

## METAFORER I PSYKOTERAPI

Bo Møhl

*Artiklen beskriver to former for sprog, nemlig et entydigt, denotativt sprog, der især er knyttet til sekundærprocesserne, og et »andet sprog«, der er knyttet til billeder og metaforer. Det sidste sprog sættes i relation til primærprocesaktivitet. Det understreges, at de to sprogformer er ekstreme positioner i et kontinuum. Artiklen koncentrerer sig især om det »andet sprog«. Forskellige opfattelser af metaforer og symboler gennemgås, og det konkluderes, at metaforen har en speciel plads i psykoterapi, fordi den bygger bro imellem det konkrete og det abstrakte, det bevidste og det ubevidste, det kognitive og det emotionelle og primær- og sekundærprocesserne. Artiklen advokerer for en »symbolsk attitude« i psykoterapien, der i egentligste forstand er en hermeneutisk tilgang til patientens fremstilling.*

### Indledning

I den psykoterapeutiske proces, hvor et menneske – patienten – fortæller om sin lidelse til et andet – terapeuten –, formidler patienten også altid – brudstykkeagtigt og ofte kaotisk – en anden historie beliggende under den lineære, kausalt eller tidsmæssigt fremadskridende fremstilling. Det er den underliggende, uudtalte, fortrængte historie, der egentlig er analysens genstand – eller som det hedder hos Laplanche og Pontalis (1967): Psykoanalyse er »a method of investigation which consists essentially in bringing out the unconscious meaning of the words, the actions and the products of the imagination (dreams, phantasies, delusions) of a particular subject. (...) Psycho-analytical interpretation can (...) be extended to human productions where no free associations are available« (p. 367).

Patienten kommer for at få rede på sin anden historie – sin fortrængte, men dynamisk aktive historie, som i sit tilsyneladende fravær alligevel trænger sig på og insisterer på sin organisation og betydning. Selv om patienten havde intentioner om det, ville han/hun ikke kunne fortælle den direkte, fordi den anden historie er utilgængelig for bevidstheden. Men den anden historie taler igennem patienten, ofte uden dennes viden og måske uden at patienten ved, hvad der er på spil.

Det, der her er på tale, er den ubevidste historie, der i den psykoterapeutiske proces formidles i billeder, metaforer, symboler, fortælelser, pauser, men også – og måske især – i overføringen, modstanden og symptomdannelsen.

Denne historie kommer fra drømmenes og primærprocessernes domæne, hvor den formelle logik og bevidsthedens rationalitet ikke gælder. Det er her, symbolerne og den konkrete, sanselige fremstillingsform findes, hvor modsætningerne, tiden og rummet opløses, hvor døde ting bliver levende etc. etc. Og det er herfra, kunsten og fantasien henter sit råstof.

Uanset, at det ubevidste viser sig i nonverbale former, så er det *sproget*, der er den bærende struktur i det erkendelses- og bearbejdningsarbejde, der er psykoterapiens: »The language is the interpreter of all other systems, linguistic and non-linguistic«, som sprogforskeren Benveniste formulerer det.

I det følgende vil jeg se nærmere på psykoterapiens sprog, forstået som de udtryksmåder og -elementer, der udveksles i den terapeutiske proces. Specielt er det symbolerne og metaforernes sprog, der står i fokus. Det er det, fordi vi her har, om ikke »kongevejen til det ubevidste«, så i hvert fald et net af stier til det boblende univers af kræfter, som vi også konfronteres med i vore drømme. Det er den bevidste, sprogligt artikulerede kontakt med det ubevidste, der gør psykoterapi til noget enestående. Ideen om en intervention (for eksempel en fortolkning) opstår i psykoterapeutens hoved præcist i det øjeblik han opdager patientens ubevidste. Der er derfor al grund til at reflektere over, hvordan vi kommer i kontakt med det ubevidste, men også over, hvordan vi kommunikerer med patienten med henblik på at skabe de intrastrukturelle forandringer, der er terapiens mål. Der er tradition for at diskutere indholdet af de interventioner, vi foretager i den psykoterapeutiske proces – først i de senere år er *formen* blevet gjort til genstand for refleksion. Hvilke ord bruger vi, hvad betyder det, at vi udtrykker os i billeder, metaforer? Hvilken rolle spiller den »symbolske dialog« som er iscenesat i overføringen – eller hvad siger *symptomet*, kroppens metaforiske eller symbolske tale?

Det, der ligger mig på sinde, er den »symbolske attitude« – eller med en tør formulering: »Symptomal-læsningen«, hvor det er det ubevidste lag i sproget, der kalder. »The symbolic attitude, generally is one that asks, »What larger meaning is at work here? What else is this besides what it appears to be?«« (Siegelman 1990, p. 162).

Man kunne også tale om den musiske dimension i psykoterapien – eller som Winnicott (1971) formulerer det: »Psychotherapy takes place in the overlap of two areas of playing, that of the patient and that of the therapist. Psychotherapy has to do with two people playing together« (p. 38).

Legen kan være dødsens alvorlig – men aldrig kedelig. Dertil er der for meget energi bundet i det interdynamiske felt mellem patient og terapeut. Legen er forbundet med det kreative, det ekspansive, det overskridende, der igen er forbundet med vore drømme og uopfyldte længsler.

I relation til de øvrige indlæg i dette nummer af Psyke & Logos, der handler om drømme, ser jeg det som min opgave at formulere lidt om, hvordan man bringer drømmenes rationalitet ind i den vågne dialog.

Først skal jeg beskrive to forskellige udtryksmåder – to sprog – der måske snarere handler om to holdninger til sproglige ytringer: den denotative versus den konnotative – det alment vedtagne, entydige overfor det symbolske, flertydige. Herefter er det symbolet og metaforen i psykoterapi, der står i centrum. Her kommer artiklen ind på metaforens kropslige forankring og i forlængelse heraf diskuteres forskellen på symptom og metafor. I afsnittet Den terapeutisk metafor reflekteres over forskellene på slidte/døde metaforer og levende metaforer, der har den overraskelseseffekt, der er nødvendig for at skabe en emotionel indsigt. Artiklen afsluttes med et afsnit om metaforens effekt samt den terapeutiske holdning i forbindelse med den »symbolske attitude«.

## De to sprog

Et sprog kan beskrives som et system af *tegn* (eller symboler). Tegnet består af et udtryk/signifiant, der står i et arbitrært forhold til et indhold/signifié. Det er en konvention, at ordet hund refererer til et dyr med poter etc. Der er intet hundeagtigt ved ordet hund. Et sprog kaldes sædvanligvis for præcist, hvis der er et entydigt forhold imellem udtryk og indhold. Gælder det imidlertid, at samme udtryk kan referere til forskellige indholdskategorier har vi et mindre præcist, konnotativt sprog. Lad mig karakterisere de to sprogtyper lidt nærmere:

(1) Et entydigt, lineært, kausalt sprog, der sigter imod en teknisk udvendig beskrivelse – et sprog, der i sin ideelle stræben refererer til en ordnet verden, behersket af forudsigelige love. Det er positivismens sprog, hvor et begreb entydigt refererer til en del af verden eller til et veldefineret sæt af begreber.

Dette sprog er knyttet til sekundærprocesserne – de bevidste realitetsorienterede processer, der befinder sig på en højere mental orden end primærproces aktiviteten. Nunberg (1955) anfører i sin analyse af sekundærprocesserne, at de betyder »the elaboration of a chronological succession in representations, the finding of a logical correlation, the filling of isolated gaps, and the introduction of the casual factor«.

Sekundærprocesserne finder sit reneste udtryk i den logisk deduktive tænkning eller det *videnskabelige sprog*.

Det entydige sprog er i vores kultur det basale sprog – i betydningen det sprog vi rekurrerer til, når den teknologiske rationalitet trænger sig på med sit behov for analyse og kontrol.

(2) Det andet sprog er poesiens, kunstens og drømmenes sprog. Det er her symboler, metaforer og billeder hører hjemme. Det andet sprog er karakteriseret ved at være flertydigt – et indhold har flere udtryksformer. Det andet sprog er sanskonkret (versus abstrakt), og når det andet sprog

fungerer bedst er det legende, generativt, åbent og associationskabende. Med sin konnotations-rigdom er det i højere grad et følelsernes sprog, hvorfor blandt andre Aristoteles peger på, at det er uegnet til »videnskabelig brug«.

Det andet sprog er formidler af den ikke-begrebsliggjorte erkendelse, af intuitionen og det omskrevne, og som sådan knytter det sig til primærprocesserne og det ubevidste – »there is a direct connection between metaphorical language and the primary process« (Siegelman 1990, p. 12).

Ifølge Nunberg (1955) er primærprocesserne udtryk for en ubevidst mental aktivitet, der karakteriserer de tidligste udviklingsfaser. Efterhånden udvikles sekundærprocesserne som led i realitetsorienteringen, men i personlighedens arkaiske lag dominerer primærprocesserne fortsat.

Nunberg fremhæver, at primærprocesserne dynamisk er karakteriseret ved 2 funktioner: Forskydning og fortætning. Dette betyder, at et element for eksempel i en drøm kan stå for flere forskellige ting (et udtryk kan have flere forskellige indhold) – eller stå for noget andet end det umiddelbart giver sig ud for. De samme mekanismer – forskydning og fortætning – er centrale i dannelsen af metaforer og symboler (jvf. nedenfor).

I vores kultur er vi fremmede overfor det ubevidste sprog – i hvert fald i vores dagligdag. Det symbolske, det flertydige har ingen naturlig plads i den teknologiske verden, hvor forudsigelighed og rationalitet er nødvendig. Derfor henvises det andet sprog, som Erich Fromm kalder for »det glemte sprog«, til børnenes, de psykisk syges og religionens og kunstens verden. Kort sagt: til den uberegnelige og utilregnelige verden, det vil sige til ikke-integrerede reservater.

Som noget fremmed for vores dagligdag bliver det symbolske sprog både devalueret (som alt andet der trives i det ikke-produktives sfære), men også gjort til genstand for en ærefrygt som Kunstens sprog.

Det symbolske sprog er imidlertid ikke specielt fint eller subtilt på nogen måde. Vi bruger alle dette sprog uden at vide af det, for eksempel i ritualiseret form, når vi giver den elskede en rød rose som *symbol* på kærligheden, når den hvide brud med slør får sat en ring på fingeren som symbol på ægteskabet, eller når vi siger, »jeg føler mig tung om hjertet« eller det modsatte »jeg svæver på en lyserød sky«.

De to sprog – eller holdninger til sproglige ytringer – skal ses som ekstreme positioner i et kontinuum. Der er ikke tale om et enten/eller, men om en glidende overgang, hvilket ganske svarer til, at vores sprog konstitueres af såvel primær- som af sekundærproces aktivitet.

## Sprog i psykoterapi

Når psykoterapeuten lytter til patienten får han uvilkårligt indtryk af patientens »kognitive stil« og evne til at lege med sproget, der igen udsiger noget

om kreativitet og adgang til det ubevidste. For eksempel fremfører den kompulsive neurotiker hyppigst sine klager i et denotativt, entydigt sprog, der er bundet sammen af logiske, kausale kæder. Patienten, med en narcissistisk personlighedsforstyrrelse eller borderline struktur, har sædvanligvis langt lettere adgang til det ubevidste og bruger derfor hyppigt mange billeder, metaforer og symboler og kan derfor have en lethed i sproget, der tidvis kan gøre hans/hendes sprog til en ren fornøjelse. Endelig er der den skizofrene patient, som på det ekspressive niveau præsenterer neologismer, formelle tankeforstyrrelser og hyppigt en stor forsigtighed med talrige forbehold, og på det impressive niveau en konkret, bogstavelig opfattelse – for eksempel: Terapeut: »Brændt barn skyr ilden«. Skizofren patient: »Jeg kunne aldrig drømme om at brænde børn; du har en modbydelig tankegang«. (Ovennævnte er blot eksempler. En mere kompleks sproganalyse skal jeg ikke kaste mig ud i her).

Terapeutens eget sprog er en stærk dynamisk faktor. Netop fordi psykoterapi er en verbalisering af ubevidste konflikter – »en italesættelse« – fremtræder terapeuten med sine sproglige interventioner både normgivende, men også egentligt sprogligt konstruerende. Især i forhold til jeg-svage patienter med prædipale konflikter får terapeuten ofte til opgave at give sprog, at benævne, i og med at han ofte får funktionen som »auxiliary ego«.

Som nævnt beskriver Winnicott (1971) psykoterapi som en aktivitet, der udvikler sig i et *overgangsområde*; som en »leg« og en fælles etablering af et symbolsk univers mellem patient og terapeut. Han lægger vægt på det kreative og fremhæver, at den terapeut, der ikke er i stand til at lege »is unsuitable for the work«, og kan patienten ikke lege, så må energien initialt sættes ind på dette; først når patienten er i stand til at lege »psychotherapy may begin« (p. 54).

Psykoterapiens kreative leg består i etablering af symboler, der på en og samme tid står for fænomener i den ydre verden og for fænomener hos det enkelte menneske (patienten). At bruge symboler, billeder, metaforer er ifølge Winnicott et middel til kontakt med den indre psykiske virkelighed. Og det er det blandt andet, fordi symbolet og metaforerne er åbne for projektioner, fortolkninger eller associationer – både patient og terapeut er med til at skabe betydningen, hvilket er en afgørende forskel fra det denotative, kategoriserende sprog, hvis betydning er entydigt givet. Symbolet/metaforen er i stand til at bygge bro – ikke bare imellem terapeut og patient, men også mellem det bevidste og det ubevidste, primær- og sekundærproces, fortid og nutid, og herved kan det sproglige billede være formidler af empati og containment, der er alliance- og ressource-mobiliserende elementer i psykoterapien.

Oliver Sacks (1984) citerer Novalis: »Every decease is a musical problem, every cure is a musical solution« (p. 137). Sprogets musik ligger i billedet, symbolet og metaforen.

## Metaforer og symboler

### Metaforer

Et karakteristikon ved primærprocesserne er anvendelse af forskydning og fortætning. I drømmen kan en person udskiftes med en anden (forskydning), eller forskellige personer kan forenes i én gestalt (fortætning). Disse og lignende processer skaber de udtryksmæssige forskelle på den manifesterede drøm og det latente drømmeindhold.

De samme mekanismer er på spil i metaforer. Ordet er af græsk oprindelse og betyder *overføring eller overbæring af betydning fra en sammenhæng til en anden*. Der må derfor være en række egenskaber til fælles for de to betydningsområder som metaforen fører sammen. En metafor kan blive til over alt, hvor vi oplever lighed eller slægtskab mellem to fænomener (Nielsen 1990, p. 159).

Nielsen anfører, at metaforens billedområder overfører betydning til hinanden. De to billeder kommer til at overføre styrke til hinanden – de »avler livligt med hinanden« og skaber en ny, pågående betydning.

Hvad siger en patient til mig, når hun taler om »den terapeutiske livmoder«? Eller: »Terapien her er min ugentlige eksamen«, eller: »Jeg kan godt lide at være i gruppen her, vi spiller Sorteper, men med åbne kort«. Jeg kunne nævnte utallige eksempler på, hvorledes patienter gestalter deres psykoterapi eller relation til terapeuten med billeder, metaforer eller symboler, der bringer lys over deres egentlige opfattelse af den terapeutiske proces. Hvordan er den amerikanske psykiater i øvrigt kommet til at hedde »a shrink«?

### Symboler

Som bekendt består den psykoanalytiske metode i patientens frie associationer. I sit arbejde med at tolke drømme opdagede Freud efterhånden, at han ofte stødte på elementer i drømmeindholdet, hvor drømmerens associationer udeblev. Dette bragte ham på sporet af de egentlige symboler, som han har beskrevet i *Drømmetydning* (Freud 1900). Det er vigtigt at understrege, at indirekte fremstillinger – metaforer, billeder og lignende – ikke er symboler i psykoanalytisk betydning. Et symbol er karakteriseret ved, at det som symboliseres er ubevidst – det vil sige resultatet af en fortrængningsproces. Symbolet har således altid et ubevidst indhold, der aktivt holdes borte fra bevidstheden. Ligesom i drømme er der i symboldannelseprocessen en censurinstans – det, der ikke kan udtrykkes direkte må udtrykkes indirekte. Freud (1900) advarer imod at fortolke symboler for håndfast og anbefaler, at man hovedsageligt støtter sig til drømmerens associationer samtidig med, at man forsigtigt forsøger at formulere en symbolforståelse.

I den tidlige psykoanalyse synes der at have været en erfaring for, at symboler refererer til relativt få »ubevidste forestillinger«. Dette betyder, at fortolkningen af symboler fremstår med en »deprimerende monotoni«, som Jones (Jones 1916) udtrykker sig. Er symboler udtryk for et nedarvet,

ubevidst grundsporg? Eller opstår symbolerne som følge af nogle fundamentale, fællesmenneskelige erfaringsområder?

C. G. Jung står for det første synspunkt. Med sine teorier om arketyper taler han netop om nedarvede, kollektive symboler, der manifesterer sig uafhængigt af den enkeltes livserfaring og oplevelser af verden.

Erich Fromm, derimod, opfatter symboler som ydre udtryk for indre oplevelser. Symboler er ikke medfødte, men har rod i menneskets oplevelsesmasse. Han skelner imellem:

1. det *konventionelle* symbol, der anvendes i sproget. Jvf. at der ikke er noget hundeagtigt ved ordet hund.
2. det *tilfældige* symbol er personligt knyttet til et enkelt individ. Bestemte oplevelser i en by kan give denne en bestemt emotionel farvning, og når personen næste gang drømmer om denne by kan byens navn stå som personligt symbol for denne følelse.
3. De *universelle* symboler er tegn, der er fælles for alle mennesker. Her eksisterer der et mere direkte iagttageligt forhold mellem symbolet og det, der repræsenteres. Fromm bruger ilden som eksempel på et universelt symbol – den giver en fornemmelse af energi, lethed, bevægelse, kraft, og vil således opfattes symbolisere varme, liv og glæde. Men tænker man på for eksempel ildebrand vil den fysiske oplevelse af fænomenet ild være helt anderledes, og symbolbetydningen går i retning af magt og destruktion.

Fromm understreger gang på gang, at det aldrig er forsvarligt direkte at oversætte et symbol, fordi der er kulturelle og individuelle forskelle med i billedet. Han illustrerer denne pointe ved at analysere de »store symboler« som jord og vand, der hyppigt associeres som »altings oprindelse« (Fromm 1951).

Hvor Fromm advarer imod entydige symboludlægninger – oversættelser – så bliver Jones (1916) ofte nævnt som eksponent for det modsatte. Hans grundlæggende opfattelse er, at symboler *altid* udspringer af ubevidste ønsker, der må opgives og fortrænges på grund af intrapsyriske konflikter. Det fortrængte ønske udtrykker sig på symbolsk vis. Essentielt i denne sammenhæng er hans opfattelse af, at »a symbol has a constant meaning. Many symbols can be used to represent the same repressed idea, but a given symbol has a constant meaning which is universal«.

Bag Jones' opfattelse ligger en antagelse om, at et symbol kan »oversættes« til et entydigt sprog, hvilket kan ses som et udtryk for angst for det tvetydige – og i hvert fald en uempatisk »kultivering« af det åbne, ekspressive og kreative. – Det skal anføres, at Jones skrev sin hyppigt citerede artikel om symboler for at markere det psykoanalytiske syn på symbolisering overfor Jungs opfattelse. Ved at fastholde den jones'ke opfattelse vedligeholder man dels en forestilling om det ubevidste som en parallel til det bevidste lag i psyken, dels ligger der i hans holdning en antagelse om, at primærpro-

cesserne er regressive og patologiske, hvilket specielt Charles Rycroft (1979) har opponeret imod. Rycroft har påpeget, at dette er forkert i forbindelse med den musiske anvendelse af symboler og metaforer. Han anfører, at »symbolization is a general capacity and propensity which creates metaphors when used consciously and dream-images when occurrent while dreaming« (p. 75).

Andre forskere, blandt andet Winnicott, som jeg tidligere har refereret til, opfatter evnen til symbolisering og kontakten med primærprocesserne som en endda overordentlig værdifuld egenskab. Symboler og metaforer får da status af overdeterminerede betydningsmæssige fortætningspunkter, der ikke blot har »tilsløringskarakter«, men også en egen betydningskaben-de funktion.

### Metaforens kropslige forankring

Ifølge Lakoff og Johnson (1980) »konstruerer« vi vores verden ved hjælp af vores begreber. Metaforen er ikke »pynt« på sproget, men snarere udtryk for noget grundlæggende i sproget. De har identificeret en række basale metaforer (for eksempel »livet er en rejse«, »døden er en destination«, »tiden er udtryk for forandring« og lignende), som vi nødvendigvis behøver for at begribe en række basale menneskelige oplevelser. Metaforene udtrykker på *konkret* vis oplevelser, der er abstrakte: »It gives flesh and blood to the abstract and theoretical« (Siegelman 1990). Metaforen har ifølge Siegelman sine konkrete udtryk fra det lille barns helt tidlige erkendelsesmåder. Hun refererer dels til Piaget, der har beskrevet den senso-motoriske erkendelse som den grundlæggende, dels til Freud, der i 1923 har beskrevet det tidligere Jeg som »først og fremmest et krops-jeg«. Dette betyder, at tidlige kropslige erfaringer er basis for metaforen som erkendelsesform – metaforens kropslige forandring ligger således tæt på Fromms opfattelse af symboler.

Dette synspunkt er mest radikalt formuleret af den britiske psykoanalytiker, Ella Sharpe (1968), der anfører, at »just as in the study of language we find that no word is metaphysical without its first having been physical, so our search when we listen to patients must be for the physical basis and experience from which metaphorical speech springs« (p. 156). Efter hendes opfattelse har *enhver* metafor sit udspring i en psyko-fysiologisk oplevelse, og således er det de tidlige kropslige oplevelser, der former matrixen for de senere sproglige billeder – et synspunkt der i sin essens næppe er forkert, men som i Sharpes radikale udlægning kommer til at virke reduktionistisk. Sharpe har for eksempel en patient om hvem hun ved, at vedkommende blev pludseligt og brutalt afvænnat fra brystet. Sharpe mener da at kunne relatere patientens senere voldsomme metaforiske udtryk (for eksempel at blive kasseret, kastet væk) til den tidlige oplevelse. – Arlow (1979) har



kritiseret Sharpe for denne adynamiske, reduktionistiske opfattelse af baggrunden for evnen til metaforisk, billedlig tale.

### Symptom som metafor

Ovenfor er beskrevet, hvorledes symboler og metaforer har rødder i konkrete, kropslige oplevelser. Specielt det lille barns senso-motoriske erkendelsesarbejde og barnets kropslige adskillelse af »selv fra ikke-selv« ligger som en klangbund i det billedlige/konkrete udtryk af psykiske forhold.

»A symptom is a metaphor in which flesh or function is taken as the signifying element«. Ordene er Lacans (1977) og de rammer præcist rationalet i psykoterapi: Ved at tale om de psykiske problemer bringes patienten til at skabe metaforer ud af symptomer. Acting-out erstattes af indsigt – kroppens udtryk erstattes af det verbale.

Wright (1976) har sammenfattet forskellene på symptom og metaforandelse:

- »1. Both symbolic structures (metaphor and symptom) present one thing in the semblance of another; but whereas the symptom conceals and leads to a restriction of view, metaphor reveals and leads out to new vision.
2. The symptom is a wordless presentation of an unnameable dilemma – an abortive metaphor that stops below the level of speech.
3. Metaphor is a product of an ego that is going towards a problem and attempting to grasp it. The symptom is a product of an ego that is turning away from a problem and refusing to see it. Whether symptom or metaphor arises depends on the attitude of the ego that is confronted with the problem.
4. The undoing of a symptom is in part the creation of metaphor from symptom.

Where id was there shall ego be.

Where symptom was there metaphor shall be (p. 98).«

Følgende kliniske vignet er et tydeligt eksempel på, hvordan et enkelt, veldefineret symptom kan ses som en metaforisk fremstilling af patientens aktualiserede konflikt:

Patienten er en 25-årig kvinde, der henvises under diagnosen kleptomani. Om sin opvækst fortæller hun, at hun har levet et omskifteligt liv uden følelsen af fast sikkerhed og tryghed. En grundlæggende følelse af usikkerhed er blevet aktualiseret i forbindelse med en flytning fra provinsen til København, hvor hun er begyndt at stjæle i stormagasiner. Patienten

beskriver, hvordan hun bliver rastløs, anspændt, medens hun føler en stærk trang til at stjæle en bestemt vare. Når hun har taget den pågældende vare, føler hun dyb ro, afslappelse og velvære.

I den terapeutiske rekonstruktion af patientens liv fremgår det, at hun på enhver måde har søgt efter tryghed og sikkerhed – og ikke mindst kærlighed. Hun bliver i stand til at se symptomet – kleptomani – som en symbolsk måde for hende at stjæle »det hun ikke har«: Kærlighed og tryghed. De pågældende varer får karakter af overgangsobjekter for hende.

I ovennævnte vignet er det evident, at indsigten i symptomets/sybolets betydning fjerner symptomets magt. Det, der bragte hende til at forbinde den kognitive indsigt med en affektiv, var, da vi talte om hendes datters bamse – et klassisk overgangsobjekt – der på en gang repræsenterede noget ydre og noget indre. Patienten kunne da se, at hun på samme vis forsøgte at skaffe sig en trykghedsgivende »bamse« ved at stjæle.

### Terapeutiske metaforer

Som antydnet ovenfor er intellektuel indsigt i psykoterapi aldrig nok. For at skabe en intrapsykisk forandring må indsigten forbindes med affekter. Den golde, intellektuelle indsigt kan endda forstærke patientens forsvar – hvilket i nogle tilfælde kan være på sin plads for eksempel i behandlingen af dårlige grænsepsykotiske patienter.

Ofte opstår den emotionelle indsigt som en »aha-oplevelse«. Patienten kan måske reagere med at få ondt i maven i forbindelse med et bestemt tema og medens han/hun reflekterer over dette, kan den emotionelle indsigt pludseligt komme: »Hvorfor har jeg dog aldrig set sådan på det før?«.

Denne form for liv i psykoterapi kan blandt andet fremmes ved hjælp af udviklingen af metaforer og symboler, fordi disse kan nå sindets dybder uden at forstyrre overfladen – »... the image has touched the depths before it stirs the surface«. Sådan hedder det hos Bachelard – her citeret fra Cox og Theilgaard (1987), der bruger citatet gentagne gange i deres enestående bog om metaforer i psykoterapi.

Metaforen kan enten genereres af patienten selv eller af terapeuten. Bedst er det, hvis begge har kapacitet til at »lege med metaforerne«, således at der kommer en symbolsk klangbund i samtalen.

Nedenfor er et eksempel på, hvordan et billede skabt af patienten blev grebet af terapeuten, der brugte det til at berolige patienten, hvilket initialt fandt sted på et ubevidst plan hos hende:

Patienten fortæller til sin »nye terapeut«, der netop er blevet ansat på institutionen og derfor blot har haft få samtaler med hende, at hun er

bange for at gå et bestemt sted i byen, hvor hun ved, at fremmedarbejderne holder til. Hendes angst går især på, at »fremmedarbejderne vil påvirke hende«. Patientens ængstelse for de fremmede gælder utvivlsomt også ængstelsen for, hvordan den nye terapeut vil påvirke hende. Terapeuten responderer på patientens fremstilling ved at formulere, at de fremmede ikke kan påvirke hende før de kan tale hendes sprog. Senere i den langvarige terapi vender patienten flere gange tilbage til denne dialog, hvis betydning hun først senere fik blik for.

Wright (1976) skelner imellem 3 typer metaforer i psykoterapi:

1. Den *levende* metafor, som har kontakt med følelsesladede billeder. Han kalder det en integreret metafor.
2. Den *blege* metafor, som ikke har den samme følelsesmæssige forbindelse. Imidlertid siger det noget om patientens forestillingsverden og personlige billeder; i en symbolsk dialog med terapeuten kan de have en terapeutisk effekt.
3. Endelig taler han om de *konventionelle*, »faded« metaforer, som ikke har nogen egentlig personlig betydning.

Den terapeutisk effektive metafor – »the mutative metaphor«, som det hedder hos Cox og Theilgaard, formår at skabe noget nyt, »at avle betydning« eller »calling something into existence that was not there before«. Det sidste er Heideggers ord (op. cit.).

Bortset fra den terapeutisk effektive metafor består sproget af en lang række slidte metaforer, der har mistet sin friskhed, sin overraskende betydning og derfor sproglige nyskabelse. Mange af disse har fået en tilvant betydning (for eksempel at være humørmæssigt »højt oppe«, føle sig »sat ud på et sidespor«). Selv om disse slidte metaforer og billeder ikke har det liv, som de måske en gang har haft, så er det ikke umuligt i den terapeutiske situation at bruge dem. Dels giver de nogle oplysninger om patientens billeddannelser og selvforståelse, dels kan de gøres levende for eksempel ved, at terapeuten spørger på det konkrete senso-motoriske niveau (for eksempel »hvor fører hovedsporet hen?«), der bringer patienten til at associere over sine egne billeder. En stor del af det psykoterapeutiske arbejde består netop i at gøre implicite metaforer eksplicite.

Siegelman (1990) har beskrevet, hvad der efter hendes opfattelse karakteriserer den terapeutisk effektive metafor.

- »1. They are used infrequently rather than as stock-in-trade, so that their »surprise value« does not get attenuated.
2. They are calibrated to the degree of directness a patient can tolerate and take in at that particular time.
3. They are synoptic, embracing both impulse and defense.

4. They are synchronic, bringing together past and present as relived in the transference.«.

Det vigtige er overraskelsesmomentet, det umiddelbare, som kan skabe »aha-oplevelsen«. Desuden peger hun på, at metaforer må være så direkte som patienten kan tolerere – det vil sige have så konkrete referencer som patientens aktuelle tilstand tillader. Er referencen til patienten for specifik vil patientens forsvar provokeres med risiko for, at patienten vil afvise interventionen. Er metaforen imidlertid åben for patientens tolkninger og projektioner vil den virke mindre angstprovokerende. De sidste to punkter vedrører metaforens bro-funktion – »bridging-function« – mellem nutid og fortid, mellem bevidst og ubevidst, mellem forsvar og impuls og mellem intellekt og følelser.

### Metaforens effekt

Inden for børneanalysen har man i mange år arbejdet med symbolske og metaforiske strukturer. Legeterapien er et udtalt eksempel på, hvordan plysbamser og dukker bliver bærende af barnets indre liv og verdensopfattelse – eller om man vil: Bliver bragt til live at barnets projektioner.

En af de smukkeste og mest inspirerende arbejder om den »symbolske dialog« er Bruno Bettelheims beskrivelse af de klassiske folkeeventyr som billedlig fremstilling af barnets intrapsyriske liv. Ved at høre en symbolsk, indirekte forestilling, der strukturelt, men ikke konkret ligner barnets egen situation, bliver barnet i stand til at projicere sine konflikter ind i fortællingen og få dem bearbejdet der. Folkeeventyrene tematiserer nogle af de mest smertelige forhold i den tidligere barndom – afvisningen af Hans og Grethe, Snehvides »ødipale mor«, Askepots søskende-rivalisering etc. – Disse eventyr antages at virke udviklingsfremmende for barnet, dels fordi det altid går godt, men også fordi de tillader barnet at komme i kontakt med ubevidste fantasier: »The child fits unconscious content into conscious fantasies, which then enable him to deal with that content« (Bettelheim 1975).

En væsentlig del af den metaforiske, symbolske tale består netop i en kontakt med det ubevidste. Ved at gestalte sin intrapsyriske verden – eller se den gestaltet – på en måde der strukturelt, men netop ikke konkret ligner den, får vi mulighed for at komme i kontakt med de ubevidste fantasier, som Bettelheim så indgående har beskrevet det. I og med, at metaforen og det symbolske er flertydigt, sansekongret og åbent, tillader det projektion af ubevidst materiale. I den terapeutiske metafor hører patienten det, som han/hun vil høre – metaforen mobiliserer og frigør effekter som ligger latent hos patienten. Metaforens betydning opstår først i mødet med patientens indre verden som giver den liv.

Ovenfor har jeg flere gange omtalt metaforens »brobygger funktioner« – »bridging function«. Netop broen er det centrale billede, når talen er om metaforer. De metaforiske udtryk bygger bro imellem den intellektuelle, kognitive opfattelse og affekterne, fordi den integrerede metafor skaber en »aha-oplevelse«, der kaster nyt lys over psykisk materiale, der måske i forvejen er bekendt. Brobygningen imellem det konkrete og det abstrakte, det kropslige og det psykiske bliver af flere forfattere (for eksempel Allegro 1990) paralleliseret med metaforens evne til at aktivere såvel primærproces som sekundærproces aktivitet. I og med at metaforen anvender sansekongkrete billeder, griber den tilbage til en arkaisk, kropslig erkendelsesform, der stadigvæk er aktivt strukturerende i menneskets liv. Endelig formår metaforen at skabe en brobygning imellem de to funktionelt asymmetriske hemisfærer. Hvor venstre hemisfære antages at bearbejde verbalt, analytisk, abstrakt og rationelt, så bearbejder højre hemisfære konkret, intuitivt, spatielt og præverbalt. Skønt der til stadighed er et »samarbejde« imellem de to hemisfærer, så vil det billedlige udtryk – metaforen – antagelig påkalde sig speciel opmærksomhed i og med, at det i sin form og struktur appellerer til begge hemisfærefunktioner (jvf. desuden Cox og Theilgaard 1987, p. 200 f.).

Udover den terapeutiske effekt, som jeg har beskrevet oven for, har metaforen en elementær musisk kraft. Æstetikken i det levende sprog hører ikke kun hjemme i forbindelse med poesi, men også i dagligdagen – ligesom den »symbolske attitude« kræver *sit* øre, så fordrer den »æstetiske attitude« sit.

## Den terapeutiske holdning

Hvad kræver den »symbolske attitude« af terapeuten?

»The psychoanalyst's skill in interpreting a presentation depends upon his sensitivity to the possibilities of metaphor, his responsiveness to resemblance and particularly his readiness to perceive the unexpected similarity, and his capacity to detect patterns, arrangements, and significant form« (Edelson 1975, p. 84). Edelson anfører sensitivitet, evne til at se ligheder, opdage mønstre etc. som en forudsætning for det terapeutiske arbejde. Winnicott (1971) fordrer evnen til at »lege« (jvf. ovenfor) og i begge krav til terapeuten ligger, at denne må være i kontakt med de musiske sider hos sig selv (jvf. også Casement 1987).

At arbejde med det musiske sprog, med metaforene og symbolerne i psykoterapi, er emnet for Cox og Theilgaards bog *Mutative Metaphors in Psychotherapy*. De har udviklet en speciel metode, som de kalder *The Aeolian mode*, der handler om at tune sig ind på den enkelte patients indre bevægelser. Bogens undertitel refererer til vindharpen, æolsharpen, som ophængt i et træ spiller musik ved at vinden rører dens strenge. På samme måde skaber patientens historie resonans, associationer og følelser hos den

receptive psykoterapeut, der hermed får et instrument for registrering af patientens tilstand. Ved at bruge patientens billeder og metaforer i sine verbale reaktioner eller ved at inddrage det væld af musik materiale, der ligger i litteraturen, får terapeuten etableret den »symbolske attitude« og i bedste fald *musik*.

»Tommelfingerreglen« i The Aeolian mode lyder som følger:

»Attend. Witness. Wait.

Discern, formulate, potentiate, and reflect mutative metaphoric material.

Attend. Witness. Wait.«

Den »symbolske attitude« kræver således ikke den store aktivitet af terapeuten – men netop heller ikke passivitet. Siegelman (1990) anfører, at den »symbolske attitude« består i »Simply to be there«. Herved refererer hun til, at terapeuten mentalt må være til stede for patienten, kunne rumme patientens ytringer og lade dem virke på sig.

Efter mine erfaringer – herunder erfaringer med supervision – består det svære i den »symbolske attitude« blandt andet i at bære tilstanden af ikke-viden. Dette er formodentlig et generelt problem i al psykoterapi, men specielt i forbindelse med det terapeutiske arbejde med brug af symbolske, metaforiske strukturer må vi være i stand til at modstå fristelsen til at »oversætte« – det vil sige rekurrere til det tekniske, entydige sprog, som vi sædvanligvis betjener os af. Den »symbolske attitude« består således også i at være i empatisk kontakt med patienten, men i øvrigt lade det musiske, produktive univers i terapilokalet udvikle sig.

Anvendelsen af symboler og metaforer varierer naturligvis fra patient til patient. Visse patienter rummer en større evne til at arbejde med sprogets musiske udtryksformer (jvf. ovenfor). Ekstein og Wallerstein (1956) skelner imellem to anvendelser af metaforer.

1. Den ekspansive anvendelse af patientens metaforik med eventuelt en bearbejdning af det ubevidste materiale på et sekundærproces niveau. Denne anvendelse egner sig i arbejdet med bedre integrerede patienter.
2. I forbindelse med dårligt integrerede eller svært regressive patienter tilråder de en mere clear-cut symbolsk dialog. De taler om »interpretation within the regression«. Her er kort sagt ikke tale om en sekundærproces bearbejdning i den terapeutiske dialog. Et eksempel på denne holdning kan ses i min reaktion på patienten, der var bange for fremmedarbejdere/sin nye terapeut. – Ved at anvende den symbolske dialog i forbindelse med dårligt integrerede patienter, formår terapeuten at kommunikere til patienten, at han har hørt, hvad de fortæller ham, ligesom terapeuten kan komme i forbindelse med den ængstelige patient uden at komme skræmmende tæt på. Herved tillader metaforen en kommunikation med patientens ubevidste uden at afficere forsvaret.

Den »symbolske attitude« og anvendelsen af metaforer i psykoterapien er naturligvis ikke et mirakelmiddel. Der findes patienter, der ikke er i stand til at profitere af metaforer (for eksempel alexityme patienter). Et modoverføringsproblem består i, at terapeuten i den grad nyder at tale metaforisk, at han ikke fornemmer patientens modstand/manglende symboliseringssevne. Anvendelsen af metaforer må selv sagt tilpasses den enkelte patient og den konkrete situation.

I vores iver efter at indtage en »symbolsk attitude« bør vi heller ikke glemme, at »af og til er en cigar blot en cigar«. Sådan har den storrygende Freud – formodentlig med et både ironisk og selverkendende skuldertræk – hældt malurt i det hermeneutiske bæger.

## Afslutning

Anvendelsen af metaforer i psykoterapi – eller etableringen af en »symbolsk attitude« – udelukker på ingen måde den klassiske anvendelse af drømme. Som nævnt ovenfor er drømmene stadigvæk »kongevejen til det ubevidste«, og den kontakt kan ikke undværes i psykoterapi.

Skønt metaforen og symbolet har kontakt med det ubevidste, så er der en væsentlig forskel på den natlige drøm og den vågne kontakt til det ubevidste, som vi finder i anvendelsen af metaforer og symboler. Først og fremmest er metaforen og symbolet underlagt en højere grad af rationel, sekundærproces »redigering« end drømmen; og det er de, fordi de har en mindre privat karakter (end drømmen, der skabes når de højere kortikale processer sover). Drømmen kan ses som en meddelelse fra det ubevidste/id'et til det bevidste/egoet, der er sløret af censur-instansen, mens metaforen og symbolet bruges i interpersonel kommunikation transmitteret via overvejende sproglige strukturer.

Uanset, at vi får indblik i dele af patientens ubevidste selvbillede, relation til omverden, opfattelse af den terapeutiske proces etc., etc. via vedkommendes metaforer og symboler, så mangler vi den dybere indsigt i den ubevidste struktur, som drømmene kan give. Imidlertid er psykoterapi med vægt på drømmetydning en eksklusiv affære, som kun sjældent kan finde sted i de offentlige institutioner (for eksempel psykiatriske afdelinger), hvor psykoterapi sædvanligvis har en fokal karakter og ofte på et støttende, strukturerende plan. Her er der således ikke tale om de frie associationer og de dybe tolkninger af ubevidst materiale, men om en strukturelt set mere overfladisk tilgang, som i praksis udelukker en dybere, eksplorativ psykoterapi, hvor drømmene spiller en central rolle. Under de omstændigheder kan den »symbolske attitude«, metaforerne og symbolerne, spille en værdifuld rolle i kontakten med patientens ubevidste – netop fordi det symbolske materiale kan nå sindets dybder uden at forstyrre overfladen: »... the image has touched the depths before it stirs the surface«, som Cox og Theilgaard (1987) udtrykker sig med Bachelards ord.

I offentlige institutioner, hvor nedskæringer og ressourceknaphed betyder farmakologisk behandling, socialpædagogisk støtte og i bedste fald korterevarende, støttende og strukturerende psykoterapier, er det vigtigt at holde fast i den »symbolske attitude«, fordi den udgør et nødvendigt musiksk supplement til den tekniske rationalitet, der er naturvidenskabens.

#### REFERENCER

- ALLEGRO, L. A.: On the formulation of interpretations. *Int. J. Psycho-Anal.*, 1990, 71, 421-33.
- ARLOW, J. A.: Metaphor and the psychoanalytic situation. *Psychoanalytic Quarterly*, 1979, 48, 363-385.
- BETTELHEIM, B.: *The uses of Enchantment. The Meaning and Importance of Fairy Tales*. London: Thames & Hudson, 1975.
- COX, M. & THEILGAARD, A.: *Mutative Metaphors in Psychotherapy. The Aeolian mode*. London: Tavistock Publ., 1987.
- EDELSON, M.: *Language and Interpretation in Psychoanalysis*. New Haven: Yale Univ. Press, 1975.
- EKSTEIN, R. & WALLERSTEIN, J.: Observations on the psychotherapy of borderline and psychotic children. *Psychoanalytic Study of the Child*, 1956, 11, 303-11.
- FREUD, S.: *Drømmetydning*. København: Reitzel, 1966.
- FROMM, E.: *Det glemte sprog*. København: Reitzel, 1982.
- JONES, E.: The theory of symbolism. In: *Papers on psychoanalysis*. London: Bailliere, Tindall, & Cox, 1950 (opr. publ. 1916).
- LACAN, J.: *Écrits*. New York: W. W. Norton, 1977.
- LAKOFF, G. & JOHNSON, M.: *Metaphors We Live By*. Chicago: University of Chicago Press, 1980.
- LAPLANCHE, J. & PONTALIS, J.-B.: *The Language of Psycho-Analysis*. London: Hogarth Press, 1980 (opr. publ. 1967).
- NIELSEN, E. A.: *Livsbilleder*. København: Åbent Universitet, 1990.
- NUNBERG, H.: *Principles of Psychoanalysis. Their Application to the Neuroses*. New York: Int. Univ. Press, 1955.
- SHARPE, E. F.: An examination of metaphor. *The Psycho-Analytic Reader*. London: Hogarth Press, 1950, 273-86 (opr. publ. 1940).
- SIEGELMAN, E. Y.: *Metaphor & meaning in psychotherapy*. New York: Guilford Press, 1990.
- RYCROFT, C.: *The innocence of dreams: A new approach to the study of dreams*. New York: Pantheon Books, 1979.
- SACKS, O.: *A leg to stand on*. New York: Summit Books, 1984.
- WINNICOTT, D. W.: *Playing and reality*. London: Tavistock, 1971.
- WRIGHT, K. J. T.: Metaphor and symptom: A study of integration and its failure. *International Review of Psychoanalysis*, 1976, 3, 97-109.