

# Madanes

## og strategisk psykoterapi

I et seminar med sydamerikanske Cloé Madanes blev deltagerne præsenteret for strategisk psykoterapi. Seminaret spændte over forelæsninger med case-eksempler såvel som et tv-show for fuld udblæsning.

**Indblik** ■ Af Irene Christiansen

■ Strategisk psykoterapi indtager ligesom en del anden terapi et interaktionelt standpunkt: Det er menneskets sociale kontekst, der er central, og hvis der er problemer hermed, rettes den terapeutiske intervention imod det interrelationelle. Problemer opstår og udvikler sig imellem mennesker, hovedsagelig i familier og parrelationer, og ikke i det enkelte menneske for sig. En logisk følge af en sådan forståelse er at forsøge at forandre relationen/relationerne og inddrage flere end blot et enkelt menneske i den terapeutiske forandringsopgave.

Cloé Madanes, som i oktober 2008 gæstede København i forbindelse med DPSP's seminar, beskæftiger sig med de basale forhold, der skal være på plads, for at et sådant terapeutisk arbejde kan sættes i gang. Hun fremdrager evnen til empati, herunder at psykologen i terapien med familier eller par bliver indlejret i klienternes kontekst og nærmest skal kunne føle et ekko i sig selv som reaktion på klienternes interaktionelle problemer. Dernæst bringer hun humor på banen, som kan være med til at gøre psykologen interessant for klienterne. (Igennem hele seminaret demonstrerede Cloé Madanes sin egen slagfærdighed i denne henseende!).

Men også optimisme er en vigtig ingrediens, fordi psykologen dermed viser, at alle problemer kan løses – selv døden, om end dette kun kan ske ad spirituel vej. Anskues

problemer i lyset af commonsense og uden brug af diagnosticering, vil psykologen kunne vise klienterne den respekt, de har krav på, mener Madanes. Terapi drejer sig helt konkret om ondt i sjælen, også i tilfælde af vold, hvor både 'offeret' og 'krænkeren' har krav på at blive forstået. Begge føler de sig unikke i deres lidelse.

### De gode direktivers kunst

Med samvittighedsfuldhed, som er endnu et terapeutisk krav i strategisk psykoterapi, skal psykologen få klienterne til at følge gode råd eller såkaldte direktiver. De gode råd eller direktiverne skal alle tage afsæt i klienternes egne værdier. Lettest bliver disse råd formidlet, såfremt psykologen er opmærksom på at bruge ord fra klienternes eget dagligdags sprog, især hvis der er tale om etniske klienter eller mennesker, som tilhører andre minoriteter. Fokus lægges på nutiden og fremtiden, selv om stridsøksen i det psykoanalytiske anliggende om fortidens betydning omsider synes at være begravet: I dag, siger Madanes, er hun klar over, hvor vigtigt det kan være via tiltag i nutiden at hjælpe klienter til at ændre opfattelsen af deres fortid, især hvis der har været tale om vold, og hvis spørgsmål om, hvem gjorde hvad mod hvem, fortsat rumsterer i deres sind.

Familien anses som den ultimative selvhjælpsgruppe, og i forhold til denne gruppe bliver det for psykologen en ud-



FOTOS: NINA LEMVIGH-MÜLLER

fordring at genoprette de ældres status som dem, der kan opdrage og vejlede de yngre medlemmer – ja, i det hele taget at genoprette selvhjælpsfunktionen i den familie, hvor forandring skal finde sted. Hvis der er tale om vold i familien eller parret, bør den voldelige anses som et umodent – i betydningen ufærdigt – menneske, som via voldelige handlinger tilraner sig en status som betydningsfuld. Også her kan det blive de ældre generationer, der skal sørge for, at den voldelige får en chance til for at vokse helt op.

Familier er i øvrigt ikke noget entydigt begreb og bør hverken forstås som en kerne eller som et udvidet flerfamilie-fænomen som i det moderne liv, men snarere som samlet drive eller som energi. I den klassiske Minuchin'ske tænkning i familiære subsystemer afskæres nogle subsystemer fra at deltage i de andre subsystemers kommunikation. Madanes udpeger særlige kulturelt betingede familiemønstre, såsom den børnecentrerede familie, hvor forældrene ikke kan forestille sig at gøre noget uden børnene. De formår end ikke at vise deres børn, at de har ret til intimitet i deres eget selskab og har sågar undladt at sætte en nøgle i soveværelsesdøren, hvormed børnene også her har ubegrænset adgang til forældrene. Derudover fokuseres der i sådanne familier alt for meget på pligter og at være organiseret frem for at have det sjovt og dyrke kærligheden, hvilket Madanes åbent problematiserer. I forhold til sådan-

ne problemer kan hun finde på at bruge coaching til at få parret til at engagere sig i hinanden på ny.

Ritualer kan også vise sig brugbare. Jo mere alvorlige problemer, jo mere ekstreme ritualer kan parret blive pålagt i strategisk psykoterapi. Befinder parret sig lige på randen af en skilsmisse, kan de opfordres til at tage deres vielsesringe af og først tage dem på igen, når de helhjertet er parate hertil. Det ses også, at visse par begiver sig op ad kirkegulvet igen sammen, når de er nået frem til løsninger på deres problemer.

En anden håndgribelig strategi kan være at få parret til at skabe fælles positive erindringer for at højne deres selvfølelse og dermed få dem i kontakt med følelsen af kærlighed igen. Samtidig med at skabe erindringer kan kravet om at betegne fortiden som forældet også bruges. Forældelsesfristen er en vigtig lov i et demokrati og burde også gælde for par, understreger Madanes, da det er undergravende for et parforhold, hvis der hele tiden tværes rundt i gamle fejl og fortrædeligheder.

I stil med lovbrud kan der også uddeles bøder i den Madanes'ske terapi, således at parterne lærer at tage ansvar for det, der generer eller gør livet uudholdeligt for deres partner. Den mand, der fx altid kommer for sent til en aftale med sin kone, skal betale bestemte rater for omfanget af forsinkelsen og lignende, og der tages naturligvis højde for

>

## FAKTA ■ Baggrund

Dansk Psykoterapeutisk Selskab for Psykologer, DPSP, afholdt seminaret med Cloé Madanes 3. oktober 2008 i København. Der var 150 psykologer på deltagerlisten, og dagens program blev gennemført med hovedgæsten som enetaler samt med forskellige videooptagelser. Cloé Madanes er uddannet fra University of Buenos Aires og har arbejdet mange år i USA. Ud over at have erhvervet sig en dokortitel i 'Humane Letters' ved University of San Francisco har hun forfattet en række bøger inden for det psykoterapeutiske område.

- > forskelle i indtægt, således at bøden kommer til at kunne mærkes. Spørgsmål om penge kan alt i alt betyde enorme problemer i parforhold, af hvilken grund dette særdeles konkrete anliggende bør vies eksplicit opmærksomhed i strategisk intervention.

### Envejspejl og action

Cloé Madanes arbejder via envejspejl og står i direkte telefonisk forbindelse med terapeuten i terapilokalet. Selve terapien bliver desuden videooptaget, således at terapeuten kan holdes ansvarlig for dét, der foregår i dette rum. På samme måde er supervisor (her Madanes) også ansvarlig for terapeutens arbejde, og supervisor tjekkes ligeledes af andre supervisorer eller lærere.

I en konkret terapisisituation med et ægtepar, hvor manden er splittet mellem sin kone og sin egen mor, får manden besked på af terapeuten (på Madanes' foranledning), at han skal ringe direkte fra terapilokalet til sin mor for at understrege over for hende, at hans kone er og bliver hans første prioritet, og at hun er en god mor for hans børn. Denne direkte opfordring til action, som føres ud i livet, ender i et forløsende moment i denne terapi, idet konen overværer mandens tilkendegivelse. Problemet løses uafhængigt af eventuelle magtforhold i parret og ligeledes imellem mor og søn, og interventionen baseres alene på logik og positive forventninger, lyder Madanes' forklaring.

I Vesten handler ægteskab om romantisk kærlighed, men det er langt fra altid, at to parter kan give hinanden det, som de hver især har brug for. Det bliver derfor afgørende i terapi at forstå hinandens behov og at bringe almindelig sund fornuft ind i relationen. Terapeuter bør altid ty til de enkleste løsninger og ikke komplicere forholdene med besværlige tiltag, pointerer Madanes.

### Populærpsykologi i praksis

Elementer fra strategisk psykoterapi kan blive brugt i forebyggende øjemed fx i institutioner som skoler, kirker, for-

eninger og lignende. Det er uddannelse og intelligens, der er den allermest sikre stopklods for menneskelig dysfunktion og relationelle sammenbrud som fx skilsmisse. Det er desuden vigtigt at få mennesker til at se på deres situation i et andet lys end som ofre.

På dette tidspunkt i seminarprogrammet lader Madanes bestsellerforfatteren og den motivationelle taler Tony Robbins tage over ved på video at vise en af hans seancer, som hun kommenterer undervejs. På videoen arbejder Tony Robbins fra podiet på en scene over for en stor forsamling, (flere tusinde kan være til stede på samme tid), hvorfra han udvælger sig et menneske, hvis problemer han forsøger at løse her og nu. Mens der foregår en 'forvandling' i dette menneske for øjnene af hele forsamlingen, formodes det, at mange vil identificere sig med fokuspersonens problemer, således at mange i salen til slut gerne skulle føle sig forandrede.

Den bagvedliggende tankegang hos Tony Robbins, som understøttes af det samarbejde, han har med Cloé Madanes, går ud på, at ethvert menneske træffer nogle nøglebeslutninger i løbet af barndommen, som kan gå hen og blive destruktive i løbet af det voksne liv. Jo tidligere sådanne



nøglebeslutninger træffes, des mere sejlivede synes de at være, samt jo mere presserende omstændigheder der har ligget til grund for nøglebeslutningerne, des mere dominerende bliver disse nøglebeslutninger i pågældendes tilværelse – også i forhold til andre.

Har et menneske fx på grund af en forælders voldelige adfærd besluttet sig for aldrig at vise svaghed såsom at græde eller bede andre om hjælp, kan en sådan nøglebeslutning i høj grad påvirke forholdet til dette menneskes nærmeste, herunder pågældendes egne børn senere i livet. Børnene har nemlig kun en stålsat rollemodel at orientere sig efter, som sandsynligvis tilmed kan virke kold, uforsonlig og selvtilstrækkelig.

I Robbins-Madanes-samarbejdet opereres der med følgende syv trin i det offentlige forandringsarbejde:

1. Klientens begrænsende identitet udfordres af terapeuten (fx udfordrer terapeuten en kvindelig klients lighed med en 'stærk' mand i holdning og adfærd).

2. Klienten hjælpes til at forstå egne nøglebeslutninger og de begrænsende konsekvenser heraf (fx kan den 'stærke' facade oprindeligt handle om at beskytte sig selv i forhold til en voldelig far i barndommen, men klientens 'stærke' og 'mandhaftige' fremtræden kan blive en svaghed i forhold til klientens nærmeste senere i livet).

3. Klienten hjælpes til følelsesmæssigt at forholde sig til konsekvenserne af egne nøglebeslutninger (fx kan det ske, at klienten ikke kan tåle tegn på svaghed hos andre, og at hun fornægter sin egen femininitet, hvilket kan forplumre forholdet til andre kvinder i klientens liv, såsom forholdet til en søster, en svigerdatter m.fl.).

4. Klienten hjælpes til at forpligte sig til at ændre de negative følger af nøglebeslutningerne (fx kan klienten arbej-

de med at vise sig sårbar over for sin voksne søn, som har været vant til en mandhaftig mor i hele sin barndom, og som i sit eget liv bakser med at fastholde kvinder, som har mere femininitet intakt end moderen).

5. Klienten støttes i at opbygge emotionelle ressourcer ved at reflektere over kommende succes via sine nye handlinger (hensigten hermed er hovedsagelig at forebygge eventuelle skamfølelser i klienten).

6. Der ledes efter strategier, som klienten kan benytte sig af i arbejdet med at genvinde hele sin identitet (fx kan klienten klæde sig mere feminint, lære mere feminine kropsholdninger og som nævnt konfrontere inderkredsen med sin sårbarhed og behov for støtte og hjælp).

7. Endelig skal klienten igangsætte helt specifikke handlinger, men før dette arbejdes der med at visualisere disse handlingers fordele (fx kan de konkrete tiltag under punkt 6 visualiseres og eventuelt afprøves i det små over for hele den Robbins'ske forsamling med symbolske beklædningsgenstande, der signalerer femininitet).

### Faglighed eller provokation?

Det er vigtigt altid at være parat til at udfordre ting, der tages for givet – især i terapi, hvor menneskers fremtidige trivsel blandt andet kan afhænge af psykologers måde at arbejde på. Clóé Madanes udfordrer på det kraftigste den forskrækkelse over for gode råd om helt konkrete og jordnære handlinger, der generelt kan påstås at præge samtalerapi: Hvorfor melder psykologen ikke bare helt klart ud af posen, hvad klienten skal gøre for at få det bedre? Måske kan der lirkes lidt på grænsen for, hvor direkte psykologen kan tillade sig at være – dette er helt bestemt en række overvejelser værd – men ellers handler psykologens til-

>





- > bageholdenhed om respekten for klientens liv samt for vedkommendes egne valg og løsninger.

Seminaret indeholdt mange fornuftige humanistiske, systemiske og ja, også sympatiske overvejelser, men der var til gengæld ingen konkrete eksempler på systematisk indhentet empiri, ingen overvejelser om effekt – andet end den form for 'effekt', som var kommet Madanes for øre efterfølgende, eller de 'her og nu'-virkninger, som sås i terapirummet, fx da den trængte ægtemand ringede til sin mor for at erklære sin hengivenhed for sin kone.

Madanes berettede selv så godt som intet om egne fejl eller behandlingsmæssige fiaskoer, endsig gjorde sig overvejelser om kvindelig terapeutisk dominans og eventuelle 'ofre' efterfølgende for hendes egne tiltag. Og med Robbins' seance nåede vi helt ud i den allerværste form for følelses-pornografi: Den stakkels 'mandhaftige' kvinde, som blev

påduttet Miss Piggy-agtig udklædning og blev forført af Tony Robbins til at græde i fuld offentlighed, fik i hvert tilfælde mig til at krumme tæer.

Når udenlandske bidrag som Madanes' præsenteres i Danmark, er det værd at overveje, om tilgangen passer ind i et samfund som det danske? – i et land, hvor vi tager afstand fra de ældre i familierne som dem, 'der ved', og hvor vi ikke gerne lader os hundse rundt med af andre. Og i det hele taget at overveje, hvornår fagligheden ophører og bliver til populærpsykologisk provokation? – både uden for, men så sandelig også inden for de uddannede psykologers rækker.

*Irene Christiansen, cand.psych.*

