of personality* (7th ed.). New York: Psychology Press.
- Feilberg, C. (2014). *Dannelsen af en psykologisk og videnskabelig habitus hos psykologistuderende*. Ph.d. afhandling ved Ph.d.-programmet Hverdagslivets Socialpsykologi, Institut for Psykologi og Uddannelsesforskning, Roskilde Universitet. Publiceret på www.livsverden.dk/feilberg
- Feilberg, C. (2019). Kvalitative iagttagelser: At forstå, undersøge og udrede mennesker på et eksistentiel-fænomenologisk grundlag. In C. Feilberg, & J. Maul (Eds.), *Kvalitative iagttagelser - at forstå, undersøge og udrede mennesker på et eksistentiel-fænomenologisk grundlag*, (Indledning, kap. 1-3 og 8-10). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Feilberg, C., & Maul, J. (2019). Mennesket bag den kvalitative iagttagelse og undersøgelse. In C. Feilberg, & J. Maul (Eds.), *Kvalitative iagttagelser - at forstå, undersøge og udrede mennesker på et eksistentiel-fænomenologisk grundlag* (pp. 11-33). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Gendlin, E. (1973). Experiential psychotherapy. In R. Corsini (Ed.), *Current Psychotherapies* (pp. 317-352). Itasca: Peacock. Hentet 04.04.2021, fra: http://previous.focusing.org/gendlin/docs/gol_2029.html
- Gendlin, E. (1993). Three assertions about the body. *The Folio*, 12 (1), 21-33. Hentet 04.04.2021, fra: http://previous.focusing.org/gendlin/docs/gol_2064.html
- Gendlin, E. (1996). *Focusing-oriented psychotherapy: A manual of the experiential method*. New York: Guilford Press.

-
- Gendlin, E. (1997). *Experiencing and the creation of meaning: A philosophical and psychological approach to the subjective* (2nd ed.). Illinois: Northwest University Press.
- Grønkjær, P. (2010). *Jungs analytiske psykologi: En introduktion* (3rd ed.). København: Hans Reitzel.
- Habermas, J. (2005). Erkendelse og interesse. In *Teknik og videnskab som 'ideologi'* (pp. 119-136). Frederiksberg: Det Lille Forlag.
- Højberg, H. (2014). Hermeneutik, forståelse og fortolkning i samfundsvidenskaberne. In L. Fuglsang, & P. Bitsch (Eds.), *Videnskabsteori i samfundsvidenskaberne: På tværs af fagkulturer og paradigmer*, (pp. 289-324). Roskilde: Roskilde Universitetsforlag.
- Høstmælingen, A. (2010). Hvordan kan principperlæringen bidrage til å kvalitetssikre psykologisk praksis? *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, Vol 47(10), 930-936.
- Husserl, E. (1970). *The Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology*. Illinois: Northwestern University Press.
- Hviid Jacobsen, M., Lippert-Rasmussen, K., & Nedergaard, P. (2015). Hvad er videnskabsteori? In M. Hviid Jacobsen, K. Lippert-Rasmussen & P. Nedergaard (Eds.), *Videnskabsteori - i statskundskab, sociologi og forvaltning*. (3rd ed., pp. 13-37). København: Hans Reitzels Forlag.
- Hyde, M., & McGuinness, M. (1997). *Jung for begyndere*. Roskilde: Roskilde Bogcafé.
- Ikemi, A. (2014). *A Theory of Focusing-Oriented Psychotherapy*. (pp. 21-35). London: Jessica Kingsley Publisher.
- Jensen, M. (2014). Et inkluderende evidensbegreb. *Social Kritik*, 140, 71-79.
- Jørgensen, C. R. (2005). Selvrealiseringskultens klinisk psykologiske rødder. In S. Brinkmann, & C. Eriksen (Eds.), *Selvrealisering: Kritiske diskussioner af en grænseløs udviklingskultur* (1. udgave ed., pp. 159-186). Århus: Klim.
- Jung, C. G. (1962). *Jeg'et og det ubevidste*. København: Gyldendal.
- Jung, C. G. (1963). *Det ubevidste* (3rd ed.). København: Gyldendal.
- Jung, C. G. (2009). *The red book, liber novus* (S. Shamdasani, M. Kyburz & J. Peck Trans.). (1. edition). New York: W. W. Norton & Company.
- Kabat-Zin, J. (2014). *Lev med livets katastrofer* (2nd ed.). København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Katzenelson, B. (2017). *Humanistisk psykologi*. Den Store Danske. Hentet d. 20.05.2012, fra: https://denstoredanske.lex.dk/humanistisk_psykologi
- Keller, K. D. (1995). Kroppen giver mening. *Psykolog Nyt*, 14, 6-9.
- Keller, K. D. (2012). Lad os nu blive personlige! Om personens felt i erfaringen. In K. D. Keller (Ed.), *Den menneskelige eksistens: Introduktion til den eksistentielle fænomenologi* (pp. 9-30). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Køppe, S. (2008). En moderat eklekticisme. *Psyke & Logos*, 29(1), 15-35.
- Køppe, S., Mathiesen, B., Sørensen, J., Jacobsen, B., Væver, M., Harder, S., & Lunn, S. (2004). *Kroppen i psyken*. København: Hans Reitzels Forlag.

-
- Lave, J., & Kvale, S. (1995). What is anthropological research? An interview with Jean Lave by Steinar Kvale. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 8(3), 219-228.
- Levine, P. (2010). *Den tavse stemme: Hvordan kroppens sprog kan opløse traumer og skabe velvære*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard.
- Merleau-Ponty, M. (1993). Filmen og den nye psykologi. *Philosophia*, 22, 11-24.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fænomenologi*. Frederiksberg: Det Lille Forlag.
- Merleau-Ponty, M. (1999). Hvad er fænomenologi? (Oversættelse af forordet til *Phénoménologie de la Perception* (1945). In P. A. Brandt (Ed.), *Om sprogets fænomenologi – udvalgte tekster* (pp. 16-34). Gyldendal.
- Michel, A. (2015). Dualism at work: The social circulation of embodiment theories in use. *Signs and Society (Chicago, Ill.)*, 3, 41-69. 10.1086/679306
- Mortensen, K. V. (2010). Om at være klinisk psykolog. In S. Lunn (Ed.), *Fra kromosomer til metaforer* (pp. 111-134). København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Perry, M., & Medina, C. L. (2015). Introduction: Working through the contradictory terrain of the body in qualitative research. In M. Perry, & C. L. Medina (Eds.), *Methodologies of embodiment: Inscribing bodies in qualitative research* (pp. 1-13). New York: Routledge.
- Rappaport, L. (2008). *Focusing-oriented art therapy: Accessing the body's wisdom and creative intelligence*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Ricoeur, P. (2012). Den eksistentielle fænomenologi. In K. D. Keller (Ed.), *Den menneskelige eksistens: Introduktion til den eksistentielle fænomenologi* (pp. 33-42). Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Romdenh-Romluc, K. (2011). *Routledge philosophy guidebook to Merleau-Ponty and Phenomenology of Perception*. London: Routledge.
- Rosa, H. (2020). *Det ukontrollerbare*. Frederiksberg: Eksistensen.
- Schanz, H. (2017). *ÅND*. Århus: Klim.
- Schön, D. A. (2001). *Den reflekterende praktiker* (pp. 116-146). Århus: Klim.
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2013). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Shilling, C. (2003). *The body in social theory* (2nd ed.). London: Sage Publications.
- Spring, B. (2007). Evidence-based practice in clinical psychology: What it is, why it matters; what you need to know. *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 63(7), 611-631.
- Symington, N. (1996). *The making of a psychotherapist*. London: Karnac Books.
- Thiese, M. S. (2014). Observational and interventional study design types: An overview. *Biochemical Medicine*, 24(2), 199-210.
- Thingmand, A. (2018). *Sjælens billeder. Om at arbejde med følelser, drømme og indre billeder*. Hentet d. 05.04.2021, fra: <https://anderstthingmand.dk/sjaelens-billeder-om-at-arb-med-dromme-folelser-og-indre-billeder/>
-

-
- Thøgersen, U. (2004). *Krop og fænomenologi: En introduktion til Maurice Merleau-Pontys filosofi*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Thuesen, M. (2015). Terapeutens behov for at hele. *Matrix*, 31(1), 4-26.
- Urhøj, H. (2016). *Hvem var C. G. Jung?* Jung for alle. Hentet d. 05.05.21, fra: <https://www.jungforalle.dk/analytisk-psykologi/hvem-var-c-g-jung/>
- Van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Mind, brain and body in the transformation of trauma*. London: Penguin Books.
- Winnicott, D. (1984). Ego distortion in terms of true and false self (1960). In D. Winnicott (Ed.), *The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. London: Routledge.