

Fænomenologi

Læren om det, som viser sig for en
bevidsthed

Den fænomenologiske metode

Fænomenologi

- Fænomenverden er i centrum
- Fokus skifter fra indhold til proces
- Beskæftiger sig ikke med fortolkning, analyser og kategorisering
- Spørger ikke ' hvorfor ', men ' hvordan '
- At være optaget af fænomener som de træder frem, kræver nærvær, nysgerrighed og åbenhed

Fænomenologi

- At i højere grad være optaget af at beskrive oplevelser, uden straks at fortolke og systematisere indtrykkene
- At forholde sig til ' her og nu '

Fænomenologiske metode

- Den fænomenologisk metode beskæftiger sig med den konkrete, umiddelbart foreliggende oplevelse.

Den fænomenologiske metode

Indbyrdes forbundne regler, der kan bruges i udfoldelsen og undersøgelsen af fænomener

Parentesreglen :

- At møde verden /klienten så rent som muligt , og sætte egne antagelser, fordomme , forhåndsviden, meninger og fantasier i parentes
- At rette opmærksomheden mod den umiddelbare oplevelse af et (flere) fænomen(er)
- At parkere sin 'vanetænkning' i en parentes så de ikke forstyrrer i det terapeutiske arbejde
- En forudsætning er at terapeuten kender sig selv og egne temaer og antagelser godt

Den fænomenologiske metode

Reglen om beskrivelse :

- At tage klientens ord for pålydende og ikke forklare dem, fortolke eller forkaste dem
- Støtte klienten til at beskrive sin oplevelse, sig selv og sin verden ud fra klientens egne udsagn

Den fænomenologiske metode

Reglen om ligeværdighed :

- At møde klientens udsagn ligeværdigt , således at det ikke bliver terapeutens egne betragtninger og vurderinger af vigtighed og værdi der kommer i forgrund

Den fænomenologiske metode

- Utopien i at møde klienten helt ' rent '
- Det kontinuerlige opmærksomhedsarbejde som menneske og terapeut
- Forudsætningen for det autentiske åbne møde mellem mennesker, og klient og terapeut
