

## DELPERSONLIGHEDER, OBJEKTRELATIONER OG KYBERNETISK NETVÆRKSTEORI

Ole Vedfelt

*Indre delpersonligheder og objektrelationer har gennem psykoterapiernes historie spillet en væsentlig rolle i forsøget på at begrebssette overordnede psykiske enheder og strukturer. Forfatteren præsenterer en kybernetisk personlighedsmodel, som integrerer erfaringer fra de psykodynamiske skoler. Personligheden beskrives her som et åbent, mangelaget og hyperkomplekst neuralt netværk, hvor delpersonligheder og objektrelationer kan forstås som manifestationer af en distribueret intelligens. Forfatteren mener, at en sådan model vil være i bedre overensstemmelse med de seneste 20 års forskning på relevante områder og med et mere moderne menneskebillede end de klassiske psykodynamiske teorier.*

De dynamiske psykologier og deres personlighedspsykologiske slægtninge vrimler med modeller og beskrivelser af overordnede psykiske enheder og strukturer. Der er en overflod af hypotetiske forslag vedrørende psykens organisation fra Freuds metapsykologi, over Jungs arketypelære og objektrelationsteoriene til nyere motivationspsykologier. Vi træffer her en livlig diskussion af, hvilke drifter, instinkter, behov og arketyper, der er de vigtigste styrende kræfter i menneskelivet. Freud foreslog seksual- og aggressionsdrifter som centrale psykiske kræfter, der både rummede den nødvendige energi for adfærden, og som indeholder styringsmekanismer rettet mod mål og objekter. Alfred Adler gjorde selvopholdelsesdriften til det centrale, mens Jung så en overordnet åndelig drift mod selvudvikling som det vigtigste drivende moment.

Eksperimentel forskning peger på, at både nysgerrighed og behov for social kontakt og kærlighed hos spædbørn er mindst lige så vigtige motiverende kræfter som behovet for at spise. Den kognitive psykologi gjorde opmærksom på, at der findes indre motivationer for at søge viden, og at mennesker løser problemer af interesse for løsningen. Og behovet for mening spiller i dag en fremtrædende rolle inden for især den eksistentielistisk inspirerede psykologi. Men der er mange forskellige opfattelser af, hvordan mening skal forstås.

Abraham Maslow mente, at mennesket har fem grundlæggende behov, og at de kan indordnes i en »behovspyramide.« Andre motivationspsykologer forestillede sig langt flere behov og diskuterede, hvordan de kunne indordnes i dominanshierarkier. Allerede en pioner inden for området, amerikaneren Murray, lavede en liste på 40 vigtige behov.

Andre forskere søgte på biologisk grundlag at lave kataloger over grundlæggende instinkter, der fungerede som styringsmekanismer, og nåede efterhånden op på adskillige tusinde. Følelsesforskningen har sine særlige grundlæggende indre oplevelsesenheder, de kategoriale følelser, mens adfærdsforskningen koncentrerer sig om hensigter og adfærd. I faktoranalysen søger man andre enheder, som den menneskelige psyke er opbygget af.

Skaberne af den ene eller den anden teori har det med at ride grænserne meget skarpt op både med hensyn til overordnede styrende instanser og grundlæggende psykiske enheder. Og for den første generation af efterfølgere kan de blive som et mantra eller en tryllestav, som når eksistentialisterne i tide og utide taler om eksistentielle behov og problemer, jungianerne om arketyper og freudianerne om drifter, som var det klippefaste og indiskutable psykiske strukturelementer (Vedfelt 2000, s. 223 ff.).

## **Historiske beskrivelser af delpersonligheder**

En gruppe erfaringer, som kan forbinde mange af de psykodynamiske skoler, kan samles under betegnelsen »indre delpersonligheder«. Det omfatter en kategori af materiale, som er dukket op igen og igen i psykoterapiernes historie under vekslende navne og i varierende versioner. De tager udgangspunkt i den menneskelige psykes tendens til at »personificere«.

Denne tendens er særlig tydelig ved personlighedsspaltninger, hvor et menneske pludselig bliver som en helt anden person. Ikke blot ændrer vedkommende totalt sin egen selvopfattelse, men hun eller han går, taler og opfører sig fuldstændig som denne anden.

Sådanne drastiske personlighedsforandringer var genstand for stor interesse allerede i det 18. og 19. århundredes psykiatri og psykoterapi. Personlighedsspaltningerne kunne opstå spontant, eller de kunne fremkaldes ved hypnose af psykisk syge mennesker, for det meste hysterikere. I nogle tilfælde havde delpersonlighederne gensidigt kendskab til hinanden, i andre kunne kun den ene person huske den anden, og i atter andre havde de intet kendskab til hinanden overhovedet. Der opstod efterhånden også teorier om, at disse sygelige tilstande blot var en ekstrem variant af noget, som gjaldt for alle mennesker: at under det vågne jeg havde alle mennesker mange »underjeger« med deres eget psykiske liv og en egen bevidsthed. Personlighedsspaltningerne blev knyttet sammen med hysteri. I Paris demonstrerede den noget dæmoniske psykiater Charcot jævnligt for Paris'

intellektuelle elite, hvordan han kunne hypnotisere hysteriske kvinder til at ændre personlighed (Ellenberger 1970, s. 126 ff.).

Af mange af de publicerede tilfælde fremgik det, at personlighedsspaltninger ofte var forbundet med psykiske traumer. Franskmanden Pierre Janet, ophavsmanden til begrebet dissociation, knyttede delpersonlighederne til stærkt følelsesladede »fikse idéer«. Janet var ved hypnose i stand til at fremkalde fire- og femdobbelte personlighedsspaltninger, hvor hver personlighedsdel havde sine egne karaktertræk og sin egen hukommelse. Han bekræftede, at det i ændrede bevidsthedstilstande var muligt at gå i dialog med delpersonlighederne og ad denne vej helbrede patienten (ibid. s. 331 ff.).

### Delpersonligheder hos Freud og Jung

I Freuds og Breuers fælles afhandling om hysteri ligger den berømte sygehistorie med Anna O i forlængelse af 1800-tallets beskrivelser af delpersonligheder (1893/1955). Senere anvendte Freud ikke direkte begrebet delpersonligheder, men i hans strukturelle model af personligheden er overjeget groft sagt den indre repræsentant for strenge forældrefigurer, det'et repræsenterer barnlige personlighedsdele, og jeget er en formidler mellem de to systemer. I en senere populær terapiform, transaktionsanalysen, er disse begreber blevet oversat til henholdsvis voksenjeg, forældrejeg og barnejeg.

Også det psykoanalytiske arbejde med overføringen, dvs. forholdet mellem terapeut og klient, var påvirket af teorierne om delpersonligheder. Patienternes fastlåste ubevidste fantasier om forældrene genopleves i forholdet til terapeuten. Når patienten bliver mødt af en anden forståelse og indføling, forvandles de indre forældredelpersonligheder, og terapeuten bliver populært sagt som en ny indre far eller mor i patienten.

Jung forenede teorierne om indre delpersonligheder med eksperimentalpsykologiens opdagelse af følelsesladede forestillingskomplekser (Jung 1906) og forbandt senere komplekslæren med teorien om arketyper. Jung forestillede sig, at de vigtigste komplekser havde en universel basis. De vigtigste arketyper optrådte ofte personificeret, fx som morarketypen og fararketypen. Delpersonlighederne blev således væsentlige, strukturerende elementer i den normale psyke. De var »den ubevidste psykes levende enheder« (Jung 1928, s. 89).

I Jungs psykologi er delpersonlighederne ikke blot afspejlinger af mønstre fra barndommen, men er også udviklingspotentialer, som frigives i modne livsfaser. Fx optræder de modsatkønnede egenskaber som selvstændige delpersonligheder kaldet anima og animus. Anima, »mandens indre kvinde«, personificerer på det indre plan især aspekter af hans følelses- og stemningsliv, og udadtil hans evne til at forholde sig til en kvindelig

partner. Det mandlige i kvinden repræsenterer i særlig grad kvindens konstruktive initiativ, handlekraft, åndelige tilskyndelser og evne til at forholde sig til manden (Vedfelt 1985/1996).

## **Objektrelationer og tilknytningsteori**

Hos Freuds efterfølgere er forestillingen om indre delpersonligheder især tydelig i »objekt-relations-teorien«. Den har udspring i den engelske analytiker Melanie Kleins arbejder og blev videreudviklet af navne som Margaret Mahler, Donald Winnicott, Ronald Fairbairn, Herbert Guntrip, Heinz Kohut og Otto Kernberg. Ifølge denne teori bygges personligheden i de første leveår op omkring evnen til at skabe et vedvarende forhold til én bestemt person (et objekt). Oplevelsen af moderen vil i udviklingens løb danne en konstant indre forestilling i barnet. Dette »indre objekt« er i den engelske psykoanalytiker Charles Rycrofts udlægning en fantasi, der styrer personen indefra, og som der bliver reageret på, som om den var en virkelig person. Andre indre objekter kan dannes med faderen, søskende og andre nære personer som modeller. De indre objekter har forskellig mængde psykisk energi til rådighed, alt efter hvor indflydelsesrige de er (Rycroft 1968/1979, s. 100-101).

Det centrale i objektrelationsteorien er, at relationer, vi danner i barndommen, i høj grad præger de relationer, vi laver som voksne, og at vi hele tiden prøver at iscenesætte de gamle mønstre.

Kernberg beskriver således i sin bog »Kærlighedsforhold« det erotiske forhold mellem mand og kvinde som en scene, hvor delpersonlighederne boltrer sig åbenlyst eller i ubevidst udspillede fantasier. »Mænd vil have en kvinde i mangeartede roller, som mor, som lille pige, som tvillingesøster og frem for alt som voksen, seksuel kvinde. Kvinder vil have en mand i både faderlige og moderlige roller, som lille dreng, tvillingebror og voksen, seksuel mand. Og på et andet plan vil måske både mænd og kvinder nære ønsker om at udspille et homoseksuelt forhold eller at vende op og ned på de seksuelle roller ... begge længes efter en fuldstændig sammensmeltning. Ifølge Kernberg er det mest almindelige ubevidste scenarium en gentagelse af ødipuskomplekset. Den lille dreng ønsker at udelukke faderen for at have moderen for sig selv, mens den lille pige ønsker at skubbe moderen ud. Denne ønskeforestilling kan i en slags ubevidst aftale leves ud i utroskab, hvor elskereren repræsenterer den idealiserede forældrefigur, og partneren er den udelukkede part. Eller parret kan ved at blive sammen opleve tilfredsstillelsen ved at holde rivaler ude. Men mange andre fantasier eller »søgen efter at få afsluttet evigt gentagne traumatiske situationer på en bedre måde end oprindeligt« kan udspille sig« (Kernberg 1998, s. 117-119).

Den britiske psykolog John Bowlby påviste ud fra studier af hospitalsindlagte børn vigtigheden af en sikker tilknytning til nære omsorgsperso-

ner for en sund psykisk udvikling. Han kaldte de indre forestillinger om forældrene for »arbejdsmodeller«. Kernen i teorien var, at børn har en medfødt tendens til at skabe relationer og internalisere dem som forudsigelige og meningsfulde mønstre. Bowlbys forskning vakte først modstand hos kleinianerne. Men siden var den med til at flytte interessen fra internt aktiverede, destruktive fantasier i barnet til omsorgssvigt hos de voksne (Knox 1999). Hos Winnicott lægges vægten i stigende grad på omverdenens betydning og specielt moderens rolle i udviklingen af barnets fantasier. Daniel Sterns udviklingspsykologi er inspireret af Bowlbys arbejdsmodelbegreb. Han indførte begrebet RIG'er (**R**epresentationer af **I**nteraktioner, som er blevet **G**eneraliseret), det vil sige modeller for typiske samspil med omsorgspersoner, som forudsætter generaliserede indre oplevelsesmønstre og forestillinger om forældrefigurer (Stern 1997).

### **Traumatiske forstyrrelser og delpersonligheder**

I forbindelse med de seneste årtiers intensive udforskning af eftervirkninger af voldsomme traumatiske begivenheder – kaldet PTSD syndrom for Post Traumatic Stress Disorder – er der opstået en stor fornyet interesse for personlighedsspaltninger. Her har fremtrædende forskere taget tråden op fra Pierre Janet. Og dannelsen af personlighedsfragmenter eller delpersonligheder i forbindelse med massive barndomstraumer er blevet bekræftet af talrige undersøgelser (Van der Kolk 1994).

Den engelske psykiater Phil Mollon beskriver dissociation i sin bog »Multiple Selves, Multiple Voices«. Han fandt ofte dissociationer mellem en voksen- og en barnedel, mellem et sandt og et falsk selv eller som en opsplitning mellem forskellige livsstadier (Mollon 1996, s. 4-8). Personlighedsspaltninger kaldes i dag multiple personligheder eller dissociativ personlighedsforstyrrelse (DSM IV, s. 484).

Den amerikanske psykiater Frank Putnam har sammenlignet moderne eksperter erfaringer med den videnskabelige litteratur om emnet siden slutningen af 1800-tallet og fundet en fast kerne af symptomer. Mængden af delpersonligheder varierer fra 1 til 60, med et gennemsnit på ca. 14 (8 delpersonligheder for mænd og 15 eller flere for kvindernes vedkommende) (DSM IV, s. 484). Det mest karakteristiske symptom er mange episoder, hvor nogle delpersonligheder har glemt oplevelser, som andre delpersonligheder har haft. 31% af patienterne har en delpersonlighed, der nægter, at de øvrige delpersonligheder eksisterer. Hos de fleste er der én delpersonlighed (forskellig fra jeget), som har en sammenhængende erindring om patientens adfærd og oplevelser.

Personlighedsforstyrrelsen er nært knyttet til oplevelser i barndommen. Hos ca. 90% af patienterne optræder den første delpersonlighed, før de er 12, og delpersonligheden forbliver i denne alder. Ældre delpersonligheder

findes kun hos ca. 30% af patienterne og modsatkønnede hos halvdelen. Alvorlige barndomstraumer går igen i næsten alle patienters beretninger. Gentagen fysisk vold kombineret med seksuelle overgreb forekommer angiveligt hos 75% (Putnam 1986).

## Jeg og selv som delpersonligheder

Også det subjektivt oplevede jeg kan opfattes som et personificeret system, en delpersonlighed. Det er den vigtigste af delpersonlighederne, men en mindre del af det samlede hele. Ordet »jeg« refererer for det almindelige menneske til en oplevelse af at være et bestemt sind i en bestemt krop, at have en egen livshistorie, en særlig identitet, en social rolle, bestemte nære relationer osv. Ofte bruges ordet »selv« om den samme psykiske størrelse, fx i forbindelse med ordene mig selv, selvværd, selvfølelse og selvrespekt. Ordene jeg og selv kan således i daglig tale dække omtrent samme psykiske fænomen. Generelt opleves denne psykiske størrelse som selve personligheden. Men i de dynamiske psykologier findes omfattende støtte for den modsatte antagelse, at jeget blot er én blandt flere personificerede enheder i psyken.

I den traditionelle freudianske psykologi bruges betegnelsen jeg om organiserede dele af »det psykiske apparat«, som er blevet modificerede ved direkte indflydelse fra den ydre verden. Ifølge Charles Rycroft er det »en struktur i personligheden, der kan laves upersonlige generalisationer om, mens selvet refererer til personens oplevelse af sig selv« (Rycroft 1968/1979, s. 149). Hos Jung er det »jeget«, der er den subjektivt oplevede identitet og bevidsthedens centrum. »Selvet« derimod betegner hele den psykiske totalitet, som jeget er underordnet (Jung 1928).

I den amerikanske psykoanalytiker Heinz Kohuts indflydelsesrige »selvpsykologi« bruges ordet »selv« om en »oplevelsesnær« struktur på »et relativt lavt niveau« i personligheden. »Det psykiske apparat«, med jeget, det'et og overjeget er en »højere-niveau«-struktur. I Kohuts selvpsykologi spiller begrebet selvobjekter en central rolle og defineres som »objekter, der opleves som dele af selvet« (Kohut 1983, XIV ff.). Dette overlapper igen delpersonlighedstanken. Ifølge Kohut fungerer mennesker som selvobjekter for hinanden, og kvaliteten af samværet har en afgørende betydning for, om den andens livsudfoldelse lykkes. Selvobjekter har selvunderstøttende, selvopløftende og udviklingsfaciliterende kvaliteter. Vi kan således være selvobjekter for barnet, eleven, klienten eller partneren. Det drejer sig både om et konkret ydre samspil og om den enkeltes *oplevelse* af den anden som et godt selvobjekt. Kohut observerede, hvor vigtigt det var for det terapeutiske forløb, specielt i forbindelse med narcissistiske problemer, at terapeuten var understøttende, anerkendende og bidrog til personens følelse af selvværd.

Kernberg bruger ordet »egoidentitet«. Eksistenspsykologen Ernesto Spinelli foretrækker betegnelsen selvdefinition eller selvopfattelse, fordi selvet ikke er nogen »fast substans«, men ... »dukker op ud af dets valg og beslutninger« (Jacobsen 1998, s. 177-178). Desuden taler man inden for eksistenspsykologien om et overordnet »transcendentalt jeg«, der ikke kan erfares, og som i øvrigt minder om Jungs selv (Janssen 1996, s. 167-168).

I de mange forskellige bud på jeg- og selvbegreber er der nogle fælles-træk. Alle anerkender en subjektivt oplevet identitet som en vigtig psykisk enhed, uanset om det kaldes selvet, jeget, egoidentiteten eller selvopfattelsen. Over dette er et mere omfattende, et »højere-niveau« psykisk system, som det subjektivt oplevede selv er mere eller mindre underordnet. Det overordnede system kaldes selvet, det psykiske apparat eller det transcendentale jeg, men tillægges noget forskellige egenskaber alt efter teori-retning.

Inden for antropologien er det blevet diskuteret, om det subjektivt oplevede selv er en opfindelse af den vestlige civilisation, og om det overhovedet er et universelt fænomen. Men dette har ifølge den skotske antropolog Anthony Cohen baggrund i den traditionelle antropologiske forsknings modvilje mod at beskæftige sig med menneskers indre verden. Kulturer er ganske vist meget forskellige med hensyn til, hvor meget »selvhed« der kan udtrykkes i forhold til gruppen. Men det udelukker ikke, at selvbevidsthed findes som indre tilstand. Ud fra en ny holdning har yngre antropologer påvist selvhed og individualitetsfølelser hos mange folkeslag (Cohen 1995).

Jung påviste en universel arketypisk baggrund for jeget (Jung 1911/1975). Den ytrer sig blandt andet i menneskers optagethed af helte i eventyr og myter, fortællinger, film, videospil samt virkelige medie-, sports-, krigs- og andre helte. Vi identificerer os – dvs. vort jeg – med helten, og dette er et helt universelt fænomen.

Både jungianerne, Kohut og den moderne spædbarnsforskning regner i dag med en genetisk kerne for dannelsen af et subjektivt selv (Kohut 1983, XIV).

En gryende selvforfølelse er formentlig til stede allerede ved fødslen. Stern har understreget, hvordan »selvforfølelser«, fx følelsen af at »eje« sin egen handling, kan mangle ved psykiske forstyrrelser og kan føre til tilstande som fragmentering og depersonalisering, manglende forfølelse af kontinuitet, tågetilstande, hukommelsestab, mangel på følelser, autonomi, social kontakt osv. (Stern 1985/1995).

Også inden for den kognitive psykologi spiller selvopfattelsen en central rolle. Dette kommer blandt andet til udtryk i den kognitive psykoterapi skaber Aaron Becks teorier. Beck mener fx, at grundlæggende negative forestillinger om »selvet« er vigtige årsager til depression. Den depressive har typisk tankeskemaer som: »Dybest set er der ingen, der kan hjælpe mig«, »Jeg er kun lykkelig, hvis en anden elsker mig«, eller »Hvis

jeg oplever nederlag på mit arbejde, betyder det, at jeg er en mislykket person«. Sådanne »kerneantagelser« er, som eksperimentelle undersøgelser bekræfter, også latent til stede i ikke depressive perioder (Beck et al. 1995).

I denne model er det tankerne, der styrer vores følelser og handlinger i modsætning til de dynamiske psykoterapier, som arbejder med, hvordan ubevidste impulser og følelser styrer tankerne.

## **Kybernetisk psykologi og netværksteori**

De psykoterapeutiske skolers beskrivelse af indre delpersonligheder tegner et broget billede af et komplekst psykisk og adfærdsmæssigt fænomen. Nogle delpersonligheder synes at være relativt stabile psykiske enheder, andre er mere fluktuerende, nogle er overfladiske personificeringer af fikse ideer, og atter andre synes at have en universel arketyrisk basis. Skolerne skildrer både betydningen af formning og påvirkning fra yderverdenen og egenskaber, som opstår indefra og først derefter udfolder sig i den ydre verden. Der henvises til høj-niveau strukturer og lavere psykiske niveauer, til fremtidige udviklingspotentialer såvel som til bindinger til fortiden. De forskellige psykoterapeutiske retninger er tilbøjelige til at lægge ensidig vægt på visse aspekter af fænomenet og er tilbøjelige til at overse andre. Jeg mener dog, det er muligt at give disse fænomener en samlet beskrivelse ud fra et kybernetisk synspunkt, det vil sige forstået som informationsregulering i komplekse systemer.

I den kybernetiske opfattelse, som jeg har udviklet i mine bøger »Bevidsthed« og »Ubevidst Intelligens« (1996/98, 2000) kan personligheden forstås som et mangelayet målrettet og selvoptimerende hyperkomplekst informationssystem. Systemet har en spontan tendens til at organisere sig i et netværk af undersystemer med større eller mindre bevidsthedsgrad og forskellige, men overlappende hukommelser. Det fungerer som et parallelt processerende »neuralt« netværk, hvor mange enheder er aktive på samme tid, og hvor delpersonligheder og objektrelationer kan beskrives som manifestationer af undersystemernes aktivitet. De er ikke undersystemerne selv, men repræsentanter for dem. Den hypotetisk overordnede instans, som får alle delsystemerne til at fungere som en helhed, kalder jeg det kybernetiske selv i modsætning til det personlige selv eller jeget, som er en mindre enhed. Systemet er åbent, men svinger rytmisk mellem tilstande med mere eller mindre omverdenskontakt.

Den kybernetiske netværksmodel bygger på den dybdepsykologiske forsknings kliniske erfaringer og på den antagelse, at ubevidste processer er mere omfattende og styrende end bevidstheden. Den støtter sig til eksperimentalpsykologiske undersøgelser, der peger på at den normale rationelle bevidsthed kun kan bearbejde et meget lille antal informationsenheder (20-40 bits i sekundet) sammenlignet med de mange millioner enheder,



som det totale system er i stand til at processere (Vedfelt 1996/1998, s. 231 ff.). Hertil kommer de seneste årtiers forskning i subliminal perception (ubevidst sansning) og nonverbal kommunikation, som har fremlagt omfattende dokumentation for en intens ubevidst aktivitet sideløbende med vore vågne og mere bevidste psykiske processer (Vedfelt 2000, s. 13 ff.). Den cybernetiske model, som her anvendes på den psykoteraeutiske erfaringsverden, er inspireret af Gregory Bateson (1979), Norbert Wiener (1948/1994) og Ross Ashbys (1961) arbejder. Endvidere af netværksteorien og af de seneste årtiers forskning i kunstig intelligens, her specielt Rumelhardt, McClelland (1986) og Smolenskis (1986) modeller for Parallel Distributed Processing, som hos disse forfattere primært har et psykologisk sigte (ref.), samt Michael Polanyi (1966), brødrene Dreyfuss' (1986/1991) såvel som Fransico Varelas (1991/1995) filosofiske overvejelser over praktisk intelligens og informationsteori.

### **Praktisk intelligens og neurale netværk**

Der har inden for filosofien eksisteret to grundlæggende forskellige holdninger til, hvordan almindelig hverdagsviden og praktisk intelligens opstår.

Platon mente, at der findes abstrakte objektive love, der forbinder verdens bestanddele. Descartes generaliserede dette og hævdede, at man kunne analysere problemer ned til deres grundbestanddele og forklare komplekse fænomener ud fra regellignende kombinationer af disse. I forskellige varianter går denne rationalistiske opfattelse igen hos fremtrædende filosoffer som Kant og Husserl. Andre, som fx. Aristoteles, mente, at visse områder af virkeligheden – herunder praktisk viden – ikke kan forstås rationelt, men kun ud fra en intuitiv praktisk fornuft. Dette kommer også til udtryk i den angelsaksiske »common sense«-filosofi og hos den franske filosof Blaise Pascal, der mente, at perceptionen og den almindelige hverdagsviden måtte baseres på erfaring, følelser og intuition. Også Wittgenstein, Heidegger, Merleau-Ponty og andre moderne filosoffer, der prøvede at komme tæt på hverdagens erfaringer, fandt, at perception ikke kan forklares ud fra anvendelse af logiske regler på adskilte enkeltelementer. Merleau-Ponty mente således, at vor forståelse af verden dybest set er en praktisk viden baseret på vor evne til at lære fleksible adfærdsmønstre (Vedfelt 2000 42 ff.). Den engelske læge, kemiker og filosof Michael Polanyi indførte begrebet tacit knowledge eller »tacit knowing« for den »tavse viden«, vi ikke kan begrunde eller forklare i ord, og som vi måske aldrig har været bevidste om. Den tavse viden er ifølge Polanyi en fundamental vidensform, som danner basis for al anden viden. Den er ikke baseret på regler, og den er grundlæggende rod-fæstet i kroppen (Polanyi 1966).

Også inden for kunstig-intelligens-forskningen er der opstået en stigende erkendelse af, at den menneskelige praktiske intelligens ikke arbejder

ved logisk deduktion ud fra regler og træk, men at den overvejende fungerer ved holistisk mønstergenkendelse. Den menneskelige virkelighed er så kompleks, at det selv i de simpleste hverdagssituationer ikke er muligt på forhånd at opstille lister over alle tænkelige hverdagshændelser og kombinere dem ud fra logiske regler. Skal en computer udvise menneskelignende træk, må den lære i praksis. Ved denne praksislæring opbygges langsomt et utal af skemaer eller programmer over, hvordan verden er beskaffen i forskellige situationer, og et tilsvarende sæt programmer og manuskripter for adfærd og handling. Skemaerne fungerer som holistiske mønstre, der syntetiserer et væld af informationer i stadig bevægelse og forandring (Dreyfuss 1986/1991).

I enhver given situation, systemet kommer ud for, søger den det indre skema eller program, der matcher bedst med det samlede billede af situationen (Smolenski 1986). Når tilstrækkelig mange træk matcher, låser systemet sig fast på en fortolkning og handler efter dette mønster indtil det modsatte er bevist. Det trives med ufuldstændig information, det fortolker sig frem og udfylder automatisk hullerne i sin viden med en omfattende praksisindlært erfaring for, hvordan det normalt går til i menneskenes verden. En logikmaskine derimod kræver fuldstændig præcision. Har man tastet et bogstav eller punktum forkert i koden, går systemet i baglås. Mennesker fungerer anderledes. De gætter sig til betydningen af uklare formuleringer, de evner potentielt at »forstå ret« (Vedfelt 2000, s. 168 ff.).

## **Oplevelsesparametre**

Centralt i den kybernetiske teori er, at oplevelsesmodaliteter som følelser, indre fantasibilleder og kropsfornemmelser rummer lige så præcis information om personligheden som den rationelle verbale bevidsthed. Disse oplevelsesmåder eksisterer ikke – som i den traditionelle psykoanalytiske opfattelse – i en hallucineret sammenblanding i det ubevidste. I netværksmodellen er de informationskoder, der rummer langt mere information end den lineære verbale bevidsthed. Enhver oplevelse er indkodet på alle disse oplevelsesparametre på hensigtsmæssig måde, og de kan anvendes i effektive søgeprocesser i systemets hukommelse.

Mennesket har desuden en evne til at erkende »supramodalt«, dvs. på tværs af bevidsthedens normale opdeling i oplevelsesmodaliteter. Som den moderne spædbarnsforskning har vist, er denne evne medfødt. Et spædbarn kan umiddelbart overføre et synsindtryk (fx. at række tunge) til en bevægeimpuls, det kan se, hvordan en sut vil mærkes i munden, og registrere, hvornår en lyd er mere intens end et lysindtryk (Vedfelt 2000, s. 68 ff.). Som voksne bruger vi automatisk denne evne i enhver situation, hvor vi mærker eller udtrykker komplekse følelser, holdninger og adfærd. Vi får »sommerfugle i maven«, oplever en »hjertegribende« situation, får »en

klump i halsen«. Vi synes, at en person er kold, varm, hård eller blød osv. – alt sammen supramodale oplevelser.

I den psykoterapeutiske situation har anerkendelsen af de ikke-intellektuelle oplevelsesparametre som konstruktive udtryk for selvregulering afgørende betydning for hukommelsen, for kommunikation med andre, for terapi og for kreativitet. I den normale hverdags bevidsthedstilstand har vi mest tiltro til den verbale tankevirksomhed, men skal vi i kontakt med ubevidst materiale, sker det bedst ved aktivering af følelser, kropoplevelser, indre billeder og supramodale tilstande.

Traumatiske oplevelser, som er udsat for »motiveret glemsel«, fremkalder lettere og mere troværdigt ved følelsesmæssige og visuelle »associationer« end ved intellektuel rekonstruktion, vel at mærke hvis terapeuten er fortrolig med disse redskaber (Vedfelt 2000, s. 196 ff.). Evnen til at knytte bevidstheden an til produktive associative netværk via kropoplevelser, følelser og indre billeder er endvidere afgørende i forbindelse med kreative processer.

De ikke-intellektuelle oplevelsesparametre anvendes explicit i oplevelsesorienterede terapiformer, og de spiller ved alle terapiformer en væsentlig rolle for den terapeutiske alliance. Også en lang række andre psykiske aktiviteter beror på evnen til at orientere sig via andre oplevelsesmodaliteter end den rationelle bevidsthed og at kombinere dem supramodalt.

## **Delpersonligheder og objektrelationer i kommunikation**

Personificerede undersystemer kan opfattes som dynamiske skemaer eller programmer. Personificeringen kan forstås som en effektiv måde at transportere holistisk information i sammenhængende mønstre simultant og med en kompleksitet, som langt overgår, hvad den rationelle bevidsthed kan rumme. Delpersonlighederne danner tilsammen en distribueret intelligens, der bidrager til at regulere vores kommunikation ved at organisere – overvejende ubevidste – forestillinger om en hvilken som helst person, vi møder, og iværksætter lynsnart de relevante handlingsprogrammer. De indsamler, opdaterer og afprøver erfaringer med forskellige kategorier af mennesker: mødre, fædre, børn, arbejdskammerater, partnere osv. Vi behøver ikke at lære en ny person at kende helt fra grunden. Vi kan bygge på tidligere erfaringer med den kategori, som personen ifølge vor erfaringsbaserede fantasi falder ind under. Vi laver indre modelsimulationer og søger efter det mønster, der passer bedst til modellen.

Også vor ydre adfærd og de forskellige roller vi har i livet kan tænkes at være reguleret af sådanne arbejdsmodeller. Vi har selv mange roller med hver deres fortid, nutid og fremtid, med hver deres tankemønster, følelsesregister og kropssprog, og vi kan lynhurtigt og uden slinger i valsen glide fra den ene rolle til den anden. Både fra et informationsteoretisk

synspunkt og fra et praktisk erfaringsmæssigt vil det være umuligt bevidst at holde styr på rollerne, de fungerer automatisk på baggrund af en »tavs viden«, afhængig af den kontekst, vi befinder os i. De sørger for, at vi med legende lethed, når vi er i selskab med andre, kan skifte holdning og stemningsleje på en mangefacetteret måde, alt efter hvad situationen kræver.

De indre delpersonligheders aktivitet aflaster hermed vores bevidsthed. Mens vi tænker abstrakt, målrettet og løser rationelle problemer, tager de sig automatisk af følelsesmæssige og kropssproglige aspekter af kommunikationen (ibid. s. 237 ff.).

### **Åbne systemer, lukkede systemer og kybernetiske niveauer**

Moderne terapier, som er inspireret af systemteorien, har understreget den fundamentale cirkularitet mellem individ og omverden. En stigende omverdensrelatering finder vi i de analytiske psykoterapiers forskydning af interessen fra indre delpersonligheder til objektrelationer. Cirkulariteten gælder imidlertid ikke blot den bevidste kommunikation mellem individer. En omfattende forskning i subliminal perception og nonverbal kommunikation, som jeg har fremlagt i *Ubevidst intelligens* viser, at det ubevidste konstant er aktivt i samspillet mellem individ og omverden og præger vores kommunikation og mellemmenneskelige kontakt på meningsfulde måder (Vedfelt 2000, s. 21 ff.).

Mange undersøgelser peger på, at vi læser andres kropssprog intuitivt langt hurtigere, end bevidstheden er i stand til, og at der i enhver dialog finder en spontan kropssproglig imitation sted uden om bevidstheden. Ofte »oversættes« læsningen af partnerens kropssprog til en anden oplevelsesform: i det supramodale rum er det muligt at mærke, hvordan det ville være at sidde som den anden, at føle hans tanker og tænke hans følelser (ibid. s. 104). I den terapeutiske situation findes der således ingen neutralitet. Det optimale er at skærpe opmærksomheden på sin krops egne naturlige reaktioner, intensivere indfølingen i den anden og gennem egen terapi og supervision at lære sine egne følelser og motiver bedre at kende.

Den moderne spædbarnsforskning viser ligeledes, at kommunikation og indlæring af følelser og social adfærd starter langt tidligere og på en langt mere omfattende måde end hidtil antaget. Allerede ved fødslen er det sandsynligt, at barnet begynder at personificere (Trewarthen 1994).

En personlighedsteori, som vil være i overensstemmelse med den nyere forskning bør derfor – hvad enten den primært beskæftiger sig med bevidstheden eller det ubevidste – opfatte personligheden som et åbent system.

I modsætning til dette beskrives personligheden i psykoanalysen og den klassiske jungianske psykologi som et lukket indre system, den beskrives indefra, som Rycroft (1968/1979) har udtrykt det. Og den indretter sin

praksis derefter. Den traditionelle freudianske terapi foregik i abstinens, med hyppige konsultationer i en ydre ramme og i en kropsstilling, der befordrer indadskuen og kontemplation (Vedfelt 1996/1998, s. 165 ff.). Jung talte om analysens lukkede alkymistiske kar: I den analytiske proces lukker systemet sig om sig selv og søger at ændre omfattende psykologiske dybdestrukturer, til forskel fra symptombehandling. I de psykoanalytiske og jungianske terapier i deres klassiske former er der indlejret erfaringer, som i dag har en tendens til at blive fortrængt af amerikanske personlighedsmodeller og terapiformer, som hævder at have hurtige og effektive løsninger på specifikke psykologiske problemer. Men de dybdepsykologiske intrapsyke erfaringer har deres eget værd, som ikke bør gå tabt.

Den kybernetiske model kan rumme erfaringer fra både de omverdensrelaterede terapier og de intrapsyke. I den kybernetiske forståelse svinger psyken spontant mellem tilstande, hvor den er optaget af tilpasning til yderverdenen, og tilstande, hvor den strukturerer den indkommende information i forhold til personlighedens mere overordnede styring. Når man afsondrer personligheden fra de sædvanlige stimuli og tilpasningsopgaver – når man går fra online til offline – bliver der et meget stort overskud af informationskapacitet, som potentielt anvendes til den overordnede, overvejende ubevidste organisation af den psykiske helhed. Psyken trækker sig spontant og naturligt tilbage til mere vegeterende, indadrettede tilstande i en meget stor del af vores liv: i drømme og søvn, ved afspænding, inspiration, eller mere fantasibetonet virksomhed, som hele tiden veksler rytmisk med rationel tænkning.

## **Delpersonligheder og indre tilstande**

En grundantagelse i den kybernetiske psykologi, som blev formuleret af en af kybernetikkens skabere, Ross Ashby, er »loven om nødvendige variationsmuligheder« (nødvendig kompleksitet). Den udsiger, at et systems reguleringssevne potentielt forøges, jo større informationskapacitet og kompleksitet det er i besiddelse af. De fleste kender dette fra computere, hvor mere avancerede systemer med større informationskapacitet kan anvende, bearbejde og omformatere programmer fra mindre avancerede systemer, men hvor det omvendte ikke er tilfældet (Vedfelt 1996/1998, s. 114; Ashby 1961, s. 203.).

Tilbagetrækningen til tilstande, hvor psyken ikke er optaget af tilpasningsopgaver, er potentielt højere-niveau tilstande i det psykiske hierarki, hvor der er mulighed for mere omfattende omprogrammeringer. Her organiseres den indkommende information, sammenlignes med tidligere erfaringer og integreres med overordnede livsmål i en selvregulerende aktivitet og med andre oplevelsesmodaliteter end den rationelle bevidstheds. Den terapeutiske situation er en sådan tilbagetrækning fra de sædvanlige

stimuli, hvor terapeut-klient i en systemisk relation modelsimulerer indre konflikter og mulige nye løsninger.

En gennemgående erfaring i psykoterapierne er, at terapeutisk arbejde med delpersonligheder, som om de var virkelige mennesker, kan have helbredende virkninger og føre til grundlæggende strukturelle personlighedsforandringer. Det er sådan en kombination af cirkularitet og tilbagetrækning til højere systemniveauer, som danner grundlag for psykoterapiernes succes ved arbejde med delpersonligheder.

Allerede 1800-tallets hypnotisører og i fremragende grad psykoterapi-pioneren Pierre Janet havde succes med at gå i dialog med traumatiserede menneskers indre personificeringer, som om de var virkelige personer. Ofte besad skjulte eller tilsyneladende forstyrrende delpersonligheder positive egenskaber, som i løbet af den terapeutiske proces kunne overføres til hverdagens jeg, med bedring af sygdommen til følge.

»Som-om« antagelsen ligger implicit i freudianske, nyjungianske og objektrelationsorienterede terapiers aktivering af klientens glemte, men ubevidst styrende og forstyrrende følelser i forhold til forældre og søskende. De overføres til terapeuten, som om terapeuten havde disse personers egenskaber. Men terapeuten har en bedre evne til at rumme og bearbejde de opdukkende følelser end de oprindelige omsorgspersoner. I den klassiske Jungianske terapi er den aktive imagination et arbejde med fantasien, som om fantasipersonerne var virkelige. Det samme træffer vi i de ekspressive terapier, hvor rollespil, tegninger og kropsarbejde intensiverer de følelser og kropserfaringer, som knytter sig til delpersonlighederne.

I den kybernetiske forståelse er de ovennævnte arbejder med indre delpersonligheder højere-niveau informationsbearbejdning, hvor delpersonlighederne kan transportere langt mere information end nogen rationel fortolkning og derfor kan omprogrammere personligheden på meget omfattende måder.

## **Delpersonligheder og emergens**

I neurale netværk er systemets viden fleksibel og kontekstafhængig, men fleksibiliteten af skemaer og programmer varierer. Der eksisterer stive skemaer, som ved bestemte typiske input hurtigt låser sig fast på en rigid fortolkning, og mere bløde skemaer, som hurtigere kan ændre sig, hvis der kommer supplerende information til. Et vigtigt træk ved det parallelle netværk er endvidere, at de overordnede programmer ikke er statiske strukturer. De organiserer sig dynamisk fra mindre enheder og skaber herved ad hoc forskellige varianter af mere overordnede programmer (Smolenski). Emergens kaldes det. Der findes ikke ét morkompleks eller én anima, der eksisterer ikke noget overjeg, et klippefast ego, et id eller et »indre barn« udover i metaforisk betydning. Delpersonligheder opstår i bestemte indre

eller ydre situationer, de er emergente fænomener. Hermed kan modellen, når den anvendes i praksis, danne basis for en opblødning af de forskellige psykologiske retningers ofte firkantede fortolkninger og reduktionistiske forklaringer og grænsestridigheder vedrørende delpersonligheder og objekter.

At netværket besidder emergente egenskaber har afgørende betydning for hukommelse og søgeprocesser og indebærer revisioner af begreber som »fortrængning«, »forskydning«, »isolation« osv., samt for hele diskussionen omkring »motiveret glemsel« af traumatiske erindringer. I netværksforståelsen eksisterer der ikke en færdig videofilm lagret af nogen begivenhed. Episodisk eller generaliseret hukommelse kan aktiveres i en kontekst, som er medbestemmende for, hvilke aspekter af begivenheden der huskes og på hvilken måde.

I mange tilfælde af traumatiske begivenheder er hukommelsen fragmenteret, enten på grund af angst, eller fordi personen ikke har haft mulighed for komme til en forståelse af oplevelsen sammen med en faciliterende voksen, eller direkte er blevet presset til at fornægte den. Systemisk betragtet har der været et brud på den optimale cirkularitet. En samlet erindring om begivenheden kan opstå i en emergent proces, når en terapeut kan skabe den nødvendige trykke, samlende og spejlende ramme. Her kan oplevelsesparametre, som kropsfornemmelser, følelser og indre billeder være mere effektive i søgeprocessen end den rationelle verbale forståelse. Der findes således principielt ikke »fortrængte« eller »forskudte« eller »isole-rede« erindringer, men erindringer, som »bliver til« i en ny kontekst. Og det er dette tilblivende højere-niveau skema, der giver klienten ny mening og forståelse til en gammel situation. Den stadigt pågående og nødvendige diskussion af, hvordan man skelner mellem ægte og falske (subsidiært terapeutinducerede) traumatiske erindringer, kunne nuanceres betydeligt med en ændret begrebsramme, som bygger på emergens og på forskning i de ikke-rationelle oplevelsesmodaliteters fænomenologi. Som jeg har søgt at vise i *Ubevidst intelligens* åbner det mulighed for at kombinere resultater fra almenpsykologisk hukommelsesforskning med psykodynamiske erfaringer (Vedfelt 2000, s. 184 ff.).

### **Personligheden som selvorganiserende system**

I de psykodynamiske teorier, som har domineret det 20. århundredes psykoterapi, opfattes menneskets indre som en krigsskueplads, hvor bevidstheden forsvarer sig mod et dæmonisk ubevidste, og spædbarnet beskrives som en evolutionær fejlkonstruktion. Freud talte om barnets »konstitutionelt for tidlige fødsel« (Enemark 1992) med henvisning til, at barnet i modsætning til dyreunger kun sent kunne klare sig selv. Og Margaret Mahler og medarbejdere opfattede det som »instinktsvagt«. Tilsvarende har erfaringer fra arbej-

de med neurotiske forstyrrelser bevirket en afsmitning af en klinisk og patologiserende terminologi på normalpsykologien. Spædbarnet er »polymorft perverst«, normale udviklingsfaser er ifølge Melanie Klein »paranoide« og »skizoide«, og normale karaktertyper betegnes af Lowen som masochistiske og psykopatiske osv.

Heroverfor tyder den moderne empirisk baserede spædbarnsforskning på, at barnet har formidable følelsesmæssige og intellektuelle evner, og at det er et socialt individ, der fuld af videbegærighed udforsker verden (Vedfelt 2000, s. 66 ff.). I stedet for at fokusere på påståede fejl og mangler inde i barnet vil det være langt mere frugtbart at lade ressourcerne i den kolossale fælles motivation, som ligger i samspillet mellem barnet og dets økologiske niche (dvs. de nærmeste omsorgspersoner), være fundament for teoretiske og praktiske overvejelser.

Man kan således se spædbarnets særlige situation som særdeles gunstig for en form for vidensopbygning, der giver mennesket en formidabel overlegenhed. Kybernetikkens fader Norbert Wiener gjorde opmærksom på, at en overvejende lineær forprogrammering som hos dyrene, der kommer næsten »flyvefærdige« til verden, potentielt giver færre valgmuligheder og mindre fleksibilitet i forhold til omgivelserne end vidensopbygning via non-lineære feedbackmekanismer mellem organisme og miljø (Wiener 1948/1994, s. 174 ff.). Det midlertidige afkald på udvikling af fysiske undersystemer giver hos spædbarnet informationsoverskud til at udvikle højkomplekse og artsspecifikke følelsesmæssige og sociale færdigheder.

Der tales inden for humanetologien om det »præprogrammerede menneske«, som er en parallel til Jungs forestillinger om arketyperne. Men jeg finder det vigtigt og i overensstemmelse med Bateson og andre moderne systemteoretikere, at forprogrammeringen ikke eksklusivt angår spædbarnet, men vedrører »organismen-i-sit-miljø« (Bateson 1979, Ølgård 1986). Allerede i fostertilstanden er der, som bl.a. den amerikanske præ- og neonatale forsker Heidelise Als har påvist, en tæt systemisk relation mellem barnet og den økologiske niche dvs. moderen. De to systemer udvikler sig med imponerende epigenetisk synchronicitet (Als 1982).

Præprogrammeringen forstået på denne måde er grundlag for et ubevidst informationsnetværk, som jeg har kaldt intelligent, fordi det efter min opfattelse mestrer problemløsning og reflekteret, konstruktiv reaktion på ydre påvirkninger, fortolkning og regulering af store datamængder, langtidspanlægning, abstraktionsevne og kreativ kombinationsevne (Vedfelt 2000, s. 13).

Sammenlignet med hverdagsbevidsthedens få bits har dette informationssystem enorme informationsmængder til rådighed. At det ikke uden videre er tilgængeligt for den normale bevidsthed, kan populært sagt forstås som en beskyttelse mod, at det lille system »hacker« sig ind i overordnede styresystemer og skaber forstyrrelser i dem. Dynamisk psykoterapi er en måde til at få adgang til de overordnede systemer og skabe omfat-



tende strukturelle forandringer i personligheden. Arbejde med indre delpersonligheder og relationer spiller her en vigtig rolle.

## I lære som menneske

Lige fra fødslen organiserer barnet holistisk information om verden gennem forestillinger om personer eller aspekter af disse: mor og far, bror og søster, bedstemor og bedstefar, osv. Barnets eksklusive valg af omsorgspersoner kan efter min opfattelse ikke forstås ensidigt ud fra en biologisk tilknytningsteori.

Fra et kybernetisk synspunkt må ethvert informationssystem lægge begrænsninger på sig selv, ellers ville systemet simpelthen ikke vide, hvad det skulle gøre. Det ville drukne i ukvalificeret information (Vedfelt 1996/1998, s. 118 ff.). Barnets følelsesmæssige og sociale indlæring er en praksislæring. Det »står i lære som menneske« hos moderen og bliver herigennem i stand til at håndtere en stigende følelsesmæssig og social kompleksitet. Når det i nogen tid især har koncentreret sig om moderens kommunikative repertoire, synker informationen ned i det ubevidste, hvor det fungerer som tavs viden, som når vi har lært at køre på cykel eller skrive på et keyboard. Det kan anvende færdigheden, men husker ikke, hvordan den opstod. Hermed aflastes bevidstheden for kompleksitet, så den kan påtage sig nye opgaver. Modernetværket giver plads for fadernetværk, søskendenetværk osv. Det personlige selv opstår ved, at det kybernetiske selv personificerer en del af psyken på en særlig måde. Det personlige selv eller jeget viser sig på et trin i udviklingen som oplevelse af en bestemt identitet, en fast hukommelsesstruktur med en særlig livshistorie og en konstant følelse af at være den samme. Barnets kønsidentitet i den givne kultur er en særdeles betydningsfuld informationskode i denne sammenhæng. Det modsatkønnede bruges modsvarende som kode for psykiske egenskaber, som barnet også har, men ikke realiserer i samme udstrækning. En sådan model åbner mulighed for en fleksibel kønsopfattelse, der tager højde for individuelle og kulturelle variationer.

I takt med de overordnede forandringer i personligheden gennemgår også de vigtigste undersystemer stadige udviklingsprocesser. En delpersonlighed kan køre på lavt blus i en periode for at give plads for andre deles udvikling. Men senere får den en mere fremtrædende rolle. Systemer, som i visse livsstadier fungerer overvejende ubevidst, kan samle information og anvende den, når de senere træder ind i bevidsthedens forgrund. Over for den traditionelle opfattelse, at personligheden stort set er færdigdannet efter puberteten, og at personlighedsudvikling og terapi består i at reparere, hvad der gik galt engang, sætter den kybernetiske teori en livslang udvikling med et fortsat samspil mellem individ og omverden (Vedfelt 2000, s. 284 ff.).

## Praksislæring i terapi og pædagogik

At følelsesmæssige og sociale færdigheder erhverves overvejende ved praksislæring, har vigtige konsekvenser for forståelse af opdragelse, pædagogik og terapi. Klienter, elever og børn personificerer henholdsvis terapeuter, lærere og forældre. Men processen går også den modsatte vej. Rosenthals berømte undersøgelser af, hvordan elevens præstationer var dybt afhængige af de forventninger, lærerne mødte op med, er blevet underbygget af senere undersøgelser (Jørgensen 1997). Læreren er derfor nødt til at tage den personlige faktor i betragtning, hvis han vil fungere optimalt. I terapi er det især grad terapeutens evne til at koble sig ind i klientens informationsnetværk og optimere hendes oplevelse af selvværd og kompetence, der er afgørende, og langt vigtigere end fortolkninger og adfærdskorrekationer. En stor del af forholdet udspiller sig på ikke-rationelle opvelsesparametre i kroppen og det supramodale rum. Terapeuten udsender spontant utallige følgesignaler til sin verbale forståelse, og disse bearbejdes bedst ved egen-terapi og supervision.

## Psykopatologi

Patologiske personlighedsspaltninger kan i mange tilfælde forstås som hensigtsmæssig informationsbearbejdning under meget belastende forhold. Det er i overensstemmelse med megen aktuel forskning i og klinisk erfaring med PTSD-syndrom at opfatte spaltningerne som mestringsstrategier (Herman 1992/1995; Van der Kolk 1994). Et barn, der er udsat for gentagne seksuelle overgreb fra en nærtstående, kan fx. lære at trække bevidstheden tilbage fra kroppen og ind i en anden verden. Et barn, hvis far er alkoholiker, men som nægter sit problem, kan være nødt til at spille faderens spil, når han er hos far, og et andet hos mor (Vedfelt 2000, s. 247 ff.). I vore dage udøver de fleste skilsmissebørn et weekend-diplomati, som beror på sådanne roller, der er indkodet på alle oplevelsesparametre.

Informationsteoretisk er distribueret information mindre sårbar end information, som går gennem en central bearbejdningsenhed, og det sikrer i praksis barnets psykiske overlevelse og balance i forhold til skiftende omgivelser. Da så meget står på spil, er de traumatiserede systemer ligesom sikkerhedskodede og trækker sig tilbage på de mest bevidsthedsfjerne oplevelsesmodaliteter, hvor der er en prævalens af kropsligt-somatiske symptomer (Putnam 1986). Kropsforståelse og kendskab til ikke-rationel kommunikation er derfor vigtigt i psykoterapi med disse tilstande.

I forbindelse med traumatiske oplevelser er det min erfaring, at det *ikke* er genoplevelse af den traumatiserende situation, der har helbredende virkninger, men terapeutens og klientens evne til sammen at omskabe den indre begivenhed til en positiv som-om oplevelse. Fx. ved at aktivere fan-

tasier om virkelige eller som-om personer, som kunne have været til støtte under den traumatiske oplevelse, og gøre dem til levende dele af klientens indre univers. Terapeuten selv bliver i kraft af den terapeutiske alliance en sådan god indre person. Også den seneste forskning af »mønsterbrydere« peger på, at netop evnen til og muligheden for at skabe positive erstatningsrelationer er afgørende overlevelsestrategier (Vedfelt 2000, s. 297; Elsborg, 1999).

I sårede områder af sindet fungerer delpersonligheder hos alle mennesker som rigide skemaer, der har få enheder fælles med andre delpersoner. Får vi et forkert input, kører vi ud af tangenten, og kun vore omgivelser bemærker, at vi for en stund bliver »urimelige« og derefter falder tilbage til vort gamle jeg, vi har selv svært ved at forbinde områderne bevidst. Den terapeutiske opgave går ikke på at afskaffe delpersonlighederne, men på at give dem flere fælles enheder.

## Relation til andre teorier

Jeg har i det foregående givet en oversigt over en kybernetisk psykologi med særligt henblik på delpersonligheder og objektrelationer. Teorien og metoden er mere udførligt beskrevet i mine bøger *Bevidsthed*, og *Ubevidst intelligens*, der er lagt an som en sammenhængende fremstilling. Generelt er jeg mest interesseret i ressourcerne i de enkelte teorier og metoder, og i hvordan de kan integreres. Men en ny teori bliver naturligt mødt med spørgsmålet om, hvorfor man ikke kan fortsætte med at bruge teorier, som har vist en vis funktionsduelighed i praksis. Pladsen tillader mig kun et kort og summarisk svar.

Jeg har allerede gjort opmærksom på, hvordan jeg med min teori om det sjælelige netværk adskiller mig fra fx psykoanalysen med dens primitive ubevidste, men jeg vedkender mig samtidig de freudianske erfaringer som vigtige forudsætninger for min teori.

Jung har været en stor inspirator med hensyn til forståelsen af psykisk selvregulering, målretning og meget andet. Men hans teori er temmelig begrebsfattig, og begreber som fx arketyper, anima og animus dækker over så mange ting på en gang, at det skaber forvirring, når man prøver at nå til en dybere forståelse af dem. I efterfølgernes lærebøger om Jungs psykologi beskrives begreber som jeg, bevidsthed og det personlige ubevidste ofte i analogi med Freuds teorier. Men man løber ind i for mange uklarheder og modsigelser, når man klistrer en holistisk (jungiansk) teori sammen med en reduktionistisk (freudiansk) teori. Skal en syntese være konsekvent, må begge teorier brydes op og erfaringsmaterialet samles i en ny model. Der er hos Jung ikke en konsekvent teori om relationer mellem mennesker, og når hans britiske efterfølgere kombinerer ham med Klein, er der stadig for mange uløste metateoretiske problemstillinger. Jung påberåbte sig endvi-

dere metodefrihed i terapien. Men mange års kendskab til jungiansk psykologi har lært mig, at den jungianske terapi rummede og rummer ganske bestemte fastlagte procedurer, og at den udelukker en lang række andre procedurer, som ville kunne facilitere den terapeutiske proces, hvis de blev brugt professionelt.

De eksistentielle psykologier har, som jeg blandt andet har beskrevet i *Drømmenes dimensioner*, været kvalificerede kritikere af de analytiske terapiers ofte alt for firkantede fortolkninger. Men en god teori er en meget praktisk ting, og dér, hvor teorien mangler, sætter terapeuten ofte – som jeg har påvist samme sted – private opfattelser og livs(lomme)filosofi ind. En førende eksistentiaistisk terapeut, Medard Boss, erstatter således, når han mangler metode, den fænomenologiske åbenhed med spekulative fortolkninger og »eksistentielle normer« (Vedfelt 1997, s. 176), og Emmy van Deurzen-Smith (1995) vil gøre terapeuten mere til »filosofisk dialog-partner« og mindre til terapeut. Jeg synes, det er svært ud fra både den jungianske og den eksistentielle holdning til metode at argumentere for, hvad der adskiller en professionel terapeut fra et almindeligt livsklogt menneske, og det er da vel nødvendigt, når man fx taler om uddannelse og certificering til terapeut?

Jeg adskiller mig endvidere fra den kognitive psykoterapi, som (ligesom eksistentialisterne) ikke har nogen teori om det ubevidste, og som – i hvert fald i Becks oprindelige model – hævder, at det er tankerne, der styrer følelserne og ikke omvendt.

Teorien om oplevelsesparametrenes relative betydning åbner for integration af oplevelsesorienterede terapier i det terapeutiske selskab, og jeg mener, at de analytiske skoler og oplevelsesterapierne kan supplere og opkvalificere hinanden.

Jeg er fjernt fra at underkende værdien af de nævnte psykologiske skoler og deres psykoterapeutiske landvindinger. Men jeg mener, at det med den kybernetiske model er muligt at integrere de forskellige retningers kliniske erfaringer og bringe dem i bedre overensstemmelse med de seneste årtiers forskning inden for en lang række områder. Det gælder bl.a. forskning i psykoterapieffektivitet, spædbarnsforskning og neurovidenskab, samt forskning i subliminal perception, nonverbal kommunikation, hukommelsesforskning, kunstig intelligens og i PTSD-syndrom. Ved at skifte fra en traditionel psykodynamisk teori til en kybernetisk netværksteori om informationssystemer, der lærer i praksis, opnås efter min opfattelse en række fordele.

Netværksmodellen giver en mere fleksibel beskrivelse af mennesker og deres verden end de ældre ofte meget firkantede teorier, der inviterer til fastlåsende forenklinger og spekulative overfortolkninger. Den går ud fra individets potentielle kompetence og matcher en kompleks og omskiftelig verden, som kræver stadig forandring og omstilling af den enkelte. Den flytter den overordnede interesse fra påståede fejl inde i personen til res-

sourcer, der kan udvikles i forhold til omgivelserne, og den beskriver det ubevidste på linie med kreative og inspirative oplevelser. Dens menneskebillede passer hermed til en progressiv opfattelse inden for terapi, pædagogik og opdragelse.

Kybernetisk system- og informationsteori er tværvidenskabelig og åbner dermed for sammenligninger med livs- og forskningsområder, der rækker ud over psykologien, som fx. pædagogik, sociologi og hverdagsliv.

I en tid, hvor mange undersøgelser viser, at praktisk arbejdende terapeuter interesserer sig meget lidt for teori (Hougård 1996), er det endvidere mit håb, at netværksmodellen med sin teori om praksislæring kan bidrage til at slå bro over denne kløft.

## LITTERATUR

- ALS, H. (1982): »Toward a synactive theory of development: Promise for the assessment and support of infant individuality.« *Infant Mental Health Journal*, 1982, 3, 229-243.
- ASHBY, R. (1961): *An Introduction to Cybernetics*. Chapman and Hall, London.
- BATESON, G. (1979): *Mind and Nature*. New York.
- BECK, A.T. & WEISHAAR, M. (1995) »Cognitive Therapy« i *Current Psychotherapies*, s. 229-261, udg. af Raymond J. Corsini/Danny Wedding. F.E. Peacock Publishers Inc., Itasca, Illinois, USA.
- COHEN, A. (1995): *Selvbevidsthed*. Det lille forlag, København.
- DREYFUS, H. & DREYFUS S. (1991): *Intuitiv ekspertise* (Eng. udg. Mind over Machine 1986) Munksgaard, København.
- ELLENBERGER, H.F. (1970): *The Discovery of the Unconscious*. Basic Books. N.Y.
- ELSBORG, S. et al. (1999): *Den sociale arv og mønsterbrydere*. Danmarks Pædagogiske Institut, København.
- ENEMARK, K. HØHER (1992): *Det ubevidstes semiotik*. Psyke & Logos, Nr. 1.
- FREUD, S. (1915): *Die Verdrängung*. G.W.X., s. 248-261.
- FREUD, S. & BREUER, J. (1895d): *Studien über Hysterie*, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt am Main 1970.
- HOUGAARD, E. (1996): *Psykoterapi, teori og forskning*. Dansk psykologisk Forlag.
- JACOBSEN, B. (1998): *Eksistensens psykologi*. Reitzels Forlag, København.
- JANSSSEN, C. (1996): *Den guddommelige latter*. Fremad, København.
- JUNG, C.G. (1911/1975): *Forvandlingens symboler*. Gyldendal, København.
- JØRGENSEN, P. SCHULTZ (1997): Skoletrivsel blandt 11-15-årige børn i Danmark. *Nordisk Psykologi*, 1, 49(4)-287-308.
- KERNBERG, O.F. (1998): *Kærlighedsforhold*. (Eng. udg. Love Relations, 1995) Hans Reitzel, København.
- KNOX, J. (1999): The relevance of attachment theory ... *Journ. analyt. Psych.* Vol. 44, Oct., s. 511-530
- KOHUT, H. (1983): *The Analysis of the Self*. International Universities Press N.Y.
- MOLLON, P. (1996): *Multiple Selves, Multiple Voices. Working with Trauma, Violation and Dissociation*. New York: John Wiley & Sons.
- POLANYI, M. (1966): *Tacit dimension*, Cloucester, Mass. Peter Smith. Ed.1983th.
- PUTNAM, F.W., GUROFF, J.J., SILBERMAN, K.K. et al. (1986): »The clinical phenomenology of multiple personality disorder: review of 100 cases. *J. Clin. Psychiatry*. 47:285-293.

- RUMELHART, D. et al. (1986): Schemata and sequential thought. I McCELLAND, J.L. & RUMELHART, D.: *Parallel Distributed Processing II*. The MIT Press, USA:
- RYCROFT, C. (1968, 1979): *A Critical Dictionary of Psychoanalysis*. Penguin Books, London.
- SMOLENSKY, P. (1986): Information Processing in Dynamical Systems i *Parallel Distributed Processing I*, s. 209-210. The Midpress, U.S.
- SPINELLI, E. (1989): *The Interpreted World*. Sage Publication, N.Y.
- STERN, D.N. (1985): *The motherhood constellation*. Basic Books, N.Y.
- STERN, D.N. (1997): *Barnets interpersonelle univers*. København: Hans Reitzels Forlag A/S. Amr. udg. 1985. New York: Basic Books, Ind.
- TREWARTHEN, C. & AITKEN, K. (1994): Brain development, infant communication, and empathy disorders ... I *Development and Psychopathology*, 6: 596-633, Cambridge University Press.
- VAN DEURZEN-SMITH, E. (1995): *Eksistentiel samtale og terapi*. Hans Reitzels Forlag, København.
- VAN DER KOLK, B.A. (1994): The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, Jan/Feb., 253-265.
- VARELA, F. et al. (1991/1995): *The Embodied Mind. Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, Massachusetts, London: The MIT Press.
- VEDFELT, O. (1985/1996): *Det kvindelige i manden*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, O. (1997): *Drømmenes Dimensioner*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, O. (1996/1998): *Bevidsthed*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, O. (1998): *Traumatiske erindringer, fantasi eller virkelighed?* Upubliceret rapport til Statens Humanistiske Forskningsråd.
- VEDFELT, O. (2000): *Ubevidst intelligens. Du ved mere, end du tror*. Gyldendal, København.
- WIENER, N. (1948/1994): Cybernetics and Psychopathology i *Cybernetics*, s. 144-154. The MIT. Press, Mass. U.S.
- WINNICOTT, D. W. (1965): *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*, London: Hogarth.
- ØLGÅRD, B. (1986): *Kommunikation og økomentale systemer ifølge Gregory Bateson*. Ask, København.