

På leting etter det gode – noen psykoterapeutiske perspektiver på utviklingen av det etiske

Av Lilian Stokkeland¹

Innledning

Hvordan oppstår etiske holdninger? Hva får oss til å handle godt, eller eventuelt ondt? Godhet og ondskap kan som kjent betraktes fra mange vinkler. Fenomenene kan forsøkes belyst av filosofiske, sosiokulturelle, psykologiske, økonomiske og politiske teorier. Religionene befatter seg med det samme, det gode og onde sett som noe guddommelig eller demonisk. Jeg vil her anvende en psykologisk innfallsvinkel med utgangspunkt i psykoanalytisk objektrelasjons-tenkning, for å se nærmere på begrepene ondskap, godhet og grunnlaget for det etiske. Jeg vil i drøftingen gjøre særlig bruk av tekster av Melanie Klein, Ludvig Igra og Thomas Ogden, men også av filosofene Hannah Arendt, Arne Johan Vetlesen og C. Fred Alford. Hovedhypotesen er at når mennesket evner å forestille seg sine følelser og ønsker vedrørende sin eksistens, sine relasjoner og sin plass i verden på et symbolsk nivå, så blir det bedre i stand til å skjelne og akseptere sammenhenger, oppleve mening, og tåle sin gitte og med-skapte virkelighet. Det vil da ha større mulighet til å bearbeide inntrykk og bruke sine opplevelser og sin kreativitet konstruktivt og slik finne gode løsninger på livsutfordringer. Evnen til å kunne arbeide med, og tåle egne fø-

1. Lilian Stokkeland, Psykiater i avtalepraksis, psykodynamisk psykoterapiveileder, Stavanger Universitetssjukehus. Lærer ved Institutt for psykoterapi, Oslo.
Kontaktadresse: Torgveien 15c, 4016 Stavanger. E-post: lilian.stokkeland@lyse.net

lelsemessige opplevelser, vil blant annet avhenge av kvaliteten på de inderliggjorte (internaliserte) relasjonene til mennesker som har stått oss nært (også kalt objektrelasjoner og indre objekter), hevder den psykoanalytiske tradisjonen etter Melanie Klein. Objektrelasjoner handler om emosjonelt fargede minnebilder, forestillinger og fantasier om vårt samspill med viktige andre, særlig omsorgspersonene i barndommen. Når evnen til mental symboldannelse er kompromittert, blir mennesket henvist til andre måter å fungere mentalt på, f. eks. bruk av konkret tenkning og ureflekterte handlinger. Konkrete, noen ganger voldelige handlinger, kan anvendes for å søke å løse følelsemessige problemer og konflikter.

Sentralt i artikkelen er antakelsen om at det etiske utvikles i det nære, følelseladede samspillet mellom barnet og omsorgspersonene. Ved å bli møtt med empati dannes grunnlaget for å møte andre med empati. Evne til empati antas å forutsette evnen til å kunne forestille seg, på et symbolsk nivå, egne og andres mentale tilstander og følelser. Dette kan også kalles mentaliserende evne (Fonagy et al, 2002). De teknisk klingende begrepene mentalisering og symbolisering handler i siste instans om sjelslivet i barnet og senere i den voksne; et sjelsliv som trenger menneskelig samspill, omtenkksomhet og kjærlighet for å kunne utvikles.

Objektrelasjonsteoretikerne

Melanie Klein (1882-1960) ble født i Wien, og utdannet seg til psykoanalytiker ved å gå i læreanalyse hos Sandor Ferenczi og deretter hos Karl Abraham – begge elever av Sigmund Freud. Hun flyttet i 1926 til London, hvor hun levde resten av sitt liv. Her fikk hun stor innflytelse i det britiske psykoanalytiske miljøet. Hennes teori omhandler følelser som aggresjon, begjær, misunnelse, sorg, depresjon, skyldfølelse, angst, takknemlighet, godhet, forsoning, tilgivelse og reparasjon. Følelsene finner sin basale form og mening i barnets første relasjon til moren og faren. Kleins teori innehar en etisk dimensjon, og gir forslag til forklaringer på hvordan de nevnte følelsestilstandene er forbundet med hverandre.

I objektrelasjons-tradisjonen står evnen til å danne og bruke symboler sentralt (Klein, 1975, s. 221). Mentale symboler muliggjør det å representere og romme følelser og værenstilstander f. eks. via etablering av indre bilder, ord og ideer. Det dannes sammenhenger mellom hendelser, følelser og en større kontekst, som overskrider det enkelte subjekt. Symboler lagres i sinnet som erfaringer, assosiasjoner og minner, som kan vekkes og brukes, og som er

til hjelp for å fortolke den ytre og indre virkelighet. Fortolkningene av virkeligheten, som personen danner seg gjennom en gradvis mer differensiert, personlig og selvstendig tankeprosess, kan deles med andre, slik at likheter og forskjeller i oppfatning og tolkning blir synlig. På den måten kan symbolene bidra til kommunikasjon mellom mennesker. De bidrar til både personlig og felles følelse av sammenheng og mening bl.a. ved å skape assosiative broer mellom før og nå, men også ved å romme en erfart og erkjent mening med det som skjer mellom mennesker.

Den ytre virkelighet tolkes i lys av og med hjelp av den indre, personlige erfaringsverden. Sansningene organiseres i mønstre som er gitt mening, er blitt meningsfulle. I den aller første tiden foregår mye av babyens opplevels-verden omkring munnen og det som skjer ved mating, smaking og lydproduksjon – men også hele resten av kroppen er engasjert. Utvikling av symboliserende evne ses i nær tilknytning til barnets omsorgssituasjon og opplevelser med foreldrene, og styrkes når foreldrene gir barnet adekvat omsorg og hjelp. Det dannes hos barnet en indre struktur basert på opplevelser med omsorgspersonene. Sentralt i teorien er at forestillingsbildene ikke tas inn som «en-til-en-kopier» av hendelser med omsorgspersonene; forestillingene vil farges av barnets fantasier på det aktuelle tidspunkt da hendelsene skjedde – og disse vil igjen være preget av barnets daværende psykiske modenhetsnivå, tenke- og forestillingsevne.

Tidlig utvikling av erkjennelsen av godt og ondt

Klein (Klein 1975, s. 290) mente barnet var født med en *viss* evne til å oppfatte at det er adskilt fra mor, og at det oppstår fantasier og konflikter i forhold til mor helt fra fødselen av. Dette i motsetning til datidens egopsykologiske retning, anført av Anna Freud, som (Freud, 1974, s. 49) fremholdt at barnets tidlige jeg først utvikles noen uker etter fødselen, etter en antatt fase av ikke-differensiert fungering. Det oppstår konflikt, hevder Klein (Klein 1975, s. 295, s. 309), når barnet erfarer sine vitale behov og samtidig sin totale avhengighet av omsorgspersonen for å få behovene tilfredsstilt.

Klein beskrev to hovedtyper av mentale fortolknings- og erfaringsmåter. Den ene kalte hun først den maniske (ibid., s. 349), og senere den paranoid-schizoide posisjonen. Denne posisjonen erstattes gradvis med en mer moden erfaringsmåte, kalt den depressive posisjon. I den paranoid-schizoide posisjonen er barnet på vakt overfor alt som truer dets eksistens, og det har sin egen overlevelse som primært fokus. Når det opplever mor som god, så er dette i

egenskap «god for meg», eller «god for oss, for min/vår overlevelse». Mor sees ikke som et helt adskilt, selvstendig objekt, som fortjener noe i egen rett. Barnet kan kanskje her sies å være pre-moralsk (ibid., s. 252). Vi snakker da om de første 2-3 levemåneder, følge Klein - en alder, der barnet har begrenset evne til å fatte at det er separat. Barnet er opptatt av å fortsette å leve, og det reagerer fort med gråt og skrik dersom noe truer dets likevekt, f. eks. sult, kulde, eller andre trusler. Klein (ibid., s. 307) beskrev at små babyer kan føle på tilintetgjørelsesangst, i og med sin hjelpeløshet og sin totale avhengighet. Ved følt trussel om mors fravær vil affekten raseri kunne vekkes i forbindelse med angsten for å forkomme. Raseri rettes da mot den fraværende moren – som oppleves i barnets bevissthet som en «nærværende ond mor», da babyen ikke er i stand til å oppfatte et tidsbegrenset fravær, det at mor er borte nå, men vil komme tilbake. De to versjoner av mor som slik oppstår, «ond» og «god», blir holdt fra hverandre i barnets bevissthet gjennom forsvarsmekanismen spaltning. Barnets spede psyke kan ikke fatte at den person det er totalt avhengig av, også samtidig kan være et frustrerende og sviktende objekt. Barnet kan heller ikke risikere at den gode moren rammes av et raseri som i barnets forestillingsverden oppleves som omnipotent og dødelig (ibid., s. 308). Barnet kjenner ikke til grensene for sin destruktivitet; de svære følelsene i den lille barnekroppen oppleves av barnet som livsfarlige. Samtidig skjer en slags omvendning: når barnet erfarer sitt raseri, vil det, via en psykisk og umoden symmetrimekanisme, oppfatte at den det er rasende på, er like rasende tilbake. Dette er mekanismen for projeksjon. Klein (ibid., s. 262) hevder at babyen spalter av og projiserer sitt raseri og hat inn i objektet «den frustrerende mor». Så i barnets fantasi og indre virkelighetsforståelse er denne «onde moren» rasende og farlig, f. eks. en farlig skikkelse, som vil spise opp barnet. Et vrengebilde av barnets eget raseri, sult og grådighet plasseres i objektet og farger opplevelsen av objektet. Denne «onde og farlige mor» tas så inn som en indre forestilling (objektrelasjon), farget av barnets umodne fantasier, manglende tidsbegrep, og manglende evne til å forstå at fravær er midlertidig. Den skremmende indre forestillingen vekker en angst for gjengjeldelse i form av angrep, innbrudd og skadeverk fra den «farlige mor». Senere i livet, under påkjenninger og tap, kan slike indre og ubevisste skremmebilder på ny aktiveres og gi opphav til sterk angst (ibid., s. 309).

Klein så dette som en paranoid mekanisme, der barnet i fraværets øyeblikk føler seg forfulgt av det onde objektet. Hun (ibid., s. 262) antok at spebarnet ikke er i stand til å skjelne hvor affekten kommer fra – fra seg selv eller fra objektet. Barnet erfarer kun en følelsestilstand, som inneholder to aktører og

en affekt, som binder dem i sammen. Et mett og fornøyd barn kobler bildet av en god og nærende mor sammen med sin følelse av tilfredshet. Et sultent og rasende barn kobler bildet av en ond, frustrerende mor sammen med sin følelse av hat og raseri. Begge tilstandene kan internaliseres og inngå som deler av selvet (selvaspekter). Når mor trøster og roer barnet, skjer der en forbedring av den vonde selvtilstanden, og troen på den gode moren og den gode selvtilstanden oppstår igjen. Foreldrene motbeviser, ved sin vedvarende omsorg, at det forholder seg slik barnet frykter (ibid., s. 346). Den gode og nærende opplevelsen av å bli holdt, varmet, matet og snakket med danner en primær erfaring av indre godhet i barnet. Det danner fundamentet for en kjerneopplevelse av at «jeg er god» og «jeg kan gi det gode» via en primær identifikasjon med mor/ det gode brystet.

Den amerikanske psykoanalytiker Thomas Ogden (1989) skrev om angsten som spebarnet erfarer i de aller tidligste utviklingsfaser, der det ennå ikke har en klar oppfatning av at det er atskilt fra morspersonen. I denne såkalt «autistisk-tilgrensende fasen» opplever barnet det som om de to henger sammen – barnet vet ikke hvor det selv slutter og mor begynner. Dette er på nivå av kroppslig, konkret opplevelse – der er enda ikke oppstått en evne til å tenke symbolsk om opplevelsen. Det er derfor ikke mulig å distansere seg fra opplevelsen og erkjenne den som en mental (i motsetning til konkret, fysisk) erfaring. Vi er på nivået av psykisk, symbolsk ekvivalens (Segal, 1957), der det settes likhetstegn mellom indre virkelighet/erfaring, og det ytre. Melanie Klein (1975) poengterer at barnet har en naturlig trang til å vokse seg ut av disse tidlige stadier av manglende ego-grenser. Barnet oppdager at mor ikke er den eneste, og det fester sin kjærlighet til andre enn mor og far. Barnet får så å si flere ben å stå på – men det forutsetter at moren klarer å la barnet ta avstand fra henne, og at barnet klarer å slippe taket i mor. Disse hendelsene foregår via en gjennomarbeiding av de preødipale og ødipale konfliktene, som handler om følelser knyttet til å måtte stå utenfor kjærlighetslivet til foreldrene, det å ikke være mors ellers fars foretrukne kjærlighetspartner. Men samtidig også om å erkjenne realiteter som generasjonsfølge, livsløp, død, overlevelse (Britton, 1989). Barnets omnipotente tenkning erstattes av en mer realistisk vurdering av egen rekkevidde, sårbarhet og muligheter. Det skjer en utvikling i språk- og tenke-funksjonen. Barnet får større dømmekraft, større evne til å skjelne, oppfatte og tåle realiteten. Grensene mellom jeg og ikke-jeg blir tydeligere. Deltakelse i grupper blir stadig viktigere for barnet, og positive gruppeerfaringer bidrar til følelse av tilhørighet og medvirkning i en større helhet.

Når barnet vokser til, og skjønner at det er både adskilt fra og samtidig avhengig av foreldrene, vil det i økende grad utvikles omtanke for foreldrene og søsken (Winnicott, 1965), drevet av erfaringen av følelser som kjærlighet, skyldfølelse og takknemlighet. Parallelt finnes følelser som raseri, misunnelse og sjalusi; følelser som er uløselig knyttet til det å erkjenne omsorgspersonen som avgjørende viktig for en. Barnet forstår nå at moren som gir det gode, og moren som frustrerer, er en og samme person (Klein 1975, s. 293). Det vil da måtte ta inn over seg at når det er rasende på mor, så er det sint på den samme moren som det elsker og trenger. Det dukker dermed opp en ny form for angst, det Klein kaller depressiv angst (ibid., s. 348). Det innleder overgangen til den depressive posisjon, der det skjer en videreutvikling av det etiske i barnet. Depressiv angst handler om at barnet er redd for å skade mor med sitt raseri og begjær (ibid., s. 270). Barnets sinn er fremdeles preget av omnipotente (allmektige) antakelser, da barnet enda ikke har lært grensene for hvor mektig eller avmektig det er. I den depressive posisjon dannes grunnlag for å kunne føle skyld. I den ubevisste fantasiens realitet har objektet blitt skadet, og følelsene til barnet svarer til denne indre virkeligheten. Ut av den ledsagende skyldfølelsen oppstår ønsker om reparasjon. Klein skriver:

(...) følelser av kjærlighet og takknemlighet oppstår direkte og spontant i babyen i respons til den kjærlighet og omsorg det får av mor. (...) når konfliktene mellom kjærlighet og hat oppstår i babyens sinn, og frykten for å miste den elskede blir aktivert, skjer et viktig utviklingsmessig steg. Følelsene av skyld og fortvilelse tilkommer nå som et nytt element i kjærlighetsfølelsen. De blir en iboende del av kjærligheten (...). Selv hos små barn kan man se en omtanke for den elskede, som ikke er kun et tegn på avhengighet (...) det finnes en dyp trang til å gjøre forsaker (sacrifices), for å hjelpe og sette i stand mennesker barnet elsker, som i fantasien har blitt skadet eller ødelagt. (ibid., s. 311, min overs.)

Rester av den paranoid-schizoide posisjon finnes hos voksne ved siden av den depressive posisjon, og vi kan alle vende tilbake til denne formen for paranoid og mistenksom tenkning ved belastninger, hevder Klein (ibid., ss. 368-369). Vi kan da fort tillegge andre negative egenskaper, på en måte som ikke stemmer med realiteten. Dette kan skape unyanserte fiendebilder. «Den» eller «de andre» tillegges negative og foraktfulle egenskaper som grådighet, farlighet, utnyttelsesønsker – vi kan her tenke på de mange negative karakteristikkene av innvandrere og muslimer i vår tid. En ser hvor sterke følelser som kan vekkes,

På leting etter det gode

f. eks. på sosiale medier, og hvordan holdninger kan smitte som ild i tørt gress via gruppemekanismer, som har tendens til å forsterke polariseringer.

Den indre etiker – superego

De indre selv- og objekt-forestillingerene i den depressive posisjon danner grunnlaget for den indre etiker i barnet – det Klein, i likhet med Freud, kalte superego (ibid., s. 170). I den tidligste psykiske tilstand råder en «øye – for – øye – tann – for – tann – mentalitet», hevder Klein. Barnet har ikke erkjent muligheten for reparasjon, forsoning og tilgivelse ennå. Klein (ibid., s. 179; 248) mente at de tidligste forløperne til superego var preget av en forferdelig strenghet og grusomhet. Barnet har nemlig seg selv og sine sterke sansninger, begjær og affekter som eneste referansepunkt for sin selvforståelse og forståelse av verden, mente Klein. Barnet er ikke «ondt», men ridd av sterke affekter, knyttet til dets hjelpeløshet. Klein skriver:

Men i små barn kommer vi over et superego av den mest utrolige og fantastiske art. Desto mindre barnet er, (...) jo mer er dette tilfelle. Vi får se barnets frykt for å bli fortært, eller kuttet opp, eller revet i filler, eller dets redsel for å bli omringet og forfulgt av terroriserende figurer (...). (ibid., s. 249, min overs.)

Dette strenge og nådeløse superego modifiseres gjennom kontakten med omsorgsgiverne. Barnet tar inn den kjærlighet og overbærenhet det blir vist, og de angstfylte skremmebildene blir «motbevist» gjennom «gode nok» erfaringer av omsorg og omtanke. Det lærer at både mor og far og det selv er sammensatte, med et vell av ulike følelser, både gode og onde. Når det gode dominerer, vil det vonde bli mer tålbart, det blir tilgivelig å kunne føle slik. Barnet erfarer at det kan si unnskyld og få tilgivelse, hvis det har gjort noe galt. Det lærer at det er forskjell på å føle noe og å gjøre noe, og at følelser og ønsker ikke er skadelige i seg selv. Det erfarer at relasjonen kan bli god igjen, selv etter vanskelige følelsesstormer av hat og raseri. Reparasjon blir mulig, gjennom å kjenne og uttrykke anger. Det er godt for barnet dersom de voksne legger merke til tegnene på anger hos barnet, og tar imot og aksepterer det som et ønske om forsoning.

I enhver senere relasjon vil man trekke på sin erfaring med de første objektene og på den indre struktur man har etablert via internalisering av objektforholdene. Kvaliteten og formen på disse gir oss forventninger, ofte ubevis-

ste, om hva som kan komme til å skje i senere relasjoner. Det indre mulighetsrommet for veier til tilgivelse og forsoning er svært ulikt hos ulike mennesker.

Internalisering

Jeg vil nå ta et eksempel fra en annen disiplin for å belyse fenomenet symboldannelse: Professor i musikkvitenskap, Jon-Roar Bjørkvold (1989), forteller om den kommunikasjon som finner sted når mor synger for barnet sitt. Moren synger med den stemmen hun har, og den halvårige babyen lytter og prøver å delta, barnet ler og ler på samme punkt hver gang, høyere og høyere i fryd. Etter en stund kommer også far til, han står i bakgrunnen og nynner med, og ler han også. «Hvorfor er mors sang vakker?» spør Bjørkvold. «Fordi den er sann», var svaret hans. Det blir en god opplevelse for barnet å være i denne totalopplevelsen, å bli holdt og sunget for, det opplever fryd i møtet med først mor og så far. Noe blir delt, man gjør noe sammen, og de involverte hengir seg fullt ut til denne felles handlingen – sangen. I opplevelsen blir det gode og lekende i samværet koblet sammen med det genuine, det sanne, som for barnet blir vakkert og skjønt. Disse følelsesmessige opplevelser lagres i barnets indre. Det blir internaliserte modeller for samspill og kommunikasjon, mønstre som barnet etter hvert kan forsøke å gjenta i andre sammenhenger der det er med andre, i lek, sang, dialog. Og når det er alene med seg selv. Det blir et indre nærvær, en form for ritual som gjør det mulig å holde ut å være alene. Klein ville ha kalt det et indre objekt. Følelser som kjærlighet, savn, lengsel, sinne, frykt må finne sine uttrykk innenfor en nær relasjon for å kunne bli meningsfulle.

Fordi et barn som regel ikke kan huske noe i narrativ form fra sine første to leveår, blir de tidligste opplevelsene oftest ordløse og implisitte, lagret i hukommelsen som former for «væren med andre» som ikke er reflektert over. Det kan ikke huskes med ord, men blir tatt for gitt. Det lagres i kroppen som kroppslige erfaringer, en slags kropps-/følelsesminner, som kan prege individet for resten av livet. Når disse følelsesstilstander igjen aktiveres, så vet ikke personen at dette er noe han på denne kroppslige eller emosjonelle måten husker. Det bare «er sånn». De gode erfaringene blir som en indre ressurs, som bidrar til å kunne føle seg levende og vital. Som voksen settes de preverbale erfaringene i spill, f. eks. gjennom det å kunne nyte forskjellige typer mat, og i det å kunne hengi seg til det lekende, seksuelle samspillet mellom voksne. Gleden over å sette seg til bordet sammen med andre og nyte et godt måltid

sammen, vekker et velvære som resonnerer med tidligere gode opplevelser. Gleden over å danse og utfolde seg fysisk, eller over å synge sammen, handler om det samme.

Symbolers favnende og fellesskaps-givende evne

I fablene og eventyrene, i litteratur og annen kunst uttrykkes sider ved menneskelig virkelighet. Kunstnerne hjelper oss å gi form til det uformulerbare, det av og til monstrøse og grufulle. Kunsten kan tilføre oss symboler, den kan fremstille og transformere noe og slik bidra til å gjøre det virkelige erkjennelig, og hjelpe oss å mentalt fordøye hendelser som har vært så vonde at en tenker sårene aldri vil gro. Vi kan her tenke på minnesmerker skapt etter for eksempel holocaust eller Utøya-massakren. En ugjerning kan bearbeides ved hjelp av et mentalt erkjennelses- og sorg-arbeide, og stedet for ugjerningen kan bli til et ettertankens og erindringens sted. Gjennom den symbolske, kunstnerlige utforming og den stedlige plassering av et minnesmerke, kan mennesker dele sin smerte med hverandre på et felles sted og gjennom det finne styrke og tilheling – samtidig som symbolet tillater den enkelte å erfare sin personlige smerte på sin egen måte. Symbolet samler og favner – og åpner for et mangfold av betydninger og nyanser.

Selv om noen – blant dem filosofen Henri Bergson (1990, ss. 123-124, s. 173) – har tatt til orde for en skepsis til symbolet og fremhevet eksistensen av det menneskelige som ikke kan nås av det symbolske uten å derved reduseres og beskjæres, så vil allikevel det symbolske være vår fremste mulighet til å kunne dele av våre erfaringer med hverandre. Vi samles gjennom bruk av felles symboler, og det de representerer for hver og en.

Manglende utvikling av symboldannende evne kan medføre at individet blir henvist til andre måter å bearbeide og uttrykke følelser på, enn den symbolske. De følelsesmessige vanskene eller behovene kan da uttrykke seg f. eks. gjennom konkrete, kroppslige symptomer eller gjennom ureflekterte handlinger. Uttrykket de indre spenningene får, kan være kroppslige motoriske fenomener som for eksempel akutt diare ved angst (bruk av ikke-viljestyrte muskler) eller «å løpe det av seg» ved uro (bruk av viljestyrt muskulatur). Det kan også uttrykkes via andre former for aktivitet, som selvskading, seksuelt uansvarlige handlinger, promiskuøs atferd, overgrep, eller rusmisbruk. De umentaliserte indre spenningene kan bli forsøkt uttrykt i former for visualisering (for eksempel dagdrømmer eller overdreven bruk av filmer og videospill), der den egne reelle værrens-situasjon ikke bearbeides, men skyves bort, noe annet kommer i stedet.

Psykoanalytikerne Lecours og Bouchard (1997) har skrevet utførlig om symboliseringssvikt og ulike måter å mentalisere på, og eksemplene over er til dels hentet fra deres artikkel. I stedet for at umiddelbare mentale følelsesinntrykk omdannes til symbolske formuleringer og tanker, som gir mulighet for nyanser og rikere livsmening, og som kan deles med andre, anvender personen måter å uttrykke det indre livet på som ikke er direkte kommuniserbart og forståelig for andre. Det er ofte en usikkerhet vedrørende hensikten med atferden – da det forblir usagt om personen ønsker å kommunisere noe til andre, eller om han eller hun helst vil være i fred. Et eventuelt ønske om kontakt og kommunikasjon med andre kan være ubevisst for personen. Atferden, f.eks. selvskadingen eller den intense treningsøkten, kommer i stedet for handlinger som ville vært naturlig dersom personen hadde hatt en tryggere og varmere indre verden av gode objekter – og en større forventning om å kunne bruke andre mennesker som støtte og hjelp. Det å ringe en venn for å ta en prat, lette på trykket, dele smerten med andre, blir vanskelig dersom man har en indre forventning om å bli avvist hvis en ber om noe.

Psykoterapeutens møte med pasientens indre verden

Sigmund Freud (1914) skrev tidlig om at kroppen kunne tale om tilstander som personen ikke var i stand til å huske på andre måter. Det som ikke kan huskes, vil ofte bli iscenesatt, observerte Freud. Det som ikke kan erindres og tenkes om i ord, kan kommuniseres gjennom forskjellige former for atferd og symptomer. Det kan for eksempel kommuniseres gjennom den form for samhandling som etableres mellom pasient og terapeut i en psykoanalytisk terapi. Formen på samspeillet kan tale mer om det glemte fra fortiden, enn det som sies med ord. Ofte oppstår nye symptomer i samspeillet mellom pasient og terapeut i løpet av en psykoanalytisk behandling. Symptomene er ifølge psykoanalysen forbundet med potensiell mening, noe som har betydning, de er ikke tilfeldig oppstått ut av det blå. Symptomet kan være en kilde til ny erkjennelse, dersom det kan sees som et uttrykk for noe og ikke bare som noe en helst bør bli kvitt. Symptomet, for eksempel en kroppslig smerte, kan ses som et konkret «symbol» som representerer noe annet enn bare smerten. F. eks. kan en snørende smerte høyt oppe i brystet representere en intens sorg og et ønske om å få gråte og få trøst, hos en pasient som er veldig redd for at denne følelsen og den kroppslige reaksjonen (gråt) skal komme til uttrykk, fordi hun enda ikke klarer stole på at analytiker er der for henne og tar imot følelsen på den måten som pasienten trenger.

På leting etter det gode

Psykoterapifeltet har blitt kritisert for å bortforklare onde handlinger som noe som skyldes f. eks. en traumatisk barndom. Men ved å undersøke forhistorien bak menneskers valg og handlinger, får en gjerne et mer nyansert syn på aktøren. Handlingen blir mer forståelig, når den blir satt inn i en psykologisk kontekst, men blir ikke nødvendigvis «bedre» i seg selv av den grunn. Psykoterapeuten ser folks handlinger som uttrykk for personlige og til dels ubeviste intensjoner, som ikke bare handler om at man gjør noe for å uttrykke eller regulere seg selv (i isolasjon) men også om å kommunisere omkring sin væren til andre. Den terapeutiske holdningen muliggjør et møte, som hjelper pasienten å finne sammenhenger mellom motiv, situasjon, affekt, selvoppfattelse og handling. Når pasienten erkjenner sine handlinger og følelser som forståelige uttrykk for sin væren og sine behov, så vil hun oppleve økt eierskap, aksept og ansvar for dette. Evnen til selv-empati øker, og handlingene til personen blir mer gjennomtenkte og mer farget av de nye erfaringene i terapien. Personen erfarer at hun kan velge å handle annerledes, og at konsekvensene kan bli annerledes enn ved de gamle handlingsmønstrene. Det motsatte av å erkjenne sine følelser og ønsker som sine egne kan være å prøve å bli kvitt disse forstyrrende følelsene – for eksempel via projeksjoner på andre, som blir bærere av det en ikke orker ved seg selv. En innsiktsorientert psykoterapi kan slik ses som et etisk prosjekt, i tillegg til å være et erkjennelsesmessig og terapeutisk prosjekt.

Hannah Arendt

Den politiske tenkeren og filosofen Hannah Arendt (1962) viser i boken *Eichmann i Jerusalem, en beretning om det ondes banalitet*, hvordan en utøver av systematisert ondskap kan være et ordinært individ uten spesiell motivasjon utover tanken på sine egne, nærliggende interesser. Boken omhandler nazisten og krigsforbryteren Adolf Eichmann, som Arendt observerte grundig under rettsaken mot ham i Jerusalem i 1960/61. Eichmann fremsto som en lydig tjenestemann som adlød ordre, nemlig å organisere togtransporten av jøder til tilintetgjørelsesleirene. Han bebreidet seg ikke de lidelsene han forårsaket, men beklaget at han ikke var enda flinkere og mer effektiv i «jobben». Han manglet, ifølge Arendts fortolkning, evne til å forestille seg de andres situasjon, manglet evne til selvstendig tenkning og empati, han fremsto banal, med oppstyltet språk, fylt av fraser og floskler. Det fantes en brist på menneskelige, mentale kvaliteter. Eichmann angret ikke det han hadde gjort, hvis en skal tro rapportene om ham fra rettsaken, som endte med at han ble dømt til

døden og hengt. Det som var så skremmende med Eichmann, skrev Arendt, var at han ikke fremsto som et monster – han fremsto ganske alminnelig og ordinær, en nokså kjedelig, uoriginal og litt pedantisk mann.

Arendt har fokusert på noe som omhandler manglende tankefullhet, manglende ettertenksomhet og innlevelse i andres situasjon. Dette gjelder som interessant, tross at vi ikke kan vite hvorvidt Eichmann spilte mer uskyldig enn han var, eller ikke. Der det ikke tenkes og føles, vil det kunne handles ureflektert. Arendt slo fast det individuelle ansvaret – det holder ikke å si at en bare fulgte ordre, man har personlig ansvar for sine handlingsvalg. Dermed kan Arendts innsikter anvendes også i forhold til den psykoanalytiske psykoterapien, en behandling som skal forsøke å øke pasientens evne til selvkjenning, refleksjon og ettertanke. I terapien erfarer og erkjenner både pasient og terapeut hvordan de virker på hverandre – og dette settes ord på og blir mer tydelig. Pasienten kan fortelle til terapeuten, hvor såret han ble da hun sa en bemerkning. Hun var ikke bevisst at det kunne tolkes slik, men ved å samtale forstår hun mer av hva det treffer i pasienten. Målet er blant annet å øke evnen til empati både med seg selv og andre. Essensielt er å fremme evnen til å finne ord og form til egne opplevelser, altså symbolisering, og på den måte utvide personens erkjennelse av seg selv som et tenkende og følende subjekt – og ikke et passivt vesen som lar seg styre av andre. Konsekvensene av å innta en passiv rolle vil innebære en fare for å la seg bruke som redskap. Blindheten for verdien av og følelsene til «de andre» enn den egne gruppen kan utvikles til et kollektivt fenomen, der gruppen deler felles forsvarsmekanismer for å hegne om felles interesser – og for å avverge angst f. eks. angst for tap av privilegier eller angst for utslettelse av ens egen gruppe. Det kan være en betydelig omkostning knyttet til det å tenke selv, særlig dersom en tenker «mot strømmen», altså mot gruppen. Hannah Arendt forteller i samme bok om de to bondeguttene som nektet å la seg verve inn i SS. De skrev hjem til sine familier, der de satt dødsdømte i fengselet: «Vi vet hva SS blir satt til å gjøre». Begge ble henrettet.

En spørreundersøkelse om ondskap

Den amerikanske filosofen C. Fred Alford har i sin bok *What Evil Means to Us* (1997) redegjort for en spørreundersøkelse. Han stilte spørsmål om ondskap til mennesker fengslet for alvorlig voldskriminalitet. Samme spørsmål ble stilt til en gruppe ustraffede. Med utgangspunkt i svarmaterialet resonnerer Alford at voldshandlinger kunne være uttrykk for manglende evne til symboldan-

På leting etter det gode

nelse og som konsekvens av dette en truende opplevelse av intethet og indre tomhet. Alford hevder at ondskapens fellesnevner er angst (dread), en slags tilintetgjørelsesangst. Han hevder at manglende evne til symboldannelse kan medføre at en person under sterkt stress kan begå voldelige handlinger som et forsøk på å uttrykke sin indre, smertelige situasjon, i mangel av andre måter å uttrykke dette på. Skrekken for å være hjelpeløs, passiv og avmektig – overgitt til lidelse – kan utgjøre et ubevisst motiv for voldsutøveren og kan drive ham til å påføre andre den følelsen av smerte og hjelpeløshet, som han ikke selv utholder å føle. Ved å påføre andre smerte, er man selv den som har kontroll og ikke den som lider. Samtidig skjer ved voldsutøvelse en markering, en realisering av noe vagt, uenevnelig og uhyre skremmende. Den ytterste skrekk fremstilles gjennom konkret handling – ved det blir den tydelig og eksisterende. Voldsutøveren tror kanskje ubevisst, at volden skal løse et følelsesmessig problem og samtidig virkeliggjøre noe, uttrykke noe. Et kort eksempel: Pasienten som hadde hatt talløse innleggelser på grunn av massiv selvskading. Hele huden på den ene underarmen var oppkuttet og ødelagt. Kirurgen sa til pasienten med håp i stemmen: «Akkurat her er et lite område, som det kan gro ny hud fra». Kort etter hadde pasienten ettertrykkelig ødelagt dette ene område, som bar i seg potensiale for ny og frisk hud. Kirurgen fortvilet og følte seg maktesløs og sint. På konkret vis demonstrer pasienten, at hun mentalt ikke kan tåle at det vises til et håp om reparasjon. Hun viser i sin atferd, via sin selvødeleggelse, hvor rasende hun er på helperne, som kan tillate seg å påpeke at hun har en spire av friskhet i huden sin. Man kan tenke seg at hennes gjentatte skuffelser over omsorgspersonene, som sviktet henne, har medført både indre tomhet, ordløs smerte og et hat, som viser seg som aggresjon mot egen kropp. Selvmord kan tenkes å være det ytterste konkrete handlingsuttrykk for å ikke finne et rom til seg selv i verden og et rom hos andre i verden. Eller et uttrykk for å ikke kunne tåle den man oppfatter seg å være. Man kan ane at skremmende indre forestillingsbilder – av og til av psykotisk art - er aktivert, og umuliggjør det å søke og klare å ta imot kontakt med andre, som kan og vil hjelpe

Fiendebilder

Den norske filosofen Arne Johan Vetlesen redegjør i boken *Evil and human agency – understanding collective evildoing* (2005) for mekanismer bak dannelsen av fiendebilder. Forut for kollektiv vold som folkemord og andre overgrep mot en befolkningsgruppe ligger en komplisert prosess, der den utpekte «fienden» eller

syndebukken gradvis blir definert og tillagt skyld for problemene. Fienden må utryddes, først da vil det bli godt å bo i landet, lyder illusjonen. Det bygges opp argumenter for en ekstrem løsning. Ved vold skal problem-elementer i befolkningen fjernes eller begrenses. Psykoanalytisk kan et slikt fenomen sees som et forsøk på å prøve å forenkle verden ved å splitte den i to: oss og de andre. Psykologisk sagt: en avspaltning og projisering av de problemer og egenskaper man ikke ønsker å erkjenne som sine egne eller sin egen gruppes, og overføring av dette negative på en annen gruppe mennesker. Det er de andre som er grådige, uærlige, skitne, parasittære, unyttige og uverdige – ikke oss. Det konstrueres en fiende, som ikke skal ha noen likhet med «oss». Den såkalte fienden kan deretter devalueres og degraderes og f. eks. fratras privilegier som sosiale og politiske rettigheter. Dette ble gjort i Tyskland overfor jødene på 1930-tallet, nye lover ble laget, det var en forberedelsesfase som la grunnen for de senere utryddelsene av jødene. Man så liknende fenomener utspille seg i Bosnia overfor muslimerne i 1992. Forut for volden og massakrene var det en forfase, der journalister og intellektuelle bidro til å definere og beskrive «fienden». Når først voldsspiralen, den etniske utrenskingen, er i gang, ser det ut til å utspille seg en form for voldelig umettelighet hinsides enhver rasjonalitet. Det kan bli snakk om massedrap av demoniske dimensjoner. Språkbruken «utrensking» fanger noe av det umettelige og også noe av ideologien bak – det skal «renses», «alle urene elementer må tilintetgjøres». I menneskers sinn kan slike primitive og konkrete løsninger få stor makt – ut fra en premoralsk, primitiv logikk. I den infantile psyken kan det finnes utrenkningsbehov, et hat mot alle som står i veien for tilgangen til godene/ den gode mor. Slike følelser kan komme til overflaten hos voksne i tider av påkjenninger, mangel, nød og forvirring, hevder objektrelasjonstenkerne. Våre tidligste og mest sårbare følelser av mangel og savn av mor, eller sjalusi på søsken, kan vekkes opp og påvirke vår måte å tenke og handle på i slike situasjoner.

Ludvig Igra om den medfødte godheten

Den svenske psykoanalytiker Ludvig Igra hevder i boken *Den tunna hinnan mellan omsorg och grymhet* (2001) at mennesket svært tidlig får etablert i seg en sans for hva som er godt, og et ønske om å handle etisk riktig. Denne indre etiker dannes gjennom barnets samspill med mor og far i de første leveår, og videreutvikles senere. Vi oppdager lett denne lille etikeren allerede hos svært unge barnehagebarn. Vi ser barn som påtar seg en omsorgsrolle overfor voksne og andre barn. Som viser omsorg, som trøster. Som kommer dragende med

På leting etter det gode

gaver til folk. Det er lett å se at barnet har behov for å prøve å gi og hjelpe og gjøre ting godt igjen. Det er verd å merke seg at denne evnen oppstår før språket er kommet ordentlig på plass. Peter Fonagy og medarbeideres (2002) forskning på kognisjon og mentalisering påviser at barn lærer å oppfatte emosjonelle tilstander hos andre før de har tilegnet seg språk, altså omkring ettårsalderen.

Igra (2001) mener at denne opprinnelige *etiske sansen* må brytes ned for at mennesket skal bli i stand til å gjøre det onde. Han skriver:

Man kan i likhet med Zygmunt Bauman hevde at samfunnet ofte har vært den kraft som har brutalisert og opphevet vår opprinnelige evne til å regulere gjensidige relasjoner grunnlagt på et moralsk ansvar. Disse moralske drivkrefter har, mener Bauman, utspring i det før-samfunnsmessige, de utgjør en drivkraft som går forut for både tanken og en kalkulering av gevinst og tap, fordeler og ulemper. Min oppfatning er at den moralske impulsen, den ureflekterte omsorgen, utvikles i nærhetsrelasjonen – opprinnelig i relasjonen mellom mor, far og barn. Men (...) i dette følelse-sladd spenningsfeltet oppstår dessverre også de psykiske forsvarsstrategier som undergraver omsorgen. (s. 67, min overs.)

Den menneskelige tanke er et toegget sverd – den kan føre vill, den kan skape en falsk virkelighet «der oppe i hodet» – men den kan også kommunisere og skape kommunion, fellesskap mellom mennesker. For å sitere Igra videre:

Menneskets evne til onde gjerninger har utspring i samme sjelelige betingelser som hennes evne til omsorg og uselviskhet. Denne tanke (...) utgår fra to eksistensielle grunnvilkår: 1) menneskets opprinnelige vergeløshet og avhengighet av sine nærmeste, og 2) menneskets avanserte symboliseringsevne. Menneskebarnets bemerkelsesverdige langvarige avhengighet av sine omsorgspersoner og langsomme modning har gjort det mulig for mennesket å nå lenger i abstrakt symboliseringsevne enn andre dyrearter. Den medfødte evnen til avansert, abstrakt tenkning gjør at hun i tanken lett kjenner seg mektig og dermed blir psykisk sårbar. Hennes følellesmettede tanker kan lett føre henne på villveier. Ikke bare står hennes mange muligheter frem for henne, eksistensielle avgrunner åpner seg også. De kan være av en slik art at de kan få et menneske til å ta livet av seg selv, eller bidra til forestillingen om at visse grupper eller folkeslag fortjener utslettelse. (ibid., ss. 111-112, min overs.)

Igra hevder at grusomhet og omsorg springer fra samme kilde – sårbarheten i den nære relasjonen til morspersonen – og at begge tendenser inngår i barnets første relasjon til moren. I psykoanalytisk terapi kan disse tidlige følelsene aktiveres og bearbeides, ambivalente følelser overfor terapeuten kan uttrykkes og forhåpentlig tas imot, tåles og forstås, slik at pasienten kjenner seg møtt som et helt menneske med både positive og negative følelser rettet mot en og samme person. Resultatet av dette er ofte en stor takknemlighet – nettopp fordi man har blitt tatt imot og møtt med respekt, selv når de mest destruktive følelser og ønsker kom til uttrykk. Samtidig gir slike emosjonelle erfaringer en øket tiltro til at også de vonde følelsene kan rommes, forstås og mildnes i en god og sterk menneskelig relasjon – ikke bare i terapirelasjonen, men også i relasjoner til andre.

Avslutning

Psykoanalytisk teori kan belyse hva som gir gode vekst- og utviklingsbetingelser for et menneske, også når det gjelder utvikling av det etiske. Utviklingen har sitt grunnlag i relasjoner i de første leveårene, men kan arbeides videre med hele livet, også i terapi. Terapi handler om selverkjennelse og relasjoner, og i det perspektivet blir «det onde» det som ødelegger gode menneskelige væremåter og menneskelige samkvem. Løsningen på mange konflikter innebærer en integrasjon, der man vedkjenner seg både sine positive og negative følelser som sine egne, og klarer å bære og bruke følelsene som et kompass for videre tenkning, for så å finne måter å handle på som kan føre en selv og omgivelsene videre. Det handler om å ta ansvar for seg selv og andre, og om å utføre et sorg-, forsonings- og reparasjonsarbeid, Objektrelasjonsteoretikerne med Melanie Klein i spissen har lært oss mye om hvordan menneskets følelsesliv utvikles og fortsetter å utvikle seg livet ut. Menneskesynet hos psykoanalytikerne kan variere fra det mer pessimistiske synet til Freud, der mennesket ses som et fra starten av amoralsk og driftsstyrt vesen som må siviliseres, til Ludvig Igras syn på mennesket som fundamentalt godt fra fødselen av. Felles for de fleste er imidlertid erkjennelsen av at når mennesket har fått utvikle evnen til å forestille seg og representere, på et indre symbolsk nivå, sine følelser og ønsker vedrørende sin eksistens, sine relasjoner og sin plass i verden, så blir det bedre i stand til å se livshendelsene i et perspektiv der hensynet til både en selv og andre trekkes inn.

Referanser:

- Vetlesen, A. J. (2005). *Evil and Human Agency – Understanding Collective Evildoing*. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- Alford, C. F. (1997). *What Evil Means to Us*. Ithaca, London: Cornell Univ. press
- Klein, M. (1975). *Love, Guilt and Reparation and other works 1921-45*. London: The Hogarth Press/ Vintage
- Arendt, H. (1965). *Eichmann i Jerusalem*. (Overs. J L Mowinckel). Oslo: Pax forlag
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist E.L. and Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. New York: Other Press
- Ogden, T. H. (1989). *The Primitive Edge of Experience*. Northvale, New Jersey, London: Jason Aronson Inc.
- Igra, L. (2001). *Den tunna hinnan mellan omsorg och grymhet*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Bjørkvold, J. R. (1989). *Det musiske mennesket*. Oslo: Freidig Forlag
- Bergson, H. (1990). *Tiden og den frie vilje*. (Overs. H. Kolstad). Oslo: Aschehoug (Orig. publ. 1889)
- Lecours, S. & Bouchard, M. A. (1997). *Dimensions of Mentalization: Outlining levels of psychic transformation*. Int J Psychoanal., 78:855-75.
- Segal, H. (1957). *Notes on Symbol Formation*. Int J Psychoanal., 38:391-97.
- Freud, S. (1992). *Erindren, gentagen og gennemarbejden*. I Køppe, S. & Olsen O. A. (red.) *Afhandlinger om behandlingsteknik*. København: Hans Reitzels Forlag. (Orig. publ. 1914)
- Freud, A. (1974). *Jeget og forvarsmekanismene*. (Overs. A. Moen) Oslo: Gyldendal (Orig. Publ. 1936)
- Britton, R. (1989). *The missing link. Parental Sexuality in the Oedipus Complex. I: The Oedipus Complex Today. Clinical Implications*. London: Karnac
- Winnicott, D. W. (1965). *The Development of the Capacity for Concern. I: The Maturational Processes and the Facilitating Environment*. Madison, Connecticut: International Univ. Press, Inc.

English Summary:

The author explores, taking as her vantage point Melanie Klein's work, the development of ethical attitudes in children and adults, and how the psychoanalytic theories have enriched our understanding of these phenomena. In particular the role of symbol formation in mental functioning is discussed. Some works from H. Arendt, A. J. Vetlesen, C. F. Alford, T. Ogden and L. Igra are also discussed, regarding their views on how human beings can become persons who do evil deeds towards another. The article highlights the importance of the internalization of good objects in a child's life.. It is also explained how psychotherapy, in addition to being therapeutic, also can be viewed as an ethical project.

Key words: Alford, Arendt, development, ethical, evil, goodness, internalization, Klein, object-relations, superego, symbol formation, Vetlesen