

# Hvad bevirker det, der virker?

”Men virker det?” Et spørgsmål, de fleste psykologer formentligt har mødt fra deres fagfæller, når talen falder på foretrukne psykoterapeutiske teorier, metoder og teknikker. Det er på sin vis ikke så mærkeligt. Som psykologer er vi selvfølgelig optaget af, hvordan vi mest effektivt og nøjagtigt skaber forandringer i vores praksis.

I vores iver efter at stille og besvare dette spørgsmål risikerer vi imidlertid at ophøje virkning fra et middel til at være et mål i sig selv. Det betyder, at virkning på mange måder er blevet det ubestridte sammenligningspunkt for enhver tænkelig behandlingsform.

Træder man et skridt tilbage, rammes man af en undren over mange af de sammenligninger, vi med stor selvfølghed foretager: På hvilket grundlag giver det fx mening at ligestille livslang medicinering med et afgrænset psykoterapeutisk forløb, for så vidt de to interventionsformer har samme effekt? Ja, hvordan kan fem års psykoanalyse fem dage om ugen sammenlignes med tolv sessioners kognitiv terapi ud fra et rent kvantitativt spørgsmål om virkning?

Kan de forandringer, sådanne forskelligartede interventionsformer bevirker, reduceres udelukkende til den mængde af virkning, de tilvejebringer? Det er muligt, at alle veje fører til Rom. Men er det virkelig de samme mennesker, der ankommer?

Inden for andre domæner af tilværelsen skelner vi med den største selvfølghed ud fra forandringers kvalitative forskelle. Eksempelvis hersker der enighed om, at vold ikke er en del af børneopdragelse på trods af dens potentielle kraftfulde effekt på børns adfærd. Begrundelsen er etisk, ikke teknisk. Kvalita-

tiv, ikke kvantitativ. Her er spørgsmålet ikke, hvad der virker, men hvilket menneske vores handlinger *be*-virker. Det centrale er altså, hvilken form for menneske sådanne handlinger producerer.

Vores anliggende er at bidrage til en opmærksomhed på, hvilke kvalitativt forskellige subjekter sådanne processer bidrager til. Med det mål at finde den mest effektive af alle veje, glemmer vi, at enhver bedring ledsages af et bestemt menneske. Om end bedringen kvantitativt er den samme, er den det aldrig kvalitativt.

Tanken om, at psykologer bidrager til produktionen af bestemte mennesker, dvs. specifikke måder at forholde sig til sig selv og verden på, vækker imidlertid skepsis blandt mange. Vores oplevelse er, at der flourerer et decideret tabu omkring magt i den terapeutiske praksis, hvor magt konsekvent associeres med magtmisbrug.

Det hænger antagelig sammen med en sejlivet fortælling om neutralitet som grundsten i terapeutisk etik. Men hvad er psykoterapi, om ikke simpelt hen en praksis, der forandrer mennesker? Og er enhver forandring ikke altid en forandring til noget bestemt?

Selv om terapeuten forholder sig neutralt, er effekten heraf det aldrig. Et tilsyneladende rent undersøgende spørgsmål som: ”Hvad føler du, er det rigtige at gøre?”, er ladet med magt og normativitet ved at etablere klienten som et menneske, der træffer uafhængige beslutninger med udgangspunkt i dennes følelsesliv. Det terapeutiske rum, ethvert spørgsmål og enhver intervention implicerer således altid magt. Om vi vil kendes ved den eller ej, slipper vi ikke af med den.

Spørgsmålet er derfor ikke, om der er magt i det terapeutiske rum, men hvad psykologer skal gøre med den?

Det terapeutiske rums magt består altså i forandringen af klienten. Mere specifikt i produktionen af et bestemt menneske, der som sådan ikke indfanges ved et kvantitativt bedrings- og effektmål. At vi kan måle en virkning i form af bedring hos klienten belyser ikke, hvilket menneske en sådan bedring ledsager – et omstillingsparat menneske, et menneske i kontakt med sine følelser, et selvbevidst eller historisk bevidst menneske.

Psykologiens etik består nu, mener vi, i at gøre sig dette bevidst og tage ansvar herfor. En sådan etik forudsætter magt som den kraft, hvormed der tages ansvar. Herved bliver magt og etik to sider af samme sag, som en kraft og dens retning. At tage magten på sig er at tage ansvar for, hvor magten bevæger klienten hen som menneske. Dette kræver en bevidsthed om, ikke blot hvad der virker, men hvad det, der virker, bevirker. ■

*Mikkel Reher-Langberg og Joachim Meier*