

Om gode råd og andre stisystemer

**Vi elsker at give gode råd!
Råd-giveren i os står nærmest på spring og venter på en lejlighed til at komme ud og blive luftet.
Men hvornår er et råd egentlig et 'godt råd'?
Og hvad kan vi i det hele taget vide om, hvad der er hjælpsomt for den anden?**



I den forløbne uge har jeg igen været i selskab med tankerne om, hvilken plads vi indtager overfor hinanden, når vi gerne vil være hjælpsomme. Det er et fagligt tema, som til stadighed må optage alle, der arbejder professionelt med relationer – som terapeuter, pædagoger, lærere eller andet. Men det er også – og før det – et almenmenneskeligt tema, som jeg har lyst til at knytte lidt an til i dette ugebrev: Hvad sker der egentlig, når vi giver hinanden gode råd? Hvornår er et råd et 'godt råd'? Og hvad kan vi i det hele taget vide om, hvad der er hjælpsomt for den anden?

Betegnelsen 'rådgiver' kan fungere som en indgang: Betegnelsen er dybt forankret i vores sprog som en særlig 'plads'; nemlig den hvorfra man 'giver råd'. Når jeg fx går til lægen med diffuse smertejag i hoften, sætter jeg pris på et godt råd om, hvad jeg skal gøre, fra én der ved betydeligt mere end jeg om alle kroppens kringledede sammenhænge. Og når jeg går kold i de systemiske principper i min online-annoncering, så glæder jeg mig over min IT-nørdede assistance, som forstår hele spillet meget bedre end jeg. Jeg konsulterer eksperter, og jeg får deres råd.

Men rådgiver-kulturen – eller vi kunne kalde det rådgivnings-diskursen – lever også i bedste velgående imellem os, når vi mødes og udveksler i både arbejdsliv og privatliv. Og den tilbyder villigt sin tilstedeværelse, hver gang en udfordring, en tvivl eller et spørgsmål melder sig. I kollegiale sammenhænge kan det fx være svært at dele faglige spørgsmål, uden at det ligger som en underliggende selvfølgelighed, at man skal give hinanden gode råd om, hvad man *burde gøre* eller *også kunne gøre* i en given situation. I private relationer melder 'rådgiveren' sig også meget hurtigt, når en ven fx fortæller om udfordringer med sin kæreste, sit barn, sin arbejdssituation eller andet. Det er som om, 'rådgiveren' hele tiden står på spring og bare venter på en lejlighed til at komme ud og blive luftet. Så ivrig er den, at man nogle gange kan blive vidne til, at der gives råd til mennesker, der slet ikke har bedt om det!

I terapeutisk praksis begrebsliggøres dette felt som forholdet mellem *centrering* og *decentrering*. Det handler kort fortalt om, hvem der har positionen som eksperten. Den *centrerede* terapeut er den, der indtager pladsen som eksperten; dén der ud fra sit faglige ståsted kan fortælle den hjælp-søgende, hvad vedkommende kan eller bør gøre. Den *de-centrerede* terapeut giver ekspert-pladsen til den hjælp-søgende selv. Terapeutens rolle er da at hjælpe det menneske, der opsøger hjælp, med at reflektere over sin egen situation, aktivere sin viden om egne værdier, intentioner og færdigheder og derved *selv* finde frem til nye og andre måder at tænke og handle på ift. sin situation.

Min pointe med at bruge terapeutisk praksis som reference her er, at det på mange måder er at sammenligne med alle andre situationer, hvor to eller flere mennesker taler sammen – ikke om hvad som helst, men om noget der er vigtigt – og hvor der er et ønske om hjælp. Og fordi det er sådan, må terapeuten altid forholde sig aktivt til sin egen position og vurdere, hvordan den bruges mest hjælpsomt i hver enkelt situation. Derfor kan den terapeutiske relation være til inspiration for relationer i bred forstand.

At tale sammen om svære ting i livet er noget andet end at tale om madopskrifter, smartphones eller pensionsordninger. Livet er ikke et teknisk system, og det er ikke et praktisk problem, der skal løses. Det er komplekst ud over alle grænser af vores fatteevne, og hver enkelt af os går sin egen snørklede vej igennem det; guidet af et utal af erfaringer, iagttagelser og konklusioner, som ikke til fulde lader sig gribe eller overskue *af nogen*. Det er i ordets mest bogstavelige betydning individuelt. Det er suverænt og i princippet urørligt for alle andre, end netop den, der lever det. Når vi stiller os på 'rådgiver-pladsen' ift. hinandens liv, er vi derfor – på trods af alle gode intentioner – i fare for at reducere den andens liv og i værste fald lave overgreb på det. Det er vi, fordi vi kommer til at:

- *Overføre* vores eget erfaringslandskab af oplevelser, værdisæt, livskonklusioner osv. til den andens liv – og derved glemmer at den anden ikke er os selv, og at det bidrager til den andens forkertheds-følelse. (Lidt som at stå i London og insistere på at ville betale med Euro, selvom møntfoden er pund.)
- *Bedømme* den andens liv fra en privilegeret position (som den der *ved*, hvad der er godt og rigtigt at gøre, overfor den der *ikke ved*) – og dermed øger den andens følelse af mindreværd.
- *Forenkler* den andens komplekse liv, i vores ønske om at løse dets udfordringer, til noget der kan sættes på formel og gives brugsanvisninger på – og dermed reducerer livets unikke værdi som liv til standardiserede former.

Jeg oplever ofte et sammenstød mellem det komplekse og det enkle i samtaler om livets udfordringer. Der kan være et ønske eller en forventning om, at det komplicerede liv kan koges ned til nogle enkle råd, som man kan tage med sig og så få styr på det hele. Og der er mange rigtig gode grunde til disse sammenstød. Én af rådgivnings-diskursens tro tjenere er fx udtrykket *redskaber*. Vi vil gerne have 'redskaber' til at 'håndtere' vores udfordringer med; en talemåde som er meget dominerende, og som giver associationer i retning af noget mekanisk: Råd-giveren i rollen som auto-mekanikeren, der viser hvilken topnøgle, der passer til netop denne bilmodel, eller tandlægen der demonstrerer brugen af specialiserede tandrensere. Det kan fixes, repareres, skrues på plads, og det er jo godt. Så enkelt er det bare ikke med livet. Vi bliver nødt til at bruge tid, tanker og masser af omsorg på det.

Men hvor kan vi så stille os, hvis vi ikke skal stille os på 'rådgiver-pladsen'? Uanset om vi arbejder professionelt med relationer eller ej, kan vi have opmærksomhed på, hvornår et råd til andre egentlig er passende, og hvornår det ikke er. Og hvornår der bliver bedt om det!

At være *de-centreret* – og altså at ikke være ekspert på den andens liv – er ikke det samme som at lade stå til og læne sig ansvarsløst tilbage. Vi må naturligvis læne os nysgerrigt og engageret *fremimod* hinanden! Det kan vi gøre ved at *spørge* nysgerrigt ind, ved at *opmuntre* den anden til at folde sine tanker ud, ved at *undre* os, ved at *dele ud* af vores egne erfaringer, ved at *lade os bevæge og berøre* af den andens historier, ved at *vise* at den andens udfordringer og overvejelser også kan være inspirerende og relevante for vores eget liv. Der er mange hjælpsomme steder, vi kan stille os, som styrker det andet menneskes mod og handlekraft, og som ikke griber ind i dets herredømme over eget liv. Og som samtidigt – på det store lærred og med de helt store pensler – viser respekt om det fantastiske og helt uigennemskuelige liv, som vi lever sammen.

Gode råd kan være dyre – på flere måder. Lad os veje dem på guldvægten hver gang.