



En dialektisk relasjonsforståelse i psykoterapi med individ, par og familie

Forfatter: Anne-Lise Løvlie Schibbye

Universitetsforlaget, 2002. 400 sider

ISBN 8251838738

Anmelder: **Anne-Lise Teslo**  
Psykiatrisk sykepleier og  
gestaltterapeut

**Psykolog** Anne-Lise Løvlie Schibbye med Ph.D. fra USA var førsteamanuensis ved Psykologisk institutt, UiO, i 30 år. Der kombinerte hun forskning og undervisning med klinisk praksis. Undertegnede har lest hennes bøker og hørt henne forelese ved flere anledninger. Det var derfor med stor spenning jeg åpnet denne boken som binder sammen hennes teoretiske og praktiske kunnskap fra en profesjonell karriere. Samtidig viser den en forfatter som fortsatt er åpen for nye ideer og refleksjoner. Boken er lest med «brillene» til en psykiatrisk sykepleier og gestaltterapeut med lang veiledningserfaring. Selv om den først og fremst henvender seg til blivende eller praktiserende psykoterapeuter, kan den med fordel leses av alle som arbeider med menneskelige relasjoner.

**Løvlie Schibbye** åpner med å argumentere for hvor nødvendig det er å ha en teoretisk tilnærming for å forstå relasjoner bedre. Hun anser terapeutens holdning som svært viktig i psykoterapien. Holdningen dannes ikke bare av terapeutens teoretiske forankring, men også av det bakenforliggende menneskesyn. Forfatterens filosofiske orientering er forankret både i eksistensialismen og dialektikken i forening med en relasjonsforståelse ut fra et utviklingspsykologisk perspektiv.

**Boken er tredelt**, og i første del betoner forfatteren hvor viktig psykoterapeutens metasyn er. Metateorier er essensielle for å kunne vurdere sannhetsgehalten i teorier. Hun hevder at de kan betraktes som utviklings-tårn med lyskastere på teorien. En viktig tanke i eksistensialismen er at eksistensen er en forutsetning for selvrefleksjon. Hos en deltakende terapeut innebærer det han både er hos seg selv og hos klienten, at han kjenner seg egne følelser og tanker samtidig som han er aktivt lyttende. En slik deltakelse forutsetter at terapeuten har et reflektert forhold til seg selv.

**Ifølge forfatteren** ligger det en fordring i den eksistensielle frihet, i den muligheten vi har til å skape oss selv. Eller for å si det med eksistensialistene: til å virkeliggjøre vår eksistens. I angsten for frihet ligger også muligheten for frigjøring. I dialektikken ligger også et dilemma. For å oppnå absolutt selvstendighet, er vi avhengig av den andres anerkjennelse av denne selvstendigheten. Forfatterens postulat er at det ikke finnes en absolutt selvstendighet. Vår bevissthet blir til i - eller via - den andres bevissthet.

**Bokens andre del** tar for seg psykologisk teori. I kapittel to støtter hun seg til spedbarnsforskningen til Stern og Fonagy, og i kapittel tre knytter hun denne forskningen til sine egne tanker om relasjoner. Et hovedprinsipp er at begrepet «det re-

lasjonelle selvet» skal forstås som prosesser i to retninger - innover i selvet og utover i relasjonen. De indre og de ytre dialogene står i et dialektisk forhold til hverandre; de henger sammen og skaper hverandres forutsetninger. Hun problematiserer sin anvendelse av spedbarnsforskning i voksne relasjoner. Forskjellen er at i terapi med voksne skal terapeuten forstå voksne menneskers «barnlige» behov, anerkjenne dem og undre seg sammen med klienten, men ikke møte dem som en mor/voksen ville møtt et barns behov. Kapittel fire diskuterer hvordan ulike relasjonelle forstyrrelser kan oppstå, og i kapittel fem tar hun for seg parterapi og diskuterer den dialektiske forståelsen av partnervalg og partnersamspill.

**Bokens tredje del** består av seks kapitler om psykoterapi. Forfatteren framhever at det å være terapeut skal stikke så dypt at det er vanskelig å legge den teoretiske, etiske og personlige refleksjonen igjen på kontoet. Alle disse kapitlene kan leses som refleksjoner for veiledere.

**Denne boken** har en enorm bredde og dybde. Det er ikke en bok man leser i en fei, men en til å fordype seg i. Som veileder og terapeut er undertegnede særlig fascinert av bokens «ekthet». Opplevelsen av at anerkjennelse ikke kommer av noe man gjør, men av noe man er, kommer tydelig fram gjennom alle eksemplene. For alle som arbeider med mennesker er

det nyttig å lese om hvilken vekt forfatteren legger på de dialoger vi mennesker fører, både med oss selv og med hverandre. Hun greier på en imponerende måte å få fram hensy-

net både til enkeltmennesket og dets samspill med andre, uten at dybden i terapien forsvinner.

**Boken kan anbefales** som lærebok

ved ulike høyskole- og universitetsutdanninger, men også - og ikke minst - som fordypning og til debatt for terapeuter med ulik terapeutisk forankring.