

PSYKOLOGI I EN VARMERE VERDEN

Af Peter Alving¹ & Ole V. Rasmussen²

I artiklen sættes der fokus på kriser i menneskets forhold til naturen. Kriser, som får konsekvenser for menneskers liv, psyke og sundhed, nu og i fremtiden. Det gøres gældende, at psykologien er medansvarlig for disse problemer, da den har været med til at skabe begrebet om et autonomt menneskeligt individ, afsondret fra naturens verden. Der argumenteres for, at psykologien nu har et ansvar, ikke kun for at behandle psykiske reaktioner på økologiske kriser, men for at udvikle nye forståelser, både af de ændrede betingelser for menneskeligt liv – og mere grundlæggende af mennesket i dets forhold til naturen. Dualismen mellem menneske og natur fremstilles som ét af flere udtryk for den dualistiske tænkning, der dominerer psykologien i dag. I stedet skitseres en renaturaliseret kritisk og materialistisk psykologi: en psykologi, der forbliver tro mod det udgangspunkt, at mennesket kun er en ganske lille del af naturen – men stadig betoner menneskets særlige samfundsmæssige væsen og ansvar.

Nøgleord: Klimakrise og psykologi, kritisk psykologi

1. Indledning: Psykologiske reaktioner på økologiske kriser

Psykologien står over for store krav om forklaringer og forståelser i relation til stadig mere truende og ukontrollerbare forandringer i naturen – og ikke mindst over for et gryende spørgsmål om, hvordan vi skal omgås naturen på nye måder.

De globale klimaforandringer er ikke kun fysisk observerbare. De har også alvorlige konsekvenser for menneskers psykiske sundhed. Det er der en begyndende international opmærksomhed på blandt forskere og eksperter. Ekstreme vejrforfænomener, som cykloner, oversvømmelser, hedeølger og ukontrollable skovbrande, kædes sammen med en øget forekomst af depressioner, traumer, chok, PTSD og andre stresstilstande. De nyeste forskningsresultater peger også på, at stigende temperaturer kan føre til flere tilfælde af aggressiv adfærd og selvmord (Hansen, 2019).

I Danmark er der endnu ikke den store opmærksomhed på sammenhængen mellem klimaforandringer og mental sundhed. Begrebet *klimaangst* er

1 Cand.psych. og arbejder som psykolog i Børne- og Ungdomsforvaltningen i Københavns Kommune

2 Psykolog, cand.psych. med egen praksis, www.olevr.dk

dog ved at blive allemandseje, hvor det for bare få år siden var nærmest ukendt herhjemme (Kieffer, 2016). Her taler vi ikke om reaktioner på dramatiske, ekstreme begivenheder som de ovennævnte. Der er snarere tale om en slags ”prætraumatisk” tilstand (Malm, 2018) – en frygt for skræmmende begivenheder i fremtiden. Der er her tale om en mere snigende, ikke-specifik angst, der både næres af subtile og gradvise ændringer i temperaturer og vejrforhold – og af videnskabens stadig mere dystre forudsigelser, som verdenssamfundet fortsat undlader at besvare med resolut handling.

Endnu synes der ikke at være megen psykologfaglig viden om klimaangst og andre lignende psykiske problemer. Der findes dog undersøgelser, som indikerer, at ”klimapessimisme” er særligt udbredt i den tidlige voksenalder, dvs. senpuberteten til starten af tyverne (se artikel af Maria Ojala andetsteds i dette nummer). Psykiske problemer viser sig også i forbindelse med, at vild natur ødelægges og forsvinder – ikke alene på grund af klimaforandringer, men også fordi naturen må vige pladsen for menneskers stadigt voksende produktion. Der erfares i stigende grad angst og sorg i forbindelse med forandringer i landskab, dyre- og planteverden (Cunsolo & Landman, 2017).

I danske medier finder man efterhånden flere og flere beretninger om især unge mennesker, hvis klimabekymringer udvikler sig til lammende angst og/eller depression. Unge overvejer f.eks., om det er forsvarligt at sætte børn i verden – eller de bliver mere bundet til deres hjem, fordi verden udenfor forekommer truende og fuld af tegn på kommende katastrofer. Nogle prøver at søge psykologhjælp – hvor de ofte får at vide, at de har ”mistet deres distance”: De psykiske problemer individualiseres. På den måde bliver klimabekymrede unge bekræftet i, at omverdenen ikke forstår dem (Kieffer, 2016; Hansen, 2019; Kristensen & Skarum, 2019).

Der hvor mennesker er ramt af ”storme”, som naturkatastrofer og synlige ændringer i biodiversiteten, er psykologiens interventionsformer og praksis i massiv anvendelse. Nye ”diagnoser” og behandlingsformer udvikles. Men der er oftest tale om gængse praksisformer, hvor der ikke udvikles nye adækvate forståelser af de ændrede betingelser og kontekster i naturen, og hvad de betyder for menneskers psykiske helbred. Medicinske og psykoterapeutiske diskurser placerer årsagerne til f.eks. depression og angst ”inde i” individernes biologi eller kognitive og emotionelle processer (Schwarz, 2018; Brinkmann, 2020). Måske er det de klimabekymrede unge, der har en mere adækvat forståelse af, at nogle grundlæggende betingelser er i færd med at ændre sig?

I dette ”nye marked” for psykologien, hvor hjælpetilbud ”vare-liggøres” (Schwarz, 2018, p. 533) i konkurrence med andre fag, sættes der heller ikke spørgsmålstejn ved en *individualiserende forståelse* af årsagerne til lidelser og behov for hjælp. Der sker en grundlæggende *dekontekstualisering* af årsagerne til psykiske kriser og reaktioner, som i en individualiserende og essentialistisk psykologi placeres inde i et humant ”center” og en human krop.

Som i eksemplerne ovenfor, hvor et globalt problem gøres til et individuelt: manglende distance til den store verdens problemer.

Noget andet, som også udfordrer psykologien, er at menneskeheden ikke *handler* i forhold til de truende økologiske forandringer. Det psykologiske klimaparadoks, kalder Stoknes (2017) det fænomen, at den ydre trussel ikke skaber psykologiske responser, som kunne give en mere bæredygtig måde at leve på.

Og dog er der tegn på, at vi står i en brydningstid. Der opstår i disse år forskellige holdninger og etiske krav til en ”nedtur” (mere eller mindre nænsom) – hvor gennemgående begreber er ”mindre”, ”skære ned”, ”stoppe med”, ”lægge om” etc. Der argumenteres for skift fra trang til/behov for ”mere” og ”større”, mod et mindre og et andet forbrug, til ”genbrug” – og til en levevis efter strammere forbrugsvaner og/eller andre ”lystprincipper” (vegetarisk, vegansk, flyvestop, drop bilen, sænk temperaturen i boligen m.m.). Gennemgående er ofte en ”afkaldets etik”, ofte med undertoner af udskamning, skyld og – igen – en individualisering af ansvar. Der ses stigende tvivl om, hvad der er det rigtige at vælge ”i øjeblikket”, hvor man er konfronteret både med behov og trang, med usikker og omdiskuteret viden og med nye opfordringer og normer.

For os at se har psykologien to mulige typer af respons på nutidens økologiske kriser:

- 1) en individfokuseret forståelse af reaktioner på kriserne og symptombehandling af disse reaktioner eller
- 2) at udvikle en ny forståelse/nye forståelser af de ændrede betingelser for menneskeligt liv.

Det, vi vil forsøge med denne artikel, hører til kategori 2.

Et forsøg på en ny forståelse ses med begrebet *solastalgi* (Albrecht, 2017; Ryan, 2017). Et begreb, som opfanger, at sorg og melankoli i forbindelse med miljøændringer eller -kriser er en aktuel levet erfaring og reaktion på negative forandringer i omverdenen. Her er der fokus på følelser af sorg og tab i forhold til steder og kontekster, f.eks. hjemmets betydning: ”hjemve”, når hjem og omgivelser er forandret.

Per Espen Stoknes og Simon Elsborg Nygaard er to psykologer, i henholdsvis Norge og Danmark, der har haft samtaler med mange mennesker med klimaangst. Begge understreger, at det rationelle og velbegrundede aspekt af klimaangsten bør anerkendes; den bunder i en erkendelse af, at Moder Jord ikke længere er tryk og stabil. Alle de følelser, der kan opstå ud fra den indsigt, fortjener at blive udtrykt og lyttet til – de må ikke patologiseres eller bortforklares (Kieffer, 2016; Hansen, 2019).

Kritiske posthumanistiske forståelser af omverdensbetinget sorg understreger, at dette fokus på tab af levesteder udfordrer traditionelle medicinske og f.eks. psykoanalytiske forståelser af sorg og depression og indfører en mere primær objektivitet i forhold til stedets og konteksters betydning for de psykiske reaktioner (Ryan, 2017). I stedet for ovennævnte dekontekstualisering – hvor hovedvægten i forklaringen ligger på et svagt ego, tidligere traumer og tab m.m. – ”decentreres” forståelsen så at sige, hvorved steder og betingelser får betydning. Nogle posthumanistiske forståelser går videre endnu og fremhæver, at decentreringen også må omfatte naturen og ikkehumane livsformers betydning for psykiske forstyrrelser. Her problematiseres, som vi senere skal uddybe og diskutere, hele forståelsen af det ”humane” udgangspunkt, idet menneskers psykologi, sundhed og psyke ses sammenhævet med andre arter, livsformer og materialer i naturen.

Miljø- og klimaudfordringerne er samfundsmæssige problemer, og de skal gribes an som sådan – ikke gøres til individuelle problemer. Hvis spørgsmål om bæredygtig levevis individualiseres, kan det f.eks. føre til det, som Brinkmann (2017) kalder ”den elitære fælde”. Det er den fælde, som rige og ressourcestærke personer går i, når de som ”politiske forbrugere” ser ned på andre, der træffer mindre ”bæredygtige” valg – og overser, at det kræver både økonomiske og mentale ressourcer at sætte sig ind i de komplekse sammenhænge, som udgør vores forhold til vores eget naturgrundlag.

Et positivt alternativ til ”den elitære fælde” kan være, at de mere ressourcestærke vedkender sig et ansvar for at sætte sig ind i disse komplekse sammenhænge. Som et vidensområde, der handler om mennesket i dets sammensathed og deltagelse i verden, har netop psykologien her et ganske særligt ansvar. De økologiske kriser, som præger vores samtid, kalder på at psykologien redefinerer sig selv.

2. Spørgsmål til psykologien

Nogle afgørende spørgsmål til psykologien, som de økologiske kriser rejser, er: Hvordan kan de ydre trusler, såvel som krav til omstilling af behov, tænkes at fremkalde psykologiske ressourcer og et andet syn på naturprocesser, individualitet og kollektivitet? Ikke bare i forhold til f.eks. klimaangst og frustration – men i videre perspektiv: Hvordan kan sundhed, udvikling og ressourcer hos det enkelte menneske ses i nye perspektiver med udgangspunkt i klimakrisen og ændringerne i naturen? *Hvordan kan sådanne bidrag fra psykologien se ud?*

Forskellige empiriske og teoretiske retninger inden for den etablerede psykologi kan tilbyde nogle svar. De kan, som Per Espen Stoknes har påpeget, hjælpe os et stykke på vej i at forstå, hvordan vi tænker om og eventuelt handler ud fra klimafakta. Men de siger ikke så meget om, hvem vi er og hvordan vi eksisterer i forhold til naturen og dens processer (Stoknes, 2017).

Vi står med spørgsmålet: Hvordan kan vi, psykologisk set, begribe naturen og vores konkrete stofskifte³ med den på nye og adækvate måder, så vi forstår menneskets nuværende situation under klimakrisen?

I denne artikel vil vi netop formulere nogle indledende tanker til en psykologi, der kan give en større forståelse af, hvordan vi eksisterer i forhold til naturen og andre livsformer. På den måde kan psykologien bidrage til udviklingen af en mere bæredygtig levevis og mere bæredygtige samfund.

Vores nuværende psykologi mangler begreber for kriserne i vores forhold til naturen. Men der er også tale om en helt ny og hidtil ukendt type situation for menneskeheden. En situation, hvor den dybe, eksistentielle angst ikke kun handler om vores egen tilværelse som mennesker og grundvilkårene for den – vores frihed, vores valgmuligheder og vores dødelighed. Vi har længe taget naturen for givet som et forudsigeligt, upåagtet baggrundstæppe for vores menneskelige dramaer. Nu er naturen blevet uforudsigelig og uoverskuelig. Ikke som i fortiden, da vores teknologi endnu var for ringe udviklet til at beskytte os imod den, men på en helt ny måde, der netop hænger sammen med vores egen teknologi og produktion – og vores livsmåde (Brinkmann, 2017; Lykkeberg, 2019).

Udfordringerne til mennesker nu i den såkaldte antropocæne periode er af en anden art end tidligere, bl.a. fordi den natur og de betingelser, vi har taget for givet i kampen for vækst og individuel frihed (og i psykologiens kategorier), nu ”reagerer tilbage” (Malm, 2018) og skaber nye betingelser for menneskers livsførelse.

Det er derfor en utilstrækkelig tilgang blot at fokusere på et ”teknologisk fix” af klimaproblemerne på det samfundsmæssige niveau – eller på psykologiske interventioner, der kan lindre symptomer på f.eks. klimaangst. En sådan tilgang er, hvad man kan kalde *first-loop learning*, som går ud på at tilpasse sine handlinger, så man kan opnå det mål man har sat sig (her en kortsigtet tilpasning eller afhjælpning af klimarelaterede problemer). Hvis vi i stedet forstår klimaforandringerne og klimaangsten som symptomer, får vi snarere behov for *second-loop learning*, hvor vi begynder at stille spørgsmål til målene som sådan (Stoknes, 2017). Hvis klimaforandringerne ikke bare er et problem, der skal ordnes, men er et symptom på en mere omfattende krise og udfordring for menneskers levevis, kan vi spørge: Hvad fortæller dette symptom os mennesker om os selv og den måde, vi lever på? Og tilsvarende: Hvad kan psykologiske reaktioner og udfordringer, som f.eks. klimaangst, fortælle os psykologer om vores eget fag og den måde, vi praktiserer det på?

Spørgsmålet som stilles inden for filosofi, tværvideenskabeligt, og som også må stilles inden for psykologien, er hvordan videnskaber samlet kan

3 Stofskifte forstået som interaktioner og transformationer mellem mennesker og organiske og inorganiske substanser i processer som produktion, konsumtion og fordøjelse m.m. (se nedenfor og Saito, 2017, p. 63ff.)

bidrage til at udvikle kategorier for ”mulige og ønskelige fremtider og livsmåder i vore antropocæne tidsalder” (Syvitski et al., 2016). Her argumenteres der for, at videnskaberne ikke kun registrerer, gengiver og fokuserer på facts og trusler – og på usikkerhed og risici – men at videnskaben bruger tiden, så at sige, og ændrer sin rolle til at udvikle nye tilgange og nye kategorier. Kategorier, der kan lede vores holdninger, valg og handlinger hen imod en ”ønskværdig fremtid”. Hvordan kan den antropocæne tid vi lever i, med alle dens udfordringer i vores livsførelse, også fungere som ”... motor for at sætte lys på menneskelig og individuel handlen” og en ”fundamental rekonceptualisering af individuel og kollektiv menneskelig ’agency’”? (Syvitski et al., 2016, p. 352.)

Videnskabsfilosoffen Isabelle Stengers forsøger at bryde med ”business as usual” inden for forskning og syn på menneskets livsmåder, konfronteret med forstyrrelser på kloden og i naturen. Hun argumenterer for, at forskning og akademisk tænkning ikke må lede os ind i en ”no return”-proces, så vi forpasser ”the window of opportunity”, hvor vi kan handle i forhold til klima og levevis. Faren for forskere og tænkere (også psykologer) er, at de ”efterlades på altanen”, blot beskuende og diskuterende. De må tage en aktiv rolle i at skabe og ”generobre” nye måder at tænke og leve på ”i kapitalismens ruiner” (Stengers, 2019, p. 12). Hun efterlyser, at videnskaben er med til at sætte spørgsmålstejn ved vores levevis og selvforståelse – og leverer spørgsmål og svar, der bidrager til en ændret ontologi om os selv og til nye måder at leve og tænke på. Stengers anvender her Foucaults begreb *problematisering* i forhold til vores aktuelle situation i den økologiske krise (Foucault 1985, 1997).

Problematiseringer i Foucaults forstand er betingelser, situationer i vores dagligdag, der gør, at vores væren, vores liv, konkrete forhold i vores dagligdag kommer til syne for os som spørgsmål til vores situation. Betingelser, der gør, at vanskeligheder i vores dagligdag bliver til problemer for tænkningen (Foucault, 1982).

Problematiseringer er situationer og praksisser, hvor individer ledes til at fokusere deres opmærksomhed på sig selv og andre og erkende og forstå sig selv som subjekter: praksisser, der bringer dem selv og andres ”selver” i spil i særlige relationer, som tillader dem at opdage ”... nye eller ændrede sandheder om deres væren” (Stengers, 2019). Problematiseringer er ting, der ikke fungerer, det er ”rystelser og chok”, i individernes livsførelse og i relationer til andre (Foucault, 1982).

Stengers konkretiserer begrebet som ”spørgende situationer”, der udfordrer vores grunde til at gøre som vi gør, får os til at tænke anderledes og eksperimentere med hele ”ontologien om os selv”: Hvordan kan vi sanse og forstå vores omverden, vores relationer til andre, livsmåder i en anden ”realisme” end som fremskridt, vækst, individualisme, kontrol etc.? Og hvordan kan vi tænke på en anden måde end det, vi hyppigst forstår som ”fornuft” og

rationalitet: i form af abstrakte, over for omverdenen distancerende og afgrænsende kategorier? (Stengers 2019).

Givet sådanne problematiseringer i menneskers hverdagsliv, nu og i fremtiden, får vi brug for en ny og anderledes psykologisk forståelse af os selv i vores relation til naturen. I mangfoldige ”spørgende situationer” sammensat af vores forhold til naturprocesser, klimaforandringer, ekstreme vejrfænomener – og opfordringer, krav og påbud om ændret levevis og de psykiske reaktioner på alt dette – udfordres både den enkeltes ”ontologi” og forståelse af sig selv og forståelsen af forholdet til naturen. Her vil tankeformer og kategorier i psykologien, og beslægtede fag, komme på spil.

Der er tidspunkter i livet, hvor spørgsmålet om at vide, om man kan tænke anderledes end man tænker, og opfatte anderledes end man ser, er absolut nødvendigt, hvis man overhovedet skal fortsætte med at se og reflektere (Foucault 1985, p. 8).

3. Kritik af dualismerne i psykologien

Et væsentligt moment i de spørgsmål, der i stigende grad stilles til os i dagligdagen, er påvirkninger fra naturens kræfter – påvirkninger af menneskers livsbetingelser og livsførelse. Det skaber behov for en psykologi, der gør op med synet på det humane som en exceptionel livsmåde, hævet over og adskilt fra naturens processer og livsmåder. Psykologien må reflektere over, at vores aktiviteter, handlen og livsførelse ikke kun sker i et særligt humant og socialt rum, som psykologien i den grad *har* skabt viden og begreber om, eksempelvis ego, adfærdsregulering, eksistens – og af nyere art: kognition, relationer, kontekst, deltagelse. Psykologien må udvikle en tænkning, der omfatter de menneskelige individers liv i sammenhæng og udveksling med naturen og andre livsformer.

Det er heller ikke tilstrækkeligt, at det enkelte menneske og dets deltagelse alene forstås ud fra samfundsmæssige kontekster, hvor naturprocesser blot er en fjern horisont.

De forståelsesformer, som vi kritiserer her, er dels ovennævnte forståelse af det ”humane” som en helt exceptionel livsmåde, dels den ”enkelt-gørelse” af individerne, som vi vil beskrive som en ”hyperindividueret” forståelse af

konkrete mennesker (Ryan, 2017, p. 122)⁴. I det følgende vil vi fremlægge tre kritiske forståelser af måden, denne individuering foregår på:

- Vi vil først kritisere den *dualistiske tankeform*, som denne form for individuering virker ved (og som psykologien ofte hviler på).
- Dernæst vil vi blotlægge den *forståelse af naturen, naturprocesser og materialer*, som denne dualisme omfatter.
- Endelig vil vi med begrebet *interpellation* sætte fokus på, hvordan en bestemt forståelse af det enkelte individ bliver dominerende, både i dagligdagen og i psykologien.

3.1. Dualisme i individueringsprocessen

Hvis en psykologi gennem sine begreber skal italesætte forbundetheden og udvekslingen mellem menneskelige aktiviteter, andre livsformer og naturprocesser (og altså åbne for en anden form for subjektivitet), må de psykologiske begreber om bevidsthed, tænkning og emotionalitet bryde med en gennemgående forståelse om en *dualisme* mellem genstande i vores livsværen og deres passive repræsentation i tænkningen – og en dualisme mellem vores tænkning og vores krop.

Det første skridt er her at undersøge baggrunden for de dualistiske begreber om menneskets tænkning, som gennemsyrrer hovedparten af moderne psykologi. Vi griber her tilbage i tiden til to filosoffer, hvis tanker og forskellighed er grundlæggende, henholdsvis for den dominerende psykologi og dens ontologi – og for det alternativ, vi søger: René Descartes (1596-1650) og Baruch de Spinoza (1632-1677). Først Descartes, som er en central figur i udviklingen af den ontologi, vi kritiserer.

Selv om de fleste i dag eksplicit distancerer sig fra Descartes, ser man ofte implicit demonstreret, at psykologers tænkning er helt domineret af kartesiansk (dualistisk) logik. Mange psykologer vil f.eks. fremhæve, at Descartes' tænkning var problematisk, fordi han mente, at krop og psyke ikke hænger sammen. De forsikrer – når talen falder på dualisme og Descartes og det såkaldte mind/body-problem – at man i dag ved, at krop og psyke ”hænger sammen”.

Den kartesianske logik røber sig her i selve måden at stille spørgsmålet op på – som om psyke og krop er to ”ting” eller to substanser: en tænkende

4 I nyere biologi er man også kritisk over for et ophøjet humant individbegreb og arbejder med begreber som ”holobiont”, som betegner en organisme, også en menneskelig organisme, der udgøres af alle de sammensætninger af arter, der tilsammen udgør en økologisk enhed. I stedet for et humant individ ses på organismer som helheder, økosystemer, hvor alle dele er i en konstant ”forhandling” om at høre til eller blive udelukket. At skabe verden og verdener er desuden ”... not limited to humans” (Tsing, 2017, p. 4).

substans og en udstrakt substans⁵, der er hver for sig, hvor man så får brug for begreblige ”broer” mellem dem. Megen psykologi bygger på en moderne idé om den rent fysiske ”ydre verden”, hvorved ”psyken” bliver henvist til en ”indre verden”. Hermed er vejen banet for, at kroppen og verden kan beskrives rent matematisk-fysisk som henholdsvis en krop uden sjæl og som en verden, der ikke er besjælet (Esposito, 2015; psykolog Anders Thingmand, personlig kommunikation).

Den dualistiske tankeform er altså stadig helt dominerende i vore dage, hvor ”det psykiske” generelt opfattes som noget indre – der samtidig har en særstatus i forhold til den omgivende fysiske verden, inklusive ens egen krop. For mange mennesker gælder det, at deres krop og de naturprocesser, de indgår i, ikke forekommer at *være* dem. Vores krop og vores materielle bevægelser i naturen er ikke noget, vi *er*, men noget, vi *har*. Kroppen er blot et nødvendigt hylster, og naturen en ramme for ”det rigtige mig”, dvs. psyken eller intellektet. De basale biokemiske processer, som pågår hele tiden i vores egen krop, er fremmede for mange (Jespersen, 2015).

Hvis man ikke engang er fortrolig med det, det foregår i ens egen krop, hvor fremmed må man så ikke være for de relationer og systemer, der findes i den ikkemenneskelige – eller netop: mere-end-menneskelige – natur? Eller sagt på en anden måde: Hvordan skal vi kunne begribe den måde, vi indgår i naturens store stofskifte på, når vi ikke engang kender til stofskiftet i vores egen krop?

3.2 Forståelse af naturen

Det er det selvsamme problem, vi ser i den konventionelle psykologis stedmoderlige behandling af naturen og menneskets relation til den. Hjernen og individet har været i fokus; økologiske anliggender var noget, man studerede i en helt anden afdeling af videnskaben. På den måde har psykologien gjort sig medskyldig i passiv klimafornegtelse, påpeger økopsykologen Per Espen Stoknes:

Selv nå som stadig flere anerkjenner at det indre og ytre henger sammen, at økologi påvirker psykologi og vice versa, så fortsetter mange psykoterapeuter å arbeide som om psyken kan bli fikset mens lufta fortsatt misbrukes og skitnes til (...) Men det gir ikke mye mening å fortsette å jobbe med egenutvikling og individualistisk psykoterapi hvis yrket dit og samfunnet du er en del av, utrydder det terapien prøver å redde: en følelse av å høre hjemme i verden (Stoknes, 2017, p. 283).

5 Descartes opererede med to forskellige substanser: en tænkende ting (”psyken”) og en fysisk udstrakt ting (kroppen). Spinoza gjorde op med denne tankegang om to *væsensforskellige* substanser og talte i stedet om to attributter (tænkning og udstrækning), der er forskellige udtryksformer af *én og samme substans* (den uendelige og skabende natur). Se f.eks. Deleuze, 1988, p. 51ff.

Hvad der gælder for menneskets selvopfattelse, gælder også for måden, vi ser os selv på i forhold til naturen: Den er stadig domineret af kartesiansk logik. De fleste psykologer opererer med kategorier om en menneskelig frihed, autonomi o.l., samtidig med at de forudsætter en determinisme i naturens verden. Med andre ord opretholdes der en dualisme og et modsætningsforhold mellem den humane og den naturlige verden (Sharp, 2011).

Foucault har et godt begreb for, hvad psykologien som videnskab har gjort ved at afgrænse sig i forhold til naturen: Psykologien har ”erobret” og ”totaliseret” en måde at forstå livet på; livet, som egentlig er en kompleksitet af relationer til mange andre processer og livsformer end de ”humane” (Foucault, 1998, p. 252). Vi har så at sige tegnet en boble omkring noget af verden og sagt, at intet udefra må komme ind, og intet indefra må komme ud. Og det er os, psykologerne, der har forstand på det, som er inde i boblen.

Denne erobring har givet psykologien ”succes” på den måde, at faget har sikret og afgrænset en særlig magt og jurisdiktion, en privilegeret forståelse – og en særlig professionalitetsform. Til gengæld har psykologien i og med denne ”humanisering” også lukket øjnene for, at vores relationer, aktiviteter og samfundsmæssige produktion er dele af og sammenvævet med mangfoldige andre livsprocesser end de humane.

3.3. Hyperindividuering som en form for interpellation

Den omtalte hyperindividuering, hvor forståelsen af det enkelte menneske minimeres til et abstrakt, adskilt, exceptionelt, ”humant” individbegreb, er psykologien ikke eneansvarlig for – selvom den har bidraget til den. Det er en form for individualisering, som er specifik for en særlig samfundsmæssig produktionsform og historisk periode. Vi skal i et efterfølgende afsnit indkredse det væsentlige i den produktionsform, som kommer til udtryk i individueringen. Måske har denne produktionsform og individueringens måde på nuværende tidspunkt *nået sin grænse* – og kan problematiseres og forandres – i retninger, der er mere adækvate og bæredygtige for vores liv på kloden.

Vi kan i så fald begynde at søge nye forståelser af, hvordan det enkelte menneske bliver til og lever – forståelser, der forbinder individers tilblivelse tæt til samfundsmæssige relationer og til stofskiftet med naturen.

Louis Althusser⁶ begreb interpellation (Althusser, 2016) giver os mulighed for at forstå, at den måde, vi bliver konkrete subjekter på, den måde, vi forstår os selv og (gen)kender os selv på, sker i samfundsmæssige praksisformer, der hele tiden former og transformerer os. Det gælder også vores del af relationer til konkrete naturprocesser og -materialer, sådan som de i praksis er vævet sammen med sociale kontekster. Interpellation er den måde, hvorpå samfundet gennem praksis, ritualer og kommunikation, i institutionelle og relationelle felter, henvender sig til os på, tiltaler os, ”rekrutterer” os

6 Althusser var som marxistisk filosof også inspireret af Spinozas filosofi.

– gør os til medlemmer af samfundet (og en del af naturen) på en særlig måde.

Vores indgåen og udveksling med materialer og naturprocesser ”interpelleres” også i konkrete praksisformer, og det på en alt for ”enkel” måde: Den enkeltes relationer til andre, og til naturprocesser og fysiske materialer, træder i baggrunden eller forsvinder helt ud af billedet. Althusser beskriver kritisk den altdominerende form for individuering, som i praksis gør os til de individer, der ser os selv som autonome agenter – som *centeret* for og oprindelsen til perception og handling m.m. I denne form for subjektivitet vender vi forholdet til natur og samfundsmæssige kontekster om, og vi ser os selv som *enestående årsager*.

Et billede på denne omvendte opfattelse findes i Jean de la Fontaines fabel (se Sharp, 2011, p. 64) om en flue og en hestevogn med kusk. Fluen tror, det er den, der med sin summen og stik driver vognen af sted – at den er den enestående årsag til al denne bevægelse. På en lignende måde kan vi i vores enestående ”humane” subjektivitet opleve, at vi er et enestående center, når vi indgår i diverse processer i samspil med andre kræfter.

Denne såkaldte imaginære oplevelse af vores subjektivitet udelukker andre oplevelser af handlekraft og betydning, der *ikke* frakobler sammenhænge og betingelser: Den har store omkostninger for individet, der – ofte støttet af psykologiske ideologier og teorier – forledes til at tro, at det kan opnå en udelukkende indrepsykisk autonomi og frihed konfronteret med dagligdagens magtfulde sociale og naturlige kræfter og nødvendigheder. Ole Dreier udtrykker det sådan her:

Having full command over her activity saves the individual from external determinism but the contradiction between being determined by the world and/or determining the world through command over one’s individual activity persists. It is mostly argued that the internal command only becomes possible by developing powerful, general internal capacities which enable a general command over activity precisely because these internal capacities are general. The individual, the I, or the subject, is then *a commander general* (Dreier, 2019, p. 2, vores fremhævnings).

Udfordringen er at gentænke og reformulere det psykiske, tænkning, emotionalitet m.m., altså det, psykologien ”med succes” har afgrænset til det ”indre”, *i* dets forhold og forbundethed til individernes daglige relationer og sammenhænge i samfundet, indbefattet *forholdet til naturen*.

Culture, society and history are then not external to their functioning and course but in them. It takes profound reconsiderations of the internal to connect it adequately with subjects’ ongoing participation in and across culturally arranged social practices. This is the challenge we face (Dreier, 2019, p. 5).

Spørgsmålet er altså, hvordan vi også kan inddrage *de livspraktiske forhold til naturen*, naturprocesser, stofskiftet med naturen i produktion/konsumtion i en kritisk psykologisk gentænkning af ”det psykiske” og overvindelse af dualismen i psykologien. Med andre ord: Hvordan kan vi ophæve vores ”totaliserede boble” og i stedet se sammenhænge og forbundethed?

4. På sporet af et alternativ

Som vi skal se, er der svar at finde hos Spinoza, der på den mest radikale måde har kritiseret Descartes’ dualisme. Spinozas filosofi er på mange måder også en psykologi om individet i samfundet og naturen. Det gælder først og fremmest i værket *Etik* (Spinoza, 1996).

Flere har på det seneste anvendt Spinozas filosofi i et forsøg på at ”renaturalisere” forståelsen af menneskers liv og udfordringer i dag.⁷

Det vi vil med denne artikel kan ligeledes kaldes for en renaturalisering af psykologiske kategorier. Vi vil med andre ord skitsere en psykologi, der tager udgangspunkt i, at mennesket ikke er adskilt fra, men er en del af naturen.

Descartes’ dualistiske tænkning har, med sin fremhævelse af menneskets frihed isoleret fra nødvendigheder i vores livsverden, været dominerende gennem psykologiens og psykiatriens selvforståelse og praksis – mens Spinozas tænkning har været for provokerende for vores moderne rationalitet og ude af takt med videnskabelige og industrielle fremskridt og vækst. Spinozas kritik og idéer er dog forblevet levende blandt nogle få filosoffer og psykologer (Kraemer, 1982) – og de kan nu sættes i forgrunden i en psykologi, der vil gentænke sammenhængen mellem frihed og nødvendighed.

Som en anskueliggørelse af, *hvorfor* en tilbagevenden til denne 350 år gamle filosofi og psykologi er nødvendig, vil vi fremlægge forskellige nyere forsøg på at overskride psykologiens dualisme og hyperindividuering. Heri indgår nogle steder en delvis inspiration fra Spinoza; men alle de pågældende forsøg er for os at se ufuldstændige og uforløste. Ud fra disse ”huller” og mangler vil vi finde vores afsæt til at indføre Spinoza netop dér, hvor hans perspektiv er nødvendigt for en ny psykologisk tænkning.

7 Balibar, 2016, 2020; Deleuze, 1988, 1992; Macherey, 2011; Read, 2015; Sharp, 2011; Williams, 2014. Begrebet renaturalisering er oprindeligt formuleret af Sharp (2011). Hos os får begrebet dog en noget anden betydning, end det har hos Sharp – idet vi også inddrager betragtninger om menneskets produktion, og hvordan den griber ind i naturens processer.

4.1. Opgør med dualismen i vores begreber om tænkning

En psykologi, der vil forstå mennesker i deres komplekse udveksling med naturen, må kunne begribe fænomenet *tænkning* som en begivenhed og bevægelse, der finder sted i relationer med andre mennesker, materialer, og naturprocesser. At tænkning ikke kun foregår ”kognitivt”, dvs. isoleret i hjernen eller psyken.⁸

Psykologen Evald Ilyenkov har leveret oplæg til en sådan immanent forståelse, hvor tænkning ses som en psykisk og kropslig aktivitet og bevægelse, der indgår i *kredsløb og processer*, i forhold mellem individer og genstande i bred betydning (Ilyenkov, 1974). Ilyenkov bygger her på tanker fra både Spinoza, Hegel og Marx.

Den konkrete erkendelse af kredsløb og deres betydning er afgørende for en bæredygtig levevis. Og derfor må tænkning begribes som en særlig aktiv proces i bevægelse i vores relationelle, materielle væren: ikke (transcendentalt) som en operation i en ”hjerne” alene, ikke som en kognition i et individuelt tænkende subjekt/jeg sat dualistisk over for kroppen og over for virkeligheden. Her er Ilyenkov relevant, når han fremhæver, at *tænkning og krop er ét*: et tænkende legeme. Og tænkning er her en proces af bevægelse, tilpasning og forandring mellem ting og legemer. Tænkning udfører sin ”løbebane” i rummet og koordinerer udformningen af sin egen bevægelse med andre legemers form og distribution, uanset hvilke slags legemer det er.

Ved at forstå tænkningen sådan, altså som en aktivitet og bevægelse i verden blandt alle andre ting, kan vi overskride den isolerende individuelle tankegang, vi kritiserede ovenfor. Så forstår vi i stedet tænkning som en *relationel naturlig proces* – i betydningen: ikke kun en humant centreret funktion. Vi ser tænkningens bevægelse som en proces, der udvider sig konstant, hele tiden favner nye ting og former for liv, som den både har konsekvenser for og tilpasser sig aktivt og plastisk til.

Tænkning kommer således ikke før handling – og er heller ikke handlingens resultat. Tænkning afstedkommer ikke bare kognitive repræsentationer, men er, som begivenheder, både tilpasning og forandringer i kroppen, mellem kroppe – og i andre kroppe; og disse bevægelser afstedkommer forandringer i kroppes og tings positioner i forhold til hinanden.

Ilyenkovs beskrivelse af tænkning som bevægelse og relationel proces er væsentlig, hvis vi vil forstå menneskelig aktivitet som forbundet til, og *havende konsekvenser for*, livsformer og den måde, hvorpå vi omgås genstande i vores dagligdag. Denne forståelse er gået delvist tabt i nyere psykologiske teorier om menneskets tænkning og kognition i sociale og samfundsmæssige

8 I psykologien o.a. dominerer et begreb om tænkning el. kognition o.l., hvor tænkning opfattes som en operation, der har sit udspring fra en overordnet essens, og som i psykologiske beskrivelser og analyser (som kognitive begreber, stil, niveauer o.l.) alt for hurtigt skilles fra tænkningen som bevægelse og dens enhed med det, der tænkes over – og ikke mindst fra relationer, hvor naturprocesser og vores krop indgår.

kontekster. Men desværre leverer Ilyenkov, trods sin inspiration fra Spinoza, ikke bredere alternativer til en almen psykologi, hvor det menneskelige individ er exceptionelt og isoleret fra naturen og andre livsformer. Selvom han bidrager til at decentrere forståelsen af tænkningens proces, viderefører han ikke denne decentrering i en forståelse af individet og dets øvrige psykiske liv.

4.2. Opgør med dualismen i vores forhold til naturen

Kritikken af Descartes, og forsøg på at overskride den dualistiske tænkning, indgår i flere nyere forsøg på at udvikle filosofi og psykologi i relation til kriserne i naturen.

En eksponent for en sådan filosofisk retning er Bruno Latour (og med ham flere psykologer og antropologer). Latour tager Descartes til indtægt for en dualisme mellem natur og samfund. Som alternativ opstiller han kategorier om de processer, som også er udgangspunkt for denne artikel: processer i naturen, der er løbet løbsk, processer, der indbefatter naturens materialer og andre livsformer end mennesker. Latour betragter sådanne fænomener som ”hybride objekter”, hvor det ikke er muligt at skelne mellem samfundsmæssige og naturlige elementer (Malm, 2019, p. 159).

Samme tænkning ses også f.eks. i den såkaldte ”nymaterialistiske psykologi” (Donna Haraway, Karen Barad m.fl.) – i form af en ontologi, der tager udgangspunkt i vores forbundethed med andre livsformer i naturen som ”følgesvende” og som ”sammenviklinger”. Her ses der på de ”tavse humane/ikkehumane transaktioner og forbundetheder” (Ryan, 2017, p. 126). Som et fremskridt i en sådan ontologi fremhæves, at den ”... er i modsætning til fantasierne om ikkekropslighed og autonomi nedarvet fra humanismen”, og at den ... integrerer menneskelig subjektivitet i de materielle krav fra steder (*places*) gennem kropsliggjorte erfaringer og bevidsthed i form af tavse menneskelige-ikkemenneskelige transaktioner og forbundethed (Ryan, 2017, p. 126).

Overordnet har Latour, og nymaterialistiske psykologiske teorier, fat i et væsentligt udgangspunkt: *at se alle tings sammenhæng med naturen*. Latour fremhæver begrebsligt denne sammenhæng som ”hybrider ”: at det væsentlige ikke er at skille samfund og natur, men at komme ud over denne dualisme og se, at alt er sammenvævede enheder. Men som Malm (2018) fremhæver, er det en problematisk opfattelse, hvis: ”Being mixed means being one” (Malm, 2018, p. 47) – altså det er problematisk, hvis *det ikke er muligt* at skelne, hvor det menneskeskabte ender, og naturen begynder. Og det er netop, hvad der er på spil i de omtalte postmoderne, nymaterialistiske tilgange. Det er problematisk, for i vores liv i sammenhænge med naturprocesser og ting er der sammenblandinger og ”synteser” af komponenter, hvor det både er muligt og er væsentligt at skille komponenterne ud fra hinanden analytisk. Hvor ville f.eks., som Malm nævner, den medicinske forskning i konsekvenserne af rygning være henne, hvis man skulle gå ud fra, at kategorierne to-

baksrøg og lungevæv ikke længere kunne holdes ude fra hinanden, i det øjeblik de blev kombineret i rygerens krop?

Med dette hybride perspektiv ønsker Latour og nymaterialismen at overskride en dualisme som den, Descartes stillede op mellem krop og tanke – her en dualisme mellem natur og samfund. Men Malm fremhæver, at det at opfatte sammenhænge som forskelsløse enheder, hvor man benægter forskellen mellem samfundsmæssige og naturlige elementer og processer, ikke er et reelt alternativ til en dualisme – kun en konsekvens af den: Forholdet mellem menneskelige samfund, andre livsformer og naturen i det hele taget bliver ikke forstået på en alternativ måde i forhold til Descartes.

I et forsøg på at begribe vores forbundethed med naturen må vi altså undgå en tankeform, hvor forskellige samfundsmæssige komponenter og naturlige ditto overhovedet ikke kan differentieres eller skilles fra hinanden analytisk. Og det er vigtigt ikke at benægte forskelle mellem menneskeskabte og naturlige processer og sætte det humane ind i en ikke-begrebsliggjort parentes.

Faren ved en sådan tankeform er, at de særlige samfundsmæssige – og konkrete sociale og teknologiske – ressourcer og betydninger, i sammenvævninger og forbundetheden med naturen, overses, f.eks. i analyser af menneskelige og psykiske fænomener. F.eks. er det, som det påpeges i en artikel om omverdensbetinget sorg og depression,⁹ væsentligt at se på steders, hjemmets og *naturlige omgivelser*s forbundethed og konkrete betydning for sorgen og ødelæggelsen af den kropslige og sanselige oplevelse af ”hjem” (Ryan, 2017, p. 129). Men det er også vigtigt at forstå, hvordan ”hjemmet” er sammensat af konkrete samfundsmæssige og teknologiske muligheder, som konkrete mennesker er knyttet til. Det er især vigtigt for at kunne arbejde med oplevelsen af tab og overvinde den, f.eks. terapeutisk.

I sin kritik af Latour og ”nymaterialismen” argumenterer Malm for, at vi skal se samfundet og naturen som forskellige fremtrædelsesformer af den samme substans – naturens substans – præcis som med tænkningen og kroppen. Naturen er en grundlæggende substantiel helhed af processer, der fremtræder og udtrykkes i mange forskellige former og egenskaber. Denne tænkning forfines i Spinozas filosofi (som Malm ikke direkte relaterer til, men som vi skal uddybe nedenfor), hvor naturen som skabende proces og substans udtrykkes i mange forskellige former og måder, og hvor menneskelige livsmåder og fællesskaber også er sådanne udtryk. Dette filosofiske udgangspunkt kaldes *monisme*: at alting er udtryk, kombinationer og måder, som er skabt, forskelligt, ud fra naturen som en (skabende) substans.

9 Omverdensbetinget sorg og depression ses mere og mere i kølvandet på naturbetingede kriser, f.eks. storme og brande. Som tidl. fremhævet bruges betegnelsen/diagnosen ”solistalgi” af nogle psykologer. Det er derfor væsentligt, hvordan tabet og det, der mistes, forstås konkret psykologisk, og at psykologien herom ikke bliver offer for en udifferentieret ”hybridisme”.

Malm fremhæver at vi mennesker, som de særlige livsformer vi er, historisk set har udviklet væsentlige *samfundsmæssige* ”egenskaber” og relationer. Han fremhæver Karl Marx’ historiske materialisme som et forsøg på at udvikle en sådan tænkning (Malm, 2018, 2019). Som vi skal se i det følgende, er Marx’ tænkning også relevant, både for at forstå menneskets destruktive forhold til naturen og for, hvordan vores særlige ansvar og handlemuligheder kan forstås psykologisk, så vi styrer fri af den grøft, Latour har gravet.

4.3. Frihed og determinisme – et dilemma

Opgøret med den hyperindividuerede livsform (Ryan, 2017, p. 122), og med dualismen mellem psyke og natur, fører os videre til et dilemma for psykologien. Hvis det er illusorisk at postulere det enkelte menneskes frihed som en modsætning over for naturens deterministiske verden – betyder det så, at friheden som sådan er en illusion, som vi må frigøre os fra, hvis vi vil holde op med at ødelægge vores eget livsgrundlag? Og hvis friheden er en illusion, hvad bliver der så af menneskets ansvar for at værne om naturen?

Modsætningen – og syntesen – mellem frihed og determinisme er et gammelt problem i almenpsykologien, og det bliver accentueret af vores aktuelle forhold til naturen. Ud fra et materialistisk standpunkt må vi fastholde, at den menneskelige psyke er sammensat og skabt af noget, der fungerer lige så deterministisk som den øvrige natur. Samtidig synes friheden at være psykens adelsmærke (Schultz, 1997). Hvordan kan disse to perspektiver ses i sammenhæng på en meningsfuld og ikke-dualistisk måde?

Som nævnt er der et forhold, der klart markerer en forskel på mennesker og naturens verden i øvrigt. Forholdet gælder ikke det enkelte menneske isoleret set, men derimod de samfund, som mennesker lever i. Vores samfund udvikles nemlig i relationer og systemer, som ikke fungerer andre steder, end når mennesker samarbejder eller koordinerer deres aktivitet/virk-somhed (ikke blot med hinanden, men netop også i forhold til så meget andet, som vejrforhold, dyre-migrationer etc.). Sammenhængende hermed udvikles andre fænomener, som kun findes i menneskesamfund – såsom symboler, kulturelle betydninger og værdier. Kulturelle værdier og betydninger kan få mennesker til at opføre sig på måder, der afviger fra eller endda går på tværs af vores umiddelbare biologiske behov, f.eks. stofskiftemæssige betydninger (når visse fødeemner tabuiseres som værende ”urene”), formeringsmæssige betydninger (når bestemte seksuelle forbindelser tabuiseres som ”syndige”) etc. (Schultz, 1998).

Alle sådanne kendetegn ved menneskelige samfund – samfundsmæssige relationer, betydninger, symboler, kulturelle værdier, arbejde og kapital m.m. – er udtryk for vores evne til at skabe samfundsmæssige standarder for adfærd, som er *overindividuelle*.

Schultz (1998) argumenterer for, at det afgørende her – evolutionært set – er evnen til at synkronisere affektbevægelser og affektlyde. Aber kan i no-

gen grad prætere ("efterabe") affektudtryk fra artsfæller. Men de kan også – momentvis – holde deres affektbevægelser i samme *takt* og holde deres affektlyde i samme *tone* (hvor både takt og tone forstås helt bogstaveligt). Det kan f.eks. ses, når de gør fælles front mod en fjende, hvor de imiterer hinandens skrig og armbevægelser i et næsten ensartet mønster. I sådan et øjeblik kan de alle blive grebet af en helt ny slags adfærd:

Pludselig er der ikke længere nogen, som imiterer andre. Alle følger en standard i lyde og bevægelser, og den er *overindividuel*. Standarden er en realitet i omgivelserne. Den er der, og man kan følge den eller lade være (Schultz, 1998, p. 61).

Dette kalder Schultz for *kulturens prototype*. At skabe prototyper er en evne til synkronisering, til i praksis at skabe en standard, en model for praksis, som kan følges kollektivt. Hos mennesket har denne evne udviklet sig til *et særligt niveau* (se f.eks. Nissen, 2014).

Det væsentlige her er, at mennesket, qua sin evne til at skabe overindividuelle¹⁰ praktiske og kulturelle standarder og betydninger, har opnået et særligt forhold til naturen og dens determination. Men i og med dette udviklingsmæssige skridt er mennesket også blevet bundet på et nyt niveau. Vi er nemlig afhængige af at tilhøre en kultur, et samfund, et kollektiv – og på mikroniveau: være del af sociale helheder, kontekster. Mennesket kan ikke leve uden rammer og relationer; uden samfundsmæssige standarder og betydninger, inden for hvilke det kan "iscenesætte" sit liv. Vi er afhængige af at have kulturelle værdier, standarder for praksis – og teknologiske objekter (Stiegler, 2016) – og disse behov er svære at fravælge, uden at det sker i (forhold til) andre og ændrede standarder og praksisser. Mennesket har således opnået en frihed i det sociale liv, som er betalt med et kulturelt og relationelt bånd.

Derfor er det også værdierne og standarder for praksis, der bringer os i valgsituationer. Ægte valgsituationer er jo nemlig noget ganske andet end valget mellem pizza eller sandwich til frokost. Ægte valgsituationer er ikke tilfældige – de sker, når forskellige standarder for praksis, som rutiner og vaner, problematiseres eller kommer i konflikt med hinanden (Foucault, 1997; Stengers, 2019; Bertelsen, 1997). Valgsituationer er situationer, vi bli-

10 Måske er det bedre at benævne disse praksisser "mere-end-individuelle" snarere end "overindividuelle". For individer er med i at konstituere, producere, vedligeholde og bestandigt udvikle standardiserede praksisser. Andre har i forskellige optikker kaldt sådanne praksisser for transindividuelle relationer (Balibar, 2016, 2020, efter filosofen Gilbert Simondon), sociale praksisser i samfundsmæssige kontekster (Dreier, 2008, 2019) og transaktionelle relationer (Roth, 2019). Det væsentlige er, at flere psykologer o.a. forsøger at overskride et isoleret individuelt og intrapsykisk perspektiv og at overvinde de skitserede begrebslige dualismer, når forholdet frihed og determination skal forstås.

ver sat i, udfordret i – vi vælger dem ikke selv. Konflikten kan f.eks. opstå mellem en konkret praksis og værdi om at skaffe størst mulig nydelse for sig selv og sine kære – og så en praksis, hvor det at overlevere verden og naturen i en forsvarlig stand til næste generation indgår som målestok og standard.

Det store spørgsmål i dag m.h.t. frihed og determinisme stilles ikke blot inden for rammerne af en humanistisk ontologi. Spørgsmålet er nu, mere end nogen sinde, hvordan vi skal betragte begrebet frihed og det enkelte menneskes ønske om at være fri fra tvangen ved at være determineret, f.eks. af naturens kræfter og nødvendigheder? Og hvordan skal man betragte enkelte menneskers ønske om at handle i relation til de forhold i naturen, der truer os, både globalt og i hverdagen?

4.4. Kan fri vilje og determinisme forenes?

Et synspunkt, der forener den frie vilje og determinismen, er det, som Bertelsen (1997) betegner *den analytisk-funktionalistiske tilgang*, hvor vi kan opnå visse frihedsgrader gennem indsigt i forskellige funktionsmåder og forbundetheder, vi ikke selv individuelt er herre over. Bertelsen kalder det også ”frihed som indsigt i nødvendighed”. Dette aspekt af friheden går igen under diverse betegnelser i forskellige psykologiske teorier (psykoanalytisk, eksistentiel og kritisk psykologi).

Bertelsen argumenterer for, at den menneskelige frihed også har et andet aspekt. Det betones særligt inden for den eksistentielle psykologi. Det er det aspekt, som Bertelsen kalder ”frihed som skabelse”, det vil sige: ”... skabelse af nye betydninger for tilværelsen, nye værdier, i overensstemmelse med principper, som ikke følger af de funktionalistiske lovmæssigheder” (Bertelsen, 1997, p. 22).

Således forstået er den skabende frihed et kollektivt fænomen, ikke et individuelt – eftersom kulturelle betydninger, værdier og sociale praksisser opstår i fællesskaber af mennesker.

4.5. Frihed i nødvendigheder

Vi betragter altså skabende frihed som en menneskelig kapacitet, der kun aktualiseres, når vi indgår i fællesskaber med hinanden. I en renaturaliseret psykologi må dette fællesskabsperspektiv udvides, så det også omfatter den ikkemenneskelige verden og de relationer til naturen, som vi er en del af. I Spinozas filosofi finder vi sådan et udvidet fællesskabs- og frihedsperspektiv:

... man kan ikke nyde frihed alene. Menneskelig handling er ikke nogen soloøvelse, men konsekvensen af et faciliterende affektivt miljø, der indbefatter uendeligt mange menneskelige og ikkemenneskelige kræfter (Sharp, 2011, p. 34).

Hvis vi skal gøre op med en hyperindividuering psykologisk forståelse af det enkelte menneske, og ”renaturaliserer” forståelsen af individets tilblivelse som forbundet med konkrete *nødvendige* naturprocesser, får vi et dilemma, hvis vi samtidig vil fastholde individers ansvar i og over for naturen. For ansvar forudsætter frihed. Det er her, vi finder inspiration i Spinozas tanker om det enkelte individs mulighed for frihed.

Spinoza trækker forbindelsen mellem natur og frihed på den måde, at menneskelige individer er livsformer, måder, som naturens nødvendigheder udtrykker sig ved (hvilket for menneskers vedkommende også sker gennem særlige samfundsmæssige relationer og livsformer):

”... mennesket er et på samfundsliv anlagt dyr”
(Spinoza, 1996, p. 153).

Indvinders essens er for Spinoza at være sammensatte, som den øvrige natur også er. Som en lille, men særlig del af naturen er vi under en stadig determineret ”kompletteringsproces”, som kan gå mange forskellige veje (Bali-bar, 1996). Her er vejen til frihed og frigørelse en stadig kamp: Frihed er at erkende, og være aktiv i, denne sammensathed – og erkende, at den både handler om samfundsmæssige, sociale forhold og om forhold i naturen. At forstå de ”kausale determinationer”, den måde, vi i enhver situation er påvirket og sammensat på (Armstrong, 2009; Macherey & Bundy, 2012) er *at udvikle sig fra passivitet og afhængighed til aktivitet og frihed*. ”At være determineret” får en ny kvalitet. Tænkning er for Spinoza en af naturens kendetegn (attributter) – en *relationel proces*, der prøver at være i og forstå ting og relationer (jf. Ilyenkov ovenfor). I de højeste former for tænkning kan vi få indsigt i, hvordan vi indgår i kæder af nødvendigheder og er/kan være aktive i dem. Vi kan nå frem til at erkende *vores egen natur* og essensen af den som en forudsætning for aktivitet og frihed. Denne tæknings *adækvate* kvalitet, som Spinoza kalder den, og de muligheder den giver, skal vi senere uddybe.¹¹

Man kan sige, at vi netop er ufri, så længe vi ikke er bevidste om, hvor determinerede og sammensatte vi er. Og vi er ufri, så længe vi ikke prøver at blive mere bevidste om alle de menneskelige og ikkemenneskelige faktorer og konsekvenser, som vores handlinger afhænger af – og som vi derfor er mere eller mindre determinerede af.

Denne forståelse af frihed og nødvendighed indebærer, at vi altid og allerede er i nødvendighedens favntag – også når det handler om at agere i forhold til naturens processer. Nødvendigheder, især dem, vi har udviklet i samfundsmæssigt standardiserede praksisser, giver os en rigdom af forskellige

11 Her som i senere afsnit er vores fremstilling i vid udstrækning baseret på forskellige senere læsninger af Spinoza samt egne fortolkninger af Spinozas begreber.

handlemuligheder. Det betyder, at vi i naturen, og som natur på en særlig måde, udgør en *særlig kraft*, både med potentiale for at bygge og skabe – og for at true og destruere naturens processer. I og med denne kraft har vi også et *særligt ansvar* i forhold til naturen.

På den her måde kan vi på én gang fastholde, at mennesket er en del af naturens nødvendigheder og ikke står over den eller uden for den – og at mennesket har et særligt ansvar i forhold til den øvrige natur. Vi er nok ”både den eneste art, (1) der kan blive i tvivl om vores plads (kollektivt og personligt) i den økosystemiske verdensorden, og (2) for hvem det at finde vores plads i den kræver en bevidst proces og dømmekraft” (Maiteny, 2012, p. 50).

Ansvar forudsætter frihed – uden en vis handlefrihed, som altså også er en bevidsthed om vores delagtighed i nødvendigheder, kan der ikke være noget ansvar. Også friheden til at vælge mellem artens selvudslettelse eller fortsatte beståen er en fælles frihed. Den kan realiseres i fællesskaber af mennesker, ikke som et isoleret individuelt fænomen.

5. Politisk økonomi og renaturalisering af psykologiske kategorier

I dag består den store politiske – og også psykologiske – udfordring i at begribe de mange forskellige kombinationer af samfundsmæssige og naturlige ”materialer” og processer: kombinationer af naturprocesser og produktion (som f.eks. dyrefarme, olieindustri, tøjproduktion), der ikke tager hensyn til naturens kombinationer og vitale processer¹². Vi er ansvarlige for, at der udvikles processer, som vi ikke kan kontrollere – men som vi er initiatører og agenter i. Når vi er ”årsager” og ”aktive”, virker vi, som del af den skabende natur, ind i nødvendigheder – på måder, der får konsekvenser for vores handlemuligheder. De fremherskende psykologiske begreber om tænkning, handling og frihed vedligeholder problemet, fordi naturens nødvendigheder ikke er tænkt med i dem.

Nogle af konsekvenserne af samfundsmæssige produktions- og konsumptionsrelationer (forbrug af kød, tøj etc.) er kædereaktioner, som mennesker ikke i tilstrækkelig grad prøver at erkende og styre, men hvor naturlige processer forandres, destabiliseres, forstyrres og afbrydes. Samfundsmæssige forhold og menneskelig produktion ”berører”, ja, skaber ”rifter” i naturprocesser og materialer – der fortsætter som ”ekstreme” og for os truende processer (Foster & Clark, 2020; Saito, 2017; Malm, 2018).

Sådanne samfundsmæssige relationer, der forstyrrer naturprocesser, er også *helt konkrete livsmåder og forhold i individers daglige livsførelse, der*

12 En slående fremstilling af, hvordan vores behandling af dyr på farme og i industrien ødelægger processer i naturen, er Jonathan S. Foers bog og film *Eating Animals* (Om at spise dyr, 2011).

berører konkrete materielle processer. Og det er netop her, der ligger udfordringer for en tidssvarende psykologi.

Udfordringen er således: Hvordan kan vi inddrage naturen konkret som processer og materialer i vores forståelse af menneskelige og samfundsmæssige livsbetingelser – uden at skabe en ny dualisme, som sætter det særlige samfundsmæssige grundlag i parentes (som Latour m.fl., se Malm 2018 p. 50 ff.), og dermed ikke forstår det konkrete menneskelige islæt i de processer og fænomener, der truer vores eksistens? Hvilke *psykologiske begreber* om f.eks. tænkning og emotionalitet er egnede til at beskrive, hvordan vi kan problematisere, tage stilling og agere i forhold til de sammensætninger i ting, forbrug og livsstile, der er truende og ødelæggende for stofskiftet og udvekslingen med naturprocesser?

Udfordringerne til en ny renaturaliseret kritisk psykologi kan nu opsummeres: Vi må gentænke dualismen mellem menneske og natur (krop) og den isolerede bestemmelse af frihed og ansvar. Vi må fastholde og reformulere menneskets særlige subjektivitet, samtidig med at vi ser mennesket som del af naturen. Og endelig må vi reformulere begreber om individ og individer, der overskrider hyperindividueringen; vi må udvikle andre forståelser af ”individuering” og handling, hvor vi genetablerer det relationelle aspekt af menneskelig psyke, eksistens og handling i psykologisk tænkning.

Kritiske socialpsykologiske forståelser har på mange områder forsøgt at overvinde dualistiske, individualistiske opfattelser i psykologien ved at udvikle begreber om *social kontekst* og *social praksis*. Men begrebet social praksis er stadig ”underteoretiseret” i den forstand, at forholdet til ikkehumane livsprocesser, og *i praksis den menneskelige nedbrydning af økosystemer*, ikke er tænkt med (Adams, 2014, p. 253f.).

En kritisk psykologi bør i højere grad stille spørgsmål som: Hvordan får såvel humane som ikkehumane relationer og processer – og i særdeleshed deres *sammenvævning* i sociale kontekster – betydning for enkelte menneskers dagligdag og livsførelse? Hvordan kan det begrebsliggøres, at ikkehumane arter, ikkehumane ”individer”, også eksisterer ”in their own right” – har deres egen oprindelse, strukturer, ”tendenser” m.m. – og ikke bare er selvfølgelig til ”for os”? (Adams p. 257).

Det er således relevant at revidere kritisk psykologiske modeller for deltagelse og på den måde føre kritisk psykologi ind i ”ukortlagte områder” (Adams 2014 p. 258).

5.1. Karl Marx og naturens store stofskifte

Vi har tidligere defineret sociale kontekster som overindividuelle, eller bedre: mere-end-individuelle arrangementer og standarder, som individerne sammen, i dagligdagen, deltager i. Vi har understreget, at individerne bestandigt konstituerer, producerer og udvikler sådanne standardiserede praksisser, som dermed er væsentlige for deres livsførelse. Forskellige psykologiske

teorier har udviklet begreber og analyser af disse sociale kontekster, uden at naturprocesser og andre livsformer er en reel del af den psykologiske forståelse. Men i flere teorier er begreber om sociale kontekster og sammenhænge blevet forbundet til de samfundsmæssige produktionsformer og de sociale relationer, som disse bestemmer for individerne – hvilket alt andet lige har været et fremskridt i forhold til en ”humanistisk psykologi” etc. (f.eks. Sève, 1973; Holzkamp, 1983).

Her er der trukket på den rigdom af begreber for disse samfundsmæssige produktionsformer, som Karl Marx har leveret, specielt den kapitalistiske produktion og dens negative indvirkninger på såvel arbejdslivet som de menneskelige relationer. Marx’ analyser og kategorier har dannet grundlag for at forstå de sociale sammenhænge, der udgør individernes handlemuligheder, men også kan styre og begrænse menneskelig handleevne, tænkning og emotionalitet. Det gælder Marx’ almene filosofiske bestemmelser af det menneskelige væsen i det, der ofte kaldes hans ungdomsskrifter; og det gælder på en anden måde Marx’ senere analyser af kapital, den abstrakte vareproduktion, varebyttet og den umættelige og krisebehæftede profittrang (Babbar, 2020, kap. 4).

I de seneste år er Marx blevet tillagt mindre betydning, både af den økologiske psykologi og af de filosoffer, der har anvendt Spinoza m.fl. til at gentænke menneskets forhold til naturen. Man har antaget, at Marx’ filosofi *ikke* omfattede menneskets forhold til naturen, herunder vores ødelæggelse af den; man har set Marx som ukritisk fortæller for en automatisk udvikling af de samfundsmæssige produktivkræfter og den samfundsmæssige vækst. Men hans værker efter hovedværket *Kapitalen* udtrykker et nyt *materialistisk syn* på menneskets situation under kapitalismen (Malm, 2018, 2019; Saito, 2017).

Marx udvider nu sit perspektiv på den kapitalistiske produktionsproces og dens ødelæggelse af naturprocesser og materialer (bl.a. i *Ethnological Notebooks*, se Saito, 2017). Centralt i disse analyser bliver begrebet *stofskifte*, og hvordan der i menneskets arbejde og produktion sker en afgørende mediering med naturprocesser og -kræfter.

Marx er her opmærksom på, hvordan naturprocesser indgår i og væves sammen med samfundsmæssig rigdom og vækst:

Når mennesket giver sig af med produktion, kan det kun gå til værks på samme måde som naturen selv, det kan kun ændre formen på materialerne... Det bliver konstant hjulpet af naturlige kræfter... Arbejdet er far til den materielle velstand; jorden er moderen (Marx, *Kapitalen*, cit. af Saito, 2017, p. 101).

De materielle naturprocesser, i og til grund for produkter og ting, modificeres i den kapitalistiske (over for naturprocesser ”blinde”) akkumulation af profit. Produktionen udvikles som en fjendtlig magt over for naturen – kapi-

talen og jagten efter profit og bytteværdi bliver et ”automatisk subjekt”, der også reorganiserer den metaboliske udveksling med naturen. Overfladisk set fremstår de materielle naturprocesser fleksible; men der er naturlige grænser for, hvor meget man kan indordne og ødelægge dem. Der sker omfattende dannelser af ”sår” og ”rifter” i naturen som følge af menneskets vareproduktion. Processer, som Marx analyserer ud fra et standpunkt i den materielle og naturlige verden: Konkret samfundsmæssig bevidstgørelse, konkret fælles handling m.h.t. rådighed over livsbetingelserne, handler om at se disse grænser i naturen, *forstå dem*, få indsigt i, hvordan materialer og naturprocesser indgår i produktion, se, hvordan der ”røves” fra naturen... og hvordan der ud fra den forståelse kan udvikles strategier og livsmåder¹³ (Saito, 2017).

De afgørende kategorier er også her vareforholdet, bytteværdien, abstraktionen i arbejdet forbundet med fremmedgørelsen. Men Marx ser i stigende grad, at den konkrete brugsværdi, og det konkrete arbejde, også er inddraget i kapitalens ødelæggende modifikationer. Det stoflige element i ”nyttige ting” og det konkrete arbejde, som ellers i Marx’ tidligere analyser sås som ”et gode”, modstillet den abstrakte og fremmedgørende bytteværdi (Marx, 1970, p. 128; Sève, 1973), ses nu også inddraget i kapitalens umættelige profitjagt (Saito, 2017, p. 100ff.). Marx er nu, efter at han ser håndgribelige eksempler på forurening og ødelæggelse af naturen, mere og mere kritisk over for, at der også sker en ”tingsliggørelse” og modifikation af brugsværdier og af naturens processer og materialer.

Dette materialistiske perspektiv hjælper os videre: en ny forståelse af social praksis, hvor vi også får begrebsliggjort ikkemenneskelige relationelle kontekster, altså relationer mellem humane individer (og deres deltagelse) og ikkehumane livsmåder: fysiske naturprocesser, naturlige dele og materialer – og hvordan sådanne relationer til naturen indgår i sociale kontekster.

Vi har i det foregående fundet nogle forskellige begrebmæssige ”huller” – punkter, hvor der er brug for nye forståelser. Det gjaldt f.eks. Ilyenkovs materialistiske begreb om tænkning og krop (natur) og nymaterialisternes formuleringer af hybrid og natur. Og det gjaldt de socialkonstruktivistiske og kritisk psykologiske formuleringer af menneskers forhold til samfundet. Marx’ stofskiftebegreb peger nu på en mulighed for en ny renaturaliseret psykologi: Den psykologiske forståelse af menneskers livsførelse må inddrage naturprocesser, stofskiftet med naturen, i både destruktive og bæredygtige former/kombinationer. Dette indebærer et fokus på, *hvordan* mennesker i deres relationer og tænkning, kritisk og problematiserende, kan medinddrage de former og kombinationer, som er til stede i vores produkti-

13 Dette indbefatter, at vi som individer også erkender at være dele af de kræfter og den produktion, der er i gang med at destruere naturen (Stengers, 2019) – og at vi, som det eneste levende væsen på kloden, fremstiller ting, som ingen kan bruge, dvs. affaldsprodukter, som ikke kan genanvendes (Jespersen, 2015).

on, og de forbrugsgenstande, vi omgiver os med – altså i vores daglige handlinger og vaner. Det er det, vi kalder en renaturalisering af kritisk psykologi.

5.2. Skitse til en materialistisk renaturalisering af psykologiske kategorier

I kritiske og materialistiske psykologiske teorier spiller menneskets tilegnelse af genstandsgjorte kulturelle og samfundsmæssige erfaringer og betydninger i form af artefakter, redskaber og genstande en afgørende rolle (Holzkamp, 1983; Leontjev, 1977). Spørgsmålet er nu, i lyset af ovenstående afsnit om menneskers relationer til naturen, *hvilke psykologiske begreber der også kan omfatte tilegnelsen af ting og materialers relationer i naturens kredsløb.*

Det er blevet klart, at det ikke bare handler om en tilegnelse af brugsaspekter og operationelle ”nyttige” betydninger og fordele ved ting i vores virksomhed og livsførelse, som forskellige materialistiske og kritisk psykologiske teorier har betonet med begreber som f.eks. ”objektiv betydning”¹⁴. Det handler også om betydningen af den økologiske belastning – eller de elementer af bæredygtighed – som er til stede i forskellige genstande, i et livsførelses- og et stofskifteperspektiv. Dette perspektiv på processer i naturen, genstande og ikkehumane livsformer, dyr og planter, denne udvidede materialisme må som sagt tilføjes som ”ukortlagte områder” i kritisk psykologi (jf. tidl. Adams, 2014).

Tiden er nu inde til, at vi udfolder nogle flere centrale begreber fra Spinozas filosofi, efter at vi ad flere veje er nået frem til, hvad det er denne filosofi skal ”hjælpe os med”.

5.2.1. Spinoza og en renaturaliseret, materialistisk psykologi

Spinozas *Etik* (Spinoza, 1996) handler om, hvordan det enkelte menneske kan opnå frihed, fornuft og lykke i og ud fra en ”skabende natur” og ved at forstå sin nødvendige indgåen og bestemthed i samme. Gennem en sådan forståelse kan den enkelte bevare sig selv i, og optimalt set frigøre sig fra, negative påvirkninger fra naturen – og fra afmagt og trældom.

Den hyperindividualiserede forståelse af mennesket, som vi tidligere har været inde på, problematiseres allerede af Spinoza. Han beskriver, hvordan mennesker, hvis de lever ud fra en sådan forståelse, og opfatter sig selv isoleret som ”et herredømme i herredømmet”, drives af angst og afmagt. For at kunne leve med denne angst og afmagt søger de at tilkæmpe sig ting: De er ærgerrige, grådige, sammenligner sig konstant med hinanden... og forholder sig til ting, og til den skabende natur, på måder, der er fremmede for deres egen natur. For Spinoza er mennesket kun en lille, omend særlig, del af naturen. Den enkelte må derfor bestrebe sig på at forstå sig selv som del af ”nødvendigheder”: menneskelige fællesskaber, relationer og naturens processer og sammenhænge – og menneskets *frihed* består i den kraft og styrke, det får

14 Jf. ”objektiv betydning” (Leontjev, 1977, p. 416) og ”generaliserede skabt-til-at-betydning” (Holzkamp, 1983, p. 291).

ved at forstå og være en aktiv del af sine konkrete måder at leve på, *i* og med disse relationelle fællesskaber. Friheden er netop kraften og styrken heri.

I modsætning til hvad man oftest ser i psykologien, begynder Spinoza hverken med det ”humane” eller det ”sociale” – *ikke* med mennesket eller begreber om det enkelte menneskes essens og væsen. Han begynder med det, mennesker har til fælles med den øvrige natur – dvs. naturen som en helhed; en ”substans” af mange forskellige livsformer og differentierede kæder af nødvendigheder. Gennem mange led i den begrebslige udvikling af, hvad vi har til fælles med andre livsformer, dyr m.m., når Spinoza frem til, hvad der er særligt ved menneskelige livsformer i menneskelige fællesskaber og relationer.

Menneskelige fællesskaber kan antage forskellige former og give forskellige veje til, hvordan det enkelte individ udvikles. Denne udvikling er intimt knyttet til processer som tænkning og emotionalitet – og hvordan tænkningen og emotionerne inddrager påvirkning fra forskellige af naturens udtryk, samt *forståelsen* af disse påvirkninger (altså i en bredere sammenhæng end blot ”den humane omverden”). Udvikling af menneskelige former for fællesskaber sker hos Spinoza også ud fra påvirkninger og bestemmelser fra naturens side og dens uendeligt mange udtryk. Derfor finder vi væsentlig inspiration til en renaturalisering af psykologien her, bl.a. til en reformulering af vores begreber for tænkning og emotioner.

5.2.2. *Conatus*

Det første trin i Spinozas filosofi er som sagt at finde fællestræk mellem alle livsmåder i naturen. Det væsentligste er, at alle de måder, naturen fremtræder på, omfatter bevægelse, og en stræben efter at bevare sig selv i disse bevægelser, som Spinoza kalder *conatus*. *Conatus* er en livsmådes tendens til at bevæge sig og dens kraft til at forblive i, og *bevare sig* i, sine bevægelser og sine måder at bevæge sig på (bl.a. Spinoza, 1996, p. 84ff.)

Conatus er også livsmådens særlige modtagelighed for påvirkning, dens påvirkelighed¹⁵. Påvirkelighed og påvirkninger er væsentlige for livsmådens styrke: *Conatus* udvikles, i kraft af *hvordan* påvirkningerne modtages og forstås – og om de derved er gavnlige eller ikke-gavnlige for livsmådens bevægelse.

Et individs *conatus* handler desuden om dets sammenstød, *modsætninger* og konflikter i dets bevægelser, hvor det forsøger at bevare sig selv og adækvat tilpasse sig og ”forstå” (særligt på menneskeligt niveau, men ikke kun) disse konkrete modsætningsforhold. *Conatus* er forskellig for alle ”indivi-

15 Et af Spinozas grundbegreber er affekt, som betegner det, der sker med livsformer, når de påvirkes af andre livsmåder. Kapacitet for at blive påvirket (sensibilitet) er som nævnt en styrke iflg. Spinoza, men måden, affekten påvirker os på, er afhængig af vores erkendelse af affekten og påvirkningens årsager. Jf. Sharp (2011) og Deleuze (1988, p. 48ff.).

der” i naturen – og Spinoza kalder også et individs conatus for dets særlige *essens og drifter*.

Væren ses altså her som bevægelse, former for bevægelse, i forhold til andre former for liv og genstande og samtidig som følsomhed for at blive påvirket af dem. Det, der udgør den enkelte livsforms og altså det enkelte menneskes essens, er, hvordan det forsøger at bevare sine bevægelser og forholdet mellem dem – også i sammenstød med og i modsætninger til andre.

Vores essens, vores conatus, er i virkeligheden ikke vores ”selv” alene: Begrebet selv er en ikke-adækvat erkendelse af vores conatus (og vi skal nedenfor nærmere beskrive, hvad adækvat erkendelse er for Spinoza). For conatus er den kraft, der er i forhold til, og det der forbinder os med andre livsformer. Det er en drift eller trang til at bevare sig – igen i sammenhæng med andre livsformer og individer. Her er alle livsformer lige, som vi skal uddybe nedenfor: Alle livsformer har en conatus; de prøver at bevare sig selv – men med forskellig styrke og på forskellige måder: forskelligheder, der bestemmer livsformers forskellige essens.

Noget centralt i Spinozas filosofi er, at kun mennesker kan forøge deres magt og rådighed, fordi vi har adgang til at *erkende vores essens og conatus adækvat*, og erkende, hvordan den i sine bevægelser er sammensat af forhold og modsætninger – også af forhold til andre livsformer og naturprocesser.

Men Spinoza viser også, at vi i mange tilfælde kun har adgang til en begrænset og imaginær opfattelse af os selv som isolerede identiteter og selver. Vi er her domineret af påvirkninger og affekter samt af begrænsede idéer om disses ”... opholdssteder og boliger” (Spinoza, 1996, p. 61) – og har ikke en adækvat erkendelse af nødvendigheder og forhold i vores liv: som frembragt, skabt – som en kompleksitet af konkrete nødvendigheder som alt i og af den skabende natur (de Jonge, 2004). For Spinoza er der intet absolut skel mellem naturerkendelse og selverkendelse, når vi taler om det enkelte menneskes conatus (Koch, 2010) – og det er også styrken og potentialet i den menneskelige tænkning, at vores individualitet kan ses på denne måde.¹⁶

En væsentlig pointe for en renaturaliseret psykologi er, at en livsmådes conatus *ikke kun* er et ”indre aspekt” af dets funktion. Et individs conatus er dets bevægelser og kraft *mellem* andre livsmåder. Vi er så vant til, i vores antropocentriske psykologi og filosofi, at betragte og udforme begreber om

16 Spinoza omtaler denne form for naturerkendelse som ”at forstå naturen ud fra evigheds synsvinkel”. Det religiøse præg i formuleringen er karakteristisk for Spinoza, på samme måde som når han bruger ”Gud” og ”Naturen” som synonyme. De religiøse referencer kan, som Sharp (2011) er inde på, medvirke til at gøre Spinozas tankegang endnu mere fremmedartet for os, end den var i hans samtid, hvor det trods alt var almindeligt at opfatte sig selv som afhængig af en større kosmisk kraft (læs: Gud). Det kan også tjene som en påmindelse om den opfattelse af naturen som hellig, som vi for længe har mistet. Her i artiklen har vi dog valgt at bruge Spinozas begreber på en måde, så de fremstår uden de religiøse overtoner.

mennesker set i såkaldte finale årsagers optik (Read, 2015 p. 23), hvor intentioner og psykiske kapaciteter ses som fuldbyrdende årsager til forhold i naturen og omverden. Psykologiske begreber handler typisk om egenskaber, f.eks. kognition og handling, hvor fokus er på aktivitetens kvalitet set fra et centreret *personligt* perspektiv. Spinozas begreber om det enkelte menneskes særlige karakteristika og kvaliteter handler om dets bevægelser og måder at bevare dem på – ikke set ”indefra og ud”, men som mellemværender og som relationelle kræfter, felter og kvaliteter (Williams, 2012).

Hvis man ser tænkning og handling i et finalt perspektiv, er man offer for en imaginær fordom, hvor bevægelsen eller virkningen kun går ”den ene vej”, fra et ”humant” center og ud mod den materielle omverden.¹⁷ I Spinozas filosofi slås til lyd for bevægelser og relationer mellem individer, og mellem disse og *naturprocesser og materialer*, hvor naturprocesser, konkrete ting og produkter i lige så høj grad ”fuldender sig i os”, realiserer sig og møder os. Et menneskeligt individs conatus og kraft til at bevare sig selv udvikles altså i bevægelser og praksis mellem andre individer og i stofskifteprocesser med materialer og natur.

Hvordan anvender vi nu denne filosofiske grundkategori, conatus, for at forstå det enkelte menneskelige individs skridt mod frihed, i nødvendigheder og relationer?

Et individuelt menneskes conatus og drifter er at forstå som individets komplekse bevægelser og aktiviteter i forhold til andre individer, såvel menneskelige som ikkemenneskelige. Alle naturens former har deres conatus – og en væsentlig side af Spinozas filosofi handler om, hvordan vi, *i særlige optimale overensstemmende fællesskaber*, som menneskelige individer, kan komme til at forstå og tænke vores egen conatus og essens i sammenhæng med andre livsformers og materialers forsøg på at bevare sig selv.

Ifølge Spinoza har *alle artefakter og ting*, også fysiske materialer og ”brugsværdier”, en conatus. Den består i genstandens særlige form og sammensathed¹⁸ – og hvordan den har betydning og konsekvenser for andre genstandes og livsformers bevægelser og måder at eksistere på – også i negativ forstand som tab af conatus, hindring af bevægelse og nedbrydning af form og proces. Det her er et særlig udfordrende aspekt af Spinozas filosofi. Det udfordrer vores vante antropocentriske tænkning – fordi det sætter fokus på, at også de materialer og genstande, som vi plejer at opfatte som livløse, har en *bemærkelsesværdig* eksistens og en kraft til at ”holde sig sammen” i en givet form. Heri ligger der en invitation til at se stoffets og genstandenes slægtskab med os selv; vi er så vant til at betragte dem som helt væsensfor-

17 Det er denne ”ensrettethed”, der oftest i psykologi, og i liberalistisk filosofi i det hele taget, har understøttet en på mange måder fatal drift mod vækst og kontrol fra mennesket mod naturen.

18 Conatus, som ”at bevare sig”, er i etymologisk henseende beslægtet med ”vedblive”, ”holde sig sammen” og ”agtes på” (Etymologi, Gyldendals Røde Ordbøger, 1989).

skellige fra os selv – som objekter, mens vi selv er subjekter, herrer, ejere, med magt til at bevare eller ødelægge (jf. Esposito, 2015).

En stols ”conatus” er således dens måde at være skabt på, dens sammensathed og forholdet imellem de naturelementer og materialer, den er sammensat af – og også hvordan dens ”skabthed” får betydning og kan påvirke andre livsmåder, såvel positivt (anvendelighed som møbel, æstetisk berigelse) som negativt (gennem materialevalg og/eller produktionsmåder, der indebærer resourcespild, forurening, ødelæggelse af andre livsformer etc.).

Ifølge Spinoza kan man kun forstå essensen af ting og andre individer, deres conatus og altså det, der ”holder dem sammen” og udgør deres særlige form og/eller bevægelse, hvis man også forstår deres skabthed og deres ”komposition” af andre livsformer og materialer (Deleuze, 1992). Essensen af ting er deres skabthed, deres komposition og deres produktion i et stofskifte med naturelementer og årsagsprocesser. De ér deres bevægelse gennem tid, deres linjer af historier om, hvordan de er blevet sat sammen, og deres nutidige og fremtidige indgåen i bestemte processer. Frihed, og den tænkning, der er en forudsætning for frihed, opnås i de øjeblikke, hvor vi – idet vi handler i forhold til andre – både forstår, hvordan vi selv indgår i naturen, og hvordan de ting, der også indgår, er skabt.

5.2.3. Adækvat tænkning og fælles begreber

En anden anskuelse hos Spinoza, som er væsentlig for en renaturaliseret psykologi, handler om, hvordan menneskers fornuft udvikles. Spinoza beskriver det som en proces, hvor vi, i sociale relationer, tager skridt op ad en stige mod at erkende tings konkrete betydning og essens – og ved hvert skridt får ”efterretninger”, som motiverer os yderligere, om den lykke og enhed, som er forbundet med de højeste former for forståelse (Spinoza, 1910, p. 146).

Et af disse trin på erkendelsens stige er at udvikle såkaldte *fælles begreber*, som sikrer vores erkendelse af tings og individers komposition i og gennem vores møder med dem. I udviklingen af fælles begreber bruger vi vores tankekraft til at bevæge os mod, hvad der er fælles for det enkelte individ (den tænkende krop) og et andet individ, en anden livsform eller ting. Det er for Spinoza det samme som at tingen, i og med vores bevægelser i forhold til den, kan betyde positive bevægelser for os, så vi koordinerer med den, er ”enige med” den (Deleuze, 1992, p. 273ff.). Denne definition af højtudviklede begreber bygger på den forståelse af tænkning, som vi allerede har udfoldet: som mellem-væren, som bevægelse rettet mod, hvordan livsformer og deres forsøg på at bevare sig selv kan mødes.

Fælles begreber udvikles i løbet af det, Spinoza kalder adækvat tænkning. Kort sagt handler adækvat tænkning om noget andet end de abstrakte kognitive generaliseringer og ”overbegreber”, vi normalt opfatter som ”intelligente” (de er for Spinoza en lav form for intelligens, men stadig vigtige som trin på stigen).

Adækvat tænkning handler om idéer og begreber som bevægelse og aktiviteter:

- både hvordan vi, i og med vores konkrete forståelse, kan være årsag til tingens brug, kan håndtere den, så at sige, men
- også hvordan tingens skabthed i forhold til andre naturelementer og bevægelser får betydning for vores aktivitet og rådighed; altså tingens betydning, set ud fra hvordan den er skabt i nødvendige ”stofskifter”.¹⁹

F.eks. er en adækvat idé om ”denne stol” for det første en konkret tilegnelse, et begreb om stolens praktiske brugbarhed og æstetik – og idéen er dermed også, som Macherey betoner det, en *kritisk idé* (Macherey, 2011, p. 64f.): Kritisk, fordi adækvate begreber gengiver, hvordan begrebet er blevet til, eller eksisterer i ”samme naturlige orden” (dvs. i samme årsagssammenhæng og i samme proces) som genstandens tilblivelse. Et adækvat begreb dækker altså genstandens tilblivelse og *ikke* en idé fra en anden sammenhæng og ”logik”. Et adækvat begreb om en ting handler f.eks. om, hvordan den er skabt, og processens konsekvenser for andre processer (i naturen). Ikke om hvordan den skal ”sælges”, gøres til en attraktiv vare, som bytteværdi, statussymbol o.l. Et adækvat begreb om en stol handler bl.a. om, hvordan stolen som produkt og komposition konkret indgår i, og har betydning for, andre materialer og kredsløb i den komplekse natur – og dermed er det et kritisk begreb i vores bevidsthed og daglige livsførelse. Denne tilgang til kritik, i kraft af adækvate begreber, er vigtig at konkretisere.

Adækvat tænkning handler altså om det forhold, vi omtalte i Marx’ analyser af stofskifteprocesser – og hvordan varers og genstandes brugsværdi også bliver påvirket af produktionsformers omsorg for naturprocesser – eller mangel på samme: her f.eks. stolens holdbarhed eller karakter af brug og smid væk-produkt, om dens produktion er sket lokalt eller har involveret forurenende transport over lange distancer etc.

Adækvat tænkning handler om, hvordan vi og andre livsmåder og materialer kan mødes på en positiv måde – men også om, hvordan møderne kan blive negative og konfliktprægede. Da den adækvate tænkning betragter ”flere ting samtidig”, er den i stand til at forstå deres ”overensstemmelser”,

19 Her er som tidligere nævnt paralleller til Leontjevs begreb ”objektiv betydning” (Leontjev, 1977, p. 338) og Holzkamps ”generaliserede skabt-til-at-betydning” (Holzkamp, 1983, p. 291): hvordan vi forstår tings skabthed og deres ”objektive” betydning for vores konkrete liv. Men i Spinozas adækvate fælles begreber er der ikke kun tale om almene (og konkretiserbare) begreber – men om en konkret idé om og bevægelsesmæssig (kropslig) ”tilpasning” til lige netop denne ting – til forskel fra andre ting – og hvad den har til fælles med mig som tænkende krop. Og det konkrete udgøres også af denne tings sammensathed i et stofskifte med andre konkrete dele og elementer. Om Spinozas forståelse af fælles begreber som en helt anden måde at forstå generalisering på: se Deleuze (1988, p. 44ff., 1992, kap. 17.)

forskelle og modsætninger klart og tydeligt (Spinoza, 1996, p. 59) og forstå dem i relation til nødvendige processer og sammenhænge. Dermed har den adækvate tænkning en praktisk kritisk funktion. Med en adækvat tænkning kan vi altså forstå, hvordan aktiviteter, ting og materialer er sammensat – en problematiserende tænkning om både ”negative”, destruktive materielle sammenhænge i og ved ting og livsformer – og om (alternative) positive sammenhænge, i og imellem ting og livsmåder.

Ved at tænke på denne måde går vi også væk fra at se os som et, med Spinozas ord, imaginært centrum for tænkning og virkning – som finale årsager. Og vi opnår et konkret syn på ting og individer i fælles begrebers optik, som ”betydning for livsprocesser”.

Hvis man tænker på en imaginær, inadækvat, passiv måde, har man ifølge Spinoza kun en begrænset erkendelse af sammenhænge og nødvendigheder, og man mangler blik for, hvordan ting er skabt og hænger sammen. Et individ, der tænker sådan, har kun ringe mulighed for indflydelse, og det er udsat for negative, omskiftelige affekter og emotioner: tristhed, angst etc. Emotioner er i Spinozas psykologi vores subjektive erfaringer af positive eller negative overgange til mere eller mindre *conatus*, altså mere eller mindre kraft til at ”holde os oppe” og handle. Adækvat tænkning, hvor individet forstår, hvordan ting er skabt, og er aktiv i forhold hertil, kommer emotionelt til udtryk på positive måder, som glæde og stolthed. Selv om vi ikke kan gå i dybden med dette, vil vi nævne, at hele Spinozas teori om positiv og negativ emotionalitet er en guldgrube for en psykologi, der vil se emotionalitet, både glæde m.v. og tristhed og angst, i relation til det sociale liv såvel som til stofskiftet med naturen.

De Jonge (2004) understreger, at en ”antropocentrisk” opfattelse af selvet, som er dominerende i psykologien, er et eksempel på inadækvat tænkning i Spinozas forstand: Selvet og selvrealisering ses her, som tidligere omtalt (afsnit 3.3.), ud fra et enkeltstående exceptionelt center. Selvet opfattes som sammensat og bestemt af isolerede emotioner o.l., hvis grundlag i relationelle bevægelser ikke er medtænkt, ikke er med i beskrivelsen af emotionerne.

Har begrebet ”selv”, som psykologisk enhed, egentlig en plads i en psykologi inspireret af Spinozas filosofi? I Spinozas optik kan der sammenhængende med de højeste former for adækvat tænkning, og med udviklingen af konkrete fælles begreber i møder og relationer, opnås en individualitet og former for *conatus*, der består i en forening af livsformer, forening af livsførelse (Spinoza, 1996). Qua udgangspunktet i, at mennesket er en ganske lille del af naturen, er der ikke noget absolut skel mellem naturerkendelse og ”selverkendelse” – og hele udgangspunktet i naturen som en skabende og kausal sammenhæng udelukker et begreb om en isoleret individualitet og et isoleret ”selv” (Balibar, 2016; Armstrong, 2009). ”Selverkendelse” bliver derfor i vid udstrækning ensbetydende med at erkende sig selv som del af

sammenhænge og nødvendigheder – også indbefattende bæredygtige relationer til materialer og natur.

Hver gang individer udvikler fælles begreber, kommer de på sporet af skabende kræfter i natur og samfund. Det vil sige, at jo flere ting vi erkender på denne måde, jo mere vi erkender enkeltting og sammenhænge adækvat, desto mere forstår vi naturens processer, kraft og betydning i konkrete menneskelige sammenhænge og i vores eget særlige liv. Vi ser her, hvordan frihedens to aspekter, som vi udfoldede i afsnit 4.4. – ”frihed som indsigt i nødvendighed” og ”frihed som skabelse” – er to sider af samme sag, når vi gør rede for dem med en renaturaliseret psykologis begreber.

Fælles begreber, adækvat tænkning, og den enkeltes erfaring af positive emotioner, giver et afsæt til det, Spinoza kalder en ”intellektuel kærlighed” til naturen, til det levende og skabende i naturen (Spinoza, 1996, p. 196f. og p. 204). Kærlighed, tænkning og viden er således intimt forbundne. Meget økologisk filosofi og tænkning hælder til en dyrkelse af og ydmyg kærlighed til naturen – og derfor ofte en asketisk, afholdende, moralsk indstilling til livsmåder og politik; men den renaturaliserede psykologi, som vi kan inspireres til af Spinoza, lægger op til at erkende vores sammenhæng med den øvrige natur, aktivt, i produktive samfundsmæssige relationer og en positiv, glædesfyldt omsorg for os selv.²⁰

5.2.4. Intuition

Spinozas begreb intuition udgør endnu en inspiration for en renaturaliseret materialistisk psykologi. Intuition er den højeste vidensform i betydningen: indsigt i tingenes konkrete væsen og essens.²¹

Som nævnt ovenfor kan adækvat tænkning og fælles begreber under særlige omstændigheder danne afsæt for denne højeste form for tænkning, der kun realiseres i momenter. Intuition er med Spinozas ord ”... den adækvate erkendelse af tingenes essens” (Spinoza, 1996, p. 65): af den enkelte tings

20 Netop glæden og kærligheden er vigtige faktorer, når det handler om at løse nutidens økologiske udfordringer. Det meste klimaformidling har, som Stoknes (2017) påpeger, lagt vægt på, hvad man skulle være *imod*. Det er på tide at få kommunikeret endnu tydeligere, hvad man er *for*: kærlighed til vildmarkens vidundere. Med andre ord: at opdyrke kendskabet og kærligheden til naturen, så større omtanke udspringer heraf, og i mindre grad af pligt, skyldfølelse eller frygt for straf. Stoknes nævner f.eks. *rewilding*: et internationalt begreb for fortællingen om naturens fabelagtige evne til at genrejse sig.

21 Begrebet bruges anderledes her end det, mange nok almindeligvis forstår ved intuition – nemlig noget i retning af ”en umiddelbar anskuen eller opfattelse uden logisk tænkning eller videnskabelig erfaring” (Fremmedordbogen, Gyldendal, 1976). For Spinoza er intuition den højeste form for fornuft, tænkning og viden, hvor vi, på grundlag af fælles adækvate begreber, klart og tydeligt og med ”et eneste blik” ser tingenes essens som håndgribeligt udtryk for en skabende natur (Spinoza, 1996, p. 65).

komposition i vores konkrete anvendelse af den. Fra tænkning i fælles begreber og til intuition er der en glidende overgang. Intuition muliggør, at vi ”med et eneste blik”, og uden mellemregninger gennem abstrakte begreber, opnår en levende og emotionelt positiv forståelse af ting og livsformer. I den intuitive erkendelse forstås ting og deres essens, deres conatus, som skabt og som følge af konkrete nødvendigheder.

I intuitive øjeblikke ses en livsforms eller tings essens ikke bare knyttet til tid og sted. Den forstås i et bredere perspektiv, som skabt i og af naturens processer – og samtidig, for mange tings vedkommende, også gennem menneskeligt arbejde på forskellige måder²². Den enkelte tings essens ses som forbundet til naturens (herunder samfundets) kæder af relationer og årsager, og det konkret: som netop denne ting, dette individs eller livsforms måde at være skabt på, være sammensat på – ud fra naturens perspektiv (Spinoza, 1996, p. 202). Vi kan således beskrive kreativ og intuitiv tænkning som en bevægelse, hvor den tænkende med et klart og kritisk blik ser tingens, varens eller livsmåders givende (eller destruktive) udtryk og æstetik – ud fra et livsbefordrende og bæredygtigt perspektiv.

Denne intuitive erkendelse har flere forudsætninger (Deleuze, 1992; Rasmussen, 2013). En væsentlig forudsætning er, at det erkendende individ, i mødet med påvirkninger fra ting og begivenheder, i samme øjeblik ser sin egen konkrete essens som en aktiv, ændrende, organiserende kraft²³: at vi klart og tydeligt ser vores egen handlekraft og levevis, og mulighed for at gøre en forskel – i et vitalt stofskifteperspektiv. En anden forudsætning, eller bedre: noget, der udvikles samtidig med den intuitive tænkning, er, at den enkelte kan relatere sig til andre individer i relevante og koordinerede fællesskaber. Hermed udvikles også den gensidige emotionalitet, med eksistensen af positivt engagement, glæde – samt den kærlighed til naturen, vi omtalte tidligere. Og netop dermed kan det enkelte individ tage skridt ”opad” mod den konkrete indsigt i sin dagligdag, i, hvordan den hænger sammen med forskellige livsformers og genstandes essens, og hvordan de er skabt.

Ifølge Spinoza opstår intuition som sagt kun momentvis. At udvikle adækvat tænkning er en vedvarende bestræbelse og kamp, konfronteret med naturens og livets kræfter, der altid og allerede truer med at overgå vores handlekraft, bevirke tilbageskridt etc. Den positive potentialitet er, at adækvate og fælles begreber er forbundet med aktiv glæde – de betyder en positiv udvikling af vores conatus og aktivitet, i stedet for livsmåder, der følges af følelser af tab, afsavn, frustration etc.

22 Som tidligere beskrevet er der ingen dualisme mellem natur og samfund. Natur, skabende natur, er for Spinoza (og Marx) en uendelig sammenhæng af forskellige udtryk og former. Samfundsmæssige fællesskaber er samfundsmæssig natur, dvs. særlige måder, former og relationer, som menneskeligt liv er skabt på, og som mennesker skaber i.

23 Jf. ovenfor om begrebet ”selv”.

At et menneske erkender tingenes essens og kan gennemskue, hvordan de er skabt, er i Spinozas etik sammenhængende med, at det stemmer overens med andre mennesker i et fællesskab. Og når et menneske stræber efter at ”holde sig oppe”, gennem adækvat tænkning og intuition, opnår det en kraft i forbindelse med at stemme overens med og være nyttigt for andre. Gennem denne tænkning er det at være nyttig for sig selv det samme som at være nyttig for et fællesskab eller møde – og:

”det gode (...) enhver føler trang til for sig selv, vil han også føle en drift til for de øvrige mennesker” (Spinoza, 1996, p. 154).

Og denne relation: ”nytte for en, nytte for de andre” udvikles, i takt med at individerne erkender ”den skabende natur” og sammenhængen med naturens processer.

Denne tænkning er helt afgørende for en ny psykologi om individualitet, en psykologi, der muliggør at tænke individualitet i en højere ”transindividuel form” – en kraft af sammenknyttede individer, i samklang og enighed (konveniens) med hinanden (Balibar, 2016). Balibar understreger, at en sådan transindividuel form for individualitet ikke betyder en undertrykkelse af autonomi; tværtimod er den enkeltes handlekraft styrket gennem den fælles ”synergi” og adækvat tænkning med fælles begreber (se også Armstrong, 2009).

Hele Spinozas *Etik* handler således om, hvordan det enkelte menneske – sammen med andre, ikke som isoleret individ – opnår en tænkning, emotionalitet og livsmåde, der kan træde i stedet for egoistiske bestræbelser, som ærgerrighed og grådighed – samt oplevelser af afmagt og tab – i det daglige møde med naturens påvirkninger og kræfter.

5.2.5. *Naturen er ikke et ideal*

I denne artikel afsøger vi muligheden for at formulere en ikke-antropocentrisk psykologi. I den forbindelse har vi betonet vigtigheden af at styre fri af dualistiske tankeformer. Det er nok lettere sagt end gjort. Den dualistiske tænkning har dybe rødder i vores kultur; bedst som man tror at have fået bugt med den, kan den dukke op i en ny skikkelse.

Både økopsykologien og den såkaldte dybdeøkologi har ligeledes forsøgt at formulere en ikke-antropocentrisk opfattelse af verden og menneskets plads i den. Men begge disse retninger er blevet kritiseret for at romantisere naturen – som en tilstand af harmoni, som nutidens civiliserede menneske har en mere eller mindre bevidst længsel efter at vende tilbage til. Denne længsel hævdes så at ligge til grund for alle den moderne verdens psykiske dårligheder (de Jonge, 2004; Madsen, 2018). På den måde opretholdes et modsætningsforhold mellem det menneskelige (civil)samfund og ”den oprindelige natur”. Netop den dualistiske form for faldgrube, som vi gerne ville undgå (og håber at have undgået).

Spinoza advarer faktisk decideret mod at ophøje ”naturens tilstand” til et ideal, som mennesker bør stræbe efter. Han observerer, at nogle mennesker – i fortvivelse eller skuffelse over deres artsfæller – kan finde på at vende sig mod naturen og ophøje den til et ideal, som de sætter over mennesket. Det er for ham en lige så stor vildfarelse, som hvis man vil ophøje mennesket til at stå over eller uden for naturen. For ligesom andre væsener efterstræber vi det, der er relevant for vores overlevelse og udfoldelse. Og her er det særlig nyttigt for mennesker at søge andre mennesker – på grund af den ”relative lighed” imellem os. Når vi kommer i forbindelse med hinanden, får vi flere ressourcer til at udvikle adækvate idéer, og vi kan bedre opretholde og optimere vores eksistens (Sharp, 2011).

Denne pointe er også relevant for nutidens økofilosofi og økopsykologi, hvor der kan være en tendens til at fastholde et romantisk og nostalgisk syn på ”naturens tilstand” (de Jonge, 2004). F.eks. hos psykologen Sandra White (2012), der causerer over den gamle myte om uddrivelsen af Paradiset. Hun sidestiller ”Paradiset” med en tilstand af ”sømløs” forbundethed, hvor mennesket ikke er opmærksomt på sin separate individualitet, men er afstemt og i resonans, ikke bare med den menneskelige verden, men med alt levende.

I Spinozas metafysik er det helt modsat. ”Naturens tilstand” er ikke, har aldrig været og vil aldrig blive harmonisk. I naturens tilstand er der ikke plads til ”moralisk lighed” – her kan man kun beskrive, hvordan tingene er eller fungerer. I naturen bliver forskellige livsformer hele tiden forstyrret og bragt i uorden, og Spinoza fastholder, at vi mennesker i udgangspunktet også er inkluderet i denne tilstand: Vi kan også finde på at slå ihjel for at få føde – eller for at få hævn. Hvis vi skal overvinde antropocentrismen, må vi faktisk starte med at anerkende vores drifter, instinkter, begær og impulser som vores mest naturlige og grundlæggende tilstand. Vi må acceptere, at vi er underlagt de samme determineringer som alle andre naturvæsener. Folk, der nægter at acceptere dette, har det med at opstille uopnåelige normer for sig selv – ofte med selvhad til følge (de Jonge, 2004; Sharp, 2011).

Men ”naturens tilstand” repræsenterer altså ikke nogen menneskelig idealtilstand for Spinoza. Det er tværtimod en tilstand, hvor vi er drevet af frygt, overtro og blinde impulser – helt igennem determineret af ydre begivenheder og andres anskuelser, og derfor ufri. For Spinoza er der ikke noget i naturen, der er godt eller ondt: Det er betegnelser, som først opstår og får betydning med dannelsen af et civilsamfund. Det samme gælder begreberne ”retfærdigt” og ”uretfærdigt” (de Jonge, 2004).

Tilsvarende kan en renaturaliseret psykologi ikke påvise noget om, hvorfor vi *bør* drage omsorg for den ikkemenneskelige verden. Men den kan vise, hvordan den omtanke, som vi udviser over for dem, der er tættest på os, kan udvikles til at inkludere alle væsener. Og hvordan vi kan forstå os selv med udgangspunkt i essentielle egenskaber, som vi har til fælles med alle andre væsener – og samtidig fastholde, at vi som art har en særlig position i forhold til naturen.

6. Opsummering og konklusioner

De økologiske kriser, som præger vores samtid, kalder på at psykologien redefinerer sig selv. Det var udgangspunktet for denne artikel. Kriserne i klima og økologi manifesterer sig i nutidsmenneskers liv som ”problematiseringer” og ”spørgende situationer”, hvor vi er nødt til at udvikle nye tankegange og synsvinkler, hvis vi – med Foucaults ord – vil fortsætte med at se og tænke overhovedet.

Psykologien har haft sin (passive) andel i benægtelsen af klimaforandringer og økologiske kriser. Begrebsmæssigt understøtter psykologien oftest den trang til vækst og forbrug og den måde at anskue selvrealisering på, der er drivkræfter i en ikke-bæredygtig livsform. Det sker bl.a. gennem frembringelsen og brugen af begreber om individets psykologiske funktion og handling, hvor naturprocesser blot er *mønstre i et baggrundstæppe* og ikke indgår som væsentlige faktorer i menneskers livsførelse. Vi lægger derfor op til, at psykologien påtager sig ansvaret for at udforme en anderledes tænkning om psykisk sundhed, selvrealisering og frihed.

Om den form for psykologisk tænkning, der kan være mennesker til hjælp her i de økologiske krisers tidsalder, konkluderer vi følgende:

1. Den må skabe begreber om menneskeligt liv, hvor mennesker ikke står uden for eller i et dualistisk forhold til nødvendigheder og naturprocesser. Psykologien må overvinde dualismen og gentænke ”det psykiske” i menneskers livsførelse, i dets sammenvævning og stofskifte med naturen, materialer og andre livsformer
2. Den må være kritisk materialistisk i den forstand, at den reformulerer menneskers forhold til artefakter og materialer, og herigennem menneskers deltagelse i og ansvar for forstyrrelser og ødelæggelser i stofskifteprocesser med naturen. Deltagelse og ansvar i kraft af produktion, konsumtion og i kraft af menneskers konkrete tilegnelser af og forståelser for, hvordan ”ting” og livsformer er skabt. Den må betone nødvendighed og mulighed for at se anderledes på vores behov, vaner, forbrug, forbrugsgenstande, affald – på vores begreber for vækst og fremdrift i livet
3. Denne kritiske rekonceptualisering, som vi også har kaldt en kritisk renaturalisering, må skabe et alternativ til begreber om det psykiske som en adskilt ”boble”, en ”commander general”. Dens kategorier, analyser og praksis må tage afsæt i transindividuelle sammenhænge, bevægelser, møder og påvirkninger for at forstå det enkelte menneskes aktivitet og liv.

I et forsøg på at levere et sådant bidrag har vi aktualiseret sider af Baruch de Spinozas filosofi og har bl.a. trukket på dennes forståelse af livsoprethol-

delse, tænkning og frihed. Som Sharp (2011) påpeger, er Spinozas syn på eksistensen – netop fordi det er så radikalt forskelligt fra mange af vores sædvanlige antagelser – velegnet til at udfordre vores antropocentriske psykologi.

Et centralt mål med vores fremstilling har været at kaste lys over en eksistensmåde, en erfaring af sundhed, glæde og ”lyksalighed”, hvor mennesker opnår bevidsthed om sig selv og naturen gennem en ”intellektuel kærlighed” til sidstnævnte. En erfaringsmåde, hvor vi ikke forstår os selv som adskilte individer, men som sammenhængende livsmåder i fællesskaber, som ”trans-individualitet” (Balibar, 2016, 2020). I denne højeste form for tænkning (og livsmåde) kan vi hæmme eller omgå negative affekter og lyster som individuel ”grådighed”, ”ærgerrighed” og ”frådseri” m.m., der er udtryk for en mindre udviklet erkendelse af vores forbundethed med fællesskaber og naturen. Den optimale sindstilstand opnås gennem en adækvat og intuitiv erkendelse af en ”skabende natur”: en konkret forståelse af, hvad ting og naturprocesser har til fælles med menneskeligt liv – og ud fra dette: en klar erkendelse af den enkelte tings skabthed og essens.

Vi har også forsøgt at formulere en anderledes forståelse af begrebet *frihed*. Frigørelse, emancipation, har været et kardinalpunkt for Freud og hans efterfølgere, for eksistentialismen og for bl.a. de retninger i psykologien, der er inspireret af buddhisme og østlig tankegang. Forskellige psykologiske retninger har ikke blot leveret begreber for menneskers determination, (selv) undertrykkelse og afmagt i forhold til samfund, kultur, ændringer i teknologi, konsumtion og behovsstyring – i krisetider og ved omfattende ændringer i samfundsmæssige livsbetingelser. Psykologien har også forsøgt at bidrage med begreber for ”veje ud” af afmagt, ydrestyring og eksistenstruende overflod – veje til individets frigørelse og lykke.

I en renaturaliseret kritisk psykologi starter analysen af afmagt versus frigørelse *ikke med ét subjekt*, et jeg, en person etc. som en separat materie – eller som et mål eller en model (Balibar, 2020). Vi skal snarere begynde med at se på sammensætninger, bevægelser, koordineringer – og modsætninger og sammenstød. Det enkelte menneske individueres og kommer til syne i processer af bevægelser, sammensætninger, opløsning, i kæder af nødvendigheder, herunder naturens processer; og det kommer til syne ud fra den kvalitet af tænkning og den forståelse af sammenhænge og modsætninger, der kan opnås, når sammensætninger dannes. Bevidsthed og frigørelse er ikke en afsondret indrepsykisk proces – det være sig gennem positive kognitioner eller metakognition, sublimering og omformning af drifter, erfaring af mening og vilje eller selvforglemmelse – blot for at nævne nogle nøgleord i individualistisk frigørelsestænkning (som alle har en dualisme mellem individ og sammenhæng til fælles).

Men hvad er frigørelse så – i de spørgende situationer, der opstår, som følge af at naturen i stort og småt viser sine kræfter? Vi må hinsides en tankegang, hvor frigørelse står i modsætning til begrænsninger og

nødvendigheder. Frigørelse er en koordinerende forståelse og bekræftelse af nødvendighed, af naturlig og samfundsmæssig determination, som betingelse for praksis og handleevne. Frihed er at erkende og bekræfte konkrete nødvendigheder, f.eks. i vores forbrug og stofskifte med naturen, i vores livsførelse – som betingelser for måder, hvorpå der *i* de nødvendige forhold kan *skabes noget fælles*, noget brugbart, noget nyt, noget positivt. Frihed og fællesskab er tæt forbundne, og koblingen består i det, vi har beskrevet som adækvate fælles begreber og intuition.

Er frigørelse ikke en erfaring af uret og ”dis-sense”²⁴, og den enkeltes kamp for et nyt og bedre liv konfronteret med f.eks. ulighed, diskrimination – og vores egen destruktivitet i forhold til naturprocesser? Jo! – og disse erfaringer, *når de er skridt mod frigørelse, sker samtidig og immanent*²⁵ med erfaringer af noget fælles, givtigt og essentielt.

Vi lever i en tid, hvor der opstår nye holdninger og etiske krav til omlægning af forbrug og levevis – til strammere forbrugsvaner, til det, man kan kalde en ”afkaldets etik” etc. Som vi berørte i indledningen, kan der i den forbindelse hurtigt opstå en tendens til udskamning, moraliseren – og individualisering af ansvar. Disse tendenser kan forventes at blive øget i de kommende år, i takt med at klimaforandringerne gør sig stadig mere gældende – ligesom også social ulighed og en skæv fordeling af ressourcer vil slå igennem. I lyset af en sådan fremtid bliver det en væsentlig opgave for en kritisk renaturaliseret psykologi at rekonceptualisere frigørelse og forandring i stil med det, vi har skitseret her.

Psykologiens udvikling har i moderne tid været forbundet med kriser og forandringer i menneskers livsbetingelser – og psykologien har selv banet vejen for nogle af disse forandringer. Det bedste eksempel er nok psykoanalysen, da den responderede på forekomsten af psykiske lidelser og ”kulturens byrde” i form af en alt for restriktiv ”forbudskultur”. I den forbindelse blev psykoanalysens tænkning af naturlige og nødvendige sider af menneskers liv og relationer intet mindre end en revolution af psykologien. Når vi ser på menneskets situation i dag med klimaforandringer, ændringer i biodiversiteten og i menneskers livsbetingelser, så er det næppe for meget sagt, at der er grundlag for – og behov for – en lige så omfattende revolution af vores fag.

24 Det er af nyere filosofi om emancipation betonet, at denne tager udgangspunkt i en erfaring af mental ”dis-sense”, ”uenighed” og kropslig ”forskydning”, ”drejning” – begge erfaringer som bevægelse og frigørelse (se Rancière, 2009; Quintana, 2020) – og sådanne bevægelser har igen, i Spinozas optik, ikke brug for begreber som enkeltstående individualitet, ét subjekt, en person (se f.eks. Vardoulakis, 2016; Lord, 2017; Sharp, 2011, p. 180ff.)

25 Uden begrebslige brud, dualismer eller transcendens.

REFERENCER

- Adams, M. (2014). Approaching Nature, "Sustainability" and Ecological Crises from a Critical Psychological Perspective. *Social and Personality Compass*, 8(6), 251-262. <https://doi.org/10.1111/spc3.12104>
- Albrecht, A. (2017). Solastalgia and the New Mourning. In A. Cunsolo et al. (Ed.), *Mourning Nature. Hope at the Heart of Ecological Loss & Grief* (pp. 292-316). Montreal & Kingston: McGill-Queens University Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1w6t9hg.17>
- Althusser, L. (2016). *Ideologi og ideologiske statsapparater*. København: Jurist- og Økonomforbundets Forlag.
- Armstrong, A. (2009). Autonomy and the Relational Individual. In M. Gatens (Ed.), *Feminist Interpretations of Spinoza* (pp. 43-65). Pennsylvania: The Pennsylvania University Press.
- Balibar, É. (2016). *Spinoza: From Individuality to Transindividuality. A lecture delivered in Rijnsburg on May 15, 1993*.
- Balibar, É. (2020). *Spinoza, the Transindividual*. Edinburgh: University Press.
- Bertelsen, P. (1997). Den frie vilje – almenpsykologisk, terapeutisk og moralsk set. *Bulletin fra Forum for Antropologisk Psykologi*, 2, 4-46.
- Brinkmann, S. (2017). *Gå glip – om begrænsningens kunst i en grænseløs tid*. København: Gyldendal Business.
- Brinkmann, S. (2020). Gratis psykologhjælp er sygeliggørelse af unge. *Kristeligt Dagblad*, 125, 8. december.
- Cunsolo, A., & Landman, K. (Eds.) (2017). *Mourning Nature. Hope at the Heart of Ecological Loss & Grief*. Montreal & Kingston: McGill-Queens University Press.
- De Jonge, E. (2004). *Spinoza and Deep Ecology: Challenging Traditional Approaches to Environmentalism*. London: Ashgate Publishing.
- Deleuze, G. (1988). *Spinoza: Practical Philosophy*. San Francisco: City Lights Books.
- Deleuze, G. (1992). *Expressionism in Philosophy: Spinoza*. New York: Zone Books.
- Dreier, O. (2008). *Psychotherapy in Everyday Life*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Dreier, O. (2019). *Subjectivity?* Paper given at: ISTP conference, Copenhagen 2019.
- Esposito, R. (2015). *Persons and Things*. Cambridge: Polity Press.
- Foer, J.S. (2011). *Om at spise dyr*. København: Tiderne skifter.
- Foster, J.B., & Clark, B. (2020). *The Robbery of Nature. Capitalism and the Ecological Rift*. New York: Monthly Review Press.
- Foucault, M. (1982). Is it really important to think? An interview. *Philosophy & Social Criticism*, 9, 30-40. <https://doi.org/10.1177/019145378200900102>
- Foucault, M. (1985). *The history of sexuality, Vol. 2: The Use of Pleasure*. New York: Vintage Books. (Alle dansksprogede citater herfra er vores oversættelse).
- Foucault, M. (1997). Polemics, Politics, and Problematizations: An interview with Michel Foucault. In P. Rabinow (Ed.), *Ethics, Subjectivity and Truth* (pp. 111-119). New York: The New Press.
- Foucault, M. (1998). Philosophy and Psychology. In J.D. Faubion (Ed.), *Aesthetics, Method and Epistemology* (pp. 249-259). New York: The New Press.
- Hansen, R. (2019). Et ændret mentalt klima. *Magasinet P – Psykologernes fagmagasin*, 8(5), 4-9.
- Holzkamp, K. (1983). *Grundlegung der Psychologie*. Frankfurt/Main: Campus Verlag.
- Ilyenkov, E. (1974). Spinoza – Thought as an Attribute of Substance. *Dialectical Logic*. Lokaliseret på: <https://www.marxists.org/archive/ilyenkov/works/essays/essay2.htm>
- Jespersen, J. (2015). *Fremsynet folkeskole – et dannelsesideal for det 21. århundrede*. Aarhus: Fjordager.

- Kieffer, G. (2016). Bange for Moder Jord. *Magasinet P – Psykologernes fagmagasin*, 8(2), 6-9.
- Koch, C.E. (2010). Forord. I: B. Spinoza (Ed.), *Etik* (pp. x- xxiv). København: Det lille forlag.
- Kraemer, S. (1982). A Note on Spinoza's Contribution to Systemic Therapy. *Family Proces*, 21, 353-357.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1982.00353.x>
- Kristensen, C., & Skarum, S. (2019). Psykolog: Klimaangst skal ikke fjernes, men håndteres. *Dagbladet Politiken*, 135, 20. april, 5. sektion, p. 18.
- Leontjev, A.N. (1977). *Problemer i det psykiskes udvikling*. København: Bibliotek Rhodos.
- Lord, B. (2017). Disagreement in the Political Philosophy of Spinoza and Rancière. *Proceedings of the Aristotelian Society*, 117(1), 61-80. <https://doi.org/10.1093/arisoc/aox002>
- Lykkeberg, R. (2019). Klimakrisen som filosofisk problem. *Dagbladet Information*, 75, 13. juli.
- Macherey, P. (2011). *Hegel or Spinoza*. Minnesota: University of Minnesota Press.
<https://doi.org/10.5749/minnesota/9780816677405.001.0001>
- Macherey, P., & Bundy, S. (2012). Judith Butler and the Althusserian theory of Subjection. *Décalages*, 1(2), 1-22.
- Madsen, O.J. (2018). Verden forgår, men mennesket består. I: P. Bjerregaard & K. Kverndokk (red.), *Kollaps – på randen av fremtiden*. Oslo: Dreyers forlag.
- Maiteny, P. (2012). Longing to be human: evolving ourselves in healing the earth. In M.J. Rust & N. Totton (Eds.), *Vital Signs: Psychological Responses to Ecological Crisis* (pp. 47-60). London: Karnac Books. (Alle dansksprogede citater herfra er vores oversættelse).
- Malm, A. (2018). *The progress of this storm. Nature and society in a warming world*. London: Verso.
- Malm, A. (2019). Against Hybridism: Why We Need to Distinguish between Nature and Society, Now More than Ever. *Historical Materialism*, 27(2), 156-187.
<https://doi.org/10.1163/1569206X-00001610>
- Marx, K. (1970). *Kapitalen, bog 1.1*. København: Bibliotek Rhodos.
- Nissen, M. (2014). Brugerdiverse standarder som konkret utopi: En kulturhistorisk tilgang til subjektivitetens almengørelse. *Psyke & Logos*, 35, 164-192.
- Quintana, L. (2020). *The Politics of Bodies. Philosophical Emancipation with and beyond Rancière*. London: Rowman & Littlefield.
- Rancière, J. (2019). *The Emancipated Spectator*. London: Verso.
- Rasmussen, O.V. (2013). Liv i organisationer, affekt og intuition. *Nordiske Udkast*, 1(13), 38-57.
- Read, J. (2015). *The Politics of Transindividuality*. Chicago: Haymarket Books. <https://doi.org/10.1163/9789004305151>
- Roth, W.M. (2019). Theorizing with/out "Mediators". *Integrative Psychological & Behavior Science*, 53(2), 323-343. <https://doi.org/10.1007/s12124-016-9376-0>
- Ryan, J.C. (2017). Where Have All the Boronia Gone? A Posthumanist Model of Environmental Mourning. In A. Cunsolo & K. Landman (Eds.), *Mourning Nature. Hope at the Heart of Ecological Loss & Grief* (pp. 292-316). Montreal & Kingston: McGill-Queens University Press. (Alle dansksprogede citater herfra er vores oversættelse).
- Saito, K. (2017). *Capital, nature and the Unfinished Critique of Political Economy*. New York: Monthly Review Press. (Alle dansksprogede citater herfra er vores oversættelse).
- Schultz, E. (1997). Kommentar: Den gode, den onde og den grusomme. *Bulletin fra Forum for Antropologisk Psykologi*, 2, 104-108.
- Schultz, E. (1998). *Frihed og bånd i menneskelivet*. København: Dansk Psykologisk Forlag.

- Schwarz, S. (2018). Resilience in psychology: A critical analysis of the concept. *Theory & Psychology*, 4, 528-541. <https://doi.org/10.1177/0959354318783584>
- Sharp, H. (2011). *Spinoza and the Politics of Re-naturalization*. Chicago: The University of Chicago Press. (Alle dansksprogede citater herfra er vores oversættelse).
- Sève, L. (1973). *Marxismus und Theorie der Persönlichkeit*. Frankfurt/Main: Verlag Marxistische Blätter.
- Spinoza, B. (1910). *Spinoza's Short Treatise on God, Man & His Wellbeing – Primary Source Edition*. London: Adam and Charles Black.
- Spinoza, B. (1996). *Etik*. København: Munksgaard Rosinante.
- Stengers, I. (2019). Putting Problematization to the Test of Our Present. *Theory, Culture & Society*, Special issue: Problematizing the Problematic, 2019, 1-22. <https://doi.org/10.1177/0263276419848061>
- Stiegler, B. (2016). *Automatic Society. The Future of Work*. Cambridge: Polity.
- Stoknes, P.E. (2017). *Det vi tenker på når vi prøver å ikke tenke på global oppvarming*. Oslo: Tiden Norsk Forlag.
- Syvitski, J. et al. (2016). Plausible and desirable futures in the Anthropocene: A new research agenda. *Global Environmental Change*, 39, 351-362. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2015.09.017>
- Tsing, A. (2017). *The Mushroom at the end of the World: On the Possibility of Life in Capitalist Ruins*. Princeton: Princeton University Press.
- Vardoulakis, D. (2016). Agonistic Equality in Rancière. *Synthesis: an Anglophone Journal of Comparative Literary Studies*, 9, 14-34. <https://doi.org/10.12681/syn.16222>
- White, S. (2012). Denial, sacrifice, and the ecological self. In M.J. Rust & N. Totton (Eds.), *Vital Signs: Psychological Responses to Ecological Crisis* (pp. 211-223). London: Karnac Books.
- Williams, C. (2012). Thinking the Space of the Subject between Hegel and Spinoza. In J.E. Smith (Ed.), *Between Hegel and Spinoza. A Volume of Critical Essays*. London: Bloomsbury.