

Fænomenologiske træk ved HÆMNING AF FØLELSER OG HÆMNINGSFØLELSER. 1.

Martin Johansen

Enhver har oplevet følelshæmning hos sig selv, og jeg ved da godt, at psykologisk-filosofisk, etisk set er oplevet hæmning i denne forstand et ældgammelt emne, uendelig meget ældre end et emne som fortrængning, for ikke at tale om »muskelpansring«, som min tekst bevæger sig udenom. – Tænk på et forfatterskab som Senecas, f.eks., eller på Ovids 'Remedia Amoris'. Og hvad med Odysseus der lod sig binde til masten, – eller Abraham i færd med at slagte sin søn, den elskede? For nu at komme længst muligt tilbage.

Men uanset 'enhvers' erfaring med dette fænomen og fænomenets ælde må jeg ind på livet af følelshæmning ved hjælp af nogle eksempler, når jeg først vil prøve at portrættere to typer følelshæmning, der viser interessante differencer.

Jeg har haft et gnistrende skænderi med min datter, som er i pubertetsalderen, – mens jeg er 58, bør jeg vel tilføje. (Lige for lige – og der kunne være mere at sige her). Hun er et vokabulært talent, og hendes *tour-de-force*'er, når et eller andet er os imellem, bæres af noget der emotivt opleves som virkelig furioso af mig, sønderrivende, piskesmældende. – 'Jeg vil ikke køre hende til stationen søndag aften – hun må tage bussen', var imidlertid det enkle udgangspunkt. Men hun fik ram på mig alligevel – på mit eget far-billede da jeg udfordrede *hendes* karakter og integritet. Det kunne jeg da også have ladet være med! Jeg blev virkelig gal.

Nogle timer efter skænderiet tager hun afsted til byen med en veninde. – *Farvel* far! Sådan ind gennem det åbentstående badeværelsesvindue, hvorfra jeg ser hendes ansigt over skulderen sende mig – ja, det *var* da et bønfoldende blik, ikke? Tonefaldet, tager jeg fejl? havde da noget i retning af: 'Lad os nu ikke være uvenner mere – elsker vi ikke hinanden? Jeg kan ikke lide at skilles fra dig sådan.'

Aldrig fik jeg konstateret, om jeg oplevede, hvad der faktisk sendtes mig. Det er også vigtigere her at beskrive den hæmning, der opstod, lige da denne afsked var ved at gå op for mig.

– Næh, den der ømhed hos mig, den forsoning, som hun anglede efter, kunne ikke bane sig vej. Jeg følte et tilløb, men noget i retning af en sort 'trods-membran', der fyldte hele mig fra hovede til lænd, – elastisk var den

også – trykkede dette pibrende tilbage. Hvis jeg skulle have sagt noget, måtte det vist være: – Næh, så let går det nu ikke, min fine ven! *Naget* var det, – naget ovenpå skænderiet –, der kværkede denne ømhed. En ting til. Jeg oplevede mig i føle-dynamikkens vold. Det var så afgjort mere noget, der skete med mig, end noget 'jeg udførte'. Jeg følte mig ikke rigtig mig selv, for kognitivt kunne der ikke gribes ind her, som der plejer at kunne i den basale, ret neutrale stemning, hvor jeg meget ofte er i emotiv henseende.

Men det allermest mærkværdige – og her er vi ved, hvad der er ment med titlens anden del: Nok siger jeg, naget kværkede en ømhed, der var på nippet til at bryde frem, men selve denne kværkning mærkedes som et følelsesforløb, hvor nag og kuet ømhed havde den mest ejendommelige liaison! Og det er noget sådan, jeg forstår ved *hæmningsfølelse*, – Hver gang jeg, i tiden efter hun var gået, kom til at genopleve forløbet, følte jeg dette her igen.

Ser man bort fra selve hæmningsfølelsen, så hæmmede følelse (nag) her et tilløb til følelse (ømhed), en følelse hos mig dæmpede den snigende appel til at føle noget andet, sendt mig af min datter. Et sådant forløb vil jeg gerne kalde '*emotiv hæmning*'.

'*Kognitiv hæmning*' opleves derimod f.eks. som følger:

Som universitetslærer eksaminerer jeg ikke helt sjældent. Nu sidder en kandidat foran mig, idet det er gået sådan, at mine spørgsmål og kritiske bemærkninger har bragt personen i skæbnesvangre vanskeligheder. Jeg selv mærker dette, og jeg mærker kandidaten mærke det. Der kommer da noget desperat over den ulykkelige, svarene på min udfritning begynder at gå på at generobre tabt terræn for enhver pris, skønt vi sagligt nu er et andet sted henne, hvad kandidaten ikke rigtig har lagt mærke til. Tårer i øjnene – jeg ser det pludselig – og schattering med febrerødt op over kinderne! Kunne der sendes mig en stærkere appel om medfølelse – og om 'nåde'? Jeg føler det emotive angreb på min forfærdelige nøgternhed – på min embedssaglighed, hvor det problem, jeg finder, en kandidat *skal* kunne belyse, beskæftiger mig så helt og holdent. Jeg er næsten kun 'tanke' her! og krav. Ængste-ærgrer mig måske over, at vi nu nok går i stå, føler også nok lidt skuffelse – hvis den vage emotive toning skal beskrives.

Den emotive appel fra kandidaten derimod gennes tilbage, lægges død med kognitive midler af typen: »Jamen, det skal han jo kunne svare på – vi kan da ikke give erhvervskompetence til viden på det niveau – jeg er simpelthen nødt til at stille det spørgsmål!« osv. En art indre tænketale, som jeg her har verbaliseret mere, end det faktisk sker, og som indgår i min modstand mod at føle det, som kandidaten appellerer til, – altså noget ganske andet end 'den emotive membran', jeg skrev om før. Ved den kognitive hæmning her 'blusser jeg slet ikke op' – fra et ret neutralt basal-niveau i emotiv henseende. Ved den emotive hæmning derimod 'blusser jeg' i forvejen emotivt.

Og når jeg hæmmer kognitivt, er der typisk denne ledsagefølelse, at jeg har styr på tingene, det er ikke dem, der kører med mig! – som ved

den emotive hæmning før.

Vel ude af eksamenslokalet er det mærkeligt pludselig at opleve medfølelsens frie løb uden lænke fra metier og dennes rationale. Kun mindelser fra dette farver forløbet. Og den nedslæde eksaminand føler også ofte, at der frit kan kommunikeres emotionelt med 'bøddelen' nu.

Andre tilfælde af *emotiv* hæmning forekommer følgende mig at være.

F.eks. en misundelses barrikadering af en misundts stimulering til at føle noget ganske andet end misundelse:

- Dagen oprinder, hvor den sejrende konkurrent til en akademisk stilling, som man selv attrår, vil holde en forelæsning. Mange er mødt op for at høre den, konstaterer man med ærgrelse, idet man selv træder ind i auditoriet. Den luer op, misundelsen, ved dette indtryk sådan at det, der herefter vil ske, altsammen relateres til det noget så parate nid. Kun med overvindelse registrerer den misundelige således, at den måde, taleren ruller det stof op, som var hans ærinde ikke er så ringe endda -. Og dog. Næh, hør nu, taleren vil også være vittig! Faktisk er den misundelige uforvarende ved at give sig over - ved at skulle til at le, men hans gustne hovedfølelse pt. indhenter ham i tide, og han stivner. Alle andre ler, stemmesmeld, et hav af stemmesmeld, hvor op af stikker ét umælende klipperev: Den misundelige kan ikke se det morsomme i sådan en lille billig vits. - 'Han prøver at charme, hva'?' - - Etc.

Atter spærrer 'den emotive membran'. Man er ulmede af nid, der dæmmer op for en misundts appellering til en humoristisk følelse, og den knægtelse af en latter under frembrud giver desuden en mærkelig hæmningsfølelse, hvor det kvalte skægge og misundelsen har fundet sammen i en pinagtig liaison.

Og sådan videre med atter andre eksempler på den emotive hæmning, som man kunne bringe her - og stille overfor kognitive hæmningsakter, der meget kan ligne den, vi gav eksempel på foroven.

Den kognitive hæmning tager sig imidlertid ikke altid ud som i eksamenseksemplet. Kognitivt at hindre følelsen kan nemlig forløbe som en transformering af den.

Hvis man som ungt menneske er til haveselskab sammen med en elsket, og den forbløffende bardus bliver skubbet til af en person, der er meget jaloux på én, - så man går omkuld på en bunke kompost, hvorpå man tager sig i det brus af raseri, der var naturligt, med et:

'Det var det, jeg sagde, jeg skulle have taget de gamle bukser på!' - henvendt til hjerterdame og andre vidner, så har ens tilløb til en vrede undergået metamorfose til noget nær en humor af den sorte slags.

Den skubbende forsvandt, og jeg var sikker på at have en førsteplads hos den fortryllende. Det hører med i billedet detteher. Jeg mener, ellers var der måske ikke blevet transformering -. Jeg regnede også med, at nogen ville le. Min egen indre munterhed tog i alt fald luven helt fra vreden, så for så vidt er det da følelse, der knægter følelse, men kun det sidste stykke af ve-

jen. Metamorfofosens start udgik fra en eller anden kognitiv 'instans', en 'buffer', med et billede fra skinne-verdenen, hvis natur det var, at jeg satte mig for ikke at miste styret på situationen, – som hvis jeg nu gav los for raseriet, og at jeg regnede med en gevinst ved at lave skæg i stedet.

Skud-hurtigt og kun bevidst i største sparsomhed foregår det her, udløsning af den nævnte transformering inklusive.

Noget ander er, at når man senere i enrum husker situationens start, kan man altid blive vred, 'bagtrappe-vred'! Mere stabil er den transformering næppe.

– Alt det skildrede vil man kende, det er gammelt, æld-, man kan finde det hos *Seneca*, som citerer Sokrates for blot at sige – engang man overfaldt ham med en lussing, da han bare kom spadserende – at det da også var for galt, at et menneske ikke kune vide, hvornår han skulle tage hjelm på, mens han gik en tur! ('Om vreden', 3. bog, kapitel XI). Og skønt en vis Lentulus spyer en fed spytklat lige i panden på den yngre Cato under en retssag, tør-rer vedkommende den af med ordene 'Jeg sværger overfor alle dem, der påstår, Lentulus, at du aldeles ikke er fræk, – de tager fejl!' (Ibid. 3. bog, kapitel XXXVIII). Uden at have fået talt med Sokrates og Cato Uticensis tror jeg, der er tale om en *metamorfisk hævning* helt på linie med mit mere anonyme moderne eksempel. En ansats til en vrede, der presser på i kraft af provokering, opfanges kognitivt og transformeres ganske til en underfundighed, som slipper fri og letter presset.

Og her har man alt i alt en temmelig anderledes kognitiv betvingelse af følelse, end den vi så i mit eksempel fra eksamen.

Måske kan metamorfisk hævning også gå en anden – eller flere andre veje. Nu jeg er ved Seneca, så siger han f.eks. i sin 3. bog om vreden, kapitel XXV, at den, der, når han kommer ud for plageånder, viser dem *foragt* i stedet for at vredes på dem, – tårner op over den almindelige hob. I 2. bog, kapitel XXXII strejfs der et tilsvarende subjekt. – Er dette måske ikke at 'hæmme vrede med foragt'? Ud fra eget kendskab til processen – der jo ikke kun er antikveret dynamik, går jeg ud fra, at en vrede virkelig maser på i Senecas eksempel, men den bliver underkuet, i og med den transformeres til foragt. – Ganske vist er forvandlingen til galgenhumor meget større end den til ringeagt. Denne sidste er dog ligesom vrede antagonistisk i sin tone.

– Eller tag *forestillelse*, når den skal være den hævning af en følelse, der ikke for alt i verden må lække, om så det er et væld, der maser på! Også denne kognitive tøjling forløber anderledes end den, hvor jeg vil undgå sympati med eksamenskandidaten.

Men der stemmer ikke derfor overens med metamorfisk hævning.

Lad os sige, jeg ved at runde et hjørne i en korridor uventet løber lige i armene på et menneske, som jeg afskyer inderligt, – ja netop dagen før har udspytet al min lede ved, i enrum ganske vist. Og se nu, hvor jeg hykler venlighed, – spørger til hans sidste bog, der er på trapperne, etc., – fordi *han*

spørger venligt til min trivsel. Og hvorfor dog? Når nu leden murrer vulkansk i undergrunden hos mig! Jo, desværre har netop denne mand størst indflydelse på tildeling af de penge, som jeg ikke kan få fra andet hold, og som skal gå til et projekt, jeg brænder for –.

Læg mærke til, hvordan det kognitive indgreb i det emotive forløb er anderledes end ved starten af en transformering til noget galgenhumoristisk.

'Så! – Det går ikke at tone flag!' er det umiddelbare judgement, egentlig uden ord, og glimthurtigt ledes opspringet af en afsky ind bag en kognitiv igangsat 'venlighed', 'imødekommenhed', men følelsen er simuleret kun. Ved metamorfisk hæmning før blev en følelse transformeret til en *ægte* anden følelse. Man føler sig jo lun ved at aflevere en underfundighed i stedet for at blive vred! Foragten *føltes virkelig*, når en vrede blev blokeret ved at skabes om til den. Sådan ikke med den forstillede følelse, som bekendt, og alt imens det falske føleri bliver presset frem, formår den ægte følelse stadig at pulse svagt 'i skyggen', ja at drage næring af, hvad situationen bringer: F.eks. 'Nej, hvor var det ledt sagt det der!' Det giver et sæt i den tilbageholdte følelse – imens man passer på at smile! Det kognitive indgreb er også større end ved den nævnte galgenhumor f.eks. Det består jo ikke bare i at starte en simulering, men også i hele tiden at lede den, som man tror, den bedst vil falde ud, samt at censurere, om den går så godt, som oplevelsen af 'offerets' reaktioner tillader at formode. Transformering derimod behøver bare blive sat i gang, 'så kan den selv'.

En ejendommelig form for hæmning, hykleriet.

– Og Seneca endnu engang, her med et sort eksempel, som man tror f.eks. kan have gentaget sig i de tyske udryddelseslejre under anden verdenskrig: Hykleri for at frelse liv. Forløbsstrukturen er omtrent som før, jeg viser næsten kun det samme ske, men med lidt andre følelser, unægtelig.

Scenen er det opulentest tænkelige selskab, hvor en gæst bekvemmer sig til at skåle lydigt med den mægtige person, han ved har sørget for, at gæstens søn blev myrdet samme dag! – Og som han ved er vidende om, at han – den nævnte far – er på det rene med alt.

Da faderen vidste om mordet, idet morderen inviterer ham, fik han ganske vist tid til at forberede sig på forstillelse i det hele taget. Men alligevel – skåle med den mand! Og hvorfor gik han dog derhen? Fordi det menneske, der skåler helt specielt med ham, er kejseren Calligula, han selv en romersk ridder. og han er far til en til søn.

For ikke også at miste ham, går den hele stimulering af beåret- og imødekommenhed, måske humør endda, i gang og danner skorpe over hadets magma, der har gengældelse i en eksplosiv affekt som egentligt mål. Læs Seneca, Om vreden, 2. bog, kapitel XXXIII.

– Kejseren lod faderens minespil bevogte, for han stillede en tjener hen, der skulle iagttage manden, mens han skålede med værten. En trækning, og den næste søn var myrdet, følte han.

– Det kan godt være følelse, der alarmerer til den *kognitive* foranstaltning: Simulering. Her en bankende frygt. En blegere beklæmmelse kan have udløst simulering i mit eget eksempel.

Igen følelse der dæmper følelse, men rigtignok via et egenartet mellemled!

– En følelse presser pludselig på, men laves ganske om.

En følelse maser på, men skjules med en anden, simuleret.

Sådan var de sidste to strukturer efter mit eksamenseksempel.

Vi kommer nu til den struktur, hvor en følelse, idet den presser på, bevinges med en anden, ægte, – igen formidlet kognitivt, om jeg ellers er i stand til at afgøre noget sådant.

På et banegårdsterræn i Frankrig ser man tyske soldater løbe om mellem vognstammer i 1944. En efter en tilfangetager de en rangør, en banearbejder, en fyrbøder, osv. De stilles op på række langs et lokomotiv. Tilfældige personer der skal dræbes, da 'la résistance' har saboteret banen nordpå. Kommandoråb: 'Læg an!' En stilhed som om natten, da de lige som efter fælles indfald tager hinanden i hånden, ofrene, mørke af konfrontering med endeligt. En salve.

Skønt jeg ikke selv har levet sådan noget som impliceret, set det, – følt det, blot på film, bruger jeg stoffet som eksempel, hvad man jo kan diskutere rimeligheden i. – Hvad er det, denne tagen i hånden gør ved angsten? Får den dukket. Omend ikke dræbt. At stå sammen får den bare dukket. Og det forholder sig jo næppe sådan, at mennesket med fortvivlet angst helt af sig selv får hjælp fra solidaritet, dvs. en anden følelse, der hæmmer angst. Forud må der gå en kognitiv funktion med gnistens far. 'Ja, hvad kan mindske presset?' – hvis man gav den ord, den angstudløste kognition tillige med dens løsning: 'Føl, din sidemand har brug for dig – tager imod dig, der har brug for ham! Og dette er der ingen rækkefølge i.

– Var der mon ikke også kognitive bindeled imellem angsten hos de første kristne, da man åbnede portene for løverne – og følelsen idet de sang for at knægte rædslen inde på arenaen?

1793: Da girondinerne Duprat og Mainvielle og da redaktør Girey-Dupré førtes til guillotinen på en kærre, sang de. Etc., etc.

Altsammen neddølling af en følelse ved hjælp af følelse af anden art, kognitivt forløst – såvidt nu jeg – formodende – kan efterføle dramatiske forløb, jeg aldrig ville få skrevet om i egenskab af impliceret, aldrig spurgt om i egenskab af vidne.

Jeg har udelukkende givet eksempler på, hvordan følelse, der skal til at springe op, bliver hindret, og på hvordan der synes at kunne skelnes mellem nogle spærringer, der alene udgår fra en følelse, som i forvejen dominerer én, og andre spærringer, der enten sættes i værk af noget kognitivt alene, synes man, eller, – omend følelse måske alarmerer til dem først, dog i det væsentlige fremmes af forskellige typer kognitive 'buffers', der på højst ejendommelig og varierende facon formår 'at holde hovedet koldt' på

én, snart idet de vækker, snart simulerer, ja konverterer til andre følelser end dem, der spærres for.

Om det altid er så enkelt, at man klart kan skelne mellem emotivt og kognitivt, når talen er om det at hæmme følelse i den skildrede forstand, vil jeg dyrke i et næste afsnit, hvor jeg også vil gå mere ind på emnet hæmningsfølelse og se på flere hæmningsformer. Jeg har således kun indledt fænomen-beskrivelsen af emotive hæmningstyper og vil gerne, når jeg sammenligner den slags hæmningsformer, diskutere vanskeligheder ved at afgrænse emnet 'hæmning'.

Studiet af oplevet interaktion mellem emotivt og kognitivt går på handlingens allervæsentligste dynamiske strukturer, – studiet af ubevidste forsvarsmekanismer ufortalt.

– Mærkeligt, at netop hæmning siger noget om følelsernes væsen.

Og jeg er stadig så naiv at tro, at beskrivelser også lokker for en psykofysiologisk forskning.

