



Spiseforstyrrelse eller livs-styrelse? "Alle har brug for noget, som bare er deres"

Af Louise Grønæk Østergaard

Abstrakt: Artiklen her vil invitere til en måde at opfatte "forstyrrelse" på som andet og mere end bare udtryk for sygdom. Inspirationen er hentet fra responsbaseret praksis (RBP), som på en radikal måde fastholder at se mennesket som aktivt responderende i forhold til modgang frem for underlagt modgangen. Det betyder en række ændringer i den behandlingsmæssige tilgang til f.eks. spiseforstyrrelser, der synes at have et stort potentiale i at styrke personens værdighed og mulighed for at finde frem til nye måder at "styre" sine livsomstændigheder på. I artiklen skal vi både se nærmere på, hvad RBP - repræsenteret ved Allan Wade - har at tilbyde i feltet mellem især overgreb og spiseforstyrrelse, og høre nogle patienter fortælle om deres erfaringer med tilgangen, og hvad det har betydet for deres behandlingsproces.

Abstract: The article invites the reader to engage in a different way of perceiving the concept of 'disorder' as more than just an expression of pathology. The inspiration comes from Response-Based practice (RBP), which, in a radical way, insists on seeing the person as actively responding to adversity rather than only affected by it. The approach suggests a variety of changes in the treatment of eating disorders that seem to have the potential to support the person's dignity and newly found creativity in creating/making "order" in life circumstances.

In the article, we will take a closer look at what RBP – represented by Allan Wade – has to offer in the field of sexualized abuse and eating disorders. A few women will share their experiences with the approach and reflect on what it has meant for their treatment process.

Måske kender du tegningen af Edgar Rubin, hvor man enten ser en vase eller 2 ansigtssilhuetter, afhængigt af, hvad du gør til figur eller grund i din opfattelse?





Der er tale om et perceptions-mæssigt kip, hvor det er noget helt forskelligt, der kan ses på hver side af kippet. I Rubins billede er begge sider af kippet lige gode. Hvis vi overfører det til et kip imellem spiseforstyrrelse eller livsstyrelse som figur, er det heller ikke min holdning, at "forstyrrelses-opfattelsen" ingen gyldighed har. Forstyrrelses-opfattelsen har imidlertid så stor forrang i gængs behandlings-tilgang til spiseforstyrrelser, at det er den anden opfattelse, som vi kan have glæde af at øve os i at have. Flere behandlere på Psykoterapeutisk ambulatorium for Spise-forstyrrelser, PC Ballerup er i gang med at øve sig i dette kip efter en række uddannelsesdage med Allan Wade og mødet med responsbaseret praksis. Det er begyndt at slå revner i vores sædvanlige socialkonstruktionistiske/narrativt inspirerede tilgang til spiseforstyrrelser, hvor vi mest har stået bag patienten i dennes modstand **mod** spiseforstyrrelser.

En helt anden type spørgsmål er begyndt at pible frem i vores interviewteknik, og i knæk for knæk går det op for os, hvor meget af vores sprog og tænkning vi kan lægge til side til fordel for en anden perspektivvinkel.

Responsbaseret praksis

RBP¹ er en tilgang til at arbejde med vold og uretfærdighed på både et terapeutisk plan, individuelt og i grupper, men også via uddannelse af retsvæsen, politi og socialvæsen. Tilgangen er udviklet af Allan Wade, Linda Coates og Nick Todd i slutningen af 1990'erne og med tiden en langt større gruppe af mennesker i Canada. Den er paradigmatiske forstået på den måde, at lige meget hvad man anvender den til (f.eks. behandling, forskning, politisk analyse eller retssager), kan dets mærke og kendetegn tydeligt ses i form af en forståelse af mennesket som aktivt og ikke passiv modtager af effekt. En særlig interesse for menneskers interaktion med hinanden og måder at anvende diskurser på i praksis er bærende, og der ses en tydelig afstandtagen til sprog, som beskriver mennesket som objekt og ikke subjekt.

RBP er udviklet til at synliggøre, hvordan mennesker udsat for modgang helt spontant yder modstand og passer på deres egen værdighed, så godt som situationen tillader det. Den gængse psykologiske, psykiatriske tænkning ser mennesket som påvirket af modgang og ikke aktiv i forhold til det, hvilket samlet kan kaldes for effektparadigmet. Hermed går en anerkendelse tabt af en række færdigheder, som det kan have stor betydning for personen at blive bevidstgjort om og blive bevidnet om, hvilket har et meget stort potentiale i en behandlingssammenhæng.

Den terapeutiske del af inspirationen til RBP kommer fra systemisk familieterapi, korttidsterapi, narrative tilgange og løsningsfokuseret terapi. Mindst lige så betydningsfuld er imidlertid inspirationskilderne fra politisk modstandslitteratur, feminisme og postkolonialistisk litteratur.

Allan Wade plejer at sige, at psykologien ikke har kunnet bidrage med så

¹ Følgende bygger dels på en tekst fra Wikipedia om Response-Based Therapy, skrevet af Allan W, dels fra de uddannelsesdage, vi har





meget i udviklingen af RBP, da effektparadigmet har været tydelig i al den litteratur, han har læst. Det gælder også i de tilgange, vi tænker som progressive, f.eks. dem, der ser sig placeret i et socialkonstruktionistisk paradigme. Ligeledes er der *ingen* psykologisk litteratur, der fuldt ud har formået at få øjnene op for, at mennesker spontant yder modstand under modgang, hvilket er en ekstrem sørgelig mangel, når man først har fået øje for det åbenbare potentiale i denne tilgang.²

Hvad er forskellen på en sten, en kat og et menneske?

Inden vi skal en tur ind i RBP-værkstedet og se nærmere på, hvordan det gøres i praksis, skal vi en lille omvej forbi en historie, som Allan Wade bruger til at illustrere RBP på en helt basal måde.

Hvis man udsætter en sten for et "overgreb", altså kaster den igennem luften, vil den muligvis få nogle ridser i overfladen ved landing. Når stenen flyver igennem luften, og når den ridses, er den eneste rimelige sproglige repræsentation den at sige, at flyveturen og ridserne er en effekt af "overgrebet". Stenen er ikke levende og kan ikke gøre modstand. Den modtager effekt, og andet kan der aldrig være tale om.

Hvis det derimod er en kat, som udsættes for et "overgreb" i form af et kast, skal vi udvide sproget. Når katten flyver igennem luften, er flyveturen rigtigt nok stadig effekten af kastet, ligesom det var det ved stenen. Men fordi katten er et levende, responsivt væsen, er den i stand til at yde modstand mod "overgrebet" ved at vende sig i luften, tage bestik af konteksten og gøre et forsøg på at lande bedst muligt. Modstand skal forstås bredt som at passe på sig selv og sin værdighed. Det **kan** indbefatte at lave et modangreb, f.eks. ved at rive kasteren, men det er langt fra altid, at det er muligt eller klogt.

Et sprog, som kun repræsenterede effekten af kastet og så helt bort fra, hvordan katten "svarer" på overgrebet, vil ikke kun være fattigt, men også faktisk forkert. Det er her RBP ser sin vigtige mission som kritisk realisme, og pointerer, at det ikke er et spørgsmål om, hvor man punktuerer en cirkulær analyse, eller at magten ligger alle steder. Kastet var både villet og intentionelt, og kattens passeri på sig selv, var også villet og intentionel. Hvis sproget ikke indeholder både gerningsmands og offers aktive handlinger, er vejen åben for at opfatte offeret som passivt, - en, der selv beder om det, og som ikke har ydet modstand.

Lidelsen, der følger efter, vil i sproget komme lige så meget ud af det blå, som gerningsmandens handlinger. Derfor er responssproget, der indstiller opfattelsen på den aktive respons, vigtigt både retsligt, terapeutisk og politisk.

² Det er gennemgået i hans afhandling (Wade, 2000). Desværre gælder kritikken også narrative tilgange, som i hans analyse laver en unødigt omvej ved at fokusere på personens kamp imod effekten af et overgreb, og ikke den øjeblikkelige modstandsrespons mod selve overgrebet. Der er tale om en kritisk analyse fra 2000, og sidenhen har narrativ tænkning selvfølgelig udviklet sig.





Hvis vi nu går til menneskeniveau, kan vi indkredse noget af det særligt menneskelige og væsentlige at have fokus på i RBP. Flere traumetilgange fokuserer på dyreniveauet (de autonome processer) i menneskets respons på overgreb. I RBP ville man være meget forsigtig med at lægge vægten på sprog/viden, som kommer fra det biologiske niveau, ikke fordi det ikke anerkendes, at det er der som en vigtig medspiller i den respons, som personen har (jf. Harré, 2012), men RBP ville prioritere det menneskelige niveau i den sociale kontekst som den vigtigste figur i opfattelsen. Derudover er det en vigtig ambition at yde offerets modstand ære og værdighed, og ingen teori, der ikke fuldt ud anerkender menneskets intentionelt responsive væsen i den sociale kontekst, kan gøre det tilstrækkeligt. Tværtimod sniger der sig meget let en diskret patologisering af offeret ind, fordi man er nødt til at forklare den menneskelige lidelse som udsprunget af utilstrækkelighed i offerets reaktionsmønstre, noget der ikke har kunnet gøres færdig, eller som er låst³.

Det er ikke så tit mennesker bliver kastet i bogstavelig forstand igennem luften, men lad os blive ved billedet som en metafor. Hvis et menneske bliver "kastet/overgrebet", modtager det effekt. Det kan være fald eller slag, der giver mærker og huller på kroppen. Men den interessante dimension, og det som opfattelsen skal indstille sig på, angår alt det mennesket gør responsivt for at lave modværge, søge beskyttelse, forhandle, aflæse muligheder, tænke igennem, dæmpe, minimere, manipulere, foregive... blandt meget, meget andet. Modstand skal her forstås som alle grader af strategi, fra det mindste til det største, fra bevidst til ubevidst, og fra mentalt, sprogligt til kropsligt. Både de autonome processer (som ligner kattens) og de niveauer, som aflæser den sociale kontekst, andres placering, mulig beskyttelse, fare, fordømmelse og støtte er med i mikro-analysen.

Det er uden betydning, hvorvidt modstanden lykkes i form af at få modgangen stoppet. Al modstand er interessant uanset graden af formåen i at få noget stoppet. Den lille formåen er måske i virkeligheden stor, når man får set ordentlig efter, hvad den står i forhold til. Jo flere detaljer vi kan se i den intelligens, der er brugt i en given kontekst, jo større og smukkere fremstår modstanden, og jo større generhverves værdighedsfølelsen hos den, som får sin intelligens og heraf mulige modstandshandlinger bevidnet.

Helt parallelt hermed er italesættelsen af overgriberens intentionalitet vigtig, netop for at tydeliggøre, hvad der kræves af offerets intelligens i at aflæse den og forholde sig til den spontant og taktisk. Tydelig afdækning af både overgriberens og offerets intentionalitet gør det meget svært at opretholde en forståelse af, at offeret selv er skyld i overgrebet. Alle de gange, hvor vi forfalder til at tænke, at offeret selv er lidt ude om det, er det næsten tilsvarende sikkert, at beskrivelsen af intentionaliteten på begge sider er mangelfuld. Ligesom vi måske ikke har set grundigt nok på kvaliteten af

³ Mange oplever også disse tilgange som givende en fantastisk respons, og som meget brugbare.





den sociale respons fra det personlige og professionelle netværk, hvis mangler ofte har betydning for, at offeret går med en følelse af at skulle bære ansvaret for forbrydelsen. Det er her, hvor mennesket for alvor adskiller sig fra katten, og derfor også her vi skal stille linsen skarp. Allerede mens mennesket "flyver gennem luften" foregår nemlig komplicerede analyser af den sociale kontekst og de muligheder, der er for at blive forstået, når man "lander". Desværre er det diskursive kulturelle aspekt i høj grad forsvundet ud af fokus i psykiatrien i disse år, hvor årsagstænkningen har et overvejende lineært fokus på, hvad der foregår i hjernen og i individet. AW henviser her til betydelig forskningsmæssig evidens, der peger på, at kvaliteten af den sociale respons i forbindelse med modgang, er af allerstørste betydning i forhold til at genvinde trivsel, men desværre også i at skabe psykisk lidelse (Charuvastra, 2008 og Coates, 2016).

Tilbage til det praktiske: Hvordan sætter man menneskelig respons i højsædet rent sprogligt?

Det er en del af det at prøve at ændre sit sprog, at man også får øje på, hvor infiltreret ens sprog og tænkning allerede er af effektparadigmet. Vi tænker, at lidelsesfyldte følelser er effekt af det, vi oplever, og når det handler om modgang, betyder det, at det er helt naturligt for os at tænke, at hjertebanken, sveden og bekymring er noget, som "kastet" sætter i gang i os.

I gængs effektsprog ville man måske sige:

- Hvordan fik det dig til at føle?
- Hvordan påvirkede det dig?

Når personen så typisk svarer tristhed, søvnløshed og ængstelse, bliver det inden for en tankegang af, at det er noget, der sker for mig. Og hvor kommer det fra? Det er måske en effekt af overgrebet, eller måske en effekt af min egen svaghed eller sygelighed? Da mange responser er lidelsesfyldte, vil de dermed også være anstrengende, og noget personen formentligt ønsker at blive lettet for. Med "uønsket, lidelsesfyldt og forstået og repræsenteret i effektsproget" ligger det lige for at gå videre og forstå det som sygeligt og som en del af det, som er forkert ved offeret, hvilket tilmed understreges af, at behandlingssystemet tilbyder hjælp under den diskurs, at personen er syg.

Hvis vi figurør responsen, er det noget andet, vi opfatter:

- Lige, da xxx gjorde xxx, hvad gjorde du så (for at passe på dig selv)?
- Hvad håbede du med det?

Man kan hurtigt møde den ide hos den, man spørger, at denne ikke gjorde noget (især hvis der er en ide om, at man kun kan siges at gøre noget, hvis ens modstand får overgrebet til at stoppe). Er man imidlertid indstillet på at opfatte de responsive processer i detaljer både kropsligt, mentalt, bevidst og ubevidst, men også processer over tid, vil man altid kunne finde modstanden.





F.eks. med et spørgsmål som:

- Hvad gjorde du, da du ingenting kunne gøre? Hvor så du hen? (at se væk, kan f.eks. have betydninger af modstand: at minimere provokation, at passe på sin værdighed...) Dette kan forstås som **mikroanalyse af en konkret situation**
- Ændrede du din relation til x, efter det skete? Dette kan ses som en mere **generaliseret analyse af processer over tid**

AW fremhæver, at sproget skal være simpelt og let at svare på for alle. Der er ingen teori eller psykoedukation i det. Man kan starte alle steder og lade sig føre til det vigtige. Man spørger i en kontinuerlig vekselvirkning til: **Kontekst:** hvem, hvor, hvornår. Hvad aflæser personer som vigtigt i konteksten, hvilke sociale bånd er der, og af hvilken betydning? Hvem tager man hensyn til og er bekymret for?

Respons: (eller alle parter handlinger) knyttet til en specifik situation eller respons over tid/processer, hvori noget forberedes, anerkendes, afvejes mv.

Forbindelse mellem erfaringer, hvor har man sine erfaringer fra? Er der tidligere sammenhænge og betydningere, som man trækker på?

Opsamling og konklusion tentativt sammen med personen.

RBP i praksis

I det følgende skal vi se nogle eksempler på spørgemåder fra et interview⁴, som Allan Wade lavede med en kvinde, der har været i spiseforstyrrelsesbehandling for underspisning (anoreksi), og som i sin opvækst har oplevet seksualiserede overgreb fra en nær omsorgsperson. Spiseforstyrrelsen har hun ikke længere.

Interviewet følges delvis kronologisk, men da nogle temaer er tilbagevendende, har jeg også sat dem sammen enkelte steder for at kunne samle refleksionerne over teknikken. Men det har selvfølgelig sin egen værdi i en samtale at flekse frem og tilbage mellem temaer, som hermed ikke fremhæves.

Jeg har koncentreret mig om de steder i interviewet, som er karakteristiske for AW's /RBP stilen. Der er naturligvis en stor del, som er udeladt fra det rigtige interview og dermed en del mellemregninger, som ikke er med, hvilket jo ikke yder retfærdighed til det faktum, at det var de mange mellemregninger, der gjorde analysen af respons mulig under samtalen⁵.

⁴ Vi har haft anledning til at se 6 interviews i alt og har ud fra dem analyseret spørgeteknik og fremgangsmåde.

⁵ Interviewet er skrevet ned, mens det er foregået, så det er et forkortet sprog, der udelukker en del, men de fleste steder har det centrale med. Interviewpersonen har set nærværende artikel og har godkendt fremstillingen. Interviewet er foregået på engelsk og oversat til dansk.





Spørgsmål til intentionalitet og responsprocesser

RBP / AW er både interesseret i respons i enkelt-situationer, men også responsprocesser over tid. Der er selvsagt ikke tid til alle enkelt-episoder fra et livsforløb, og fokus må derfor indimellem være på nogle større og længere intentionelle linjer. I flere interviews handler de første spørgsmål om, hvordan det at beslutte sig for at blive interviewet kan forstås som en respons, måske som en del af en proces over tid. Intentionalitet er hermed slået an i allerførste udspil.

A: *"Du har sikkert tænkt på, hvordan det ville være at komme herhen, ...hvordan kom du hen til den beslutning?"*

B: *"Jeg tror, det er en del af det at finde en plads til det – det er en del af mig – ...at give det plads".*

A: *"At finde en plads, det er en fin formulering. Hvordan ville det kunne gavne dig?"*

Hun fortæller, at hun hele livet har haft bokse til forskellige områder i livet, men at denne boks i baggrunden skulle have en anden plads.

"Hvis jeg deler den lidt, vil den blive lettere at bære".

Andre interviewpersoner har fortalt lignende om, at interviewdeltagelsen er en del af en proces med at sætte ord på overgrebsoplevelser, at anerkende dem, at håbe på at få det bedre med dem, og at hjælpe andre/f.eks. professionelle. Processerne er ofte sammensatte af en række komplicerede, måske modsatrettede ønsker, som der skal findes en vej til. På den ene side et ønske om mere frihed fra smerte. På den anden side hensyn til dem, der overgreb, som man måske også holder af, og nære mennesker omkring en, der vil blive berørt af åbenheden. Eller at man bliver udsat for mere dårlig behandling efter en afsløring.

Han spørger: *"Så før denne delen, hvad gjorde du så med det?"*

"Det" er endnu ikke beskrevet nærmere og har ikke et navn. Det er således ikke begivenhederne, der er interessante, men hende som bevidst vælgende aktør i forhold til håndtering af erfaringer med at dele, og den sociale respons, der kan følge.

"Jeg holdt det for mig selv", svarer hun.

En af måderne at indfange processer på kan være ved at spørge til før og efter en vigtig begivenhed. Aflæser man noget anderledes før eller efter, eller ændrer man et responsmønster? Måske tager det tid at finde ud af, hvordan det skal/kan tackles? Intentionaliteten bliver af sig det bærende i det narrativ, der bliver fortalt frem, frem for noget tilfældigt, der sker.

"Jeg kom her pga. min spiseforstyrrelse. ... jeg begyndte langsomt at erindre ting fra min barndom. Først sløret, men jeg begyndte at sætte ord på det, og mere og mere kom op til overfladen".





Forbindelsesspørgsmål⁶

Spørgsmålstypen vil være anvendelig, når forskellige relevante responsdelområder er figurgjort. Det er åbent, og indeholder ingen forhåndstilbud om forbindelser, men lægger op til, at personen selv forbinder materialet. Men det er dog også tydeligt, at AW indimellem selv forsøger sig med nogle opsummeringer og, som vi senere skal se, tjekker med personen om de sammenkædninger kan holde. Her er det ind til videre meget åbent:

"Kan du sige mere om forbindelsen mellem forsigtig spisning" (=begyndende underspisning) og begivenhederne?"

Der er ikke nysgerrighed på erindringsindholdet, men hendes erindring som responsproces.

"Det har været en lang proces, -... nu er jeg kommet til et punkt, hvor det er rart at vide, hvorfor jeg har følt, som jeg har. Jeg begynder at forstå, hvorfor jeg har handlet, som jeg har. Måske kan det give en forklaring til, hvorfor spiseforstyrrelsen er der,... jeg ved det ikke"

Hun fortæller, at underspisningen startede – måske før teenageårene.

"Jeg kunne ikke kontrollere, hvad der foregik..."

"...Så det var en måde at finde kontrol?", foreslår han hurtigt, som en afklaring af, om dette kan fungere som en del-konklusion.

Hun bekræfter og siger senere: *"Den eneste, der kunne kontrollere, hvad jeg spiste, var mig"* –

Hvilket han griber som en anledning til teste, om det kan bære endnu en delkonklusion om en vigtig kvalitet ved en respons, hun har brugt:

"En kontrol, som ingen kunne tage væk fra dig?"

Spørgsmålet er forbundet med interessen for de vigtige andre mennesker og erfaringer med respons fra andre.

Måske for at få et indblik i, om der er nogen kommunikation i responsen, spørger han videre:

"Hvem lagde mærke til, at du ikke spiste ...?"

"Ingen lagde mærke til noget", svarer hun.

⁶ Connective questions kalder Allan Wade dem selv





AW vælger med sit næste spørgsmål igen responsiden, de intentionelle handlinger, frem for "hvordan det er for hende". Det er både et spørgsmål, men det er samtidig en måde at lægge op til endnu en delkonklusion om, hvordan hun handler bevidst, responsivt og med øje for en større helhed.

"Det lyder mærkeligt, skjulte du det?"

"Jeg begyndte at skjule det, da jeg blev lidt ældre, men ikke i begyndelsen,... der skete så meget, så det var let at skjule det".

Hun fortæller her om skænderier og kampe, smiden med ting og smækken med døre. Det var ikke let.

Spørgsmål til de sociale bånd & bekymring

Spørgsmålene til de sociale bånd og bekymring for andre er med til at undersøge og vise, hvordan personen aflæser sikkerhed i den sociale kontekst for sig selv og andre, og undersøger muligheder/risiko for ønsket /uønsket respons. De kræfter, hun lægger i at beskytte sig selv, andre og hvem der beskytter hende, er i centrum for nysgerrigheden.

AW spørger senere i interviewet til søskende, og da hun fortæller om sin 4 år yngre søster, spørger han:

"Var du bekymret for hende?"

"Ja meget, ...det var mit ansvar at passe på hende".

AW forsøger med endnu en delkonklusion, og en formulering, der lægger vægt på en aktiv social respons rettet mod de nærmeste:

"Ingen kunne stoppe dig i at elske hende, så du prøvede at beskytte hende".

Måske er det et forsøg på at sammenkæde betydningen af selvbestemmelse og en intentionalitet, som ligner den kvalitet, de talte frem omkring underspisningen.

"Hvem beskyttede dig?"

Vi kan forestille os et undersøgende perspektiv, som drejes rundt, således at relationen til de vigtige aktører omkring hende og erfaringerne med respons til og fra dem på skift gøres til figur.

Hun tror, at hendes mor passede på hende ved at sørge for at "være okay", så noget var normalt.

"Var du bekymret for hende?"

"Jeg var bekymret for, om min mor var ked af det. ..da jeg var lidt ældre, var jeg bange for, at min far ville gøre hende ondt. Jeg ville på en måde foretrække, at han gjorde noget imod mig end hende".

"Hvordan gjorde du det?"





"Ved at være der", svarer hun,

"...Hvis han gjorde mig ondt, så kunne jeg på en måde - ikke kontrollere det, men jeg vidste, hvad der foregik. Hvis han gjorde hende ondt, så ville jeg ikke have noget at sige".

"Aarh,... så ville det være rigtigt at sige, at du prøvede at få indflydelse på situationen?"

"Ja, jeg ønskede at bringe min mor i sikkerhed".

Indflydelse er her konkluderet som essentiel og fremhævet som figur der, hvor det er mennesker af uhyre stor vigtighed, hun beskytter, - den anden omsorgsperson og en søskende.

Når man lytter til det, bevæges man meget og føler stor beundring for, hvor kompleks en stillingtagen et barn kan operere med helt alene. Hendes respons er efterhånden i interviewet mere og mere velbegrundet, og samler nu en lidt større konklusion om at have gjort noget for fleres værdigheds og for en helheds skyld, og om at være meget aktiv med modstand i en yderst kompleks situation, hvor hun egentlig kun er et barn. Det er typisk for RBP at fremhæve det kæmpestore i den tilsyneladende lille livshandling⁷. Lille fordi ingen ser det, italesætter det og derfor "findes det heller ikke", måske heller ikke for hende selv. Men det findes i allerhøjeste grad, når man gør det til figur med et responsfokus, som også er en proces, der i sig selv tilbyder en ny bekræftende social respons.

Hvad gjorde du ellers?

Efter at have hørt ind til de første responsbehandlinger, laves allerede her de første opsummeringer af det fortalte efterfulgt af spørgsmålet: "Hvad ellers gjorde du?"

Det ser ud til, at han prøver at have øje for, om der kunne være flere forgreninger af intentionalitet forbundet med situationen. Hænger det sammen med andet, som det er i familie med? Udtømmingssspørgsmål er beskrevet i flere terapiretninger, f.eks. i narrativ terapi. Jo flere eksempler, der kan resonere med hinanden, jo bedre klinger det, - på samme måde, som at det lyder bedre med flere stemmer i et kor, eller toner i en akkord. Det gør sansningen "tykkere". Det er med til at bevise, at man har færdigheder, og at de er i spil, - responsperspektivets allervigtigste fokusområde. Ofte fås fornemmelsen af, at indfanges først lidt, så kommer der mere af samme kategori, som et træ der åbenbares, med flere og flere frugter, der kan plukkes. Samtidig er det et meget simpelt spørgsmål. Spørgeren skal næsten ingenting gøre, men blot lade "opfattelsen" af noget muligt dvæle lidt længere.

⁷ Jf. Wade, A. (1997)





Jo mere materiale, der kan komme frem, jo lettere bliver det ydermere at lave mere overordnede opsamlinger og konklusioner, hvilket vi vender tilbage til som noget af det, som kan ske imod slutningen af en samtale.

"Hvilke andre ting gjorde du for sikre din mor?", spørges her og hun svarer:

"Jeg analyserede situationen... Hvis stemningen var under forandring, prøvede jeg at få dem (både mor og far) ..til at blive gale på mig, eller endnu bedre, hvis jeg kunne få dem begge to til at blive gale på mig. Det værste var, hvis han gik og ingen vidste, hvornår han ville komme tilbage, og hvilken stemning han ville være i".

Senere i interviewet stiller AW igen spørgsmålet, og denne gang fortæller hun om en respons, som i første omgang måske modsiger den ovenfor nævnte. Men modstandsrespons må netop ofte løbe mange eksperimenterende veje. Udtømningsstrategien kan bruges til at udvide perspektivet og få et billede af et større felt, som kan rumme meget forskellige responser/strategier, som har hver sin plads og tid:

"Jeg gjorde mange ting for ikke at gøre min far gal .. især det at han gik. ...Jeg prøvede at få situationen til at blive normal igen".

Med linsen fortsat rettet mod handling spørger han *"Hvordan gjorde du det?"*

Hun bruger tid på at svare, og det er tydeligt for lytteren, at det er et krævende sted at belyse.

"..... Jeg ville gå til mit værelse, ... Jeg vidste, at når han kom tilbage, ville han komme til mig.Selvom det var skræmmende, så var det mere skræmmende ikke at vide besked.

Så var det kun mig, der ville blive skadet og ikke nogle andre."

Det er meget bevægende af følge hende gå til kanten af, hvad der er muligt at tale om, men hun forsikrer, at hun ønsker at gennemføre sin sætning, selvom han foreslår, at hun ikke behøver at gå derhen. Hun siger, at det er vigtigt for hende at prøve.

"Ville du gerne, at din lillesøster og mor forstod dette, eller helst ikke?"

Perspektiveringens går igen tilbage til de sociale bånd og den mulige respons. Både fordi det har en hovedinteresse, men det tjener måske også til at lette presset lidt. I RBP er det vigtigste at støtte den proces at synliggøre responser og ikke nødvendigvis at skulle mærke smerten.

Hun fortæller om, at det ville være lettere, hvis lillesøsteren forstod, hvorfor hun i takt med erindringerne om begivenhederne i løbet af behandlingen har valgt ikke længere at have kontakt til faren. Hun kunne godt tænke sig at have en mere nær kontakt med sin lillesøster igen. Men at fortælle om det skete ville ødelægge familien. Samtidig synes hun, at det at holde sine egne børn væk fra deres morfar er forkert, og at det måske gør hende til en dårlig mor.





Selvanklagende og -tvivlende forståelser ses ofte i forbindelse med at være blevet udsat for vold og andre former for dårlig behandling. Når vi lytter til dem som behandlere, kan vi blive meget ivrige for at tilbyde alternative forståelser, eller endnu værre, vi kan måske med den sygeliggørende brille se det som udtryk for usikre eller depressive personlighedstræk. Men hvordan kan selvtvivl og kritik af en selv også ses som respons? AW prøver at caste det på denne måde:

"Du beskytter dine børn imod en farlig mand. Det lyder mærkeligt, ...men tænker du ikke, at du beskytter dem?"

"Jo", siger hun, "... men det er jo ikke kun dårligt, og jeg har også gode erindringer, og jeg elsker ham stadig, og det gør mine børn også."

Kærligheden mellem hende og ham og mellem ham og børnene er tydeligvis en del af feltet, hun navigerer i.

"Har din far gjort noget for at anerkende det, han har gjort?"

"Nej..."

"....Så måske var det ham selv, der har taget sig selv væk fra sine børnebørn. For hvis du var sikker, ville du vel kunne vide det?"

"Ja..."

Hendes afstandsrespons får ny mening set i lyset af farens manglende erkendelses-respons.

Det er åbenlyst og forståeligt meget sammensat, når vi som mennesker på samme tid både elsker et menneske og skal beskytte os imod noget, det gør eller har gjort. Hvis det skal være muligt at genvinde tillid, kræver det ofte et samspil, hvor den der har begået overgrebet, har erkendt, sagt undskyldt og tager det fulde ansvar for at bære skylden. Måske er det først der, det vil være muligt at tilbyde kærligheden et trygt rum igen? Mon netop skyldfølelse kan være et fingerpeg om et komplekst responsfelt, der holder sammen på forbindelser mellem kærlighed, vigtigheden af de nærmeste mennesker og en passen-på sikkerhed og værdighed, som personen udsat for vold ofte er urimeligt overladt til selv at tage vare på⁸.

Vi spoler lidt tilbage i interviewet for at følge en anden vej i "hvad ellers"-teknikken. Perspektivet skifter her helt scene til en anden vigtig kontekst for et barn - skolen. Hvilke responser kan indfanges her? AW spørger:

"Hvis jeg havde været en flue på væggen i skolen, hvad ville jeg så have set?" Fluespørgsmålet lægger op til fokus på handlinger.

"Jeg var en stille pige, der sad i hjørnet... jeg prøvede altid at gøre mit bedste i klassen, ... jeg undgik al opmærksomhed".

⁸ Dette er beskrevet nærmere i bogen "Rejsen mod tilgivelse", af Thordis Elva og Tom Stranger, 2018, der beskriver et forsøg på at skabe en undersøgende og forsonende dialog mellem offer og krænker.





I psykiatrien har vi diagnoser klar til at rubricere lidelsen knyttet til at være stille, trist og med lav grad af selvhævdelse. Desværre perciperer det gængse psykiatriske diagnose-perspektiv oftest ikke lidelse som aktive responser, men fanger dem kun som døde ”stenagtige” fænomener, noget uønsket og sygt ved personen. Vi ser dem måske som effekt af noget ubehageligt, der er sket i personens liv, men forbliver inden for en tænkning, hvor det er noget, der skal væk. Men herved beder vi faktisk personen om at overhøre en vigtig aktivitet hos sig selv. Lidt provokerende kan AW finde på at sige, at det svarer til, at vi psykoedukerer sultne børn i ikke at mærke deres sultrespons, f.eks. ved at lære dem at have alternative tanker eller acceptere lidelsen på en mindful måde. Men sult går jo væk, når den bliver lyttet til. Det er lidelsens formål, også den psykiske lidelse, og det bør ikke overses.

”Undgå opmærksomhed, hvorfor?”

AW caster det som et aktivt valg.

Hun fortæller, at hun ikke fortjente opmærksomhed og stadig i dag kan tænke sådan.

”Ville jeg have lagt mærke til, at du var ked af det?”

Et spørgsmål, som kan undersøge intentionaliteten og valget bag af at skjule, fremfor at modargumentere med et: det fortjener du da.

”Nej...”

Der spørges videre

”Hvis det var blevet opdaget, hvad ville så være sket?”

”Jeg ønskede ikke, at nogen skulle opdage noget. Og det har jeg talt meget med min behandler om, hvorfor jeg ikke sagde noget, men det ville have ødelagt min familie. Min far ville være blevet taget væk fra mig.”

Den ”lave selvhævdelse” er ikke bare en passiv tilstand, men forbundet med intentioner og hensyn. Men man skal spørge for at få øje på det.

Erfaring med håndtering af social respons

AW/RBP placerer et meget centralt fokusområde omkring undersøgelsen af, hvordan personen har håndteret erfaringer med social respons omkring at fortælle om modgang/overgreb. Der er indsamlet omfattende erfaring med, at der i den negligerende eller på anden måde ubehagelige sociale respons let opstår endnu større smerte end omkring selve de overgribende oplevelser. Det kan være oplevelser med at blive tildelt skylden for det skete, føle sig mere beskidt, udstødt, fordømt for at udstille overgriberen, bringe et kært familiemedlem i fare, ødelægge andres relationer og mange andre oplevelser, som får stor betydning. Af professionelle kan man tilmed blive sygeliggjort. Spørgsmål til, hvordan beslutninger om at fortælle er blevet til og har fundet vej, kan måske afdække, hvordan der er blevet gået frem imellem at løbe





risiko og indsamle brugbare nye erfaringer. Hvordan ser alle disse forberedelser, vurderinger og afvejn timer imellem fordele og ulemper ud? Det følgende kan også ses som en udtømningsstrategi og en måde at undersøge området for den vigtige sociale respons.

"Hvem ellers ud over dig ville blive såret, hvis han var blevet taget væk?"

"Jeg tror min lillesøster og min mor".

"Så det ikke at tale om det, var det en måde at beskytte din mor og din lillesøster på?"

Han tjekker forståelsen og caster den som respons og modstand imod et tab for andre, som en del af den løbende opsummering undervejs.

"Ja", svarer hun.

Responsen "tavshed" har hele familien på sinde og er hermed æret for sin kompleksitet og "sunde" interesse. Tavshed er selvsagt ved siden af også forbundet med lidelse, hvilket alle de mange andre responser, de har undersøgt, netop har haft for øje, i og med at de har handlet om at finde en vej til at sige noget højt.

De løbende opsummeringer

I alle interviews ses løbende opsummering og gerne flere af dem hen imod slutningen. De bliver både brugt til at komme yderligere ind i det tilsyneladende mest spændende materiale, men også til at sikre, om konklusionerne er rigtige. Hvor starten er mere ydmyg i forhold til at lægge sig tæt op ad personens egne sætninger, er der i løbet af samtalen mere materiale at prøve at sætte i forbindelse med hinanden.

Hun opsummerer først selv hen imod slutningen:

"Spisningen blev noget, som kun var mit, derfor holdt jeg det hemmeligt i mange år. Nu som voksen kan jeg godt se, at det ikke er så smart, men alle har brug for noget, som kun er deres."

Hun fortæller om nogle af de første erfaringer med, at nogen viste bekymring for hendes underspisning, og at hun både ønskede at holde det hemmeligt, men også lagde mærke til, at det gav en slags identitet og var anledning til at få omsorg fra andre, som hermed også blev en slags opdagelse af, at hun var værd at vise omsorg for. De får talt frem, at hun igennem erfaringerne med god social respons i behandlingen af spiseforstyrrelsen samtidig undersøger, om det kan være en vej til fortælle om den endnu sværere boks: overgrebene. AW forsøger med en delkonklusion:

"Så i starten var det (underspisningen) en løsning, så blev det et problem, og så blev det en løsning igen på et problem. En slags lygte, der kunne vise vejen."





"Ja det blev nøglen til boksen"

En smuk reference til hendes oprindelige metafor med *boksen, der skulle have en anden plads*.

AW forsøger hen imod slutningen med endnu en twist, som har inspireret til denne artikels titel:

"Det lyder ikke som om en forstyrrelse, men mere som en måde at skabe orden i uorden".

Ordspillet gør mere indtryk på engelsk, "to make order out of disorder", fordi "forstyrrelsen" nu er placeret i konteksten og ikke som et psykiatrisk problem i hendes responsmønster. Vi befinder os på en gang meget tæt på den diskurs, vi kender, men samtidig er opfattelsen kippet på en afgørende måde. Det, vi troede var det problematiske, forstås nu overvejende som modstandsrespons.

AW siger ofte og tydeligt, at RBP-grebet ikke er at bytte negativt ud med positivt, at se glasset som halvt fyldt eller blot at reformulere. Det er at få øje på det, der er, hvis man ser mennesket som aktivt og intentionelt⁹. Lidelse rummer intentionalitet og bærer viden om, hvad der er vigtigt for en, og hvad man ønsker for sig selv og andre.

To kvinders erfaring med responsbaseret praksis

Jeg har talt med to kvinder, som tidligere har været i et behandlingsforløb hos os, og som har haft behandlere, der har haft et fast blik for at implementere responsbaseret tilgang i deres arbejde. Begge kvinder har erfaringer med seksualiserede overgreb fra en helt nær pårørende igennem opvæksten, og begge har haft en bulimisk spiseforstyrrelse.

Jeg har været meget optaget af, hvad den responsbaserede tilgang betyder for deres oplevelse af behandlingen, af dem selv og de muligheder, de har haft for at arbejde med spiseforstyrrelsen og forståelsen af dem selv efterfølgende¹⁰.

Afdækningen af overgrebsoplevelser

Camilla og Marlene har begge gået i en gruppebehandling og fået mulighed for at få individuelle samtaler ved siden af. De fortæller, at det har været vigtigt at blive mødt med nysgerrighed omkring overgrebene og omkring, hvordan og hvornår det skulle fylde i processen. Det har betydet meget at mærke psykologernes tro på, at der kan tales om det, og at det i fællesskab kan lade sig gøre at tilrettelægge en brugbar vej. Begge har ligeledes haft en

⁹ . Det samme sagde Michael White (2000) i sit kapitel *The absent but implicit*.

¹⁰ Nogle ord i sætningerne er udeladt for at fremhæve noget bestemt og koge materialet ned.





oplevelse af, at de selv har været med til at finde en vej til at bringe det ind i gruppen. Camilla fortæller:

"Måske var det første gang, (...), hvor jeg fortalte ret ensporet omkring min egen skyld i forhold til min far"

"Jeg kan ikke helt huske, hvad det var hun gjorde, men hun stoppede mig i det i stedet for at gå med og tale den vej, som jeg havde været vant til."

Jeg spørger om hun kan huske mere om det, de i stedet gjorde, og hvad det har betydet for hende.

"Hun fik mig faktisk til at se mig selv lidt ude fra som barn,...(og) leve mig ind i barnet"

"Hvad var det, du gjorde, hvordan ville du tolke det?"

"Hun fik mig til at rose mig selv på en eller anden måde."

"Det var, som om jeg fik et helt andet blik på den adfærd, jeg havde."

Marlene husker følgende:

"...måske har hun spurgt, ...når han har gjort det her, hvordan reagerede du, og så (har hun) bagefter kunnet sige, nå men du har gjort det og det for at passe på dig, så jeg kunne se det,...."

Det var *"...et skridt ad gangen. Hvis hun bare havde spurgt (hvad gjorde du), så ville jeg jo ikke føle, at jeg havde gjort noget"*.

Jeg vil gerne have hende til at uddybe denne forskel mellem "det store spørgsmål: hvad gjorde du" og de mange små spørgsmål, og hun forklarer videre, at det store spørgsmål ville være flyvsk.

"Det er der, det kan være rigtigt svært at svare, ... Jeg tror også, at jeg ville have det sådan, at det er jo ikke et rart spørgsmål at få, så jeg ville jo nok gå i forsvar...."

"Jeg tror, det er fordi man stiller jo sig selv det spørgsmål hele tiden, jeg gjorde jo ikke noget, og så bliver man bekymret for om, tænker du også sådan, at jeg ikke gjorde noget"

Det betød meget at se, hvilken helhed og balance hun tog hensyn til, ved ikke at sige noget. Den overgribende person var på mange måder den eneste, hun havde i en opvækst præget af mange svære forhold.

Betydning for selvforståelsen

Begge kvinder fortæller om, hvordan de i processerne får en anden selvforståelse, men også, at den tager tid at skabe og tro på. Det er svært have den slags nysgerrighed på sig selv, fordi det ikke er et almindeligt blik i diskursen omkring overgreb. Her møder man undren over, hvorfor personen ikke siger det højt eller siger fra, og der er bestemte forestillinger om, hvad "at sige fra" er, som skal leve op til ideen om, at man kan få det stoppet. Hvis et alternativ skal skabes til denne for mange svært





ubehagelige opfattelse, er det vigtigt, at den bliver skabt på et troværdigt grundlag, og det med personen selv, som italesætter af det.

Camilla fortæller

"På et eller andet tidspunkt fik jeg den ret klare tanke om, at det var min egen måde at være omsorgsfuld overfor mig selv, - de ting, jeg havde gjort "

Hun uddyber

"Jeg tror, jeg følte, hun sagde det indirekte, og så var det min oversættelse, ...hvis et barn gør sådan og sådan, hvorfor gør det så det, hvad er så meningen med det"

"Det med at jeg så mig selv som én, der selv skulle gøre tingene, ...men også gjorde det"

".. det gav noget håb for fremtiden."

"Det gjorde, at jeg lettere kunne tilgive mig selv, eller lade være at skamme mig så meget over det."

Man kan ikke få denne nye betydning foræret udefra. Den skal være konkluderet ud fra synliggørelse af respons, som man husker at have haft. Behandleren holder sikkert igen for at lade hende selv samle den nye opfattelse.

For Marlene giver måden at udforske sine handlinger på også anledning til et nyt syn på sig selv og det skete.

"Det var en stor overraskelse, for jeg havde aldrig tænkt på det på den måde før, ..."

"Det betød sindssygt meget".

"Det har givet en helt anden oplevelse af gå igennem de overgreb, og igen det der med at lade være med at stille spørgsmålstejn ved, hvorfor jeg ikke gjorde noget, for der har været en grund."

Hun mener, at den nye selvopfattelse i stedet kan tilbyde:

"Det giver mig en følelse af kontrol, ja jeg har gjort noget, ikke bare ladet stå til, selvom det føles sådan, når man står i det. "

"Jeg troede, at jeg vidste alt. Jeg blev så alligevel overrasket, især over at se, hvad jeg gjorde."

Begge supplerer også med fortællinger om, hvad de nu vælger at fortælle til andre. De insisterer i højere grad på at fortælle om de vigtigste af deres responser. Flere gange bliver det en meget positiv oplevelse, når andre finder frem til samme anerkendelse af, hvor meget de har gjort for at håndtere en ganske svær situation. Det har ligeledes betydning for, hvordan de vælger at interessere sig for andres responser i lignende situationer.





Ændringer i spisemønstre og forståelsen af dem

Blandt personale og personer i behandling kan man møde en diskussion om den rigtigste rækkefølge: skal man tale om vigtige oplevelser, før man kan ændre spisemønstre, eller omvendt? Der er naturligvis mange forskellige svar på dette afhængig af, hvem man er. For disse to kvinder og hos B har spisemønstrene i deres egen selvforståelse haft stor betydning for at kunne navigere i livet med overgreb. Det har været en vigtig *livs-styrelse*. De anerkender mønstrene for at være til stor hjælp, hvilket også gør processen med at afvikle dem eller erstatte dem med noget andet, til en ekstra vanskelig opgave. Alle med spiseforstyrrelser vil nok kunne genkende dette tema.

Marlene forklarer, at det var vigtigt først at tale om overgrebet og forstå, hvordan hun havde beskyttet sig, før hun kunne begynde at se spiseforstyrrelse som en strategi og dermed se de første åbninger i at ændre på det.

"Det var så vigtigt at tage fat om roden for overhovedet at komme frem". Hun begrundes videre.

"Jeg havde ikke været i live uden den, så var jeg gået ud foran en bus".

"Den er så svær at give slip i. Det er lidt en ven. En der kan hjælpe dig".

"Og når jeg ikke kan bede andre om hjælp, så har jeg haft den. Den hjalp mig til ikke at tænke".

Jeg spørger til, hvordan det er nu:

"Jeg kan bedre styre det nu".

"Den får ikke lov til helt at styre mit liv....Men jeg kan se, at jeg har brug for den, når jeg er presset. Jeg har fået øje på, at kontrol generelt betyder noget".

Erfaringer med eksternalisering

Brugen af det at tale om spiseforstyrrelsens væsen som noget, der er kommet til personen, bemægtiger sig denne, og har sin egen logik i adfærd og følelse, og som er noget andet end det, som personen egentlig står for, er en almindeligt udbredt teknik inden for flere terapeutiske stilarter. Særligt tydeligt ses det i narrativ tilgang, hvor det kaldes at eksternalisere problemet.

Mange finder eksternalisering meget anvendelig, fordi "væsenet" fra den ene person til den anden har påfaldende mange ligheder. Det kan være rart for personen at kunne kritisere mønstrene uden at kritisere sig selv, ligesom pårørende kan have glæde af det samme i deres frustration over mønstrene. Man kan som behandler opleve det lettere at kunne støtte personen i at relatere sig med modstandsforholden til spiseforstyrrelsen. I den kulturelle dimension kan der stilles skarpt på den meget omfattende anerkendelse, der gives, når man har kontrol med kroppen. Og i den biologiske dimension kan der fokuseres på appetitsystemets uomgængelige protest imod denne





kontrol, som ses i overspisningstrangen som et gennemgående træk i mange spiseforstyrrelser. Eksternaliserende sprogbrug kan være meget nyttigt her til at udpege strukturelle betydninger, som ikke er personligt skabte.

Tænker man med RBP, vil man imidlertid være nødt til at forholde sig meget kritisk til en metafor, som lægger så meget agens uden for personen. Der vil være en stor risiko for at overse, hvordan personen bruger tilgængeligheden af disse betydninger til "styrke sig selv" og "styre livet", og at der kan være afgørende håb forbundet med disse handlinger. At forhåndskonkludere, hvor uhensigtsmæssig spiseforstyrrelsen er, kan betyde, at vi slet ikke får mulighed for at figurere den responsmæssige side af den gensidige processering af betydning mellem indefra og udefra, mellem kultur- og biologisk-niveau og personniveau. Det behøver ikke at betyde, at man er nødt til at vælge kun det ene synspunkt, som artiklens overskrift lægger op til, men det er en opfordring til at se værdien i at spørge til betydningsdannelse, som noget personen også er aktiv i og ikke kun underlagt.

Marlene fortæller om sin erfaring med eksternalisering:

"Jeg har opfattet det som en del af mig".

"Den er ikke opstået af ingenting. Jeg kommer aldrig mere til at se den som bare negativ. Den har givet mening til kaos"

Hun siger her næsten det samme som AW, når han til B foreslår delkonklusionen, at hun har forsøgt at styre de forstyrrelser, der var omkring hende: Make order out of disorder.

Jeg spørger hende, hvordan hun vil anbefale, at behandlere håndterer disse flertydige betydninger:

"Man skal være lidt forsigtig med at sige, at det er en anden".

Jeg spørger om, hvad der kunne være blevet overset eller gå tabt, hvis hun kun var blevet tilbudt en fjendtligt eksternaliserende forståelse, og hun finder frem til, at i en sådan italesættelse ville hun ikke opleve, at hun hørte til i behandlingen.

"Så ville de misforstå mig som person, hvad jeg har været udsat for, og de grunde jeg har haft".

Camilla bruger i det følgende eksternalisering på en handleorienteret måde, hvori hun lægger sin egen subjektivitet ind, men måske samtidig får fordelene af den reflekterende afstand, så hun kan se meningen med mønstrene.

"I virkeligheden er den måde at se det som en overlevelsesstrategi en form for eksternalisering. En adfærd, som jeg har haft, som gav det, jeg havde behov for. Den kunne jeg godt lide,... På den måde er det ikke bare noget, der flytter ind".





Afslutning

Artiklen slutter her, men efterlader mange spændende spørgsmål og løse ender, der kan føre til videre overvejelser over, hvad man kan bruge et opfattelsesmæssigt kip til mellem forstyrrelse og styrelse, mellem lidelse som forståeligt uønsket og lidelse som intelligent, og mellem biologiske, psykologiske og sociale processer mellem person og omgivelser. Som nævnt tidligere er opfordringen ikke kun at foretrække det ene som figur. Dog er der heller ingen tvivl om, at psykiatrisk behandling kan have glæde af at øve sig langt mere i at kippe opfattelse fra effekt-tænkning til responstænkning. Det vil gavne både behandlingen og patientens værdighed, men ikke mindst løfte opfattelsen af, hvad lidelse er, fra sten-niveau til menneske-niveau.

Hos os, der er i gang med at udforske tilgangen, kan man i hvert fald iagttage en begyndende forsigtighed i brugen af eksternalisering, med langt mindre fokus på effekten af problemerne og en overraskelse over, hvor meget af det, vi taler om i behandlingen, der kan ses som relevant modstand/eller respons. Og ikke mindst hvor stor og øjeblikkelig betydning, det har for patienternes værdighed og kreativitet til selv at finde frem til nye og gode handlemuligheder.

Tak til de 3 kvinder, som har givet stof til eftertanke. Ligeledes til alle de kollegaer, som er med til at arbejde videre med at undersøge, hvad RBP kan bruges til, og som har læst og givet feedback til artiklen her. En særlig tak til psykologerne Svend Aage Rasmussen og Marjun Tróndarson for at have været de første til at demonstrere potentialet i tilgangen.

Litteratur:

- Charuvastra, A. and Cloitre, M. (2008). Social Bonds and posttraumatic stress disorder. *Annual Review of Psychology*, 59: 301-328.
- Coates, L. and Wade, A. (2016): 'We're in the 21st Century After All': Analysis of Social Responses in Individual Support and Institutional Reform, *Response based approaches to the study of interpersonal violence*. Palgrave macmillan
- Elva, Thordis & Tom Stranger: *Rejsen mod tilgivelse*, Straarup & Co.
- Harré, R. and Moghaddam, F.M. 2012. *Psychology for the Third Millennium*. London: Sage
- Wade, A. (2000) *Resistance to Interpersonal Violence: Implications for the Practice of Therapy*. Unpublished dissertation. Canada: University of Victoria.
- Wade, A. (1997) Small acts of living: Everyday resistance to violence and other forms of oppression. *Contemporary Family Therapy*, 19: 23-39.
- Wade, A. (2007) Hope despair, resistance: Response-based therapy with victims of violence. In Flaskas, C., McCarthy, I. and Sheehan, J. (eds.). *Hope and Despair in Narrative and Family Therapy: Adversity, Forgiveness and Reconciliation*. Hove: Brunner-Routledge.
- White, M. (2000). *Re-engaging with history: The absent but implicit*. In M. White, Reflections on Narrative Practice. Essays & Interviews (pp. 35-58). Adelaide: Dulwich Centre Publications.

