

Robust

Psykologhjælp

Subjektive Identitetsfortællinger med Plads til Skam © Kirsten Børsting 2024

I 2024 blev det til 723 terapi sessioner med Mennesker som både har Mødt og er blevet Udsat for Forskellige typer af ModGange i Livet. Heri Blandt OverGreb, Diagnoser og Diagnose Tvivl som jeg Hører Udtrykt på forskellige måder af Børn, Unge og Voksne.

“Jeg tænker på, om jeg fejler noget.”(12 årig)

“Jeg tror, jeg er borderline.”(17 årig)

“Mine venner som har fået PTSD diagnosen siger, at det ikke har gjort en forskel for dem. Derfor har jeg ikke følt, at jeg så må tilføje det betydning.”(19 årig)

“Jeg tror, jeg har ADHD.”(20 årig)

“Jeg sagde til den anden psykolog, at jeg tror, jeg har C-PTSD. Det ville hun ikke gå ind i.”(27 årig)

“Jeg har jo fået diagnosen ADHD. Men jeg tror også, jeg har Autisme.”(30 årig)

På tværs af de Forskellige Udtryk om Diagnoser og Diagnose Tvivl Eksisterer et Almennykologisk Fællesskab: “Subjektive Ønsker om Forandring.” Søgen efter at Forstå sig Selv med den Psykiske og Følelsesmæssige Smerte, der mærkes i ens InderVerden som spændingstilstand i Kroppen, et indre kaos med Fravær af Sammenhænge imellem Smerten og Det der mødes i YderVerdenen.

Der er også et Fællesskab om at finde Svar på, hvordan Forandringer kan Gøres, så den Psykiske og Følelsesmæssige Smerte får Plads og du kan være i Livet med dig Selv på Måder, hvor du kan Leve Selvstændigt med Autonomi.

Jeg Ser og Hører et Erfarings Fællesskab iMellem De Mennesker, jeg SamArbejder med. Erfarings Fællesskab med ikke at blive Mødt, Set og Hørt i Deres Subjektive Identitetsfortællinger om OverGreb, Diagnoser og Diagnose Tvivl. Erfarings Fællesskab med at blive OverDøvet af Sociale Normers EnDimensionelle Fortællinger som fx: “Nu må vi lige stoppe lidt med al den Diagnose Tænkning.”

ErfaringsFællesskaberne har Indflydelse på, hvordan jeg som Psykolog i den Psykoterapeutiske Kontekst Positionerer mig. Jeg går med klienternes Subjektive IdentitetsFortællinger som både kan Rumme OverGreb, Diagnoser og Diagnose Tvivl. Vi går i Dialog med Diagnose Tvivlen for at sætte Punktum ved Tvivlen. Vi går i Dialog med Diagnosen ved at tale om hele Eksistensen som også er Diagnosernes Kontekst. Vi udelukker ikke bare Diagnoser og Diagnose Tvivl på grund af Sociale Normer om, "at nu skal vi stoppe med den Diagnose Tænkning." Vi forholder os grundigt, tunet ind og arbejder ud fra det Menneske som er HovedPersonen i at søge hjælp. Fra den orange sofa, sagde den 26 årige til mig:

"Du er ikke så optaget af Autisme Diagnosen, som de andre professionelle jeg har talt med. Jeg er i gang med en ny selvbekræftende måde at forholde mig til Autisme Diagnosen på."

Fra den orange stol svarede jeg:

"Du har fortalt, at du igennem din opvækst primært er blevet mødt og defineret af professionelle og pårørende igennem Autisme Diagnosen. At det har svækket din Selvstændighed og tro på egne vurderinger. At du nu ønsker Forandring i form af at leve mere Selvstændigt med Autonomi og mindre tyngde fra Fortidens Stemmer som rammede dig ind i en Definerende Diagnosefortælling: "Det er fordi, du er Autist." Derfor er jeg som dig optaget af dine Subjektive identitetsfortællinger, om de Forandringer du ønsker hjælp til at sætte i bevægelse."

Jeg kan være mere eller mindre optaget af en given Diagnose. Min Optagethed Positionerer jeg i det Psykoterapeutiske SamArbejde i Relation til, hvad klientens Subjektive Interesse og Engagement Bevæger sig i retning af. Jeg Bevæger mig Faciliterende med Udvidet Nysgerrighed til klientens Subjektive IdentitetsFortællinger.

Når vi udfolder Subjektive IdentitetsFortællinger skaber vi Plads til Skam. Det har Gisèle Pelicot vist os. Hun har skabt Plads til Skam igennem en af sine Subjektive Identitetsfortællinger, der handler om at være blevet udsat for OverGreb.

Tak Gisèle Pelicot for at Træde Frem. Tak for at vise konkret hvordan Mennesker kan gøre skade igennem deres Seksuelle Drifter uagtet social klasse og social status. Tak for at Vise at en af Mulighederne for at Reparere Skade kan være ved at forholde sig til, hvor Skammen hører til? Hos De som har OverGrebet. "Skammen flytter side."

Gisèle Pelicots Træden Frem med sin Subjektive IdentitetsFortælling giver den Sammenfoldede Skam et nyt udtryk. Den Sammenfoldede Skam er næsten Usynlig. Den Sanses Sammenfoldet. En Nervøs Forventning om at blive Set og samtidig at blive Set for noget andet end Hvad du Håber at blive Set for. Når Gisèle Pelicot siger: "Skammen skifter side" giver hun Skammen et andet udtryk end den Sammenfoldede Skam. Skammen gøres Synlig. Den får et Udfoldet Udtryk. Nu kan den Sanses som Rygrad. Fornemmelsen af at blive Set med Alle de Nuancer jeg Rummer og Udtrykker som Menneske. Jeg Udtrykker min Selvstændighed og Autonomi. Mine Subjektive IdentitetsFortællinger. Jeg er ikke kun OverGrebet, Diagnosen, Diagnose Tvivlen..... Jeg er også.... Jeg har Værdi, som det Menneske jeg Udtrykker at Være.

At Stå og Gå Groundet i sin EksistensBerettigelse med sine Subjektive IdentitetsFortællinger til at være i Verden med Alt, hvad det indebærer. Om du er det Menneske som har OverGrebet - Om du er det Menneske som er blevet OverGrebet. Gisèle Pelicots fortælling er

Fortællingen om Autonomi, være i livet med sine Subjektive IdentitetsFortællinger og Eksistensberettigelse med alt hvad det indebærer. At tillade sig selv, at Diagnoser og Diagnose Tvivl også er tilladt på trods af Den sociale Norm: "Nu er det nok med al den Diagnose tænkning." Det er også en del af Eksistensen. Som Skam er. Skam er en kompleks følelse. Den kommer også, når vi ikke lever op til Sociale Normer. Jeg siger: Tillad dig selv at Gå med dine Subjektive IdentitetsFortællinger. Skab Plads til Alle Subjektive IdentitetsFortællinger. Mød dig selv og Vær sammen med Mennesker som Møder dig, ser og hører Dig, med alle de nuancer, det Indebærer.

Godt NytÅr!