

Indholdsfortegnelse

Göran Ahlin og Tove Mathiesen: Redaktionell kommentar	104
Olov Dahlin: "No man is an Iland, Intire of Itself". Om terapeuters samarbejde, några påmindelser	108
Olov Dahlin: Vad är det för klister som håller samman grupper? En idéhistorisk skiss	114
Olov Dahlin: Vad sjöng Beatles om 1968?	123
Randi Sviland, Målfrid Råheim och Kari Martinsen: Språk – uttrykk for inntrykk.	132
Helle Enggaard og Eva Gudmand-Høyer: Socialfobi. Kliniske erfaringer og refleksioner fra et pilotprojekt	157
Boganmeldelse	
Steinar Lorentzen: <i>Hans Kornerup (ed.): "Milieu-therapy" with children. . .</i>	172

Table of contents

Göran Ahlin og Tove Mathiesen: Editorial	104
Olov Dahlin: "No man is an Iland, Intire of Itself"	108
Olov Dahlin: What sort of glue holds groups together?	114
Olov Dahlin: What did the Beatles sing about in 1968?	123
Randi Sviland, Målfrid Råheim och Kari Martinsen: Language – expressions of impressions	132
Helle Enggaard og Eva Gudmand-Høyer: Social Anxiety. Clinical considerations and reflections from a pilot projekt	157
1 Book review	172

Redaktionell kommentar

Detta tidskriftsnummer innehåller dels tre artiklar av den förra året bortgångne Olov Dahlin, dels en andra artikel, av Randi Sviland i samarbete med Målfrid Råheim och Kari Martinsen (se Matrix 2009: 2) om språk, psykoterapi och fysioterapi med utgångspunkt i Braatøys teorier om språk, i sin tur inspirerade av Lögstrups sansefilosofi (= på svenska: filosofi om förnimmelse och varseblivning). Sen berättar Helle Enggaard och Eva Gudmand-Høyer om sina erfarenheter och reflekterar över hur de kan påverka framtida klinisk praxis i "Socialfobi Kliniske erfaringer og refleksjoner fra et pilotprosjekt". I numret presenterar Steinar Lorentzen slutligen en recension av boken "*Milieu-therapy*" with children som har Hans Kornerup som editor.

Olov Dahlin, psykoanalytiker och gruppanalytiker var en följd av år svensk redaktionsmedlem för Matrix. Efter hans bortgång i september 2009, efter lång tids kamp med tumörsjukdom, var det många som talade om hans betydelse som inspiratör till nordiskt samarbete mellan gruppterapeuter och som en av idégivarna till den svenska utbildningen i gruppanalys. Vår nuvarande redaktionsgrupp beslöt att trycka, och trycka om, några texter av honom. De vi valde är de tre som finns i detta nummer av tidskriften. Alla är efteråt bearbetade föredrag Olov höll vid tre särskilda tillfällen med sin karakteristiska blandning av vida kunskaper i facklitteraturen, sin överblick – och sina ibland tämligen retsamma provokationer.

Den första texten *No man is an Island* bygger på ett föredrag under den allra första Nordiska Gruppterapikonferensen som hölls 1991 på Schaeffergården i Köpenhamn. Den diskuterar samarbete, speciellt mellan klinik, forskning och utbildning med tonvikt på utvärderingsforskning. Den kan sägas föregripa de i dag (inte minst i Sverige) heta debatterna om evidensbaserad psykoterapi. Olov var för övrigt ursprungligen upphovsman till idén om att anordna nordiska konferenser mellan gruppterapeuter, hållna på våra nordiska språk. Den idén lanserade han under IAGP's internationella konferens om gruppterapi i Amsterdam 1989, året för järnridåns begynnande upplösning.

Den andra artikeln *Vad är det för klister som håller samman grupper?* bygger på hans plenarföreläsning sexton år senare under den 6:e Nordiska Gruppterapikonferensen, som hölls i Stockholm 2007 (närmaste föregångare till den som

hölls i maj i år i Stavanger). Här är det Olovs grundläggande teorier om grupper och gruppterapi, och hur de utvecklats genom åren, som kommer till tals. Och hur gruppterapi och utbildning i gruppanalys förhåller sig till akademiska krav och fördomar om psykodynamiska teorier. Båda de nu nämnda texterna har tidigare publicerats i tryck som fotnoter i dem anger.

Den tredje artikeln *Vad sjöng Beatles om 1968?* publiceras nu, postumt, för första gången. Den är en bredare översikt, med ett högst personligt anslag, över den politiska och kulturella utvecklingen under de gångna fyrtio åren efter 1968, det ryktbara året vars omvälvningar i Västeuropa firades och diskuterades under 2008, bland annat i London (för övrigt i Institute of Group Analysis' lokaler, om än inte i dess regi). Här framträder Olovs tänkande om världen och samtiden i stort i all sin beläsenhet, med sina ofta djupa och originella utblickar – och ibland hans något överraskande, om än relativa, ensidighet i enskilda delar.

Olov Dahlin gillade en karakteristik av sig själv han fått höra som en "Tänksjälpsykoanalytiker" – en som förmår andra tänka vidare, hålla med eller opponera mot vad han formulerat, tolkat och presenterat. Han älskade dialoger och diskussioner över allt annat – vilket vi menar dessa tre exempel från olika tidpunkter i hans liv kan väl illustrera. Vi ber få önska läsarna en angenäm och stimulerande läsning – möjligen också att bli frestade till att gå i svaromål. Diskussionsinlägg välkomnas, som alltid, varmt i Matrix.

Sviland, Råheim og Martinsen gennemgår i sin anden artikel – *Språk – uttrykk for inntrykk* – forholdet mellem Løgstrup og Braatøy, deres opfattelse af *at tale ud* samt af *variation og nuancer* i det sproglige udtryk. De to var samtidige, i hvilket omfang de måtte have haft kontakt eller kendskab til hinandens tænkning i levende live fremgår ikke her. Det forekommer berigende at sammenstille deres arbejder, som det sker, omend det stiller store krav til læseren. Forståelsen kan formentlig lettes og uddybes ved kendskab til de omtalte værker. Læsning af Løgstrup har været et led i uddannelsen for en generation i Danmark (i Århus?), ligesom Braatøys *De Nervøse Sinn* har stået i reolen og er blevet anbefalet af supervisor. Artiklen er opdelt i to afsnit, der igen er strukturerede således, at man først får en gennemgang af Løgstrups tanker, dernæst af Braatøys og endelig forfatterens fortolkning. Denne opbygning bevirker, at læseren får en chance for at få gentaget nogle synspunkter og gradvist (igen) komme ind i Løgstrups tankeverden perspektiveret af Braatøy.

I første del "Å snakke ut i talens åpenhet" gjennomgås Løgstrup under overskrifterne: Løgstrup – språk som grunnvilkår; Språkets sanselige stemthet og talens åpenhet; Tydning; Tale- suverene livsyttring; Talens åpenhet og respekt for det urørlige; Kretsende tankefølelser.

Det hedder bl.a. "Våre handlinger styres ikke bare av dynamiske og suverene livsyttringer. I avmakt kan vi bore oss ned i innesluttethetens bevegelser i det Løgstrup kalte "kredsene tankefølelser". De kan få oss til å kretse om oss selv, så vi fanger oss selv i følelser som fornærmelse, sjalusi og misunnelse. Altoppslukende kan de suge vår oppmerksomhet til seg, så vi ikke klarer å tenke på noe annet."

Herefter perspektiveres med Braatøys synspunkter i Braatøy – om språk som uttrykk for kroppslig erfaring. 'Ord som nyanserte opplysninger om organismens tilstand; Tilbakeholdelse; Å være på talefot. Braatøys tanker om sprog er primært knyttet til en klinisk forståelse af nervøse lidelser og samtalens betydning i behandlingen. Ord og sanseindtryk udløser reaktioner og præger sprog, kropsholdning og indstilling. Han belyste den muskulære siden af affekt regulering som dynamikken mellem holdning og bevægelse.

Forfatterne samler under overskriften Braatøy i lys af Løgstrup: Språk som tydning i kroppslig behandling "Løgstrup viser til det gjensidige i talens åpenhet. Å utlevere seg selv fordrer at den andre tar imot på en slik måte at man ikke blottstiller seg. Braatøy understreket at den som behandler må være villig til å følge pasientens språk, for at pasienten skulle kunne snakke fritt. Det krever også ærbødighet for pasienten som menneske og vilje til at besvare følelser."

I anden del "*Mangfold og nyanser i språklig uttrykk*" gjennomgås Løgstrup under overskrifterne *Løgstrup om sprogskatten; Det uttrykksfulde språket; Ordets betydningssvifte; Det innfallsrike språket*. Derefter Braatøy: *Språk – betydningssvariasjon og presisjon: Sproklige fordommer; Dobbeltbetydning og meningsvariasjon; Uttrykksnyanser*. inden forfatterens *Drøftning*.

Blandt meget andet omtales, hvorledes Braatøy kritiserte en praksis, hvor en behandling blev besluttet på grundlag af journalnotat foretaget af en anden person, uden eget kendskab til patientens eget nuancerende udtryk. Det patienten siger har både indhold og form og kommer til udtryk gennem valg af ord og i måden det bliver sagt på, hvilket har betydning for forståelsen af de sagte. Symptomchecklister, selvrapporteringsskemaer og manualiseret journal-skrivning ligger stadig ude i fremtiden, her er det mødet med patienten og evnen til at lytte til patienten og sig selv, der sættes i centrum.

Afsluttende hedder det: "Nervøse lidelser er resultat av livserfaringer som er særegne for det enkelte individ og behandling fordrer derfor et nyanserende, rikt og presist språk. ... Med dagligspråkets hjelp kan vi forsøke å klargjøre det vi ser, hører og fornemmer av pasientens egenbevegelse, og å tyde de differensierte opplysningene som kommer til uttrykk i pasienten pust, lyd og valg av

ord. Da må vi, som Løgstrup presiserte, verne om språkskatten, der ordenes potensielle betydninger ligger oppbevart. Vi må ta oss i vare så ikke språket okkuperes av definisjoner og entydige begreper, men vi må også være på vakt overfor kulturelt overleverte fordommer som hindrer forståelse.”

Helle Enggaard og Eva Gudmand-Høyer beskriver sine erfaringer og reflekterer over, hvilken betydning de kan have for fremtidig klinisk praksis i *Socialfobi. Kliniske erfaringer og refleksjoner fra et pilotprosjekt*.

Gennem et prosjekt, hvor pasienter med socialfobi behandles i gruppe etter kognitive og adferdsterapeutiske prinsipper, beskrives, hvorledes tvangsmæssig kredsen om selvnedgørende tanker kan relateres til skemaer forbundet med destruktive eller fraværende mellommenneskelige relationer. Disse skemaer kan også være forbundet med kaotisk eller diffus selvfølelse, opplevelsen af mindreværd, ensomhed, angst og ængstelse, som ikke af sig selv utslukkes ved eksponering. (Mon det er dette, Løgstrup ville kalde kredsende tankefølelser?)

For at kunne forholde sig til disse skemaer, må terapien føles som tryk med hensyn til opplevelsen af accept, tid og rum til at bevæge sig mod mere åbenhed og dermed også sårbarhet. (Sviland, Råheim og Martinsen skriver om den terapeutiske situation: “En behandler må skape en situasjon der pasienten føler seg trygg. Skal en lykkes i dette kreves det varhet for pasientens ømfintlighet og sårbarhet.”)

Det viser sig ved evaluering af prosjektet væsentligt at skelne mellom den reaktion, der sker i forbindelse med utfordring af angsten på symptomplan og i relation til skemata og selvoplevelse. Førstnevnte vekker katastrofetanker og konkret trang til undgåelse, hvor sidstnevnte angst er relateret til både selvopfattelse og relation til andre. Ved den første synes den kognitive omstrukturering, eksponeringen og forandringen at være central, ved den anden derimod accept, validering og relation. Det konkluderes, at terapien også må rettes mod en validering og forståelse af eget følelsesunivers i en empatisk og undersøgende dialog, der skaber grundlag for nye måder at oppleve og opfatte sig selv på.

God fornøielse med at utforske ligheder og forskjeller i tænkning og terapiretninger – og mellom de nordiske sprog.

Göran Ahlin og Tove Mathiesen

“No man is an Iland, Intire of Itselfe”

Om terapeuters samarbete, några påminnelser*

Matrix, 2010; 2, 108-113

Olov Dahlin

1880 hade Josef Breuer påbörjat sin behandling av “Anna O”. 1896 bröt Freud med Breuer. 1897 avskrev han förelseteorin som en generell förklaring till neuroser. Freud skapade i väsentliga stycken psykoanalysens grunder och införde själva begreppet psykoanalys under 1880-talet. Det är rimligt att påstå att psykoanalytisk psykoterapi, och dit hör gruppsykoterapin, 1991 är ett kunskaps- och erfarenhetsområde, som existerat mer än hundra år.

Psykoanalytisk behandling och psykoanalys som vetenskap var från begynnelsen förenade som de två sidorna av samma mynt, vilket inte minst berodde på att denna förening sker inom en enskild person, i analytikerns privata värld, genom hans tänkande. Analysens företrädare försökte att förstå hur Freud gjorde denna förening, hur Freud tänkte, genom att fråga efter hans åsikter medan han ännu levde och noga studera hans skrifter efter hans död. Freud är ett gott exempel på hur svårt det är att binda samman fenomen och teori. Han reviderade vid flera tillfällen sina teorier i försök att förstå sig själv och tänka riktigare och undvika motsägelser i sina resonemang. Under hundra år har vetenskaperna och den värld av tänkande och föreställningar som vi lever i hunnit förändras åtskilligt.

Analytikerns egen utveckling i livscykel, som en människa i interaktion med andra människor (patienterna inte att förglömma), förändrar också de teoretiska perspektiven. I en personlig, trettio års översikt av sin analytiska

* Bearbetat föredrag vid 1. Nordiska Gruppterapeutiska Symposiet, Köpenhamn, maj 1991, tryckt i konferensrapporten Samhörighet – Selvstendighet 1992 som utgavs i samarbete med tidskriften Matrix.

Olov Dahlin (1934-2009), psykoanalytiker och gruppanalytiker, var en av de ursprungliga lärarna i den svenska gruppanalytiska utbildningen, initiativtagare till de nordiska gruppsykoterapeutiska symposierna och mångårig medlem av redaktionen för Matrix.

karriär beskrev John Lindon (1991) under rubriken "Does Technique Require Theory?" hur hans teknik först hade varit styrd av klassisk freudiansk teori, sedan kleiniansk, sedan objektrelationsteoretisk och slutligen självpsykologisk ad modum Kohut. Hans arbete med patienter hade fört honom från den ena teoretiska psykoanalytiska skolan till den andra. För en del av dem, som har en tillräckligt stark ställning i det psykoanalytiska etablissemanget, kan det betyda att de offentliggör avvikande synpunkter.

Otto Kernberg är en sådan auktoritet, vilket han bland annat visat i en uppsats om de psykoanalytiska instituten (Kernberg 1986). Han inledde uppsatsen med "*Psykoanalytisk utbildning är alltför ofta omgiven av en atmosfär av indoktrinering...*" och beskrev fyra olika grundläggande förhållningssätt (man kan tänka de tre första som paralleller till Bions Basic Assumptions, BA):

1. Prästseminariet (tro, övertygelse – BA Dependency)
2. Hantverksgillet (tekniken, hantverket – BA Fight-flight)
3. Konstakademien (den unika prestationen, det kreativa mötet, den inspirerande mästaren – BA Pairing)
4. Universitetet (vetenskap, forskning). Kernberg vill förespråka universitetsalternativet (som skulle kunna motsvara Bions Work Group, ständigt infiltrerad och hotad av BA).

Som en motsats till Kernbergs ambitioner skulle Rollo Mays syn på psykoanalys kunna anföras. Vid en konferens i Stockholm 1984 hävdade han att psykoanalysen har en uppgift att förvalta andlighet i en sekulariserad tid, att möta människors andliga behov och hjälpa dem att utveckla sig i denna dimension: "*Psykoanalysen fyller det vakuum, som uppstår när religionen dör ut*".

För att ange min egen position kan jag citera filosofen Ernst Cassirers åsikt att Aristoteles hade fel, när han påstod att människan var det rationella djuret. Människan är, menade Cassirer, det symboliserande djuret. Psykoanalytisk psykoterapi är den process, som intresserar sig för den symboliska framställningen av alla de konflikter, som är en oundgänglig konsekvens av att leva ett liv i ett samhälle. Vi kan på goda grunder göra gällande att en oförmåga till symbolisk framställning leder till kommunikationsstörningar såväl utåt som inåt, vilket inskränker livskvaliteter och inkräktar på hälsan. Dock återstår att klargöra vad vi avser med livskvalitet och hälsa. Kernberg och Rollo May representerar analytiker, som ifråga om detta drar åt olika håll, var och en med sina goda skäl.

Kernberg representerar en psykoanalytisk psykoterapi, som många av oss skriver under på genom att kvittera ut avlöningen, och som är beroende för sin existens av sin anknytning till medicinen och dess definitioner av livskva-

litet och hälsa: pengar och status tilldelas av dem som administrerar medicinsk forskning och behandling. De har i större utsträckning börjat kräva beslutsunderlag i form av redogörelser för erfarenhet av psykoterapi: *för vilka störningar? hur länge? med vilka resultat? och med vilken form av psykoterapi?* Den hundra år gamla vetenskapen har inte kunnat ge dem, som krävt beslutsunderlag, några klara besked.

Psykoanalytiker och psykoterapeuter har haft en benägenhet att inte låtsas om sitt ekonomiska beroende av en tredje part, som betalat, därför att man föreställer sig att det handlar om en behandling av ohälsa i medicinsk mening. Genom utvärderingsforskningen har den tredje parten under senare år gång på gång presenterat sig för oss – som en fordringsägare med frågan *“Vad har jag fått för mina pengar?”*

Psykoanalysen och den psykoanalytiska psykoterapin, gruppanalysen och gruppterapien ställs inför att med forskning demonstrera sin potens, om man vill behålla en del av den medicinskt-psykiatriska marknaden. Den ideologiska argumenteringen är efter hundra år utsliten.

Psykoanalysen har på ett anmärkningsvärt sätt kunnat leva sitt eget liv – på gott och ont – och rätt framgångsrikt kunnat hävda sig som primus inter pares, som Freud uttryckte det i en uppsats 1933. Med rätt få undantag i Europa har psykoanalys och psykoanalytisk psykoterapi inte slagit rot på de universitetsinstitutioner, som ägnat sig åt psykologisk forskning. Förklaringar brukar hänvisa till att psykoanalysen inte skulle vara en riktig, det vill säga positivistisk vetenskap. Jag menar att det är rimligt att tänka sig ett ömsesidigt misstroende. Forskningen vid det moderna universitetet har anspråk på en frihet att utveckla tankegångar och frågeställningar utan att deras berättigande provas av hierarkiskt överordnade organ. Man har inom den Internationella Psykoanalytiska Föreningen med hänvisning till sin centrala position i psykoanalysens idéhistoria gjort anspråk på att få avgöra vad som är psykoanalys, och på liknande sätt har andra terapiskolor försökt att utöva kontroll över sina käraste teorier och skydda dem mot ett otillbörligt utnyttjande av dem, som inte a priori erkänt teoriernas giltighet och godkänts av skolan.

Den psykoanalytiska processens privata karaktär är svår att bortse från. Det är hermeneutikernas argument mot att annan forskning inom psykoanalys och psykoterapi än den hermeneutiska skulle vara meningsfull eftersom det privata endast kan göras offentligt genom tolkning. Även om processen i praktiken utspelar sig mellan två personer är det oftast endast analytikerns, psykote-

rapeutens redogörelse vi får. Vi möter ett tänkande om någon annans själsliga processer i form av analytikerns tankar, nödvändigtvis formade, pro eller kontra, efter andra psykoanalytikerns tankar. I linje med det framstår också Bions och Ezriels modeller för grupppsykoterapi som en mot alla och alla mot en. I psykoanalysens föreställningsvärld är "grundfiguren" dyaden.

När Foulkes 1948 presenterade sitt perspektiv på gruppen sprängde han det privata ramar. Han gav gruppdeltagarnas tolkningar och tänkande en väsentlig plats i sökandet efter kunskap. Den kunskap han intresserade sig för var en kunskap som gjorde förändring möjlig, som gjorde det möjligt att förändra sig i förhållande till sig själv och till andra människor.

En dörr till en forskning, som inte är innesluten i den hermeneutiska cirkeln utan också bygger på delad erfarenhet, öppnades. Utvecklingen av elektroniska apparater för registrering har gjort det möjligt att följa processer, som rimligen är mer eller mindre goda spår av vad som sker i psykoterapier och grupptherapier.

Under, vad jag vill kalla den skolastiska fasen, har psykoanalysen utvecklats till en rikedom av idéer, teorier och hypoteser, som på det metapsykologiska planet varit svåra att förena till ett önskvärt motsägelsefritt system. Motsättningar i skolastiken har inneburit bildandet av nya skolor. (Begreppet skolastik syftar just på tankesystem, vars grundregler bestäms av en skola och som utvecklar sin kunskap genom dialektik och syllogismer. Under högmedeltiden var Aristoteles, antikens materialist och, märkligt nog inte Platon, antikens idealist, den store auktoriteten. Aristoteles förtjänst var att han "uppfunnit" logiken och hävdade det logiska resonemangets *beviskraft*).

När Herbert Rosenfeld tröttnade på invändningar i diskussionen av en analys han presenterade, kunde han säga: "*Jag var där*" för att ange att där gick gränsen mot det sedan ohjälpligt subjektiva underlaget. Man når till en viss punkt av samförstånd där det inte går att komma längre med rent resonande.

Begreppsord och tankegångar har exporterats och importerats över gränserna mellan olika former av psykoterapier. Gruppanalys och gruppterapi har varit stora importörer av psykoanalytiskt tankegods. Varje analytiker och varje terapeut förefaller att i praktiken ha gjort sitt personliga val och urval av teorier. Man har till och med kunnat visa att de har en mer eller mindre omedveten benägenhet att göra justeringar i sin teori i relationen till varje särskild patient (se t.ex. Kächele 1988, Lindon 1991, citerad ovan). I det skolastiska systemets värld är detta en försyndelse mot skolan, något som man föredrar att göra i det fördolda, och här kommer processens privata karaktär väl till pass.

"No man is an Island, Intire of Itself"

Att avslöja sig i situationer där yrkesmässig prestige och narcissistiska investeringar förefaller att stå på spel har i hundra år endast kunnat ske med stor försiktighet. Eftersom man både i fantasi och verklighet riskerade att utsättas för klander för att inte tänka på rätt sätt. (Väl känd är Glovers anonyma enkät 1937, som besvarades av 24 analytiker i den Brittiska föreningen, som avslöjade att flera av dem inte riktigt praktiserade, som de lärde ut).

Man tillhör som psykoterapeut en skola och skolan är hierarkiskt uppbyggd. Föreställningar om fiender utanför skolan, drar snäva, paranoida gränser kring skolan. Man kan flyttas upp i hierarkin, men man går aldrig ut, slutar aldrig i skolan. *Detta har inneburit att analytiker och terapeuter haft svårt att skapa samarbetsgrupper med ett öppet klimat och att erbjuda insyn i arbetet med patienter.* Trots att materialet som presenteras på något sätt antas komma från patienten (vilket det inte alls gör, eftersom det kommer ur terapeuten) kommer patienten i bakgrunden eftersom det är analytikerns tänkande enligt skolans regler, som läggs fram för granskning. Det följer på många sätt Mästersångarnas regler: *“Habt Ihr zum “Singer” euch aufgeschwungen / und der Meister Töne richtig gesungen / fügtet ihr selbst nun Reim und Wort / dass Sie genau an Stell´und Ort / passten zu eines Meisters-Ton / dann trügt ihr den Dichterpreis davon.[Har ni svingat er upp till att bli Sångare/ och rätt sjungit Mästar Tonerna / fogar ni själva nu ord och rim / så att de passa en Mästares ton / då får ni Skaldepriset därur]* (Wagner: Mästersångarna i Nürnberg, akt 1, scen 2).

En angelägen uppgift för forskning inom det psykoterapeutiska området är att komma närmare patienten och att samtidigt studera analytikern och skolan. Det betyder att åtminstone tre personer (patient, terapeut och forskare) är inblandade i processen. En grupp börjar att framträda.

Jag lämnade Rollo May efter att ha använt honom som Kernbergs motsats. Jag tror inte att någon form av psykoterapi, fast man under de senaste årtiondena alltmer börjat intressera sig för ont och gott, livets början och slut, är någon ersättning för religionen. Jag tror att psykoterapeuter måste försöka finna nya former för samarbete för att psykoterapi skall hitta sin självklara plats i samhällets infrastrukturer. Metoder för att studera terapiprocessen och för utvärdering måste utvecklas och i större utsträckning, än vad som är fallet nu, knytas till psykoterapeutiska verksamheter. Vi måste analysera och realitetspröva de paranoida fantasier, som annars tvingar oss till isolering i skolor och till en fragmentering av psykoterapin och psykoanalysen. *Vi måste våga öppet visa varandra vad vi gör, inte bara hur fläckfritt vi tänker, och lämna befästningarna av*

metapsykologi. I vårt sökande efter sanning måste vi ta den risken att en granskning av spåren av vad vi gör kan visa att vi inte uppnår så mycket som vi hoppats.

Den pionjärtid är slut då forskaridealet var den djupt tänkande och originelle solitären med Sigmund Freud som förebild. Det finns en rikedom av tankar och erfarenheter, som väntar på att prövas, inte endast mot varandra inom skolsystemet, vid "mästersångartävlingar", utan också mot samhällets verklighet. Psykoterapi måste efter mer än hundra år kunna legitimera sig genom en forskning, som försöker att tydliggöra både det enskilda fallet och den enskilde psykoterapeuten. Förutsättning för en forskning i dag är samarbete. John Donnes ord: "No Man is an Iland, Intire of Itselfe " har en metafysisk syftning (som det var tänkt i hans 17:e meditation) men kan även ges en högst praktisk innebörd. Ingen kan längre ensam behärska ett vetenskapligt område utan är nödvändigtvis beroende av andras medverkan. "Forskaren" är i dag en grupp.

Jag ville med detta föredrag vid det 1. Nordiska Gruppsykoterapeutiska Symposiet påminna om betydelsen av samarbete:

- A. vad gäller träning, praktisk erfarenhet och utbildning för att forskning om en utveckling av gruppsykoterapi skall kunna ske, och
- B. vad sedan gäller denna forskning och utveckling, samarbete för ett utbyte av tankar, metoder och, återigen, en beskrivning av erfarenhet.

Litteratur:

- Kernberg, O., (1986) Institutional Problems of Psychoanalytic Education. *J. Amer. Psychoanal. Assoc.* vol. 34, pp. 799-834.
- Kächele, H., (1988) Clinical and Scientific aspects of the Ulm Process Model of Psychoanalysis. *Int. Journ. Psycho-Analysis* vol. 69:65-67.
- Lindon, J. A., (1991) Does Technique require Theory? *Bull. Menninger Clinic.* Vol. 55: pp. 1-21.
- May, R. (1984) Psykologi och religion. *Gnosis* 2:84/ 1:84 s. 7.

Abstract

Olov Dahlin: "No man is an Iland, Intire of Itselfe"

The article is based on a paper given at the first Nordic Group therapeutic symposia in Copenhagen in 1991. The development of a collaboration between clinical practice, research and education is discussed, stressing the need for collaboration and critical research on the effect of psychotherapy before the debate about evidence based psychotherapy.

Key words: Psychoanalysis, group analysis, group therapy, education, research, cooperation

"No man is an Iland, Intire of Itselfe"

Vad är det för klister som håller samman grupper?

En idéhistorisk skiss*

Matrix, 2010; 2, 114-122

Olov Dahlin

Människor lever tillsammans och i grupper, som inte alltid är synliga, eftersom de ingår i en social ordning, som uppfattas som självklar. För den enskilda människan, individen, är tillblivelse och överlevnad beroende av grupptillhörighet och därmed tilldelad identitet och bekräftelse. Individ betyder den odelbara, vilket kan tolkas som gruppens minsta del. Så långt en trosbekännelse – som jag naturligtvis undrar om ni delar.

De västerländska samhällsbildningarna var fram till 1600-talet stela hierarkiska strukturer vars härskare kämpade med varandra och mot kyrkans krav på överhöghet. Något klister var inte aktuellt. Stenblock var inkilat med stenblock. Den rådande ordningen förklarades som den naturliga ordning som Gud bestämt. [Alla gruppbyggnader var operativa (ändamålsenliga) och inordnade under olika beteckningar i samhällsordningens makt- och ekonomistruktur.] Stater eller nationer, i den mening vi idag lägger i de orden, existerade inte under medeltiden. I sprickorna mellan sekulär makt och kyrka började under renessansen naturvetenskapen och tekniken spira. [Det betydde bland annat att allt bättre kartor kunde ritas och territoriers gränser kunde stakas ut. Kartan var en nymodighet på femtonhundratalet. Kungadömen, riket, definierades inte längre som förbund av vasaller och deras vasaller utan som territorier och de människor som bodde där. En stat började växa fram kring kungen.]

* Uppsatsen är en bearbetad version av Olov Dahlins inledningsanförande till den 6:e Nordiska Gruppterapikonferensen som hölls i Stockholm 2007. Den har tidigare publicerats i RPC's tidskrift *Insikten* och trycks nu omigen med vänligt tillstånd från tidskriften.

Gud förstods i bildade kretsar alltmer abstrakt som skaparen av Naturens ordning, en lagbunden ordning, som kunde utforskas. Att HAN personligen skulle ingripa i det dagliga livet trodde man inte.

Den engelske filosofen Thomas Hobbes formulerade i mitten av 1600-talet en samhällsteori, vars kärna var, att människorna, om det inte funnes någon suverän, skulle leva i ett naturtillstånd, där alla skulle bekämpa varandra. Bakgrunden var det blodiga inbördeskriget på de brittiska öarna. Förnuftet bjuder människorna att ingå ett samhällskontrakt med varandra och utse den starkaste och klokaste till suverän ledare för att inte ständigt leva i fruktan för varandra. Hobbes föreslog att det [klistret] som håller samman grupper utgår från en fruktan för allas krig mot alla. Det framtvingar ett samhällskontrakt. Detta är tankegångar i linje med upplysningens rationella syn på människa och samhälle. De återkommer i Freuds tänkande om grupper. De har ännu i dag en aktualitet i många teorier om grupper i form av föreställningar om operativa rationella grupper som kämpar med irrationella krafter inom och utanför sig till exempel i form av Wilfred Bions Basic Assumption Group.

En alternativ rubrik till vad jag har att säga skulle kunna ha varit Nietzsches utrop: "När Gud är död bryter vansinnet ut!" I Descartes filosofi och hans dualistiska världsbild ingår Gud i kalkylen som skaparen av Naturen och de regelbundna naturlagarna. Det gällde för västerländsk filosofi till och med Immanuel Kant men även efter honom. Kant hade fastlagt det rena förnuftets gränser, vilket motsvarade vetenskapernas domän. Albert Einstein ogillade som bekant kvantfysiken med hänvisning till att Gud inte skulle tolerera sådana motsägelser som den inrymmer.

Den tyske filosofen G. W. F. Hegel tog under 1800-talets första årtionden ett väsentligt steg bort från Descartes "jag tänker" till "vi tänker (tror) och jag är en del av oss". "Jag" kan inte överskrida "vi". Hegel började lägga ett nytt fundament för 1900-talets epistemologi och ontologi, som också överskred de gränser som Kant satt. I Hegels värld var det så att "inte ens Gud kan vara den han är och vila i en oförmedlad självidentitet" – identitet är inget man förfogar över själv, utan något som växer fram genom en komplex och konfliktfylld relation med andra. Den gruppanalytiska rörelsens grundare S. H. Foulkes, sociologen Norbert Elias och gestaltpsykologen Kurt Lewin är exempel på gruppforskare som byggde teorier på en grund Hegel lagt.

Det är först efter sekelskiftet 1800/1900 som gruppen gör entré som ett begrepp som syftar på ett begränsat antal människor. 1800-talet var upptaget av den gruppformation som motsvarar ord som *massa*, *pöbel*, *mänskohopar*. Freuds

Vad är det för klister som håller samman grupper?

uppsats från 1921 har titeln *Massenpsychologie und Ich-Analyse*. Han använde sällan det tyska ordet die Gruppe. Freud hänvisade i uppsatsen till Le Bon, McDougall och Trotter.

Gustave Le Bon var en fransk läkare, som, med sin bakgrund av medicinsk auktoritet, skrev en lång rad populärvetenskapliga uppsatser och böcker om ämnen, som låg i tiden vid slutet av 1800-talet. Hans bok *Psychologie des foules* som gavs ut 1895 blev en bestseller.

Förstamajparader drog sedan 1890 genom Europas huvudstäder. De utpekade utsugarna och förtryckarna, aristokratin och den besuttna borgerligheten kände sig hotade. I Freuds ögon hade dessa demonstrerande, skrämmande människor inte utvecklat något civiliserande överjag, som kunde hålla dem tillbaka från att följa ledarens suggestioner. Religion och socialism hade i hans ögon mycket gemensamt. Västeuropa var politiskt instabilt och oroligt. Le Bon lade pussel med för det mesta andrahandsinformation. Han hade en tids- och klasspräglad bild av vad som borde bli resultatet. Han påstod att människor i massan förlorar sin förmåga att tänka klart och självständigt, att de överväldigas av primitiva känslor, som blixtnabbt smittar av sig och att de i massan styrs av suggestioner, som deras ledare formulerar. Det handlade först som sist om makten i en social situation. Han riktade sig, som en sentida Machiavelli, till sin tids statsmän. En intresserad läsare var Adolf Hitler.

Nobelpristagaren i litteratur 1981, Elias Canetti, publicerade 1960 *Masse und Macht*, en bok på mer än 500 sidor. Han har berättat hur han skrivit på boken sedan han den 16 juli 1927 drogs in i, och drogs med i det upplopp i Wien varvid justitiepalatset stormades och brändes. "Den här klart upplysta, förfärliga dagen fick jag en sann bild av *vad det är som i form av massa uppfyller vårt sekel*. Jag fick det i så hög grad att jag både tvångsmässigt och frivilligt återvände till att betrakta den." Det omstörtande var att slukad av massan inte känna igen sig själv. Upplevelsen av att vara en självständig individ gick förlorad i massan. Varken Freud eller Le Bon nämns av Canetti, som bygger sin framställning på mer än 300 referenser, de flesta till kulturanthropologi. Canettis grundantagande är att "det finns inget som människan fruktar mer än att vidröras av något okänt. [...] man vill känna igen det eller åtminstone kunna sätta in det i ett sammanhang". I massformationen vänds denna ångest i sin motsats. [Canetti gör en skillnad mellan massa och flock. Flocken kan inte växa. Det är ett begränsat antal människor, som lever isolerade från andra till exempel som kringströvande jägare. Han beskriver olika massformationer och flockar mot en social och materiell (ekonomisk, geofysisk) bakgrund där symboler och symbolhandlingar tilläggs stor betydelse.]

Freuds framställning av urhjorden, sönerna som dödade faderstyrannen och som i en nattvard inkorporerande hans kött och blod som en rituell grund för samhällskontraktet hade kring sekelskiftet många liknande förebilder. Det gäller också intresset för totemriter och tabuföreskrifter. Man tyckte sig här finna primitiva metaforer som kunde transponeras så att de blev meningsbärande metaforer för samhällsfenomen i Västerlandet och under det tjugonde århundradet. Allt detta låg i tiden. Freud gav 1913 ut en psykoanalytisk version, *Totem und Tabu*, i vilken han lyfte fram oedipusdramat och skulden.

Freud hänvisade också till William McDougalls bok *The Group Mind*. Ordet "group" står fortfarande för stora kollektiv eller massformationer, till och med nationer. Ordet "mind" saknar motsvarighet i svenskan (liksom i tyskan). Möjligen skulle mentalitet kunna vara en rimlig översättning i detta sammanhang. Dess svenska titel blev *Gruppens själsliv* med undertiteln *Utkast till en kollektiv psykologi med särskild hänsyn till nationernas själsliv*.

Alf Ahlberg skrev inledning och översatte. Han skrev: "*Psykologin har hittills i huvudsak sysslat med det mänskliga själslivet såsom en isolerad företeelse hos varje individ. Men den kunskap om människan, som därigenom vinnes, är ensidig och ofullständig. Ty ingen mänsklig individ, icke ens eremiten i öknen, är en sådan isolerad företeelse, som kan förstås enbart ur sig själv.* Med tusen och åter tusen finspunna trådar är människan bunden vid sina likar, icke blott de nu levande utan fäderna i oöverskådliga led, vid den grupp, den familj, det parti, den samhällsklass, den nation, den kultur hon tillhör." Ahlberg beskrev den enskilda människan som ett inslag i en väv, i en matrix, som i allt väsentligt Foulkes skulle beskriva ca 25 år senare.

McDougall inleder sin bok med en genomgång av olika förklaringar, som på den tiden var aktuella, av de krafter som samlar och styr en massa. Han gör, som den franske sociologen Gabriel Tarde gjort 25 år tidigare, en skillnad mellan å ena sidan spontant skapade och å den andra inom samhället organiserade massor som kyrkan, staten, armén, universitetet, partiet osv. I Freuds framställning blir det kyrkan och armén som lyfts fram.

G. Marconi började 1895 experimentera med trådlös telegrafi och resultaten tilldrog sig mycket stor uppmärksamhet. 1909 belönades han med Nobelpriset. Det fanns tankar i tiden att människor kunde stå i telepatisk förbindelse med varandra på något då ännu inte klarlagt sätt som var analogt med den trådlösa telegrafen. McDougall lägger den hypotesen åt sidan som alltför spekulativ och inte bevisad. Det fanns föreställningar om att redan encelliga organismer var programmerade på något sätt som karaktäriserar just ett biologiskt väsen och som skilde det från död materia, som till exempel en sten. Man spe-

Vad är det för klister som håller samman grupper?

kulerade i livsinstinkter. Den process som formar massan skulle kunna vara livets drift mot större komplexitet. Freud ägnade åtskilliga sidor av uppsatsen *Bortom lustprincipen* (1919-1920) åt vad han kallade "ofta långsökta spekulationer" i denna genre. McDougall lägger även dessa vitalistiska hypoteser åt sidan.

McDougall konstaterar att människor måste befinna sig inom syn och hörhåll för att drabbas av massans smitta. Social kommunikation i form av språk och gester måste vara vad, som bär smittan från den ena individen till den andra i människomassan. Kollektiva omedvetna föreställningar tar på det sättet plötsligt gestalt i ett socialt sammanhang.

Freud hade bestämt sig 1921: Det må vara tillåtet att invända mot denna uppfattning [syftande på att det skulle finnas en särskild drift som inte kan härledas från något annat, Freud använder faktiskt engelska ord: herd instinct, group mind] att vi finner det svårt att tillerkänna antalsmomentet en så stor betydelse, att det ensamt skulle kunna väcka en ny drift i det mänskliga själslivet, som inte har varit verksam under andra förhållanden. Därmed stängde Freud dörren för teorier om grupper inom psykoanalysen.

Ledarskap intresserade honom däremot. Magnetisören fortsatte att fascinera honom. Det som uppgavs vara teorier om grupper visar sig vid närmare granskning vara teorier om ledare och ledda. Freud var elitistisk och individualistisk, vilket kom att prägla psykoanalysen. Han idealiserade också naturvetenskapen vilket satte tydliga spår i hans nya vetenskap. Individualism hade sedan slutet av 1800-talet av flera socialfilosofer tänkts inskränka solidaritet och medborgaransvar. 1835 skrev Alexis de Tocqueville efter en resa i US: "individualismen (som han stött på den där) är en lugn och mogen känsla som gör varje enskild samhällsmedlem benägen att skilja sig från den stora massan av människor och dra sig undan med familj och vänner."

Den sjukdom som karaktäriserar kulturmänniskan finns, enligt Freud, i det mänskliga psyket. Således inom individen. Det är där den måste upptäckas, diagnostiseras och botas. Spänningen mellan frihet och trygghet internaliseras och konfronterar sedan individen "inifrån" – i form av den kamp mellan "överjaget" och "detet" som förs på "jagets" slagfält. "Jaget" är dominerande Gruppens dimension, "viet" reduceras till en betydelselös krympling. Psykoanalytiker fann i begrepp som primitiv ångest, objektrelationer, projektion, introjektion och projektiv introjektion verktyg varmed de ansåg sig också kunna förklara gruppfenomen.

Andra världskriget aktualiserade en förnyelse av ledarskapet inom armén. I Storbritannien kom Wilfred Bion, läkare och psykoanalytiker, att spela en viktig roll. Han publicerade några uppsatser som småningom efter krigets slut samlades i en bok med rubriken "Experiences in Groups" som blev en bestseller. Till dessa uppsatser och den teori Bion där utvecklade hänvisade många författare och forskare från 60-talet fram till 90-talet. Bion själv blev alltmer reserverad till hur han tolkades och användes. Human relation rörelsen (efter Kurt Lewin) i USA och the Tavistock Institute i Europa erbjöd den nya tidens ledare att uppleva spänningar och konflikter i för detta särskilda ändamål skapade konferensorganisationer, i USA kallade laboratorier. Det var häftiga upplevelser för många. Bions teorier populariserades i dessa sammanhang. Dessa konferenser riktade sig till ledare inom organisationer och företag. Det flöt in pengar, till skillnad från vad som var fallet med gruppstudier inom andra områden, som till exempel kulturanthropologi och klinisk grupp-psykoterapi.

Men kom man längre än till ledarskapet, den klibbiga flugfångaren? Finansieringens betydelse blev alltmer uppenbar. Pengar har en klibbig sida.

Under 1900-talets första två årtionden började terapigrupper och gruppterapi dyka upp på olika håll. I Wien organiserade Jacob Moreno vad han kallade psykodrama och han riktade sig bl.a. till socialt urspårade människor, som genom denna gruppterapi skulle finna sig själva. På många sätt fortsatte han magnetisörtraditionen. Han framträdde som en karismatisk ledare och åtog sig också att regissera gruppen för att på så sätt hjälpa handlingens personer att uppnå katarsis.

Trigant Burrow hade gått i en kort analys hos Carl Jung. Han var en av de psykiatrer som grundade den psykoanalytiska rörelsen i USA, men han lämnade psykoanalysen eftersom han fann analysen alltför snävt inriktad på individen. Burrow blev mer och mer intresserad av grupper. Han hittade på ordet grupp-analys men ändrade rubriken på sin metod till phyloanalys. Phylo står för släkte eller stam. Han är den förste att skapa ett begrepp "gruppen som en helhet". Han skrev flera brev till Freud om sin verksamhet, sina tankar och sina erfarenheter. Freud svarade undvikande. Han beskrev Burrow för sina europeiska kollegor som en pratmakare.

Joseph Pratt från Boston nämns som en av de första gruppterapeuterna. Han var en invärtesmedicinare som lade märke till att de patienter som gick i hans pedagogiska klasser för tuberkulossjuka mårde bättre än de som inte deltog.

Vad är det för klister som håller samman grupper?

Visserligen var dessa klasser=grupper tänkta att upplysa patienterna om sjukdomens sannolika förlopp och betydelsen av hygien och goda vanor, men det visade sig vara en otillräcklig förklaring. Han tänkte sig att det var något i samvaron i klasserna som ledde till denna skillnad. Han skrev om det och hans uppsatser lästes. Det fanns och finns en nordamerikansk gruppterapitradition, som vilar på pragmatik och fenomenologi. William James, John Dewey, George Herbert Mead var pedagoger, filosofer och sociologer som på olika sätt alltid såg individen som en del av grupp och samhälle, svårbegriplig eller obegriplig utan denna sociala bakgrund, som Trigant Burrow påstått i polemik med psykoanalysen.

James Anthony föreslog i en diskussion på ett gruppanalytiskt symposium för många år sedan att det förmodligen finns lika många gruppteorier som det finns gruppterapeuter. Han hade tillsammans med Foulkes skrivit boken *Group Psychotherapy – the Psychoanalytic Approach*. Den var under 60-talet en av de i Europa mest lästa böckerna om gruppterapeutisk praxis och teori. Vad han föreslog får ses mot bakgrunden av bokens undertitel. Det pågick inom psykoanalysen bittra krig rörande den korrekta vetenskapliga teorin. Teorierna var helt upptagna av psykologiskt individtänkande. Anthony aktualiserar att en kärna i Foulkes gruppfilosofi var: 1. att alla grupper är unika och 2. omöjliga att reducera till ett generaliserbart schema av interaktioner mellan gruppens deltagare samt att 3. ingen grupp är tänkbar utan det sammanhang den ingår i. Alldeles helt klara ställningstaganden gör inte Foulkes i praktiken. Han hal- kar ofta in i rollen som doktor och psykoanalytiker även när han förklarar att analysen skall överlätas till gruppen. Han var alltför insyltad i en psykoanalytisk kultur för att oreserverat bejaka sitt fenomenologiska perspektiv. Går man till hans kortare och senare uppsatser finner man att han ofta muttrar i skägget beträffande psykoanalysens absurda språk och metaforik.

Psykoterapi och grupppsykoterapi syftade ofta under första hälften av 1900-talet till något som kallades insikt. Man tänkte sig att patienterna skulle förstå – inse – hur de i förhållandet till väsentliga personer, mamma, pappa, syskon, under barndomen hade ålagt sig inskränkningar och symtom, i besynnerliga kompromisser, som gått ut över livskvaliteten. Wilhelm Reich gjorde på 30-talet försök att intressera "vanligt folk" att söka sig en befrielse från sina symtom och frigöra sig sexuellt. Resultatet var blygsamt. Vanligt folk var konkret tänkande i termer av mat för dagen, pengar till hyra, ett jobb osv. Detta var 30-tal. Idag hör man sällan ordet insikt nämnas.

Under 50- och 60-talen växte en stark politisk rörelse fram som hämtade inspiration från olika håll men även från psykoterapeutiska källor. Man argu-

menterade att det var samhället som måste förändras – inte människorna. Det var inte insikt de behövde. Det var möjligheter, utrymme och respekt som de saknade. Psykoterapi likställdes med dressyr. Samhället förändrades i en allt snabbare takt i riktning mot den nya kapitalismen. Den kultur som växte ur denna kapitalism satte fokus på den individuella lyckan och framställde den som oberoende av omgivningen eller kollektivet. Den uppfattade inte lojalitet och erfarenhet som tillgångar, utan snarare belastningar. Allt fler ställdes utanför arbetsliv och gemenskap. Blev till intet gjorda. Bakgrunden var framväxten av en nyliberal marknadsekonomi, en medial teknisk explosion som undandrog sig kontroll, en kommersialisering av universiteten och kunskap som köp- och säljprodukter.

Mot slutet av 60-talet kom så studentupproren av vilka det förefaller som det inte ens blev kvar en tumme. Marknaden tog över och vi i Västerlandet blev konsumenter, var och en av oss ansvarig för sitt framgångsrika förverkligande – och ingen ansvarig för de mindre framgångsrikas misslyckanden, så vida inte misslyckandet kunde ges en psykiatrisk diagnos mot vilken en medicinskt godkänd behandlingsmetod fanns, varvid experter på naturvetenskaplig grund kunde inskrida. Psykiatrin hade utplånat antipsykiatrin och sopat bort de existentiella frågor som var antipsykiatrins kärna. Psykoanalys gick endast att sälja till maffiabossar i TV-serier.

Vi kan nog – genom att se oss omkring i salen med utgångspunkt hos oss själva – inse att det skett någon form av dissociation. Grupper, gruppmetodik och grupp teori har splittrats mellan å ena sidan psykiatrins medicinska tänkande och å den andra den kunskapsteori och reflexiva tradition som utvecklats inom sociologi, socialantropologi, management, pedagogik.

Metod och teori förefaller att få en allt kortare livslängd och inkludera allt färre perspektiv i nyare forskning. Det kritiska perspektivet försvinner. Varför ifrågasätta den produkt man vill sälja? När man kan gå rakt på sak och räkna.

Det lim som fogat samman människor, så långt vi känner människornas historia, är nätverket av beroenden. Dessa är såväl materiella som själsliga. I ett samhälle där var och en förväntas vara sin egen lyckas smed blir det problematiskt. En deltagare i ett seminarium där vi diskuterade vad det är för klister, som håller ihop grupper, påpekade att det finns så många smarta lim idag. Är det så?

Vad är det för klister som håller samman grupper?

Abstract

Olov Dahlin: What sort of glue holds groups together?

The article is based on a plenary lecture given at the sixth Nordic Group therapeutic symposia in Stockholm in 2007. It describes the development of thinking about what makes humans form groups and how they stay together, starting from Thomas Hobbes and ending with James Anthony.

Key words: Group psychotherapy, Group mind, psychology of the mass, psychoanalysis, network

Vad sjöng Beatles om 1968?

Matrix, 2010; 2, 123-131

Olov Dahlin¹

Som titeln antyder kommer min återblick på våren 1968 – hur den såg ut i Sverige och vad den betydde för mig – att vara impressionistisk och personlig. Jag har använt en sång, Revolution, som The Beatles släppte hösten 1968, som en kommentar till min text. Den börjar:

*You say you want a revolution
Well, you know
We all want to change the world
You tell me that it's revolution*

George Orwell publicerade 1949 romanen *Nittonhundraåttiofyra*, en historia om hur Storbritannien 1984 hade blivit en diktatur där Storebror kontrollerade allt och alla. År 1978 konstaterade Anthony Burgess torrt i företalet till sin bok *Nittonhundraåttiofem* att den kontrollerade staten i många avseenden redan hade etablerats när Orwell publicerade sin roman. Fast Storebrors kontroll hade inte utvecklats på det "gammaldags vis" som Orwell utmålade. Marshall McLuhan gav ut sin *The Gutenberg Galaxy* år 1962 och *Understanding Media: the Extensions of Man* 1964. Media var viktiga för information och desinformation, för propaganda och för förförelse. Och staten var inte en diktatur utan ett smart företag i nära samspel med storföretagsamheten. Staten hade förlorat mycket av sin makt över offentlig opinionsbildning till privata intressegrupper. Vi i den Västliga Världen skulle tämjäs till att vara konsumenter.

1968 gav en svensk poet, Sonja Åkesson, ut en diktsamling med titeln *Pris*.

- 1 Redigerad version av ett föredrag Olov Dahlin höll i maj 2008 på en konferens i London till hägkomst av de politiska händelserna i Västeuropa maj 1968. Texten är översatt från engelska till svenska av Göran Ahlin. Den är inte tidigare publicerad. Den trycks nu med vänligt tillstånd från Inger Dahlin.

Poesin i den byggde enligt henne på slogans från annonser och reklamsnuttar och fraser från korta artiklar i populära veckotidningar till 99,9 %. Även jag hade skrivit några blad poesi av det slaget och jag kan minnas blandningen av förakt och hjälplöshet jag kände när jag skrev dem. Jag har försökt översätta några av Åkessons dikter till engelska för detta föredrag [Övers. anm.: som ju hölls på engelska] men jag fann det omöjligt eftersom jag inte känner det populära talspråksuttrycken, de slitna vardagsfraserna eller de utarmade metaforerna som var i omlopp i Storbritannien vid den tiden. Marknaden höll på att svälja oss och vi Marknaden – med god aptit.

Marknaden kontrollerade språket genom sin makt över media. På sätt och vis talade vi alla *Nyspråk* (*New-speak* med Orwells uttryck) skapat i USA och vi ogillade USA som vi såg växte till ett nytt imperium. Vi ogillade kriget i Vietnam och vi ogillade amerikansk (och sydafrikansk) rasism. De flesta av oss var studenter på högskolor eller universitet, unga intellektuella, konstnärer och författare. Det fanns oro bland unga människor med bakgrund i arbetarklassen. De hade gått igenom den obligatoriska grundskolan, men därefter ...? De bildade mer eller mindre spontana grupper där de lyssnade till den nya musiken, till exempel the Beatles popmusik:

Well, you know

We all want to change the world

But when you talk about destruction

Don't you know that you can count me out?

Nåväl, jag var 33 år, skild och omgift i ett nytt äktenskap med två små barn och ett hus att renovera. Jag arbetade som socialläkare med ansvar för området i södra Stockholm, inklusive de fattigaste områdena, bebodda av uppskattningsvis 400 000 människor. Detta motsvarade i hög grad upptagningsområdet för det mentalsjukhus jag hade varit anställd i under sex års tid. Jag var en missionär för *terapeutiskt samhälle*, för socialt grupparbete med grannar och för de sociala rötterna till psykisk sjukdom. Men jag var etablerad chef, handledare, lärare och inte en av dem, revolutionärerna. Jag var borgare. Jag var bortråknad. Jag var tveksam till våld och förstörelse. Jag var känd för att ha vänstersympatier men jag var inte populär bland svenska socialdemokrater som hade varit vid makten i årtal och som hade blivit politiska byråkrater som manipulerade det sociala systemet i samklang med den nya kapitalismen – en god idé från deras synpunkt eftersom den tillförsäkrade dem själva en välskapt lön (liksom åt mig, inte att förglömma!), arbete för de flesta svenska

arbetare, feta förtjänster åt svenska företagare och skattepengar åt Välfärdsstaten. Jag bemöttes med misstro från både höger och vänster.

The Beatles:
You say you got a real solution
Well, you know
We'd all love to see the plan
You ask me for a contribution
Well, you know
We're doing what we can

Jürgen Habermas påstod att studentupproren 1967 och 1968, åtminstone i Tyskland, resulterade i politisering på nytt av problem som byråkraterna hade hanterat snarare som löpande administrativa frågor. Han hoppades på en dialog i fråga om planen. Min erfarenhet var att mina försök att starta en dialog fungerade bara ifall media backade upp mig. Om inte fick jag ofta svaret: *Nåväl, du vet att vi gör vad vi kan!*

Media var mycket viktiga för 68-rörelsen, men media blev också en snabbt växande penningskapande maskin i ett samhälle i omvandling. McLuhan, Fromm, Szaz, Goffman, Laing för att bara nämna några få bland många viktiga kritiska röster publicerades i billiga pocketböcker i enorma upplagor. Detta var business och inte välgörenhet. Pocketboken uppfanns på 50-talet och gjorde ett enormt intryck.

TV var svart-vit och inte särskilt sofistikerad på den tiden men ny teknik gjorde det möjligt att göra direktutsändningar nästan i realtid från alla delar av världen till exempel från Vietnamkriget. Världen med sin brutalitet och sitt elände gjorde intåg i våra hem.

Filmerna var ännu något särskilt. Man måste gå till en biograf för att se film och det kom en flod av europeiska filmer som skildrade sociala problem, queer problem, kvinnofrigörelse, rasproblem: Fassbinder, Pasolini, Godard till exempel. På 1970-talet ändrades det till att Hollywood-producerade filmer tog över konsumenternas uppskattning. Det verkade som om sociala problem blivit urtråkiga (vad kunde man göra åt dem?) och inte längre attraherade många åskådare förutom i några få filmer som till exempel *Gökboet* och *A Clockwork Orange*. Mentalsjukhusen, där Översköterskan härskade, hade alla rivits vid den tiden, inte på grund av respekt för mänskliga rättigheter utan därför att de var alldeles för kostsamma. Därhuset var redan historia. Min gissning är att: de var action-filmer som erbjöd konsumenter god underhållning och ett bekvämt

Vad sjöng Beatles om 1968?

avstånd till den sjuka värld de avbildade.

Jag hade tur på så vis att några liberala dagstidningar hade antecknat mig som en psykiater man kunde tala med även i fråga om anti-psykiatri. Det var en balansakt för mig eftersom jag hela tiden försökte förbli inom etablissemanget för att kunna påverka vad som hände där. Att ge upp en dialog var alltid ett nederlag! Mera om förbindelsen mellan pressen/media och aktivisterna följer nedan.

1967 hölls Russel-tribunalen i Stockholm. Jean-Paul Sartre var ordförande. Slagordet: *USA ut ur Vietnam!* var mycket starkt. I februari 1968 gick Olof Palme, då utbildningsminister, arm i arm med den Nordvietnamesiska ambassadören i tåten för en demonstration. USA hemkallade sin ambassadör för några månader. Upplopp stoppade Davis Cup-matchen i tennis mellan Sverige och Rhodesia från att spelas i Sverige i maj. (Matchen spelades på en privat centre-court i Frankrike).

The Beatles:

But if you want money for people that hate

All I can tell you is brother you have to wait.

Habermas och the Beatles är överens om detta – men hur kan man fånga uppmärksamhet utan våld? Det växte en djup besvikelse med *Onkel Sam*, en besvikelse som slog över i avsky och hat. De demonstrerande studenterna omvandlades till en mobb som stred med poliserna när poliserna använde tvångsmedel för att skydda amerikansk personal och egendom från bombardemang med ägg och tomater. Att demonstrera blev en ritual och många av mina vänner som demonstrerade berättade för mig hur de såg fram emot att förlora sig i massan och transformeras av raseriet.

En av hjältarna i denna strid var en ung kvinnlig läkare som gick psykoanalytisk utbildning. Hon bet en polisman. Som man kunde vänta sig såg rubrikerna dagen efter ut: **Ung kvinnlig läkare bet polis.** Jag tror att det psykoanalytiska utbildningsinstitutet fick en lätt huvudvärk, men trettio år senare är hon en av de få svenska psykoanalytiker som fick professors titel. Hon skrev en avhandling mycket inspirerad av Lacan. Man skulle kunna tro att hon tidigt hade upptäckt validiteten i Lacans påpekande att det omedvetna är politiskt. Jag tror att 68-protesterna mot USA:s krig i Vietnam, mot USA:s kränkning av mänskliga rättigheter, mot USA:s kränkningar av internationella konventioner om krigföring var pågående händelser för den amerikanska regeringen, men att Vietnams seger i "det amerikanska kriget" var en konsekvens av de ekono-

miska bördorna och av förlusterna i stupade under kriget. Jag föreslår att de demonstrerande ungdomarna försökte rädda sin egen värdighet och sin tilltro till ett rättvist demokratiskt samhälle. Kan det vara så att deras aktioner inte influerade historiens gång särskilt mycket?

De medelålders män som reparerade vårt hus var inte intresserade vare sig av politik eller av universitetsreformer. Vi bodde i huset medan de reparerade det så vi hade många tillfällen till att samtala. De skämtade ibland med vad som tilldrog sig i demonstrationerna. De var definitivt inte intresserade. Det var inte deras business. Eftersom detta är en essayistisk text vågar jag skriva att de var representativa för den svenska arbetarklassen. Habermas kallade 68-rörelsen för "eine Scheinrevolution" – en skenrevolution, därför att den inte var åstadkommen av nödställhet, utarmning eller orättvisor. Kan det vara så att industriarbetarna, den konventionella arbetarklassen, ännu inte kände sig hotade av de nya förändringarna, av de maktförskjutningar som snabbt ägde rum i de västliga samhällena?

Studenterna som utbildade sig till manschetttyrken protesterade och handlade. De var förutbestämda till att bli en ny klass i ett växande informations-samhälle. De kände sig manipulerade och hotade. Det skulle inte finnas utrymme för någon dialog. Den marxistiska ideologin lät så tom nu, och ibland löjeväckande. Den kunde inte tillämpas som den var utformad, den stämde helt enkelt inte. Studenterna bildade grupper och läste Engels, Marx, Lenin, Luxemburg och Lukas för att finna argument men 1800-talets imperialistiska västvärld hade omvandlats till en annorlunda 1900-tals global värld. Få använde ordet *global* 1968.

I maj 1968 ockuperade universitetsstudenter i Stockholm studentkårens kårhus i protest mot ett förslag från utbildningsdepartementet, ett förslag som begränsade studenternas utrymme för att skapa personliga läroplaner. Universitetsledningar kamouflerade inte längre att kunskap och forskning hade blivit varor i affärstransaktioner. Ekstein och Wallerstein började sin text i 1971 års upplaga av boken *The Teaching and Learning of Psychotherapy* med att hänvisa till Immanuel Kants *Fakulteternas kamp* från 1798 där Kant beskrev – från ett partisan-perspektiv – den långa och intensiva kampen mellan de högre och de lägre fakulteterna i hans tids tyska universitetssystem. De högre fakulteterna skulle leverera en ämbetsmannaklass, en "Beamtenklasse", av teologer, jurister och läkare genom vilkas utbildningar statens maktstrukturer skulle förstärkas. Ekstein och Wallerstein försökte argumentera för att sådan statsmakt inte längre existerade tvåhundra år senare. Tillgång och efterfrågan behärskar det demokratiska systemet i dag. Olof Palme talade till de 400 ockupanterna i stu-

Vad sjöng Beatles om 1968?

denterna kårhus i Stockholm. Han underströk att en anpassning till Marknaden ligger i alla medborgares intresse. Han argumenterade för att ockupanterna var elitister som inte respekterade verklighet och demokrati.

Studenterna lyckades få det nya universitetssystemet uppskjutet ett tag men Handeln och Industrin triumferade i det långa loppet. En av mina bekanta, en verkställande direktör för Ericsson, ett företag som drog avsevärda mängder kapital till Sverige, sade ett par år senare, fast fortfarande relevant för 1968, i en konversation vid ett middagsbord "Om regeringen inte respekterar verkligheten måste den betala räkningen för kostnaderna (arbetslöshet, minskade skatteintäkter för Välfärdsstaten, och utflyttning utomlands av företag). Ericsson behövde ingenjörer och högteknologisk forskning på universitetsnivå. De var beredda att investera mycket i detta. Men de kunde inte utforma universitetssystemet. Det var politikernas ansvar.

The Beatles:

You say you'll change a constitution

Well, you know

We all want to change your head

You tell me it's the institution

Well, you know

You better free your mind instead

Jag gjorde det. Jag började i min psykoanalys 1969, men jag lämnade aldrig mitt sociala perspektiv vilket vände mig till att vara en politisk oliktankare i den till IPA-anknutna Svenska Psykoanalytiska Föreningen.

But if you go carrying pictures of Chairman Mao

You ain't going to make it with anyone anyhow

Jag gick inte och bar omkring på bilder av Sigmund Freud. Jag försökte i min analys förstå mina tillkortakommanden med det som jag varit med om de senaste åren. Jag förstod mig själv bättre men min analys hjälpte mig inte särskilt mycket att få grepp om omvälvningarna 1968. Jag blev kvar med mitt intresse för grupper. 1974 mötte jag Foulkes. Enligt min mening representerade han andan i den tidiga Frankfurt-skolan, trots att han aldrig var medlem av Institutet for Social Forskning och inte heller var Marxist. Han hade väldigt

mycket gemensamt med sin vän, sociologen Norbert Elias. Gruppen omfattade individen och individen omfattade gruppen. Ingendera kunde reda sig utan den andra.

Rörelsen som ledde till studentrevolten år 1968 grundade sig enligt min uppfattning på många små och stora grupper som påverkade varandra över en stor del av världen, vissa i fysisk direktkontakt, andra enbart genom ömsesidigt utbyte av information. Efter den våldsamma kulmen under 1968 upplöstes denna samverkan gradvis under det följande decenniet. Woodstockfestivalen 1969 var den största sammankomsten – någonsin. Platsen Woodstock blev under fyra dagar en anti-kulturell mini-stat. Nära 400 000 "hippies" kom samman. Enligt Frank Zappa hade hippiernas anti-kultur redan i mitten av 1967 blivit förytligad och kommersialiserad. År 1968 gav Zappa och hans band, The Mothers of Invention, ut albumet *We are only in it for the Money*. Varken Zappa eller Beatles (eller Bob Dylan) kom till Woodstockfestivalen. Zappa föraktade hippies (och Beatles) *vaggsånger*. Som han såg det var hippies högdragna och avlägsna från världen.

Frank Zappa:

Ever wonder why your daughter looked so sad?

It's such a drag to love a plastic Mom and Dad

Mama! Mama!

Your child was killed in the park today

Shot by the cops as she quietly lay

By the side of the creeps she knew

They killed her too.

1969 skrev Herbert Marcuse i *An Essay on Liberation* att 68-rörelsen hade varit en "kamp mot byråkratins administratörer – men att marknaden hade köpt revolutionen – utom på Cuba och i Kina"(!). Jag tycker att han var en smula naiv och inte såg att **vi** köpte marknaden därför att vi gillade den (eller hade blivit förförda till att gilla den) och att vi hade uppnått en mängd ändringar av använda värderingar. Nya horisonter öppnade sig under 1960-talet. Men vi blev också självcentrerade, i massan ensamma konsumenter som stödde oss på vad Beatles försäkrade oss i *Revolution*:

Don't you know it's going to be all right?

All right, all right

Vad sjöng Beatles om 1968?

När jag reflekterar över vad som hände under de åren har jag funnit stor hjälp av Michael Hardts och Antonio Negris begrepp *Multitude*. De ser på vad som kunde vara dynamiken i extremt stora grupper som ett nätverk, nu under det tjugoförsta århundradet inklusive Internet, webben. *Multituden* skiljer sig enligt dem från Massan och från Folket. Kommunikationen i Multituden rör sig längs många vägar och i många dimensioner – i ett nätverk. Den är inte konfliktfri. I vissa knutpunkter dyker nya idéer och nya värderingar upp och kan ta över för en tid.

Jag tänker att 68-rörelsen kan ha varit en tidig manifestation av en Multitud. Teorier om grupper, till exempel Freuds teori och många politiska teorier har varit, och är fortfarande, i grunden nya upplagor av *Leviathan – or The Matter, Forme and Power of a Common Wealth Ecclesiastical and Civil* som skrevs av Thomas Hobbes i mitten av 1500-talet. Kampen för suveränitet och kontroll genom våld och dominans som finns i centrum av Hobbes teori – “Krig är Fred” – kanske inte kan tillämpas på en globaliserad värld där manschettarbete, idéproduktion, kunskap, kommunikations- och relationsformer går bortom gränserna för konventionell ekonomi grundad på privat egendom. Den förnuftsbaseade mekaniska politiska filosofin har passerat sitt bäst-före-datum.

Hardt och Negri tror att även kärleken är en kraft som formar politiska beslut – eller skulle kunna vara det.

The Beatles:

Because the world is round it turns me on

Because the world is round – Ah – love is old

Love is new

Love is all. Love is you.

(Because. August 1969)

Författarens anmärkningar till texten: Specifika litteraturreferenser till texten vore pretentiösa. Jag har rådgjort med Olof Palme-arkivet. Jag har kontrollerat vad jag minns med tidningars årsböcker över vad som hände 1968. Professor Kjell Östbergs bok *1968 – när allting var i rörelse* har varit en viktig källa att stöda mig på. Vad avser Habermas kan jag hänvisa till Internet. Hans ståndpunkt är väl känd. Jag refererar inte med specifika sidhänvisningar till Michael Hardts och Antonio Negris bok *The Multitude*. Det som är viktigt när det gäller dem är deras tro på att människor kan handla av kärlek och inte enbart av aggressivitet med avsikt att kämpa sig fram till att bli Den Högste Ledaren.

Abstract

Olov Dahlin: What did the Beatles sing about in 1968?

This paper is now published for the first time. It is a personal overview on the political and cultural developments during the next forty years until 2008. Here Olov Dahlin's thinking is unfolded, demonstrating his knowledge and his deep and original outlooks.

Key words: Group psychotherapy, psychology of the mass, The People, The Multitude

Språk – uttrykk for inntrykk

Matrix, 2010; 2, 132-156

Randi Sviland, Målfrid Råheim og Kari Martinsen

I dette essayet undersøkes Braatøys¹ tanker om språk i lys av Løgstrups² sansefilosofiske perspektiv på språket. Løgstrup arbeidet med distinksjoner, som er å sette en forskjell, dvs. å beskrive det forskjellige i det tilsynelatende like. Braatøy forsøkte i teori og praksis å overkomme fordommer som skiller ad det som hører sammen, som kropp og psyke, og å klargjøre dobbeltheter i språket som har sammenvevde betydninger, men som likevel må holdes fra hverandre. På hvert sitt vis påpekte begge begrensninger ved et definerende entydig språk og muligheter i det dagligdagse språkets nyanserikdom. I den kroppslig baserte behandlingen Braatøy beskrev får språket særlig betydning som tydning av inntrykk, sanselig forankret og rikt på et mangfold av betydninger.

Innledning

Å formidle seg selv gjennom ord er kanskje det menneskeligste av alt. Med ord betror vi oss, med ord kan vi trøste. Kroppslig omstilling forutsetter tillit og utløser fortrolighet. Den norske psykiateren Trygve Braatøy var opptatt av dette, da han og Aadel Bülow-Hansen³ utviklet norsk psykomotorisk fysioterapi⁴ (NPMF). Tradisjonelt hører samtalen til psykoterapi og kroppslig behandling til fysioterapi. En behandlingsform som tar mål av seg til å overskride skillet mellom kropp og psyke kan imidlertid bli selvmotsigende dersom kropps-

*Randi Sviland, privatpraktiserende, spesialist i psykiatrisk/psykosomatisk fysioterapi MNFF, Cand. san. Stipendiat ved Seksjon for fysioterapivitenskap. E-post: r-svi@online.no
Målfrid Råheim, fysioterapeut, dr. philos og førsteamanuensis ved Seksjon for fysioterapivitenskap, Institutt for samfunnsmedisinske fag, Universitetet i Bergen
Kari Martinsen, sykepleier, magister i filosofi, dr. philos, professor ved Høgskolen i Harstad og Haraldsplass Diakonale Høgskole i Bergen*

lige og språklige uttrykk oppfattes og behandles som om de var atskilt. Hvis psykomotorisk fysioterapi forutsetter tillit og utløser fortrolighet, må vi kunne hevde at også fysioterapeuter trenger å delta i pasientens språklige bearbeiding av det som skjer i kroppen.

Forholdet mellom behandler og pasient er i søkelyset i psykomotorisk fysioterapi. Relasjonelle sider ved forståelse av kroppen og behandling av kroppslige lidelser beskrives etter hvert i refleksjon over praksis, men også i teori og forskning (Gretland 2007, Ianssen 1997, Thornquist 2003, Engelsrud 2006, Øien, Iversen & Stensland 2007). I psykomotorisk fysioterapi befinner behandlerrollen seg i et grenseland mellom tradisjonell fysioterapi og psykoterapi. Dette krever ekstra årvåkenhet for ordenes åpnende og lukkende kraft. Det innebærer også fare for at ordene kan ta over og dominere og overskygge kroppslig erfaring. I dette essayet ønsker vi å reflektere over språkets rolle og hvordan ordene kan bidra til å fremme den psykomotoriske omstillingsprosessen. Det gjør vi ved å løfte frem Braatøys tanker om språk, samt fortolke og videreføre disse gjennom Løgstrups fenomenologiske utlegning av språket. Vi utdyper et tema fra en tidligere studie av Sviland (2005), "Om å komme til seg selv gjennom sansning, bevegelse og forståelse". Der ble Braatøys tekster (Braatøy 1947, 1948 & 1952) analysert i lys av Løgstrups sansefilosofi. Dette er det tredje essayet som viderefører sentrale tema fra denne studien⁵. Vi arbeider også her ut fra den samme metodologiske inspirasjon og med de samme metodiske redskapene⁶. Essayet er delt inn i to tema: 1. *Å snakke ut i talens åpenhet* og 2. *Mangfold og nyanser i språklig uttrykk*. For hvert tema presenteres først Løgstrups utlegning, dernest Braatøys tenkning, før vår fortolkning eksplisitt kommer til uttrykk.

1. Å snakke ut i talens åpenhet

Løgstrup – språk som grunnvilkår

Når Løgstrup utla språk som grunnvilkår, tok han utgangspunkt i dagligdagens talte språk, til forskjell fra et formålsbestemt språk med definisjoner og kategoriseringer (Løgstrup 1976, 1984, 1983 & 1987). Med dagligdagens språk mente han ikke det gjengse klisjéspråket, men det språket vi bor i, og som formidler vår sanselige åpenhet til verden. Det er et språk ingen kan legge beslag på, det er alles og kan ikke eies av noen. Vi kan ikke komme bakom språket, det er alltid allerede der som en suveren makt vi er felt inn i, og som virker bak vår rygg. Løgstrup understreket at språk først og fremst er uttrykksutfoldelse, der stemte inntrykk kommer til uttrykk, men for å meddele oss

språklig er vi avhengig av kulturelle og historiske overleveringer. Her vil vi utdype hvordan Løgstrup så tale som suveren livsyttring, åpen og stemt i sansningen.

Språkets sanselige stemthet og talens åpenhet

Løgstrup fremhevet at vi forstår oss selv og verden i grunnleggende åpenhet, både i sansning og i språk. I sansningen er vi nådeløst avstandsløse til alt omkring oss. Verden gjør dypt inntrykk på oss, man "bevæges, og bevægelsen er full af uudfoldet erkendelse" (Løgstrup 1987, s.114), skrev han. Løgstrup så sansenes stemthet som menneskers førbevisste/prereflekterte tilgang til alle verdensforhold og er derfor også forutsetning for menneskers emosjonelle liv. I hans tenkning er sansenes stemthet klangbunnen for alle våre følelser, stemninger og erindringer⁷. Sanselig fornemmes inntrykk i sin dobbelthet; det som beveger oss, og den bevegelse som foregår i oss. I sansningen er vi stemt, og av stemte inntrykk får vi noe på fornemmelsen. Inntrykk beveger oss til å uttrykke oss kroppslig og lydlig. Løgstrup mente at forbindelsen "til den stemte sansningen er fullstendig avgjørende for ordets betydning" (Jensen 2007, s. 78). Ordene er altså artikulering av inntrykk, i og med vår sanselige åpenhet i og til verden. Språket er stemt av inntrykk og uttrykker det som har beveget oss. Språklige uttrykk har dermed rot i sansningens grunnleggende åpenhet for verden, men gir også avstand til sansningen ved at tingene får navn. Distansen språket skaper gir mennesket rom til å oppleve seg selv som et atskilt *jeg* med avstand til verden. Følelseslivet har sansningens stemthet som førspråklig klangbunn, og stemninger, følelser og affekter inneholder erkjennelse som vil artikuleres og uttrykkes (Løgstrup 1983). Løgstrup siterte Lipps for å uttrykke språkets grunnleggende betydning: "At noget bliver bragt på sproget er den eneste mulighed til å få det til å vise seg" (Løgstrup 1987, s. 124).

Tydning

Det er ikke bare slik at vi tillegger sanseinntrykk betydning. Verden vil oss noe. Inntrykk rommer forhold i verden og er til å stole på. Med det mente Løgstrup at mennesker bærer på betydningsfulle inntrykk fra faktiske situasjoner og hendelser. Umiddelbare sanseinntrykk rommer erkjennelse om verden, men for å komme til erkjennelse må inntrykkene klargjøres. For å vinne innsikt må det vi fornemmet bli tydelig. Ordene oppstår i dialog med verden. De forløser betydning i stemte inntrykk, og det vi åpent har tatt inn kan komme til større klarhet. Med språket tydes da verden. Det innebærer å trekke seg litt tilbake fra

det opplevde, og lete med litt distanse etter treffende ord. Var det sånn eller sånn?

Følelemessige problemer kan være vanskelig å uttrykke. Løgstrup argumenterte for at dette ikke skyldes språkets begrensning. Dagligspråket gir rikelige muligheter til å uttrykke erfaringer nyansert slik at inntrykket kan klargjøres. Vår usikkerhet er imidlertid stor når det gjelder å tyde følelseslivet, mente han. Ord for følelsesreaksjoner er ikke ord for hva vi umiddelbart sanser, men ord for hvordan vi tyder dette.

Løgstrup skilte tydning fra logiske slutninger og fortolkning, som i større grad er subjektets ytelse. Vi lever analogt forut for refleksjon, og med det mente Løgstrup at vi umiddelbart kjenner igjen typiske universelle trekk som går igjen i lignende situasjoner. Det er for eksempel gjennom umiddelbar analog gjenkjenning at vi har tillit til en persons sannferdighet eller ikke. "Tydningen er derfor heller ikke en intellektuel aktivitet, at forstå som en form for refleksjon. Den er en livs- og/eller eksistensfuldbyrdelse, der er at stole på..." skrev Løgstrup (1976a s. 73). Med andre ord beskriver tydning språkets forbindelse til våre sanselige erfaringer. Gjennom tydning kan vi få tilgang til det som har gjort inntrykk på oss og beveget oss slik at vi kan bli klar over oss selv og verden. Det er tydningen som gjør det mulig for oss å uttrykke og utveksle sanselige erfaringer språklig i refleksjon og samtaler. Tydning er derfor forutsetning for og forut for det som av noen kalles den diskursive refleksjonen.

Tale – suveren livsytring

Livet er slik at det bærende har forrang, mente Løgstrup. Tillit er forut for misstillit. Det er når tillit krenkes at misstillit oppstår. Livet bæres og holdes oppe av en rekke grunnleggende livsfenomen som virker bak vår rygg. De hører ikke det enkelte individ til, men er gitt ved selve livet og hører menneskets natur til og danner menneskenes grunnleggende livsvilkår. Tillit er eksempel på dette, men også barmhjertighet, medfølelse, håp og talens åpenhet er livsytringer vi ikke kan være foruten. Livet blir vanskelig hvis vi må leve uten slike fenomen som Løgstrup kalte suverene livsytringer. Om de krenkes eller gis lite rom, går noe i livet i stykker. Uten barmhjertighet, håp, medfølelse eller tillit er livet vanskelig å leve. Slike livsytringer er suverene i den forstand at de ikke kan brukes til noe annet enn å være det de er. De kan fullbyrdes gjennom handlinger, slik barmhjertighet kan fullbyrdes gjennom en barmhjertig handling. Der som vi skulle bruke barmhjertighet for å oppnå noe, ha en baktanke med den, da er den ikke lenger barmhjertighet, den blir noe annet. Suverene livsytringer kan ødelegges slik vi kan ødelegge tilliten mellom oss. Men tillit kan ikke bru-

kes til å være noe annet enn tillit, ei heller talens åpenhet. Brukes tale med baktanke, er det ikke lenger talens åpenhet det dreier seg om, men kan for eksempel få preg av overtalelse, lureri eller ren manipulasjon.

Løgstrup beskrev på fenomenologisk vis hvordan normer og etikk vokser ut av livsytringer. På elementært vis er livsytringene etiske i seg selv, uten at vi tenker på det. Spontant er de drivkrefter i våre handlinger, uten at vi planlegger, velger eller tenker over det. Derfor kaller også Løgstrup disse fenomenene til tider for spontane livsytringer (Løgstrup 1956, Christoffersen 2000). Vi verken velger, planlegger eller tenker over slike livsytringer. De får sitt innhold av situasjoner og vårt forhold til andre. De åpner oss for verden og i dem er mennesket – uten videre – seg selv. Ifølge Løgstrup behøver ikke mennesket å reflektere “på den oppgave at blive sig selv, det har bare at realisere sig i den suveræne livsytring, så sørger livsytringen – ikke refleksjonen – for at mennesket er sig selv” (Løgstrup 1968, s.104).

Talens åpenhet hører menneskelivet til som spontant grunnfenomen på linje med tillit, barmhjertighet og håp. I åpen tale som suveren livsytring er mennesket seg selv, og i Løgstrups tenkning er talens åpenhet basert på gjensidighet. Vi meddeler oss spontant og ureservert til en annen, og den andre på sin side stoler på det som blir sagt. Det innebærer en sannferdig holdning hos den som taler og tillit til talerens åpenhet hos tilhøreren. Vi blir hverandres tillit verdig i gjensidig sårbar utleverthet. Martinsen (2007, s. 317) sier det slik: “Den ene henvender seg i tillit og oppriktighet til den andre og gir seg da samtidig inn under den andres tillit og oppriktighet”. Vi må holde oss tilbake for ikke å meddele oss spontant. Det er en anstrengelse for oss å undertrykke åpenhet, derfor vil vi ofte ha talt ut før vi rekker å tenke over om vi ønsker å si det vi har sagt. Vi overmannes av talens flukt og fart, skrev Løgstrup. Det naturlige er å tale ut, selv om en kan sette seg imot det.

Talens åpenhet og respekt for det urørlige

I *Den etiske fordring* viser Løgstrup (1956) hvordan ensomhet er to forskjellige fenomen. Sosial ensomhet lukker mennesket inne i seg selv. Ensomheten i erkjennelsen, på den andre siden, er en livsbetingelse vi må verne om for å anerkjenne at det alltid vil være noe fremmed, selv i det vi er fortrolig med. Et menneskes følelser kan ikke føles av et annet menneske. Alt levende liv er sårbart og har krav på en grense som ikke skal overskrides og som appellerer til vernende varsomhet. Respekt for det urørlige tar vare på at vi ikke invaderer hverandres tanker og følelser. Ved å anerkjenne det fremmede kan vi innstille oss åpent og undrende til den andre. Det fremmede er dermed en drivkraft i

relasjonen mellom oss som gjør menneskelige møter og samtaler mulig. Dette utvikler Løgstrup senere til det han kaller urørlighetssonen (Martinsen 2005a).

Selv om respekt for urørlighetssonen er fundamental i menneskelige relasjoner, er vi samtidig avhengig av at talens åpenhet hindrer det fremmede og urørlige i å stenge oss inne i isolasjon. Det er et særtrekk ved Løgstrups tenkning at han ser mange fenomen i lys av motsetninger, både forenende og atskillende. Atskillende motsetninger utelukker hverandre, mens forenende motsetninger spiller sammen i gjensidig avhengig dynamikk. Forenende motsetninger gir "liv til livet", ved at grunnleggende fenomen holdes "i sjakk", så ikke tilværelsen stivner i forenklinger (Løgstrup 1983a)⁸. Som forenende motsetning er talens åpenhet avhengig av respekt for urørlighetssonen så ikke åpenhet blir pinlig blottleggelse eller tankeløst, taktløst slarv eller krenkelse. Respekt for urørlighetssonen bidrar til å beskytte oss så vi holder oss til saken. Tilsvarende er urørlighetssonen avhengig av talens åpenhet for ikke å føre til tillukket innestengthet.

Følger vi Løgstrup vil vi i enhver samtale bevege oss i spenningsfeltet mellom samtalens åpenhet og det andre menneskets urørlighet. Han utlegger dette som et allmennmenneskelig fenomen. Den danske psykologen Jette Fog (2004) tenker med Løgstrup når hun fremhever at ferdighetene i de profesjonelle samtaler er raffinerte og trente utgaver av allmennmenneskelige kapasiteter og grunnleggende sett av samme karakter. I en profesjonell sammenheng vil imidlertid den etiske dimensjonen være skjerpet, på ulike vis og med særlige utfordringer i ulike profesjonelle sammenhenger. Det følger særlige utfordringer med samtaler der tema er "... personens måder at forholde sig til sig selv og sin livsverden på..." (Fog, 2004 s. 225). I spenningen mellom det urørlige og åpenhet er det den andres autonomi som er på spill. Det er ikke først og fremst den profesjonelle samtalen som er Løgstrups anliggende. Men han er oppmerksom på at dette samspillet innebærer særlige utfordringer i behandling av sinnslidelser fordi dette er tilstander der pasienters motiv inngår i saken, da er det holdningen til pasienten som må ivareta saklighet. Uten faglig viten, omtanke og innsikt, "forvandles hjælpsomheden til dens karikatur," (1983a s. 168) skrev Løgstrup. Ønsket om å hjelpe kan gjøre vondt verre hvis man ikke kan faget, men også hvis faglig kunnskap ikke forbindes med vilje til å hjelpe den andre.

Fog (2004) viser til at en pasient som frivillig søker terapeutisk hjelp for sin lidelse midlertidig legger ansvaret for urørlighetssonen i terapeutens hender. Løgstrup beskriver en form for maktutøvelse der den ene kan frarøve den andre sitt spillerom ved å beskrive det den andre ønsker å holde skjult. I følge

Fog kan det psykoterapeutiske poenget nettopp være dette som i allmenn samtale ville være maktutøvelse og som i Løgstrups beskrivelse er “at kalde en spirende sindsrørelse hos den anden part ved navn, et håb eller en frygt, som han eller hun for enhver pris ønsker å holde skjult” (Løgstrup 1983 s.12-13, i Fog 2004, s. 226). Det er den terapeutiske kontrakten som gjør at pasienten aksepterer terapeutens måte å oppføre seg på, og ikke opplever dette som det rene overgrep.

Den utfordringen som en behandler står overfor i spenningen mellom det urørlige og det åpne er med andre ord avhengig av hvilken kontrakt det implisitt eller mer eller mindre eksplisitt er mellom pasient og behandler, men også det saklige forhold som ligger til grunn for behandlingsrelasjonen. Behandling som berører personens måter å forholde seg til seg selv og sin livsverden på fordrer at den som skal være behandler arbeider med sin egen selvforståelse. Evnen til å forstå den andre er forbundet med en holdning som ivaretar balanse mellom talens åpenhet og respekt for det sårbare i urørlighetssonen slik at pasienten får spillerom.

En faglig holdning vil i Løgstrups tenkning være knyttet til hvordan vi forholder oss til normer eller det vi kunne kalle fagkunnskap. Skjønnnet settes ut av funksjon når vi mister avstanden til normene slik at de blir til doktriner. Med distanse til normen blir det rom for tanker og refleksjon. I dette rommet beveger skjønnet seg. I et behandlingsrom der tillit gjør det mulig å utlevere seg uten å settes fast av objektiv kunnskap, og der respekten for det fremmede får være drivkraft og næring i relasjonen, kan pasienter utvikle forståelse for seg selv gjennom selvobjektivering. Skal skjønnet virke må det være rom for innvendinger, undring og erkjennelse, ifølge Løgstrup. Sikkerhet gjennom å legge beslag på normer, levner ikke rom for tvil eller usikkerhet. Derfor krever skjønnet både distanse og tid (Martinsen 2005).

Kretsende tankefølelser

Våre handlinger styres ikke bare av dynamiske og suverene livsytringer. I avmakt kan vi bore oss ned i innesluttethetens bevegelser i det Løgstrup kalte “kretsende tankefølelser”. De kan få oss til å kretse om oss selv, så vi fanger oss selv i følelser som fornærmelse, sjalusi og misunnelse. Altoppslukende kan de suge vår oppmerksomhet til seg, så vi ikke klarer å tenke på noe annet. “Holdt i jegets snor, under dets pisk, går tankene rundt og rundt i jegets egen manége ” (Løgstrup 1968, s. 102). Vi kan altså låses fast og lukkes inne så vi sirkler omkring i oss selv. Da ser den forurettete bare forurettelse omkring seg, misunnelse finner hele tiden næring til seg selv, og sjalusi får oss til å finne nye tegn

på svik og bedrag. Når mennesker beherskes av tvungne og kretsende tanker og følelser, blir de styrt av situasjonen. Handlinger utløst av slike fenomener er reaktive, mente Løgstrup. Ved å la suverene livsytringer få større spillerom, kan imidlertid både tillit og talens åpenhet bidra til at vi i større grad kan forholde oss til det som faktisk skjer.

Braatøy – om språk som uttrykk for kroppslig erfaring.

Braatøys tanker om språk er primært knyttet til en klinisk forståelse av nervøse lidelser og samtalens betydning i behandling av pasienter. Han tok allikevel utgangspunkt i det grunnleggende menneskelige ved at vi formidler oss kroppslig og språklig, og at kropp og språk preges av omgivelsene. Vi tar opp i oss andre menneskers uttrykksmåter, og gjør dem til våre egne. Prinsipielt mente Braatøy at det ikke er forskjell på virkningen av inntrykk fra ord og andre sanseintrykk. Ord og sanseintrykk utløser reaksjoner og preger språk, kroppsholdning og innstilling i et individ. Han belyste den muskulære siden ved affekt-regulering som dynamikken mellom holdning og bevegelse⁹, og mente at nervøse lidelser kan utvikles når krenkelser av ulik art fører til forskyvning i denne reguleringsmekanismen. Muskulære konflikter kan da låse individet fast, hemme livsutfoldelse og føre til sykdom. Krenkelser formidles og oppfattes gjennom sanseintrykk og ord, og ord og sanseintrykk utløser affektive reaksjoner. Ved å påvirke pasientens pust og muskelspenning og å kombinere det med “psykoanalytisk innstilt tyding av innfall og lignende” (Braatøy 1947, s 643), forsøkte Braatøy å frigjøre fastlåste konflikter så pasienten kunne slippe seg mer umiddelbart til. Det innebar ofte også å tydeliggjøre en iakttagende og distanserende holdning til tilværelsen for pasienten.

Braatøy var inspirert av Freud, som sammen med Breuer hadde oppdaget at man ved å følge pasientens språk i ærbødig interessert samtale kunne få opplysninger som kunne være med å forklare legemlig sykdom. Følelsesreaksjoner og ord, så vel som kroppslige symptomer, kan forstås som svar på oppdragelse og skjellsettende hendelser. Dette mente Braatøy var av betydning for pasientbehandling langt utover psykoanalysens virkefelt. En omhyggelig sykehistorie, den “freudske novelle”, som Braatøy (1947, s. 313) kalte den, kan være mer egnet til å forstå nervøse lidelser enn en sammenfatning av symptomer i en “anatomisk” diagnose. En detaljert biografisk fremstilling kan synliggjøre konfliktsituasjoner pasienten har gjennomlevd, og tydeliggjøre dobbeltmening som arresterer og fragmenterer affektene.

Ord som nyanserte opplysninger om organismens tilstand

I behandling av nervøse sinn er ordenes betydning "nyanserte og differensierte ytringer av en organisme som er skadet nettopp i sine differensierte tilpassningsmekanismer," skrev Braatøy (1979, s. 462). Dette kommer til uttrykk gjennom hvordan pasienten forteller sin historie. Derfor må terapeuten se, høre og fornemme det som beveger seg i pasienten. Å la pasientene snakke fritt er ikke en metode Freud hadde konstruert ut fra teoretisk begrunnelse. Freud hadde selv beklaget denne litterære formen som han så på som uvitenskapelige, men han argumenterte imidlertid med at den var en naturlig følge av tilstandene han behandlet. Braatøy sluttet at metoden meldte seg umiddelbart, og var begrunnet i sakens natur. For Braatøy lå grunnlaget for å forstå nervøse sinn og psykosomatiske tilstander i det han betegnet som dagliglivets psykologi, der dagligspråket hører hjemme.

Språk er mer enn felles symboler i et språksamfunn, skrev Braatøy. Han la vekt på den tette forbindelsen språkutvikling har til legemlig utvikling. Vi blir bevisst oss selv gjennom sanseintrykk, slik som når en blir oppmerksom på hånda si ved å se eller kjenne den. På tilsvarende måte mente Braatøy at vi blir bevisst utallige nyanserte reaksjonsmåter i menneskeorganismen ved hjelp av ord og språklige symboler. En persons reaksjoner er imidlertid knyttet til et individs spesielle erfaring, og har derfor ikke helt den samme betydning for andre. Ord kan derfor formidle nyanserte opplysninger om individets komplekse livssituasjon og dets sanse- og bevegelseserfaring. Som Braatøy skrev, er bevissthet "for det meste tilslippt mellom mennesker og derved knyttet til ord" (1947, s. 503) og bevisst tenkning forutsetter derfor språkutvikling. Med språket kan vi nyansere, presisere erfaringene, og bli dem bevisst. I hvilken grad vi blir bevisst oss selv og situasjonene vi deltar i vil imidlertid være avhengig av hvor nyansert og presist vi finner uttrykk for det vi erfarer (Braatøy 1947, s. 500).

Tilbakeholdelse

I Braatøys perspektiv er språk og tenkning kroppslig forankret, og kan ikke knyttes til hjernens funksjon alene. Mennesket tenker med hele kroppen, hevdet han, og å tenke er å tale uten lyd. Derfor mente han at tanke også handler om bevegelse¹⁰. Forbindelsen mellom forestillinger og bevegelse er så nær at vi tenker med musklene, og erindring er forbundet med å være beveget. Omvendt kan tilbakeholdelse dempe bevegelsen slik at erindringen blir ufullstendig. Når holdningsmuskulatur bremser uttrykket, oppstår en reservert holdning. Sosial tilpassning krever tilbakeholdelse der umiddelbare uttrykk spiller

sammen med det sosialt dresserte. Det er allikevel ikke naturlig for et menneske å meddele seg med en reservert holdning, mente Braatøy. Tale er en språklig umiddelbar uttrykksform, som det er en anstrengelse å kontrollere eller undertrykke.

Vi kan bli bevisst oss selv ved å sette ord på motstridende reaksjoner i organismen, skrev Braatøy. Selv om en ikke kjenner den muskulære spenningen, kan en ofte høre en form for indre dialog mellom "ondt" og "godt". Det vi kaller "samvittighetens stemme" mente Braatøy var gjenklang fra en stemme "som opprinnelig var hørbar!" (Braatøy 1947, s. 498). Uten språk blir ikke slike motsetninger bevisste. Da kan de heller ikke nås ved direkte språklig henvendelse. Frie innfall, som Braatøy knyttet til psykoanalysens frie assosiasjoner, har sine begrensninger. For at knuten skal løses må den konflikten som er bundet i reaksjonsmønsteret utløses. Man kan gå utenom språket gjennom å løse opp den legemlige spenningen direkte med kroppslige innfallsvinkler. Ofte er en varig løsning imidlertid avhengig av at motstridende reaksjonsmønstre også blir bevisst artikulert i ord, slik Braatøy så det. Med ord skapes økt nyanserikdom i den komplekse erindringsprosessen det her dreier seg om.

Å være på talefot

Spontan "utløsning av affekter i dagliglivet er knyttet til den sosialiserte form for respirasjonsutladning. Man letter sitt bryst ved å tale ut." (Braatøy 1947, s.382). Så enkelt er det ikke for den som av ulike grunner er preget av tilbakeholdelse. Holdningsmuskulaturens grep om personens impulsivitet kan være så fastlåst og situasjonsbetinget at det er nødvendig å følge pasientens særegne uttryksmåte. Dette for å bli kjent med ordenes spesifikke betydning for å få innblikk i individets spesielle erfaringer, skrev Braatøy. Ved "å finne ut vedkommendes individuelle, personlige, private snakkemåte for derigjennom å forstå ham" kan vi uttrykke oss slik at pasienten blir mottagelig for behandling (Braatøy 1947, s. 484). Vi må altså lytte til det pasientene sier, hvordan og når de sier det, for å bli kjent med menneskeorganismens tilstand, og tilstandene så Braatøy som reaksjoner utviklet på grunnlag av tidligere sterke negativt ladede inntrykk.

"Opprinnelig er ord og bevegelse ett," mente Braatøy (1948, s.50). Derfor går også fortrenning av ord sammen med forkrampning av bevegelser og hemning av pust. Når erindring om inntrykk holdes "i sjakk" i en muskulær konflikt, må ordene bevege pasienten for å virke frigjørende. Braatøy provoserte det følelsesmessige spennet ved å påvirke bevegelse og holdning, og å gjøre konflikten tydelig for pasienten. Atmosfæren i behandlingsforholdet "er forut-

setningen for, at den psykoanalytiske tydningen skal bli noe annet enn en vanlig didaktisk forklaring eller en moralsk tilrettevisning” (Braatøy 1947 s. 351). En behandler må skape en situasjon der pasienten føler seg trygg. Skal en lykkes i dette, kreves det varhet for pasientens ømfintlighet og sårbarhet. Del-takende må en behandler, ifølge Braatøy, la seg svinge med, og følge den andres pust og stil. Det krever “animalsk ømfintlighet” å skape rom for pasien-tens utfoldelse, avspenning og omstilling. Vi må snuse, føle, lytte og se det som varsler at vi er på talefot med pasienten (Braatøy 1952, s. 186). Det kan bringe frigjørende erkjennelse, og bidra til at pasienten får hånd i hanke, eller grep om seg selv.

Braatøy i lys av Løgstrup: Språk som tydning i kroppslig behandling

Løgstrup utla språk som grunnvilkår, mens Braatøy beskrev språk med basis i behandling av pasienter. De to beveger seg på hvert sitt nivå. Braatøy beskrev sykdomstilstander der vanskelige livsvilkår hadde rammet pasienten. I lys av Løgstrup kan språk som grunnvilkår bidra til å forstå hvordan språkfunksjon inngår både i utvikling og behandling av disse tilstandene.

Løgstrup utla dagligdagens tale som grunnleggende åpen, gjensidig og for-trolig. Braatøy hadde den profesjonelle formålsbestemte terapisaamtalen som utgangspunkt, med samtale som en metode for å skape endring i pasienten. Det er en asymmetrisk samtale der ansvar, makt og åpenhet er ensidig. Be-handlerens egne betroelser har ingen plass i dette forholdet. I motsetning til talens åpenhet som suveren livsyttring inngår den terapeutiske samtalen i en formålsbestemt sammenheng, den skal brukes til noe bestemt. Spørsmålet er om talens åpenhet allikevel er en grunnforutsetning for at terapisaamtale kan bidra til endring i pasientens tilstand og økte selvforståelse.

Løgstrup knyttet språket til menneskets åpenhet til verden gjennom sans-ningen, som førrefleksiv uttrykkutfoldelse. Braatøy understreket språkutvik-lingens legemlige forankring. For ham var personlig språkuttrykk kilde til å forstå pasientens erfaringer og livsvilkår. Ordene oppstår gjennom sanseinn-trykk som beveger oss, og ord og bevegelse så Braatøy som gjensidige fenomen. “Før ord og setning var sang. Før sang var bevegelse, dans. Før aktiv bevegelse var vugging og sveving” (Braatøy 1952, s. 76). Språket hviler med andre ord også hos Braatøy i førspråklige erfaringer, og bevisst tenkning og selvbevissthet ses som avhengig av språkutvikling. Når vi fortolker Braatøy med Løgstrup, fremheves verdens sanselige tilstedeværelse i språket. Som uttrykk for sanseinn-trykk som beveger, uttrykker språket menneskets livserfaringer i sanselig åpen-het og legemlig bevegelse.

Skal vi forstå sanseintrykk må det klargjøres. Når vi med språkets hjelp blir klar over det som har gjort inntrykk, er vi like åpne til verden i tydningen som i sansningen, mente Løgstrup. Han knyttet tydningen til eksistensfullbyrdelse, mens fortolkning hører til refleksjon. Når Braatøy også brukte tydning og ikke tolkning, fremheves det kroppslige og sanselige i hans måte å forstå pasientenes tilstander. Gjennom å få pasienten til å kjenne sine egne reaksjoner, og ved å se, lytte og føle i åpent sanselig nærvær, arbeidet han for å forstå pasientens erfaringer og å hjelpe pasientens tydning av seg selv. Fortolkning av pasientens historie var ikke tilstrekkelig. Løgstrups distinksjon mellom tydning og fortolkning kan her bidra til å fremheve Braatøys poeng når han kritiserte Freud for verken å se eller ta i pasienten. Ordene alene gir ikke innsikt i pasientens tilstand. Det er i lys av hele uttrykket at fortellingen gjorde pasientens situasjon begripelig. Det er måten fortellingen blir fortalt på, i spenning, pust, tone, holdning og geberder at vi kan komme på sporet av det som har satt personen fast i en konflikt.

Å tyde inntrykk forutsetter at en person er beveget av noe, i følge Løgstrup. Vi kan si at dette utgjør en grunnleggende forutsetning for det Braatøy hadde observert hos sine pasienter. De hadde bremset inntrykkets bevegelse, særlig gjennom pustens bevegelse. Ved å påvirke muskulær tilbakeholdelse kunne det åpne for at bevegelse fikk slippe friere til. Med det utløses ofte erindringer, fornemmelser, stemninger, følelser og kanskje drømmer. Vi kunne si at inntrykket igjen får bevege personen. Når kroppslig sinnsbevegelse og erindring blir sammenhengende eller kongruente med hverandre, kan det bidra til å klargjøre det som en gang gjorde inntrykk. Med tid og rom til å uttrykke seg i ord og kroppslige reaksjoner, mente Braatøy at pasienten sammen med terapeuten fikk mulighet til å forstå, med ord, det som hadde gjort inntrykk. Slik tydning kunne hjelpe pasienten til å bli begripelig for seg selv. Løgstrup synliggjorde at overgang fra sanseintrykk til forståelse og innsikt krever tydning. Han mente at dagligspråket ikke har begrensninger som gjør denne prosessen vanskelig. Det er selve tydningen av følelsesmessige problemer og reaksjoner som er vanskelig. Braatøy viste hvordan muskulær spenning kompliserer tydning og at kroppslig omstilling kan bidra til at følelsesliv og kroppslige erfaringer lar seg tyde.

Talens åpenhet er ifølge Løgstrup suveren livsytring. Det krever tilbakeholdelse for ikke å tale ut. På sin side så Braatøy det å snakke åpent og fritt som noe grunnleggende menneskelig som det krever muskulær anstrengelse for å holde tilbake. Hvis tilbakeholdelse av reaksjoner fra tidligere sterke hendelser låses fast i muskulær konflikt, kan det hemme individets sosiale tilpasning.

Ulike situasjoner kan utløse gamle reaksjoner som kan være inadekvate i de nye situasjonene. Braatøy så dette som sentrale fenomen ved nervøse lidelser og kalte det baklåsfenomen. Slike tilstander kan se ut til å ha noe til felles med det Løgstrup kalte selvkretsene tankefølelser. Slik Braatøy beskrev nervøse tilstander, er innesluttethetens bevegelser låst fast i muskulære konflikter, noe Løgstrup ikke tok i betraktning. Kanskje er disse tilstandene mer fastlåst enn hva selvkretsene tankefølelser er? Braatøy arbeidet terapeutisk med å løse opp for tilbakeholdelsen med muskulære grep og samtale. Han mente at forestilling og bevegelse er så intimt sammenknyttet at det innbyrdes forhold kunne snus rundt. Det innebærer at når bevegelse bindes, bindes også forestillinger, og når forestillinger blir fastlåste, er også bevegelse bundet av muskulær spenning. Tilsvarende kan behandling gjennom ord utløse bevegelse og affekt, og behandling gjennom muskulær omstilling kan utløse affekter og ord og endrede forestillinger (Braatøy, 1947). Hva som må være først og sist var ikke et teoretisk spørsmål for Braatøy, men først og fremst et spørsmål om hva den enkelte pasient til enhver tid hadde bruk for.

Braatøy hevdet at muskulær omstilling bidro til åpenhet og umiddelbarhet i tale og kroppslige uttrykk. Kanskje kan en si at dette gir suveren livsyttring større rom? Å slippe seg til i tillit, pust og åpen tale kan bidra til å snu tilbakeholdelsens og selvkretsens bevegelse, så det som virker "bak vår rygg" kan få større spillerom, og det som en gang krenket får styre mindre. Å snu uhen-siktsmessige og fastlåste bevegelsesmønstre kan også forstås som muskulær holdningsomstilling. I kampen for ikke å falle, setter mange store krefter til, ryggen rettes opp, kroppen stivner og pusten låses. Psykomotorisk fysioterapi innebærer omstilling til en holdning som spiller sammen med tyngdekraften slik at muskulært arbeid ikke går på bekostning av bevegelse og pust, og der beina bærer og ryggen er fri til å beveges av pust og inntrykk- og uttrykksutfoldelse.

Tilbakeholdenhet som hindrer oss i å krenke andres urørlighetszone står, ifølge Løgstrup, i forenende motsetning til talens åpenhet. Selv om evnen til å balansere mellom åpenhet og respekt for det sårbare kan kreve behandlerens tilbakeholdelse av følelsesmessige reaksjoner, krever terapeutisk tilbakeholdenhet først og fremst en åpen saklig holdning til pasienten. Slik tilbakeholdenhet demper ikke sanseintrykk. Tvert imot dreier det seg om å sanse med hele seg i åpenhet. Braatøy mente at det krever "animalsk ømfintlighet" for å fornemme om vi er på talefot med pasienten. En profesjonell holdning krever faglig kunnskap og vilje til å hjelpe, men ikke minst evne til åpen sanselig tilstedeværelse.

Løgstrup viser til det gjensidige i talens åpenhet. Å utlevere seg selv fordrer at den andre tar imot på en slik måte at man ikke blottstiller seg. Braatøy understreket at den som behandler må være villig til å følge pasientens språk, for at pasienten skal kunne snakke fritt. Det krever også ærbødighet for pasienten som menneske og vilje til å besvare følelser. Det Braatøy kalte ærbødighet kan vi med Løgstrup forstå som respekt for det urørlige og ukjente, og at dette er en forutsetning for at pasienten skal kunne snakke uforbeholdent i talens åpenhet. Når pasientens muskulære tilbakeholdelse er en hovedsak i behandlingen, er det også en særlig etisk fordring å være årvåken og vår i sanselig åpenhet til det som er den siste skanse. Terapisituasjonen er som nevnt usymmetrisk, behandlerens holdning vil være bestemmende for om pasienten kan henvende seg i tillit til å bli tatt imot. På den måten kan en hevde at talens åpenhet som suveren livsyttring er forutsetning for en god behandlingsatmosfære.

2. Mangfold og nyanser i språklig uttrykk

Løgstrup om språkskatten

Løgstrup skilte mellom formålsbestemt språk og naturlig dagligdags språk. Deres evne til presisjon er diametralt motsatte. Det formålsbestemte språket presiserer ved å avgrense, kategorisere, definere og forhåndsbestemme ordenes betydning, og med det gjøre språket entydig, særlig brukes dette i vitenskapelig sammenheng. Uttrykksutfoldelse i dagligspråket gir derimot nyansert tilgang til tilværelsen og verden gjennom det Løgstrup kalte vidde og pregnans. Ordnes betydning hviler i sansningen og er meningsbærende, altså pregnant, slik vi har vist i essayets første del. Samtidig står språket i forhold til kulturelle strukturer, normer og konvensjoner. Derfor kan vi uttrykke uoversiktlige erkjennelser, innsikter, drømmer og opplevelser, med oversiktelige normer og konvensjoner. Vi skal videre se hvordan dagligspråket kan formidle sanselig åpenhet i formingen av inntrykket når det uttrykkes, og går da nærmere inn på det Løgstrup legger i språkets vidde.

Dagligspråket er ikke entydig og legger derfor ikke bånd på vår sansning og erfaring, derfor kan vi uttrykke vår sammensatte tilværelse og verdens mangfoldighet med det. Ifølge Løgstrup er språket en skatt vi kan øse av. I språkskatten er ordenes mange betydninger oppbevart i sin potensielle flertydighet. Flertydigheten gjør at et ord kan brukes i mange sammenhenger, og kun gjennom sammenhengen det står i blir ordet entydig. "Entydig bliver ordet først af den kontekst, der tager dets betydning i sin tjeneste og fuldbyrder den på dens

– kontekstens – maner” (Løgstrup 1976, s.29-30). Dagligspråket drar veksler på språkskatten, derfor er det bedre egnet til å presisere og nyansere våre opplevelser og erfaringer enn det formålsbestemte språket. Det er dagligspråkets flertydighet som gjør at vanskelige følelsesmessige fenomen lar seg tyde og beskrive (Løgstrup, 1976). Av Lipps lærte Løgstrup kunsten å skjelne, det vil si å arbeide med distinksjoner, en arbeidsmåte som nettopp betjener seg av språkskatten. Med dette menes at “nært beslægtede begreper, der oftest brukes i flæng, uden at der gøres forskel på dem, sondres fra hindanden. Først i sådan sondring vindes prægnant forståelse av dem.” (Løgstrup 1987, s.124).

Det uttrykksfulle språket

Løgstrup fremhevet at språket har dobbelt natur; det er ekspressivt før det er semantisk. Uten lyd, tone og rytme ville det ikke være tale. Menneskene uttrykker seg med lyd som har klang og tone som stemmer sinnet. Det sansbare og legemlige ved språket er fullt av uttrykkskraft, der vekslende styrke og rytme gir mening til talen, og åndedrettet er uløselig forbundet med rytme og talens innhold. Språk springer ut av trang til å uttrykke seg. Det oppstår av fenomener som ennå ikke er språk, som åndedrett, stønn, sukk og skrik, men også legemlig holdning, miner og geberder (Martinsen 2005). Språkets lydlig-legemlige skikkelse bærer mening, og gir tanken bestand, skrev Løgstrup. Det uttrykker intensjon, følelser og vilje, og gir umiddelbart mer entydighet enn ordet.

Språket er altså først ekspressivt. Åndedrettsgestus som et sukk er “primært rent ekspressivt uten meddelelsesbehov” (Løgstrup 1976, s. 16), men når den som sukker er sammen med en annen, begynner sukket å tale. Situasjonen gjør at uttrykket blir forståelig. Når ekspressive fenomener uttrykkes semantisk dannes språket, og da kommer ordets henvisende betydning til. Overgangen fra ekspressiv til symbolsk funksjon er uproblematisk og skjer av seg selv, mente Løgstrup. Den som uttrykker seg rommer allerede verden og menneskene vedkommende er omgitt av. Den semantiske funksjon blir til gjennom at individet gir uttrykk for dets inntrykk. Uttrykksimpulsen kommer fra inntrykkskraften, mente Løgstrup.

Ordets betydningsvifte

Vi vet hva en vei eller sti er fordi vi kan gå, og vi vet hva et værelse er fordi vi kan bo. Løgstrup refererte Lipps som skrev at det er i “vor omgang med tingene, at vi forstår dem, og at det sker på mangfoldigste vis” (1976, s.107). Ord er verken tegn eller bilder, og deler ikke fenomener inn. De oppstår gjennom ta-

len, tjener dens mening og rommer umiddelbar anskuelseskraft. Et ord har et sikte som går på tvers av forskjellige områder, derfor har ikke ordbetydning omfang og grenser, men ubegrenset vidde. Vi er fortrolig med flere fenomen som gir mening til det enkelte ord. Derfor har et ord en vifte av motsetninger som gir det innholdsfylde. Mening kan bevege seg mellom de ulike motsetningene, men også i forholdet til den enkelte menings egen motsetning.

Omstendighetene ved situasjoner kommer til orde i talen. Ord har ikke situasjonsløs betydning. Underforstått bærer situasjonen samtalen og gir talen mening i det skjulte. Meningen med talen er like mangfoldig og skiftende som situasjonen, og er like kompleks som vår tilværelse. Ordenes omfangsrike betydning gjør det mulig å presisere og nyansere ved å sette sammen lag av fortrolighet, og perspektivrikdom uttrykkes ved at ordbetydningene overlapper hverandre. Når formålsbestemt språk skaper entydighet, skilles ett fortrolighetslag ut ved å definere grenser og omfang. Da kan vi bare bevege oss innenfor dette angitte laget. Alt annet vil ligge utenfor, men da klapper viften av motsetninger sammen. Det er betydningsviften som gjør dagligspråket så rikt og egnet for vår uttrykksutfoldelse og erkjennelse. Det er ingen grenser for de betydninger og meninger vi kan gi uttrykk for, gitt at vi ikke låser språket fast. Vi må vare oss, sa Løgstrup, for å måle det naturlige språket med det vitenskapelige språks målestokk. Da vil naturlig språk forstås som vagt og ikke pregnant, og ubestemt i stedet for vidt.

Det innfallsrike språket

Når inntrykk artikuleres kan det språklige uttrykket melde seg som innfall ved at ord og vendinger innfinner seg av seg selv. Løgstrup mente at innfallet hører til språket vi bor i, ikke personen som får innfallet. Formålet derimot, altså det vi bruker innfallet til, er individets. Det kreves både vilje og konsentrasjon fra personens side for å få det adekvate uttrykket til å melde seg. I tenkning og argumentasjon artikuleres innsikt ved å ordne og avgrense og sette inntrykk i sammenheng (Jensen 2007).

Skjønnets innfallsrike språk tar vare på åpenheten, og formidler både det personlige og det saklige sammenflettet. Forankret i sanselighet peker språket utover det samfunnsskapte, allikevel er vi alltid henvist til å gå veien om det samfunnsskapte. Innfallets språk er bevegelig, kreativt og opplysende. Det gir oss frihet og rom til å undre oss og å reise spørsmål til det som er uklart og gåtefullt. Kreativiteten i språket er utslag av innfallet som spontan ytring. Betydningsvidden gir variasjonsmuligheter som virkeliggjøres i innfallet. Dette realiserer ordenes nye betydningspotensial, gir språket skapende muligheter

og litteraturen erkjennelsespotensiale. "Den sproglige fantasi som digteren er begavet med, er åbenhed for sprogets variationsmuligheder. Digteren lader dem vinde indpas, han lader dem komme til deres indfall," sa Løgstrup (1984, s.111).

Braatøy: språk – betydningsvariasjon og presisjon

Språklige fordommer

Vi er avhengig av språklige overleveringer for å snakke og tenke, men "... i det man lærer å snakke tilegner man seg samtidig en del fordommer som er bygget inn i sproget "skrev Braatøy (1947, s.16). Medisinsk vitenskap er blitt trekken- de med hva Braatøy betegnet som språklige fordommer som skiller mellom ånd og legeme, og mellom objektive sykdomstegn og subjektive uttrykk for sykdom. Slike fordommer gjør det vanskelig å forstå nervøse fenomener og den enkelte pasients særlige opplevelser. For å overkomme dem må abstraksjonsevnen bremses av sans for det umiddelbare, når en i praktisk arbeid tar og føler på pasientene, og lytter til deres personlige snakkemåte i uttrykk, pust og ord. Braatøy mente, at forskning, som overser holdningsaspektet av affektene, ikke fremmer et språk til å beskrive og forstå følelsesmessige reaksjo- ner. Visdom er ikke det samme som kunnskap, og hverdagspråket inneholder mer visdom enn anatomiske lærebøker, hevdet han.

De store diktere har alltid ytt motstand mot medisinerens abstrahering av ord fra liv, ifølge Braatøy. Ibsen evnet å anskueliggjøre biologisk-psykologisk dobbelthet i tilværelsen da han lot Osvald uttrykke følgende om sin far: "Jeg husker ikke andet om ham, end at han en gang fik meg til aa kaste op." For Osvald var ordet "far" blitt entydig med kvalme (Braatøy 1947, s.469). Medisi- nens abstrahering av ord fra liv gjør det vanskelig å forstå lidenskap og lidelser, mens kunsten derimot kan vise oss dette, mente Braatøy

Dobbeltbetydning og meningsvariasjon

Braatøy viste til mange ulike språklige dobbeltbetydninger. Uttrykk som hold- ning og holdninger; å bevege og å være beveget; ånd, ånde og utånde rommer alle både anatomisk og psykologisk betydning. Å bite tennene sammen, knyt- te nevene, rette seg i ryggen, eller stå på egne ben er både muskulær aktivitet og uttrykk for innstilling på samme tid. Hykleri er eksempel på en dobbelt- holdning som uttrykker motstridende intensjoner, jeg vil og vil ikke på samme tid. Et fenomen kan komme til uttrykk med motsatt fortegn fordi holdningen er forskjellig. Motstand mot å arbeide betyr å gi etter for den som har en doven

holdning, mens med oversamvittighetsfull holdning vil motstanden strupes for å stå på. Angst innebærer at den feige gir etter, med en lojalt forpliktet holdning derimot strupes angsten. Et fenomen kan også romme et fysiologisk jeg-perspektiv og et sosialt perspektiv. Det er forskjell på om *Jeg er sinna* og *du er irriterende*. Slike nyanser er viktige for å forstå nervøse lidelser, og behandling krever derfor “en biografi som er så detaljert at situasjonens dobbeltmening for vedkommende individ kommer frem” (1947, s. 313), skrev Braatøy.

Individets personlige snakkemåte uttrykker den enkeltes unike erfaringer knyttet til ulike situasjoner, derfor har ord betydningsvariasjon, mente Braatøy. Han eksemplifiserer dette med skredderen og snekkeren som var fortrolig med ordet “bord” på ulikt vis. Skredderen, som satt på bordet og jobbet, var fortrolig med bordet gjennom rumpen, mens snekkeren kjente bordet gjennom sitt arbeid med hammeren, og var fortrolig med det gjennom hånden. Braatøy pekte altså på at meningen kommer fra erfaringene personen har knyttet til ordet. Vi kan også orientere oss etter forskjellige sanseintrykk, for eksempel kan en fargeblind orientere seg så godt at man ikke merker hans fargeblindhet, ved at han støtter seg til variasjon i lysintensitet. Grønn og rød vil ha en annen sanseerfaring for den som ikke er fargeblind. Lignende forhold gjør seg gjeldende i utallige avskygninger i forhold til språklig kommunikasjon, mente Braatøy. Betydningsvariasjon er normalt, derfor kan vi lett misforstå hverandre. Det er imidlertid ikke nødvendig å forstå nøyaktig det samme ved et ord, “a working agreement” er vanligvis tilstrekkelig (1947, s.484).

Ved nervøse tilstander erfarte Braatøy at enkelte ords meningsinnhold hadde låst seg fast så personens reaksjonsmuligheter ble begrenset. Å gå alene på gaten, kan for eksempel ha så forskjellig betydning som å skynde seg til jobb, endelig være på vei hjem fra jobb, en spasertur på byen etc. For en nervøs pasient kan det å gå alene på gaten være låst fast i en bestemt mening som utløser angst. Skjønnlitteraturen evner i mye større grad enn vitenskapelige rapporter å uttrykke og å få frem det mangetydige ved livet. Braatøy refererte derfor mye til slike kilder.

Uttrykksnyanser

Braatøy skildret menneskeorganismens ømfintlighet ved å sammenligne det med rådyrets varhet. Han mente at mennesket ofte organiserer seg på to plan. Det sosialiserte individet “snakker og svarer ‘som andre folk’, men under dette befinner det seg ofte et dirrende dyr klar til å legge på sprang med muskulatur, åndedrag og tarmen i spenning,” (Braatøy 1952, s. 184). Det krever ekstra sanselig tilstedeværelse i observasjonen for å høre pasientens to stemmer. Pasien-

ten kan forsikre: “Jeg er ikke redd”. Under dette kan engstelsens spenning dirre, selv om pasienten ikke kjenner det selv. Den som ser skuldrenes holdning og hører pusten vet allikevel om vedkommende er ansent, mente Braatøy. Evnen til å se dette, er en forutsetning for å lykkes i behandling. Det er lett å øke redsel og spenning, hvis en ikke hører på et dobbelt plan og klarer å skape opplevelsen av at en vil den andre vel. Da risikerer vi at “dyret legger på sprang”, selv om pasienten blir sittende.

Når pasienten slipper på tilbakeholdelse, kan frigjøring av respirasjon utløse sukk og stønn og noen ganger affektutladning. Dette utløser videre det Braatøy med referanse til nevrofysiologien kalte “vokalisering”, som kan ta form av ord. “Påvirker man holdningen, så påvirker man respirasjonen. Påvirkes respirasjonen, så utløser man affekter og vokalisering’. Påvirker og utløser man vokalisering, så utløser man ord og verbale opplysninger” (Braatøy 1948, s. 50).

Braatøy kritiserte en praksis der behandling ble bestemt på grunnlag av journalnotat foretatt av en annen person, for beslutningene ble da tatt uten kjennskap til pasientens eget nyanserende uttrykk. Det pasienten sier har både innhold og form og kommer til uttrykk gjennom valg av ord og i måten noe blir uttrykt på, mente Braatøy. Et deskriptivt språk gir dessuten bedre bakgrunn for å forstå holdningsmuskulaturens oppgaver enn muskulaturens utspring og feste, hevdet han. Nervøse lidelser er resultat av livserfaringer som er særegne for det enkelte individ, og behandling fordrer derfor et nyanserende, rikt og presist språk. Ved å spørre pasienten og lytte til nyansene gjennom valg av ord, tone, pust og bevegelse gir dette en rikere informasjon enn noen anatomi, fysiologi eller annen generaliserende kunnskap, var Braatøys klare budskap.

Drøfting

På hvert sitt vis pekte Løgstrup og Braatøy på begrensninger ved vitenskapelig språk. Løgstrup mente at entydighet gjennom kategorier og definisjoner hindrer at mangetydigheter kan presiseres. Braatøy hevdet at medisin abstraherer liv fra språket ved at alle sanselige sider ved livet skjæres vekk for å gjøre uttrykket entydig og kirurgisk presist. Med dagligspråket kan vi komme livet på sanset hold, sa Løgstrup. For Braatøy var det viktig å følge pasientens personlige språk. Braatøy kalte dette hverdagspråket, og med det forstår vi det Løgstrup tenkte på som dagligspråket. Begge anerkjente dette som kilde til å forstå livets mangetydighet, og de viste til skjønnlitteraturen som viktig kilde til å få innsikt i menneskenes livsvilkår.

Vi forstår tingene gjennom vår omgang med dem, sa Løgstrup og viste til Lipps. Vi vet hva en vei er fordi vi kan gå. Parallelt illustrerte Braatøy ordenes betydningsvariasjon med snekkeren og skredderen sitt forhold til ordet bord som strengt tatt har ulik forståelse av ordet bord ut fra sin omgang med det. Løgstrup mente at et ord kan ha en vifte av betydninger. Braatøy erfarte at betydningen av et ord eller uttrykk kunne være entydig låst fast til det som skaper angst, for enkelte pasienter. Med Løgstrup kunne vi si at betydningsviften da hadde klappet sammen. Braatøy viste også til hverdagspråkets mange dobbeltbetydninger. Et uttrykk kan for eksempel beskrive både biologiske og følelsesmessige betydninger på samme tid, eller sosiale og fysiologiske perspektiv, men også motstridende innstillinger. Når Braatøy la vekt på å forstå slike dobbeltheter i pasientens situasjon, kan dette tolkes i lys av det Løgstrup kalte distinksjoner. Løgstrup dro vekslers på språkskatten for å klargjøre ulikeheter og få fra hverandre det som hadde klumpet seg sammen. Med dagligspråkets nyanserikdom kan selv menneskenes kompliserte følelsesliv la seg tyde, mente Løgstrup. For å følge og tyde pasientens språk, slik Braatøy gjorde, er vi avhengig av språkets flertydighet slik det ifølge Løgstrup er oppbevart i språkskatten.

Løgstrups betydningsvifte kan illustrere Braatøys forståelse av holdning og bevegelse som flertydige fenomen. Holdning har en betydningsvifte som viser til en måte å holde kroppen på, følelsesmessig innstilling og kulturelle normer og middelbar pregning. Bevegelse rommer muskulær aktivitet, følelsesmessig bevegelse, men også umiddelbare spontane reaksjoner¹¹.

Løgstrup la vekt på at språket er ekspressivt før det er semantisk. Dets lydlige og legemlige skikkelse understøtter det ekspressive i talen. Braatøy beskrev hvordan nervøse pasienter holder tilbake umiddelbare uttrykk, derfor må en behandler fornemme det uutalte og dobbelte i pasientens stemme. Når følelser låses fast sånn at de blir ubevisste for pasienten selv er det ikke alltid slik at ordenes semantiske betydning og det ekspressive stemmer overens. Den tapre pasienten sier "jeg er ikke redd", men pust og kroppsholdning uttrykker tvert imot at organismen er i helspenn for å holde redselen i ro. Det ekspressive kommer ofte til uttrykk når muskulær tilbakeholdelse slipper og pusten frigjøres. Når sukk, stønn, bevegelse, affektutladning, ord og betroelser utløses spontant, kan pasienten bli tydeligere både for seg selv og andre. Slik vi tolker Braatøy vil det "å få hånd i hanke" si at pasienten finner en holdning som gir rom til egne reaksjoner. Da kan også språklig selvforståelse uttrykkes med ord som understøttes av det ekspressive. Selv om det grunnleggende er slik at det ekspressive understøtter ordenes betydning, viste Braatøy at det er mange situasjoner i livet der dette kan forskyve seg. Både Løgstrup og Braatøy forbandt

det ekspressive med pust, lyd og uttrykksbevegelser. Løgstrup utdyper det lydlike mer enn Braatøy, som på sin side særlig fremhevet holdning, bevegelse og pust.

Lydgeberder som sukk og stønn er rent ekspressive uttrykk, men når vi er sammen med andre, begynner de å tale, skrev Løgstrup, og situasjonen hjelper oss til å forstå. Å gi slipp på tilbakeholdelse innebærer å slippe ut lyd, det er befriende, og derfor oppfordres pasienter til å gi lyd fra seg i psykomotorisk fysioterapi. Dersom det ekspressive fortsatt holdes tilbake og lyd primært uttrykkes som svar på terapeutens oppfordring, vil virkningen, som først og fremst er forbundet med spontant å slippe pusten til, utebli. Å skille mellom ekspressive sukk og sukk som kommuniserer uten å gi slipp på det ekspressive innebærer å nansere lydig klang og tone og pustens bevegelse, men også evne til å forstå situasjonen. Terapeutens holdning, differensierte forståelse av lydgester og måte å oppfordre pasienten til å uttrykke seg vil være bestemende for virkningen.

Dagligspråket er skjønnets innfallsrike språk. Det tar vare på åpenhet og kreativitet og gir litteraturen erkjennelsespotensial, mente Løgstrup. Braatøy hadde også tillit til det skjønnlitterære språket. I det kunne kroppslig-emosjonelle sider ved livet komme til uttrykk. Når angstpasienten har låst seg fast i entydig forståelse og tilsynelatende selvmotsigelser, vil definisjoner og kategorier komme til kort. Et språk som gir rom for innfall kan derimot åpne opp for nye betydninger. Braatøy avviste behandling etter standardiserte normer og abstrakte regler, fordi det dreier seg om kompliserte situasjoner og uendelig varierte tilstander. I slike situasjoner er vi henvist til å utvise skjønn. Med dagligspråkets hjelp kan vi forsøke å klargjøre det vi ser, hører og fornemmer av pasientens egenbevegelse, og å tyde de differensierte opplysningene som kommer til uttrykk i pasientens pust, lyd og valg av ord. Da må vi, som Løgstrup presiserte, verne om språkskatten, der ordenes potensielle betydninger ligger oppbevart. Vi må ta oss i vare så ikke språket okkuperes av definisjoner og entydige begreper, men vi må også være på vakt overfor kulturelt overleverte fordommer som hindrer forståelse.

Avslutning

I dette essayet har vi undersøkt Braatøys tanker om språket i lys av Løgstrups sansefilosofiske utlegning av tale. Den profesjonelle samtalen i Braatøys kroppslig baserte tilnærming til pasientenes tilstander kan belyses som tydning. En behandler tyder pasientens uttrykk, og ikke minst skaper rom for pasientens tydning av seg selv. Tydning, til forskjell fra logiske slutninger og fortolkning,

fremhever språkets åpenhet til sanselige inntrykk. Dette er en språklig åpenhet som gjør det mulig å få nye erkjennelser gjennom kroppslig omstilling, ved å finne ord og språklige uttrykk til det som holder tilbake og det som beveger, eller det som bærer og det som frigjør. Som analog gjenkjennelse kan tydning bidra til at nye kroppslige erfaringer kan åpne pasienten for ny forståelse av seg selv utover den kroppslige erfaringen. Da kan det å få god kroppslig balanse gi følelsen av å få fotfeste i livet, og tydning knyttes til eksistensfullbyrdelse.

Et slikt tydningsarbeid forutsetter en holdning som gir rom for det fremmede i den andre, og fordrer et språk som er åpent nok til at den enkelte pasient kan finne uttrykk til sine særegne erfaringer. Det krever språklige nyanser som går langt utover diagnoser, definisjoner og kategorier. Dagligspråket vil ha større muligheter i et slikt arbeid, fordi det drar vekslers på språkskatten, dvs. at ordenes uendelige betydningsmuligheter kan bli entydige, nyanserte og spesifikke i den enkelte pasients sammenheng. Den profesjonelle samtalen innebærer å følge den enkelte pasients snakkemåte når ordenes spesielle betydning kommer frem i pasientens særegne uttrykk og spesielle historie. Å utvikle et godt fagspråk vil i denne sammenhengen si åpent å tyde pasientens komplekse kroppslige og lydlige uttrykk og evne til å forstå ordenes betydningsmuligheter i lys av pasientens spesielle historie.

Takk til Fond for etter- og videreutdanning for fysioterapeuter som har gjort dette essayet mulig ved å tildele førsteforfatter fagutviklingsstipend.

Noter

- 1 Den norske psykiateren Trygve Braatøy (1904 -1953) fikk sin psykoanalytiske trening i Berlin 1931-32. Han regnes som en av de mest markante legene i Norge i forrige århundre og anses som en av foregangsmennene for et humanistisk helhetssyn i medisinen (Vollset, Meland & Nessa 2004). Braatøy var en aktiv samfunnsdebattant og engasjerte seg i faglige og sosialpolitiske spørsmål, men var også svært kulturelt og skjønnlitterært interessert. I løpet av sitt korte liv publiserte han en rekke bøker, essaysamlinger og artikler. Mer historikk finnes blant annet i Svilands hovedfagsoppgave (2005).
- 2 Knud Eiler Løgstrup (1905-1981) var en dansk teolog med særlig interesse for filosofi. Han insisterte på at filosofi må begrunnes ut fra seg selv. Hans filosofiske tenkning, slik vi leser han, kan derfor leses som fenomenologisk livsfilosofi, uten å forholde seg til et teologisk perspektiv. Løgstrup var inspirert av fenomenologien

gjennom den tyske biolog, medisiner og filosof Hans Lipps som hadde vært elev av Edmund Husserl. Han var sterkt påvirket av Grundtvig, men også av Martin Heidegger og Søren Kierkegaard, selv om han tok oppgjør med disse to. Jakob Knudsens og Ludvig Feilbergs livsfilosofi har også vært av betydning for Løgstrups tenkning (Birkelund 2002).

- 3 Aadel Bülow-Hansen (1906-2001) var en høyt ansett norsk fysioterapeut. Hun var blant de første som var opptatt av respirasjonens betydning for behandling av muskulære spenningstilstander. Sammen med Trygve Braatøy grunnla hun den psykomotoriske fysioterapi. For dette arbeidet ble hun utpekt til ridder av 1. klasse av St. Olavs Orden og æresmedlem av Norske Fysioterapeuters Forening. (http://www.snl.no/.nbl_biografi/Aadel_B%C3%BClow-Hansen/utdypning)
- 4 NPMF er en norsk behandlingstilnærming for muskelskjelettlidelser, psykosomatiske og lettere psykiske lidelser. Kombinert med psykoterapi behandles også tyngre og mer omfattende psykiske lidelser. Anspenhet og kroppslige smerter og plager ses i sammenheng med følelsesmessige konflikter og livets belastninger. I et samarbeid som startet i 1947 utviklet Braatøy og Bülow-Hansen denne metoden. Etter Braatøys død i 1953 ble dette arbeidet videreført av Bülow-Hansen og de norske fysioterapeutene rundt henne, gjennom mester – svenn modell. I 1994 ble dette en offentlig videreutdanning ved norske høyskoler, og fra 2010 planlegges masterstudie ved Universitet i Tromsø. NPMF praktiseres også til en viss grad i Danmark og Sverige som resultat av kurs holdt av Berit Bunkan. Samarbeidet mellom Braatøy og Bülow-Hansen førte også til andre retninger. Lillemor Johnsen, som flyttet til Danmark, utviklet Integrert respirasjonsterapi. Hun kombinerte psykoanalytisk drømme- og assosiasjonsmateriale med kroppsstimulering. Gerda Boyesen var psykolog, fysioterapeut og elev av Bülow-Hansen. Hun var orientert mot Wilhelm Reichs teorier om bioenergi (Bunkan, Thornquist & Radøy 1982) og flyttet til England. Kirsti Monsen videreførte NPMF til en behandling med særlig vekt på affektbevissthet og selvpsykologi. Denne tilnærmingen kalles Psykodynamisk kroppsterapi (Monsen 1989) og har sitt eget utdanningsopplegg ved Karolinska Institutet i Sverige som kalles Sjukgymnastisk rehabilitering vid psykisk och psykosomatisk ohälsa.
- 5 Første essay omhandlet holdning og bevegelse som forenende motsetninger (Sviland, Martinsen & Råheim 2007). I andre essay skrev vi om bevegelse, sansning og forståelse (Sviland, Råheim & Martinsen 2009)
- 6 I denne hovedfagsoppgaven ble tre sentrale tekster av Braatøy (1947, 1948 & 1952) analysert ved hjelp av metoder hentet fra kildegranskning. Metodologisk inspirert av Ricoeurs hermeneutiske forståelse av tekstfortolkning (10,14,15) ble Braatøys tekster analysert i lys av Løgstrups filosofi.
- 7 Sansens stemthet og emosjoner er mer utdypet i et tidligere essay i Matrix (Sviland, Råheim & Martinsen, 2009)
- 8 Se for øvrig: Hvis ikke kropp og psyke – hva da? Holdning og bevegelse i selvutfoldelse og tilbakeholdelse. (Sviland, Martinsen & Råheim 2007) Her drøftes holdning og bevegelse som mangetydige og forenende motsetninger.
- 9 I vårt første essay (Sviland, Martinsen & Råheim 2007) analyserte vi Braatøys tekster i lys av Løgstrups tanker om forenende motsetninger. Med forankring i muskulær aktivitet fremsto holdning og bevegelse da som flertydige fenomener som i dynamisk samspill og i sammenflettede betydninger inngår i ulike funksjoner. Fysisk aktivitet utføres i spillet mellom kroppsholdning og bevegelse, og følelsene reguleres i spillet mellom attityde og affekt. Samtidig er holdning uttrykk for normenes

sosiale og kulturelle pregning som er med å forme individets spontane bevegelser. Dette komplekse samspillet regulerer individets forhold til seg selv og andre i utførelse og tilbakeholdelse. Dersom forholdet mellom holdning og bevegelse forskyves og blir uforenelige motsetninger, kan individet komme i konflikt med seg selv, med påfølgende overbelastning og eventuell sykdom.

10 Forholdet mellom bevegelse, tenkning og språk utdyper Braatøy særlig i kapittel 11 i *De nervøse sinn*.

11 Første essay (Sviland, Martinsen & Råheim 2007)

Litteratur

Andersen, Svein (2002). Hans Lipps. I Birkeland, Regner (red.), *Eksistens og livsfilosofi*. (217-231) København: Munksgaard Danmark A/S.

Birkeland, Regner (red.) (2002). *Eksistens og livsfilosofi*. (217-231) København: Munksgaard Danmark A/S.

Braatøy, Trygve (1947, 1979). *De nervøse sinn*. Første utgave. Oslo: J.W. Cappelens Forlag.

Braatøy, Trygve (1948). Psykologi contra anatomi ved sykegymnastisk behandling av armnevrose o.l. Bevegelse, affekt og holdning. *Nordisk Medicin*, 39: 923-30 & *Respirasjon, affekt og ord*. *Nordisk Medicin*, 38: 971-6. I Bunkan B. H., Radøy L. & Thornquist E. (red.) (1982) *Psykomotorisk behandling*. Festskrift for Adel Bülow-Hansen. Oslo: Universitetsforlaget.

Braatøy, Trygve (1952). *Pasienten og lægen*. Med fragmenter av en polemisk selvbiografi. Oslo: J.W. Cappelens Forlag.

Bunkan Berit Heir, Thornquist, Eline, & Radøy Lise (1982). *Psykomotorisk behandling*. Oslo: Universitetsforlaget.

Cristoffersen, Svein Aage (2000). Tillit og konvensjon i K.E. Løgstrups etikk. I: *Sosiologi i dag*, årgang 30, nr3/2000 (49-66)

Engelsrud, Gunn (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.

Fog Jette (2004). *Med samtalen som utgangspunkt*. København: Akademisk forlag.

Gretland, Anne (2007). *Den relasjonelle kroppen*. Fysioterapi i psykisk helsearbeid. Bergen: Fagbokforlaget.

Hansen, Karstein M. (1996). *Skapelse og kritikk*. Oslo: Universitetsforlaget.

Janssen, Berir (red) (1997). *Bevegelse, liv og forandring*. I Aadel Bülow Hansens spor. Oslo: Cappelen Akademiske Forlag.

Jensen, Ole (2007). *Historien om K.E. Løgstrup*. Fredriksberg: Anis.

Løgstrup, Knud Eiler (1956, 2000). *Den etiske fordring*. J. W. Cappelens Forlag. Norge.

Løgstrup, Knud Eiler (1968). *Opgør med Kierkegaard*. Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS. Copenhagen.

Løgstrup, Knud Eiler (1976). *Vidde og prægnsans*. Sprogfilosofiske betragtninger. *Metafysikk I*. Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS. Copenhagen.

Løgstrup, Knud Eiler (1976a, 1995). *Skabelse og tilintetgørelse*. Religionsfilosofiske betragtninger. *Metafysikk IV*. Copenhagen: Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS.

Løgstrup, Knud Eiler (1983). *Kunst og erkjennelse*. *Metafysikk II*. Kunstfilosofiske betragtninger. Copenhagen: Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS.

Løgstrup, Knud Eiler (1983a). *System og symbol*. Essays. Copenhagen: Gyldendal Boghandel, Nordisk forlag AS.

- Løgstrup, Knud Eiler (1984). Ophav og omgivelse. Betragtninger over historie og natur. *Metafysikk III*. Copenhagen: Gyldendalske Boghandel, Nordisk forlag AS.
- Løgstrup, Knud Eiler (1987). Solidaritet og Kærlighed. Copenhagen: Gyldendal Boghandel, Nordisk forlag AS.
- Martinsen, Kari (2005). Samtale, skjønnnet og evidensen. Oslo. Akribe.
- Martinsen, Kari (2005a). Sårbarhet og omveiene. Løgstrup og sykepleien. I: Bugge, David, Bøwadt, Pia Rosa & Sørensen, Peter Aaboe (red.) *øgstups mange ansigter*. København: Forlaget ANIS.
- Martinsen, Kari (2007). Angår du meg? Etisk fordring og disiplinert godhet. I: Alvsvåg, Herdis & Førland, Oddvar (red.) *Engasjement og læring*. Oslo: Akribe.
- Monsen, Kirsti (1989). *Psykodynamisk Kroppsterapi*. Tano AS.
- Ricouer, Paul (1999). *Eksistens og hermeneutikk*. Oslo: Aschehoug & Co.
- Steinsholt, Kjetil (1997). *Refleksjon og ettertanke*. Trondheim: Tapir forlag.
- Sviland, Randi (2005). Om å komme til seg selv gjennom sansing, bevegelse og forståelse. En hermeneutisk analyse av tekster av Trygve Braatøy i lys av Løgstrups sansefilosofi. (Hovedfagsoppgave i fysioterapi) Universitetet i Bergen: Bergen.
- Sviland Randi, Martinsen Kari, & Råheim, Målfrid (2007). Hvis ikke kropp og psyke – hva da? Holdning og bevegelse i selvtutfoldelse og tilbakeholdelse. *Fysioterapeuten* 12: 23-28.
- Sviland Randi, Martinsen, Kari & Råheim Målfrid (2009). Å komme til seg selv – i bevegelse, sansning og forståelse. *Matrix*; 2, 257-275.
- Thornquist, Eline (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Vollsett, Per, Meland, Eivind & Nessa, John (2004). Trygve Braatøy – en nekrolog 50 år etter. I: *Tidsskrift for Norsk Lægeforening* nr.13-14, 2004;124:1809-11.
- Øien, Aud Marie, Iversen, Synnøve, & Stensland, Per (2007). Narratives of embodied experiences. *Therapy processes in Norwegian psychomotor physiotherapy. Advances in Physiotherapy*. 9: 31-39.

Abstract

Randi Sviland, Målfrid Råheim och Kari Martinsen: Language – expressions of impressions.

In this essay Braatøy's thoughts on language are analyzed in the light of Løgstrup's perspective on language in his philosophy of sensation. Løgstrup worked with distinctions i.e. to show the difference, which is to describe differences in what appears to be the same. Braatøy tried, in theory and practice, to overcome prejudice keeping apart what belongs together, like body and psyche, and to clarify ambiguous meaning in the language, which has been interwoven, but needs to be kept apart. In separate ways they both pointed at limitations in unambiguous language full of definitions, and the possibilities of everyday language rich in nuances. In the physically oriented treatment Braatøy described language especially appear in the meaning of clarifying impressions, rooted in sensation and rich in a wide variety of meaning.

Key word: Braatøy, Løgstrup, language, impression, expression, clarification, the zone untouchability

Socialfobi

Kliniske erfaringer og refleksioner fra et pilotprojekt

Matrix, 2010; 2, 157-171

Helle Enggaard og Eva Gudmand-Høyer

Nedenstående artikel er udarbejdet på baggrund af et kognitivt adfærdsterapeutisk behandlingstilbud (KAT) til 21 patienter med generaliseret socialfobi. Behandlingen var en del af et projekt, der løb i perioden 2004-2008 på Psykiatrisk Center, Helsingør Sygehus. Projektet var finansieret af Sundheds- og Indenrigsministeriet og superviseret af psykiatrisk overlæge Thor Friis.

Projektets formål var primært at etablere et behandlingstilbud til patienter med socialfobi. Som en del af projektet blev der foretaget en effektmåling. I artiklen redegøres der for resultatet af denne effektmåling, som viste, at KAT havde en god effekt, men at behandlingen til netop denne patientgruppe vanskeliggøres af, at generaliseret socialfobi ofte har stort overlap med den evasive personlighedsforstyrrelse. Der tages derudover også udgangspunkt i terapeuternes stadige refleksioner over klinisk praksis, og tilsammen med effektmålingen danner dette grundlaget for artiklens overvejelser og efterfølgende forslag til en mere eklektisk behandling af generaliseret socialfobi.

1. Socialfobi som psykisk lidelse

Socialfobiens diagnostiske hovedtræk er en angst for sociale situationer og angsten for andres kritik. Socialfobi kan ofte være en forløber/risikofaktor for andre psykiske lidelser som depression eller andre angstlidelser (Chartier, Walker & Stein, 2003, Lampe et al. 2003). Der skelnes mellem specifik social-

Helle Enggaard, psykolog, Psykiatrisk Center Nordsjælland, 3000 Helsingør. E-mail: Helle.Enggaard@regionh.dk

Eva Gudmand-Høyer, psykolog, Psykiatrisk Center Nordsjælland, 3000 Helsingør. E-mail: eva-hoyer@psykologgaarden.dk

fobi (enkelte sociale situationer, der vækker angst hos patienten) og generaliseret socialfobi (hvor de fleste sociale situationer vækker angst).

Socialfobi er en alvorlig angstlidelse, der skønnes at ramme ca. 7 % af befolkningen i vestlige lande. På trods af veldokumenterede behandlingsmuligheder er det dog langt fra alle, der tilbydes behandling for lidelsen. Det vurderes således, at kun ca. 4 % af de ramte søger hjælp, og disse få, der kommer i behandling for lidelsen, har oftest haft lidelsen i 10-20 år (Lampe et al., 2003).

Der har de seneste år været en øget interesse for socialfobi, som typisk opstår i teenagealderen hos både piger og drenge (11-15 år). Nyere undersøgelser har dog vist, at socialfobien kan starte allerede i 4-5-års alderen, hvorimod en debutalder efter det 25. år sjældent er forekommende (Otto et al. 2001, Hofmann et al. 1999, Neal & Edelman, 2003).

Projektets behandlingstilbud var rettet mod patienter med socialfobi ICD-10, F. 40.1 af svær grad i alderen 18-50 år og af begge køn. Som behandlingsmetode valgte vi kognitiv adfærdsterapi, som er den mest empirisk validerede interventionsform til socialfobi (Roth & Fonagy, pp. 157, 2005).

Hvordan kan vi forstå socialfobi ud fra en kognitiv teori?

Kognition betyder tænkning, og den kognitive terapi i forhold til socialfobi omhandler i store træk at opspore, undersøge og ændre tankemønstre, der er med til at udløse og opretholde bl.a. socialangst. Kognitiv terapi er en aktiv og problemfokuseret terapi baseret på en systematisk og sammenhængende forståelse af både tankers, følelsers og adfærdens betydning for psykopatologi (Pretzer & Beck, 1996, Hughes, 2002).

Det helt centrale i terapien er personens tolkning og opfattelse af en given situation som bestemmende for den følelses- og adfærdsmæssige respons på situationen. Dermed bliver tænkningens betydning i forhold til psykens øvrige funktioner central.

Tænkningen kan relateres til følgende tre dimensioner:

- 1: Skemata,
- 2: Basale antagelser og
- 3: Automatiske tanker (Ibid).

Skemata er grundlæggende opfattelser af én selv og verden (Beck et al 2004); der kan være både hensigtsmæssige eller uhensigtsmæssige. De hyppigste skemata hos personer med angsttilstande er antagelser om "At verden er farlig" og/ eller "jeg er hjælpeløs" (Beck & Emery, 1985).

Personer med socialfobi er bange for sociale situationer, hvor de kan blive genstand for andres vurdering eller risikerer at blive kritiseret. En typisk negativ automatisk tanke kan f.eks. ofte være: "Åh nej, nu ser de jeg er nervøs, og tror jeg er mærkelig..". På samme måde kan en basal antagelse hos et menneske med socialfobi være: "Hvis jeg ikke er 100 % perfekt, er jeg ikke god nok".

Basale antagelser eller leveregler, som vi i behandlingen også kaldte dem, er generelle afledte betingede antagelser om, hvordan personen skal være for at opnå accept eller respekt og kærlighed.

Skemata og basale antagelser er ifølge den kognitive teori de underliggende strukturer bag de negative automatiske tanker og kognitive forvrængninger, som mennesket med socialfobi ofte har. Dvs. basale antagelser eller leveregler kan dække over en grundlæggende negativ selvopfattelse. Derfor kan der være tale om, at fejltolkninger af omverdenens indtryk ubevidst anvendes for at opretholde de grundlæggende skemata. Dvs. mennesket med socialfobi forsøger at kompensere eller imødegå den negative selvopfattelse, ved at overholde levereglerne. Oftest er levereglerne umulige at leve op til og afstedkommer derfor de automatiske tanker, såsom "jeg kan ikke", "jeg gør alting forkert", "jeg mister kontrollen", "det bliver pinligt", eller: "Jeg må ud herfra ellers..." (Hougaard, 2007).

Gennemgående for patienterne i projektet var skemata om dem selv relateret til uformåen, utilstrækkelighed og oplevelser af skam og at "være forkert". For at kompensere for denne oplevelse havde patienterne en grundlæggende overbevisning om, at de måtte bestrebe sig på at leve op til meget høje internaliserede krav til egen opførsel og præstation. Samtidig efterlod disse høje og ofte umenneskelige krav følelsen af ikke at slå til uanset, hvor meget de prøvede. Derfor blev netop angstsymptomerne såsom rødmen, stivnen, rysten osv. opfattet som et bevis på egen uformåen og mindreværd. Ydermere var der en tendens til at tolke andres umiddelbare neutrale reaktioner som udtryk for negativ vurdering (Hougaard, 1997).

De terapeutiske interventioner i kognitiv terapi retter sig altså mod alle komponenter i form af dysfunktionel tænkning, vanskelige følelser, uhensigtsmæssig adfærd samt livshistoriske temaer. Samtidig lægges hovedvægten på de aktuelle faktorer, der skaber, opretholder og forstærker socialfobien (Mørch & Rosenberg, 2005, Hougaard, 2007).

Herunder arbejdedes der også på den markante selvfokusering, som er udtalt hos mennesket med socialfobi. Selvfokuseringen består i, at den social angst retter al sin opmærksomhed mod sig selv, egne angstsymptomer og adfærd i

stedet for mod den situation, han/hun befinder sig i og de mennesker, der omgiver ham/hende.

En struktureret undersøgelse af disse negative og urealistiske tankemønstre var sammen med den konkrete eksponering en meget væsentlig metode til at udfordre og ændre angsten. Samtidig var der dimensioner i angsten, som den konkrete manualiserede metode ikke rettede sig mod. Følgende case vil forsøge at belyse dette:

EKSEMPEL

B var en mand i fyrrerne med svær socialfobi, antiaggressive og perfektionistiske træk samt en ængstelig evasiv personlighedsstruktur. B var gift, og parret havde en datter sammen. Han nød anelse for sin faglighed på sit arbejde, som bestod i selvstændige afgrænsede arbejdsopgaver, men undgik social kontakt eksempelvis i frokostpauserne og undlod at tage ordet i mødesammenhænge. B veg udenom private sammenkomster, forældremøder og lign. Karakteristisk for ham var hans vedvarende oplevelse af andres kritiske vurderinger samt udtalte selvkritik og bebrejdelser, hvis han havde ytret sig på en måde, man udefra ville karakterisere som sund selvhævdelse. B. var vokset op som efternøler i en stor søskendeflok. Faderen var meget kritisk og værdsatte traditionelle maskuline dyder, mod og handlekraft. Han udviste foragt for sønnens evasivitet og følsomhed, der også var forbundet med en meget tæt relation til en ængstelig evasiv og bekymret mor, der knyttede for stærke bånd med den sidste søn i børneblokken.

I forhold til B var den kognitive omstrukturering og analyse en væsentlig og meget brugbar metode rettet mod den konkrete symptomangst, som oftest var udløst af negative automatiske tanker. Fokus for behandlingen var i begyndelsen rettet mod registrering og analyse af disse tanker, samtidig med begyndende eksponering i sociale sammenhænge såsom frokostpausen på hans arbejde. Således var det i høj grad den direkte erfaring af, at faresignaler i situationen ikke ledte til den forventede katastrofe, der gjorde det muligt for B at foretage mere realistiske vurderinger og håndtere angsten på en konstruktiv måde. Dette indebar igen, at angstreaktionerne over tid aftog. Ved en eksponeringsøvelse i gruppen skete der indimellem dette, at B fik en form for "flash back" eller dissociation, da han stod frem og talte for hele gruppen. B havde som mange andre i gruppen konkrete oplevelser af ydmygelse, kritik eller mobning i forbindelse med fx at læse højt eller skive på tavlen fra hans skoletid. Her blev hjælpen til at holde nærvær, at rette fokus på andet end de oplevede

symptomer samt vejtrækningsteknikker meget hjælpsom – kombineret med viden om, hvordan indlærte angstreaktioner aktiveres i situationer, der har noget tilfælles med den oprindelige oplevelse. At kunne forblive nærværende, acceptere angsten og trods den fortsætte sin tale og aktivitet blev for B. som for mange andre i grupperne et væsentligt vendepunkt.

B fik således viden om, at den voldsomme angstreaktion var forbundet med tidligere konkret angstindlæring i udsatte, ydmygende og sårbare situationer. Det var essentielt, for at han kunne acceptere angsten og forblive i situationen.

Samtidig havde B. på et personlighedsmæssigt plan problemer med lavt selvværd og udtalte vanskeligheder ved at stå ved sig selv og egne holdninger og retning i relation til andre.

Gennem arbejdet med skemata og leveregler formulerede B antagelsen om; "At han altid måtte gøre andre tilfreds, ellers var han et dårligt menneske." Bag dette lå mere grundliggende antagelser om værdiløshed og om at ville blive forladt, hvis han ikke tilfredsstillede andres ønsker og forventninger. Antagelser som også viste sig som grundlæggende vanskeligheder i form af at miste kontakten med sig selv eller tvivle på gyldigheden af egne følelser, som er af afgørende betydning for manglende selvtillid og svag fornemmelse af egne kvaliteter og muligheder. Vanskeligheder, der havde en baggrund i B's opvækst med en bekymret, evasiv og ængstelig mor. B havde tidligt måtte lære at rette opmærksomheden mod moderens oplevelser, ønsker og behov på bekostning af fornemmelsen af sig selv, egne ønsker og retning. At miste kontakten med eller tvivle på gyldigheden af egne følelser var således også et afgørende grundlag for symptomdannelse i form af angst og selvkritik.

2. Behandling og effektmåling

Fokus for hele projektet var primært at skabe muligheder for at få kontakt til denne svære målgruppe af patienter og igangsætte en terapeutisk intervention. Sekundært og sideløbende opstod der også en stor lyst til at undersøge vores behandling ud fra de parametre, som var mulige i projektet. Det vil sige ud fra effektmålingen, men også ud fra de personlige refleksioner, vi som terapeuter gjorde os undervejs. Effektmålingen foregik, som vi uddyber senere, ved hjælp af almindeligt anvendte selvrapporteringstests før og efter, mens de mere kvalitative og procesorienterede observationer blev nedskrevet løbende af de to terapeuter.

Vores ærinde var at forstå den terapeutiske proces gennem et deskriptivt design ud fra analyser og beskrivelser af, hvad vi oplevede som virksomme og ikke-virksomme faktorer i terapien. Dette var med baggrund i en dimensionsforståelse af angst set i relation til en skelnen mellem symptom- og personlighedslag.

Ønsket var at forsøge at forstå mere om de mekanismer og processer, hvorigennem terapien virker, og hvilken indflydelse disse eventuelt kan have for patienternes problemstillinger (Hill & Lambert 2004 i Lambert ed. 2004).

Vores fokus har således været gennem et meningsperspektiv at forstå mere om, både hvordan de kognitive teknikker virker og opnå større forståelse for nogle mekanismer, der kan være af betydning for, at de ikke virker. Således har temaet været at forstå mere om forandringsprocesser ved at reflektere og forstå praksis med udgangspunkt i konkret klinisk virkelighed ud fra et ideografisk perspektiv.

Udgangspunktet for vores vurdering var patienternes reduktion i angstsymptomer målt ud fra deres tilbagemeldinger og deres behandlingsmål. Samtidig blev der efter endt gruppebehandling foretaget fokusgruppeinterview ud fra oplevelser af virksomme og ikke virksomme elementer i behandlingen.

Som en del af den normale kliniske praksis blev patienterne henvist til daværende Helsingør Sygehus, psykiatrisk dagafsnit, fortrinsvist via egen læge eller speciallæge i psykiatri. I forhold til tidligere i afdelingen var der i projektet mulighed for mere oplysende arbejde i form af skriftligt materiale, der blev sendt til alle praktiserende læger/speciallæger i psykiatri vedrørende behandlingstilbudet til denne særlige gruppe af patienter. Gennemsnitlig var alderen for de deltagende patienter i projektet 29,5 år, og med en lille overvægt af kvinder. Kendetegnende for vores patienter var, at de oftest havde haft symptomer på angst det meste af deres liv med begyndelse i den tidlige barndom (4-9 år). En del af patienterne havde oplevet barndomsangst i form af separationsangst eller anden form for angst. Ligeledes rapporterede en stor del af patienterne at have været udsat for mobning i folkeskoleforløbet. Patienterne havde ofte gået med symptomer på socialfobi i ca. 15 år, før de søgte behandling.

Den undersøgte gruppe bestod af 28 patienter, der gennemførte det gruppe-terapeutiske behandlingstilbud i afsnittet. Patienterne modtog behandling i gruppe, fordelt på 4 grupper, men kun 21 afleverede alle tests og blev derfor inkluderet i effektundersøgelsen. (Herudover afsluttede 7 patienter på eget initiativ forløbet før tid, hvorfor den oprindelige patientgruppe altså var på 35). Som nævnt blev patienterne testet umiddelbart inden behandlingens start og ved slutningen af forløbet.

De tests, der blev anvendt, var:

- SCL-92 – et selvrapporteringstest med 92 spørgsmål, hvor patienten angiver bl.a. forekomst og grad af angst, fobier og depression.
- BAI – Beck anxiety inventory; et spørgeskema hvor patienten angiver sværhedsgrad af generelle angstsymptomer.
- Liebowitz – en angsttest, hvor patienten rapporterer specifikke socialfobiske symptomer ud fra 24 spørgsmål.
- SCID II – en test, der diagnosticerer personlighedsforstyrrelser ud fra DSM IV's kriterier (Nussbaum & Rogers, 1992, Elsass et al. 2006).

De patienter, der ikke gennemførte det gruppeterapeutiske behandlingstilbud blev i stedet tilbudt anden behandling i dagafsnittet. Alle patienter opfyldte diagnosekriterier for socialfobi (generaliseret) som primærdiagnose, men flere havde komorbide lidelser, herunder andre angstdiagnoser, men også personlighedsforstyrrelser – her primært af evasiv, dependent og depressiv art.

Dette blev konstateret via semistrukturerede kliniske interviews, samt ved hjælp af SCID II, som dog kun blev anvendt i den sidste patientgruppe. I denne gruppe blev alle 7 patienter diagnosticeret som havende en komorbid, evasiv, ængstelig personlighedsforstyrrelse. Komorbiditeten var ofte andre angstlidelser som agorafobi og panikangst. Derudover beskrev flere af patienterne periodevist at have haft depressioner sideløbende med deres angstlidelser. Dog havde ingen egentlige depressioner ved behandlingens start, men flere havde depressive symptomer i et afgrænset omfang.

15 ud af de 21 patienter havde komorbide lidelser, dvs. 71 % havde komorbiditet. Undersøgelser viser, at man som behandler må påregne en komorbiditet på ca. 30-80 %, og at angstpatienter ofte har mindst én anden angstlidelse (Hougaard, 2007, Weisman et al, 1986). Andre undersøgelser viser desuden, at netop socialfobiske patienter og patienter med generaliseret angst har størst komorbiditet (Hougaard, 2004, Roth & Fonagy, pp. 163, 2005).

Komorbiditeten blev inkluderet i behandlingen i det omfang, det var muligt under de rammer, som var lagt for behandlingens udførelse og varighed. Den kognitive symptombehandling rettede sig bredt mod andre angstsymptomer end de socialfobiske og havde derfor en god effekt på disse. Når komorbiditeten inkluderede personlighedsforstyrrelser, var det som senere beskrevet mere kompliceret at behandle disse i den givne ramme.

I alt fire grupper i løbet af projektet gennemgik et behandlingsforløb. Det kognitive adfærdsterapeutiske (KAT) behandlingsforløb var baseret på en manual udarbejdet på baggrund af Heimberg & Becker, 2002 og Mørch & Rosen-

berg, 2005. Manualen var på 18 ugentlige sessioner af 2,5 times varighed, varetaget af to psykologer, efterfulgt af et antal opfølgende sessioner, oftest 3 fordelt over tre måneder. Forud for den gruppeterapeutiske behandling havde patienterne haft et antal individuelle, gruppeforberedende samtaler. En central del af KAT-behandlingen er eksponeringen både i terapigruppen og hjemme, hvor patienterne både udførte øvelser selv i deres hverdag i perioden mellem terapisesessionerne, men også i selve terapisesessionen. I sidstnævnte tilfælde blev der endvidere gjort brug af videokamera. Her blev det muligt at analysere og erfare, hvordan både tankemæssige og fysiologiske komponenter indgik i angstreaktionen.

Startfasen var karakteriseret ved, at gruppen lærte hinanden at kende og fik en introduktion til den kognitive metode både i form af psykoedukation om angst og ved oplæring i registrering af egne tanker, følelser og adfærd. I denne fase blev mål for behandling formuleret, og den gradvise eksponering blev introduceret ud fra målene.

I midterfasen var fokus både på hjemmeopgaver og eksponering i gruppen, men også interventioner rettet mod niveauet af dysfunktionelle antagelser og skemata ved hjælp af en generel systematik.

Følgende temaer blev indeholdt i relation til skemaer:

1. Hvad der udløser skemaet.
2. At identificere baggrund for skemaet i livshistorisk perspektiv.
3. Forbindelse mellem skemaet og det nuværende problem.
4. Hjælp til personen med at udtrykke og forstå følelser forbundet med skemaet.
5. Planlægning af adfærd eller vurderinger, der kan udfordre og ændre skemaet eller dets negative indflydelse.

I afslutningsfasen blev interventionerne i takt med symptomreduktion rettet mod etablering eller reetablering af kontakt til arbejdsmarkedet, fastholdelse af nye sociale færdigheder i forhold til familie og netværk samt vejledning i tilbagefaldsforebyggelse.

Effektmåling baseret på behandlingen er opgjort i nedenstående tabel:

(Kun patienter med både før og efter værdier indgår i analyserne. Som statistisk metoder er brugt Wilcoxon rang sum test. Signifikans niveau er sat til 5%).

	Før	Efter
BAI		
Skalaværdi	23,0 (11,1)	14,7 (8,1)*
Liebowitz		
Skalaværdi	71,6 (19,2)	53,0 (22,0)**
SCL		
skalaværdier for dimensioner		
Somatisering	1,20 (0,89)	0,88 (0,67)
Obsessiv	1,49 (0,86)	1,26 (0,88)
Interpersonel sensitivitet	1,96 (0,92)	1,28 (0,79)*
Depression	1,88 (1,02)	1,34 (0,88)
Angst	1,42 (0,85)	0,93 (0,60)
Vrede	0,70 (0,69)	0,53 (0,42)
Fobi	1,17 (1,00)	0,80 (0,85)
Paranoid	1,15 (0,87)	0,73 (0,68)
Psykotisme	0,76 (0,60)	0,42 (0,38)#
Globalt index (GSI)	1,34 (0,71)	0,95 (0,59)

Ændringer i BAI, Liebowitz og SCL dimensioner. Standard afvigelser i parentes
 #p= 0,05, *p<0.05 **p<0.001

Undersøgelsen viser, at der er en statistisk signifikant effekt af terapien for størstedelen af patienterne vedr. de symptomer, som karakteriserer socialfobi samt symptomer på panikangst. Efter forløbet er patienternes tilstand dog endnu ikke normaliseret, idet mange af patienterne stadig havde udtalte problemer i form af lavt selvværd.

I mere traditionel forskning udvælges ofte "rene" og afgrænsede lidelser, hvilket vores kliniske virkelighed ikke gjorde muligt. Flere undersøgelser viser desuden en klar tendens til, at komorbiditet forringer udfaldet af behandlings-effekten, hvilket vi også måtte tage til efterretning i vores effektmåling (Roth & Fonagy, 2005).

3. Kliniske refleksioner

Vores vurdering er, at den konkrete kognitive metode og eksponeringer var en meget væsentlig og brugbar metode, når angsten var konkret relateret til tidligere angstindlæring og automatiske negative tanker rettet mod negativ selvevaluering og frygt for andres kritik. Samtidig havde de negative tankemønstre

mere karakter af antagelser om at være værdiløs, forkert eller mærkelig på et dybere oplevelsesmæssigt niveau. Tvangsmæssig kredsen om selvnedgørende tanker kan relateres til skemaer forbundet med destruktive eller fraværende mellem menneskelige relationer. Disse skemaer kan også være forbundet med kaotisk eller diffus selvfølelse, oplevelsen af mindreværd, ensomhed, angst og ængstelse som ikke af sig selv udslukkes ved eksponering.

For at kunne forholde sig til disse skemaer, må terapien føles som tryk med hensyn til oplevelsen af accept, tid og rum til at bevæge sig mod mere åbenhed og dermed også sårbarhed. Således må der i terapien tages højde for, hvornår behandlingen af angsten skal have et konkret forandrings sigte, og hvornår behandlingen må rette sig mod validering.

Det er derfor væsentligt at gøre sig klart, at det at arbejde med skemaer ofte vækker dyb angst, der rækker langt videre end at ændre en given adfærd eller et givent tankemønster. Det er angst, der er forbundet med selve forståelsen og oplevelsen af sig selv gennem mange år (Beck & Emery, 1985, Beck et al. 2004). Det er således væsentligt at skelne mellem den reaktion, der sker i forbindelse med udfordring af angsten på symptomplan og i relation til skemata og selvoplevelse. Førstnævnte vil fortrinsvis vække katastrofetanker og konkret trang til undgåelse, hvor sidstnævnte angst er relateret til både selvopfattelse og relation til andre. Ved den første synes den kognitive omstrukturering, eksponeringen og forandringen at være central ved den anden derimod accept, validering og relation. Dette omfatter en dimension i terapien, der rækker ud over den konkrete kognitive og direkte metode og må indbefatte en relationel dimension, hvor oplevelser og erfaringer mødes, rummes og forandres i empatisk og emotionel respons, der indebærer mulighed for at opleve, forstå og forholde sig til sig selv på nye måder.

Den kognitive terapi har i væsentlig grad klargjort at lavt selvværd også udspringer af vedvarende og automatiske mønstre i en stadig kredsen om nedvurderende og selvkritiske tanker. Disse tankemønstre skal netop udfordres kognitivt og rationelt. Eksempelvis, når patienten beskriver tanker som: "Jeg er forkert", "Alle kigger på mig, når jeg kommer ind i stuen," kan disse i væsentlig grad udfordres rationelt ud fra spørgsmål som "kigger alle virkelig på dig?" "Gør du aldrig noget rigtigt?" "Betyder det at gøre noget, der virker kejtet det samme som at være forkert?" Netop denne konkrete form for intervention er hjælpsom i relation til at nuancere og forholde sig rationelt til altomfattende opfattelser i forbindelse med social fobi og lavt selvværd.

Men i relation til personlighedsforstyrrelser kan der bag disse negative tankemønstre være oplevelse af diffus eller kaotisk selvfølelse og tvangsmæssig

kredsen om negative tanker kan netop være et værn mod kaotiske og diffuse oplevelser. Et værn, der som løsning, også er blevet en del af problemet. Terapien må derfor også rettes mod en validering og forståelse af eget følelsesunivers i en empatisk og undersøgende dialog, der skaber grundlag for nye måder at opleve og opfatte sig selv på. En dialog, som må forudsætte den uforudsigelighed, gensidigheden er skabt af, og derfor ikke kan indfanges af et konkret fremadrettet fokus.

Der er med afsæt i den kognitive forståelse også udviklet forskellige metoder til behandling af personlighedsforstyrrelser med større fokus på skemata og det relationelle aspekt (Beck et al. 2004).

Andre tilgange repræsenterer en integrativ forståelse med vægtning af det relationelle aspekt.

Young J.(1999, 2003) repræsenterer en sådan integrativ tilgang til skemafokeret terapi og påpeger, hvordan kognitive strategier kan forstås som måder at beskytte sig mod vanskelige følelser relateret til skemaer. Hos mennesker med mere grundlæggende personlighedsforstyrrelser, forholder det sig således, at kognitive og adfærdsmæssige mønstre i meget mindre grad kan ændres gennem empirisk analyse, logiske spørgeteknikker og gradvis eksponering og eksperimenter. Ifølge Young, vil disse patienter selvom de intellektuelt arbejder med deres skemaer og negative tankemønstre, forblive uforandrede på en emotionelt og adfærdsmæssig dimension (Young, 1999, 2003).

Således vægter Young, at aktivering af skemata også er noget, der sker i og gennem relationen, og han inkluderer dermed et relationelt fokus, som traditionelt har et mere dynamisk grundlag. Metoden inkluderer både konkret kognitiv intervention med vægt på kognitiv identifikation af grundlæggende skematas og samtidig direkte metoder med fokus på følelsesmæssig aktualisering af skemata i den terapeutiske relation. Dermed vægtes relationens betydning for både udviklingen af tidlige maladaptive skemaer, men også den terapeutiske relations betydning for evnen til følelsesregulering og selvberoligelse.

Diskussion – Hvad kan vi så udlede af vores erfaringer?

Flere undersøgelser synes at understøtte, at jo større komorbiditet forbundet med socialfobi, jo dårligere prognose og behandlingseffekt (Rosenberg & Hougaard, 2005, Feske et al. 1996, Heimberg & Becker, 2002, Roth & Fonagy, 2005) Andre påpeger, at ved komorbiditet skal behandlingen rettes ind efter dette, og derfor ikke følge den tidsplan og manualisering, der er rettet mod symptomtilstandene (Chartier et al. 2003, Pretzer & Beck, 1996, Beck et al. 2004).

Feske et al. (1996) har lavet en undersøgelse, der viser, at patienter med socialfobi med komorbid ængstelig evasiv personlighedsforstyrrelse profiterer af den kognitive manualiserede behandling på specifikke symptomer relateret til den sociale fobi, men meget lidt på parametre som selvværd, social funktion, depression og trækrelateret angst.

Vores opgørelser af projektet viser en effekt af terapien i forhold til socialfobi, men vores resultater var beskedne i forhold til andre større kontrollerede undersøgelser af kognitiv adfærdsterapi til socialfobi (Barlow & Lehman, 1996). Dette kan skyldes, at vores patienter ikke kunne udvælges mere selektivt til behandlingen ud fra en afgrænset diagnose, men ofte havde komorbide lidelser.

En stor del af vores patienter følte sig hjulpet til at indgå i sociale sammenhænge både i forbindelse med almindelig arbejde, støtte til arbejdsprøvning samt uddannelse og i det nære sociale liv. Andre patienter derimod havde langt sværere ved at bruge den konkrete tilgang i form af kognitiv omstrukturering, og havde vanskeligheder med at træne mellem terapisesionerne og derfor reduceret udbytte af terapien. Vi mener, dette forhold kan relateres til den store forekomst af komorbiditet, vi konstaterede hos målgruppen. Samtidig kan diagnosen socialfobi både dække over en konkret situationsangst og en strukturel angst (Kocovski & Endler, 2000). Målgruppen bestod af mennesker med generaliseret socialfobi, hvilket indebærer, at disse mennesker havde haft angst så længe, at det kan diskuteres, hvorvidt vi havde at gøre med mennesker med en symptomlidelse af svær grad, eller om man retteligt skal tale om en egentlig personlighedsforstyrrelse – i denne sammenhæng primært evasiv personlighedsforstyrrelse (Beck et al. 2004, Heimberg, 2002). Der er altså et overlap mellem generaliseret socialfobi og evasiv personlighedsforstyrrelse. Problemet i denne sammenhæng er, at de to diagnoser ligner hinanden meget, men at behandlingen er forskellig. Der findes pt. kun én kognitiv adfærdsterapeutisk behandlingsmanual til socialfobi, hvor der ikke skelnes mellem specifik socialfobi og generaliseret socialfobi, og denne egner sig ud fra vores betragtninger bedst til den specifikke socialfobi.

Vores resultater fra effektmålingen viser, at den kognitive adfærdsterapi havde klart indvirkning på vores patienters evne til at mestre angsten således, at undgåelsesadfærd blev signifikant reduceret. En reduktion af symptomer forventes også at have en vis positiv indflydelse på symptomer som lavt selvværd, tristhed eller generel ængstelighed. Vores vurdering er dog, at problemer i forhold til mere generel angst og bekymringstendens forbundet med fundamentale negative skemata i form af negativ selvoplevelse, selvforståelse og identi-

tet ikke egnede sig til eksponering og konkret vægtning af forandringsaspektet. I forhold til en dimensionstænkning indenfor den kognitive model kan angst anskues som værende på et kontinuum fra et konkret og afgrænset symptom til en grundlæggende ængstelse relateret til hele forståelsen af en selv og verden.

Ifølge en sådan dimensionstænkning, vil nogle former for angst netop egne sig til eksponering og interaktion rettet mod dysfunktionelle forestillinger og tankeindhold. Andre former for angst, der mere har afsæt i det relationelle felt eller er forbundet med oplevelsen af disintegration, kan ikke behandles indenfor en ramme af korttidsterapi og konkrete manualiseringer. Vores vurdering er, at generaliseret socialangst er en angstform, der vanskeligt lader sig behandle indenfor kort tid og udelukkende ved hjælp af en manualiseret terapiform.

Et referenceprogram for angstlidelser hos voksne udarbejdet af en arbejdsgruppe nedsat af Sundhedsstyrelsen (2007) har påpeget flere forhold vedrørende behandling af angst i Danmark. De færreste personer med angsttilstande får stillet en korrekt diagnose, og endnu færre får evidensbaseret behandling i form af kognitiv adfærdsterapi. Generelt savnes sammenhæng i det danske behandlingstilbud for angstpatienter. Vi mener, at det er væsentligt at opprioritere den evidensbaserede behandling til kronisk invaliderede personer med angsttilstande.

Samtidig må vi erkende, at vi i vores arbejde må forholde os til en klinisk virkelighed, præget af komplekse problemstillinger og komorbide lidelser.

Vi ser umiddelbart tre nedenstående muligheder for at behandle den generaliserede socialfobi:

- 1). At udvikle den kognitive manual, så den bliver specielt rettet mod generaliseret socialfobi (og evt. ængstelig evasiv personlighedsforstyrrelse) og i langt højere grad inkluderer skemata. Samtidig bør terapien strække sig over længere tid end de anbefalede 18 gange, for eksempel 1 år.
- 2) En "sekventiel" tilgang, hvor de personer med restsymptomer efter afslutning af et afgrænset tilbud kan tilbydes andre gruppeterapeutiske tilbud, som er indlejret i et dagafsnit, hvilket vi i projektet har brugt som mulighed (miljøterapeutiske og psykoterapeutiske grupper)
- 3) En tredje mulighed er netop de integrative forståelser, her eksemplificeret ved Youngs skematerapi. Her er fokus både på kognitive strukturer og eksponering, men også på tidligt udviklede emotionelle og oplevelsesrelaterede skemata, ligesom terapien i højere grad inddrager relationens kurative betydning.

Referencer

- Beck T.A., Freeman A. & Davis D.D. (2004): Cognitive Therapy of Personal Disorders. 3.Edt. New York: The Guilford Press.
- Beck, A.T., Emery, G. & Greenberg, R. L. (1985): Anxiety Disorders and Phobias a Cognitive Perspective. New York: Basic Books Inc. Publishers.
- Berge, T. & Repål, A.. (2004): Kognitiv terapi i praksis. "Akademisk Forlag".
- Chartier, J. M., Murray, R. J, Stein, B. M. (2003): Considering Komorbidity in Social Phobia. "Soc. Psychiatry Psychair Epidemiol". 38, 728-734.
- Christensen, M. Albæk, J. & Ankjær-Jensen, A. (2007): Undersøgelse af angstsygdomme. Institut for Sundhedsvæsenet.
- Elsass, P. Ivanou, J., Lykke-Mortensen, E., Poulsen, S. & Rosenbaum, R. (2006): Assessmentmetoder. En håndbog for psykologer og psykiatere. Dansk Psykologisk Forlag.
- Feske, U. Perry, K. J., Chambless D. L., Renneberg, B. & Goldstein, A. J. (1996): Avoidant Personality Disorder as a Predictor for Treatment outcome among generalized Social Phobics. "Journal of Personality Disorders." 10; The Guilford Press.
- Heimberg, R. G. & Becker R. E. (2002): Cognitive-behavioral group Therapy for Social-phobia: Basic Mechanisms and Clinical Strategies. The Guilford Press.
- Heimberg, R.G. (2002). Cognitive-behavioral therapy, for social anxiety disorder. Current status and future directions." Biological Psychiatry" 51 (1) 101-108.
- Hofmann, S., Moscovitch, D., Kim, H. & Taylor A. (2004): Changes in Self-Perception during Treatment of Social Phobia. "Journal of Consulting and Clinical Psychology." 72, 588-596.
- Hougaard, Esben (1997). "Kognitiv behandling af angst og panik". Dansk Psykologisk Forlag.
- Hougaard, Esben (2004). "Psykotterapi – teori og forskning". Dansk Psykologisk Forlag.
- Hougaard, Esben (2007). "Kognitiv behandling af panikangst og socialfobi". Dansk Psykologisk Forlag.
- Hughes, I. (2002): A cognitive therapy model of social anxiety problems: Potential limits on its effectiveness? "Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice". 75, 411-435. The British Psychological Society.
- Kocovske, N.L. & Endler, N.S. (2000): Social Anxiety, Self-regulation, and Fear of Negative Evaluation. "European Journal of Personality."14, 347-358.
- Lambert, M. J. edt. (2004): "Bergin and Garfields Handbook of Psychotherapy and Behaviour change". 5. edt. Wiley.
- Lampe, L. Slade, T., Issakidis, C. & Andrews, G. (2003): Social phobia in the Australian. National Survey of Mental Health and Well-Being (NSMHWB). "Psychological Medicine." 33, 637-646. Cambridge University Press.
- Mørch, M. M., & Rosenberg, N. K. (2005): Kognitiv terapi: Modeller og metoder. Hans Reitzels Forlag.
- Neal, J.A. & Edelman R. J. (2003): The etiology of social phobia: Toward a developmental profile. "Clinical Psychology review". 23, 761-786.
- Nussbaum, D. & Rogers, R. (1992): Screening Psychiatric Patients for Axis II disorders. "Can J. Psychiatry." 37, 658-660.
- Otto, W. M., Pollack, H. M, Maki, M. K., Gould, A. R., Worthington III, J. J., Smoller, W. J. & Rosenbaum, F. J. (2001): Childhood history of anxiety disorders among adults with social phobia: Rates, correlates and comparisons with patients with panic disorders. "Depression and anxiety". 14, 209-213. Wiley-Liss, Inc.

- Pretzer, J. L., Beck A. T. (1996): A Cognitive Theory of personal Disorders In: Clarkin J.F. & Lenzenweger, M.F. Edt: "Major Theories of Personality Disorders." New York: The Guilford Press.
- Rodebaugh, T. L., Holaway, R. M., & Heimberg, R. G. (2004): The treatment of social anxiety disorder. "Clinical Psychology Review." 24, 883-908.
- Rosenberg, N. R. & Hougaard, E. (2005): Cognitive-behavioural group treatment of panic disorder and agoraphobia in a psychiatric setting: A naturalistic study of effectiveness. "Nordic Journal of Psychiatry." 59, 198-204.
- Roth a. & Fonagy P. (2005): "What works for whom? A critical review of psychotherapy research." 2. Edt. New York: The Guilford Press. Stangier, U., Heidenreich, T. Peitz, M., Lauterbach, W. & Clark, D.M. (2003): Cognitive Therapy for Social Phobia: Individual versus Group Treatment. "Behaviour Research and Therapy." 41, 991-1007.
- Sundhedsstyrelsen (2007): "Referenceprogram for angstlidelser hos voksne", version 1.0. København.
- Young, J.Y., Klosko J. S. & Weishaard M.E. (2003): "Schema Therapy a Practitioner`s Guide." New York: The Guilford Press.
- Young J.E. (1999): "Cognitive Therapy for Personality Disorders: A schema-focused approach." 3. Edt. Professional Reesource Press.

Abstract

Helle Enggaard and Eva Gudmand-Høyer: Social Anxiety. Clinical considerations and reflections from a pilot project

This article describes a cognitive behavioural therapy (CBT) recently carried out on 21 patients with general social anxiety. The treatment was part of a pilot project which was carried out between 2004 and 2008 at a psychiatric department at Helsingør Hospital. This project was financed by The Ministry of Inferior and Health. As part of the project an effect study of the applied intervention form was conducted. In the article it is established that CBT has a significantly positive effect, but however is complicated by the fact that this particular kind of patient with general social anxiety also often suffers from evasive personality disorders. The above conclusion constitutes the basis for the considerations and recommendations stated in this article, which in the latter case is a more eclectic treatment of general social anxiety.

Key words: General social anxiety, cognitive behavioural therapy, CBT, evasive personality disorder disorder

Bokanmeldelse

“Milieu-therapy” with children Planned Environmental Therapy in Scandinavia

Hans Kornerup (Ed.):
Perikon 2009

Matrix, 2010; 2; 172-175

Anmeldt af Steinar Lorentzen

Aprilnummeret av Matrix i 2009 markerte tidsskriftets 25-års jubileum. Bladet var også et temanummer om miljøterapi, der gjesteredaktøren Ole Jakob Storebø sammen med Gøran Ahlin hadde samlet en del artikler om emnet. Introduksjonsartikkelen ga en historisk oversikt over utviklingen av miljøterapien i Skandinavia og Europa gjennom de siste 60 år, og var skrevet av en av dansk miljøterapis pionerer, Hans Kornerup, som har vært forstander på Nebs Møllegård behandlingshjem i Danmark i 30 år.

Hans Kornerup, som er psykolog, spesialist og veileder i barnepsykologi og psykoterapi, har også redigert ovennevnte bok, hvor han selv har skrevet flere av kapitlene, blant

annet en historisk oversikt over miljøterapi for barn og unge i Skandinavia.

Skriftene representerer erfaringer og synspunkter som er samlet og utviklet gjennom omkring seksti år ved behandlingshjemmet Nebs Møllegård (NM), i møte med andre miljøterapeutiske behandlingstusjoner for barn og unge i Skandinavia. NM ble startet i 1949, med Bruno Bettelheims Orthogenic school i Chicago og Gustav Johnsons Barnebyn Skå i Stockholm som forbilder. Starten var inspirert av teoretikere som Fritz Redl, Anna Freud, John Bowlby, og senere Melanie Klein og Donald Winnicotts arbeid med barn, samt Daniel Stern og Peter Fonagys nyere forskning

Steinar Lorentzen, professor dr. med., Universitetet i Oslo, psykoanalytiker, gruppeanalytiker. Tidligere medredaktør i Matrix. steinar.lorentzen@MEDISIN.UJO.NO

og ideer. Den primære behandlingsoppgaven ved NM har i alle år vært å ha et *utviklingsperspektiv* på behandlingen.

Boka henvender seg primært til kolleger som er engasjert i miljøterapeutisk behandling av barn og unge og er skrevet på engelsk fordi man ønsker å kommunisere til kolleger i engelsktalende land hva som har vært dominerende praksis i Skandinavia.

Boka er disponert i tre deler: Praksis, Prosess og Prosedyre, den har 15 kapitler, hvorav 11 er publisert tidligere i form av samlinger av artikler på dansk (Kornerup, 1999, 2000, 2003) eller norsk (Larsen, 1996).

Det angis at artiklene har vært grundig studert og at de har vært viktige for å skape en dialog mellom praktikere i feltet. Alle artiklene er skrevet av miljøterapeuter og psykologer som er eller på en eller annen måte har vært knyttet til NM via arbeidet.

Det hevdes at miljøterapi er den mest komplekse form for behandling, noe undertegnede som har en god del erfaring fra miljøterapi med voksne psykiatriske pasienter, gjerne skriver under på, selv om dette selvsagt vil være avhengig av det ambisjonsnivå man har.

Boka vitner imidlertid om at dette er høyt, fra innledningen om historisk bakgrunn og en summarisk

beskrivelse av utviklingen gjennom noen årtier, særlig i Europa og Skandinavia (Kornerup), til beretninger om miljøterapeutens daglige liv på institusjonen (H. Pedersen & J. Pedersen), om praktisk arbeid med barna (L. Andersen), om arbeidet med familiene til barn og unge og om veiledning av miljøterapeutene (H. Rose).

Avsnittet om Prosess innledes med en teoretisk artikkel om betydningen av fenomenet *prosessbevissthet* (Kornerup), som får følgende definisjon: Reflekterende mentale prosesser hvor hendelser, handlinger og opplevelser (følelser og tanker) overveies og blir brakt i kontakt med personen selv med hensyn til rom og tid (fortid, nåtid og/eller framtid). Jeg forstår det slik at dette er en viktig erkjennelse som miljøterapeuter skal bringe videre til barna, og som er relatert til avgrensing mellom personer, jeg-bevissthet, identitet, konsekvenstenking, utvikling av objektkonstans osv. Aubert, Jensen og Theilgaard beskriver deretter oppbygningen av et miljøterapeutisk bomiljø for traumatiserte barn, bygd på objektreasjonsteori. Neste kapittel kalles *rolletildeling* og omhandler hvordan barna og de emosjonelt traumatiserte unge bruker det miljøterapeutiske team til å gjenskape og formidle en del av de rollene de selv ha blitt satt i gjennom tidlige

relasjonelle (destruktive) erfaringer (Birkholm og Aarkrog). Disse overføringene eller projektive mekanismer er det viktig at staben forstår og bruker konstruktivt. Det kommer så et kort, interessant kapittel om den tomme sengen (Kornerup), som jeg forstår som en metafor for viktige behandlingsfenomener, nemlig tilknytning og atskillelse. Storbø beskriver deretter gjennom to kapitler miljøterapeutens arbeid gjennom 24 timer i lys av teorier om affektregulering og mentalisering, og gjør dette på en interessant måte ved både å inkludere teoretiske betraktninger og ved å intervju kollega Kornerup.

I siste del av boken presenterer Erik Larsen betraktninger omkring behandlingsinstitusjonens primære mål, og problematiserer en del erfaringer han gjennom årene har hatt i møte med forskjellige institusjoner, stab og ledere. Deretter presenteres miljøterapeutisk forskning (Heede), et område som byr på mange vansker, ikke minst på grunn av alle elementene som er inkludert i en behandling over 24 timer. Boka avsluttes med eksempler (J.S: Christensen) på paradokset i den miljøterapeutiske relasjonen. Først et klassisk eksempel fra Zen-Buddisme (Haley, 1975):

En elev ønsker å endre sin persepsjon av virkeligheten og vender seg til Mesteren som presenterer føl-

gende paradoks for eleven ved å holde en stokk over hans hode og si:

Hvis du sier at stokken er virkelig, vil jeg slå deg.

Hvis du sier at den ikke er virkelig, vil jeg også slå deg.

Hvis du ikke sier noe i det hele tatt, vil jeg også slå deg.

Sett fra Mesterens synspunkt er dette et paradoks som kan tvinge eleven ut av sin vante oppfatning av virkeligheten og til å mestre lignende situasjoner.

Den eneste måten eleven kan løse problemet på er å endre det. Han må endre premisene for problemet eller de som relasjonen til mesteren bygger på (at man alltid må gjøre som mesteren sier).

Løsningen for eleven er selv å ta tak i stokken.

Miljøterapi er bygget på gode intensjoner og omsorg. Klienten klarer ikke å løse sine egne problemer og må eksponere det som er smertefullt og angstvekkende, uten at den andre deler sine problemer, og vise sine svakheter til en som selv tilsynelatende ikke har noen. Miljøterapeuten er imidlertid samtidig både forståelsesfull og krevende, noe som gjør at klientens løsning blir å vise 'spontan' bedring!

Og gjøre seg uavhengig av behandleren? (min kommentar).

Boken byr på morsom lesning for

alle som interesserer seg for miljø-
terapi og psykoterapi i vid forstand.
Les den selv og/eller gi den bort til
engelsktalende kolleger og venner!

Referanser

Haley, J. (1975): Psykoterapi-strategi och
teknikk. Stockholm: Natur og Kultur.

Kornerup, H. (ed). (1999): Bjørn på be-
handlingshjem. Lejre: Forlaget Peri-
kon.

Kornerup, H. (ed). (2000): Bjørn på be-
handlingshjem. Lejre: Forlaget
Perikon.

Kornerup, H. (ed). (2003): Miljøterapi
med børn. Lejre: Forlaget Perikon.

Larsen, E. (ed.). (1996): Miljøterapeutisk
temaer. Oslo: SIR-gruppens forlag.



DISPUK

Narrative og poststrukturalistiske perspektiver

HVORDAN MAN REELT SAMARBEJDER I ARBEJDET MED SPISEFORSTYRRELSER

Med Ali Borden, USA

På denne workshop vil udfordringerne omkring samarbejdet og andre fælles udfordringer blive drøftet og vi vil udveksle idéer om, hvordan man kan forblive tro overfor sine værdier om samarbejde konfronteret med de alvorlige effekter, som spiseforstyrrelser kan have.

Snekkersten 20.-21. september 2010

Kursusnr. 860-10

COACHINGGRUPPE: PSYKOLOGEN SOM LEDER

Med Sussie Brandrup

Mange psykologer har både et fagligt ansvar og ansvaret for personaleledelse, det kan skabe dilemmaer og være en særlig udfordring i ledelsesfunktionen. Det er dagligdagens problemstillinger og udfordringer som leder, der er i fokus i denne gruppe. Der vil blive set på og arbejdet konstruktivt og kreativt med de dilemmaer, hver enkelt deltager møder i sit ledelsesarbejde.

4 eftermiddage • Snekkersten start 27. september 2010
Kursusnr. 786-10

NARRATIV PARTERAPI: SAMTALER OM PARFORTÆLLINGER, VÆRDIER, KØN, SEKSUALITET OG FORÆLDRESKAB

Med Anne Saxtorph

Workshoppen tematiserer, hvordan vi som terapeuter kan tale med par om vanskeligheder i deres relation. Hvordan er det muligt at tale med parret om deres fælles værdier og parfortællinger, samtidig med at deres personlige og forskellige fortællinger, forestillinger og værdier om partnerskab bliver udfoldet i samtalen?

Snekkersten 24.-25. nov. 2010 • Kursusnr. 846-10

AUTORISATIONS- & SUPERVISIONS- GRUPPE FOR NYUDDANNEDE PSYKOLOGER & LÆGER 2011 MED HENBLIK PÅ AUTORISATION (PSYKOLOGER) & GRUNDUDDANNELSE (LÆGER)

Gruppen er et forum for supervision og refleksion. Der vil blive ydet supervision til deltageres medbragte sager og problemstillinger, også i forhold til medbragte dvd- eller audiooptagelser af eget arbejde.

Snekkersten start forår 2011 • Kursusnr. 780-11
Århus start efterår 2011 • Kursusnr. 781-11

2-ÅRIG KLINISK SPECIALIST- UDDANNELSE I PSYKOTERAPI FOR PSYKOLOGER & LÆGER/PYSKIATERE 2011

Med Anne Romer & Anette Holmgren

Uddannelsen er godkendt efter såvel gammel som ny ordning af Dansk Psykologforenings Psykoterapeutiske Fagnævn. Godkendt af Børnepsykologisk Fagnævn efter ny ordning.

Forventes også godkendt af Dansk Psykiatrisk Selskab
Snekkersten start primo 2011 • Kursusnr. 791-11

Introdag til denne uddannelse

Snekkersten 17. august 2010 • Kursusnr. 791-11intro

1-ÅRIG SPECIALISTUDDANNELSE: SUPERVISOR-UDDANNELSE FOR PSYKOLOGER & LÆGER/PYSKIATERE 2011 SUPERVISION I TEORI & PRAKSIS

Med Anne Romer & Anne Saxtorph

Uddannelsen er godkendt af Dansk Psykologforenings Psykoterapeutiske Fagnævn

Snekkersten start primo 2011 • Kursusnr. 793-11

Introdag til denne uddannelse

Snekkersten 31. august • Kursusnr. 793-11intro

Hverdagspoetisk praksis

Samtaler, terapi, coaching, supervision, workshops, kurser & efteruddannelser
www.dispuk.dk