



META ETIK

i psykoterapi

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

Indledning.	Side 1
Det specielle ved den psykoterapeutiske relation.	Side 3
Terapeuten.	Side 3
Klienten.	Side 3
Den terapeutiske session.	Side 3
Erkendelse gennem den fænomenologiske metode.	Side 4
Moralsk adfærd.	Side 6
Værdibegrebet som fænomen.	Side 7
Værdierfaringer.	Side 8
Det moralske udsagns sandhedsværdi.	Side 10
Ting som moralsk værdi.	Side 12
Situationer af moralsk værdi.	Side 13
Mentale tilstande som moralsk værdi.	Side 14
Delkonklusion.	Side 15
Værdioptimering i fremmedsfæren	Side 15
Valget og ansvaret.	Side 16
Konklusion.	Side 18
Den etiske absolutisme.	Side 18
Epilog.	Side 19
Litteratur.	Side 20

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

Indledning.

Hvad vil det sige at have en god eller en dårlig moral? De fleste vil nok forbinde en person med en dårlig moral, som en person man skal undgå, medens en person med en god moral, er en person man kan være stolt af at kende og som man gerne vil omgås. Det er de 'andre' der stempler en person som havende en god eller dårlig moral. Stempellet udløses af en holdning eller handling, der enten misbilliges eller bifaldes. En god moralsk holdning eller handling skal ses i relation til f.eks. et andet menneske. Er det tale om en konkret handling eller attitude indebærer det undertiden en vis opofrelse fra den ydende person. Personens egeninteresse viger i givet fald for den andens egeninteresse.

En psykoterapeut, der har fået stemplet "har en dårlig moral", får ikke mange klienter. Ham¹ skal man passe på – og undgå. En terapeut med stemplet "har en god moral", er ikke nødvendigvis en terapeut, man skal opsøge. En god moral er en nødvendig, men ikke tilstrækkelig betingelse for at være en god terapeut. Dansk Psykoterapeut Forenings etikregler angiver, hvad der er god og dårlig moral i det terapeutiske møde med klienten. Etikken handler om teorierne bag de moralske begreber. Den normative etik undersøger, hvilken moral der er den rette, og *metaetikken handler om, moralens natur. Findes der objektive moralske egenskaber, og hvordan kan man i givet fald erkende dem og udtrykke moralske domme påstande om, hvordan den objektive moralske virkelighed er indrettet?*² I opgaven vil jeg sætte fokus på metaetikken i psykoterapien. Hvad er de moralske fænomener i psykoterapien, og er de forskellige fra den almindelige metaetik? Hvordan erkender terapeuten, om et moralsk udsagn er sandt eller falsk, og på hvilket værdigrundlag afgør terapeuten om en bestemt genstand, en bestemt handlemåde eller sindstilstand er af positiv værdi for klienten og derfor skal inddrages i terapien?

Definition af psykoterapi: "Psykoterapi beskriver enhver målrettet ("intentionel") anvendelse af psykologiske teknikker hos en kliniker(terapeut), der har til formål at forårsage en ønsket personligheds- eller adfærdsmæssig forandring."³ Denne definition har fokus på "ønskede personligheds- og adfærdsmæssige forandringer".

¹ Af nemheds grunde omtales terapeuten i hankøn og klienten i hunkøn, når titel ikke nævnes.

² Kappel, Klemen. Definition i Filosofisk leksikon(2008) Gyldendal. København. Side 314

³ Hougaard Esben. "Psykoterapi. Teori og forskning." Side 21. pt.3 (Korchin, 1976.)

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

Nytteværdien for klienten er det afgørende. Med ”nytteværdi” forstår jeg først og fremmest, hvad klienten selv stræber efter at ændre, fordi hun indser eller ønsker at drage nytte af en ændret adfærd. Klienten motiveres til at tage ansvar og vælge forandringerne. Der kan forekomme situationer, hvor klienten ikke umiddelbart indser ”nytteværdien” af en ændret adfærd. Terapeuten skal ikke tage ansvar for klientens proces og eventuelle valg.

Selv om det er indlysende for terapeuten, at en ændret adfærd er til nytte for klienten, vil terapeuten blot lade spørgsmålet ligge til klienten er klar til senere at se på den belyste adfærd. Det gamle Zen udtryk: ”Læreren kommer når eleven er klar”, gælder også i terapien. Såfremt der er tale om situationer, hvor pågældende klient eller omgivelserne kommer i store vanskeligheder, hvis klienten fortsætter som hidtil, indebærer det en forpligtelse for terapeuten til at reagere, og alt afhængig af handlingers konsekvenser, må terapeuten involvere enten politi eller de lægelige myndigheder. Her er ingen terapi mulig.

Det specielle ved den psykoterapeutiske relation.

Det er en professionel relation, hvor klienten, i et aftalt personligt møde med terapeuten, betaler for terapeuten tid og arbejdsindsats. Formålet er, at klienten får opmærksomhed på, og evt. støtte til, at ændre uhensigtsmæssige personligheds- og/eller adfærdsmønstre, således at hun kan leve et liv i overensstemmelse med evner, muligheder og egne valg.

Terapeuten forventes at besidde teoretisk viden om psykologi og om den terapeutiske retning der udøves. Således f.eks. vedrørende gestaltterapi, hvor viden om eksistentialismen, gestaltpsykologien, udviklingspsykologien og fænomenologien er nødvendige forudsætninger.⁴ Terapeuten har gennem sin uddannelse, sin erfaring som terapeut og sit arbejdet med egen personlighedsstruktur og værdioptimering, nået et forsvarligt niveau som terapeut. Egne neurotiske mønstre⁵ er synliggjort og bearbejdet. En vis viden og erfaring med psykisk sygdom forventes også.

⁴ Hostrup, Hanne(1999) ”Gestaltterapi”. Side 30 ff.

⁵ En neurose i gestaltterapeutisk terminologi betyder: ”Jeg møder de nye udfordringer med mit gamle mønster”.(feltet er ændret, handlemønsteret uændret)

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

En dygtig terapeut er altid teoretisk velfunderet. Gennem sin praksiserfaring har han udviklet en empatisk evne⁶ til med åbenhed, respekt og ansvarlighed at møde sine klienter. Mødet med klienten er det afgørende. Her skabes tilliden, og her starter terapien. Den tillidsskabende faktor er en individuel kvalifikation i relation til den enkelte klient. Uden tillid ingen terapi. Man kan ikke forvente, at en klient umiddelbart åbner for sine inderste tanker og følelser eller afslører skamfulde hemmeligheder. Terapeuten skal gøre sig "fortjent" til klientens tillid. I tilværelsen udenfor terapirummet skal man også gøre sig "fortjent" til andres fortrolighed, men til forskel herfra, er den terapeutiske relation baseret på en tillid til, at terapeuten kan bruge fortroligheden til at støtte klienten i at ændre adfærd.

Klienten forventes mere eller mindre at være klar over, hvad det er i tilværelsen, hun ikke kan få til at fungere. Klienten forventes også at være parat til, under visse betingelser, at lukke terapeuten ind i sin såkaldte intimsfære. Et "gæstevisit" der varer til terapien er afsluttet. Krav til klienten, når den terapeutiske proces fungerer, er således åbenhed, tillid og ansvarlighed.

Den terapeutiske session skal foregå i en hensigtsmæssig lokalitet uden udefra kommende forstyrrelser. Parterne sidder overfor hinanden. Udgangspunktet er, at klienten taler og terapeuten lytter. Den efterfølgende dialog er præget af terapeutens faglighed og klientens personlige oplysninger. Terapeutens opmærksomhed er rettet mod klientens hele fremtoning, ordvalg, bevægelser med arme og ben samt stemmeleje. Terapeuten har også rettet sin opmærksomhed mod egne reaktioner. Kommer der følelser eller fornemmelser frem i mødet med klienten? Hvis ja- hvilke? Hvis nej- hvorfor ikke? Hvilke tanker gør man sig som terapeut? Tror man på klienten? Hvis ikke - hvorfor ikke? Giver det klienten siger, nogen mening? Er der samspil mellem ordene, de gestikulerende bevægelser og eventuelle følelser? Hvordan? Taler klienten om fortiden - eller om fremtiden? Terapeuten bruger sin egen forundring, sine følelser og sin erfaring til at stille spørgsmål. Proces spørgsmål, der giver klienten en opmærksomhed på, hvordan hun takler en bestemt situation og spørgsmål, der bringer klienten ind i nuet i et møde med terapeuten. Terapeuten giver også klienten sin umiddelbare reaktion på klientens adfærd. I processen udvikles en nærhed og intimitet, der får klienten til at åbne sig og betroe terapeuten sine tanker og følelser. Det er ikke muligt at beskrive denne proces i videnskabelige termer. Hvad der er rigtigt i mødet med klient A, kan være forkert overfor klient B. Først når den afgørende fortrolige kontakt er etableret, kan terapien starte, og nu er der kun få begrænsninger i terapeutens reaktionsmuligheder.

⁶ Ved empati forstår jeg evnen til at identificere, samt tilskyndelse til at acceptere, klientens værdioptimering over tid og klientens emotionelle udtryk.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

Erkendelse gennem den fænomenologiske metode.

Hvordan sikrer terapeuten sig, at det netop er en korrekt forståelse, han har af klientens oplevelse af en situation? Måske en situation, som klienten ønsker ikke skal ende på samme måde igen? Måske har klienten beskrevet situationen, som hun oplevede den med en så udtalt grad af detaljerighed, at terapeuten umiddelbart får indtryk af klientens perception, følelser og intentioner. Imidlertid er dette ikke nok for at sikre en rigtig forståelse af klientens fænomenologi. Fælden for terapeuten er, at terapeuten som noget naturligt lægger forklaringer, intentioner, ønsker og ideer 'ind' i klienten som begrundelse for en bestemt adfærd. Terapeuten må til stadighed være opmærksom på, at egne bevidsthedsprocesser ikke nødvendigvis fører til en virkeligheds opfattelse, der svarer til klientens opfattelse af virkelighed. Gennem en professionel spørgeteknik og en opmærksomhed på, kontinuerligt at efterprøve egen-bevidstheden med klientens bevidsthed, opstår muligheden for et møde mellem klient og terapeut – et møde med udgangspunkt i klientens virkelighed.

Ethvert objekt, som betragtes, vil i bevidstheden for betragteren indgå i en helhed med den mening objektet tillægges af betragteren. Tidligere erfaringer og forståelsesmåder præger opfattelsen af genstanden. Genstandens objektive fremtoning får et subjektivt præg. Terapeuten véd dette og må derfor vende opmærksomheden mod sin egen bevidsthedsopfattelse. Den såkaldte kopernikanske vending i kantiansk forståelse.⁷ I den fænomenologiske epoché er det den umiddelbare opfattelse af genstanden, der sættes parentes omkring. Denne opfattelse eksisterer naturligvis fortsat, men fokus flyttes, så opfattelsen bliver baggrund og genstanden træder frem som figur for bevidstheden uden mulige fejlkilder. Der er nu tale om en ontologisk undersøgelse af, hvad genstanden *er*.

Terapeuten oplever måske klienten som utroværdig. Klientens ansigtsudtryk og ordvalg kender terapeuten fra andre personer, hvor det efterfølgende vidste sig, at terapeuten blev snydt. Terapeutens indstilling til klienten er, at hun er utroværdig. Terapeuten må "sætte en parentes" om denne indstilling. Terapeuten kan nu forholde sig åben og undersøgende til klientens oplevelse. Terapeutens opfattelse af virkeligheden, som han opfattede det dengang han blev snydt, er uændret, men hans virkelighedsopfattelse i mødet med klienten er nu "renset" for denne forud indtagenhed. Terapeuten kan forholde sig til tingene sådan som de nu fremtræder for ham.

Terapeuten undersøger, hvordan klienten opfatter den konkrete situation – en

⁷ Husserl, Edmund(2002) "Ideen zu einer reinen Phänomenologischen Philosophie". §§ 31 & 32 Epoché. §§ 56 – 62. Den fænomenologiske reduktion.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

undersøgelse i første persons perspektiv sådan som den fremtræder i klientens verden. I fænomenologien er man ikke interesseret i forklaringer om, hvorfor klienten opfatter situationen, sådan som hun gør, man er interesseret i, hvordan hun bærer sig ad med at opfatte situationen, sådan som hun gør. Fænomenernes inter subjektive skruktur i bevidstheden afdækkes. I denne proces kan det hændes, at klienten selv bliver opmærksom på nogle selvmodsigende elementer i begrebsafklaringen, som så giver anledning til en korrektion. I andre tilfælde må klienten være åben overfor en inter subjektiv bekræftelse eller afkræftelse fra terapeuten. Terapeuten har, gennem sin uddannelse, opmærksomhed på og viden om, i hvor høj grad de afdækkede strukturer hos klienten er universelle eller om de udtrykker en anomali. I sidstnævnte tilfælde støttes klienten, gennem spørgsmål af karakteren "hvordan" og "hvornår", til en indsigt om eget adfærdsmønster, som klienten så kan være opmærksom på for at undgå den samme u hensigtsmæssige reaktion i tilsvarende fremtidige situationer. Et eksempel kan være, hvor angsten for at blive forladt af den elskede, er så voldsom, at klienten for at komme ud af denne angst, netop forlader den person hun elsker så højt. Når hun henvender sig til terapeuten er det ofte med et ønske om at forstå, hvorfor hun ikke kan blive i et kærlighedsforhold. Det hun véd, er at hun ikke bliver i sine forhold, og at det er hende, der forlader kæresten til trods for at både hun og kæresten bliver ulykkelige. Den fænomenologiske metode tydeliggør de enkelte bevidsthedsfænomener i forholdets slutproces. Hvornår greb angsten dig? Var der en ydre årsag? Hvad tænkte du? Hvordan reagerede du? Hvilke følelser og fornemmelser mærkede du? Spørgsmålene har til formål at give klienten opmærksomhed på sin handlemåde og de enkelte elementer i bevidsthedsprocessen. Den terapeutiske proces er forskellig fra klient til klient. Terapeuten kan "spejle" egne følelser for klienten, som en støtte til de måske svære opmærksomhedsfænomener. Undertiden er det en støtte for klienten at anbringe den sidste kæreste i 'den tomme stol', for at få genoplevet afskedsprocessen i en 'her og nu' situation. Fra gestaltpsykologien ved man, at angstfornemmelsen, der træder frem som en figur fra grunden, vil opløses og forsvinde for derefter at blive afløst af en ny figur, vel at bemærke under den forudsætning, at angst-figuren ikke afbrydes inden den opløses. Afbrydes angsten, inden den afsluttende figurdannelse, bliver angsten i kroppen som en uafsluttet gestalt, der bare venter på at komme frem med fornyet styrke ved først givne lejlighed. Det er min erfaring, at de fleste klienter har brug for at forstå de bagvedliggende mekanismer for denne u hensigtsmæssige adfærd, og derfor vil yderligere spørgsmål ofte dreje sig om klientens historie – tidligere erfaringer med andre kærester og endelig erfaring med kærligheden fra mor og far. De uafsluttede gestalter ligger i klientens historie og klientens reaktionsmønster er at skabe situationer for sig selv, hvor der er mulighed for at afslutte sådanne uafsluttede gestalter. Problemet er bare, at klienten, uden opmærksomhed, gør som hun har gjort helt tilbage fra den tidlige barndom. Hendes handlemønster dengang, var en hensigtsmæssig beskyttelse – nogle kalder det ligefrem en overlevelsesstrategi. I dag er det blevet en

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

uhensigtsmæssig neurotisk adfærd, der står i vejen for et lykkeligt kærlighedsforhold. I den terapeutiske proces taler man naturligvis også om, hvordan og hvornår klienten skal være opmærksom på angstens første faresignaler og derefter være opmærksom på at reagere på en anden og mere hensigtsmæssig måde.

I ovenstående eksempel indgår to gestaltterapeutiske begreber. Det neurotiske mønster og de uafsluttede gestalter. Gestaltpsykologien er en psykologisk perceptionsteori, der slår fast, at vi sanser i helheder efter visse overordnede principper, hvor helheden er mere end enkeltdelene og hvor vi stræber efter at afslutte det uafsluttede, samt at lægge en mening ind i perceptionen. Fritz Perls⁸ fandt, at disse principper, under hensyntagen til forholdets natur, også var anvendelige på følelser, fornemmelser og situationer. Gestaltpsykologiens perceptionsteorier blev udstrakt til at omhandle alle livets forhold.

Neurotisk mønster og uafsluttede gestalter er fokuspunkter for gestaltterapeuten. Terapeuten véd af erfaring, samt fra sin uddannelse og fra teorien, at ændrede adfærdsmønstre i disse situationer er vejen til et bedre liv. For at ændre adfærd kræves, at klienten er til stede her og nu med opmærksomhed og ansvarlighed for egne valg. Den terapeutiske proces giver klienten denne opmærksomhed.

Den fænomenologiske metode er en nødvendig forudsætning for at sikre, at terapeut og klient har samme udgangspunkt i spørgsmålet om, hvad der er værdifuldt for klienten. Hvad der er den rigtige moralske adfærd.

Moralsk adfærd.

En moralsk adfærd forudsætter, at adfærden sættes i relation til noget. Mest typisk et eller flere andre mennesker, men det kan også være i relation til naturen eller til dyr. Erich Klawonn definerer moral som altruistisk værdiforvaltning⁹, der sigter mod værdioptimering inden for fremmedsfæren. En form for utilitarisme. I terapeutisk sammenhæng er definitionen både for bred og for snæver. For bred fordi det altruistiske element ikke er afgørende, og fordi det også skal undersøges om der er elementer af pligtetik i psykoterapien. Med den tillempede utilitaristiske tilgang til metaetikken skal de to begreber 'værdioptimering' og 'fremmedsfæren' nærmere undersøges. I den utilitaristiske tilgang ligger en tilskyndelse for terapeuten, men ligger der også en pligt til

⁸ Perls, Fritz. (1893 – 1970) Psykiater og psykoanalytiker. Udviklede gestaltterapien sammen med sin kone Laura Perls efter inspiration fra blandt andre Martin Bubbers "Ich und Du", Edmund Husserls "Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie", Søren Kierkegaards eksistentialisme og Wolfgang Köhler og Kafkas gestaltpsykologi.

⁹ Klawonn, Erich. (1996) Udkast til en teori om moralens grundlag. Side 75 ff.

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

handling generelt og konkret i visse situationer? Generelt er terapeuten udelukket fra at arbejde imod en nytteværdi for klienten, dvs. der er en pligt til, i det terapeutiske arbejde, ikke at skade sin klient fysisk såvel som psykisk. I det efterfølgende¹⁰ vil jeg vise, at der er konkrete situationer, hvor terapeuten har pligt til at handle – også selv om det er til skade for hans klient.

Inden dette foretages, er det nødvendigt at se på det altruistiske element i en moralsk adfærd.

Er tilsidesættelse af selviske hensyn en nødvendig betingelse for en moralsk terapeutisk adfærd? Terapeuten bliver lønnet for din arbejdsindsats. Terapeuten har dog en forpligtelse til at sikre, at en terapitime afsluttes forsvarligt og kan det ikke ske indenfor den aftalte tid, må terapeuten tåle at tiden overskrides, uden at der i den anledning kan kræves yderligere betaling. På samme måde, må en terapeut kun afslutte et terapeutisk forløb, når det kan ske på en forsvarlig og professionel måde. Dette indebærer, at terapeuten kan blive forpligtet til at yde vederlagsfri terapi, fordi klienten ikke længere har penge til betaling for terapien og fordi terapien ikke kan afsluttes forsvarligt midt i et forløb. Man kan sige, at terapeuten i sin relation til alle sine klienter er forpligtet til, under visse betingelser, om nødvendigt at arbejde gratis, indtil terapien kan afsluttes forsvarligt. Det altruistiske element er enten latent eller aktuelt til stede i alle terapier.

Den terapeutiske relation involverer mange følelser hos både klient og terapeut. Terapeuten kan ikke undgå at blive en vigtig person for klienten – og omvendt, klienten bliver en vigtig person for terapeuten. Relationen betyder at terapeuten også må "tåle" at aftale terapi på tidspunkter, hvor terapeuten havde tænkt sig at foretage sig noget andet. Klientens behov kommer i visse situationer forud for terapeutens behov. Også her er det altruistiske element enten latent eller aktuelt til stede i den terapeutiske relation. Eller udtrykt i Klawonnske vendinger: Værdioptimering af fremmedsfæren går her forud for værdioptimering af egens-sfæren.

En tilsidesættelse af egeninteresse kan være et indicium for en moralsk adfærd, men det er ikke en nødvendig betingelse. Psykoterapi er, i den af Klawonn tilpassede utilitaristiske forståelse, en metode til værdioptimering af klientens egenssfære¹¹ – med eller uden aktuel tilsidesættelse af selviske hensyn.

Etikken i denne forståelse er læren om støtte til varetagelse af andres velfærd. Denne definition ligger tæt op af den psykoterapeutiske proces, hvor terapeuten

¹⁰ Under afsnittet: "Hvornår og hvordan giver terapeuten sin værdierfaring videre til terapeuten" og i afsnittet: "Situationer af moralsk værdi".

¹¹ Terapeutens fremmedsfære.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

har til opgave at få klienten til at tage vare på sin egen velfærd. Etikken i psykoterapien handler tillige om at respektere klientens ansvar for egne valg.

Moralsk adfærd i psykoterapi er primært terapeutens adfærd i relation til et eller flere andre mennesker – klienten eller klienterne. I dette tilfælde fagpersonens handlinger eller undladelser overfor klienten med det formål at støtte klienten i ønskede personlighedsmæssige eller adfærdsforandringer mod en øget livskvalitet.

Værdibegrebet som fænomen.

Hvad betyder det, at noget har moralsk værdi?

Et værdibegreb kan ikke stå alene. Det er knyttet til en bestemt genstand, en bestemt handling, en person og en situation. Oplevelsen af, at noget er værdifuldt, er en subjektiv oplevelse af noget positivt. Der er en tilskyndelse, en motivation mod det værdifulde. Oplevelsen af noget værdifuldt har et ønskværdighedspræg – et værdipres i retning af at bevare eller opnå det værdifulde. Er oplevelsen ubehagelig, gør det modsatte sig gældende. Der er et u-ønskværdighedspræg og et negativt værdipres.¹²

I tilværelsen søger vi en form for værdioptimering. Det negative værdipræg søger vi at minimere. Værdiforvaltning over tid betyder, at vi i nogle situationer vil beslutte at tåle et negativt værdipres for senere at opnå et større værdigode. Der er her tale om en relevant erkendelse af et intelligent og reflekterende væsen – der med sin fornuft søger værdioptimering.¹³

Værdierfaringer.

Terapeutens erhvervelse af værdierfaringer er baseret på den teori, terapien er udviklet efter. I gestaltterapien er der tale om gestaltpsykologien, der er en psykologisk videnskab, baseret på sanseteorier. Disse teorier er analogt anvendt på følelser, fornemmelser, tanker og fantasier. Denne analoge anvendelse opleves som umiddelbar rigtig af terapeuten og af klienten.

Værdierfaringerne kommer endvidere fra den praksiserfaring terapeuten, gennem sit arbejde, erhverver. I den terapeutiske proces, skal terapeuten til stadighed være opmærksom på egne mønstre og gestaltdannelser og sammenholde dem med sine

¹² Side 36. Klawonn

¹³ Side 41, Klawonn

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

klienters gestaltdannelse og adfærdsmønstre. Terapeuten skal vide, hvad der er 'normal' adfærd og normal opfattelse af bestemte situationer.

Terapeutens værdierfaringer kommer endelig - og ikke mindst fra et levet liv som menneske, med de sorger og glæder livet byder på. Erfaring for, hvad der er rigtigt eller forkert, hvad der er godt eller ondt kan i visse situationer opleves som objektive sandheder, medens det i andre situationer opleves som noget helt subjektivt. Undertiden skal der en nærmere eftertanke til, før terapeuten når frem til en konklusion om, at den ene handling var forkert og den anden handling var rigtig, eller at denne situation blev oplevet som værdifuld og en anden situation blev oplevet som noget negativt og ikke-ønskværdig. Den positive og negative værditilskyndelse bliver en ledetråd for at opnå det bedst mulige i tilværelsen.

Terapeuten skal være opmærksom på, at tid, sted, sædvaner og kulturelle forhold kan opleves forskelligt af terapeut og klient.

En terapeut, der lever efter de principper og retningslinjer, han formidler videre i sin terapi, vil ikke have svært ved at afgøre, hvad der er rigtigt eller forkert, eller hvad der er godt eller ikke godt for ham. For en gestaltterapeut, er samspillet mellem det vi perciperer, det vi tænker, og det vi mærker af følelser og fornemmelser, det afgørende. Der er opmærksomhed på, at der skal være en slags harmoni mellem de tre zoner - yderzonen(sanserne), mellemzonen(tanker og fantasier) og inderzonen(følelser og fornemmelser). Mellemzonen kan snyde. Ja, nogle kan ligefrem bilde sig ind, at der er gode "forklaringer" på at gasse jøder, eller skyde muslimer, kroater, eller serbere. Inderzonen melder tilbage med uro og ubehag - i nogle tilfælde også med skyld og skam. Ignoreres inderzonens signaler, er personen i vanskeligheder. Ignorerer terapeuten signalerne fra inderzonen, er han en elendig terapeut. Skyld og skam er to regulerende adfærdsfornemmelser. Skylden udløses af handlinger, der er en krænkelse af almindelig opfattelse af god opførsel. Den krænkede bliver som regel ked af det. Fokus er på handlingens karakter, og der er som regel mulighed for at genoprette 'skaden'. Skammen er en meget stærkere - og en mere ubehagelig fornemmelse. Skammen udløses af uacceptable handlinger eller undladelser og som bliver afsløret. Handlingens karakter er af en sådan beskaffenhed, at fokus er på personen, der er ansvarlig for den uacceptable handling¹⁴. Omgivelserne søger at sikre sig mod den pågældende person i fremtiden, så her er undskyldninger ikke nok. Der må en overbevisende tilkendegivelse til, om at dette aldrig sker igen. Kommer den tilkendegivelse ikke, eller er den ikke overbevisende, vil den yderste konsekvens af handlingens grovhed være, at pågældende person udstødes fra den

¹⁴"I did that horrible thing (shame)". "I *did* that horrible thing". (guilt) Tagney, June Price. Dearing, Ronda L "Shame and Guilt", side 25.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

sociale gruppe han tilhører¹⁵. Den der udsættes for den krænkende handling bliver som hovedregel vred.

Skyld og skam er kropslige fornemmelser, der klart indicerer om en handling/ undladelse, eller en udtalelse er rigtig eller forkert. En oplevelse af, at noget er uretfærdigt, udløser næsten altid vrede, der igen indicerer at noget er galt. En moralsk norm er krænkert.

Konklusionen er, at der ikke eksisterer moralske kendsgerninger i lighed med kendsgerninger fra naturvidenskaben. Det er som udgangspunkt ikke vanskeligt at afgøre om en handling er prisværdig eller dadelværdig. Ofte fortæller den umiddelbare reaktion os, om det er godt eller skidt, det der sker i situationen. Samspillet mellem perception, følelser og fornemmelser samt vore tanker og fantasier resulterer i, at vi som mennesker udleder en mening med den pågældende handling i den pågældende situation. Handlingens intention som god, dårlig eller betydningsløs. Se ¹⁶.

Hvornår og hvordan giver terapeuten sin værdierfaring videre til klienten?

I gestaltterapien benyttes den sokratiske spørgeteknik. Spørgsmålene giver klienten opmærksomhed på elementer i klientens egen beskrivelse af situationen, på udtalte og udtalte forventninger til de involverede personer, på uafsluttede gestalter og endelig på samspillet mellem de tre zoner. Klienten finder som oftest selv frem til de svar, der giver størst værdimaksimering.

Udgangspunktet er således, at terapeuten ikke giver egne erfaringer videre til klienten.

I tilfælde af sammenlignelige situationer, hvor klienten er i vildrede med, hvad der er godt for hende, vil det undertiden være hensigtsmæssigt, at klient og terapeut udveksler erfaring i værdioptimering. Terapeuten skal være opmærksom på, at der kan være store forskelle på det, der har værdi for ham, og det der har værdi for klienten, men det overordnede mål, nemlig maksimering af positiv værdi og minimering af negativ værdi er der enighed om. Processen er derfor et fokus på værditilskyndelsen for henholdsvis terapeut og klient. Hvordan oplever klienten sig tilskyndet til eller frastødt af situationen? Klient og terapeut udveksler erfaringer, følelser og fornemmelser og tanker omkring den pågældende situation. Resultatet vil altid være et valg for klienten, som terapeuten må respektere. Valget er klientens ansvar.

¹⁵ Jfr. Lars von Triers skamløse provokation efter præsentationen af sin fim i Cannes.

¹⁶ Scheler, Max "Der Formalismus In Der Ethik Und Die Materiale Wertethik" Bind 2. Zweiter Teil side 173 ff.

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

Der er dog situationer, hvor klienten udtrykker en så åbenlys umoralsk holdning, en holdning der er i så indlysende modstrid med en positiv sandhedsværdi for terapeuten, at det må forventes af terapeuten, at han gør sin klient opmærksom på misforholdet i opfattelserne. Jeg havde på et tidspunkt en ung mand i terapi, der med glæde i stemmen og et stort smil om munden fortalte, hvor sjovt det var at jage forgængere på fortovet med sin nyindkøbte Porsche. ”Det er i orden at forskrække andre mennesker ved at udsætte dem for livsfare, bare man ikke slår dem ihjel”, lød hans sætning. At opløse sætningen i ikke moralske termer, var ikke vanskelig, og med fokus på et mistet kørekort og risikoen for en tiltale for uagtsomt manddrab, blev fokus vendt fra en negativ tilskyndelse til skade for fremmedsfæren, til en negativ værdioptimering af egen-sfæren. Den unge mand fik lidt ekstra med hjem fra den terapitime.

Endelig er der situationer, hvor terapeuten har pligt til at handle. Oplyser klienten, at han udsætter et barn for misbrug eller vanrøgt, har terapeuten pligt til at reagere. Dels skal han gøre klienten opmærksom på det uacceptable i situationen og dels skal terapeuten anmelde det oplyste til de sociale myndigheder. Hvis klienten forbliver i terapi hos terapeuten, skal parterne naturligvis arbejde med disse forhold, for at få klienten til at ændre adfærd. Handler oplysningerne om forestående forbrydelser, der kan afværges, skal terapeuten ligeledes reagere med at anmelde oplysningerne til politiet.

De pligtmæssige reaktioner, der af klienten opfattes som værende af negativ værdi i egensfæren, er reguleret i lovgivningen.

Det moralske udsagns sandhedsværdi.

Nogle udsagn opfattes som umiddelbart indlysende sande. Jeg havde engang en klient, der kom til mig, fordi hun i vrede ofte slog sit lille barn på 3. år. Hun vidste, det var forkert. Jeg vidste, det var forkert. Ingen af os behøvede at forklare sætningens sandhedsværdi: ”Det er forkert at slå et lille barn”. Vi vidste begge, at det er et sandt udsagn. Sandhedsværdien udsprang ikke kun af enigheden og det indlysende sande, men også af den omstændighed at vi begge kendte skadevirkningerne af sådanne handlinger. Det terapeutisk interessante var, at hun vidste, det var forkert, hun mærkede det var forkert og alligevel slog hun sit barn. Først da vi i processen kom til begrebet ’skam’ og måden klienten undertrykte skammen på, skete der noget. Skammens regulerende funktion, fik klienten til at ændre adfærd.

Andre udsagn véd terapeuten erfaringsmæssigt er sande. ”Det er vigtigt at være omhyggelig og ansvarlig i sit arbejde”. De fleste gør den erfaring at sjuks og uansvarlighed fører til vrede blandt kollegaer og eventuelt til afskedigelse og tab af indtægt. En erfaring fordi de selv er uansvarlige og sjuskede, eller også fordi de oplever

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

kollegaer med disse negative egenskaber. Terapeuten deler ikke sin erfaring med klienten, men han spørger ind til processen omkring uansvarligheden på arbejdet. "Hvad gør du – hvordan gør du". "Hvad tænker du om dine kollegaers reaktion"? "Hvordan har du det med det – hvad mærker du"? Klienten får afdækket sit u hensigtsmæssige handlemønster, nye u-opdagede elementer i bevidsthedsopfattelse af situationen afdækkes og det ønskværdige i at have venlige kollegaer, at bevare sit arbejde og at undgå indtægtstab, er motivationen for en ændret adfærd.

Nu er det jo ikke alle moralske udsagn terapeuten selv har oplevet som sande eller falske. Et udsagn om, at det er forkert at have et seksuelt forhold til sin klient, kan terapeuten forholde sig til gennem sin sunde fornuft og sin viden om overføring og modoverføringsmekanismen i den terapeutiske proces. Terapeuten har endvidere læst om eksempler på sådanne seksuelle relationer, der så godt som altid resulterer i, at klienten føler sig misbrugt og udnyttet. Det konkrete eksempel kræver, at terapeuten har en anden terapeut som sin klient. Terapeutens spørgsmål vil også her være processuelle, således at klienten bliver opmærksom på oversete eller undertrykte bevidsthedselementer, der resulterede i den seksuelle relation. Overføring og modoverføring belyses i forhold til selve terapien. Indsigten ved at erkende den manglende opmærksomhed på konsekvenserne, og ubehaget ved at blive opfattet som en krænkende, dårlig terapeut, der udnytter andres urealistiske forventninger, vil i sig selv være motiverende til en ændret adfærd.

Nogle udsagn har en moralsk værdi, fordi det er blevet besluttet, at det har en højere moralsk værdi end noget andet. Der ligger en viljesakt til tilskyndelse bag nogle objektive kendsgerninger, man måske ikke tidligere kendte eller var opmærksom på. Udsagn som: "Det er forkert at ryge i andres nærvær, når de ikke selv er ryger", forekommer mig et være et sådan moralsk udsagn, der over et tidsforløb er blevet sandt udsagn.

De to eksempler på en moralsk dom, "det er forkert at slå børn" og "det er forkert at ryge i andre, ikke-rygeres nærvær, når de ikke har givet tilladelse til at ryge", er eksempler på etisk relativisme. I slutningen af 70'erne og begyndelsen af 80'erne rejste denne opgaves forfatter rundt i landet og talte imod prygl i opdragelsen. Budskabet mødte meget lidt forståelse og tilråb som, "Det næste bliver vel, at børnene melder os til politiet", forekom hyppigt. Den moralske dom skulle forklares i ikke-moralske vendinger. "Når børn under en vis alder, bliver slået, sker der det, at de kan blive forstyrret på deres taleevne, ligesom det påvirker deres selvopfattelse i negativ retning". Dét kunne de fleste forholde sig til – nogle, fordi de på deres egen krop, havde erfaret at dette var rigtigt. Nogle år senere vedtog Folketinget en hensigtserklæring om at beskytte børn mod fysisk og psykisk overlast, og efter yderligere 15 år vedtog Folketinget et forbud mod vold mod

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

børn i opdragelsen. De kulturelle og samfundsmæssige normer havde ændret sig over en periode på knap 30 år.

Rygeforbuddet er gået hurtigere. For 20 år siden kunne en ryger tænde sin cigaret så godt som alle steder. I dag står rygerne klumpet sammen i regnvejr under et halvtag indrettet til det samme, medens ikke-rygerne sidder i restaurantens behagelige stole og nyder deres måltid. Tobakstågerne forvises til regn og slud, medens lunger, lugtesans og smagsløg har kronede dage i stuetemperatur.

Eksemplet med dovenskab på arbejde er ikke entydigt. Det kan ikke udelukkes, at der findes personer, der finder det helt irrelevant at yde deres bedste på arbejde. Måske har de fokus på, at virksomheden tjener så mange penge, at de finder, at arbejdskraften bliver udnyttet og at de derfor er berettiget til at lave så lidt som muligt, når de er på arbejde. Holdningen er nærmest udtryk for en subjektiv etisk realisme, hvor sætningen kunne hedde. "Føler man sig udnyttet af sin arbejdsgiver, er det tilladt at snyde ham". Mere konsekvent vil det i en sådan situation være blot at afvise, at enhver dom om arbejdes indsats giver mening. En non-kognitivistisk position.

I den terapeutiske proces er to "lag". Først selve det moralske udsagn eller handling og dernæst terapeutens reaktion på dette i forhold til klienten.

Klienter kommer i terapi, fordi der er forhold i livet de ikke kan overskue eller er usikker på. Hvis de tre nævnte eksempler bringes op i terapien, er det fordi klienten er usikker i sin måde at handle på. Den terapeutiske proces afdækker samspillet mellem tanker og fantasier, følelser og fornemmelser og perceptionen. Hvis klienten siger: "Når jeg står udenfor og ryger, og en anden kommer hen til mig for at snakke og han ikke bryder sig om, at jeg ryger, ja, så tænker jeg, at han bare kan gå igen. Det har jeg det roligt med". Fornemmelsen af ro i kroppen sammenholdt med den sunde fornuft og perceptionen -han så jeg røg, han kom hen til mig, han må gå igen, hvis min cigaret genere ham. Det klienten ser, det han tænker og det han mærker er i overensstemmelse med hinanden. Såfremt der er uoverensstemmelse mellem tanker og følelser, stopper klienten op. "Jeg tænker det er ok, men jeg mærker en uro i kroppen. Jeg får skyldfølelse, når jeg står og ryger ham op i hovedet. Jeg vil foreslå, at vi snakker videre, når jeg har røget min cigaret. Nu mærker jeg, at roen kommer tilbage og skyldfølelsen forsvinder". Kroppens signaler repræsenterer tilskyndelsen og de er afgørende for, om jeg synes jeg handler rigtigt eller forkert.

Ting som moralsk værdi.

Har en elektrisk stol moralsk værdi? Stolen i sig selv er bare en genstand, men den omstændighed at denne stol har den egenskab, at den slår ihjel og gør det, hvis man bliver dømt til døden - i USA- betyder at stolen får en særlig moralsk værdi. Dræber man

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

forsætligt et andet menneske, risikerer man en dødsdom. Den elektriske stol er det ultimative udtryk for sætningen: ” Det er forkert at slå et andet (uskyldigt) menneske ihjel og konsekvensen af en sådan handling er, at man må bøde med sit eget liv”. Sætningens sandhedsværdi beror på en viljesakt hos lovgiver. En viljesakt, der kan ændres alt efter folkestemningen i landet. I alle europæiske lande og en del stater i USA har sætningen: ”Det er forkert at slå ihjel i fredstid”. Sandhedsværdien i denne sætning udelukker dødsstraf.

Har en tapperhedsmedalje moralsk værdi? Medaljen i sig selv er blot et stykke metal, men betingelserne for at få medaljen udtrykker en moralsk holdning. Noget efterstræbelses værdigt. ”Det er rigtigt og påskønnelsesværdigt at være tapper”.

En fysisk genstand, som den fremtræder i sig selv, har ingen moralsk værdi. Genstanden kan tillægges egenskaber, der har moralsk værdi. Nogle moralske egenskaber er af subjektiv karakter. Toget, der bringer den elskede frem til kæresten, er et ”godt” tog. Toget, der fjerner den elskede fra kæresten, er et ”ondt” tog. Sætter man fokus på følelserne, er ”det gode tog” forbundet med glæde, og ”det onde tog” forbundet med sorg. Er de elskende adskilte, er der en tilskyndelse til at finde sammen og er de sammen, er der en modvilje mod adskillelsen. Andre moralske sætninger i forbindelse med en fysisk genstand opfattes som kognitive og deskriptive. En bil f.eks. Den er hverken god eller dårlig, rigtigt eller forkert i moralsk henseende. Hvis bilen er en ambulance, tillægges bilen pludselig nogle værdifulde moralske egenskaber, der gør, at bilen skal behandles på en bestemt måde, når den kører med udrykning i trafikken. Det er objektivt rigtigt, at folk, der er kommet alvorligt til skade, skal hurtigt under lægebehandling på et sygehus. Det er forkert, at lægge ambulancen hindringer i vejen for en hurtig hjælp til den tilskadekommande. Ambulancen er udstyret med særlige kendetegn, så omgivelserne ved, der er tale om en transport af en syg eller tilskadekommet, der har brug for hurtig lægehjælp. Signalet er: ” Denne bil skal respekteres. Den udfører en GOD mission”. Der er åbenbart ikke tale om en intuitiv erkendelse af den tillagte egenskabs værdi. Omgivelserne skal have forklaret, første gang, at denne bil er en særlig bil, med særlige værdifulde egenskaber. Hvis ambulancen kører for langsomt eller kommer for sent til at redde den tilskadekommande, vil de pårørende opfatte ambulancen negativt og kommer ambulancen i tide til at redde et menneskeliv, vil de pårørende opfatte ambulancen positivt. Det gode eller det dårlige, det rigtige eller forkerte afhænger også af situationen.

Moralsk værdi tilknyttet en fysisk genstand er en subjektiv oplevelse af noget godt eller noget dårligt i relation til en bestemt situation. En tillagt egenskab til en fysisk genstand kan ikke opfattes som en intuitiv moralsk egenskab. Selv en faldskærm er blot et stykke stof, nogle seler og snore, indtil man får forklaret faldskærmens funktion og dermed dens livreddende egenskab. Det kognitive og det deskriptive bliver det afgørende. Skal man op og flyve under omstændigheder, hvor faldskærmen kan redde ens liv, får

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

stof, seler og snore en betydning af noget potentielt godt. For en person, der under ingen omstændigheder kunne drømme om at flyve, er stof seler og snore hverken godt eller dårligt – de er betydningsløse, medmindre han kan bruge genstandene, til noget andet han har behov for, eller fordi han kan sælge genstandene samlet og få penge for dem. Kan personen ikke sælge faldskærmen eller bruge den til noget andet, ja så får stof, seler og snore betydning af noget negativt. Noget der skal fjernes, fordi det ligger og optager plads for noget betydningsfuldt. Egenskaben ”god” eller ”dårlig” i forbindelse med denne fysiske genstand, er således ikke alene en subjektiv tillagt egenskab. Egenskaben er tillige afhængig af hele situationen, hvori genstanden og personen befinder sig. ”God” i flyvemaskinen, der er ved at styrte ned og ”dårlig” på bunden af mit klædeskab.

Situationer af moralsk værdi.

Kan en situation have moralsk værdi?

Hvad med en æresparade for hjemvendte soldater? Udtrykker den ikke en påskønnelse af tapperhed og villighed for at sætte livet på spil for Danmarks skyld? Hvis man spørger militæret vil svaret være et rungende JA. Mod og offervilje er påskønnelsesværdige egenskaber. Vigtige moralske egenskaber for den enkelte soldat. Den arrangerede situation med æresparaden er en tilskyndelse til tapper adfærd og en hyldest til personen bag heltegerningen, hvor en farlig situation måske stillede særlig krav til en moralsk rigtig opførsel som f.eks. at redde en såret kammerat, medens man selv var under beskydning. Den konkrete situation havde ikke mange vidner, men det vil æresparaden råde bod på. Den konkrete situation på slagmarken indeholder en konkret moralsk værdihandling. Æresparaden indeholder en abstrakt moralsk værdi.

Tilsvarende med andre arrangementer, hvor man skal fejre en bestemt heltedåd eller bare en mere almindelig påskønnelsesværdig handling. Arrangementet er det formelle udtryk for det moralsk rigtige i den bagvedliggende handling. Begge situationer udtrykker en moralsk værdi. En værdi der er fastlagt i henhold til tidens normer og kultur.

En heltedåd, hvor man selv bliver skadet, måske for at ”redde” en person der allerede er død, opleves næppe som noget positivt og værdifuldt for pågældende helt. Den generelt påskønnelsesværdige handling er på det individuelle plan ikke altid værdifuld. Situationen og den individuelle oplevelse afgør om handlingen har en moralsk værdi for pågældende.

En strafferetssag ved domstolene. Udtrykker den en situation af moralsk værdi? Efter min mening, ja. Samfundet tilkendegiver med sin straffelovs tiltale, at den

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

bagvedliggende handling er uacceptabel og forkert. Den kriminelle handling har negativ moralsk værdi og selve retssagen sender det signal, at forbrydelser ikke betaler sig. De samme betragtninger ligger bag det lovmæssige krav til terapeuten om at anmelde forbrydelser mod børn samt anmelde forestående forbrydelser, der derved kan afværges.

Straffeloven er med til at definere, hvad der er god og hvad der er dårlig moral. En overtrædelse af straffeloven er både pinlig og skamfuld. En overtrædelse af særlovgivningen er ikke på samme måde skamfuldt og betragtes ikke altid som udtryk for dårlig moral. Tidligere stod spirituskørsel i færdselsloven, nu står det i straffeloven. Tidligere kunne "man" godt sige, at man kørte bedre med en lille promille i blodet. I dag vil det være decideret pinligt. Spirituskørsel er klart udtryk for dårlig moral. Den tidligere ligningslov omhandlede også skatteunddragelse. Det var ikke ualmindeligt at høre udsagn som følgende: "Hvem prøver ikke at regulere sin skattepligtige indkomst lidt efter de muligheder, der nu engang er til stede? De der ikke snyder i skat, er jo bare dem, der ikke har muligheden". I dag er skatteunddragelse af en vis størrelse beskrevet i straffeloven. Det hører bestemt ikke længere til god tone at prale med, at man snyder i skat. Straffelovsovertrædelser er skamfulde og umoralske. Gennem lovgivningen påvirkes gældende moralopfattelse i positiv og negativ retning.

Kan en situation i form af et møde med en anden person have en objektiv moralsk værdi? A og B møder hinanden. A smiler og rækker B hånden. Han siger: "Tak for sidst. Det var en hyggelig aften". B tager A's hånd, men beholder den anden hånd i lommen. "Selv tak. Ja, det var såmænd en meget hyggelig aften. Min kone og jeg var helt kvæstet næste morgen. Det var ikke meget nattesøvn I tillod os at få. Nå, jeg må videre. Hej", siger B og skynder sig videre. A har en ubehagelig fornemmelse i kroppen. Hvad det skyldes, ved han ikke, og snart har han glemt mødet med B. I terapien tager A sit forhold til vennen B op. Han er irriteret på B, men er ikke klar over grunden. Han har lyst til at droppe vennen, sådan som han også tidligere har droppet venner, når han blev irriteret på dem. I den terapeutiske proces bliver A klar over, at han, om aftenen til selskabet, fangede B's hentydninger om, at B næste dag havde en anstrengende arbejdsdag, som han gerne skulle være frisk til at klare. A blev irriteret, men sagde intet. Han trak afskedens time ud til sent på aftenen. A opdager, at han reagerer uhensigtsmæssigt, når han føler sig provokeret. Han reagerede ikke, da han i mødet med B fik en fornemmelse af, at B var vred på ham. A ser et mønster, der giver ham vanskeligheder i forhold til sine venner – ja, også til konen og resten af familien. A indser, at det er vigtigt for ham at melde ud, når han bliver opmærksom på noget, han bliver irriteret over eller ked af. A skal afslutte de uafsluttede gestalter i en dialog med de mennesker, der betyder noget for ham.

Den terapeutiske proces er naturligvis mere kompliceret og detaljeret end beskrevet her, men en opmærksomhed på, at det er vigtigt at gøre hændelser, tanker,

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

følelser, dialoger, arbejdsopgaver mm, ”færdigt” – at afslutte gestalten - er af afgørende betydning for at få et godt liv med gode relationer.

Mødet mellem A og B kunne så eksempelvis være forløbet således: A: ”Undskyld jeg trak tiden ud i går aftes. Jeg er ked af, jeg ikke respekterede dine hentydninger om at komme tidlig i seng. Jeg synes i øvrigt det var en hyggelig aften”. B: Ja, jeg var noget irriteret på dig, men jeg skulle have meldt klarere ud, så det var også min egen fejl. Jeg synes også det var hyggeligt med dit besøg”. Et sådan møde har en objektiv moralsk værdi for begge parter. Der er her tale om værdioptimering over tid. Det værdifulde venskab bevares og den negative tilskyndelse overvindes under hensyntagen til den positive tilskyndelse i værdien af venskabet. Fornuften og perceptionen i konstruktivt samspil med følelser og fornemmelser.

Situationen ændrer sig fra at være af negativ moralsk værdi til at være af positiv moralsk værdi gennem personernes ændrede subjektive oplevelse af situationen.

Mentale tilstande som moralsk værdi.

Nogle følelser og fornemmelser opleves som positive og ønskværdige. De opstår typisk i situationer, der netop opleves som ønskværdige. Oplevelsen af at være betydningsfuld, giver en følelse af glæde og stolthed. Man taler ligefrem om ”glæden ved at give” eller ”at hjælpe andre bærer lønnen i sig selv”. Jo, nogle mentale tilstande har stor moralsk værdi. Jo større værdi jo større tilskyndelse.

Andre følelser og fornemmelser opleves som negative og u-ønskværdige. Gribes man i at udføre en moralsk fordømmeende handling, kommer skylden og måske skammen ind som ubehagelige fornemmelser i kroppen. Ønsker man at undgå disse ubehagelige fornemmelser, må man i fremtiden undlade tilsvarende handlinger. Skammen og skylden har en moralsk værdi, idet de peger på det der er moralsk anfægteligt.

Delkonklusion.

Værdibegrebet er således en attitude-afhængig egenskab til genstanden, situationen eller den mentale tilstand, hvor den personlige oplevelse og situationen i sin helhed er afgørende for, om begrebet får positiv eller negativ moralsk værdi.

Værdioptimering i fremmedsfæren.

Moral i psykoterapeutisk relation påpeger, at man som terapeut skal handle eller undlade at handle på en bestemt måde i forhold til sine klienter. Den normative etik har fokus på,

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

hvorfor man skal handle på en bestemt måde. I etikken har jeg valgt specielt at have fokus på handlingens nytteværdi for klienten og i enkelte tilfælde have fokus på terapeutens pligtmæssige handlinger. En form for tillempet utilitarisme med en beskeden deontologisk tilføjelse.

Metaetikken afgrænser moralske fænomener i forhold til ikke-moralske fænomener i psykoterapien.

Klawonn's metaetik hviler på tre begreber. Værdi, fornuft og empati. Værdibegrebet og værdioptimering er grundigt beskrevet og undersøgt. De indgår i begrebet selvisk værdiforvaltning, hvor vi oplever en tilskyndelse til positive værdier og en afstandtagen til negative værdier i egen-sfæren. Værdiforvaltning over tid er udtryk for fornuft. Empati opstår, når tilskyndelse til værdiforvaltning i fremmed-sfæren overstiger tilskyndelsen til værdiforvaltning i egens-sfæren.

Hvordan er det for den terapeut, der er fuldstændig klar over sin egen værdiforvaltning over tid og som er så tæt forbundet med sin klients værdiforvaltning, at han har tilskyndelse til at tilsidesætte egne behov, for at hjælpe sin klient? Kan eller skal han det? Jeg har i indledningen givet eksempler på situationer, hvor terapeuten faktisk har mulighed for at handle moralsk efter denne opskrift og hvor det ikke alene er i orden, men ligefrem forventeligt. De tre situationer ligger udenfor det egentlige terapeutiske indhold, men inden for den terapeutiske relation.

Gestaltterapi hviler på nogle hovedprincipper, blandt disse er: Du er ansvarlig for dit liv. Du har friheden til at vælge. Du er ansvarlig for dine valg og dine handlinger.

Hvis terapeuten tilsidesætter egen værdioptimering til fordel for klientens værdioptimering, tager terapeuten ansvaret fra klienten. Klientens ansvar for egne valg og handlinger. Terapeuten bekræfter klienten i, at hun ikke kan selv. Dette er stik imod hele formålet med terapien. Et voksent menneske, der ikke vil tage ansvar for sin situation, vil ofte appellere til terapeuten med sin hjælpeløshed. Hun går i terapi for at få opmærksomhed på de vanskeligheder hun har, når hun ikke tager ansvar for sit liv. Det er dårlig terapi og helt imod klientens langsigtede interesse når klienten "hjælpes" i situationer, hvor klienten er i stand til at hjælpe sig selv. I gestaltterapien udtrykkes det således: " Du skal hjælpe så lidt som muligt og så meget som nødvendigt". Tilskyndelsen til at "hjælpe" må holdes i ave. Empati element får her en modsat funktion. Det er empatisk, fornuftigt, og udtryk for en reflekterende holdning hos terapeuten, ikke at hjælpe klienten. "Empati" er ikke et metaetisk element i psykoterapien, sådan som Klawonn forstår det.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

Begreberne "Værdi, "Fornuft" og "Empati" er metaetiske elementer, men i psykoterapi på gestaltterapeutisk grundlag, benyttes de ikke helt på samme måde som beskrevet af Klawonn.

Værdimaksimering i egen-sfæren over tid er for terapeuten en tilskyndelse til alt af positiv værdi i relation til erhvervet som terapeut og som menneske. De positive værdier er påvirket af samfundets normer og sædvaner, herunder Dansk Psykoterapeut Forenings etikregler, i et samspil med følelser, perception og eftertanke. Terapeutens grunduddannelse, efteruddannelse, praksiserfaring, supervision, egen terapi, udveksling af kollegiale synspunkter og erfaringer mm er eksempler på værdioptimering for terapeuten. Til al dette kommer naturligvis den værdimaksimering over tid, som alle reflekterende fornuftige mennesker opbygger i deres tilværelse. Al dette bruger terapeuten til at få et klart billede af klientens værdimaksimering over tid, i det der af terapeuten må opfattes som fremmed-sfæren. Metoden er fænomenologisk og teorigrundlaget er gestaltpsykologien. Terapeuten støtter med empati klientens opmærksomhed på det hensigtsmæssige og uhensigtsmæssige i processen omkring værdimaksimering. Terapeuten deler sine erfaringer med egen værdioptimering med klienten, hvis det er hensigtsmæssigt. Terapeuten deler sine tanker og følelser med klienten for at gøre bevidsthedsprocesserne tydeligere for klienten. Valget og ansvaret er i sidste ende klientens, naturligvis under forudsætning af, at klienten har friheden til at vælge.

Med fokus på klienten, i en form for individualiseret utilitarisme, er de metaetiske fænomener i psykoterapien på gestaltterapeutisk grundlag empati og værdioptimering over tid værdi¹⁷. Det er et spørgsmål om også valget og ansvaret er metaetiske elementer. Det vil jeg undersøge i det følgende.

Valget og ansvaret.

Ved ordet "ansvar", skriver Jean-Paul Sartre i bogen "Væren og intet"¹⁸, forstår vi i dets banale betydning: "bevidsthed (om) at være den ubestridelige ophavsmand til en bestemt begivenhed eller et objekt". Når jeg har friheden til at vælge eller at undlade at vælge, er det en logisk konsekvens, at jeg har ansvaret for mine valg, mine fravalg eller min passivitet, der jo også er et valg. Sartre udtrykker det således: "Jeg er dømt til at være fuldstændigt ansvarlig for mig selv".¹⁹

I anden del af Søren Kierkegaard's "Enten-Eller" behandles "valget" i form af to breve fra Assessor Wilhelm til personen "A". "A" er æstetikerens og Assessor Wilhelm er etikeren. Æstetikerens livsførelse og mening med tilværelsen er præget af valget af

¹⁷ Værdioptimering over tid indeholder de to Klawonnske begreber: Værdi og fornuft.

¹⁸ Forlaget Philosophia (2008) Århus side 451.

¹⁹ Side 453.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

overfladiske materielle og "ydre" ting. Etikeren har valgt at bygge en tilværelse op på selve holdningen til livet. Der er ikke tale om "valg af noget, ikke tale om realiteten af det valgte, men om realiteten af det at vælge".²⁰ At vælge sig selv er det højeste. "Da har sjælen set det højeste, hvad intet dødeligt øje kan se". "Han bliver ikke en anden end han var før, men han bliver sig selv". For Kierkegaard var "valget" eksistentielt og med en religiøs dimension. Ved at vælge sig selv tager man ansvaret for det liv, der er skænket en af det guddommelige. Søren Kierkegaards forfatterskab er præget af denne holdning til "valget". Vi er hver især ansvarlige for vores valg. Kierkegaard anviser ikke vejen til et bedre liv. Han stiller spørgsmål, så læseren selv må finde vejen og træffe sine valg. Sokrates livsholdning og måde at formidle sin viden på er forbilledet.

Sartre er inspireret af Kierkegaard, og gestaltterapien er inspireret af Sartre. Terapeuten har til stadighed fokus på klientens valg og ansvar for disse valg. Sproget røber ofte klientens ubevidste uansvarlighed. Undskyldninger og bortforklaringer er det mest almindelige, men også de såkaldte forbeholdsord som "vistnok", "måske", "nok" og "gerne" røber, at klienten ikke er villig til at træffe et valg eller tage ansvaret for det valg, der allerede er truffet. Sartres påpegning af det logisk indlysende i, at vi er ansvarlige for vore valg, er ikke altid indlysende, når klienten i konkrete situationer konfronteres med handlinger eller udtalelser hun nødvendig vil stå ved. Terapeuten spørger: "Hvis ikke du er ansvarlig, hvem er så"? "Hvordan og hvornår kommer det ansvar til udtryk"? Terapeuten svigter sit ansvar, hvis han ikke holder klienten fast i eget ansvar, eller gør det tydeligt for klienten, at hun ikke har truffet en beslutning – ikke valgt, men blot "lader som om" hun har. Piet Heins lille Gruk siger det på sin måde: "Ting jeg *gerne* vil er fjerne. Ting jeg *vil*, når jeg til, thi *at ville* er en lille smule mere end *gerne ville*".

Klientens manipulation med sig selv og omgivelserne skal tydeliggøres. Processen skal undersøges og klienten skal indse, at det er nødvendigt at tage ansvaret for eget liv, hvis man ønsker at leve et liv i overensstemmelse med egne ønsker og behov. Det kan være hensigtsmæssigt at gå tilbage i klientens historie. Tilbage til en barndom, hvor barnet var "tvunget" til at vælge far eller mor frem for sig selv. Historier om forældrereaktioner på barnets manglende lyst til f.eks. at gå ned med skraldespanden, efter at være blevet spurgt om hun ville gøre det. Barnet tror, at hun kan svare i overensstemmelse med egne behov, men må så lære, at spørgsmål skal besvares med et bekræftende tilsagn. Sker det ikke, bliver mor skuffet og vred – "især, når hun tænker på alt det hun gør for sin lille pige". Skyld og skam bliver naturlige følgesvende til en afvisning. Barnet lærer, at hun ikke må sige "nej". Vælger hun sig selv, får hun skyldfølelse. Her er skyld og skam ikke en ledetråd til at gøre det rigtige. Forældrene har brugt disse to voldsomt ubehagelige fornemmelser i opdragelsen til at få barnet til at gøre, hvad forældrene ønsker, uden hensyn til om barnets handling eller undladelse i

²⁰ Kierkegaard, Søren "Enten-Eller" Anden Del. Side 166 ff.

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

Øvrigt er almindeligt accepteret i den sociale sammenhæng de optræder i. Skyld og skam er frataget barnet som rettesnor for rigtig eller forkert. I den terapeutiske proces isoleres bevidsthedsfænomenerne "skyld og skam" og den forståelsesmæssige del af processen får en helt afgørende betydning. Det er lidt af en "ah-ah" oplevelse for klienten og en stærk tilskyndelse til at ændre adfærd.

"Frihed" defineres ofte som "fri for tvang". Hvis jeg tvinges til en handling er dette ikke et valg. Valget forudsætter frihed til at vælge. Hvis jeg tvinges til en handling, er jeg ikke ansvarlig for handlingen og dens konsekvenser. I valget ligger ansvaret. Ansvar forudsætter frihed.

Terapien foregår indenfor de rammer som klientens frihed, og dermed ansvar, omfatter. I de situationer, hvor klienten har friheden til at vælge, har klienten ansvaret. Hvis terapeuten fratager klienten friheden til at vælge og dermed ansvaret, er der tale om negativ værdiforvaltning. Værdiforvaltning, fornuft og empati har som underliggende forudsætning friheden til at vælge og dermed ansvaret.

Konklusion.

Grundelementerne i en moralsk handling i relation til terapeuten indeholder de Klawonnske elementer med indføjelse af et yderligere element, nemlig ansvaret. Terapeutens fokus er klientens værdiforvaltning, fornuft – og klientens ansvarlighed. Den moralske rigtige handling i terapien er en empatisk støtte til klientens ansvarlighed i egen værdiforvaltning over tid. Handlingen har et latent eller aktuelt altruistisk element.

Klienten støttes til at finde, hvad der for hende er rigtigt eller forkert i et moralsk udsagn ved en opmærksomhed på samspillet mellem perception, følelser og fornemmelser samt eftertanke i den konkrete situation. Eftertanke dækker over værdierfaring, viden og forudseenhed. I videns begrebet ligger viden formidlet til klienten fra de kulturelle og sociale lag samt de normer og konventioner, der gælder i det samfund klienten tilhører. Klientens viden skal være integreret i hende som en naturlig accepteret sandhed – en etisk subjektiv relativisme. Her vil samspillet mellem følelser, tanker og perception udgøre et hele i harmoni. Såfremt klienten ikke har integreret de sociale normer og konventioner, men "slugt dem rå", vil samspillet ikke fungere. Terapeutens opgave vil så være at støtte til en integrationsproces eller til at hjælpe klienten af med de "ufordøjede" værdisæt. Terapeutens eget værdisæt vil her være ledetråden i processen med enten en integration eller en udskillelse af de "ufordøjede" normer og konventioner. "Den gyldne regel": "Du skal behandle andre, som du selv ønsker at blive behandlet", er en anden vigtig ledetråd.

Opfattelsen af sand eller falsk, rigtigt eller forkert, som en subjektiv relativistisk sandhed, vil i samme tid og sted, i de samme samfundslag være nogenlunde ensartet for befolkningsgrupperne, først og fremmest fordi de udsættes for samme

Moralens grundbegreber i psykoterapi.

Erik B. Smith.

kulturelle og religiøse påvirkning i form af eksplicitte og implicitte normer og konventioner. Konventionalismen lægger de ydre rammer for den individuelle opfattelse.

Sand/falsk, rigtig/forkert problemet afgøres således i et harmonisk samspil mellem integreret eftertanke, følelser og det perciperede i den konkrete situation.²¹

Den etiske absolutisme.

Findes der sandheder om godt og ondt, der er uafhængig og uforanderlig af menneskelige vilkår?

”Det er forkert at slå uskyldige mennesker ihjel”. ”Det er forkert at forvolde uskyldige mennesker fysisk smerte og skade”. Moralsk absolutisme vedrører moralske sandheder uafhængig af tid, sted og situation. ”Det er forkert at dræbe eller skade et uskyldigt menneske”. Denne sandhed er absolut og gælder i alle situationer uafhængig af tid og sted. Personer der gør det, véd det er uacceptabelt og lever de i et retssamfund vil de vil blive udstødt af fællesskabet. Lever de i et retsløst samfund, som f.eks. det nazistiske voldsregime før og under 2. verdenskrig, er det min opfattelse, at de, der udførte ugerningerne mod især jøderne, var klar over, at de krænkede en absolut moralsk regel. Tankevirksomheden var afsporet og uden kontakt til resten af kroppen At skade eller slå uskyldige mennesker ihjel kan kun ske, hvis voldsmanden lukker af for sine følelser. Der er ingen harmoni mellem de tre zoner. Voldshandlingen er ikke integreret som noget naturligt og accepteret i personen. Voldshandlingen er et ”ufordøjet fremmedelement” i personen. Jøderne blev gjort til ”ikke-uskyldige”, for på den måde ikke at krænke en absolut sandhed. Pol-Pot regimet i Cambodja eller borgerkrigen i Ex-Jugoslavien er andre eksempler. Personer, der udførte disse ugerninger, fik efterfølgende travlt med at flygte fra deres ansvar. Hvorfor? Fordi de vidste, det var forkert, og de vidste, de krænkede en absolut moralsk norm. Undskyldninger og bortforklaringer har til formål at holde skammen – og straffen- fra livet. Man har ikke behov for undskyldninger og bortforklaringer, hvis man gør, hvad man finder rigtigt. Der er ingen skam, og bliver man alligevel straffet, er det uretfærdigt.

FN's menneskeretskonvention er et forsøg på at tydeliggøre og få tilslutning til en moralsk erkendelse om en absolut moralsk orden. Moralsk absolutisme for stater og borgere.

²¹ Psykisk sygdom og psykopati har ikke dette harmoniske samspil. Se også Klinisk Neuropsykologi side 212 ff.

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

Epilog.

Jeg har i opgaven undersøgt og påvist, at der findes objektive moralske egenskaber i psykoterapien. Jeg har endvidere påvist, hvordan værdibegrebet er et subjektivt begreb, hvor spørgsmålet om god/dårlig eller sand/ falsk afgøres i en individuel proces i den konkrete situation. En moralsk absolut sandhed vil i denne individuelle proces, i en hvilken som helst situation, uanset tid og sted, altid indebære samme resultat. Bortset fra de få absolutte sandheder, der altid giver samme resultat, vil den individuelle proces i erkendelsen af sand/falsk eller god/dårlig i andre situationer, være påvirket af opdragelse, uddannelse, sæder og normer, kulturelt og historisk. Terapeuten vil være påvirket af Dansk Psykoterapeut Forenings Etikregler. Den enkelte finder sin egen sandhed indenfor disse rammer. Der er her tale om en subjektiv realisme, hvor den yderste grænse som udgangspunkt vil være den etiske realisme, fordi en nogenlunde ensartet opfattelse af, hvad der er sandt/falsk eller rigtig/forkert er fundamentet i ethvert samfund og i alle sociale grupper.

Anslag: 61.479

Litteratur.

Buber, Martin.(1997) *Jeg og Du*. Hans Reitzels Forlag. København.

Fog, Jette. (1998) *Saglig medmenneskelighed*. Hans Reitzels Forlag. København.

Fog, Jette og Hem, Lars.(2009) *Psykoterapi og erkendelse*. Akademisk Forlag. København.

Gade, Anders m.fl.(2009) *Klinisk neuropsykologi*. Frydenlund. København

Hougaard Esben. *Psykoterapi. Teori og forskning*.(1996) Dansk psykologisk Forlag. København. Side 21. pt.3 (Korchin, 1976.) (note 3.)

Hostrup, Hanne(1999) *Gestaltterapi*. København. Hans Reitzels Forlag. (note 4)

Moralens grundbegreber i psykoterapi. Erik B. Smith.

Husserl, Edmund (2002) *Ideen zu einer reinen Phänomenologischen Philosophie*. Tübingen. Max Neimeyer Verlag.(note 7)

Kierkegaard, Søren (2009) *Enten-Eller*". Anden Del. Gyldendal. København. (note 18)

Klawonn, Erich. (1996) *Udkast til en teori om moralens grundlag*. Odense Universitetsforlag. (note 9)

Koffka, K. (1962) *Principles of Gestalt Psychology*.Routledge & Kegan Paul Ltd. London

Köhler, Wolfgang.(1972) *Gestaltpsychologi*.Vintens Forlag. Viborg.

Perls, Frederick S. (1984) *Gestalterapiens metode*. Munksgaard. København.

Sartre, Jean-Paul (2008) *Væren og intet*. Forlaget Philosophia. Århus. (note 16)

Scheler, Max (1966) *Der Formalismus In Der Ethik Und Die Materiale Wertethik*. Bind 2. (note14)

Tagney, June Price. Dearing, Ronda L.(2004) *Shame and Guilt*, The Guilford Press. London. (note13)

Yontef, Gary M. (1993) *Awareness, Dialoge & Process*.The Gestalt Journal Press.Inc. USA.