

**“Den ligeværdige dialog
- psykoterapi på et eksistensfilosofisk grundlag.”
Dansk psykologisk Forlag 2009**

Hvorfor er der overhovedet noget i stedet for ingenting? Hvad er tid?
Og hvad indebærer det helt grundlæggende og eksistentielt at være menneske?

Det er nogle af de spørgsmål, en terapi, som baserer sig på eksistensfilosofien, må kunne forholde sig til.

Den ligeværdige dialog tager udgangspunkt i forfatterens personlige gennemlæsning af filosofien med henblik på at finde en ny grund for en eksistentielt baseret psykologi og psykoterapi. Den søger at forstå de filosofiske begreber konkret, dvs. sådan som de opleves i det levede liv. De teoretiske analyser er derfor hele vejen igennem illustreret med eksempler fra almindeligt menneskeligt oplevelsesliv.

Med udgangspunkt i begreber fra Heidegger giver den en beskrivelse af samspillet mellem tanke og følelse, som ophæver den traditionelle psykologi og psykoterapis dualistiske adskillelse af kognition og emotion.

Den drager en række konsekvenser, som den beskrevne eksistentielle menneskeopfattelse må have for en eksistentiel terapeutisk praksis og udmønter disse i en enkel og overskuelig model kaldet: *Den ligeværdige dialog*.

Til slut fører den læseren ud til grænsen af den eksistentielt, fænomenologiske horisont og skitserer her en foreløbig ramme for, hvad man kunne kalde en ikke-metafysisk, agnostisk åndelighed eller spiritualitet. Med en kort reference til tilsvarende bestræbelser indenfor den buddhistiske filosofi.

Den ligeværdige dialog henvender sig således både til den, der ønsker en praktisk tilgang til en eksistentiel terapeutisk metode, og til den der søger en personligt engageret tilgang til en eksistensfilosofisk livsopfattelse.