

DE EKSISTENTIELLE DIMENSIONER

En anmeldelse af:

Eksistensens psykologi.

Af Bo Jacobsen

Hans Reitzels Forlag 1998, 238 s., 225 kr.

Eksistentielle dimensioner i psykoterapien

Af Emmy van Deurzen

Hans Reitzels Forlag 1999, 408 s., 375 kr.

Eksistentiel Psykoterapi

Af Irvin D. Yalom

Hans Reitzels Forlag, 560 s., 398 kr.

Kierkegaards Psykologi

Af Kresten Nordentoft

Hans Reitzels Forlag 1995, 522 s., 300 kr.

Stig Dankert Hjort

...min hele Tanke-Virksomhed qua Forf. er
concentreret i denne ene Tanke »den Enkelte«,
den Kategorie, der vil vise sig at blive Frem-
tidens point de vue...

Søren Kierkegaard

90'erne Kierkegaard-renæssance modsvarer på psykologiens område af en fornyet interesse for den eksistentielle psykoterapi. Dette kommer bl.a. til udtryk i genudgivelsen af Kresten Nordentofts klassiker *Søren Kierkegaards Psykologi* fra 1972 samt en række oversættelser af centrale udenlandske eksistentielt orienterede psykoterapeuters værker, heriblandt den amerikanske psykiater Irvin D. Yaloms bøger *Kærlighedens*

bøddel og andre psykoterapeutiske fortællinger og *Da Nietzsche græd* fra 1994 samt *Sex, løgn og psykoterapi* fra 1998 og sidst hans eksistenspsykologiske hovedværk *Eksistentiel psykoterapi* (1999, opr. 1980). Dertil kan lægges værker af den hollandsk-engelske filosof og psykoterapeut Emmy van Deurzen bl.a. *Eksistentiel samtale og dialog* i 1995 og nu hendes hovedværk *Eksistentielle dimensioner i psykoterapien* (1999). Oveni hatten har vi så fået den danske psykolog Bo Jacobsens introduktionsbog *Eksistensens psykologi* (1998).

Nu kan det imidlertid være lige så vanskeligt at danne sig et overblik over eksistenspsykologien som over eksistensfilosofien. Begrebet eksistenspsykologi anvendes ofte som en samlebetegnelse for de terapier, der på mere eller mindre dybtgående facon inddrager eksistentielle træk, temaer eller kilder i deres tænkning, og som i øvrigt kan være vidt forskellige eller måske i direkte modstrid med hinanden på andre væsentlige punkter. Set under ét har de eksistentielt orienterede terapeuter heller ikke identificeret sig selv med en bestemt klinisk procedure, skønt flere ledende personligheder har taget udgangspunkt i den psykoanalytiske praksis som grundlag for deres overvejelser. Dertil kommer, at den eksistentielle terapi både grænser op til og på flere punkter kan siges at overlape oplevelsesorienteret og humanistisk orienteret psykoterapi.

Der er heller ingen som behøver forestille sig, at de sidste nye udgivelser – alle fra Hans Reitzels Forlag – kaster afgørende nyt lys over denne side af sagen. Bo Jacobsens introduktionsbog til eksistenspsykologien *Eksistensens Psykologi* giver ingen stillingtagen til, hvad der er nødvendigt og karakteristisk for at bedømme en terapi som eksistentiel men indeholder til gengæld en grundig og velunderbygget gennemgang af, hvad forskellige forfattere af eksistentiel observans måtte mene om en række udvalgte eksistentielle temaer. Desuden får den nysgerrige læser som appendiks en tiltrængt – omend noget kortfattet – præsentation af hver enkelt af de eksistenspsykologiske forfattere, som Jacobsen regner for vigtige i sin kontekst (ibid. s. 213-27).

Yalom indrangerer i lighed hermed (Yalom 1999) den eksistentielle psykoterapi under fire eksistentielle temaer eller ultimative anliggender, som kendetegner hans egen terapeutiske tilgang, og forsøger herudfra at give en oversigt over inspirationskilder og grænseområder.

Van Deurzens indfaldsvinkel er den mest ambitiøse. Store dele af hendes nye bog, *Eksistentielle Dimensioner i Psykoterapien*, er et velmenende forsøg på at give et udtømmende overblik over både de vigtigste filosofiske kilder samt de eksistentielt orienterede psykologer og deres arbejde, som hun regner for tilhørende eksistenstraditionen. Det er interessant læsning. Desværre savnes så en mere systematisk tilgang – eventuelt gennem fremhævelsen og bearbejdelsen af centrale temaer eller begreber, som – midt i den vidt forskellige og til tider modsigelsesfyldte litteratur – kunne have fastholdt læserens opmærksomhed på den eksistentielle tankegang.

For at kunne placere den nye og i virkeligheden ret forskelligartede eksistentielle litteratur i diskuterbar sammenhæng, vil jeg derfor foreslå, at opmærksomheden først rettes mod nogle udviklingstendenser inden for den eksistentielle psykoterapi.

Udviklingstendenser inden for den eksistentielle terapi

Det vil som hovedkriterium være muligt at skelne mellem udviklingen af en *ontologisk* og en *ikke-ontologiske* baseret eksistentiel retning, selv om kun få eksistentielt orienterede terapeuter entydigt kan placeres herefter.

1) Den ontologiske retning udgør hovedstrømmen i den europæiske, eksistentielle terapi, som opstod ved begyndelsen af dette århundrede i mødet mellem filosofi, psykiatri og psykoanalyse. De herskende naturvidenskabeligt og positivistisk anlagte teorier om menneskets psykologi, heriblandt psykoanalysens metapsykologi, afspejlede den fremstormende teknologiske dehumaniserende og reducerende prægning på den særegne menneskelige eksistens (lat.: *at stå ud fra*), og man søgte en alternativ beskrivelse, der tæt knyttet til filosofiske overvejelser, – psykologien som *forstående åndsvidenskab* – kunne udgøre et nyt og frugtbart fundament for det terapeutiske møde. De centrale filosofiske inspirationskilder er Edmund Husserls fænomenologi samt Martin Heideggers eksistential-ontologi, men der knyttes også an ved tilværelsesanalyser af bl.a. Kierkegaard og Nietzsche.

I sit hovedværk *Sein und Zeit* fra 1927 forsøgte Heidegger ud fra en fænomenologisk metode at blotlægge de afgørende nødvendige strukturer, *eksistentialerne* i den menneskelige tilværen, *Dasein*. Mennesket befinder sig fx altid i en konkret situation i et forhold til en given verden og i et forhold til andre mennesker: *in-der-Welt-sein*. Psykoterapeutisk betyder det, at fokus flyttes fra de indre *psykodynamiske* processer til de *ontodynamiske* aspekter ved menneskets interaktion med verden. I den såkaldte *Daseinsanalyse* – stiftet af den eksistentielle psykoterapis egentlige grundlægger, Ludwig Binswanger, og afgørende revideret af efterfølgeren, Medard Boss, – vil man på denne måde give fænomenologiske beskrivelser af det enkelte menneskes forholdene sig inden for tre samtidige aspekter, *modi*, som generelt set kan siges at karakterisere enhver persons eksistens som værende-i-verden: *die Umwelt*, verden omkring, *die Mitwelt*, medverdenen og *die Eigenwelt*, egenverdenen.

Skønt *logoterapien*, hvis hovedværker – alle af Viktor Frankl – for længst er oversat til dansk, også er indrettet med henblik på menneskets meningsgivende dimension, den *noogene dimension* og de *ontodynamiske forhold*, og derfor kan placeres som en ontologisk terapeutisk retning, er det nok mere korrekt, at se den som et mellemstadium på vejen til den næste retning, jeg vil omtale. På baggrund af en dimensionalontologisk analyse anerkender og fremhæver logoterapien nemlig brugen af andre

terapiformer, som er rettet mod andre menneskelige dimensioner såsom den psykiske dimension og de psykodynamiske lovmæssigheder.

2) Den ikke-ontologiske retning henter mere bredt og eklektisk sin inspiration fra forskellige eksistentielle filosoffer og skønlitterære forfattere. Med udgangspunkt i Husserls intentionalitetsbegreb og Heideggers udvikling af eksistensbegrebet som en basis for analysen af selvværd, frihed og selvbedrag, bliver Jean-Paul Sartre og den franske eksistensfilosofi en af retningens mest indflydelsesrige inspirationskilder. I sit filosofiske hovedværk, *L'être et le Néant*, fra 1943 foretager Sartre en analyse af angsten som svimmelhed, der leder tanken direkte hen til Søren Kierkegaards angstanalyser. Selv om psykodynamiske tankegange vedblivende spiller en rolle inden for den terapeutiske kontekst fx i forsøget på at forstå familiekonstellationens indvirkning på barnets evne til selv-realisation eller mangel på samme, som man ser det i flere af den engelske psykiater og psykoanalytiker Ronald D. Laings tidlige værker, forsøger man samtidig, bl.a. via Sartres konsekvente valg- og frihedsfilosofi, at undgå enhver form for deterministisk og mekanicistisk forklaringsmodel.

Da den eksistentielle psykoterapi i slutningen af 40'erne og begyndelsen af 50'erne, via teologen Paul Tillich og psykoanalytikeren Rollo Mays indsats, præsenteres i U.S.A., mister den efterhånden tilknytningen til det ontologiske begrebsapparat og drejer afgørende hen imod den ikke-ontologiske retning, idet den samtidig på forskellig vis kan ses at indgå i syntese med den pragmatisk-individualistiske, humanistisk orienterede terapi. Dennes mål er snarere vækningen af menneskets potentielle naturgivne muligheder end besindelsen på den opgave og det ansvar, der, ifølge eksistenspsykologien, nødvendigvis følger med den menneskelige tilværelse.

Eksistentielle dimensioner i psykoterapien på ontologisk grund

Foruden at udgøre et nyere forsøg på at gennemtænke en fænomenologisk-ontologisk betragtningsmåde, altså inden for tendens¹⁾, er filosofien og psykoterapeuten Emmy van Deurzens indsats vigtig for forståelsen af de moderne tiltag blandt filosoffer til at ville beskæftige sig med tera-

1. Man kan dog ikke se van Deurzens arbejde som en egentlig videreførelse af Binswangers og Boss' ontologiske tilgang, selv om hun knytter an ved tankegangen. Van Deurzen forholder sig fx kritisk til Boss' sprogbrug, som er hentet direkte fra Heidegger (se bl.a. Van Deurzen 1999, s. 210). Den ledende kontinentaleuropæiske skikkelse på det ontologiske område er Gion Condeau, der er elev af Heidegger og Boss. Desværre findes ingen af hans værker, som bl.a. indbefatter en sammenstilling af Freud og Heidegger, *Sigmund Freud und Martin Heidegger: Daseinsanalytische Neurolehre und Psychotherapie*, Freiburg Universitätsverlag, Freiburg 1989, endnu oversat til dansk. Se også Jacobsens biografi om Gion Condeau i *Eksistensens Psykologi*, s. 216.

peutisk rådgivning, *counseling*. I U.S.A. og andre engelsktalende lande har professionel filosofisk rådgivning været på mode siden begyndelsen af 80'erne. Med oprettelsen af *Society for Existential Analysis* i 1988 – tæt knyttet til uddannelsesinstitutionen *School of Psychotherapy and Counseling, Regent's School* i London og medlem af *International Federation for Daseins-analysis*, – har van Deurzen dannet europæisk skole i eksistentiel rådgivning. Hendes første bog fra 1988, *Existential Counseling in Practice*, blev udgivet på dansk i 1995 under titlen *Eksistentiel samtale og terapi* (Hans Reitzels Forlag 1995) med indledning af John Smidt Thomsen, og inden for de sidste fire-fem år har van Deurzen jævnligt besøgt København og bl.a. afholdt eksistentielle workshops for psykologer og psykoterapeuter i *Foreningen Forum til Eksistentiel Psykologi og Psykoterapi* samt i *Psykoterapeut Foreningens* regi.

I sin første bog giver van Deurzen – bl.a. gennem en række behandlingshistorier – et systematisk indblik i den eksistentielle retning, hun tilknytter sig. Fremfor alt er hun optaget af den verden som filosofen Husserl har betegnet *livsverdenen*, hos van Deurzen: *hverdagen* m.a.o. den verden, der ligger før den videnskabelige begrebsverden, hvori mennesket via sin rettetthed, *intentionalitet*, skaber eller finder værdi, mening og formål. Som fænomenologisk-ontologisk retning er det den eksistentielle psykoterapis primære formål *at beskrive* – fremfor *at forklare* – den terapissøgendes tilgang til livsverdenen. Hertil suppleres med begreber hentet fra Daseinsanalysen, som skal guide det terapeutiske arbejde igennem den personlige livsverdens fire samtidige eksistentielle dimensioner, den personlige livsverden, nemlig *naturverdenen* (Umwelt), *den sociale verden* (Mitwelt), *den private verden* (Eigenwelt) (som i det nye værk – muligvis under inspiration fra logoterapien – benævnes *den psykiske dimension*) samt *ideologiverdenen* (Überwelt). Den sidste dimension eller værens-modi har hun selv udtænkt (se skema 1995 s. 203, og uddybet 1999 s. 385).

Van Deurzen opstiller også en følelsesmæssig cyklus, som i sin grund bygger på Heideggers stemhedsbegreb og Sartres teori om følelsernes fænomenologi (diagram i 1995, s. 188 samt i 1999, s. 327). *Følelser (emotions) kommer*, skriver van Deurzen (1999, s. 320), *i cykliske forløb*, og det er en primær målsætning i eksistentiel terapi at blive vidende om den konstante strøm af stemninger og følelser og deres betydning, hvad angår forbindelsen til verden. Centralt nok – i den eksistentielle kontekst – medtager hun ikke angsten i den følelsesmæssige cyklus. Ængsteligheden vil hun forbeholde som en mere generel og grundlæggende oplevelse, der følger med enhver forøgelse af eksistentiel bevidsthed (1995, s. 190). Angsten er ontologisk, en trussel mod Dasein, mens frygten kan studeres som en følelse blandt andre.

I sin nyeste bog gør van Deurzen det klart, at hendes anliggende kan formuleres som et opgør med den medicinske model inden for psykoterapien. Hendes egen filosofiske begrebsmodel skal erstatte denne, sådan

at den filosofiske rådgivning kan sætte den enkelte i stand til på frugtbar vis at komme overens med sit liv, som det er, med alle dets iboende modsigelser og paradokser. Det er derfor vigtigt for van Deurzen, der i parentes bemærket også har arbejdet sammen med en af anti-psykiatriens mest kendte personligheder Ronald D. Laing, at det medicinsk-prægede skel mellem psykisk syg og normal ophæves, så der kan gøres plads for det moderne menneskes spørgsmål om mål og mening i tilværelsen og dets længsel efter eksistentiel sandhed. Van Deurzen er derfor overalt på jagt efter begreber og teorier, som vil objektivisere, psykologisere eller på anden vis reducere denne centrale side af menneskets tilværelse og forholder sig samtidig yderst kritisk til den eksistentielle litteratur, der vil forbinde sig med en psykodynamisk tankegang (se fx kritikken af Laing s. 219-25, og af Yalom, s. 214-15). Hun taler både ud fra personlige erfaringer med de Lacan-orienterede psykoanalytikere, hun har arbejdet sammen med (se fx *ibid.* s. 246) men også ud fra teoretiske grunde. Bogens mest centrale, kontroversielle og diskuterbare del bliver derfor kapitlet *Parametre i eksistentiel psykoterapi* (*ibid.* s. 235-329), hvor van Deurzen bl.a. vil erstatte de psykoanalytiske grundbegreber, *det ubevidste*, *fortrængning*, *overføring* og *modoverføring* med begreber der kan passe bedre ind i hendes eget eksistentielle projekt.

Som en indføring i tilgangen til kritikken af Freud og psykoanalysen drager van Deurzen sammenligninger mellem Freuds og Heideggers udlægninger af dramaet om Ødipus (*ibid.* s. 241-47). Mens Freuds synsvinkel er reduktionistisk, vil Heidegger bevare tragediens umiddelbare kontekst, at mennesket i sin længsel efter eksistentiel sandhed må se sin skæbne i øjnene og forsøge at opnå egentlighed i lyset af denne. I lighed hermed er det, mener van Deurzen videre, den mest markante fejl i Freuds synsvinkel, at der søges efter forklaringer på et mikrokosmisk snarere end på et makrokosmisk niveau (*ibid.* s. 244-45), hvilket sidste er det niveau, hvor menneskets virkelige længsel efter sandhed er rettet. De freudske grundbegreber kritiseres følgelig, fordi de drejer den psykoterapeutiske interesse ind på et mikrokosmisk niveau. Dermed bidrager de til redueringen og teknificeringen af tilgangen til den menneskelige tilværelses uundgåelige dilemmaer og paradokser. Det ubevidste erstattes med et bredere filosofisk begreb om *det ukendte* (*ibid.*, s. 268-77), fortrængning erstattes med det Sartre-prægede begreb om *selvbedrag*, *mauvaise foi* (*ibid.* 277-78) og i stedet for at tale om overføring og modoverføring tales om henholdsvis klientens og terapeutens *bias* (s. 291-98).

Ud fra en psykoanalytisk synsvinkel er van Deurzens lange tanke-række om det ubevidste i særlig grad vigtig og interessant for en bedømmelse (*ibid.* s. 268-77). Det er som om van Deurzen først og fremmest forholder sig til den mere overfladiske, objektiverende forståelse af begrebet om det ubevidste, som »en kælder indeni« (jf. *underbevidstheden*), ligesom hun først og fremmest forholder sig til karikaturen af den fortolkende psykoanalytiker, som vil reducere al menneskelig handling

til ubevidst motivation af seksuel eller aggressiv karakter, hvorfor hun heller aldrig når i dybden i sin gengivelse og diskussion af den psykoanalytiske behandlingsmetode. Det er derfor snarere psykoanalysen som *livsfilosofi eller verdensanskuelse* end psykoanalysen som behandlingsform, hun er kritisk overfor.

Idet van Deurzen beskriver opdelingen af psyken i det bevidste og det ubevidste som et »typisk udslag af en mere videnskabelig, teknologisk opfattelse af temaer, der tidligere blev betragtet ud fra menneskelige eller religiøse motiver« (ibid. s. 271) og tilsyneladende ønsker at vende tilbage til et mere filosofisk bevidsthedsbegreb, som »indbefatter ... hele viften af mental bearbejdning, reflekteret og ikke-reflekteret, fra total opslugthed af en begivenhed eller blind oplevelse af følelse til aktiv og artikuleret beskrivelse, viden og bevidst kontrol« (ibid. s. 268), undgår hun samtidig at give læseren en blot nogenlunde fyldestgørende præsentation af det ubevidste set i relation til den freudske personlighedsmodel.

Det virker som om van Deurzen – i dette afsnit af bogen – mest af alt – på bekostning af de andre tre perspektiver, hun så systematisk har fremhævet – er interesseret i den eksistensdimension, hun benævner *den åndelige dimension*. Gennem læsningen af Heideggers ontologi som en eksistenstænkning (ibid. s. 235-52) vil hun, som udgangspunkt for den eksistentielle terapi, fastlægge erkendelsen af »de evige sandheder, der påvirker os« (ibid. s. 240) og viser sig i den enkelte som et samvittighedskald, »en stemme, der kommer fra alt det, der er.« (ibid. s. 240). Men, kunne man indvende, fastlåser van Deurzen ikke dermed psykoterapien i et makrokosmisk perspektiv, der tenderer imod at ophæve den fysiske, sociale og psykiske dimensions egenværdier? Et perspektiv, der i hvert fald for endelighedens område, *den psykiske dimension*, med mening, forekommer det mig – som i Frankls logoterapi –, sagtens kunne suppleres med en psykoanalytisk tilgang.

Den største svaghed ved *Eksistentielle dimensioner i psykoterapien* er dog nok, som jeg allerede har været inde på, at der savnes en dybere genarbejdning af præsentationen af de filosofiske kilder samt de eksistentielt orienterede psykologer og deres vigtigste arbejder, som kunne have fået det kæmpemæssige materiale, van Deurzen har arbejdet med, til at hænge bedre sammen såvel idéhistorisk som tematisk. Værkets indlysende styrke, som sandsynligvis kan give det mange læsere, er den friskhed, perspektivering og overordnede systematisering som van Deurzen forstår at bibringe selv tilsyneladende ligegyldige hændelser. Hendes intelligente fastholden af de hverdagsagtige, menneskelige dilemmaer og paradokser set i deres egen ret er unik og vil vække genklang hos mange terapeuter af forskellig observans.

Eksistentiel psykoterapi på psykodynamisk grundlag

Den amerikanske psykiater Irvin D. Yalom er som nævnt allerede kendt i Danmark – især for sine udgivne behandlingshistorier og skønlitterære bøger. Det faglitterære hovedværk *Eksistentiel psykoterapi* (Yalom 1999), som jeg her vil beskæftige mig med, er enestående ved, at Yalom med det samme forsøger at afstikke et paradigme for den eksistentielle terapi på et psykodynamisk grundlag. Eksistentiel psykodynamik, hedder det, betoner den type grundkonflikt, »der udspringer af menneskets konfrontation med tilværelsens grundvilkår« (s. 16). Disse grundvilkår benævnes *ultimative anliggender*, og Yalom fremhæver fire: *døden, friheden, isolationen og meningsløsheden*, hvorefter bogens inddeling retter sig. I lighed med Nordentoft (se næste afsnit), som også – i sine sammenstillinger mellem Freud og Kierkegaard – er påvirket af den amerikanske tolkning af den europæisk eksistentielle terapi samt af bl.a. Erich Fromms og Karen Horneyes neufreudianske revisioner af den psykodynamiske tankegang, vil Yalom nu erstatte det freudske driftsbegreb med et bevidsthedsbegreb. I stedet for at se driften og dens skæbne som motoren i menneskets udviklings- og konfliktpotentiale fastlægger Yalom den enkeltes forhold til disse ultimative anliggender som grundlaget for sin psykodynamisk orienterede eksistentielle psykoterapi (ibid. s.18). Det er den gryende bevidsthed om tilværelsens grundvilkår, der frembringer angst og kan igangsætte psykiske operationer som forsvarsmekanismerne og blive anledning til psykopatologiske udviklinger.

Den eksistentielle terapeuts hovedopgave bliver at hjælpe den lidende med at forstå de ubevidste konflikter med en eller flere af de fire ultimative anliggender. Gennem afdækningen af den latente måde at omgås et anliggende på, der har ført til den manifesterede lidelse, kan der ske en forandring i den mening, som grundvilkåret sætter for den enkeltes videre eksistens. For Yalom er psykisk sundhed derfor evnen til at kunne tolerere tilværelsens uundgåelige eksistentielle angst, som det er terapeuten opgave at hjælpe klienten med at holde bevidst inden for et af de udstukne grundvilkår. De eksistentielle vilkår bliver på denne måde menneskets allierede på vejen mod personlig integration og modenhed (ibid. s. 179). Det er vigtigt og nødvendigt at afdække fortiden (ibid. s.19). Det er fremtidsperspektivet og ændringerne i nuet, der tæller.

Yalom betoner samtidig, at den eksistentielle psykoterapi ikke giver en ny teknisk vinkel, som udstikker nye regler for terapien men snarere skal ses som en referenceramme, der skal guide den terapeutiske dialog. Terapeuten bruger denne ramme til at organisere det kliniske materiale og kan ud fra dette opnå en modenhed og kontrol, som kan medvirke til, at klienten fatter tillid til den terapeutiske proces. Den virkelige forandring i psykoterapi beror ifølge Yalom på den terapeutiske relations vellykkethed (se s. 424-39).

Yaloms eksistentielle terapi kan uden tvivl placeres inden for hovedretning²⁾. Det oprindelige projekt, som lå i retning 1) med tilknytningen til en fænomenologisk-ontologisk beskrivende metode, der skulle erstatte den positivistisk anlagte medicinske behandlingsmodel og bl.a. være et alternativ til den freudske metapsykologi, er derfor trængt i baggrunden. Psykoterapeutens opgave minder om lægens, idet klienten gennem af-dækningen af det ubevidste skal hjælpes fra en usund, inautentisk væren ind i en sund og autentisk livsstil.

Det er en idealforestilling hos Yalom, som også kendes fra Rollo May og den humanistiske vækstterapi, at realisationen af ens væren er fundamental for ens sundhed. Dette kan man også sagtens hente et vist belæg for hos de eksistentialetiske orienterede filosoffer. Hos Kierkegaard findes fx en distinktion mellem at opleve sin angst og fortvivlelse på ret måde eller lulle sig ind i en småborgerlig, falsk tryghed. Nietzsche har en lære om den stærke ener, der bryder med mængdens tyranni og lever sit liv ud af indre styrke, idet han trodser tradition og hykleri, og Heidegger taler om, at et menneske kan leve sit liv i uegentlighed eller i egentlighed, hvor den uegentlige livsstil kendetegnes ved, at mennesket skjuler sig i det anonyme gennemsnit ved at tænke, være og forholde sig, som de andre gør, og hvor den egentlige livsstil kendetegnes ved bevidstheden om sin tilværelses grænser. Også Sartre beskriver det frie ensomme menneske, som har gjort sig fri af at være masse-menneske og lever uden selvbedrag.

Det er et hovedspørgsmål i vurderingen af bogen, hvordan dette ideal spiller ind i den terapeutiske bestræbelse. Mener Yalom, at et menneske først opnår kontakt med det egentlig menneskelige gennem konfrontationen med de fire grundvilkår? Og tegner han så ikke i virkeligheden – ud fra en Sartre-præget ide om døden, den absolutte frihed, isolationen og absurditeten – et endimensionelt menneskebillede, som passer ganske godt til den amerikanske kultur og dens overbetonede individualisme?²⁾

Vi kan ud fra en psykoanalytisk synsvinkel nå frem til en lignende problemstilling, som tager udgangspunkt i, at Yalom vil reducere al psykopatologi til enkeltmenneskets forhold til de fire grundvilkår og på denne måde erstatte driftsbegrebet med talen om ultimative anliggender. Læsere vil savne en potentiel forklaringsmulighed på, at det netop er de fire grundvilkår og måske specielt døden (ibid. s. 37 samt s. 166-172) vores selvbevidsthed udvikler sig omkring. Skønt det er muligt, at den primære angstkilde i sidste instans kan ses i forbindelse med organismens overlevelsestrang, altså som angst for døden, er det svært at se, hvordan en sådan teoretisk præmis alene kan omfatte eller belyse de udviklingsmæs-

2. Se i denne forbindelse hans vurdering af Bubers beskrivelse af jeg-du relationen (ibid.s.384-89).

sige konflikter, der vedrører det kropslige aspekt *i tiden* fx angående seksualitets- og aggressionsforvaltningen, som den enkelte i løbet af sin udvikling nødvendigvis forholder sig til – bevidst eller ubevidst. Hvis kønligheden (eller aggressionen) derfor kan regnes som et selvstændigt grundvilkår, der for hver enkelt individ har en afgørende erfaringsmæssigt udfoldelse i tiden, bliver det svært i praksis at se bort fra den psykoanalytiske indfaldsvinkel til psykopatologien.

Yalom gennemgår Freuds første behandlingshistorier og påpeger i detaljer, hvordan Freud tilsyneladende har overset dødsangsten hos sine patienter (ibid. s.70-87). Omvendt er muligt at påpege, at der hos Yalom er en tendens til at ville reducere al angst til dødsangst. Dødsangsten kan selvfølgelig forstås som et overbegreb for al angst. Men så opnår vi kun det som eksistenstænkningen i sin grund har vendt sig mod nemlig forklaringstyper a la: »Det er jo *i virkeligheden* dødsangst«... Angstbegrebet gøres alment, upersonligt og indholdsløst med mindre, der virkelig er tale om, at klienten befinder sig i en grænsesituation tæt på døden. Her bliver Yaloms mangesidige erfaringer og iagttagelser til gengæld yderst interessante, troværdige og værdifulde.

Yaloms bog er skrevet i en fremragende pædagogisk-litterær stil, hvilket yderligere fremhæves gennem den af Anders Johansen suveræne danske oversættelse. Med dyb sans for sprogformidlingens facetter forstår Yalom at gøre teksten så spændende som en roman, og de mange henvisninger, citater og analogier er udvalgt med en omhu, der overalt sætter erfaringer og faglitterære glosser i et gennemsigtigt forførende perspektiv. Dertil kommer den systematiske fremstillingsform og Yaloms evne til at videregive sine egne mangesidige erfaringer, hvilket uden tvivl allerede ville være nok til at gøre bogen til et hovedværk inden for den eksistentielle litteratur.

En uomgængelig forudsætning: Søren Kierkegaards Psykologi

Skulle læseren nu få lyst til at arbejde sig videre ud i eksistensens eksistentielle dimensioner, kan jeg ikke anbefale noget bedre end at læse Søren Kierkegaards værker. Der kan slet ikke herske tvivl om, at Kierkegaards analyser af fx angsten og fortvivlelsen – foruden at gøre ham nærværende i en tid, hvor der spekuleres i angst og fortvivlelse, – også gør ham til en af de store og uomgængelige skikkelser inden for udviklingen af den eksistentielle psykoterapi. Men mens den eksistentielt orienterede psykologi og psykiatri nok har haft interesse i at søge inspiration og forbillede hos Søren Kierkegaard, vil man her lede forgæves efter en mere dybtgående og systematisk fremstilling af Søren Kierkegaards psykologi. Ser vi på de nyoversatte værker af van Deurzen og Yalom kan vi kon-

kludere, at denne side af sagen desværre ikke er blevet bedre. Mens begge forfattere knytter an ved Kierkegaard som udgangspunkt for den eksistentielle tankegang (se fx Yalom, 1999 s. 23, s. 123, s. 160, s. 292 samt s. 380 og van Deurzen, 1999 s. 21-35), er deres fremstillinger af Kierkegaards værk afgørende præget af deres eget udgangspunkt, altså det de på forhånd gerne vil nå frem til. Det kan selvfølgelig let undskyldes ud fra det faktum, at Kierkegaard jo ikke er nogen let forfatter at læse – heller ikke på dansk af en dansker – og formentligt ikke bliver lettere tilgængelig af at været oversat til tysk og engelsk.

Det er derfor en glimrende ide af Hans Reitzels forlag i 1995 at genoptrykke Kresten Nordentofts systematiske og gennemgribende afhandling, *Kierkegaards Psykologi* (opr. GAD, København 1972), forud for oversættelserne af bl.a. Yaloms og van Deurzens hovedværker. Psykologiske overvejelser spiller nemlig en vigtig rolle i Kierkegaards tænkning på flere planer og gennemstrømmer – som mere eller mindre stiltiende forudsætning – størstedelen af hans pseudonyme forfatterskab. Kierkegaard var svoren tilhænger af *det personlige fremfor det almene*, og i bedste romantiske stil former han derfor de filosofisk-livsanskuelsemæssige problemstillinger, der optager ham, om til levende, vitale, vedkommende konkret-individuelle eksistensproblemer. Når han fx taler om det æstetiske eller det etiske, fremstiller han *æstetiker* og *etiker* nærmest som romanfigurer, der, ikklædt hverdagsagtige træk, gøres til nærværende personer for læseren, ligesom de opdigtede pseudonymer til værkerne forstås som levende repræsentanter for forskellige livsanskuelser (jf. fx *Enten-Eller* fra 1843 samt *Stadier på Livet Vej* fra 1845). Dertil kommer, at Kierkegaard ligger meget tæt på moderne overvejelser over mennesket psykologi og en mulig terapeutisk forholdemåde i de psykologiske hovedværker *Begrebet Angst* fra 1844 og *Sygdommen til døden* fra 1849. Begge tekster er i en vis forstand arrangeret i analogi til en behandlingssituation, hvor henholdsvis psykologen, den psykologiske iagttagelse og lægen stiller hovedproblemet.

Det er imidlertid først med Nordentofts bog, at Kierkegaards psykologi regnes for et selvstændigt emne inden for Kierkegaard-forskningen. Nordentofts hovedinteresse er, som titlen angiver, netop Søren Kierkegaard som psykolog, og han kan derfor med forskellige forbehold forsøge at placere Kierkegaard i en moderne psykologisk kontekst. Udgangspunktet for undersøgelsen er vægtningen af Søren Kierkegaards antropologiske model, hvori *krisen* er det centrale begreb. Som antropologisk grundvilkår er krisen i den menneskelige tilværelse givet i og med individets udskillelse fra den oprindelige, symbiotiske livssammenhæng på rejsen fra barn til voksen. Af altafgørende betydning bliver derfor spørgsmålet om, hvordan denne krise forløber. Herunder udstikkes den betydning barndommens determinationsfaktorer kan få for den voksnes tilværelse.

Som Rollo May³⁾ og Katzenelson⁴⁾ før ham finder Nordentoft, at det lader sig gøre at fremstille Søren Kierkegaards psykologi på linie med bl.a. Freud, Adler, Rank, Horney og Fromm, men desuden ønsker han at præsentere nogle af de diskussioner og tvivlsspørgsmål, der kan opstå i den anledning. Det gør han bl.a. ved at sammenligne teorier og grundbegreber fra de nævnte forfattere med grundbegreber hos Kierkegaard. En opgave han i mere skematisk form gentager med specielt henblik på Sigmund Freuds psykoanalyse i værket *Søren Kierkegaard – Bidrag til kritikken af den borgerlige selvoptagethed* (Dansk Universitets Presse, København 1977).

Kresten Nordentofts indsats udgør dermed et uvurderligt stykke værktøj for både de, der vil beskæftige sig med Søren Kierkegaards psykologi og eventuelt danne sig et overblik over, hvordan psykologiske overvejelser spiller en rolle igennem hele forfatterskabet, og – *ikke mindst* – for de, der ønsker at få et begreb om, hvordan forskellige tematiske sammenhænge fra Søren Kierkegaards forfatterskab har kunnet gribe afgørende og inspirerende ind på udviklingen af den stadig aktuelle, eksistentielle psykoterapi.

3. Et af de vigtigste bidrag til eksistenspsykologiens udbredelse er Rollo Mays værk *The Meaning of Anxiety*, Ronald Press, New York 1950. Rollo Mays bidrag til bogen *Existence* (red. May, Angel og Ellenberger), Basic Books Inc., New York 1958, findes udgivet på dansk under titlen *Eksistentiel psykoterapi*, Gyldendal, København 1966.

4. Boje Katzenelsons vigtige danske værk om angst, hvori der drages sammenligninger mellem forskellige angstteorier, *Angstteorier belyst ved retrospektive oplevelser af kritiske flyvesituationer*, findes udgivet på forlaget Munksgaard, København 1969.