

DET SUNDE LIV
 – Introduktion til sundheds psykologi
 – og sygdommens

Benny Karpatschof & Bo Møhl

Dette temanummer er er i vid udstrækning resultatet af det seminar, som Psyke og Logos afholdt i januar. Seminaret havde ligesom dette nummer titlen: Sygdommens psykologi – og sygdommens, og faktisk er to tredjedelen af temaartiklerne elaborerede udgaver af de foredrag, der blev fremlagt på seminaret.

Psyke og Logos har tidligere tangeret emnet, idet vi i '89 publicerede et temanummer om Psyke og Soma. Der er imidlertid substantielle forskelle mellem da- og indeværende nr, forskelle der på interessant måde belyser udviklingen inden for sundhedspsykologien som psykologisk vækstområde. I Psyke-og-Soma-nummeret var der omtrent lige mange artikler inden for neuro- og sundhedspsykologi. Balancen blev omhyggeligt opretholdt ved at de to gæsteredaktører, Rolf Willanger og Alice Theilgaard repræsenterede hver af disse områder. Denne gang er nummeret halvanden gange så stort, og sundhedspsykologien fremstår nu som et selvstændigt område, der nok i nogen grad overlapper neuropsykologien, men som det vil fremgå af artiklerne, er graden af overlapning i virkeligheden forbavsende lille. Hvor sundhedspsykologien endnu for 10 år siden for en del skeptikere fremtrådte med en vist postulerende præg, der viser bredden og soliditeten af artiklerne nu, at der allerede er tale om et etableret område, som fundet sit særlige genstandfelt, som er i gang med at formulere sine egne begreber og teoretiske teser, og som sidst, men ikke mindst, har demonstreret sin eksistensberettigelse ved at udvikle sit særlige praktisfelt, hvor den psykologiske indfaldsvinkel er ikke bare et nyttigt supplement til de øvrige sundhedsprofessionens tilgang, men hvor den ofte er helt uomgængelig.

Når humanister skal argumentere for deres eksistensberettigelse, så siger de undertiden, at humaniora (bl.a.) giver et billede af og måske en anvisning på »Det gode Liv«. På samme måde ser det ud til at sundhedspsykologiens udspring er psykologiens bidrag til at finde betingelserne for »Det sunde liv«. Denne tanke er på ingen måde så ny som selve sundhedspsykologien. Dens almene rødder ligger i Antikkens idealforstilling om det sunde menneske defineret ved en »Sund sjæl i et sundt legeme« eller som det hed på latin »Mens sana in corpore sano«.

Der er dog et væsentlig spring fra dette diktum til sundhedspsykologiens projekt. Hvor »Mens sana«-idealet nærmest er en dualistisk forestil-

ling om nødvendigheden af både åndens og kroppens sundhed og om sammenhængen mellem disse to former for sundhed, så er sundhedspsykologien som videnskabeligt område eller videnskabeligt funderet subprofession monistisk. Det er forestillingen om en og samme sundhed for en og samme person.

Denne indledning er imidlertid ikke nogen egentlig introduktion til sundhedspsykologiens område, for denne opgave har Bo Møhl påtaget sig, men kun en introduktion til de enkelte artikler.

Vi har forsøgt at opstille de meget forskelligartede artikler i en nogenlunde overskuelig orden, således at de første artikler er de mest almene og bredt omhandler store dele af sundhedspsykologien, mens artiklerne efterhånden bliver mere og mere specifikke i deres emnevalg. Samtidig er der en udvikling i artiklernes rækkefølge, så de fra at være overvejende teoretiske, bliver mere empiriske, for at ende med også at være direkte praksisrelaterede.

Og hermed skal vi gå over til en introduktion til de enkelte artikler.

Bo Møhl giver som allerede nævnt en *oversigt over sundhedspsykologiens historiske udvikling*, og dens nutidige arbejdsområder. Sundhedspsykologiens forhold til medicin diskuteres, især forholdet til de nærmeste medicinske grænseområder, ligesom sundhedspsykologiens opståen som selvstændig disciplin tages op.

Hysse Birgitte Forchammer fortæller i artiklen *Sundhed, mennesker, kultur* om forskningsnetværket af samme navn. Der er tale om et særdeles veletableret projekt, som har løbet over en halv snes år, og som dermed også er et af de ældste inden for sundhedspsykologiens stadig meget unge disciplin.

Erik Lykke Mortensens artikel *Personlighed og sygdom* giver for mange læsere et nyttigt overblik over de empiriske resultater af talrige undersøgelser gennem et halvt århundrede af sammenhængen mellem personlighed og sygdom. Artiklen gennemgår ikke blot de metodiske problemer ved fastlæggelse af personligheds-træk eller tilstande, men også de forsøg der har været på opstille generelle teorier om den mulige relation mellem personlighed og helbred.

Gretty Mirdal har i mange år beskæftiget sig med somatisering og giver os i sin artikel *Mellem sundhed og sygdom: refleksioner over somatisering* en radikal analyse af begrebet, hvor hun går imod den traditionelle diagnostiseringspraksis. Denne er alt for usikker og som eksempel nævner hun de klassiske psykosomatiske sygdomme (astma, mavesår, leddegigt etc), som man tidligere anså som psykisk betingede. I dag har man forladt denne tanke i og med, at der udviklet et mere nuanceret syn på samspillet mellem sårbarhed, stress og sygdom.

Bjarne Jacobsen diskuterer i sin artikel *Sygdom og krise* hvordan somatisk sygdom kan forstås ud fra Kierkegaards opfattelse af den menneskelige eksistens, specielt Kierkegaards antropologi hvor grundbegreberne er legeneme, sjæl og ånd. Da mennesket er et forhold, der med Kierk-

gaards ord forholder sig til sig selv, forandres det forhold til sig selv under sygdommen. Herudfra går artiklen over til at undersøge 5 aspekter ved somatisk sygdom: smerter, funktionstab, æstetiske følger, afhængighed og døden.

Peter Elsass skriver om *Træthedens historie*. Han anfører, at man igennem historien har set flere kulturelle forklaringer på træthed, men det er karakteristisk at man har søgt somatiske forklaringer som modvagt til psykologiseringen. Træthed er udtryk for en folkelig illnessadfærd, der står i kontrast til den professionelle diagnosticering. Og træthed er et kært barn med mange navne/diagnoser.

Susanne Lunn tager i sin artikel om anoreksi – *Sundhedens anoreksi – og sygdommens* – udgangspunkt i de forskellige betydninger anoreksi tillægges afhængig af de kulturelle omgivelser: den hellige anoreksi, den politiske, den kommercielle, som sultekunstnerne udførte etc. Hun diskuterer anoreksi ud fra såvel en psykiatrik medicinske tilgang som fra en psykodynamisk.

Karen Albertsen rejser i *artiklen Sense of Coherence* et sundhedspsykologisk fundamentalt problem: man overhovedet kan tale en sundhedsfremmende psykologisk disposition, sådan som det fx forsøges i begrebet Sence of Coherence, et begreb der eksempelvis har central betydning i den efterfølgende artikel af BennyKarpatschof & Søren Ballegaard. Teknisk set er spørgsmålet om begrebsparret sygdoms- hhv. sundhedsfremmende disposition et et mono- eller bi-polært psykologisk kontinuum. I det første tilfælde er en såkaldt sundhedsfremmende disposition blot fraværet af en sygdomsfremmende disposition. I det andet tilfælde er der tale om to selvstændige dispositioner med hver sit substantielle indhold.

Benny Karpatschof & Søren Ballegaards artikel *Psykologiske behandlingsfaktorer ved et integreret rehabiliteringsprogram for hjertepatienter* er resultatet af et tværfagligt samarbejde mellem en psykologisk metodolog og statistiker og en læge der på sin klinik udfører en integreret rehabilitering af hjertepatienter. Artiklen diskuterer først hvordan et sådant tværfagligt forskningsarbejde kan etableres, dernæst forsøges selve grundbegrebet psykologiske behandlingsfaktorer teoretisk defineret, og endelig søges eksistensen af sådanne behandlingsfaktorer empirisk bestemt pga af et prospektivt patientmateriale fra Søren Ballegaards klinik.

Stephan Jørgensen fortæller i *Psykologiske forhold ved brystrekonstruktion* med udgangspunkt i sit eget Ph.D.-projekt om de eksisterende undersøgelser af hvad der motiverer mastektomerede kvinder til enten at søge brystrekonstruktion eller ikke at gøre det. Ud fra de komplekse fund i disse undersøgelser søger forfatteren at belyse disse forhold ud fra psykoanalytisk og eksistentiel/fænomenologisk teori.

Eva Ethelberg & Jette Fog *Den lægende samtale* tager som flere andre artikler sig udgangspunkt i et tværfagligt samarbejde. I dette tilfælde de kurser som Eva Ethelberg har afholdt for sundhedspersonale, herunder

kommunikationstræning for læger. Fra en traditionel opfattelse af lægesamtalen som et ikke-professionaliseret sideaktivitet, der prioriteres langt under lægens *egentlige* gerning med diagnostik og behandling, argumenterer artiklen for at samtalen på godt og ondt er en helt afgørende del af patient-læge-forholdet og dermed af behandlingen. Vi kan fra redaktionens side ikke nære os for tilbyde forfatterne en antitese til deres meget velvalgte begreb. I lyset af de mange klager, der i der senere år har været rettet mod læger for en kommunikation præget af en til hensynsløshed grænsende mangel på empati kunne dette modbegreb være *Den lædende samtale*.

I sin artikel *Vaginisme og Graviditet* skriver Talli Ungar Felding om sine erfaringer med vaginismebehandling på en gynækologisk afdeling, hvortil hun var knyttet som sexologisk konsulent. Talli Ungar Felding går i rette med den adfærdsterapeutiske tilgang til vaginisme, der ikke får fat i den dybere psykoseksuelle betydning symptomet har.

Som vanligt har Psyke & Logos også et rubrik *under stregen*. Der er denne gang tale om en artikel af en række Ph.D.-studerende (Birgit Bork Mathiesen et al.) ved Institut for Psykologi i København. Denne artikel hedder *Hvad er psykologiens genstandsområde?* og falder smukt i tråd med temanummeret ved blandt andet med udgangspunkt i forfatternes egne projekter, hvoraf en stor del er sundhedspsykologiske, at diskutere hvad psykologien egentlig handler om og hvad der forholdet til dens naboer, det biologiske og det samfundsmæssige.

Endelig bringer vi tre amelder-artikler:

Judy Gammelgaard anmelder under titlen *Den hellige yngelpleje* Erik Schultz nye bog *Frihed og Bånd i menneskelivet*.

Stig Dankert Hjort har under overskriften De eksistentielle dimensioner samlet en række anmeldelser af eksistential-psykologiske bøger af hhv. Bo Jacobsen (*Eksistensens psykologi*) Emmy van Deurzen (*Eksistentielle dimensioner i psykologien*), Irvin D. Yalom (*Eksistentiel psykoterapi*) og Resten Nordentoft (*Kierkegaards psykologi*).

Peter la Cour anmeldelse *Livserfaringens anatomi* gennemgår en sundhedspsykologisk bog, hvor den ovennævnte Bo Jacobsen er medforfatter, nemlig *Kræft og eksistens – om at leve med kræft*.

Redaktionen af Psyke & Logos er blevet ændret siden forrige nummer. Arne Poulsen fratræder efter en årrækkes tro tjeneste og går over til vor rådgivende gruppe. I stedet er Jytte Bang indtrådt i redaktionen.