

Klassiker-stafet

Psykologer fortæller om en bog,
der gjorde en forskel for deres virke.

”Det er ganske respektindgydende, hvilke indsigter i den menneskelige psykologi vi stadig kan finde i hans forelæsninger”

Af Carsten René Jørgensen, *professor ved
Psykologisk Institut, Aarhus Universitet*

Der er ganske mange bøger at vælge imellem, når man skal udpege en klassiker — både fagbøger og skønlitterære værker — fx den store østrigske forfatter Stefan Zweigs hovedværk *Verden af i går*. Zweig kredser om, hvad der karakteriserer moderniteten, hvad

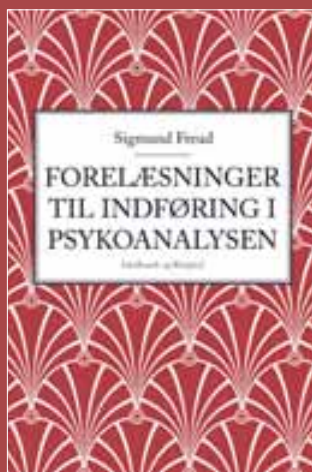
moderniteten på godt og ondt gør ved mennesket, samt ikke mindst, hvad der kan ske, hvis moderniteten og den moderne civilisation bryder sammen; kan vi falde tilbage til barbari i forskellige forklædninger, og er vi allerede i færd med dette bag vores ryg? De overvejelser han havde i årene før nazisternes magtovertagelse i Tyskland er i mine øjne stadig højaktuelle i en samtid præget af indre polarisering, populisme og valg af politiske ledere som

Donald Trump, der synes helt ude af stand til at deeskalere konflikter og er mere optaget af at varetage egne eller bestemte gruppers interesser end af

at styrke samfunds indre integration og fællesskab. Zweig har i øvrigt også skrevet skønlitterære værker præget af stor psykologisk indsigt, fx novellen *Angst*, hvor man som læser næsten helt fysisk kan mærke hovedpersonens angst og indre uro.

Men hvis jeg nu skal vælge en enkelt klassiker, må det nok blive Freuds *Forelæsninger til indføring i psykoanalysen*, hvor han relativt enkelt beskriver hovedelementerne i psykoanalysens forståelse af menneskets psykologi, psykiske lidelser og psykoanalytisk behandling. Jeg læste bogen første gang i mine tidlige gymnasieår, da jeg mere eller mindre tilfældigt faldt over den på det ganske velassorterede centralbibliotek i Svendborg – det var dengang, der var solide biblioteker, hvor man kunne gå rundt imellem kilometervis af reoler med viden, verdener og musik, man ikke anede eksisterede. Siden har jeg læst bogen flere gange, og jeg vender stadig med mellemrum tilbage til den, selvom jeg nok ikke læser og forstår den på helt samme måde nu som for, gys, snart 40 år siden.

Da jeg læste bogen første gang, havde jeg en oplevelse af, at der åbnede sig en helt ny verden; en indre psykisk verden og en ny måde at forstå mennesket, inklusive mig selv og mine egne reaktioner og subjektive oplevelser på. Fortællelser og overraskende eller uhenigtsmæssige reaktioner var måske ikke bare tilfældige, men kunne have psykologiske funktioner; de kunne være udtryk for bestemte behov, forsvar imod noget uacceptabelt og skamfuldt eller kompromisser imellem forskellige indre og ydre hensyn. Freud peger på, hvordan forstyrret adfærd og symptomer på psykisk lidelse kan være forbundet med indre psykologiske processer, der ikke nødvendigvis er bevidste for personen selv, men kan afdækkes via udforskning



*Forelæsninger til indføring
i psykoanalysen.*
Sigmund Freud
Lindhardt og Ringhof (1917)

sammen med en behandler. Freud fortæller os, at der ikke nødvendigvis er afgørende forskelle på mennesker med forskellige former for psykiske lidelser og os, der – i hvert fald indtil videre – har været så heldige, at vi ikke har opfyldt de diagnostiske kriterier for en psykisk forstyrrelse. Symptomer er ikke nødvendigvis bare tilfældige udtryk for psykiske eller biokemiske dysfunktioner i hjernen, men har ofte en mening – og derfor er det meget vigtigt, at vi som behandlere tager os tid til at lytte og høre efter, hvad vores patienter forsøger at fortælle os, både via hvad de siger, og hvad de gør i det terapeutiske rum. Hvordan er det at være lige netop dette menneske, hvordan oplever lige netop dette menneske sig selv, sine vanskeligheder, andre mennesker og verden? Og hvordan kan dette så at sige være en del af baggrunden for de vanskeligheder, dette menneske søger hjælp til at håndtere?

Mine måske vigtigste erkendelser i læsningen af Freuds forelæsninger, særligt den 23. forelæsning om overføringen og senere studier af hans behandlingstekniske skrifter, knytter sig til, at psykoterapi langt fra kun handler om, at patienten skal opnå en kognitiv-rationel forståelse af sig selv og sine vanskeligheder via indholdet af den verbale samtale og brug af en bestemt metode. Men at effekten af psykoterapi i betydelig grad også hænger sammen med, hvad der udspiller sig i behandlingsrelationen – i mødet imellem på den ene side patientens mere eller mindre ubevidste forestillinger om, at belastende mønstre fra hans eller hendes liv og relationer også vil gentage sig i den terapeutiske relation og på den anden side terapeuten evne til at rumme, bearbejde og italesætte sammen med patienten, hvad der udspiller sig i og imellem dem i det terapeutiske rum. At ikke-gentagelsen og

den fælles refleksion over vores indre og relationelle liv – og det stadige samspil imellem de to – er afgørende for, at psykoterapi kan have effekt, måske i særlig grad ved sværere psykiske lidelser.

Naturligvis er der rigtig mange spørgsmål, vi ikke kan finde svar på i Freuds skrifter, der nu har i omegnen af hundrede år på bagen. Han får også sagt en række ting om bl.a. den menneskelige seksualitet, der i dag må betragtes som i bedste fald klart ufuldstændige eller direkte forkerte. Men læser vi hans forelæsninger med den nødvendige bevidsthed om, hvor lidt vi vidste om menneskets psykologi og psykoterapi før Freud, er det ganske respektindgydende, hvilke indsigter i den menneskelige psykologi vi stadig kan finde i hans forelæsninger. Særligt hans beskrivelser af, hvordan patienten udlever og dermed viser centrale elementer af sine vanskeligheder i sin måde at agere på i det terapeutiske rum og i sine bidrag til samspillet med behandleren her-og-nu, er stadig blandt de bærende elementer i min forståelse af og arbejde med psykoterapi – selvom vores viden om den menneskelige psykologi og psykoterapi naturligvis er blevet væsentligt udvidet og nuanceret siden Freud, og psykoanalysen derfor langt fra kan stå alene. ●