

## OM FØLELSERNES PLACERING – NOGLE INDLEDENDE BEMÆRKNINGER

Svend Erik Olsen

Kaster man et blik tilbage i ældre, introducerende psykologibøger – som for eksempel Høffdings (1885), Kromans (1899), Starkes (1916) eller Næsgaards (1928) – kan man få den tanke, at mennesket, psykologisk set, dengang så ud på en bestemt og fra hverdagen bekendt måde. Psykologiens menneske var en hverdagslig og integreret enhed. Og denne enheds mest iøjnefaldende træk var bevidstheden og dennes tre grundlæggende aspekter: Erkendelseslivet, følelseslivet og viljeslivet. Starke indfører de tre aspekter således (s. 90):

”Hele den samlede Række Bevidsthedsprocesser, der gaar ud paa . . . at klarlægge, hvad der foregaar i Bevidsthedslivet, baade som saadant og i dets Betydning som Tegn paa en objektiv Verden, kalder vi under ét *Erkendelseslivet*. Det skiftende Spil af Værdibestemmelser, som betegner dette Erkendelsesindholds Forhold til Subjektet, udgør dettes samlede *Følelsesliv*. Det system af offensive og defensive Handlinger, som har sit udspring i dette indholdsbestemte Følelsesliv, kalder vi *Viljeslivet* . . .”

Mennesket er her overskueligt fremstillet: Vi indhenter en vis viden om verden (erkendelseslivet). Denne viden betyder noget for os (følelseslivet). Og her ud fra foretager vi så vores handlinger (viljeslivet).

Naturligvis er hverdagsligheden og integrationen i menneskesynet i de ældre psykologibøger kun relativt større end den man finder i nutidens psykologibøger. Forrige århundredes psykologi var allerede præget af den stigende videnskabeliggørelse og var således på vej væk fra hverdagsligheden. Og menneskesynet var også dengang præget af den desintegration som dog ikke er blevet mindre siden.

Tager vi en af nutidens psykologibøger – som for eksempel Lloyd & Mayes’ ”Introduction to Psychology” (1984) – er det iøjnefaldende at hverdagsligheden helt er forsvundet. Læseren vil ikke umiddelbart kunne genkende sig selv på samme måde som man kunne i de ældre bøger, og læseren vil næppe kunne uddrage en overskuelig og simpel modet af sig selv fra den nutidige tekst. Slående er at viljelivet – set som en central enhed – helt er væk. Erkendelseslivet og følelseslivet behandles stadig, men en integrerende enhedssynsvinkel mangler.

Forandringerne fra dengang til nu skyldes givetvis ikke kun en rent videnskabsintern udvikling inden for psykologien. Det vil være rimeligt at antage, at en mere generel samfundsmæssig udvikling har øvet sin indflydelse.

Uden at ville forklejne de fremskridt som kan findes i meget af nutidens psykologi i forhold til den noget ældre psykologi vil jeg dog påstå, at noget af det der er tabt på vejen med fordel kan samles op.

### Om følelsernes teoretisk placering

Måden hvorpå følelserne behandles i psykologisk forskning er selvfølgelig afhængig af den teoretiske referenceramme der anvendes. I ældre psykologi, hvor den teoretiske referenceramme fokuserede på bevidsthedslivet, indtog beskrivelsen af følelserne en central placering. Da beskrivelsesprocessen blandt andet involverer såvel afgrænsende identifikation som sammenfattende kategorisering (se også Moustgaard 1981) er en beskrivelse af følelserne ingenlunde en simpel sag. Næsgaard (1928) går i rette med dem der forsøger at inddele følelserne i grupper som religiøse, moralske, æstetiske og intellektuelle følelser. Sådanne inddelinger skaber, ifølge Næsgaard, kun forvirring, og han har følgende forslag (s. 54):

”I Stedet for slige Omveje maa man gaa direkte til selve Følelserne og ordne dem efter deres Grundbeskaffenhed og deres vigtigste Egenskaber. Her ved vil man finde Grupper som Skræk og Angst, Vrede og Afsky, Sorg og Skam, der alle er præget af Ulyst, og andre Grupper som Appetitsfølelse, Ømhed og erotisk Følelse, Glæde, Smil og Latter, som alle har et svagere eller stærkere Præg af Lyst. Enhver af disse Følelsesgrupper eller Følelser rummer en mængde Nuancer, der er meget vanskeligere at skelne fra hinanden end Nuancerne indenfor de vigtigste Fornemmelsesgrupper. Glæden viser sig i en Mængde Afskygninger som Behag, Arbejdslyst, Kunstnydelse, Begejstring osv., der ikke er nær saa lette at skelne fra hinanden som de enkelte Farvetoner. Vreden har Former som Surhed, Misundelse, Raseri og Had, der heller ikke er meget forskellige, og saaledes de øvrige Følelser.

Hvad enten man er tilfreds med Næsgaards og andres beskrivelser af følelserne, så må man dog indrømme, at beskrivelserne er udtryk for en nuancerende holdning til følelseslivets psykologi. En sådan nuancerende holdning kan selvfølgelig også findes hos de af nutidens forskere der har specialiceret sig i følelseslivets psykologi. Men udenfor specialisternes rækker synes den nuancerende holdning at være svækket.

Hvis en given forskers hovedinteresse er følelsernes neurofysiologiske grundlag vil en nuanceret beskrivelse af menneskers følelsesliv forekomme at være irrelevant og forstyrrende. Her er tilsyneladende kun nogle grovere følelseskategorier af interesse, hvilket svarer meget godt til det ”grovere” kendskab man faktisk har til menneskets neurofysiologiske funktioner.

Samme mangel på interesse for nuanceret følelsesbeskrivelse findes hos forskere hvis hovedinteresse er følelsernes adfærdsmæssige udtryk, herunder ansigtsudtrykkene. Hvad enten den teoretiske referenceramme her er behavioristisk eller ej, vil en mere nuanceret følelsesbeskrivelse pege på referencerammens begrænsede anvendelighed. Lignende forhold gør sig gældende ved ud-

forskningen af følelsernes og følelsesudtrykkenes mulige universalitet – også her vil for mange nuancer kunne skabe komplikationer.

Overvejelser over for følelseslivets neurofysiologiske grundlag, følelsesudtrykkene og univesaliteten udgør netop en stor del af kapitlet om emotioner i Lloyd & Mayes' ovennævnte introduktion til psykologien, mens beskrivelser af følelser er så godt som fraværende – med undtagelse af en fremlægning af nogle af forsøgene på at finde de grundlæggende primære følelser eller følelsedimensioner.

Man kan naturligvis spørge om det absolut er nødvendigt i enhver sammenhæng at fordrer en intens beskæftigelse med følelseslivets fænomener. Og dette spørgsmål kan ikke besvares bekræftende. I mange sammenhænge er en mindre nuancerende holdning rimelig, men en vægtning af nuanceringsrimelighed kræver i det mindste et kendskab til nuanceringsmulighed.

For eksempel har jeg i undervisningssammenhæng ofte stået overfor studerende der har valgt at beskæftige sig med angst ud fra den betragtning, at angst er noget karakteristisk for nutidens menneske. Men hvad er egentlig angst? Som regel viser det sig, at angst er en diffus og vag størrelse for de studerende. For at få hold på angstbegrebet kan man vælge en bestemt teori, hvori angst tildeles en bestemt plads – og forskellige teorier bestemmer selvfølgelig angstbegrebet på forskellige måder. Hyppigst vælger de studerende så Freuds psykoanalytiske referenceramme. Freud har defineret angst således (1932, 68):

”Vi har sagt, at angsten er en affekttilstand, altså en forening af bestemte fornemmelser i lyst-ulyst-rækken med de til disse svarende udløsningsinnervationer og opfattelsen af dem, og at den sandsynligvis var aflejringer af en vis betydningsfuld begivenhed, inkorporeret ved arv . . .”

Den betydningsfulde begivenhed som Freud henviser til er fødselsprocessen, hvor de for angsten karakteristiske påvirkninger af hjertefunktion og åndedræt først forekom. Er psykoanalysens angst den samme følelse som den der skulle være karakteristisk for nutidens menneske? Som udgangspunkt for mere dybtgående behandling er Freuds angstbegreb ganske rimeligt, men det må afklares hvordan angst står i forhold til for eksempel ængstelse, frygt, det at være bange, skræk og rædsel (dette er behandlet hos Katzenelson 1979). Min erfaring er, at værdien af sådanne nuancerende overvejelser kan være svær at se og ofte stiller man sig derfor tilfreds med en ret diffus og mystificerende, for ikke at sige ubrugelig, begrebsdannelse.

Det skulle være klart, at en fænomenologisk referenceramme vil lægge op til en nuanceret forholden sig til følelseslivets fænomener (og Martin Johansens artikler her i tidsskriftet er eksempler herpå). Umiddelbart skulle man tro at psykoanalysen ville vægte følelseslivet højt, men det ubevidstes centrale status kan have en tendens til at medføre, at bevidsthedslivet og herunder følelseslivet vægtes lavere. De senere års udvikling af marxistisk orienteret psykologi åbner mulighed for en kommende intensiveret behandling af følelseslivet. Indenfor den kritiske psykologis referenceramme har Holzkamp-Osterkamp (1978, 240) kunne fremhæve, at

”. . . emotioner (udgør) vurderinger af de kognitivt opfattede omverdensforhold med disses subjektive betydning og de individuelle handlemuligheder overfor dem som målestok. Emotionerne er dermed et væsentligt bestemmelsesmoment for de handlinger, som vedrører de kognitivt opfattede omstændigheder og begiver. Disse emotionelle vurderinger af omverdensbetingelserne ligger til grund for enhver livsvirksomhed.”

Som det ses ligger Holzkamp-Osterkamps overvejelser i forlængelse af den ældre psykologis tredeling: Erkendelse, følelse og vilje/handling. Og det er vel netop den marxistisk orienterede psykologis fokusering på bevidsthed/erkendelse og handling, der har gjort de medierende følelser så iøjnefaldende.

Selv om følelseslivets psykologi nok aldrig vil kunne genvinde sin hvedagslighed fuldstændigt (hvilket heller ikke er ønskværdigt) forekommer det muligt, at en mere nuancerende holdning kan få en renæssance – og oven i købet vil en bredere psykologisk og samfundsmæssig indlejring af følelseslivet kunne følge med.

Herved vil også den desintegrerede psykologi kunne genvinde en del af sin sammenhæng (selv om mennesket selv måske forbliver desintegreret).

Til sidst skal det nævnes, at selv om følelserne traditionelt er blevet placeret *mellem* erkendelse og handling, er der en del der tyder på, at denne placering ikke må tages for alvorligt. Dette er for nyligt blevet påpeget af for eksempel Zajonc (1980), der tager sit udgangspunkt i det almindelige synspunkt, at kognitive processer må komme før affektive reaktioner – man må vide hvad noget er, før man kan afgøre, om man kan lide det. Men eksperimentelt kan man faktisk vise, at mennesker er i stand til at fremsætte affektive vurderinger, før de er i stand til at genkende det vurderede.

## Om følelsernes opdukken

Der er givetvis mange grunde til at følelseslivet nu igen skal tages op til behandling i psykologien. En vigtig grund er nok at beskæftigelsen med følelser i et stykke tid har været ret intens såvel på det almindelige terapimarked som i kunstneriske blotlægninger, hvilket ikke kan undgå at påvirke den mere akademiske psykologi.

Lasch (1979) har i denne forbindelse peget på en stigende trivialisering af de personlige relationer, og han skriver (s. 320):

”Intimitetskulten dækker over en stigende desperation for at finde intimitet. Personlige relationer krymper sig under den emotionelle vægt hvormed de er bebyrdet.”

Lasch mener altså, at vores følelsesliv i al for høj grad er blevet knyttet til nogle personlige relationer, der slet ikke kan bære denne emotionelle byrde. Thielst (i dette nummer) mener, at følelserne hos nutidens menneske direkte har lidt skade. Han skriver:

”Aldrig har selvfølelsen og evnen til overhovedet at føle i bund været så rystet og ligefrem ødelagt.”

Følelserne er således både problematiske og problematiserede i samfundet. Når dette kobles med de i psykologien forekommende forsøg på at frembringe en integrerende enhedssynsvinkel, skulle det være klart, at der er al mulig grund til at gøre følelserne til tema.

#### REFERENCER

- FREUD, S. 1932. *Nye forelæsninger til indføring i psykoanalysen*. Kbh.: Reitzel, 1973.
- HOLZKAMP-OSTERKAMP, U. 1978. Erkendelse, emotionalitet, handleevne. I: Dreier, O. *Den kritiske psykologi*. Kbh.: Rhodos, 1979.
- HØFFDING, H. 1885. *Psykologi i Omrids*. Kbh.: Philipsens Forlag.
- KATZENELSON, B. 1969. *Angstteorier*. Kbh.: Munksgaard.
- KROMAN, K. 1899. *Kortfattet Tænke- og Sjælelære*. Kbh.: Høst & Søn.
- LASCH, C. 1979. *The culture of narcissism*. London: Sphere Books, 1980.
- LLOYD, P. & MAYES, A. 1984. *Introduction to psychology*. London: Fontana.
- MOUSTGAARD, I. K. 1981. *Beskrivelse og kommunikation*. Kbh.: Munksgaard.
- NÆSGAARD, S. 1928. *Kortfattet Sjælelære*. Kbh.: Martins Forlag.
- STARCKE, C. N. 1916. *Psykologi*. Kbh.: Gyldendalske Boghandel.
- THIELST, P. 1984. Følelsernes idehistorie – nogle mønstre og eksempler. *Psyke & Logos* (nr. 1).
- ZAJONC, R. B. 1980. Felling and thinking. *American Psychologist*, 35, 151-175.