

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

Merete Sæbø Torvanger¹

I dette essayet belyser jeg hvorfor psykiatri er et modningsfag. Essayet består av tre bolker. Først kommer noen generelle bemerkninger om faget psykiatri. Dernest følger omtale av termen "modningsfag" og betydningen av tid i denne forbindelse. Til slutt dreier jeg inn på psykiatri som modningsfag, som også impliserer legen, psykiateren som er i en modningsprosess.

Faget psykiatri

Psykiatri er et stort fag. Det favner et vidt spekter av metoder og teknikker som spenner fra naturvitenskapenes realfag som fysikk, kjemi og biologi, til humanistiske, filosofiske og eksistensielle fag. I en form for motstående randsoner og som eksempler på dette, finner vi på den ene siden ECT der pasienten anesteseres og gis elektriske støt for at symptomer skal reduseres og tas bort, og på den andre siden psykoanalyse der pasienten på sett og vis søkes "estesert" og bevisstgjort ulike sider ved seg selv og sine relasjoner til andre. Faget psykiatri er meget heterogent, og gir i mange tilfeller ikke entydige svar. Det er snarere flere muligheter som man kan velge mellom, og mange ganger er det problematisk å si at dette er "best" eller "det riktige". I likhet med, men i større grad enn i mange andre spesialiteter, omhandler psykiatri også mennesket, livet og det å leve. Og om psykiatri som sådan er et fag med mange muligheter og få entydige svar, er livet og det å leve til dels et rent mysterium. I spesialistutdanningen er noe enkelt å lære seg, andre ting vanskeligere. For

1. Merete Sæbø Torvanger, MD, PhD, spesialist i psykiatri, Haukeland universitetssjukehus, Psykiatrisk klinikk, Helse Bergen HF, merete.sebo.torvanger@helse-bergen.no

eksempel er en fullbåren vrangforestilling av typen “det er en sammensvergelse her, og de kan styre meg via chipen de har operert inn i hjernen min” lett å identifisere, og kan bidra sterkt i retning av diagnostisering og videre behandling. Betydelig verre er det når man ikke helt får fatt i hva pasienten strever med, når han eller hun er tildekkende, når det kliniske bildet er variert og inkonklusivt, ved doble og triple diagnoser, ved stort lidelsestrykk, når man “har forsøkt alt” som står i læreboken og i nasjonale retningslinjer, og når ytre faktorer bidrar til og opprettholder sykdom uten at nødvendige ressurser foreligger hos pasienten eller dennes nærmeste til å endre faktorene.

Disse forholdene kan gjenspeile seg i klinisk veiledning og i psykoterapiveiledning, som er obligatorisk for alle leger i spesialisering i psykiatri i Norge. Den kliniske veiledningen er ofte nærmere det synlige kliniske, og er dermed lettere å gripe. Diagnostisering og medisinerer som man gjerne drøfter i denne veiledningen, ligger nært opp til det vi har lært på medisinstudiet og ligner også på somatikken. Medisinering kan være vanskelig nok, men det er også konkret og håndgripelig, og noe det kan være takknemlig å ty til når kaos og høyt lidelsestrykk preger situasjonen.

Mange leger i spesialisering (LIS) erfarer at det er mer krevende å ta til seg hva psykoterapiveiledning dreier seg om. Psykoterapiveiledningen omhandler i stor grad det som ikke er så nært medisinstudiet, og som er mer abstrakt og vanskelig gripbart. Dette gjelder for eksempel de psykologiske prosessene som preger ethvert menneske og dermed også enhver pasient og alle lege pasient-relasjoner. Det samme gjelder holdninger og væremåter overfor pasientene. Vi kjenner til at måten vi møter pasientene på er meget viktig for at de skal få tillit til oss, og kan i høyeste grad bidra til at pasienten gir fra seg informasjon som er vesentlig for diagnostikk og behandling. Vi kjenner videre til at mange pasienter innenfor det psykiatriske fagfeltet strever med nettopp tillit – deres forhold til andre mennesker er preget av utrygghet, engstelse og ambivalens. Det innebærer at vi som leger må arbeide ekstra for å bli stolt på, og på dette viset få en tilstrekkelig god behandlingsallianse med pasienten.

Holdninger, væremåter, tillit og mangel på tillit samt behandlingsallianse er forhold som fordrer en annerledes tenkning hos legen. Viten om slike forhold er heller ikke like enkle å tilegne seg som kunnskap om for eksempel virkninger og bivirkninger av et medikament. Oppnåelse av tillit og tilstrekkelig behandlingsallianse gjelder for øvrig ikke bare i spesialistutdanningen, men er et aspekt i all pasientkontakt uansett hvor erfarne vi er. Dette er forhold som man ikke tilegner seg ved å lese seg opp på emnet i en liten åpning med ledig tid. Det tar lang tid, og det fordrer erfaring og modning.

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

Modningsfag og tidsbegrep

Modning innenfor psykiatrifaget fører meg videre til termen “modningsfag”. Hva er egentlig et modningsfag? Det viser seg at dét ikke har et enkelt svar. Jeg finner for eksempel ikke ordet *modningsfag* i en vanlig norsk ordbok. Oppslag på “modningsfag definisjon” i *Google* gir riktignok en rekke ulike treff, men ingen egentlig definisjon. Et lite utdrag av søket viser at det på flere nettsider pekes på at “matematikk er et modningsfag”, for eksempel hos Universitetet i Oslo og matematikk.net (Aabye, 2018, s. 2; matematikk.net, 2010). Videre skriver Finansnæringsens autorisasjonsordninger at “etikk er et modningsfag” (“Informasjon”, n.d., s. 2). I sensorveiledningen til jus ved Universitetet i Bergen (UiB) står det at “juridisk metode er et utpreget ‘modningsfag’” (“Sensorveiledning”, 2007, s. 5). På Handelshøyskolen BI sine nettsider heter det at “personalledelse er et modningsfag” (“Valgkurs”, 2016, s. 2). Høyskolen i Oslo og Akershus skriver at “RLE er et ressurs- og modningsfag” (RLE = Religion, Livssyn og Etikk) (“Fagplan”, 2015, s. 3). I *Arkitektnytt*, arkitektenes nyhets-, meldings- og aktualitetsblad, kan man lese at “landskapsarkitektur er et modningsfag” (Mangset, 2008, s. 2). Også “spansk er et såkalt modningsfag” opplyses det på nettsidene til den digitale videregående skolen ASK, mens det i *Tidsskrift for den norske legeforening* står at “indremedisin er et modningsfag” (“Spansk”, n.d., s. 1; Lundin, 2006, s. 1). Og i et dokument på nettsidene til UiB finner jeg endog at “psykiatri er et modningsfag” (Nilsen, 2013, s. 1).

Så langt kan vi si at betegnelsen “modningsfag” er noe som benyttes om mange fag over et vidt spekter av fagområder: Matematikk, etikk, juridisk metode, personalledelse, RLE, landskapsarkitektur, spansk, indremedisin og psykiatri. Jeg sitter igjen med et inntrykk av at termen “modningsfag” brukes i den noe diffuse betydningen “fag som er vanskelige”.

På noen av nettsidene jeg har vist til, finner jeg enkelte ansatser til en definisjon eller i alle fall en forståelse av hva et modningsfag er. For eksempel står følgende på nettsidene til ASK undervisning:

Spansk er et såkalt modningsfag. Man trenger tid til å lære seg å lese, skrive og, ikke minst, snakke språket godt. På dette kurset er det derfor viktig å jobbe jevnt, unngå skippertak og også ‘leve’ språket – å snakke, lese, skrive og lytte til spansk overalt, hele tiden (“Spansk”, n.d., s. 1).

Et søk på *Oria*, søketjenesten ved Universitetsbiblioteket ved UiB, gir tre treff på modningsfag. Ett av dem er fra tidsskriftet *Nordisk Sygeplejeforskning*. Forfat-

terne Liv Fegran og Åshild Slettebø ved Universitetet i Agder definerer ikke hva et modningsfag er, men begrunner hjemmeeksamen som et godt alternativ i “[...] modningsfag som krever tid og refleksjon” (Fegran & Slettebø, 2012, s. 70). Videre uttrykker én av informantene deres at det i modningsfag “[...] er en del som... som blir sagt som du egentlig... du trenger å drøvtygge litte-granne på før du egentlig klarer å se koblingen” (s. 68). En annen informant sier på sin side at hjemmeeksamen – som altså kobles til modningsfag – er en eksamensform der “[...] du kan... få lov til å modnes” (s. 72).

Søk i *Google Scholar* gir noen flere treff, og her er det omtaler av “modningsfag” ulike steder. For eksempel skriver Harald Thuen følgende om lærerutdanning i tidsskriftet *Bedre Skole*:

Når lærerutdanningen nå skal bygges over en vitenskapelig lest, fordrer det tid til refleksjon over lærerfagets subjekt [...]. En vitenskapelig lærerutdanning må samtidig gi rom for refleksjon over egen fagidentitet[...]. Begge aspekter gjør krav på tid – lærerfaget er et modningsfag (Thuen, 2015, s. 83).

I tidsskriftet *Forskning* bemerker Lars Kyte og kolleger hva de oppfatter med “modningsfag”: “Når informantene bruker begrepet modningsfag, tolker vi det som et fagområde der forståelse utvikles over tid og i møte med situasjoner, gjerne med pasienter i praksis” (Kyte, Kleiven, Elzer & Kvigne, 2011, s. 321). Og videre: “[...] plasseringen av undervisningen i studiet kan ha betydning for studentenes forståelse” (s. 322).

Noen av forholdene rundt modningsfag som Kyte og kolleger her omtaler, finnes også i det tidligere nevnte nettdokumentet der det står at psykiatri er et modningsfag. Dokumentet er et høringsvar av 22.10.2013 fra forskningsavdelingen ved Stavanger universitetssjukehus, og er stilet til UiB. Det angår universitetets nye studieplan for medisin, som ble implementert på første kull høsten 2015. Her deles medisinstudiet inn i en bachelor- og en mastergrad. Fra Stavanger bemerkes det til den nye planen:

Vi har notert oss at hoveddelen av psykiatriundervisningen er lagt til bachelor-delen. Dette anses meget uheldig. Psykiatri er et modningsfag, og hoveddelen bør legges sent i studiet og parallelt med de andre kliniske hovedfagene. Psykiatrisk og psykologisk forståelse er en forutsetning for en integrert tilnærming til kompliserte medisinske problemstillinger, for å kunne møte mennesker i krise – det være seg med somatiske eller psykiatriske hoveddiagnoser (Nilsen, 2013, s. 1).

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

Sammenfattende kan vi så si at forfatterne av disse fem dokumentene – som omhandler fagområdene spansk, sykepleieutdanning, lærerutdanning og legeutdanning/psykiatri – ser modningsfag som et fag der: 1) forståelse utvikles over tid; 2) forståelse utvikles i praktiske situasjoner; 3) forståelsen påvirkes av fagets tidsmessige plassering i studiet; 4) det kreves refleksjon; 5) man drøvtygger for å koble; og 6) man må modnes. Vi kan se at alle de nevnte faktorene viser til *hendelser i personen som forholder seg til faget, snarere enn til faget som sådan*. Modningsfag kan omtales som et fag som iverksetter en dynamisk hendelse i personen som lærer det, heller enn et fag karakterisert ved statiske fakta.

Da er det naturlig å gå videre med å beskrive modningsfag i lys av det som skjer med personen som forholder seg til faget. Jeg vil trekke frem fire av punktene nevnt over som kjennetegnende for en persons arbeid med modningsfag: 1) praktisk erfaring; 2) refleksjon; 3) tid; og 4) modning. Jeg oppfatter da en av informantenes utsagn “drøvtygge for å koble” som uttrykk for modning. Her støtter jeg meg til at ordet *moden* er beslektet med norrønt *móast*, som faktisk betyr å ‘bli fordøyd’.

Når det gjelder punkt 1) praktisk erfaring, vil det i tilfellet psykiatri i det vesentlige dreie seg om å møte og snakke med pasienter, diagnostisering og behandling, altså om klinikk. Punkt 2), refleksjon, er å tenke over problemstillinger man står oppe i, forsøke å forstå det teoretiske stoffet man holder på med og fremfor alt reflektere rundt og forsøke å forstå pasientene på et diagnostisk, behandlingsmessig og menneskelig plan. Hertil kommer refleksjon rundt seg selv. Disse to punktene vil jeg komme tilbake til i bolk tre av essayet, legen/psykiateren som modner. Punkt 3) og 4), tid og modning, skal vi se nærmere på nå.

Jeg begynner med det siste punktet, modning. Et oppslag i *Bokmålsordboka* på ‘det å modne’, viser at verbet betyr ‘bli moden, bli ferdig, utvikle seg’. Adjektivet *moden* er som nevnt beslektet med norrønt *móast*, som betyr å ‘bli fordøyd’. Her ser vi at det å modne er en prosess – en utviklingsprosess, modning er ikke gjort på et blunk eller på fem minutter eller på en dag, men krever mer tid.

Et oppslag i den etymologiske nettordboken *Etymonline* viser nettopp tidsaspektet ved modning. Det engelske ordet for å modne, *mature*, har avledninger som betyr “occurring at a good moment, timely, seasonable”. Det å modne synes med andre ord ikke bare nært koblet til tid. Det er også knyttet til det vi kan kalle “riktig tid” eller “riktig tidspunkt”. Et konkret eksempel kan være et lettgripelig bilde på den mer abstrakte modningen vi her snakker om, og på modning og “riktig tid”: Frukten, et eple for eksempel, er først i en modnings-

prosess og senere i en forråtnelsesprosess, avhengig av når i tidsforløpet vi observerer det. Når det gjelder “riktig tidspunkt” vil jeg også minne om Kyte og kollegers påpekning av at “plasseringen av undervisningen i studiet kan ha betydning for studentenes forståelse”, og om høringssvaret fra Stavanger: Studentene må ha nådd et visst nivå av forståelse i medisinfaget for å få best mulig utbytte av psykiatriundervisningen.

Bergson om tid: Varighet

Nå er vi inne på det siste av punktene jeg nevnte som er knyttet til modningsfag: tid. Tidsaspektet er et vesentlig poeng hos de fleste av forfatterne jeg har vist til som skriver om modningsfag, og jeg vil derfor redegjøre nærmere for begrepet *tid*. Her skjeler jeg til den franske filosofen Henri Bergson (1859 – 1941), en anti-positivistisk filosof som arbeidet med problemer knyttet til bevissthet, persepsjon og minner, og ikke minst med begrepet *tid*. Bergsons forståelse av tid og hans viktige tidsbegrep *varighet* belyser den menneskelige utvikling og modning. Jeg anser det derfor som sentralt med henblikk på modningsfag.

Når vi nå skal se nærmere på Bergsons begrep *varighet*, kontrasterer jeg dette mot vår vanlige forståelse av tid og anvender de to tidskategoriene “varighet” og “klokkeid”. Tidskategorien “klokkeid” er velkjent for oss. Det er den målbare tiden som vi leser av på klokken, det er en lineær og objektiv tid. Denne tidskategorien er knyttet til forstanden og evnen til rasjonell og begrepsmessig tenkning, og til en naturvitenskapelig verdensanskuelse. Det dreier seg om tid som kvantitet, en numerisk tid, slik filosofen Hans Kolstad poengterer i notene til sin norske oversettelse av Bergsons doktoravhandling (Kolstad, 1998, s. 179).

Bergson hevder imidlertid at denne måten å oppfatte verden på, gir et ufullstendig bilde av tilværelsen. Han fremhever behovet for en annen tidsforståelse, tid som kvalitet, tid som opplevelse eller psykisk tid (s. 179). Tid som opplevelse, psykisk tid, kaller Bergson *la durée* eller altså *varighet* på norsk. Varighet er riktignok ikke helt dekkende for begrepet *la durée*. Kolstad påpeker at det norske ordet *varighet* betegner en tidsperiode, mens det franske *la durée* viser til en prosess, til “[...] ‘det som er i ferd med å vare’” (s. 179). Men siden *la durée* også betegner “[...] et kontinuum, en vedvarende sammenheng i overgangen mellom de forskjellige tidsopplevelser [...]”, ender han likevel opp med å anvende ordet *varighet* i den norske oversettelsen (s. 179-80).

Tid som opplevelse, varighet, er viktig fordi “[i]ntellektet eller forstanden

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

[ikke kan] fatte det liv og den ånd som utgjør virkelighetens vesen” (Stigen & Tranøy, 2016, s. 1). En slik livets, åndens og virkelighetens tid er nært koblet til bevisstheten og indre erfaringer, slik Bergson skriver i doktoravhandlingen *Tiden og den Frie Vilje* (1889): “I mitt indre fortsettes en prosess som består i at bevissthetsskjensgjerningene organiserer seg innbyrdes og gjennomtrenger hverandre, og denne prosess utgjør den virkelige varighet” (Bergson, 1998, s. 85). Gjennomtrengningen er sentralt i *varighet*, og bidrar til at det kvalitative og utelleglige kjennetegner begrepet:

[...] [D]en rene varighet [...] [er] en suksesjon av kvalitative forandringer som smelter sammen, som gjennomtrenger hverandre, er uten presise konturer, som ikke har noen tilbøyelighet til å stille seg utenfor og ved siden av hverandre, og som ikke har noe slektskap med tallet [...] (s. 82-3).

Mangelen på tydelige konturer som her er omtalt, medfører videre at varighet er karakterisert ved det formløse – også med henblikk på ulike tempi som fortid, nåtid og fremtid:

Den absolutt rene varighet er den form som våre bevissthetstilstanders suksesjon antar når vårt jeg umiddelbart hengir seg til sine opplevelser, når det avholder seg fra å opprette noe form for skille mellom den nåværende tilstand og de tidligere tilstander (s. 80).

Varighet er en ikke-lineær, subjektivt erfart tid som ikke bare gjenspeiler, men *er* virkeligheten. Varighet trenger inn i, og er dermed ikke observerbar og ikke tellelig. Klokketiden er på sin side atskilt, observerbar og tellelig. Varighet er knyttet til intuisjonen, det irrasjonelle og ikke-begreplige. Klokketiden er som nevnt koblet til forstanden, det rasjonelle og det begrepsatte. Varighet kan sies å *presentere* tiden, mens klokkeid på sin side *representerer* tiden. Mens tiden slik vi leser den av på klokken kan hevdes å være mekanisk, objektiv, ytre, tinglig og formet, er tid som varighet dynamiske, subjektive, indre uformede bevissthetserfaringer.

Varighet er altså en subjektivt erfart tid, og er knyttet til det bestående og det kontinuerlig foranderlige på samme tid. Som Bergson hevder i “Brev til Harald Høffding” (1916), “[...] [udruller livet] [...] en tidsfølge, hvor der ikke er gentagelse, hvor hvert øjeblik er enestående [...]” (Bergson, 1991, s. 199). I nettartikkelen “Naturen som ressurs og besettelse” fremholder den tidligere

nevnte Kolstad at varighet er “[...] en åpning mot fremtiden. Den utgjør aldri noe avsluttet, den er alltid ‘underveis’ mot noe nytt; den ‘foreligger’ aldri” (Kolstad, n.d., s. 8).

Det som er nå og samtidig er i forandring og på vei mot noe nytt, vil på den ene siden være i en prosess av nedbrytning og destruksjon, lik frukten i forråtnelse som jeg nevnte for litt siden. Det kan også kalles ‘analyse’ som betyr oppløsning, eller ‘fordøyelse’ i tråd med det norrøne opphavet til ordet *modne*. På den andre siden kan det som er nå og samtidig er i forandring være ledd i utvikling og vekst. Det kan på sett og vis dreie seg om å ‘koble’, om vi igjen bruker ord fra Fegrans og Slettebøs informanter, som også kan sies å være en ‘syntese’, en sammenfatning av deler til helhet.

Når vi forstår tid som varighet, ser vi at den er nært knyttet til modning, som vi også kan hevde er forandring, å være underveis, på vei mot noe nytt, samtidig som det fortidige er med. Med henblikk på forandring og modning, vil jeg igjen knytte an til Bergson. I boken *Creative Evolution* (1907) skriver han: “[...] [F]or a conscious being, to exist is to change, to change is to mature, to mature is to go on creating oneself endlessly” (Bergson, 2017, s. 7). Bergson påpeker at varighet dreier seg om “utviklingsforløp” og om en “uopp-hørlig skapelsesprosess” (Bergson, 1998, s. 87 og s. 93). Han kobler varighet til kreativ skapelse. *Varighet er knyttet til en indre kreativ utfoldelse av å bli til.*

På lignende vis er det noe kreativt nyskapende i modning, der noe brytes ned og så bygges opp – i en omdannende skapelse. Varighet, modning og skapelse er flytende, omformende prosesser knyttet til intuisjon, det irrasjonelle, det ikke-begrepelige, ikke-observérbare og utelleglige. Disse kjennetegnene gjør det problematisk å forme termene i ord. Varighet, modning og skapelse minner snarere om den delen av språket som er formløst: rytme, tonefall og klang – den delen av språket som ikke er begripelige ord. Som noe vanskelig gripbart, en knapt fornembar og formløs kraft, en slags ubestemt retning – er varighet, modning og skapelse på sett og vis bortenfor begrepsmessig tenkning og bortenfor språk formet som ord.

Når vi så snakker om modningsfag kan vi hevde at det omhandler fag som *fordrer en kreativt nyskapende prosess i den som forholder seg til faget*: Modningsfag fordrer nedbrytning og oppbygning – en omdannelse av stoffet inne i personen som lærer det. Omdannelsen er subjektivt preget og aldri lik for noen fordi den enkelte av oss alltid er litt forskjellig fra en annen, og faktisk også stadig forskjellig fra oss selv. Endringene er ikke umiddelbart synlige i et gitt øyeblikk, med det blotte øye eller med den skarpe forstand. Det er irrasjonelt pregede, minutiøse forandringer som først blir begripelige og gripbare

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

etter noe tid. Fra dag til dag kan vi ikke nødvendigvis oppleve oss selv mer erfarne, klokere eller mer kunnskapsrike, men i et litt lengre tidsintervall vil vi kunne oppleve slike endringer hos oss selv. For å kunne gripe denne modningen, må vi så benytte en rasjonell, begrepslig tenkning knyttet til lineær objektiv klokkeid, der det er mulig å forme tanken og erfaringen i ord. Modning er utvikling, ikke som en mekanisk prosess, men – for å bruke ord fra Bergson – som en skapende krafts utfoldelse.

Flere forhold synes sentrale for modningsfag: 1) nettopp modning som ordet også består av, da i betydningen utvikling som foregår utenfor kognisjonen og som del av det å være et menneske, av det å leve; 2) refleksjon, å være i en tenkningsprosess; 3) forståelse, en kognitiv ervervelse av hva dette dreier seg om; 4) tid, både som varighet og klokkeid; 5) omdannelse og kreativ skapelse. Det er også forhold som ikke er eksplisitt nevnt tidligere, men som er en vesentlig del av modning og modningsfag slik jeg ser det. For eksempel er modning og modningsfag knyttet til 6) fornemmelser, til det mer diffuse og til tvil, til usikkerhet og tvetydighet. Det å modne er en slags 7) vanske i livet, det er litt smertefullt – kanskje ganske nært det den svenske lyrikeren Karin Boye har notert seg med verslinjen “Ja visst gör det ont när knoppar brister” (Boye, 1987, s. 175).

Den som modner: legen, psykiateren

Med henblikk på det diffuse, tvil, usikkerhet og tvetydighet skal vi se nærmere på legen, psykiateren som modner. Her skjeler jeg til den britiske poeten John Keats, som for øvrig òg studerte medisin. Keats har foruten en rekke kjente dikt, også skrevet brev der han kommenterer sitt liv, og sin lesning, tenkning og skriving. I et brev til sine brødre av 21. desember 1817 skriver han om termen *negative capability*, som angår nettopp usikkerhet, tvil og også det gåtefulle:

[...] [I]t struck me, what quality went to form a Man of Achievement especially in Literature & which Shakespeare possessed so enormously – I mean *Negative Capability*, that is when man is capable of being in uncertainties, Mysteries, doubts, without any irritable reaching after fact & reason [...] (Keats, 1993, s. 831).

Keats fremholder her evnen til å stå i usikkerheten, tvilen og det vi ikke har svar på – uten å for tidlig søke sikkerhet, forklaringer og svar som ennå ikke

finnes. Det kan minne om en modningsprosess, der vi må *vente*, vente til “riktig tid” eventuelt inntreffer.

Thomas Skovholt, professor ved Avdeling for utdanningspsykologi ved Universitetet i Minnesota, og Michael Starkey, PhD ved rådgivningscenteret ved Universitetet på Rhode Island, skriver også om usikkerhet, nærmere bestemt om usikkerheten vi står i når vi som behandlere arbeider med mennesker – altså i klinisk praksis. Her kommer jeg tilbake til punktene jeg nevnte tidligere i essayet: klinisk erfaring, refleksjon og selvrefleksjon knyttet til modningsfag. I en artikkel fra 2010 påpeker Skovholt og Starkey at “[...] it is very hard to accept uncertainty. Human beings are generally unable to tolerate the mysterious and unexplained” (Skovholt & Starkey, 2010, s. 125). De trekker frem noe av det samme som Keats om “Man of Achievement”, nemlig at behandleren må 1) søke mot sikkerhet samtidig som han eller hun aksepterer og står i usikkerhet, og 2) bestrebe seg på å utvikle modenhet og visdom (s. 129).

Hovedpoenget i Skovholt og Starkey sin artikkel er at behandlerens ekspertise er fundert på tre felt. Foruten 1) teori, vitenskap og en akademisk kultur og 2) praktisering i klinisk virksomhet, er ens kunnskap og viten også grunnet i 3) personlig liv – eller vi kan si i det å selv være menneske (s. 125, s. 126). Skovholt og Starkey fremholder faktisk at hendelser utenfor akademisk liv og pasienterfaring er vel så viktige i opplevelse av *vekst* for behandleren: “To know and understand suffering on a personal level helps practitioners better understand client pain and suffering thereby increasing the practitioner’s capacity for empathy” (s. 129). Det er kanskje å banalisere smerte og lidelse i mer fremtredende form, men det går an å tenke at også det å streve med å lære og å forstå, det å modnes, i alle fall tidvis er knyttet til en form for lavgradig smerte og lidelse – lignende den Boye skriver om i sitt dikt. Det er vanskelig å konfronteres med utilstrekkelighet, hjelpeløshet, det vi ikke forstår, det ubegripelige, det uforklarlige, som vi jo utsetter oss for når vi lærer, når vi utvikler oss og når vi modnes, ikke minst i et til dels abstrakt fag som psykiatri. Det ubegripelige og uforklarlige er på mange måter en krenkelse av vår forstand.

Skovholt har også samarbeidet med den internasjonalt anerkjente norske psykologen og forskeren Michael Rønnestad. I en artikkel fra 2003 refererer de funn og konklusjoner fra en stor studie av terapeuters profesjonelle utvikling på ulike stadier i studier og yrkesliv. De fant at terapeuter generelt angav pasientkontakt som den viktigste faktoren for profesjonell utvikling. Deretter fulgte veiledning og egenerapi, og så personlig liv (Rønnestad & Skovholt, 2003, s. 35-6). Interessant nok begrepssetter de utvikling som gjentatte syklusser av entusiasme og erfart motgang, selvtvil, angst, motløshet, utforskning

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

og bearbeiding som er lik ny læring, og integrasjon som er lik mestring (s. 32). Jeg tror at de fleste leger både selv kjenner seg igjen og har sett ulike kolleger i slike læringscykluser av motløshet og iver – kanskje særlig i spesialistutdanningen, men også etter endt spesialisering.

Rønnestad og Skovholt er klare i sin konklusjon: “Openness to learning and an ability and willingness to recognize the complexities of professional work is crucial for growth” (s. 13). Her kan vi igjen se på artikkelen av Skovholt og Starkey. Der fremholder de nemlig at den praktiserende erfarer begrensningene i den vitenskapelige metoden når han eller hun arbeider med pasienter. De påpeker at forskning gir et grovt kart for hvordan man kan jobbe med pasienter, og at generaliseringer av forskningsfunn på sitt beste er ambisiøst (Skovholt & Starkey, 2010, s. 127). Skovholt og Starkey skriver at den praktiserende jobber i et meget komplekst felt av følelser, tanker og omskiftelighet, som kan gjøre arbeidet forvirrende (s. 125). Pasientene vi arbeider med er pasienter nettopp fordi følelsene og tankene deres i større og mindre grad er ute av proporsjoner og sammenheng. Det gjelder å kunne fornemme, sortere og skille pasientens irrasjonelle, ubevisste og skjulte krefter fra våre egne for å hjelpe dem best mulig. For om vi selv ikke nødvendigvis er pasienter, har også vi og alle mennesker et ubevisst, irrasjonelt sjelsliv der krefter utspiller seg uten at vi klarer å se og forstå det. Det er derfor refleksjon over seg selv, veiledning og eventuelt egenerapi er så viktig i psykiaterutdannelsen og for den senere virksomheten som psykiater og psykoterapeut.

Også Rønnestad og Skovholt peker på at selvrefleksjon er vesentlig for læring og utvikling: “[...] [T]he ability and willingness to continually reflect upon professional experiences in general and difficulties and challenges in particular, are prerequisites for optimal development” (Rønnestad & Skovholt, 2003, s. 38). En kan også huske på funnene deres som viser at terapeuter angir veiledning og egenerapi som én av de viktigste faktorene for profesjonell vekst. Refleksjon og selvrefleksjon er med andre ord meget viktig for modning.

Jeg fikk faktisk for en tid siden et spørsmål fra en LIS (lege i spesialisering) om muligheten for større grad av selvrefleksjon og egenerapi i spesialistutdanningen i psykiatri. Dette skjedde under den månedlige gruppeundervisning i psykodynamiske emner for LIS. Spørsmålet var tankevekkende. For det første var det uttrykk for et behov for at man i veiledning i større grad får anledning til å se på seg selv. For det andre var det uttrykk for et ønske om noe vi ikke har i spesialistutdanningen vår per i dag, nemlig et tilbud spesielt viet selvrefleksjon og egen personlighet og sårbarhet.

Hvorfor kom dette spørsmålet opp og hvorfor kom det opp på aktuelle tidspunkt? Vi vet at overgangstiden mellom gamle og nye spesialistregler i psykiatri i Norge opphørte 01.01.2018, og at det fra den tid kun er nye regler som gjelder. Vi vet videre at det er innført ny spesialitetsstruktur for spesialistutdanningene generelt, med omlegging av alle spesialiseringsløpene. Vi vet dessuten at det foregår omfattende endringer i norsk helsevesen, med krav til økt effektivisering og kostnadskutt. Omlegginger, effektiviseringer og kutt krever omstillinger, som på sin side tar oppmerksomhet, tid og krefter. Da blir det mer problematisk å finne rom for refleksjon, både rundt pasienter og seg selv. Det blir et vanskeligere klima å vokse og modne i for alle. Den indre kreative utfoldelsen av å bli til som varighetens modning medfører, får dårligere betingelser. Og om utdanningen og helsevesenet endrer seg og *kan* endre seg, er modning underlagt en form for menneskelig grunnvilkår og er den samme nå som for 100 år siden. Modning er ikke mulig å forandre gjennom regelendringer og lovreguleringer. Man kan ikke skynde seg til modning eller løpe fortere for å nå modning, slik man kan når det gjelder for eksempel å iverksette behandling på flere pasienter med ørebetennelse eller operere flere hofter på kortere tid. Lik eplet er mennesket avhengig av miljøet det modner i for hvor godt resultat modningen gir. I tillegg modner noen lett og andre med større besvær. Standarden for modning bør uansett være at den aldri skal ta slutt, men fortsette hele yrkeslivet og hele livet. Modning og modningsfaget psykiatri fordrer tid, refleksjon og utvikling.

Veiledning i spesialistutdanningen kan ivareta et godt modningsmiljø. Psykoterapiveiledningen som betoner mange vanskelig fattbare aspekter ved det å være menneske og ved lege pasient-relasjonen, kan hjelpe den enkelte LIS i modningsprosessen. Det er ellers verd å merke seg at modningen man søker i sitt arbeide som psykiater, er den samme vi ønsker skal skje hos pasienten i psykoterapeutisk arbeide.

Jeg har noen tanker om at modning og modningsfag handler om det vi av og til omtaler som kunsten i medisinfaget – det vi ikke kan telle, det vi ikke kan fortelle, det vi ikke kan forklare. Det er håndlaget, det er måten, det er den lille pausen, rytmen, tonefallet, stillheten, rommet der noe åpner seg – det være seg en forståelse, en tillit, en respekt, en grunn for at noe skal vokse og utvikle seg. Rønnestad og Skovholt fant at erfarne terapeuter opplevde å forstå menneskelig atferd gjennom faglitteratur fra tilgrensende felt som antropologi og religion, gjennom å lese romaner, poesi og biografier, samt gjennom å se filmer, teateroppsetninger eller andre kunstneriske utforminger (s. 23). Kanskje er modning medisins og psykiatriens poesi.

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

Sammenfatning

Belysningene av hvorfor psykiatri er et modningsfag og forsøkene på svar som jeg har kommet med her, er ikke et endelig produkt og vil heller ikke passe alle. Sammenfattet er dog *min* forståelse at psykiatri er et modningsfag fordi det:

1. er sammensatt
2. er vanskelig
3. er tvetydig
4. er abstrakt
5. omhandler mennesker
6. krever tid, i betydningen objektiv klokkeid
7. krever tid, i betydningen subjektiv varighet
8. krever modning av personen som skal lære det:
 - stå i fornemmelser, tvil, usikkerhet, hjelpeløshet, tvetydighet, det vanskelige og det smertefulle
 - varighetens utvikling som foregår utenfor kognisjonen og som del av det å være et menneske, av det å leve
 - refleksjon, rundt pasienten og seg selv, på egenhånd, i veiledning og eventuelt egenerapi
 - forståelse, en kognitiv ervervelse av hva dette dreier seg om
 - utforskning og bearbeiding (ny læring), og integrasjon (mestring)
 - omdannelse og kreativ skapelse

Modningsfag er kjennetegnet ved at det iverksetter og fordrer en dynamisk hendelse knyttet til personen som lærer det. Både modning og læring innebærer at man må modne og lære selv. Det er ikke mulig å modne eller lære utelukkende ved å ta opp i seg andres modning og læring, og det er til dels hardt arbeid. Men modning er samtidig en skapende kraft, en indre kreativ utfoldelse av å bli til som menneske og fagperson, som gagnar LIS/veiledningskandidater og i neste omgang pasientene.

Essayet er basert på et foredrag holdt på Spesialitetskomitéen i psykiatri sitt seminar for ledere av utdanningsutvalg i Oslo i november 2017.

Manuset er utarbeidet med økonomisk støtte i form av skrivemidler fra Institutt for psykoterapi, Oslo.

Referanser

- Aabye, I. (2018, 6. april). Følger drømmen som mattelærer. Hentet 29. august 2018 fra <http://www.uio.no/studier/program/matematikk-informatikk/karriereintervjuer/as-tri-strand-lindbeck.html>.
- Bergson, H. (1991). *De Store Tænkere – Bergson*. Oversatt til dansk av Peter Kemp. Oslo: Tano.
- Bergson, H. (1998). *Tiden og den Frie Vilje. En Undersøkelse av de Umiddelbare Indre Kjensgjerninger*. Oversatt til norsk av Hans Kolstad. Oslo: Thorleif Dahls kulturbibliotek.
- Bergson, H. (2017). *Creative Evolution*. Oversatt til engelsk av Arthur Mitchell. New York: Dover Publications.
- Bokmålsordboka* (2005). Oslo: Kunnskapsforlaget.
- Boye, K. (1987). *Dikter*. Stockholm: Albert Bonniers Förlag.
- Etymonline*. Hentet 18. oktober 2017 fra <https://etymonline.com>.
- “Fagplan for religion, livssyn og etikk HiOA” (2015). Hentet 29. august 2018 fra <http://www.hioa.no/Studier-og-kurs/LU/Firearige-studier/Grunnskolelaerer-5.-10.-trinn-firearig-ikke-opptak-etter-2016/Programplaner-for-tidligere-kull/Programplan-for-Grunnskolelaererdanning-trinn-5-10-2015/Fagplan-for-Religion-livssyn-og-etikk-RLE-60-stp.-5.-10.-trinn-2.-og-3.-studieaar-Studieaaret-2015-2016>.
- Fegran, L. & Slettebø, Å. (2012). Læringsutbytte, læringsaktiviteter og vurderingsformer. I *Nordisk Sygeplejeforskning 1* (2), 64-73.
- “Informasjon om samtalen: elektronisk prøve i etikk” (n.d.). Hentet 29. august 2018 fra <https://www.finaut.no/kandidater/informasjon-om-samtalen/>.
- Keats, J. (1993). To George and Thomas Keats. I *The Norton Anthology of English Literature*. New York & London: W.W. Norton & Company.
- Kolstad, H. (n.d.). Naturen som ressurs og besettelse. Hentet 28. oktober 2017 fra http://www.naturliv.no/kolstad/ressurs_og_besettelse.pdf.
- Kolstad, H. (1998). “Noter til oversettelsen”. I Bergson, H. (1998). *Tiden og den Frie Vilje. En Undersøkelse av de Umiddelbare Indre Kjensgjerninger*. Oversatt til norsk av Hans Kolstad. Oslo: Thorleif Dahls kulturbibliotek.
- Kyte, L., Kleiven, O. T., Elzer, T. A. & Kvigne, K. (2011). Medisinsk og naturvitenskapelig kunnskap i sykepleiepraksis. I *Forskning nr. 4* (6), 314-322.
- Lundin, K. E. A. (2006). Indremedisin. Hentet 29. august 2018 fra <https://tidsskriftet.no/2006/01/jubileumsnummer/indremedisin>.
- Mangset, K. L. (2008). Landskapsarkitektutdanningene i Norge. Hentet 29. august 2018 fra <https://www.arkitektnytt.no/nyheter/landskapsarkitektutdanningene-i-norge>.
- Matematikk.net (2010, 14. april). Hentet 29. august 2018 fra <https://matematikk.net/matteprat/search.php?keywords=modningsfag&t=25551&sf=msgonly>.
- Nilsen, S. T. (2013). “Høring – ny studieplan i medisin Universitetet i Bergen”. Hentet 5. mai fra <http://www.uib.no/filearchive/helseforetak-horingssvar-med.pdf>.
- “Sensorveiledning hjemmeeksamen” (2007). Hentet 29. august 2018 fra http://org.uib.no/jur/Studier/eksamen/oppgaver/1.studiear/Sens_Hjemmeeks_JUS114_V2007.htm.
- Thuen, H. (2015). Framtidens lærerutdanning – med historien til hjelp. I *Bedre Skole nr. 4*, 79-83.
- Rønnestad, M. H. & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. I *Journal of Career Development* 30 (1), 5-44.
- Skovholt, T. M. & Starkey, M. T. (2010). The three legs of the practitioner’s learning

Hvorfor er psykiatri et modningsfag?

stool: Practice, research, and personal life. I *J Contemp Psychother* 40, 125-30.

“Spansk, nivå 1” (n.d.). Hentet 29. august 2018 fra <https://www.askundervisning.no/fag/fag-spansk-190-spansk-nivaa-i>.

Stigen, A. & Tranøy, K. E. (2017, 19. september). Henri Bergson. I *Store Norske Leksikon*. Hentet 18. oktober 2017 fra https://snl.no/Henri_Bergson.

“Valgkurs” (2016). Hentet 29. august 2018 fra <https://at.bi.no/NO/arkiv/hjelp-til-å-velge-valgkurs-2016>.

Summary

Psychiatry is a discipline where maturity is gradually developed. The discipline is ample and complex, ranging from ECT and anaesthesia, to psychoanalysis and «aesthesia». The ample and complex is applicable to other disciplines into which one gradually matures, too. In general, it is problematic to define what disciplines where maturity evolves really are, and they are vaguely understood as «difficult». Such disciplines are rather defined by what is happening to the person learning them. Most important is the person's need of time. The philosopher Henri Bergson's concept of duration or la durée concerns just the kind of time necessary in acquiring disciplines where maturity evolves. Duration pertains to an inner creative evolvment of becoming, which is decisive in learning psychiatry.

Key words: Creativity, discipline where maturity is gradually developed, Henri Bergson, la durée, professional development, psychiatry.