

Etik i det psykoterapeutiske arbejde

EFT

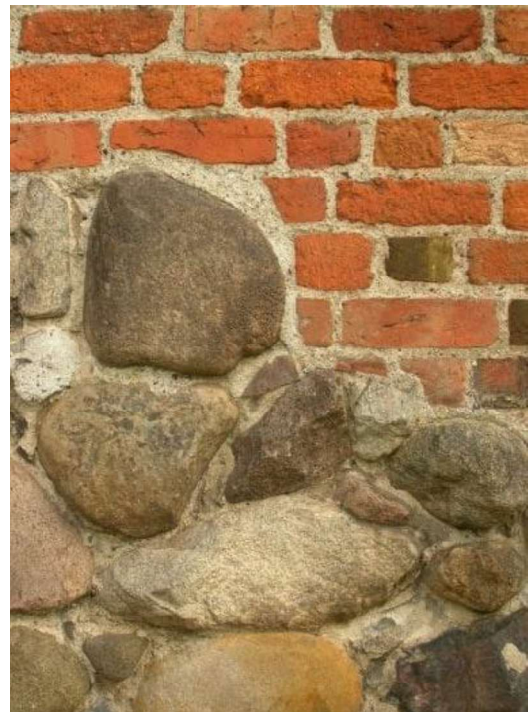
Ulrik Houliind Rasmussen,
MPF & Ph.d.



Deling – din baggrund som fundament

- Tidligere/nuværende faglige baggrund og hvad den betyder for dine etiske overvejelser i psykoterapi?
- Etiske dilemmaer du har mødt på vejen i det psykoterapeutiske felt:

På uddannelsen?
I træningsterapierne?
I din egenterapi?



Etik og moral?

Etik er afledt af to græske ord, der oprindeligt begge betød 'vane', 'skik og brug', nemlig hhv. *ethos* [ἦθος] og *éthos* [ἠθος], men hvis betydning udviklede sig til at betyde hhv.:

- *Éthos*: hjemstavn, der, hvor jeg (vi) bor, opholdssted*
- *Ethos*: vane, holdningsudvikling, forbundet med *habitus* (gr. *hexis*)

Moral er afledt af det latinske parallelord, *mos* (vane) og i flertal *mores* (karakter, holdning).

Selv om der etymologisk betragtet er tale om synonyme tvillingebegreber (grækerne kalder den slags for *hendiadys*, 'en for to' – jf. 'revl og krat'), kan der være grund til at skelne imellem følgende dimensioner:

Taler vi om det *individuelle* eller det *kollektive*?
Taler vi *deskriptivt* eller *præskriptivt*?

* Betyder det mon, at etikken udspringer fra at være 'kommet hjem'; at etik og væren er tæt forbundet?



Etik og moral?

Sommetider benyttes de to ord i flæng, andre gang anvendes ordet:

- *moral* til at betegne normer for menneskelig handling og den konkrete praksis, som afspejler disse normer (for god eller ret opførelse), mens
- ordet *etik* benyttes om overvejelser over eller (kritisk-refleksive) undersøgelser af de konkrete moralske normer, en systematisk undersøgelse af de normer, folk lever efter.



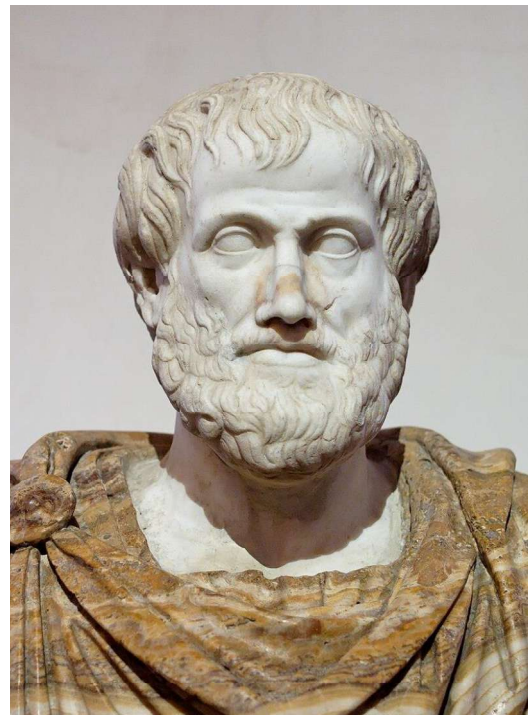
Aristoteles etik

Mens dyrene er foreskrevet temmelig håndfast, hvordan de skal regulere deres samvær (tænk på myrerne), så kendetegner det mennesket, at vi har sprog, vi er det talebegavede dyr, siger Aristoteles, og vi kan give (fornufts)grunde for det, vi gør

Mennesket er ikke på samme måde som dyrene fastlagt fra naturens side.

For at lykkes som mennesker må vi tale om, hvordan man lykkes som menneske. Det hører med til os, at vi må undersøge, hvordan man lever vel.

Mennesket får ikke bare at vide, hvad det skal, hvis det lytter til naturens stemme; naturen har snarere *udskrevet* mennesket til hinanden end *foreskrevet*, hvordan det skal være sammen (Kasper Lysemose).



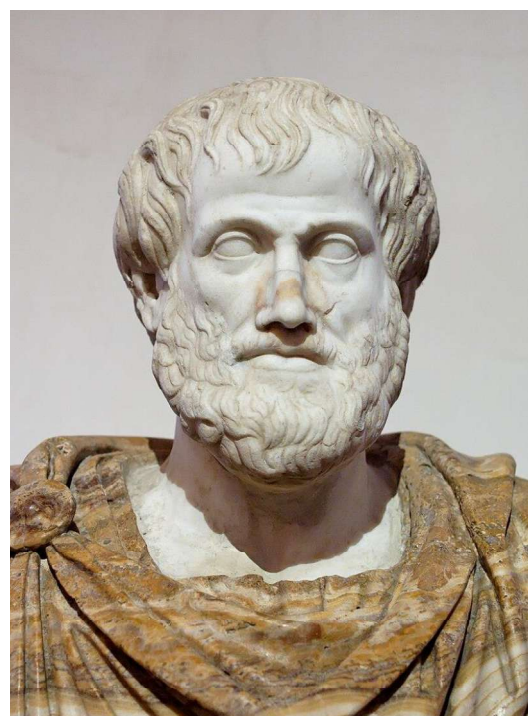
Aristoteles dydsetik

Den etiske videnskab er ikke en eksakt videnskab, den er ikke 'slået med lineal' (Ole Thyssen). Dette er imidlertid ikke en beklagelig mangel

Tværtimod. Det svarer nemlig helt eksakt til et livsvæsen der som mennesket er overgivet til at måtte tale sammen om, hvordan det skal forme sit liv.

Så etikken udgør ikke blot livets *videnskabelige*, men også dets *venskabelige* begrundelse, som Kasper Lysemose har udtrykt det

Dyd er navnet for når noget er, hvad det er, på en vellykket måde (*virtus*): virtuost, fremragende.



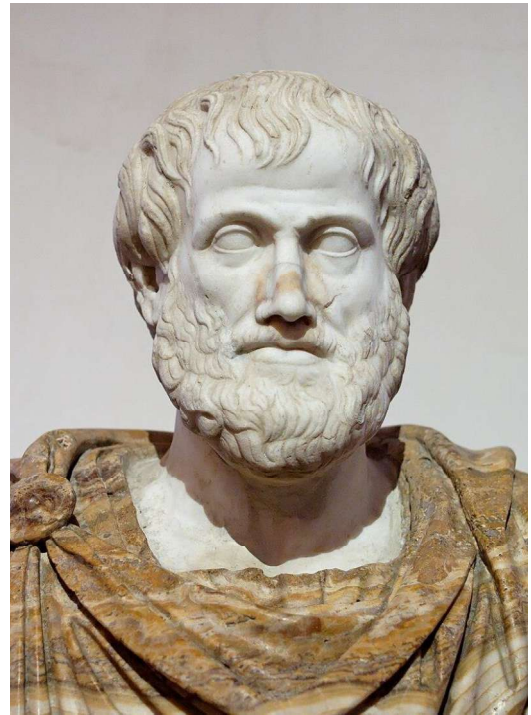
Aristoteles dydsetik

Dyd er relateret til 'duelighed': at du til noget, en 'evne' eller 'kunnen' (excellence: 'fremragende, ypperlig').

I denne sammenhæng: livsduelighed, som også på forhånd altid-allerede involverer etiske hensyn og refleksion

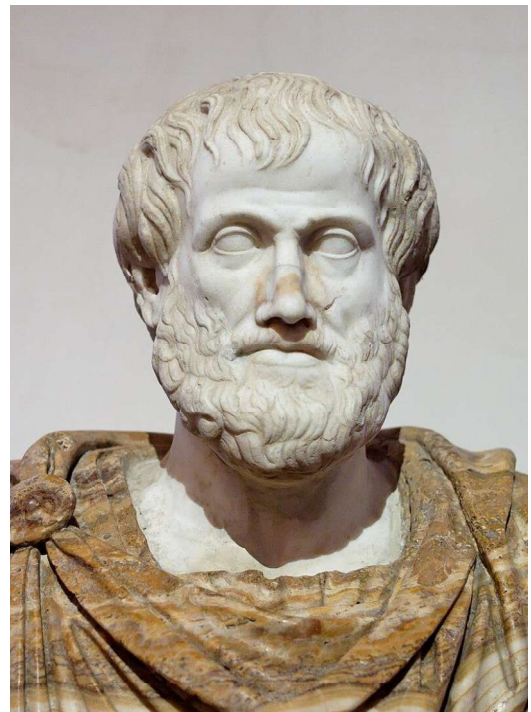
For Aristoteles er livsduelighed tæt forbundet med at undersøge, samtale og føre dialog om, hvordan vi lykkes med at leve godt

Det handler – nu med en formulering fra DPFOS *Kompetenceramme* – om "evnen til at udøve en god etisk praksis"

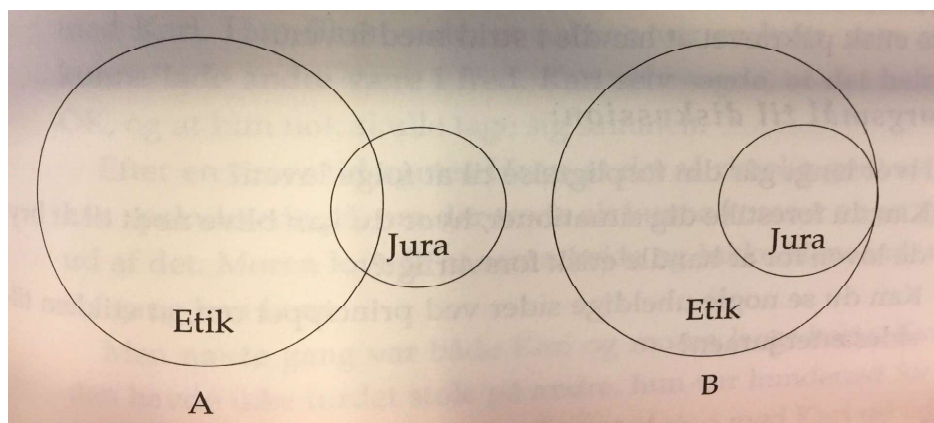


Psykoterapeutiske dyder

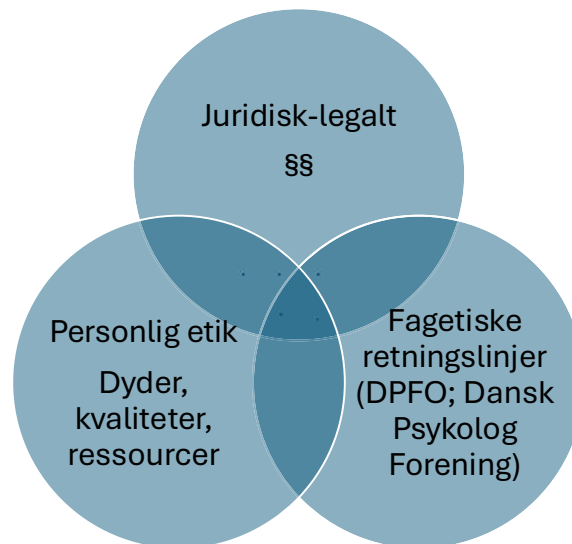
- Hvilke 'dyder' (altså etisk informerede dueligheder) skal man besidde for at være en vellykket psykoterapeut?
- Hvordan bærer man sig ad med at være en 'dydig' og 'god' psykoterapeut?
- Begrund jeres svar, hvorfor?



Etik og jura?



Etikkens tre dimensioner

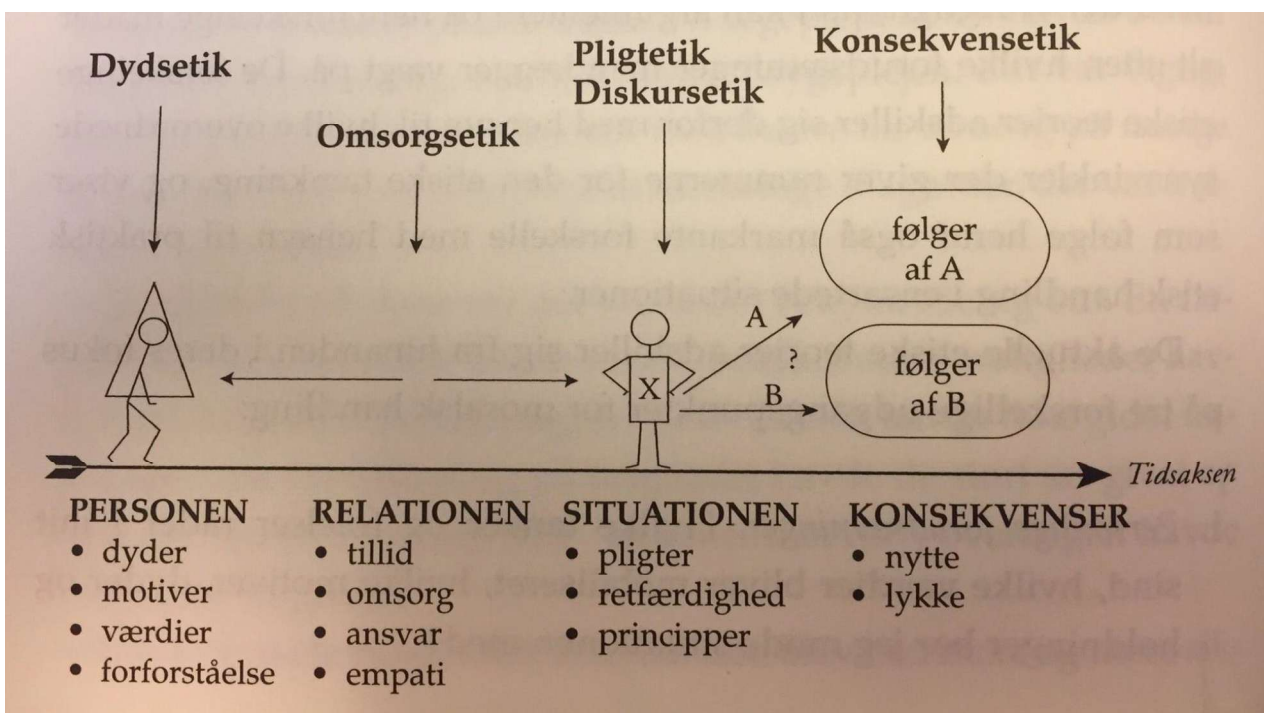


Mål for etikken i psykoterapeutisk praksis?

- **At handle i overensstemmelse med:**
- Bevidsthed om egne værdier og eget menneskesyn (personlig etik)
- Gældende lovgivning (juridisk-legalt)
- Faglig viden, færdigheder og ekspertise
- Etikreglerne i DPFO (fagetiske retningslinjer)

Og frem for alt:

- At være åben for at identificere etiske dilemmaer og problemer
- At underkaste vores praksis et løbende etisk kvalitetscheck
- At kultivere kritisk-refleksiv kompetence





DPFO: Værdier i arbejdet



Psykoterapeutens arbejde bygger på værdierne:

Nærvær – Psykoterapeuten er nærværende i mødet med klienten. Det betyder, at terapeuten i sin kontakt udviser engagement, omsorg og empati

Ligeværdighed – Psykoterapeuten møder klienten med respekt, tolerance og anerkendelse

Professionel integritet – Psykoterapeuten tilstræber høj faglighed, troværdighed og åbenhed samt tager ansvar for kvaliteten og konsekvenserne af sit arbejde, reflekterer over kvaliteten af sit arbejde og korrigerer efter behov

DPFO: Grundlag for arbejdet



Den psykoterapeutiske praksis bygger på:

Professionens etiske grundsyn

Bedst tilgængelige forskning

Erfaring med at arbejde i det mellemmenneskelige felt

Faglig ekspertise, dvs. minimum en grunduddannelse på bachelorniveau, 3 års erhvervs erfaring samt en 4-årig psykoterapeutisk efteruddannelse på et certificeret og godkendt institut** eller tilsvarende.

Kontinuerligt at modtage **egenterapi** og **supervision** samt videreudanne sig

Kontinuerligt at **reflektere over både faglige og personlige kompetencer** samt relationen mellem disse og deres påvirkning af virket som psykoterapeut

DPFO: Indhold i arbejdet



Psykoterapeuten arbejder i relationen på at:

Skabe en **terapeutisk tillidsrelation / alliance**

Aftale (kontrakt) om **terapiens formål**.

Omhyggeligt styre den **asymmetriske relation** mellem terapeut og klient.

Sætte sig grundigt ind i klientens problemstilling, og relevante aspekter af livssituation, livshistorie, relationelle aspekter og påvirkning fra det omgivende samfund

Intervenere passende i forhold til klientens udfordring, ressourcer og sårbarhed.

Styre processen med **opmærksomhed på både kognitive, følelsesmæssige og kropslige processer** hos klienten såvel som hos terapeuten selv.

DPFO: Kernekompetencer



Kan **reflektere over etiske dilemmaer** i psykoterapeutisk arbejde i forhold til konkrete situationer i egen praksis samt **modtage supervision** i forbindelse hermed - på baggrund af **kendskab til professionens etik**.

Kan håndtere og regulere:

- Egne kognitive, følelsesmæssige og kropslige reaktioner på den terapeutiske situation
- Positionen som terapeut
- Egen historik

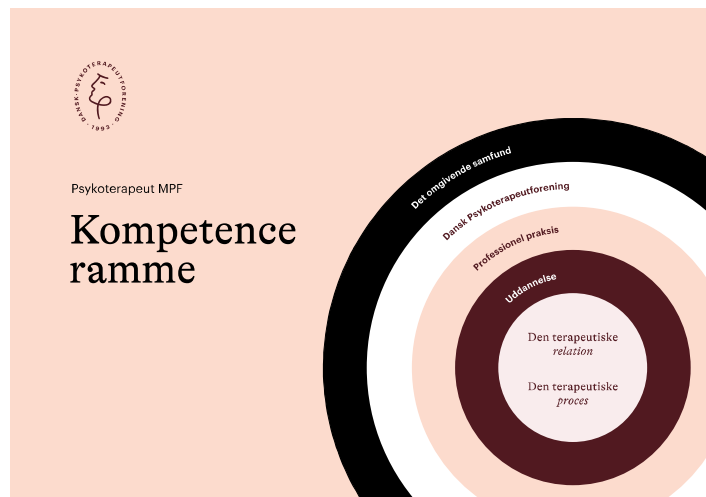
Kan kontinuerligt vurdere nødvendigheden af og udnytte muligheden for:

Egenterapi og supervision

Videreuddannelse

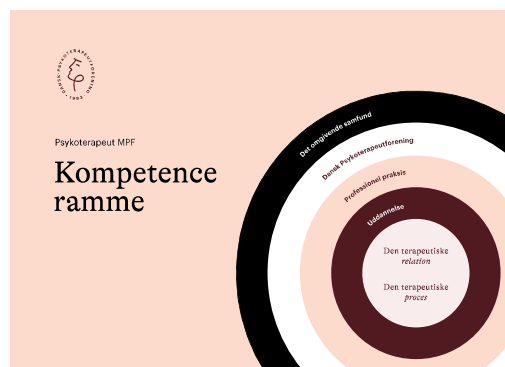
Refleksion over både faglige og personlige kompetencer samt relationen mellem disse og deres påvirkning af virket som psykoterapeut

Kender **egne begrænsninger** og kender sin **pligt til at viderehenvise** til andre relevante terapeuter eller tilbud



VII: På *det etiske område* har en psykoterapeut MPF...

1. evnen til at tage det overordnede **ansvar** for processen og for omsorgen for klienten i den asymmetriske terapeutiske relation (= en **magtrelation**) og til samtidigt at tilstræbe **ligeværdighed** indenfor denne relation
2. bevidsthed om den **faglige afgrænsning** af faget psykoterapi i forhold til andre behandlingsformer
3. evnen til at **opfatte og reflektere over etiske dilemmaer** og er, i tvivlstilfælde, forpligtet til at søge **etisk faglig sparring**, fx i Dansk Psykoterapeutforenings etiske rådgivning
4. viden om, **hvad 'god etisk praksis'** indenfor ens egen særlige behandlingsmetode er, og **evnen** til at udøve en sådan 'god etisk praksis'
5. sans for klientens eventuelle **særlige kulturelle, sociale og religiøse forskelligheder** og forpligtelser til, om nødvendigt, at søge yderligere baggrundsviden herom
6. viden om og overholder **Dansk Psykoterapeutforenings etikregler**, herunder tavshedspligten vedrørende alle personlige forhold erfare under terapien, med de undtagelser, der følger af gældende dansk lovgivning (jf. i øvrigt Dansk Psykoterapeutforenings etikregler § 2.2)



Barnets lov



- Den 1. januar 2024 trådte barnets lov i kraft i Danmark, hvilket markerer en vigtig milepæl i beskyttelsen af børns rettigheder og trivsel. Men hvilken betydning har loven for psykoterapeuters arbejde?

Barnets Lov

- Læs mere: <https://psykoterapeutforeningen.dk/radgivning-og-karriere/lovgivning/barnets-lov>

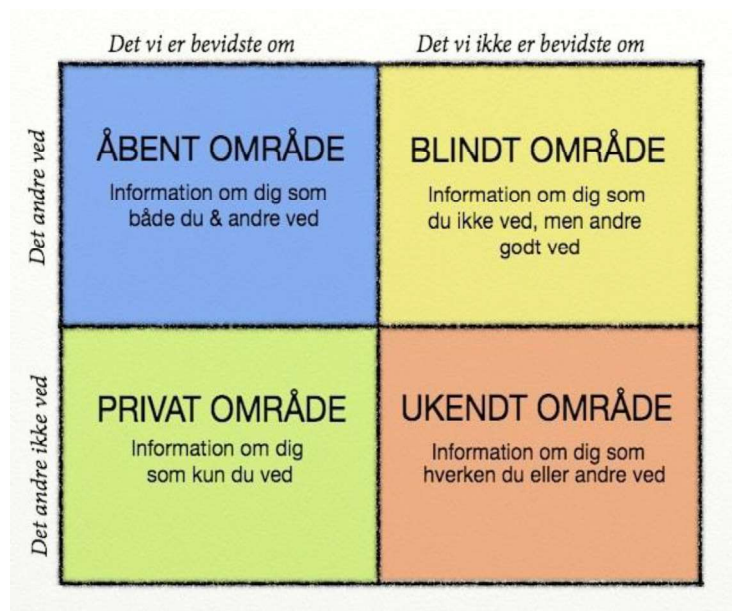
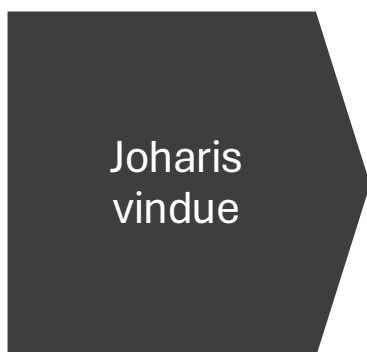
Underretningspligt (Barnets Lov §135)

- Som psykoterapeut kan du blive bekendt med og vidende om alvorlig mistriksel hos barnet enten i forhold til begge forældre eller den ene forælder. Det kan være konkrete oplysninger eller viden, som du får fra barnet selv eller fra en forælder.
- Der kan også være tale om egne klare formodninger og bekymringer for barnets ve og vel. Det er **lovpligtigt at handle på dette uanset i hvilken sammenhæng, der er tale om og uanset profession**. Der henvises her til **barnets lov § 133**, som pålægger offentligt ansatte og visse fagpersoner pligt til at underrette de sociale myndigheder, hvis det antages, at barnet har brug for særlig støtte efter barnets lov.
- For alle andre borgere er der efter **§ 135 pligt til at underrette de sociale myndigheder**, hvis barnet udsættes for vanrøgt eller nedværdigende behandling.

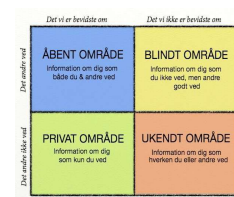
(<https://psykoterapeutforeningen.dk/radgivning-og-karriere/lovgivning/born-og-unge>)

Børn og unge (under 18)

- Det er Dansk Psykoterapeutforenings klare anbefaling til alle medlemmer at henholde sig til de retningslinjer og love, der er gældende for statsanerkendte behandlergrupper.
- Spørg allerede ved henvendelsen ind til forældrenes civile status dvs. om forældremyndighed, hvem der er **bopælsforælder** og hvem der er **samværsforælder**.
- Indhent **begge forældremyndighedsindehaveres samtykke**, når der er tale om væsentlige forhold omkring barnet, herunder at barnet ønskes i et terapeutisk eller andet behandlingsforløb. Under alle omstændigheder skal der indhentes samtykke hos den ikke-henvendende forældre.
- Sørg for, at der **foreligger skriftligt samtykke** stilet direkte til den pågældende behandler eller via én af forældrene til behandleren. Skriftligt samtykke er på nuværende tidspunkt ikke et juridisk krav, men anbefales, som dokumentation og beskyttelse af den pågældende behandler i tilfælde af uenighed eller konflikt.
- For de 15 -17-årige anbefaler Dansk Psykoterapeutforening sine medlemmer at følge de retningslinjer og regler, der er gældende for autoriserede læger og psykologer mfl. i den offentlige sektor.



Øvelse: Blinde vinkler



Inde i dig selv individuelt:

- Hvad er der i mit åbne område?
- I mit private område?
- Hvordan kan du blive mere nysgerrig på det blinde område?
- Kan du identificere indre modsætninger i forhold til etikken i arbejdet?

Herefter i gruppe-refleksion:

- Tag stilling til hvor meget du vil dele
- Hvis du finder interessante problemstillinger, overvej hvordan du på kan dele med de andre.
- Når du lytter på de andre, vær åben
- Vær tilbageholdende med (egne) holdninger

Etik som et eksistentiale?

- Vi er, ontologisk set, ”forviklet med” eller ”anviste på” hinanden (”interdependente”)
- Denne iagttagelse beror ikke på en bestemt etisk vurdering, men har derimod sin rod i ”vort livs realiteter”; etik er noget, som ”hører med til selve den menneskelige tilværelses indretning”
- En sådan *ontologisk* begrundet etik har sin rod i den fænomenologiske metodes afdækning af de etiske fænomeners fremtrædelse:
- Etik er ikke et normativt *vedhæng* til virkelighedens beskaffenhed, men aflæses – eller mere Heideggersk: ’aflyttes’? – på virkelighedens egen indretning



Etik som et eksistentiale?

- Der (fore-)findes ”elementære vilkår”, som mennesket ikke selv har ’skabt’ eller ’frembragt’ og som derfor er ”unddraget vor vilkårlighed” (Løgstrup 1996, 43). Grundvilkår der er os *givet*.
- At vi er ”prigsivet en forvikling med andre” og derfor altid ’holder noget at den andens liv i vore hænder’ bringer Løgstrup til at formulere en *nærhedsetisk fordring*:
”Den magt, som interdependensen giver dig over et andet menneske, skal du bruge til *dets* bedste” (Løgstrup 1996, 23).



Etik som et eksistentiale?

- Løgstrups etik er en *nærhedsetik*, der tager sit afsæt i de ”krav og udfordringer, der på ganske umiddelbar vis udspringer af de forhold, hvori man står til andre mennesker” (Løgstrup 1996, 41)
- De suveræne livsyttringer er umiddelbare tilskyndelser, der ”fuldbyrdes” – eller som ”lader sig give konkretion” – og ikke (abstrakte) anvendelsesnormer, der beror på ”formuleringens fasthed” (Løgstrup 1996, 36).



Responsivitet

Etik kan tænkes med ledetråd i ideen om *responsivitet* (B. Waldenfels)

Responsivitet peger på svarets uundgåelighed: vi kan ikke *ikke* svare

Dvs. svarets 'at' er uundslippeligt, men ikke svarets *hvad* eller *hvordan*



Responsivitet

Etik kan tænkes med ledetråd i ideen om *responsivitet* (B. Waldenfels)

Responsivitet peger på svarets uundgåelighed: vi kan ikke *ikke* svare

Dvs. svarets 'at' er uundslippeligt, men ikke svarets *hvad* eller *hvordan*

Responsivitetens 'blinde vinkler'

"Vores høre, se, og tale er også altid en overhøre, overse og overbetoning af det, som kommer os i møde, og enhver tale bringer også samtidig noget til tavshed" (Waldenfels, 1985, s. 144)

Der findes altså (altid) blinde vinkler i vores responsivitet

Responsiv frihed: Mit 'svar' begynder ikke hos mig, men hos den anden, hos klienten, som henvender sig



Responsivitet

- Den menneskelige væren er grundlæggende *responsiv*, dvs. den er bestandigt i gang med at besvare den gådefuldhed, den fremmedhed, med hvilken eksistensen trænger sig på
- Vi kan ikke *ikke* svare
- Vores 'svar' halter bagefter, det er 'Nachträglich'
- Der er et responsivt betydningsoverskud, der rækker ud over det sagte: smilet, gestikken, tilliden o.a.
- Der er noget ikke-kontrollerbart og uforudsigeligt i responsiviteten
- Responsiviteten peger på en etisk ikke-indifferens



Etisk responsivitet

- 1. *Etik* er (derfor) heller ikke et valgfrit vedhæng til det, man i øvrigt render og laver, men derimod 'syet' eller 'vævet' *ontologisk* ind i selve ryggen på det terapeutiske arbejde
- 2. Er etisk responsivitet noget, man kan tilegne sig, kultivere, udvikle og raffinere? (jf. engelsk *respons-ability*, dvs. 'the ability to respond') – hvis ja, hvordan?

Etik som etikette?

Mange forhold spiller ind på, hvordan vi svarer i konkrete svarsituationer (fx humør, fysisk velbefindende, energiniveau, vaner, uopmærksomhed, blinde vinkler etc.)

Hvis undervisningen i etik kommer til at handle om at tilegne sig et bestemt etisk *handlingskodeks* og en række etiske *begreber*, så risikerer man at nære en adfærd, der *forekommer* at være etisk, men som i virkeligheden blot bibeholder laster på mere subtil og camoufleret vis

Dvs. etik bliver til *image-management* - vi taler om etik og værdier - i stedet for at realisere, virkeliggøre en etisk responsivitet?

Embodied ethics?

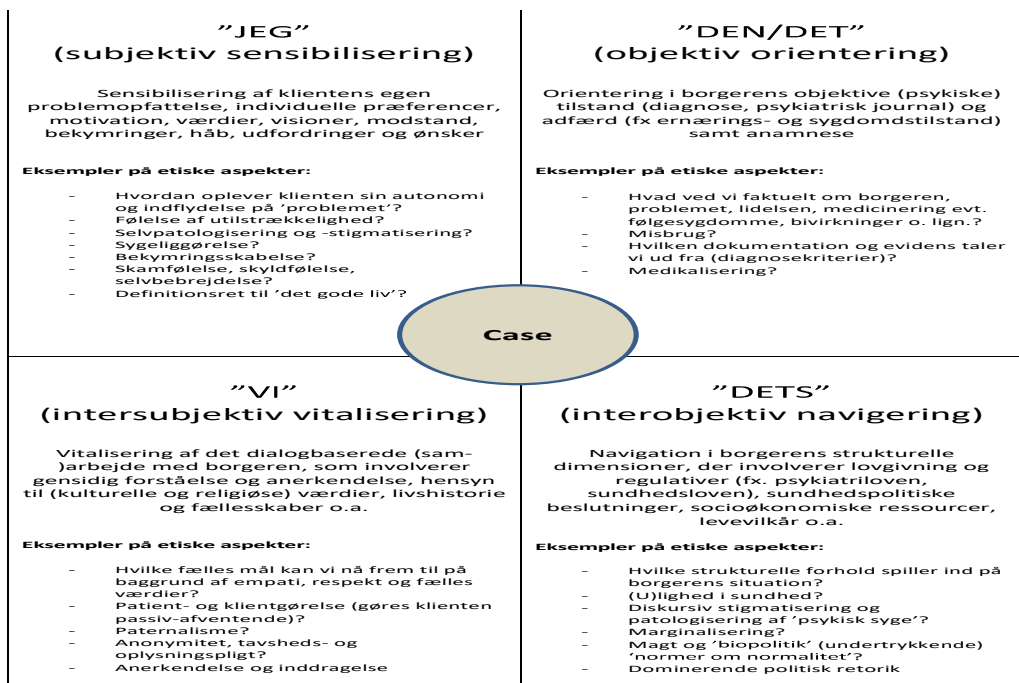
- Reponsivitet som *embodied ethics* handler i dette lys om:
- a) se situationen med friske øjne, mere klart og helt gennem bevidst opmærksomhed i forhold til, hvad vi *faktisk* gør (vores 'theories-in-use') – "conscious awareness and deliberate attention" (Ladkin 2011, 92)
- b) at se og blive bekendt med, hvilke kropsligt funderede skabeloner, vi benytter til at interagere med forskellige situationer
- c) 'staying with the senses' – jf. engelsk *sense-making*: at forstå på en kropsliggjort måde, hvorfor det giver mening at være 'dydig' (Gendlin 1992)
- d) at grunde vores 'theories-in-use' i indre, kropsligt funderede kernetilstande (Springborg 2018) – fx tålmodighed, afslappethed, venlighed, kontaktfuldhed, nysgerrighed etc.

Sammenfatning

- - Etik kan med fordel tænkes med ledetråd i ideen om *responsivitet* (B. Waldenfels)
- - Derfor er etik heller *ikke* et valgfrit vedhæng, men en helt central del af psykoterapeutisk praksis
- - Etik er ikke blot en *intellektuel indsigt*, men handler om *legemliggjort, kropsfunderet responsevne* (respons-abilitet); kropslige responsregistre
- - En sådan kan kultiveres via
- a.) mere bevidst opmærksomhed på, hvad vi *faktisk* har gang i ('mindfulness', inquiry, 'self-exposure', supervision o.a.)
- b.) gennem undersøgelse af det sansede fundament under vores handlinger (the felt sense; sense making; staying-with-the-senses)
- c.) at grunde vores handlingsteorier ('theories-in-use') i indre, kropsligt funderede kernetilstande – fx tålmodighed, afslappethed, venlighed, kontaktfuldhed, nysgerrighed etc.

Kvadrantmodellen (Ken Wilber)

- En firefeltmodel der forener fire analyseperspektiver ('responsregistre') på et givet emne eller fænomen
- De fire responsregistre kan nok skelnes men ikke holdes adskilt fra hinanden
- Integralt informeret responsivitet betyder, at man holder et vågent øje med alle fire responsregistre i kvadranten
- Kvadrantmodellens fire responsregistre svarer til fire former for opmærksomhed: orientering, sensibilisering, vitalisering og navigering



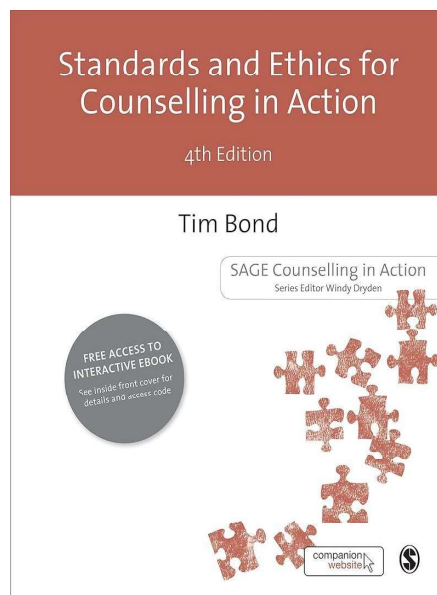
Figur 1: Kvadranten illustrerer de fire etiske responsregistre i arbejdet med sindslidende og er inspireret af Ken Wilber (Wilber, 1995), (Foster & Black, 2007) samt (Holtug, 2009).

37

Refleksionsspørgsmål (3 og 3)

- Hvordan udviser du omsorg for dine klienter?
- Hvordan drager du omsorg for dig selv?
- Hvilke ’skygger’ lurer i baggrunden af dit terapeutiske virke?

Tim Bond



Tim Bond

Udvikler af de britiske retningslinjer for etik i psykoterapi, se nærmere her:

<https://www.bacp.co.uk/events-and-resources/ethics-and-standards/ethical-framework-for-the-counselling-professions/>



Etiske nøglebegreber i psykoterapi

- Etisk (år)vågenhed – *ethical vigilance* (Tim Bond)
- Blinde vinkler – *ethical blind spots* (Linda Finlay)
- Etisk agtpågivenhed – *ethical mindfulness* (Linda Finlay)
- Etisk skyggearbejde – *shadows in ethical care* (Linda Finlay)
- Etik som kropslig eller legemliggjort responsivitet (*embodied ethics*) - (Bernhard Waldenfels)

Etisk refleksion som noget løbende, uafsluttet og processuelt – ikke (blot) regler og normer.

Hvad er etisk korrekt?



Etik som en integreret bestanddel af det terapeutiske arbejde

- "Ethics are not just remote, detached, philosophical principles enshrined in professional codes. Ethics are all about us, intricately worked into the personal and professional values which shape our work and give it meaning. They permeate every moment of our counseling and psychotherapy practice"

(Finlay 2019, 2)

Etik som 'et vævsmateriale', der gennemtrænger det juridisk-legale, det fagprofessionelle kodeks såvel som personlige og kulturelle grundværdier

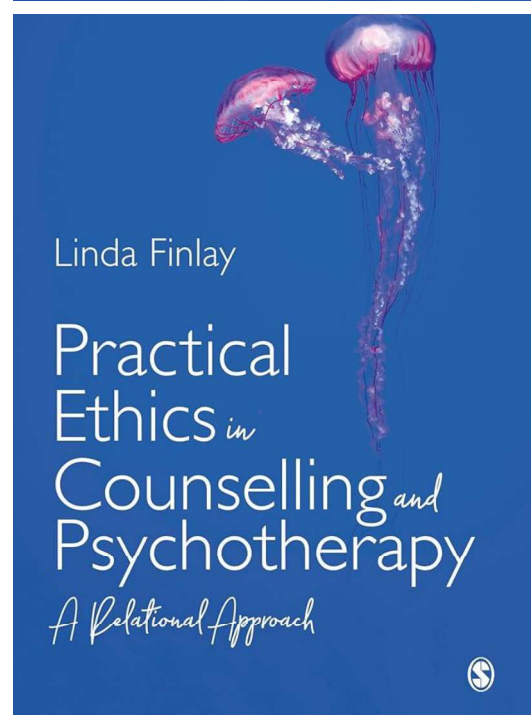
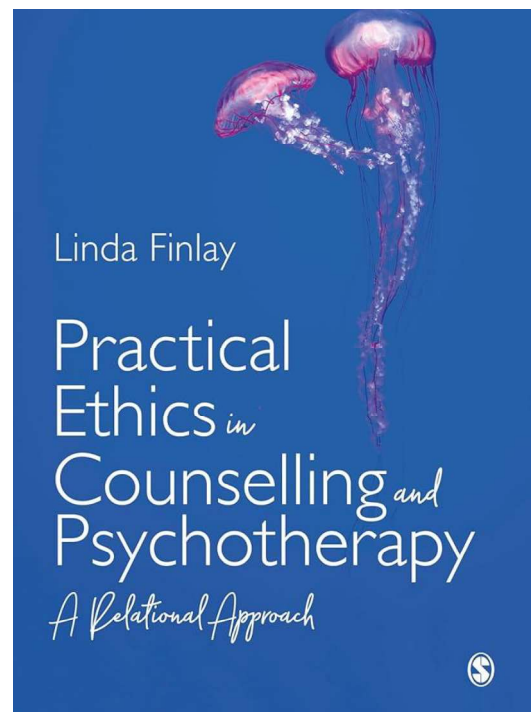
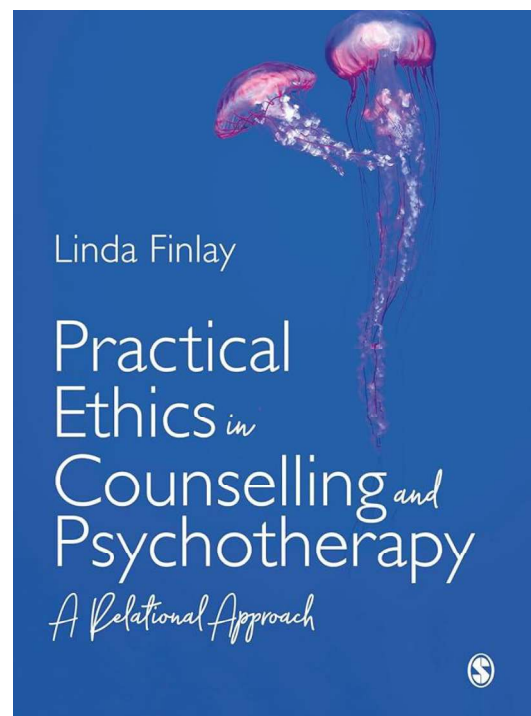
En relationel tilgang til etikken

- Forsøget på at sammentænke en "relationel sensitivitet" med en "etisk ramme" (Finlay 2019, 3)
- Behovet for en kontekstfølsom og situationssensitiv forståelse af etik.
- Etik er en *relationsopmærksom aktivitet, der finder sted i eftertænkning og på kritisk selvbevidste måder* (Finlay 2019, 16)
- Ligesom Winnicott talte om "the good enough mother" er spørgsmålet her:

Hvordan blive en – etisk betragtet – 'god nok' terapeut?

Etiske dilemmaer

- "Etiske dilemmaer handler ofte ikke blot om 'rigtig' og 'forkert', men derimod om at være tvunget til at vælge imellem modstridende værdier og behov" (Finlay 2019, 16)
- Derfor er spørgsmålet: Hvor kritisk-refleksive er vi som terapeuter? helt centralt.
- At være kritisk selvbevidste (*critically self-aware*) er afgørende for at skabe etisk robusthed; denne selvbevidsthed handler også om 'eksponering':
modet til at være sårbar, at tillade usikkerhed, at indrømme fejl, at stå ved vores forvirring og uafklarethed (Finlay 2019, 16)

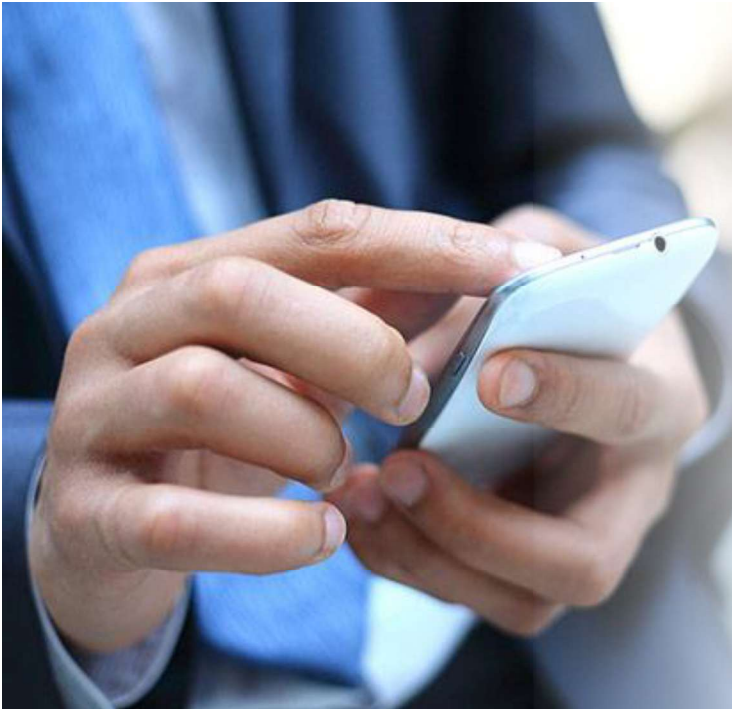
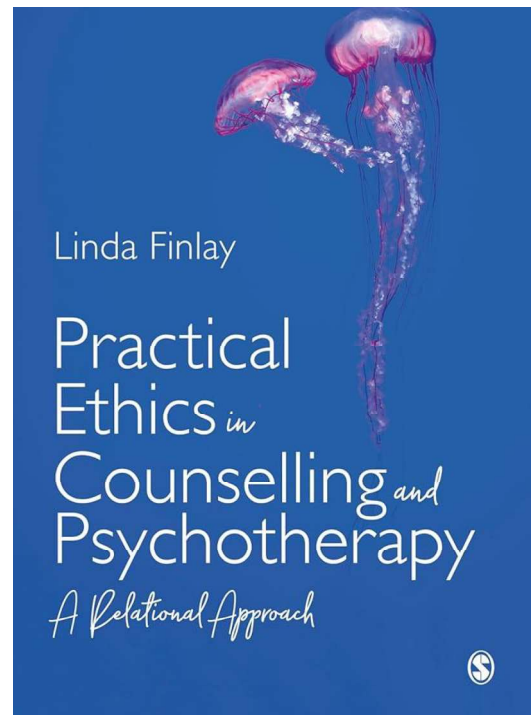


Øvelse

Tag udgangspunkt i et etiske dilemma, du er stødt på som psykoterapeut.

Foretag en åben og kritisk undersøgelse af, hvilke hhv. *personlige* og *fagprofessionelle værdier*, der er involveret i dilemmaet.

Undersøg desuden *tre kerneværdier* som former dit psykoterapeutiske arbejde. Begrund hvorfor du er knyttet til netop disse tre værdier.

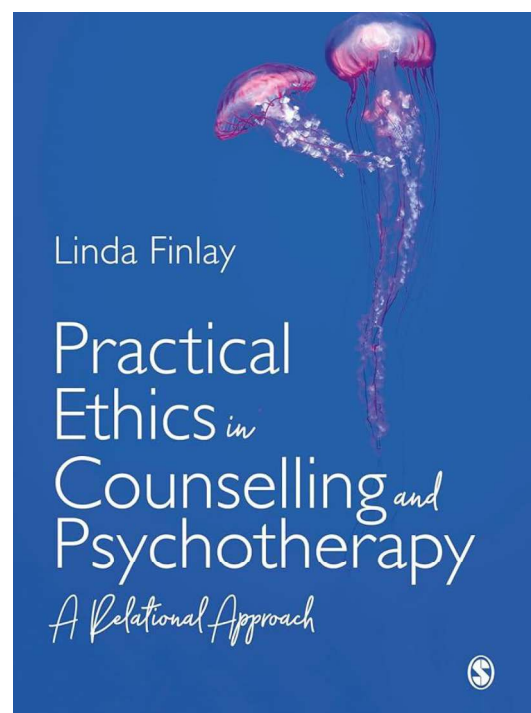


Case 1

- En klient har haft et sammenbrud på sit job og skriver en sms til dig for at anmode om en telefonsamtale.
- Hvad gør du – og hvorfor?

Omsorgsetiske refleksioner

- Terapeutens omsorg tillader klienten at føle sig tryk nok til at slippe forsvar og blive mere sårbar, når de går på opdagelse i deres eget, indre liv
- Man kan sige, at der er tale om en form for næstekærlighed: "en velafgrænset, etisk, medfølende og responsivt afstemt agape-kærlighed" (Finlay 2019, 29)
- *Compassionate attention*: "we are attentive to the other's needs, sensitive to responses, and alert to how much care is beneficial and what clients can usefully take in" (Finlay 2019, 29)



Omsorgens skyggesider?

- **Magtspil:** at være tilbageholdende, kontrollerende, manipulerende, bedrøvelende?
- **Projektivt stof:** at projicere sin egen afhængighed eller følelse af at være overvældet over på klienten? Skyggearbejde og kravet om at 'eje vores skygger' som et led i etisk ansvarlighed.
- **Projektiv identifikation:** en klient der vanemæssigt forventer at blive rettet, kritiseret eller nedgjort – og nu indtager vi pludselig, uafvendende, den rolle?
- **Økonomisk afhængighed/udnyttelse:** at 'fastholde' klienter ud fra egne økonomiske interesser og incitamenter?
- **Seksuelle skygger:** forførelse, udnyttelse, kontrol og afhængighed, ødipale trekantdramaer?
- **Manglende selvomsorg:** At vi ikke beskytter vores klienter (og os selv!) fra vores mørke sider; at vi ikke tager hånd om vores (fysiske, psykiske, følelsesmæssige) egentilstand?
- **Andet?**
- **Pointe?** Vi må løbende lade os monitorere og supervisere og foretage en løbende 'risikovurdering' af vores terapeutiske arbejde

Magt

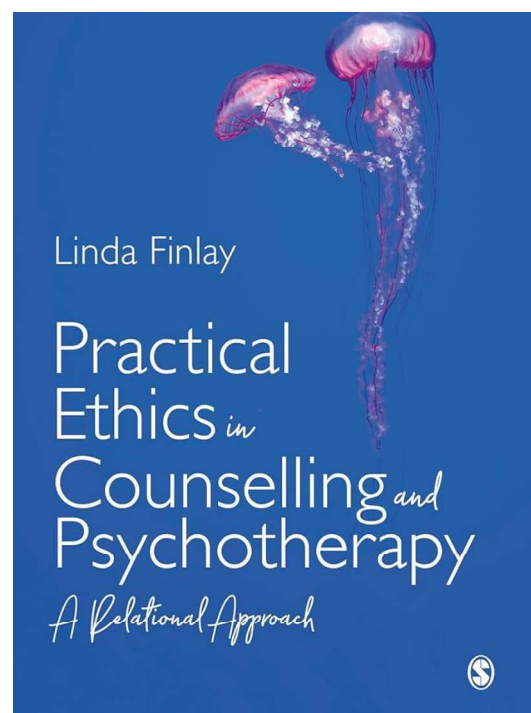
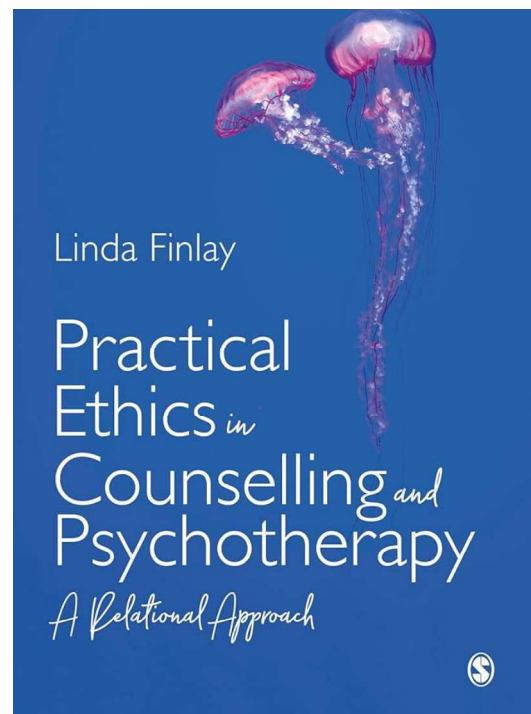
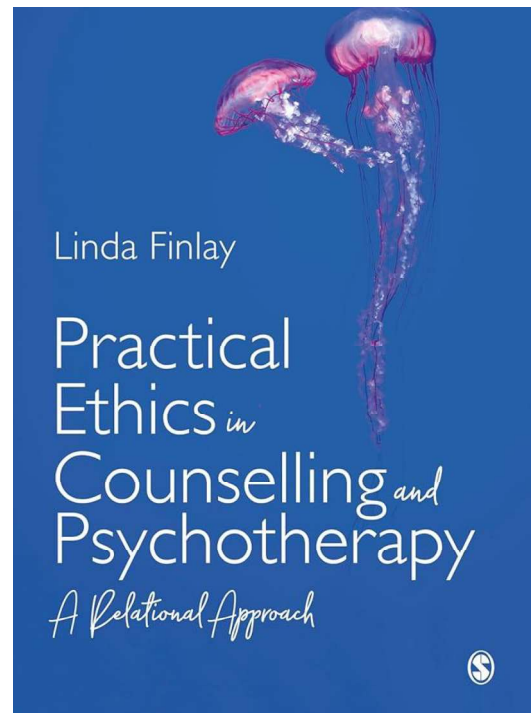
- Man skelner sommetider imellem *power-over* og *power-from-within* (Finlay 2019, 35)
- Det handler ikke om at afgive vores terapeutiske magt til klienten, men derimod om at bevare den, idet vi på samme tid opmuntrer klienten til at findes deres egen (magt, styrke, kraft)
- Empowerment: at støtte klienten i at finde deres egen styrke og magt

Levende og levet etik

- At leve i overensstemmelse med etiske kerneværdier
- 'Walking the talk': integritet, etik som en *være- og levemåde*:

"The activity of psychotherapy is an invitation to sacred ground. A healer for our times is required to care for the environment and community by addressing a range of socioeconomic issues such as globalization as well as the transpersonal spiritual interiority of people's souls" (Levin 2010, 147)

- Hvilke kvaliteter (fænomenologisk), hvilke dyder (filosofisk), hvilke ressourcer (psykologisk) er nødvendige for at være en god terapeut?
- Hvorfor?



Case 2

- Efter en session anmoder din klient om et kram.
- Hvad gør du – og hvorfor?



SPACE (Finlay 2019, 61)

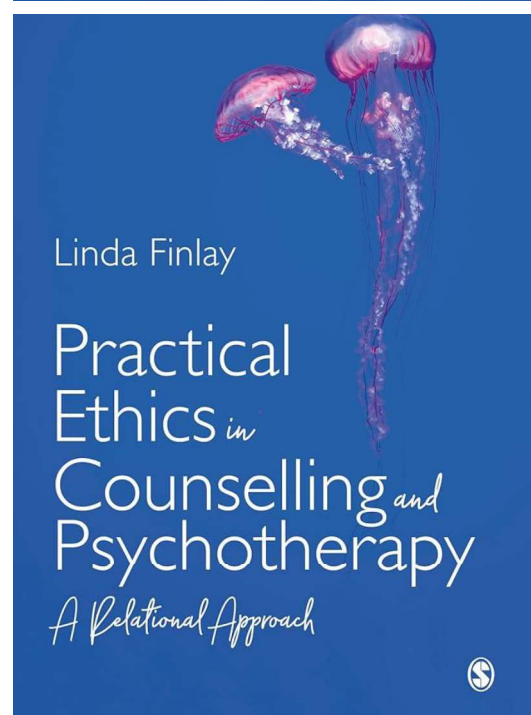
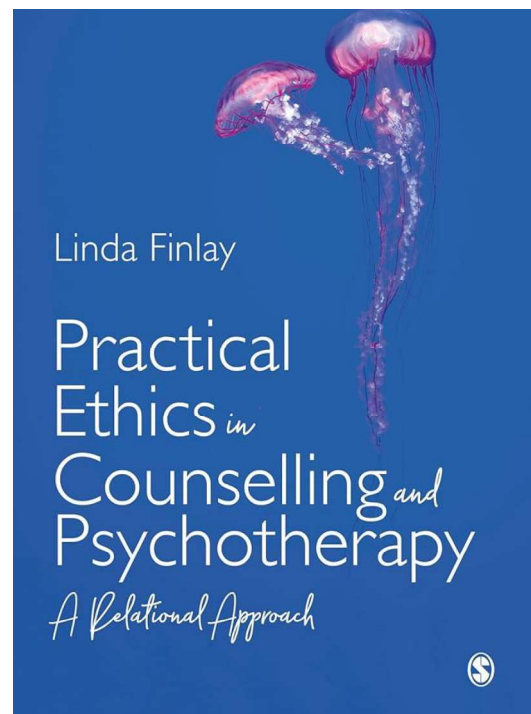
- **Supportiveness:** stilladserende støtte på en sensitiv, medfølelse og omfavnende måde
- **Playfulness:** lethed, varm spontanitet, blidhed og humor
- **Acceptance:** hjælper klienten til at føle sig set, mødt og valideret
- **Curiosity:** en udøgmatiske udforskning og et ægte ønske om at forstå – også det, der opfattes som forkert, skamfuldt eller tabuiseret
- **Empathy:** at være responsivt afstemt og medfølelse

- Tænk også på 'holding-miljøet'

Når terapirummet bliver anti-terapeutisk

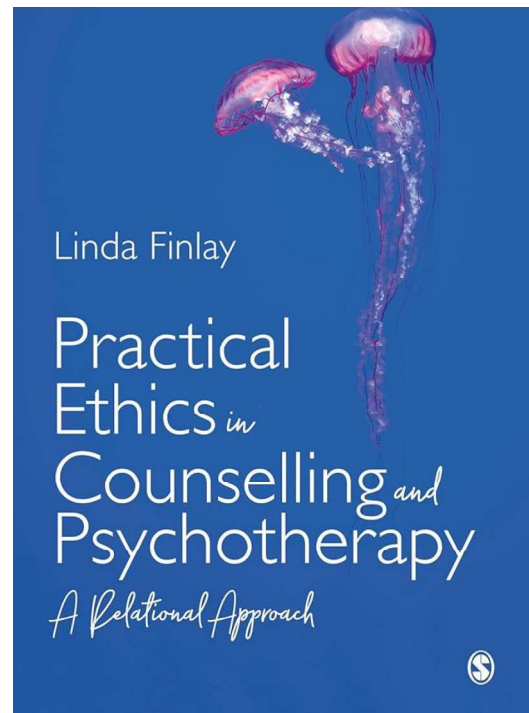
- Usunde dynamikker genudspilles uden terapeuten (og klientens) vidende
- Frygten for at blive kritiseret eller dømt
- Misbrug, mikrovold, chauvinisme, manipulation, kontrol, nedgørelse
- Finlay anbefaler at tænke terapeuten ud fra modellen:

"therapist-as-host" – altså en slags værtskabstanke – der involverer: åbenhed, respekt, omsorg og opmærksomhed (Finlay 2019, 77)



Øvelse

Hvordan sikre et terapirum, der er *terapeutisk* og rummer en passende grad af værtskab?



Etiske grænser

Grænser er meget vigtige, da de giver *containment* – og forsyner terapien med forudsigelighed, tryghed, pålidelighed og en støttende ramme for (sam)arbejdet (Finlay 2019, 80)

Grænser kan inddeles i:

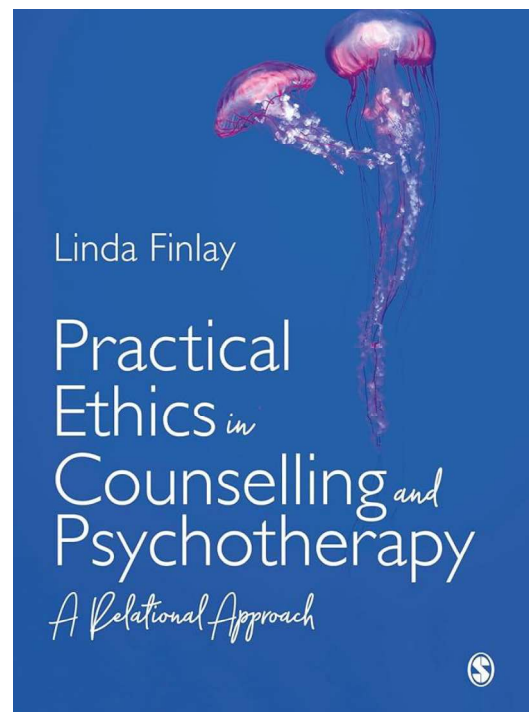
Følelsesmæssige (fx at vise sine egne følelser som terapeut)

Relationelle (fx terapeutiske selv-afsløringer, fysisk berøring)

Lovmæssige (fx tavshedspligt, manglende anonymitet, økonomi)

Professionelle (fx tidsrelaterede, eller kontakt uden for sessioner, økonomi)

Moralske (fx at fantasere seksuelt om klienter)



Case 3

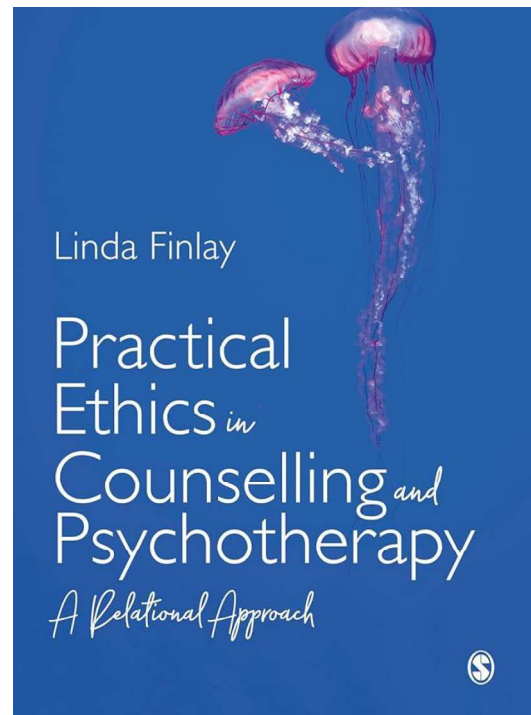
- En ny klient med dyb og kronisk skam afslører, at hun har været seksuelt misbrugt af sin far fra hun var 8-11. Faderen er nu død.
- Hvordan håndterer du det? Hvorfor?



Containment: kunsten at holde

Kan både forstås i relation til det fysiske terapirum (et imødekommende, trygt rum), men også psykologisk (Finlay 2019, 98ff):

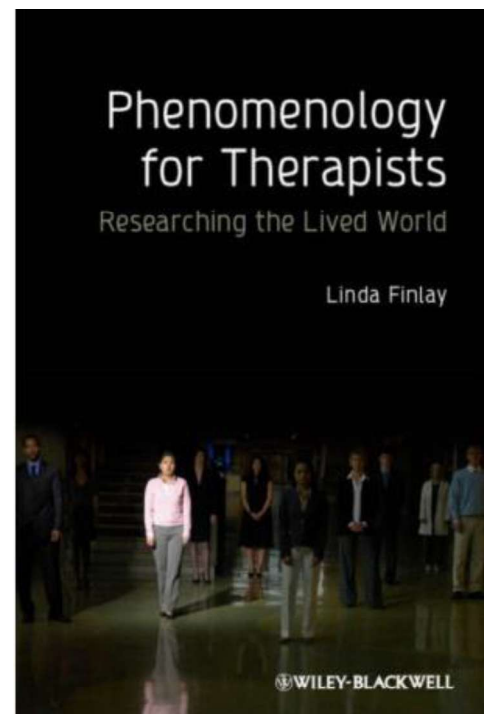
- at holde fraspaltede jeg-dele for klienten
- at holde sig selv som terapeut (både holde sig til sagen, holde sig tilbage, være konsolideret)
- ikke at handle sine negative sider ud, men at lære 'affekttolerance'
- analytisk holding: tilbyde en forståelsesramme



Fænomenologisk tilgang til etikken?

Hvordan viser etik sig i terapirummet; på hvilken måde træder det etiske frem?

- Som grænse?
- Som opmærksomhed?
- Som sprog?
- Som empati?
- Som ansvar?
- Som omsorg?
- Som åbenhed?



Hegeliansk optakt: Kan man spise frugt?





"THE ROAD TO HELL IS PAVED
WITH GOOD INTENTIONS."

Etik

Udgangspunkt for psykoterapeutisk praksis er, at vi ønsker at gavne, gøre godt, hjælpe og bidrage til klientens liv... men...

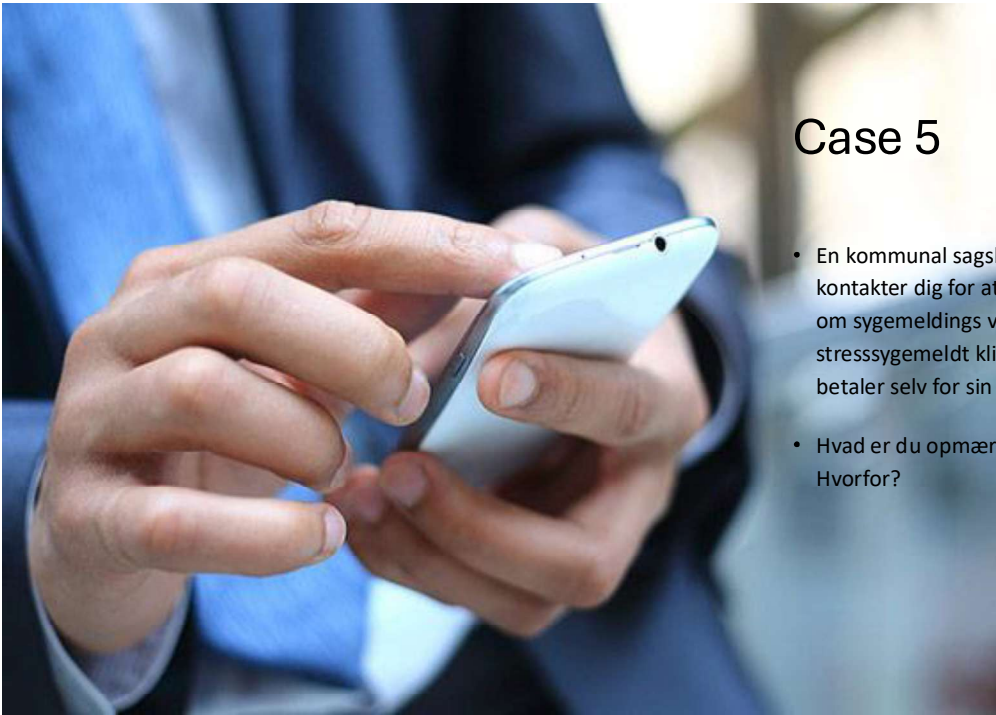
Etik handler (også) om de utilsigtede og uintenderede skadevirkninger, der kan være knyttet til denne ellers velmenende hensigt

Vi kigger på indlægssedlen og spørger: Hvad er de mulige etiske 'bivirkninger' ved at arbejde som psykoterapeut?



Etiske nøglepointer

- *For det første* **forsvinder etiske problemstillinger ikke, blot fordi vi undlader at tale om dem.** Selvom det umiddelbart kan virke **kompliceret** at navigere i forhold til etiske værdier, er lukkede øjne næppe en farbar vej.
- *For det andet* kan en **større bevidsthed om etik i det terapeutiske arbejde gøre det nemmere i fællesskab at tydeliggøre og håndtere de etiske valg**, som er indlejret i arbejdet med klienter.
- *Endelig* vil det **bidrage til kvaliteten af psykoterapeutiske interventioner** hvis etiske overvejelser indgår som et centralt led heri



Case 5

- En kommunal sagsbehandler kontakter dig for at få oplysninger om sygemeldings varighed for en stresssygemeldt klient. Klienten betaler selv for sin terapi.
- Hvad er du opmærksom på? Hvorfor?

Skyggen i det terapeutiske arbejde

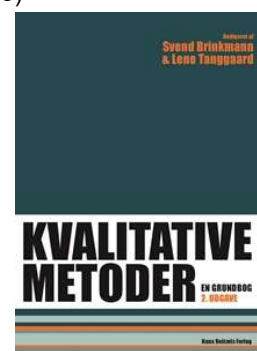
*"Matthæus 7,4 indeholder psykoanalysen i en nøddeskal.
Det, der forstyrrer mig ved andre, det er mig"*
(Sloterdijk 1983, 95)

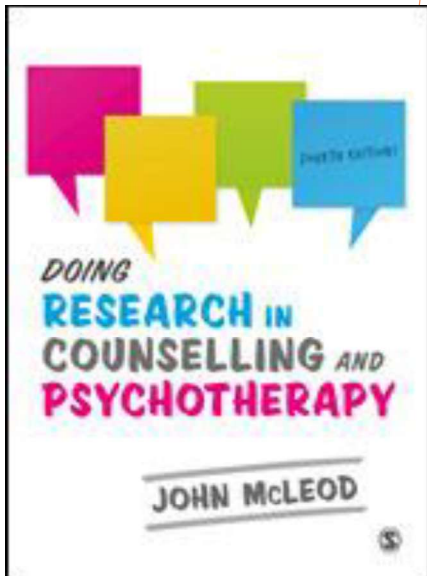
- Hvilke typer af klienter genererer eller irriterer dig særligt (de ængstelige, de usikre, de arrogante, de sårbare, de...?)
- Hvad er det ved dem og deres væremåde, der særligt bringer dit pis i kog?
- Hvad siger det mon om *dig*, at du har det sådan med *dem*?



Etik

- Etik er også et væsentligt kvalitetskriterium i det videnskabelige arbejde
- Steiner Kvale peger på, at etisk refleksion bør tænkes "kontekstuel" i stedet for at der "kalkuleres ud fra abstrakte og universelle principper" (Kvale & Brinkmann 2009, 86)
- Brinkmann påpeger, at de etiske implikationer af kvalitativ forskning typisk handler om det komplekse forhold mellem etiske problemer i forskningen og de (positive) potentialer, denne forskning samtidig kan indebære (Brinkmann 2009, 429)
- Almindelige etiske kvalitetskriterier i kvalitativ forskning er:
 - *Informeret samtykke (umyndige og inhabile personer?)*
 - *Ingen økonomisk pression*
 - *Fortrolighed, anonymitet*
 - *Mulige konsekvenser/skadevirkninger*
 - *Forskerens rolle & interesser*
 - *Videnskabelig uredelighed (forfalskning, forvriddning, plagiat)*





Etisk modenhed?

Etik handler ikke blot om ”kognitiv og teoretisk viden” – men også om: etisk modenhed (‘ethical maturity’), baseret på personlig erfaring og kapaciteten til at reflektere over ens egen praksis” (McLeod 2022, 50)



Case 5

- En klient, som du har haft et længere, frugtbart forløb med, ophører pludselig med at komme.
- Hvad gør du – og hvorfor?

Lidelsens problem?

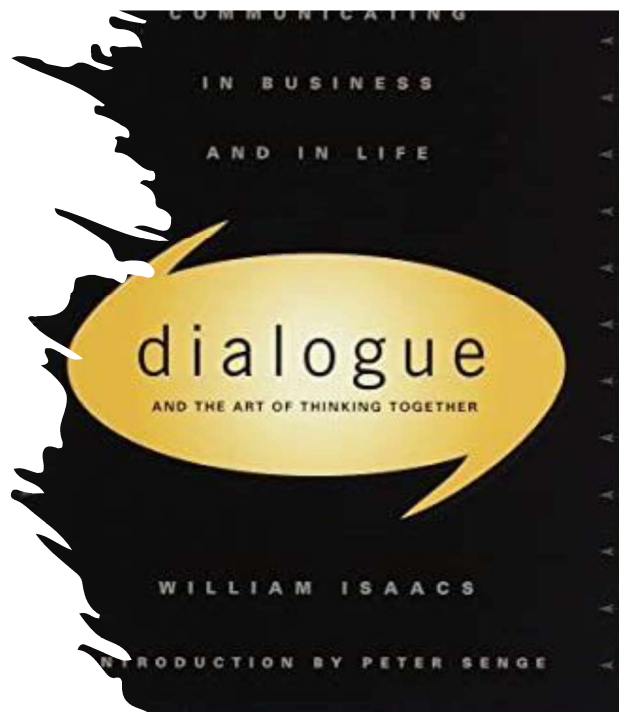
- ”Det gaaer med Existentsen som det gik mig med min Læge. Jeg klagede over Ildebefindende; han svarede: De drikker vist for megen Kaffe og gaaer for lidt. Tre Uger efter taler jeg med ham igjen og siger: jeg befinder mig virkelig ikke vel, men nu kan det ikke være af Kaffe-Drikken, thi jeg smager ikke Kaffe, eller af Mangel paa Motion, thi jeg gaaer hele Dagen; han svarer: ja saa maa Grunden være, at De ikke drikker Kaffe og at de gaaer for meget. Saadan var det; altsaa Ildebefindendet var og blev det samme, men naar jeg drikker Kaffe, kommer det af at jeg drikker Kaffe, og naar jeg ikke drikker Kaffe, kommer det af at jeg ikke drikker Kaffe. Og saaledes med os Mennesker”

(Søren Kierkegaard, *Samlede Skrifter*, bd. 7, 409).



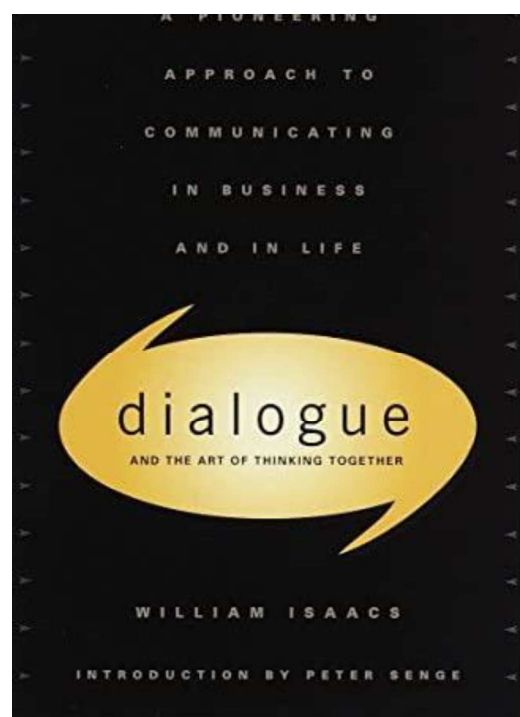
Dialog

William Isaacs



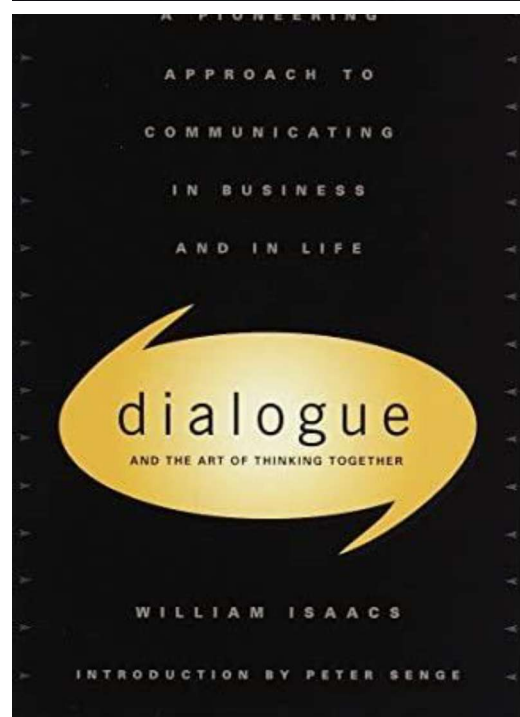
Bogens opbygning (36-37)

- Første del: **Hvad er dialog?** Hvorfor fungerer den (ofte) ikke – og hvad kan vi gøre ved det?
- Anden del: **At opbygge nye handlings – eller dialogkapaciteter.** Her introduceres de fire nye adfærdsformer, som er nødvendige for at opbygge dialog både individuelt og kollektivt: **at lytte, at respektere, at suspendere og at give stemme til.**
- Tredje del: **Forudsigende intuition.** Hvordan anticipere, hvordan mennesker håndterer magt, og hvordan spore selvundergravende og – destruktive adfærdsmønstre?
- Fjerde del: **Det usynliges arkitektur** – dialogens setting eller klima. Dialogens usynlige atmosfære.
- Femte del: **Udvidelse af cirklen.** Hvordan kan man udvide disse indsigter til organisationer og samfundet mere generelt. Isaacs nævner her udtrykket 'a new language of wholeness' (37) – altså et helhedsorienteret og inkluderende sprog



De tre sprog

- Der er ifølge Isaacs tre grundstemmer i dialogen eller mere præcist: *tre forskellige sprog* nemlig mening (*meaning*), følelse (*feelings*) og magt (*power*) (13)
- Dialog handler ikke primært om at samtale, men om at handle (*taking action*)
- Dialog inkluderer, når den er bedst, alle tre sprog



Williams fire nøgleprincipper

At opbygge dialogkapaciteter er et spørgsmål om træning og øvelse ('practicing'). Dialogens grundlæggende byggesten ('key building blocks') er (s. 79ff):

- At lytte (*listening*)
- At respektere (*respecting*)
- At suspendere (*suspension*)
- At give stemme til (*voicing*)

At lytte

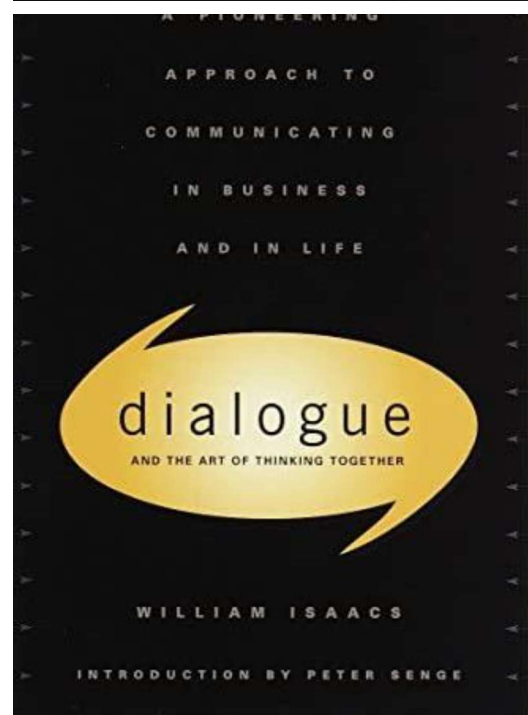
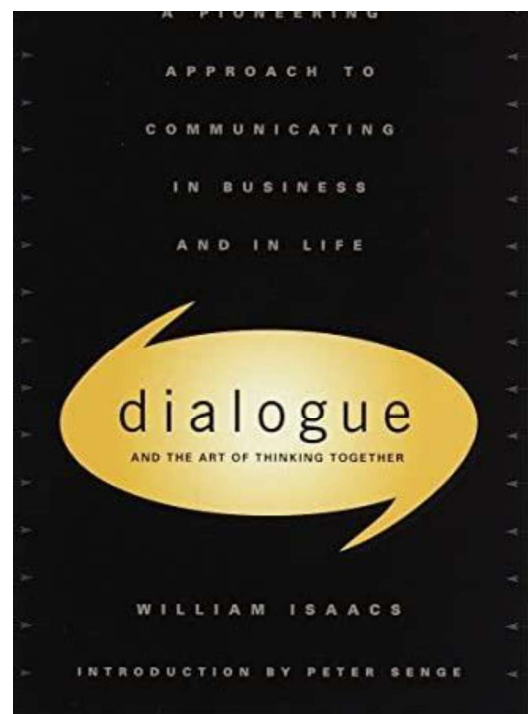
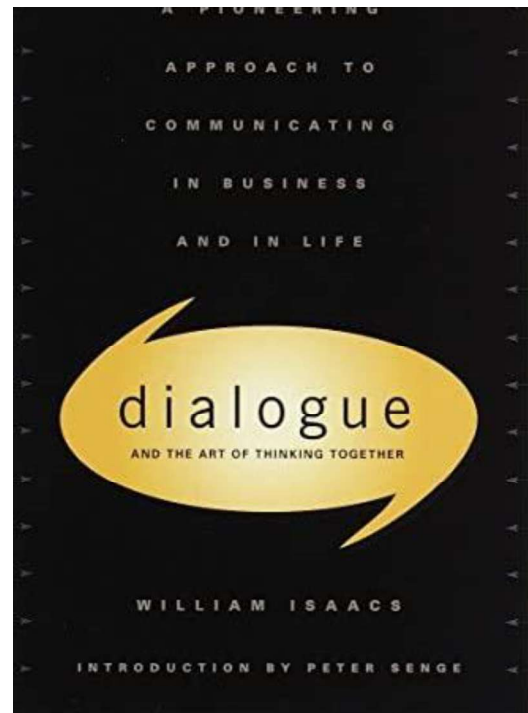
Rummer fem underpraksisser:

- 1) **At lægge mærke til tanker;** at bide mærke i, hvordan vi har et 'netværk af allerede kategoriserede tanker og meninger' – at begynde at lytte til vores egne tanker er det første skridt
- 2) **At holde sig til kendsgerninger.** At lytte til hvad der *faktisk* siges og ikke til, hvad vi *tror* ('mind reading'): vores for-domme er lynhurtige og automatiske; vi leder (ubevidst) efter bekræftelser (*confirmation bias*) og ikke efter modbeviser
- 3) **Lytte til emotionelle reaktioner;** lytte til det og skabe bevidsthed om det, der forstyrrer os. Herunder: "hvordan gør jeg mod andre det, jeg mener, *de* ikke burde gøre"
- 4) **Lytte uden modstand.** Bemærk og anerkend min egen modstand og mine egne reaktioner (uden at handle på dem, uden at handle dem ud)– og fortsæt så med at lyt.
- 5) **Stå stille.** Kultiver indre stilhed – og gå 'hinsides' den velkendte indre støj og larm, der forhindrer os i at lytte.

At respektere

Rummer fire underpraksisser:

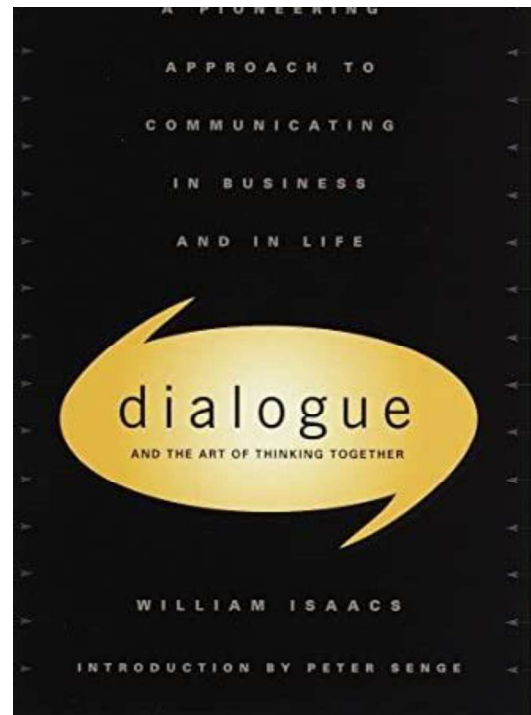
- 1) **Stå ved naglet,** dvs. fokuser på det centrale, det essentielle. Det er første skridt i at bevæge os væk fra fortidens og fremtidens støj ('the turmoil of past and future')
- 2) **Centrering.** Vær rodfæstet i dig selv, men fleksibel – lidt ligesom i østens kampsport. Tai-chi. Det forhindrer os i at blive blæst omkuld af dem, der er uenige med os, men gør os samtidig ikke-lukkede over for deres uenighed og modsigelser.
- 3) **Lyt som om det hele var inde i mig.** Alt, hvad vi kan forstå og opfatte i andre, er også en del af mig selv. Det er lettere at anerkende den anden, hvis vi forstår, at det, der irriterer eller generer os, *også* findes i os selv.
- 4) **Gør det eksotisk.** Sommetider griber vi til forhastede konklusioner, idet vi tildeler det, vi står over for, præfabrikerede kategorier. Modvægten hertil er at gøre 'det velkendte eksotisk og fremmedartet' – vi tvinger os til at opleve det velkendte på en ny og frisk måde. Jf. *Entfremdungstechnik*



At suspendere

Rummer fem underpraksisser:

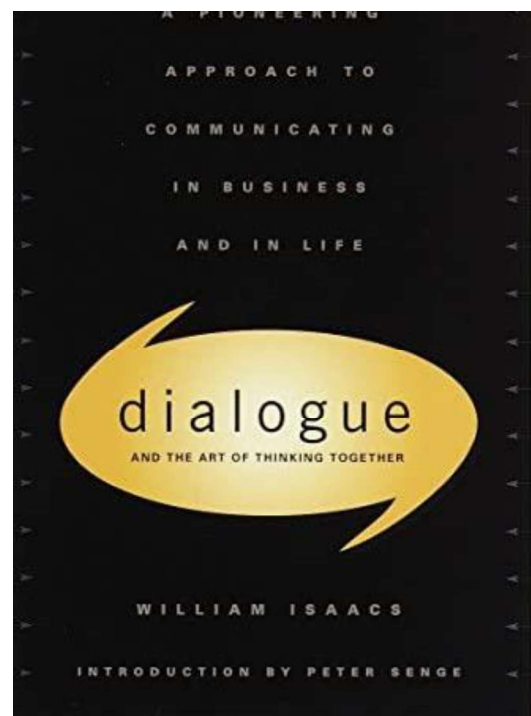
- 1) **Suspend vished.** At se på vores tanker som objekter, ikke som pålidelige kort over verden og stille spørgsmålstegn ved vores vished. At sætte parentes omkring det, vi tror, vi ved.
- 2) **Søg det, der forbinder polariteter.** Positioner er altid partielle og dialog handler om helheden. Ved at lede efter det, der forbinder modsætningerne, er der skabt mere rum for helhed. Suspension af polære modsætninger – og opmærksomhed på det, der er imellem.
- 3) **Udfør rammeeksperimenter.** Re-framing – betyder at 'udskifte' fortolkningsramme. Kunne det modsatte også være tilfældet?
- 4) **Eksternaliser tanker.** Herved kan man se på tankerne i fællesskab og 'udefrå' (frem for bare at være identificeret med dem).
- 5) **Spørg: Hvad mangler jeg?** Hvad er det, der systematisk lades ude af betragtning? Hvordan bliver dette problem overhovedet til? Hvordan skabes eller produceres dette problem? En reflektiv praksis der undersøger de begrænsninger, som vores tanker, meninger og ideer afstedkommer.



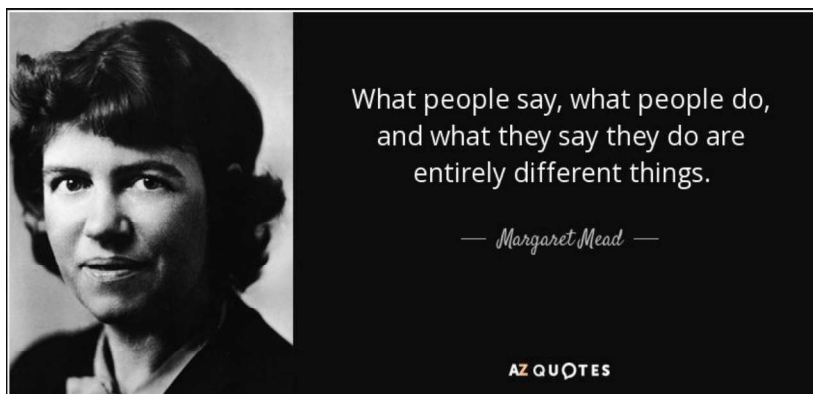
At give stemme til

Rummer fem underpraksisser:

- 1) **Spil din egen musik.** Spørg dig selv – hvis ikke jeg siger det, hvem skulle så? At finde sin 'egen stemme' kræver mod.
- 2) **Overvinde selv-censur.** Fx ved at spørge, hvad faren er ved *ikke* at sige sit synspunkt højt; og hvad jeg risikerer ved at gøre det?
- 3) **At springe ind i tomrummet.** I stedet for at 'tale fra hukommelsen' og benytte indstuderede skabeloner, så er det muligt at springe ind i det ukendte
- 4) **Spørg: Hvad ønsker jeg at blive kendt eller husket for?** Vi undertrykker ikke blot vores egne 'mørke' sider, men også vores gyldne sider. Spørgsmålet her minder os om, hvad der virkelig betyder noget for os; vores kerneværdier.



Hvad, vi siger, og hvad, vi gør....





DPFOs etikregler (§1 – almene bestemmelser)

1.2 Psykoterapeuten skal arbejde for at fremme klientens personlige og psykiske udvikling og sundhed. Hensynet til og respekten for klienten går forud for psykoterapeutens personlige interesser

Hvad indebærer det?

1.6 Psykoterapeuten er opmærksom på at færdes med agtsomhed i forhold til at være repræsentant for sit fag, også uden for den direkte klient / terapeutrelation.

Hvad betyder det?



DPFOs etikregler (§2 – forhold til klienten)

2.1 Psykoterapeuten må ikke udnytte sin stilling som terapeut og det terapeutiske tillidsforhold til skade for klienten eller udnytte klientens ressourcer til egne formål eller interesser.

- Hvad indebærer det?

2.1.2 Personlig og forretningsmæssig tilknytning til en klient, ud over den primære faglige relation, skal undgås.

- Hvordan kan det kompromitteres?



DPFOs etikregler (§5 – formidling)

5.1 Psykoterapeuten er bevidst om det individuelle og samfundsmæssige etiske ansvar, der er forbundet med formidling af psykoterapi. Ansvaret omhandler alle former for formidling, annoncering, artikler, udtalelser til pressen, online medier, sociale medier etc.

- Dvs.?



DPFOs etikregler (§7 – faglig standard)

7.1. Som medlem af Dansk Psykoterapeutforening har psykoterapeuten et ansvar over for sig selv, faget, klienter, offentligheden og kollegaer for at holde sig fagligt ajour. Det gælder både almenfagligt og inden for psykoterapeutens metodeområde/speciale, gennem eksempelvis egenterapi, supervision, deltagelse i faglige kurser og uddannelse

7.4 Som medlem af Dansk Psykoterapeutforening forpligter den praktiserende psykoterapeut sig til at modtage regelmæssig supervision af sit virke som terapeut.

Sidste punkt er meget centralt! – andres øjne på vores praksis er uvurderligt.

De fire etiske principper (Dansk Psykolog Forening)

Respekt:

”Psykologen viser respekt for menneskets grundlæggende rettigheder, værdighed og integritet og tilstræber at undgå, at psykologens faglige viden anvendes på en måde, som krænker, udnytter eller undertrykker mennesker. Psykologen respekterer klienternes og andre berørte parterers viden, opfattelse, erfaring og ekspertise”

Hvad er respekt? Hvordan føles, sanses og mærkes respekt?

De fire etiske principper (Dansk Psykolog Forening)

Kompetence:

”Psykologen bestræber sig på at udvikle og opretholde højt fagligt kvalifikationsniveau i sit arbejde. Psykologen tilstræber bevidsthed om sine faglige og menneskelige stærke og svage sider, således at psykologen realistisk kan vurdere, med hvilken kompetence psykologen kan påtage sig opgaver. Psykologen tager sine egne personlige forhold i betragtning, og hvordan disse vil kunne påvirke psykologens personlige kompetence. Psykologen påtager sig kun de opgaver, tilbyder kun de ydelser og bruger kun de metoder, psykologen er kvalificeret til i kraft af uddannelse, træning og erfaring”

Hvad er kompetence? Hvordan føles, sanses og mærkes kompetence?

De fire etiske principper (Dansk Psykolog Forening)

Ansvar:

Psykologen er opmærksom på det professionelle og videnskabelige ansvar, psykologen har for sine klienter og den organisation og det samfund, som psykologen lever og arbejder i. Psykologen undgår at forvolde skade og er ansvarlig for sine egne handlinger. Psykologen bestræber sig altid på at sikre, at psykologens ydelser ikke misbruges.

Forskelle i viden og magt vil altid påvirke psykologens professionelle relationer til kolleger og klienter. Jo større disse forskelle er, jo større er psykologens ansvar.

Hvad er ansvar? Hvordan føles, sanses og mærkes ansvarsfuldhed?

De fire etiske principper (Dansk Psykolog Forening)

Integritet:

Psykologen stræber efter faglig integritet i forskning, undervisning og anvendt psykologi. Dette indebærer, at psykologen optræder ærligt, upartisk og respektfuldt over for relevante involverede parter. Psykologen gør sin rolle så klar og tydelig som muligt i alle arbejdssammenhænge.

Hvad er integritet? Hvordan føles, sanses og mærkes integritet?

Terapeutiske kerneværdier? (UHR)

- Objektivitet, klarhed, tilladende åbenhed
- Nærvær, kultivering af tilstedeværelse (at være der uagtet, hvad der sker)
- Viden og faglig robusthed
- Færdigheder og teknikker (spørge-, spejlings- og lytteteknikker)
- Vedholdenhed (stabilitet, resiliens, robusthed, groundedness)
- Orientering hen imod sandhed, sandfærdighed og autenticitet
- Pro-life-orientering
- Nysgerrighed, åbenhed, tilladende indstilling
- Sansende, følende perciperende
- At være ægte, oprigtig, autentisk (relateret til ægte sårbarhed)
- At eje og arbejde med sit eget stof, sine egne problemstillinger og agendaer (kæphes skygger og udfordringer)
- Seksualitet – bevidsthed om, hvad der foregår 'under bæltet' og 'syd for navlen'
- Ikke at have brug for klienten; ikke at holde fast i klienten
- At undgå manipulation, kontrol og magtudøvelse
- Spejlende og medfølelse kapaciteter
- Integritet (at gøre, hvad man siger, og sige, hvad man gør)
- ...?



Verden ændrede sig, men vi blev stående...

