

Tør du heller ikke stå frem som terapeut?

Jeg er ramt i øjeblikket. Efter snart fire år som studerende på Tobias Skolens psykoteraeutuddannelse er jeg ved at gøre mig klar til at stå frem og kalde mig terapeut og reklamere for mig selv. Jeg skal jo stå frem med mig selv både som menneske og terapeut. Det er svært. Hvorfor føles det på samme tid ydmygende og vulgært?

En del af mig synes faktisk også, at det er helt unødvendigt at stå frem og da slet ikke reklamere for mig selv. Jeg tror, at det er den lille dreng inde i mig, som håber, at det ikke er nødvendigt at gøre noget, at det vil ske helt af sig selv. At jeg vil blive fundet... og elsket... som den jeg er inderst inde? Men hvorfor synes den del af mig så, at det er unødvendigt at stå frem?

Selvrefleksionen siger fødselstraume og undvigende tilknytningsmønster med deraf følgende narcissistiske udfordringer. Ved nærmere eftertanke er der vist også en "offer, bøddel, redder"-trekant i gang. Jamen godt så. Så tager jeg da bare endnu en tur rundt i de ellers så kendte sår. De sidste seks måneders refleksioner har båret mig gennem overvejelsen, om jeg overhovedet kan tillade mig at være terapeut? Kan jeg med mine sår og evner (eller mangel på samme, siger den indre bøddel) på et tidspunkt tillade mig at fungere som psykoteraeut?

Heldigvis er jeg godt på vej op af det hul, og er kommet frem til at: Ja, det kan jeg godt. Så forfærdeligt står det heller ikke til. Jeg kan godt tillade mig at agere som terapeut, så længe jeg får regelmæssig supervision og ellers går i terapi med det, som måtte røre sig i mig.

Ok, nu da jeg så kom op af hullet, så tænkte jeg, at jeg måske bare kunne starte med at definere mig selv som terapeut. Hvad kan jeg, og hvad vil jeg arbejde med? Det lød simpelt, men umiddelbart en lidt sværere opgave, end jeg havde forestillet mig. For hvis ikke jeg fuldt ud værdsætter mig selv, mine kvaliteter, det jeg kan som menneske og terapeut, hvordan skal jeg så kunne beskrive mig selv på en måde, så andre får lyst til at komme i terapi hos mig?

Efter lidt tilløb, terapi og selvrefleksion får jeg lavet en hjemmeside. Det var lidt en teknisk afledningsmanøvre, som tog fokus. Derudover var det svært at få det skrevet, at få det rigtige udtrykt.

Men jeg er på vej ud af skallen nu. Jeg står ved, at det har været svært for mig at tage de første forsigtige skridt. Nu skal jeg til at samle mod til at tage det næste skridt, nemlig at få folk ind på hjemmesiden og at bruge hjemmesiden til at reklamere for mig selv, herunder at få hul igennem på de sociale medier, lave opslag i Brugsen osv. Så hvem ved, måske tør jeg stå helt frem en dag? Min indre sunde redder siger, at det tager tid at implementere forandringer. Det kan og må godt tage tid. Så jeg står frem, mere og mere for hver dag, og det sker i mit tempo.

Tør du stå frem, og hvordan reklamerer du for dig selv?

Jimmy Viborg
Psykoteraeutstuderende
Medlem af FaDP's studieudvalg