

Petruska Clarkson – *The Therapeutic Relationship*

Studiekompedium for psykoterapeutstuderende

1. Introduktion til Petruska Clarkson

Petruska Clarkson (1947-2006) var britisk psykoterapeut, forsker og underviser med baggrund i både humanistisk, psykodynamisk og integrativ psykoterapi.

The Therapeutic Relationship er en af de mest betydningsfulde bøger om den terapeutiske relation og er blevet en klassiker inden for integrativ psykoterapi.

Clarksons grundlæggende tese er:

Relationen er ikke én ting – den består af flere forskellige former for kontakt, som alle har terapeutisk betydning.

Hvor Stern fokuserer på mødeøjeblikke, og Yalom fokuserer på autenticitet og eksistentielt nærvær, forsøger Clarkson at skabe en systematisk model for at forstå relationen.

2. Bogens centrale bidrag

Clarksons vigtigste bidrag er modellen om:

De fem terapeutiske relationer

Hun argumenterer for, at der ikke findes én terapeutisk relation.

Der findes mindst fem forskellige relationelle dimensioner, som hele tiden er aktive i terapien.

Disse overlapper hinanden.

Nogle gange er én mere fremtrædende end de andre.

Oversigt over de fem relationer

Relation	Fokus
Arbejdsalliance	Samarbejde om terapiens mål
Overføringsrelation	Klientens gamle mønstre aktiveres
Udviklingsmæssigt reparerende relation	Nye korrigerende erfaringer
Person-til-person relation	Autentisk menneskeligt møde
Transpersonel relation	Noget større end de to personer

3. Arbejdsalliancen

Dette er den mest praktiske del af relationen.

Begrebet stammer blandt andet fra Edward Bordin.

Hvad består arbejdsalliancen af?

Tre elementer:

1. Fælles mål

Hvad arbejder vi hen imod?

2. Fælles opgaver

Hvordan gør vi det?

3. Relationelt bånd

Kan vi samarbejde?

Eksempel

Klient:

"Jeg ønsker mindre angst."

Terapeut:

"Lad os undersøge, hvad der udløser angsten, og arbejde med nye måder at håndtere den på."

Der opstår en arbejdsalliance.

Betydning

Forskning viser igen og igen:

Terapeutisk alliance er en af de stærkeste prædiktorer for resultat.

Ofte vigtigere end metode.

4. Overføringsrelationen

Dette begreb kommer primært fra psykoanalysen.

Hvad er overføring?

Klienten reagerer på terapeuten som om terapeuten var en person fra fortiden.

Eksempel

Klient:

"Jeg føler, at du er skuffet over mig."

Terapeuten har ikke udtrykt dette.

Klienten reagerer måske på tidligere erfaringer med kritiske forældre.

Hvorfor er overføring vigtig?

Fordi klientens relationelle mønstre bliver synlige.

Terapien bliver et mikrokosmos af klientens liv.

5. Modoverføring

Clarkson lægger stor vægt på terapeutens oplevelse.

Modoverføring er

Terapeutens følelsesmæssige reaktion på klienten.

Moderne forståelse

Tidligere så man modoverføring som terapeutens problem.

Clarkson ser det som information.

Eksempel

Terapeuten mærker pludselig:

- hjælpeløshed
- irritation
- træthed

Dette kan afspejle noget centralt i klientens relationelle verden.

6. Den udviklingsmæssigt reparerende relation

Dette er et af Clarksons vigtigste bidrag.

Grundideen

Mange klienter har manglet noget essentielt i deres tidlige relationer.

Eksempelvis:

- tryghed
 - anerkendelse
 - spejling
 - følelsesmæssig regulering
-

Terapiens opgave

At tilbyde nye relationelle erfaringer.

Ikke som erstatningsforælder.

Men som en korrigerende oplevelse.

Eksempel

Klienten forventer kritik.

Terapeuten møder klienten med respekt.

Langsomt opstår en ny erfaring:

"Jeg kan være mig selv uden at blive afvist."

7. Korrigerende emotionelle erfaringer

Clarkson bygger videre på Franz Alexander.

Definition

En følelsesmæssig oplevelse som modsiger gamle forventninger.

Eksempel

Gamle erfaring:

"Mine behov er for meget."

Ny terapeutisk erfaring:

"Mine behov bliver taget alvorligt."

Dette skaber mulighed for forandring.

8. Person-til-person relationen

Her nærmer Clarkson sig både Yalom og Buber.

Hvad er person-til-person relation?

To mennesker mødes som mennesker.

Ikke som roller.

Martin Bubers indflydelse

Buber beskriver:

Jeg-Du

Levende møde.

Jeg-Det

Objektgørelse.

Clarkson mener, at terapeutisk udvikling ofte sker gennem Jeg-Du møder.

Sammenhæng med Stern

Dette minder stærkt om:

- Moments of Meeting
 - Intersubjektivitet
-

9. Autenticitet

Clarkson understreger betydningen af terapeutens autenticitet.

Autenticitet betyder ikke

- privat venskab

- grænseløshed
 - spontan impulsivitet
-

Autenticitet betyder

- ærlighed
- nærvær
- kongruens

Klienten mærker forskellen.

10. Den transpersonelle relation

Dette er den mest komplekse del af Clarksons model.

Hvad betyder transpersonel?

At relationen nogle gange åbner mod noget større end de to individer.

Kan opleves som

- dyb forbindelse
 - spirituel erfaring
 - eksistentiel samhørighed
 - oplevelse af mening
-

Vigtigt

Clarkson taler ikke nødvendigvis om religion.

Hun beskriver en erfaring af dyb menneskelig forbundethed.

11. Terapi som relationelt system

Clarkson ser ikke terapi som:

Klient → terapeut

Hun ser terapi som:

Klient ↔ terapeut

Begge påvirker relationen.

Begge påvirkes af relationen.

12. Relationens udviklingsfaser

Relationen udvikler sig over tid.

Typisk ses:

Begyndelse

- usikkerhed
- afprøvning

Midte

- større tillid
- overføringsarbejde

Sen fase

- integration
 - afslutning
-

13. Brud i relationen

Clarkson understreger, at gode relationer ikke er konfliktfrie.

Alliancebrud

Kan vise sig som:

- tavshed
 - modstand
 - afstand
 - irritation
-

Terapeutisk mulighed

Når brud undersøges åbent, kan de styrke relationen.

Eksempel

Terapeut:

"Jeg oplever, at der kom lidt afstand mellem os sidste gang. Hvordan var det for dig?"

Dette åbner ofte for vigtigt arbejde.

14. Afhængighed og grænser

Et centralt dilemma i terapi.

Risiko

Klienten kan opleve terapeuten som den eneste trygge relation.

Opgaven

Terapeuten skal:

- tilbyde nærhed
 - bevare grænser
 - støtte autonomi
-

15. Integration af forskellige terapiretninger

Clarksons model er integrativ.

Hun bygger på:

- psykoanalyse
 - gestalt
 - personcentreret terapi
 - eksistentiel terapi
 - udviklingspsykologi
-

Pointen

Ingen enkelt teori kan beskrive hele relationen.

De fem relationer hjælper terapeuten til at arbejde mere fleksibelt.

16. Sammenhæng med Stern og Yalom

Stern

Fokus på mødeøjeblikke.

Yalom

Fokus på autenticitet.

Clarkson

Fokus på relationens forskellige lag.

Stern	Yalom	Clarkson
Nuværende øjeblik	Her-og-nu	Relationelle dimensioner
Intersubjektivitet	Autenticitet	Fem relationer
Moments of Meeting	Menneskeligt møde	Person-til-person relation
Relationel erfaring	Helende relation	Korrigerende erfaring

17. Relevans for ID Academy

Clarksons model passer særdeles godt til en integrativ og eksistentiel psykoterapeutisk forståelse.

Kontakt

Alle fem relationer handler om kontakt.

Relation før metode

Et tema som senere genfindes hos Sverker Belin.

Nærvær

Person-til-person relationen kræver nærvær.

Udvikling

Korrigerende relationelle erfaringer skaber vækst.

Eksistentiel dimension

Den transpersonelle relation åbner for mening og eksistentiel refleksion.

18. Kritik af Clarkson

Kan virke kompleks

Fem relationer kan være svære at holde adskilt i praksis.

Begrænset empirisk forskning

Den transpersonelle dimension er vanskelig at undersøge videnskabeligt.

Risiko for overfortolkning

Terapeuten kan komme til at se relationelle processer overalt.

Centrale læringspointer

Husk især

1. Der findes ikke kun én terapeutisk relation

Der findes mindst fem.

2. Arbejdsalliancen er afgørende

Samarbejde skaber fundamentet.

3. Overføring gør gamle mønstre synlige

Terapi bliver et relationelt laboratorium.

4. Nye relationelle erfaringer skaber forandring

Korrigerende oplevelser er centrale.

5. Person-til-person mødet har transformerende kraft

Ægte kontakt er helende.

6. Relationen rummer også en eksistentiel dimension

Terapi handler ikke kun om symptomer.

Studieskema

Relationstype	Beskrivelse	Terapeutisk funktion
Arbejdsalliance	Samarbejde om mål	Skaber struktur
Overføring	Gamle mønstre aktiveres	Gør ubevidste temaer synlige
Modoverføring	Terapeutens respons	Kilde til forståelse
Reparerende relation	Nye erfaringer	Fremmer udvikling
Person-til-person	Autentisk møde	Skaber dyb kontakt
Transpersonel	Oplevelse af noget større	Mening og sammenhæng

Refleksionsspørgsmål til undervisning

1. Hvilken af Clarksons fem relationer oplever du som mest central?
2. Hvordan adskiller arbejdsalliancen sig fra person-til-person relationen?
3. Hvordan kan overføring blive en ressource i terapien?
4. Hvilken betydning har korrigerende emotionelle erfaringer?
5. Hvordan hænger Clarksons model sammen med Sterns "Moments of Meeting"?
6. Hvordan kan den transpersonelle dimension forstås uden at blive religiøs?

Kort eksamensopsummering

Hvis du kun skal huske én sætning fra bogen:

Terapeutisk forandring opstår gennem flere samtidige relationelle processer, hvor alliance, overføring, autentisk møde og nye relationelle erfaringer sammen skaber udvikling.

Kort sammenfatning i punktform

- Clarkson beskriver fem forskellige terapeutiske relationer.
- Arbejdsalliancen er fundamentet for samarbejdet.
- Overføring og modoverføring giver adgang til klientens relationelle mønstre.
- Terapi tilbyder korrigerende emotionelle erfaringer.
- Person-til-person mødet har en særlig helende kraft.

- Relationen rummer også en eksistentiel og transpersonel dimension.
- Bogen fungerer som et integrativt bindeled mellem Stern, Yalom og senere Belins *Relation før metode*.

Næste bog i den mest logiske studierækkefølge:

Sverker Belin – *Relation før metode*, fordi den på mange måder viderefører Clarksons centrale pointe om, at relationen er vigtigere end den specifikke terapeutiske teknik.