

Set og forstået - Om det psykoanalytiske rum

Af Gudrun Bodin
Polen, Forlaget Underskoven 2019
ISBN 978-87-90767-21-1

Anmeldt af
Marie Elbinger Gramstrup¹

For mange år siden læste jeg med stor fornøjelse og interesse en kendt forfatters beretning om sin psykoanalyse. Fire gange om ugen i ni år og med mange ambivalente følelser undervejs i forløbet. Det var en fascinerende og åbenhjertig fortælling om analysandens liv, proces og skiftende syn på analytikerens igennem processen. Forfatteren fortalte bl.a. om sin fortvivelse over ikke at få gode råd af sin analytiker, når hun havde allermest brug for det. Hun beskrev analytikerens rolle som en "færgemand" mellem det bevidste og det ubevidste, som ikke kunne give køb på den rolle, og derfor ikke kunne give råd om, hvordan analysanden skulle håndtere virkeligheden. Samtidig beskrev hun glæden ved stilheden sammen med analytikerens og forvisningen om, at analytikerens rolle ikke ville overfalde hende med "analytisk vrøvl", men pænt vente til hun var klar til at gå videre.

Forfatteren er Katrine Marie Guldager, som både før og siden sin bog "Lysgrænsen – En psykoanalyse" har skrevet flere anerkendte bøger, og som også aktuelt har en stemme i samtidsdebatten i Danmark, bl.a. som klummeskribent for Politiken. Nu har Katrine Marie Guldagers psykoanalytiker Gudrun Bodin, så løftet sløret lidt for processen set fra analytikerens stol, der bag briksen. Det gør hun i sin bog "Set og forstået". Gudrun Bodin fortæller bl.a., at

1. Marie Elbinger Gramstrup er privatpraktiserende psykolog, specialist og supervisor i klinisk psykologi og organisationsanalytiker, M.P. Bruunsgade 36, 2.th. 8000 Aarhus C, marie@elbingergramstrup.dk

Katrine Marie Guldager var analysand hos hende i en periode, hvor hendes teoretiske ståsted og praksis forandrede sig fra en mere egopsykologisk tilgang i retningen af mere objekt-relations-tænkning og en mere empatisk udforskning af analysandens selv-oplevelser. Gudrun Bodin skriver direkte (p. 130), at hvis hun havde haft en mere solid forankring i objekt-relations-tænkningen, da Katrine Marie Guldager startede i analyse hos hende, så ville hun fra begyndelsen have fokuseret på deres relation, og hvilke følelser relationen vakte hos Katrine Marie Guldager. Og hvis hun havde mærket, at analytikerens tavshed havde generet Katrine Marie Guldager, så ville hun have undersøgt hvordan og hvorfor. Alt sammen ud fra den nye forståelse, at analysander har *et* behov, som skal tilfredsstilles, og det er behovet for at forstå forholdet mellem analytiker og analysand.

Hele bogen "Set og forstået" er skrevet netop i den ånd og med den viden, at der er brug for, at analysander og folk generelt ved noget om, hvad forholdet mellem analytiker og analysand er, og hvad der egentlig foregår i det psykoanalytiske rum, og hvordan dette rum adskiller sig fra almindelig psykoterapi. Gudrun Bodin er uddannet psykolog og har været privatpraktiserende psykoanalytiker siden 1986, hvor hun har haft børn, unge og voksne i terapi og i psykoanalyse. Bogen afspejler denne bredde. Der er casebeskrivelser af forløb med alle de tre aldersgrupper, hvilket er meget meningsfuldt og berigende. Psykoanalysen har jo altid haft en tæt tilknytning til udviklingspsykologien og forståelsen af barnets psykiske udvikling, men alligevel er det ikke ofte, man møder nogen, der i deres praksis rummer denne bredde. Det er Gudrun Bodins force, og måske er dette også medvirkende til, at hun med bogen formår at gøre, hvad hun har sat sig for. Nemlig på en meget pædagogisk måde at formidle til ikke-fagfolk, hvad psykoanalyse egentlig er. F.eks. gør hun nogle svært tilgængelige psykoanalytiske begreber levende og forståelige. Hun fortæller om, hvordan man kan tænke i to positioner og oversætter på den måde Melanie Kleins begreber om den "skizoparanoide position" og den "depressive position". Og hun fortæller om det mentale fordøjelsessystem, og hvordan vi tackler de forskellige former for psykisk smerte, som er et menneskeligt grundvilkår. Hun nævner tre grundvilkår: at vi er afhængige af gode relationer, og af dem vi elsker og er knyttet til. At vi må lære at tåle følelsen af at være ekskluderet, og at være udenfor en relation. Samt at vi skal tolerere de følelser, som vækkes ved den lange række af separationer eller adskillelser, som naturligt er en del af livet. Hun fortæller om forsvarsmekanismen "lad-være-med-at-tænke-metoden", som er meget nem at forstå, især fordi den illustreres levende med case beskrivelser. Hvis man er mere interesseret i den

psykoanalytiske teori, er der løbende litteraturhenvisninger til original psykoanalytisk litteratur.

Som et kuriosum handler det sidste kapitel i bogen om Gudrun Bodins udvikling af en psykoanalytisk identitet belyst gennem nogle af hendes konsultationsværelser, og her er nogle fine overvejelser om såvel beliggenhed som indretning samt overvejelser om analysandernes sikkerhed og tryghed i forhold til at dele venteværelse med kolleger. Interessant er det da også, at Katrine Marie Guldager flere steder i sin bog "Lysgrænsen" omtaler Gudrun Bodins konsultationsrum, såvel positivt som negativt men altid med en følsomhed, som måske kunne have været et berigende element at have inddraget i analysen, hvis Katrine Marie Guldager altså havde sagt noget om det. Hun skriver p. 168:

"Om vinteren lå jeg der med mit store fodtøj og var bange for at tæppet nu blev beskidt, ofte frøs jeg en smule, fordi blodet løber langsommere, når man ligger ned. En periode var jeg bekymret for, om hun havde lukket døren rigtigt, i en periode var der nemlig en analysand, der skulle ind i lokalet skråt over for mig, næsten samtidig. I det hele taget var jeg meget påvirkelig, når det kom til ydre forstyrrelser: om det var en vinduespudder, larm fra lejligheden ovenpå eller telefonsvareren, der gik i gang. Det distraherede mig alt sammen så meget, at jeg glemte, hvad jeg var ved at sige, ja, jeg mistede ofte lysten til at sige noget."

Gudrun Bodins bog er opbygget meget pædagogisk, og den er illustreret med casebeskrivelser, så det, der er på spil, i det psykoanalytiske rum, kommer til at stå levende for læseren. Gudrun Bodin mener selv, at bogen ikke er skrevet til fagkolleger. Måske er det beskedenhed, for hvorfor skulle fagkolleger ikke også kunne få udbytte af at læse bogen? Er det ikke netop sådan en bog, man har brug for at læse og spejle sig i, når man har været psykoanalytiker eller behandler gennem mange år? Det kan godt være, at de psykoanalytiske begreber forsimples noget i formidlingen, men til gengæld står det praktiske virke meget skarpt. Og er det ikke netop det, der kendetegner mestre indenfor alle discipliner? Altså at vedkommende gør det svære simpelt, og at man gennem formidlingen mærker erfaringen, ydmygheden, hjerteligheden og åbenheden, og man derved føler sig, ja som bogens titel siger det, set og forstået.

Referencer:

"Lysgrænsen – En psykoanalyse" af Katrine Marie Guldager, København, Gyldendal 2007.