

## MOBNING, PSYKISK LIDELSE OG SELVSKADE

Af Birgit Bonde<sup>1</sup> & Bent Rosenbaum<sup>2</sup>

*Formålet med artiklen er at analysere, hvordan tidligere erfaringer med mobning senere i livet kan antage selvskadende karakter. Artiklen resumerer den empiriske kvantitative forskning og analyser herefter semistrukturerede kvalitative interview med unge voksne, der er inkluderet i gruppeterapeutisk behandling. Empirien belyser, hvordan unge voksne forstår tidligere erfaringer med mobning i forhold til psykisk lidelse og selvdestruktivitet, og vanskeligheder med at adressere disse erfaringer i sociale sammenhænge. Artiklen undersøger med afsæt i et fænomenologisk og psykoanalytisk perspektiv, hvorledes tidligere erfaringer med mobning er associeret til dominerende, ofte ubevidste, stærke følelser af skam. Skamfølelsernes skjulte og diffuse karakter fører til både direkte og indirekte selvskade. Gentagelsesmønstre med selv-devaluering og oplevelser af eksklusion hindrer individets muligheder for at etablere interpersonelle relationer, der kunne bidrage til selvudvikling. Mobningens såvel retrospektive som prospektive virkninger søges belyst empirisk og teoretisk, hvor begreberne kompleksitet, traume, Nachträglichkeit, gentagelse og intersubjektivitet, får en bærende betydning. Artiklen belyser, hvordan den manglende itale-sættelse – i familie – og vennegruppen såvel som i terapi- yderligere kan bidrage til selvskadende adfærd.*

### Mobning som fænomen

Mobning kan defineres som en universel social dysfunktionel proces, hvor den, der mobber, og den, der udsættes for mobning, udgør symptomer i et dysfunktionelt miljø. Mobning er mere end en konflikt mellem to mennesker eller mellem et enkeltindivid og en gruppe. Mobning skal ikke alene adresseres hos individer, der enten er svage, passive ofre, eller hos aggressive, selvhævdende personer, der angriber. Mobning er i lige så høj grad et resultat af ubevidste processer i en kompleks gruppedynamik, hvor de kommunikative processer tager en aggressiv drejning, bliver destruktive og eskaleres i en *circulus vitiosus*, og hvor en reetablering af relationer gennem forsoning og reparation ikke finder sted.

1 Lektor, cand.pæd. psyk., tidligere ansat v/ Professionshøjskolen Metropol., Psykoanalytisk-psykoterapeut (IPP-Instituttet). Privatpraktiserende.

2 Dr.med., adjungeret professor, speciallæge i psykiatri, psykoanalytiker (medl. af Dansk Psykoanalytisk Selskab og IPA).

Mobning er et problem, der i de seneste år har tiltrukket sig stadig stigende opmærksomhed i offentligheden. Både politikere, skolemyndigheder og arbejdsmarkedets partnere, herunder i offentlige institutioner, har mobning på dagsordenen (Gullander et al., 2014; Kofoed & Søndergaard, 2009, 2013; Smith, Singer, Hoel, & Cooper, 2003; Einarsen, Hoel, Zapf, & Cooper, 2011). I de senere år er der desuden kommet fokus på den form for mobning, der foregår digitalt i cyberspace, hvor rundsending af private, intime beskeder og nøgenbilleder eskalerer gennem offentliggørelse og forårsager voldsom krænkelse og ydmygelse (BørneIndblik, 2016, p. 1; Rémond, Kern, & Romo, 2015; Kofoed, 2009, p. 99). Et grelt eksempel på, hvilken selvskadende effekt mobning kan have, fremkom i 2012, hvor en 12-årig pige, efter at nøgenfotos af hende var blevet rundsendt til tusinder, inklusive familie-medlemmer, blev udsat for yderligere mobning af såkaldte kammerater i skolen, som tvang hende til at drikke blegemiddel, mobbede hende pga. selvmordsforsøg, der ikke lykkedes, overfaldt hende og gennembankede hende i skolegården og råbte skældsord efter hende. Efter lang tids depression valgte Amanda via YouTube at forsøge at forklare verden, hvad hun var blevet udsat for, men så til sidst ingen anden vej ud af smerten end at tage sit eget liv. Selv efter hendes død fortsatte mobningen med cyberspace-statements som "this bitch deserved to die".

Nyere forskning har vist, at mobning har store konsekvenser langt ind i voksne menneskers

hverdagsliv (Kofoed & Søndergaard, 2013; Mathiassen & Viala, 2009; Henningsen, 2009), og forskning i unge og selvskade dokumenterer klare sammenhænge mellem mobning og selvskade (BørneIndblik, 2016). Mobning i sammenhæng med selvskade har oftere karakter af "*self-harm*" end "*self-mutilation*", hvor sidste kan defineres som et her og nu-kropsligt aftryk som en direkte effekt af den selvskadende handling. Kropslig mutilering kan også forekomme som effekt af suicidale handlinger, risikofyldt seksuel aktivitet, involvering i slagsmål; i disse tilfælde benævnes mutileringen som indirekte selvskade (Møhl, 2015, kap. 1).

Til trods for at forskning viser tydelige sammenhænge mellem selvskade og mobning, beskriver forskning ofte disse sammenhænge som "selvfølgeligheder" på linje med andre kulturelt betingede traumatiske hændelser (Vammen & Christoffersen, 2013). Selvom de ansvarlige (forældre, lærere, skole- og institutionsledere) tager afstand fra mobning som værende uacceptabelt, kan fænomenets kulturelle selvfølgelighed få den betydning, at man helt eller delvist undlader at udforske fænomenets dynamik, struktur og kompleksitet. Ikke mindst kompleksiteten spiller en afgørende rolle for den fremtidige udforskning af sammenhængene mellem mobning og selvskade. Den måde, individet betydningsætter og forstår tidligere og nuværende erfaringer med mobning i sammenhæng med selvskade vil – ud over personlige forudsætninger og private erfaringer – også være påvirket af, hvordan den omgivende kultur forstår og betydningsætter mobning. Hvorvidt og

hvordan individet internaliserer og bearbejder tidligere oplevelser i form af erindringsmateriale i sit nuværende liv, vil således være påvirket af kulturelle diskurser og de tabuiserede områder, som opvækstmiljøet inducerer. Alle disse faktorer er i spil i forbindelse med en dybereliggende forståelse af mobning som selvskaide fænomen.

## Forskning og paradigmer på området

Empiriske undersøgelser peger på, at en relativt stor andel af børn og unge er involveret i mobning – enten ved at de mobber andre, selv bliver udsat for mobning eller både mobber og bliver mobbet. Den begrænsede systematiske forskning, der findes om mobning i Danmark, består især i surveys blandt børn, enten som dele af andre mere omfattende sundheds-trivselsurveys, f.eks. Health Behaviour in School-aged Children, HBSC, og TrygFondens tryghedsmålinger, eller iværksat af offentlige instanser, som f.eks. Børnerådet og Dansk Center for Undervisningsmiljø, DCUM.

Teoretisk forskning på feltet og forskning i mobningens væsen og dynamikker har indtil 1998 stort set været fraværende i en dansk kontekst (Søndergaard, 2009). I 2007 bevilligede TrygFonden 11 millioner til et stort forskningsprojekt, eXbus (Exploring Bullying in Schools), der blev gennemført af et tværfagligt team på otte forskere ansat på Danmarks Pædagogiske Universitetsskole, DPU, med baggrund i psykologi, filosofi, jura, statistik og samfundsvidenskab (Kofoed & Søndergaard, 2009; 2013).

Internationalt findes der til gengæld en del forskning i mobning, hvor den mest fremtrædende forskning er gennemført inden for psykologi og pædagogik og med et individualistisk perspektiv på fænomenerne (Kousholt & Fisker, 2013). Ifølge Schott (2009) falder den primære internationale forskning på området inden for tre grundlæggende paradigmer: Det første paradigme er et, der primært ser mobning som en form for individuel aggression. Dan Olweus (1973, 1992, 1992) står for denne tradition, og hans forskning præger i dag store dele af den måde, vi opfatter mobning på i Skandinavien. Olweus fokuserer på intrapsyriske karaktertræk kombineret med vanskelige opvækstvilkår som forklaringsramme for fænomenet på såvel offer- som aggressorside. Den, der mobber, karakteriseres som en selvhævdende, aggressiv bølge med et heftigt temperament, hvorimod den person, der udsættes for mobning, beskrives som svag, usikker og vigende af natur.

Det andet paradigme ser mobning som en form for samfundsmæssig vold: “Mobning i skoler er i en vis udstrækning en formindsket udgave af volden i det omgivende samfund” (Farrington, 1993, p. 394). Denne tilgang fokuserer på samfundsmæssige årsager til volden – heriblandt socioøkonomiske faktorer og massemedierne. Paradigmet medfører i lighed med paradigmet om den individuelle aggression, at mobning stemples som en afvigelse fra en normal interaktion.

Det tredje paradigme ser fænomenet som udtryk for en dysfunktionel gruppedynamik: Kilden til de problemer, der *opstår* i klasseværelset, skal også *findes* i klasseværelset. Destruktiv gruppetænkning er udtryk for en dysfunktionel gruppedynamik, der i skolesammenhæng manifesterer sig via mobning (Rigby & Slee i Smith m.fl., 1999; Rigby, 2008).

### **Mobning som sammenhængende med selvskadende psykisk lidelse**

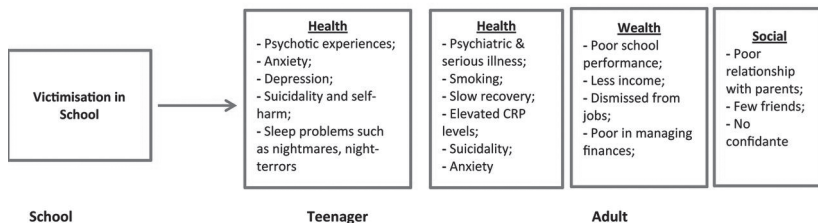
Forskningslitteraturen viser, at erfaringer med mobning i barndommen har negative konsekvenser, og at disse erfaringer kan bidrage til psykisk lidelse, ofte med en selvskadende dynamik (Sourander et al., 2015; Mathiassen i Kofoed & Søndergaard, 2013; Lund et al., 2008; Kumpulainen, 2000, 2008; Mebane, 2010; Wolke & Lereya, 2015). Mobning kan føre til psykiatriske symptomer, såsom psykosomatiske symptomer, angst, depression, forhøjet risiko for selvmordstanker og selvmord samt til kropslig selvmutilation (Wolke & Lereya, 2015; Takizawa, Maughan, & Arseneault, 2014; Bowes, Joinson, & Wolke, 2015; Hoel, 2004; Lund et al., 2008; Mebane, 2010; Sourander & Helstelä, 2000). Desuden fører mobning til mindsket selvfølelse og selvagtelse samt nedsat evne til at kunne koncentrere sig (Due, Damsgaard, Lund, & Holstein, 2009), forhøjet risiko for udvikling af problemer med ensomhed og vanskeligheder med at indgå i sociale relationer og fællesskaber (Bowes *et al.*, 2015; Hoel, 2004; Lund et al., 2008; Mebane, 2010; Sourander & Helstelä, 2000). Et nyere finsk langtidstudie konkluderer endvidere, at mobning i barndommen udgør den eneste enkeltstående faktor for senere i livet at udvikle depression (Sourander et al., 2015, *p.* 6). Kumpulainen har prægnant opsummeret mobningens omfattende ødelæggelse på følgende måde: “Sjældent forudsiger en eneste adfærdstype fremtidige problemer, som tilfældet er med mobning” (*ibid.*, *p.* 121).

I Henningsens (2009) statistiske analyse af sammenhængen mellem negative barndomserfaringer og risikoen for mobning viser en retrospektiv undersøgelse af den danske befolkning mellem 18 og 64 år, at der er en sammenhæng mellem negative hændelser i barndommen og en højere risiko for mobning. Derudover har seksuelle overgreb en selvstændig – og kraftig – sammenhæng med mobning, hvilket gælder for både for mænd og kvinder. Hvis man har været udsat for gentagne seksuelle overgreb i barndommen, næsten fordobles risikoen for at blive mobbet, mens forekomsten af enkelte seksuelle overgreb forhøjer mobberisikoen med næsten 40 %. I en undersøgelse af børn og unge med grænseoverskridende adfærd finder Strange (2006), at næsten alle har været udsat for mobning (Henningsen, 2009, *p.* 205). I en nyere undersøgelse af unges selvskade og spiseforstyrrelser fra SFI fremhæves det, at seksuelle overgreb i barndommen udgør en særlig afgørende risikofaktor for selvskade. Undersøgelsen peger desuden på, at unge, der har været udsat for mobning, er i signifikant højere risiko for at ud-

føre selvskadende adfærd end andre, der ikke har været udsat for mobning (Vammen & Christoffersen, 2013).

Der syntes således at være klare sammenhænge mellem seksuelle overgreb i barndommen, mobning og selvskade. Hvordan disse sammenhænge medieres og har konsekvenser for individets ageren i samspil med andre, fremstår imidlertid udforsket og underbelyst.

Wolke & Lereya (2015) opsummerer i nedenstående figur de mange følgevirkninger.



## Et igangværende projekt

Nærværende artikel vil gennem nogle kvalitative interviews belyse, hvordan tidligere erfaringer med mobning kan have afgørende negativ indflydelse på menneskers selvoplevelse i forskellige sociale sammenhænge. Med afsæt i en fænomenologisk og psykoanalytisk forståelsesramme vil vi efterspore, hvordan individets tidligere erfaringer med mobning skaber bevidste og ubevidste forestillinger, der træder i karakter som gentagelsesmønstre. Disse, ofte pinefulde, interpersonelle mønstre bidrager til selvskade og i værste fald til et ønske om *ikke-eksistens* i form af selvmordsforsøg. Det kan ske, når individet oplever sine muligheder for at række ud, knytte sig til og udvikle sig gennem betydningsfulde relationer som stærkt begrænsede eller helt fraværende.

## Design og metode

I regi af Professionshøjskolen Metropol etableredes et pilotprojekt med det overordnede formål at undersøge:

1. Hvordan unge voksne patienter i psykiatrien oplever sammenhængen mellem tidligere erfaringer med mobning og psykisk lidelse?
2. Hvilken betydning har disse erfaringer med hensyn til at blive imødekommet og forstået i behandlingen?

Forskningsspørgsmålene blev besvaret gennem individuelle, semistrukturerede interviews med kognitivt velfungerende, dansktalende patienter af begge køn i alderen 18-30 år, som har haft erfaringer med mobning. Patienter med svær depression, kognitive deficit, psykose samt misbrug blev ikke medtaget i undersøgelsen.

Informanterne blev interviewet to gange med et opfølgingsinterview, ca. 14 dage efter at det første interview var gennemført. Dette viste sig metodisk set at være særdeles brugbart, dels fordi de interviewede fik mulighed for at reflektere over temaer, som det første interview havde igangsat, dels fordi de interviewede fik mulighed for gennem opfølgingsinterviewet at etablere kontakt til fortrængt og skamfuldt materiale, der omhandlede betydningen af erfaringerne med mobning. Spørgsmålene blev udformet som åbne og undersøgende spørgsmål og blev afstemt efter det, informanter var optaget af at fortælle (Smith, Flowers, & Larkin, 2009, p. 59-67). Interviewene havde en varighed på mellem 60 og 90 minutter.

Interviewene blev optaget digitalt på baggrund af en interviewguide med udgangspunkt i projektets forskningsspørgsmål og med afsæt i Interpretative Phenomenological Analysis' (IPA) tilgang til semistrukturerede interviews. IPA-metoden indeholder en grundlæggende antagelse om, at man som forsker ikke kan undgå at fortolke, da enhver beskrivelse – såvel informantens som forskerens – indeholder fortolkende elementer. IPA giver ikke direkte anvisninger mht. interviewets form og indhold; forskeren må tilpasse metoden til sit eget særlige forskningsformål og emne. IPA anses som særlig anvendelig, når man beskæftiger sig med kompleksitet, proces og nye områder (Smith et al., 2009, p. 80).

## **Teoretiske perspektiver: fænomenologi og psykoanalyse**

I et psykoanalytisk perspektiv kan man anskue de mangeartede interaktioner i skolen som en del af en individuation og socialisering til det øvrige samfund. I denne socialisering formes individet gennem en emotionel udvikling af selvet, af Jeget og af forsvarsmekanismerne. Socialiseringen kan ses i lyset af de symbolske identifikationer, der bestemmer individets sociale positioneringer og kommunikative fremtræden. Det sker, ved at individet indgår i et dialektisk samspil med gruppen, betydningsfulde andre (*significant others*), samt udvikler og indordner sig i diskursive fællesskaber. I skolen socialiseres individets begærsudfoldelse, dvs. begær efter selvudfoldelse, anerkendelse, spejling, separation og individuation og begær efter at finde sig selv i den Andens begær – med dette begærs nyhedssøgende, lystfulde og aggressive følelser – ved indordning i hierarkier og andre former for sproglig/diskursiv strukturering.

Spørgsmålet er, hvorledes disse intersubjektive processer, som mobning omfatter, udtrykkes i den subjektive oplevelsessfære, og hvorledes de teoretisk kan begribes i forbindelse med selvskade.

Fænomenologien, som den anvendes i nærværende artikel, beskæftiger sig med en analyse af genstandenes forskellige fremtrædelsesformer og reflekterer over de forståelsesstrukturer, som tillader genstandene at vise sig som det, de er. Den beskæftiger sig med verden, som den fremtræder for subjektet, og den forsøger at forstå subjektet ved at studere bevidsthedsfænomener. Med Davidsen (2013) beskrives fænomenologien med en særlig vægtning på erfaringsnære og kontekstualiserede beskrivelser, på åbenhed og fravær af kategorier, der defineres på forhånd, eller som baserer sig på færdige tankemodeller (Davidsen, 2013).

I nærværende artikel fokuseres der eksempelvis på, hvordan fænomenet mobning associerer til oplevelser af følelser med "skam". Skam ligger indlejret som et usynligt, tabuiseret og ofte dominerende fænomen, der går igennem selvfølelsen og selvforståelsen hos informanterne i interviewene samt i fortællingerne om mobningens betydning i deres nuværende liv. At skam er betydningsfuldt i forbindelse med selvskade, er ofte påpeget. Således skriver Møhl (2015).

Netop skam fylder meget hos de fleste, der forsætligt skader sig selv. Skam over at være til, skam over ikke at være god nok, skam over en fortid med omsorgssvigt og seksuelt misbrug eller skam over at skære sig selv. Man møder aldrig en selvskader, der ikke kender til skamfølelse (ibid, p. 22).

Skam kan muligvis legitimeres og annulleres, når det rummes og deles subjekter imellem, hvilket bør afdækkes ved en fænomenologisk undersøgelse, der forholder sig til både årsager og selv-helbredelse.

### **Mobning – et traumatisk sår, der ikke vil hele**

*Siden jeg blev mobbet, går jeg med et sår inden i mig, et ømt sted (...). Jeg har det der ømme sted inden i mig, der meget nemt kan prikkes til, hvor jeg opfatter noget negativt frem for bare at kunne tage det, for hvad det er.*

*Hvis jeg skriver med nogen på facebook og chatter, og lige pludselig så svarer de ikke mere, så tænker jeg, ej, har jeg sagt noget forkert, nu kan de ikke lide mig mere, og så svarer personen lige efter ... og så tænker jeg puha, det var godt, kæmpe lettelse (...). Jeg tror, det har noget med mig at gøre, at jeg har gjort noget forkert. Og jeg er hele tiden bange for, at folk vil droppe mig ud af deres liv.*

Nina, 26 år

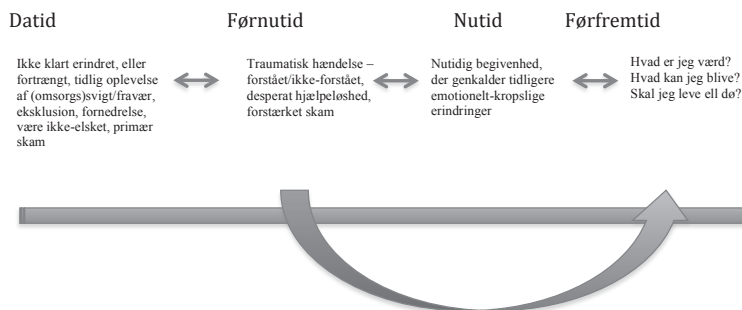
Nina oplever de tidligere erfaringer med mobning som et indre sår, der manifesterer sig følelsesmæssigt, når hun befinder sig i en relation med en anden. Mobningen italesættes ydermere som en gennemgribende angst for afvisning – en afvisning af hendes “eksistentielle selv”, en afvisning af hende som menneske. Det er relationen til den anden, der har betydning for, hvorvidt hun oplever sig sendt til himmel eller helvede. Den subjektive oplevelse fremstiller fænomenologiens traumebegreb.

Traumebegrebet, som jo er hentet fra kirurgien, betyder i en anden psykisk optik, at psykisk “væv” (opmærksomhed, erindring, affekt, sprogliggørelse, symbolisering) rives fra hinanden. Ydermere at dette “væv” lader sig reetablere med hjælp fra omgivelserne (omsorgspersoner, significant others, herunder terapeuter), men ofte med større eller mindre ardannelse til følge (afhængigt af intrapsykisk stabilitet og selvværdsfølelse). Mobning kan i psykoanalysens perspektiv ses som en traumatisering i form af akkumulerede oplevelser af angstvækkende begivenheder (Khan, 1963) sideløbende med et sammenbrud af et *good-enough holding environment*. Kris (1956, p. 73) kalder dette “*strain trauma*” og definerer dette som “*the effect of long-lasting situations, which may cause traumatic effects by accumulation of frustrating tensions*”.

Eksemplet med Nina viser, at angsten for afvisning aftager eller kortvarigt forsvinder i det øjeblik, hun erfarer, at den anden fortsat vil bibeholde kontakten med hende. Det er relationen til den anden, der har betydning for, om hun har en oplevelse af, hvorvidt såret inden i hende er til at udholde. Sagt med andre ord, hvorvidt hun oplever sig sendt til himmel eller helvede – en dikotomisering i form af idealisering/devaluering, accept/eksklusion, der præger hendes selvfølelse og selvforståelse i krisesituationer, og som til tider har selvskadende effekt. I et forsøg på at beskytte sig selv fra angst og nederlag opfattes næsten alt i relationen til andre som noget potentielt negativt, og der skal tilsyneladende noget ekstraordinært positivt til, for at hun tør stole på relationens holdbarhed. Gennem utallige gentagelser af lige netop disse erfaringer er hun i interviewet i stand til at se sig selv udefra og erkende, at hun gennem mobningen har pådraget sig et traumatisk sår. Sårets effekt synes at være, at når en anden kortvarigt tillader sig at være fraværende, opleves det inden i hende som en total afvisning i form af at blive droppet, enten fordi hun har gjort noget forkert (skyld), eller hendes selv er forkert (skam). Og ydermere at skulle indgå i tillidsfulde, intime og tætte relationer og at turde knytte sig til nogen opleves som uopnåeligt. Hun har aldrig oplevet det som en mulighed for hende at være i en tæt intim relation, enten i form af et venskabsforhold eller en kærlighedsrelation.

De subjektive oplevelser, som kommer til udtryk i interviewene, stemmer godt overens med en psykoanalytisk traume-model, hvor det konkrete traume-moment er den del af en processuel bevægelse, der dels retrospektivt knytter sig til tidligere gennemlevede momenter af hjælpeløshed og angst pga. manglende beskyttelse, dels prospektivt, i en før-fremtid, fører angst og konfusion med sig. Denne dobbelte bevægelse indfanges af Freuds begreb





Traumatiseringens struktur og dynamik.

“*Nachträglichkeit*”, forstået som en særlig psykisk form for kausalitet, der opererer på den måde, at erindringer omarbejdes og ændres under tilskyndelse af aktuelle erfaringer, hvorved de tidligere erindringer efterlods får ny mening (Andkjær Olsen, 2002, p. 496), som påvirker betydningsdannelsen i fremtiden. Hvis *Nachträglichkeit*-processen stivner i uproduktive gentagelser, eksempelvis som effekt af mobning, så undergraves den basale tillid i selv-repræsentationen. Relationen til indre objekter får et aggressivt, selvdestruktivt præg, og jegets afstemning med et kritisk overjeg bliver disharmonisk. Den kausalitet, som knytter sig til *Nachträglichkeit*-processen får ved mobning en patogenetisk betydning med selvskade til følge.

I en kulturel-antropologisk forklaringsramme ville den retrospektive bevægelse måske beskrives og forklares, som at det alvorlige traume, der har så omfattende konsekvenser, benægtes og i stedet tillægges en kulturel begrundelse, hvor individet italesætter en forståelse af sig selv som værende en “indadvendt type, en, der ikke rækker ud”. Nina på 26 år fortæller:

*Jeg har rigtig svært ved at knytte mig til mennesker og finde venner, og jeg har aldrig haft en kæreste. Øhh, jeg ved nok ikke, hvorvidt det egentlig er på grund af mobning, jeg ser mig selv som indadvendt og er ikke typen, der rækker ud, så det ville jeg også være, hvis ikke jeg var blevet mobbet, men jeg tror, det med, at jeg har svært ved at have tillid til mennesker; øhm, i den slags relationer som venskab eller kærlighedsforhold, er jeg meget skeptisk og åbner ikke op.*

Personificeringen af egne vanskeligheder og den mangelfulde kontakt i relation til andre har alvorlige prospektive konsekvenser for hende, da hun lader sig indskrive på ønskestudiet på universitetet.

## Reaktivering af traumatiske erfaringer: gentagelsestvang?

*På universitetet var alle omkring mig meget anderledes end dem på gymnasiet – de virkede meget kloge, intellektuelle typer, meget selvsikre, hurtige i indlæring og meget ambitiøse. Sådan nogle typer, som udstråler meget selvtillid og enormt velfungerende, og sådan er jeg bare ikke (...). Jeg kunne ikke leve op til deres niveau (...) kunne ikke præstere på samme måde. Det gjorde rigtig meget ved mit selvværd (...) følelsen af mindreværd over for andre, som jeg generelt har, men det blev så ekstremt, fordi de bare var så meget anderledes (...). Altså de var meget gode til gruppearbejde, og det kan jeg slet ikke, så min sociale angst og mit mindreværd, alt blev udfordret på en måde, som jeg ikke har oplevet før.*

Nina, 26 år

Overgangen fra gymnasiet til universitetet bringer Nina i en ny krisesituation, hvor reaktivering af ubevidst erindrede elementer i situationen med mobning synes at ramme hendes selvfølelse og selvforståelse, så hun oplever sig udfordret i *ekstrem grad*. Katastrofeteoretisk set indebærer dette en tilstand på grænsen til det uoprettelige, på grænsen til ikke mere sikkert at kunne komme tilbage til en balanceret tilstand inden for rammerne af det psykisk tålelige (Rosenbaum & Varvin, 2007). I Ninas subjektive oplevelsesunivers fremstår de andre, der skulle være hendes ligesindede, som kloge, intellektuelle, selvsikre og ambitiøse. Heroverfor opleves angsten i samspillet med de andre som “ekstreme mindreværdsfølelser”.

På det indre plan træder ubevidste processer i karakter i form af splitting, hvor de andre idealiseres, og hun selv devalueres, de andre er ubetinget i top, og hun selv ubetinget i bund. Disse indre objektkonstellationer af selv og andre forbliver fastlåste og rigide i deres positioner og bliver medkonstituerende for den angst, der eskaleres, og som har betydning for Ninas oplevelser af at være ved at dø, hver dag hun skal på universitetet.

*Følelsen af at være ved at dø hver morgen, når man skulle derhen (...) jeg kom i sådan en ond cirkel, total stress, total afmagt, følelser af utilstrækkelighed (...). Intenst ubehag og et ønske om ikke at være der. En følelse af at være oversynlig (...) bliver fuldstændig besat af at tænke: “Sidder jeg mærkeligt, skal jeg sidde på en anden måde, hvordan ser mit hår ud bagfra” (...) føler mig bedømt fra alle sider, hver en bevægelse man gør, og hver en lille ting man siger, er det godt nok (...) sådan en følelse af, at man bare gerne ville blive usynlig lige her og nu. Sådan et ønske om, at der lige pludselig ville komme et sort hul i jorden, som man nogle gange ser på tegnefilm, som man lige kan hoppe i og blive væk, den følelse havde jeg rigtig meget, om jeg sad til forelæsning eller undervisning, jeg ville bare ikke være der.*

Det er ikke muligt for Nina at opløse den indre spænding mellem på den ene side at føle sig oversynlig, betragtet for intenst af alle på grund af sin forkerthed, og på den anden side at ønske sig ikke-værende til stede, at være død. Opløsningen af spændingen ville fordre det næsten umulige, nemlig at hun tør tro på, at det at åbne sig og indgå i et følelsesmæssigt samspil med de andre vil kunne lade sig gøre og føre til noget nyt. Trevarthen (2003) påpeger, at menneskelig udvikling og forandring er baseret på en særlig form for nysgerrighed, der reguleres intersubjektivt mellem bevidstheder. Kun gennem det følelsesmæssige sociale relationelle samspil med andre kan Nina komme til at opleve at få en mere nuanceret opfattelse af sig selv og andre, der kunne bidrage til en forandring og udvikling hos hende selv. I en psykoanalytisk forståelsesramme ville dette betyde en udfoldelse af den epistemiske drift (det, der driver individet mod bl.a. “*novelty-seeking*” og viden), etablering af en sund narcissisme samt muligheden for i et sikkert intersubjektivt rum (baseret på overføring – mod-overføring) at turde udtrykke sine følelser af vrede, had, tristhed samt sine følelser og tanker i et håb om en psykisk transformation til et mere håbefuldt perspektiv (Trevarthen, 2003).

Men lige netop denne transformation mod en udvikling præget af en harmonisk balance af sikkerhed og udfordring synes fastlåst af noget angstvækkende, der befinder sig hinsides lyst og ulyst. Det er “hinsides lystprincipet”, som Freud (1920) kalder det, at gentagelsen etableres som en selvdestruktiv mekanisme. Den traumatisk kropslige uro gentager sig og forstyrrer individet i aktuelle intersubjektive situationer, underminerer fremtidsperspektiver for selvet og muligheden for at symbolisere sin udvikling ud over den aktuelle kropslige uro og angst (Freud, 1920). Karen (32 år) udtrykker det således:

*jeg bliver tit mødt med den holdning “at det (mobningen, traumet) er dengang, og nu må du se at komme videre”, og det kan jeg egentlig godt give dem ret i, men det har bare ikke været så nemt for mig at give slip på de der, altså give slip på de følelser, det gør ved mig, når noget af det gentager sig. Det har især været gentagelserne for mig, tror jeg, der holder det ved lige.*

Gentagelsesprocessen bringer døden, selvdestruktion og selvskade på bane: I desperationens logik kan smerten kun elimineres gennem den tomhed, der følger med at bibringe sig yderligere smerte (selvskade) eller i et forsøg på at begå selvmord (“ikke-eksistens”), eksempelvis ved at drikke sig fuld og indtage piller. I desperationen kan individet føle, at en ødelæggelse af kroppen (cutting, overspisning) og mord på jegets udfoldelse er at foretrække.

*Jeg fik det dårligere og dårligere (...) jeg kunne mærke, at jeg blev mere og mere udenfor (...). Jeg snakkede ikke med folk mere og satte*

*mig bevidst altid i sidste række. Og jeg sagde aldrig noget i undervisningen (...). Tit gik jeg ned til Søerne og satte mig på en bænk ... ja, det gjorde jeg også den dag. Så ringede jeg til min mor, hun var ikke særlig forstående. Generelt er hun sådan "ej, hold nu op", hun er tit sådan "du er klog og god nok, lad nu være med at tale så negativt", men hvor jeg tror, jeg havde mere behov for at blive forstået, som gjorde, at jeg nåede til et punkt, hvor jeg ikke ville mere, og jeg følte, at der var ingen fremtid for mig i denne verden, for jeg var tydeligvis for dum til at få en uddannelse. Så gik der to-tre dage, hvor jeg cyklede meget ud i skoven og bare sad og tænkte, hvad skal jeg gøre, skal jeg slå mig selv ihjel (...). Jeg kunne ikke få mig selv ud af det hul. Selvom jeg gik flere dage, hvor jeg prøvede at tænke over tingene, blev det nærmest værre og værre og værre. Jeg isolerede mig, jeg snakkede ikke med min mor eller min familie. Så nåede jeg et punkt, hvor jeg simpelthen ikke kunne holde den smerte og desperation ud mere. Jeg drak mig fuld og tog nogle piller og faldt i søvn. Så vågnede jeg og kastede op. Det var ikke sådan, at jeg var ved at dø, men det var min intention på det tidspunkt. Jeg tænker nok, at jeg har været heldig, at jeg på en eller anden måde ikke gennemførte det.*

Nina, 26 år

De traumatiske erindringer hindrer udfoldelsen af de psykiske processer, der eventuelt ville kunne føre til blot en form for (drifts)tilfredsstillelse. Det er, som om positive og konstruktive psykiske repræsentationer ikke kan indfinde sig på bevidsthedens scene. I stedet træder en selvbeskyttelse i karakter, hvor hun for at kunne holde sammen på sig selv trækker sig både fagligt og socialt. Denne forsvarsmekanisme hjælper hende umiddelbart til at cope med situationen, men synes også at aktivere den *selvdestruktive gentagelse*, der har betydning for, at hun får det *dårligere og dårligere*.

### **Mobning associerer til skam**

*Skam er en specifik form for angst, der udløses ved en virkelig eller indbildt fare for at blive udstillet, misbrugt, ydmyget – eller fordømt og afvist. Og bag skamfølelsen ligger der ofte en overvældende stor følelse af hjælpeløshed, der i barndommens land reelt var angstfyldt – ja, rædselsvækkende – at opleve helt alene (Wurmser I (Sørensen, 2013)).*

Wurmser siger i samme reference, at skamreaktioner ofte indebærer følelser af at være defekt, beskidt, svag som udtryk for en basal følelse af at være en person, ingen kan eller vil elske. Skårderud (2001) udtrykker dette *således*: "Skammens væsen er knyttet til selviakttagelsen, å se segsen er knyttet til selviagttagelsen, til at seselv med andres blikk. sig selv med andres øjne." (Wurmser, 1987).

Ifølge Zahavi (2014) er skam en følelse, som rammer og vedrører hele selvet, men det er situationen, som fremprovokerer skammen, der er skammens årsag (Zahavi, 2014). I forsøg på at definere, hvordan “skam” bliver til i forhold til subjektet, trækker Zahavi på Lewis (2007), der klassificerer individets forskellige følelser ved at operationalisere dem i forhold til *følelsernes* bevidsthed for selvet (Lewis, 2007). Følelser som glæde, frygt, sorg, overraskelse, vrede og afsky (oprindeligt beskrevet og afgrænset af Silvan Tomkins (1962, 1963)) udgør de primære følelser, der ikke nødvendigvis involverer en bevidsthed i form af, selvbevidste følelser. Hvorimod sekundære følelser som misundelse, skam, skyld, stolthed, jalousi, anger og taknemlighed tilhører de mere komplekse følelser, der involverer selvbevidsthed. Ifølge Lewis involverer de komplekse følelser detaljerede kognitive processer, der indebærer en *tænkning gennem selvrefleksion* samt et sammenhængende selv. Udviklingsmæssigt indebærer disse komplekse følelser, at individet er i besiddelse af en selvopfattelse eller selvrepræsentation, fordi selvbevidste følelser forudsætter et begreb om et selv, der ifølge Lewis først etableres omkring 18-månedersalderen. Skamfølelserne opstår tidligst i treårsalderen sammenfaldende med det tidspunkt, hvor begrebet “vi” forankres i barnets sprogbrug, og hvor udviklingen af “we-ness” og gruppeforståelse med dens inter-opmærksomhed, inter-intentionalitet og inter-affektivitet for alvor tager sin begyndelse (Rosenbaum, 2000, p. 171-174).

Skam udgør *således* et komplekst *fænomen*, idet skam både udgør en gennemgribende subjektiv følelse af ubehag, selvafsky og værdiløshed, samtidig med at følelsen involverer den anden og kollektivet i form af gruppen af andre, fordi følelsen medieres gennem den anden og de andres bedømmelse. Skamfølelsen kan fremtvinges af den andens ignorering, altså fraværet af den andens anerkendelse (Zahavi, 2014).

*Mig leger man ikke med (...) går hen til min bedstevende og spørger, om vi skal lege, og så siger hun: “Nej, du må ikke være med ... dig skal man ikke lege med” (...). Det er jo altid mig, der er noget galt med – det må jo være min skyld, for det må jo være mig, der er dum og ikke kan finde ud af at lege og opføre mig, som jeg skal – for hvis det ikke var mig, der var noget galt med (...) hvorfor skulle det så gå ud over mig?*

Cecilie, 23 år

Cecilies beskrivelse af at blive afvist af de andre i leg bliver til en subjektiv følelse af at blive afvist med hele sit selv. Dette er skammens natur: følelsen af at være én, der blotter sig og rækker ud efter andre i gruppen, i tillid og tiltro til, at den anden vil tage imod hende som “bedstevende”, og i kølvandet heraf blive totalt afvist. Cecilie italesætter oplevelsen af at være gennemgribende forkert i hele sin eksistens, og afvisningen bliver ikke en enkelt persons afvisning, men derimod en kollektiv afvisning, idet veninden afviser hende på gruppens vegne. Det lader til, at hun ved at udtrykke spørgsmålet:

“Hvorfor skulle det gå ud over mig – hvorfor mig og ikke en anden? genspejler kollektivets bedømmelsesudvalg af dommere. Samtidig med at Cecilie tydeligt får udtrykt, hvorledes skam kan forstås individuelt, interpersonelt og kollektivt, får hun også udtrykt gruppens skamløse adfærd.

## Skyld og skam i terapirummet

Der er ofte en tæt relation mellem skyld og skam og samtidig en stor forskel på disse fænomener. De fremtræder sprogligt under ét – “det må jo være min skyld” – men fænomenologisk er de ikke en og samme ting (Sørensen, 2013). Skam *er* og kan ikke sones, skam er stilstand i ens væren. Skyld konstituerer og afgrænser selvet ved at gøre opmærksom på, hvilke handlinger og ikke-handlinger hun selv kan tage ansvaret for. Skam vil altid være en mere skjult og en for personen mere uforståelig følelse end skyld.

Ved at pålægge sig selv skylden for den mobning, der uagtet har fået lov til at foregå, ofte igennem flere år, forsøger de interviewede at finde en mening og sammenhæng gennem en årsagsforklaring, de kun kan placere hos sig selv. Denne årsagsforklaring synes at gå hånd i hånd med den forståelsesramme (Bonde, 2009), som terapeuterne imødekommer patienterne med, og som får betydning for, at de interviewede oplever stærk angst ved at træde frem i gruppen og afsløre sig selv. De tidligere erfaringer med mobning fortælles ikke, men forbliver tavse og tabuiserede – dette, til trods for at flere af de interviewede fortæller om intentioner om at ville tale om mobningen i terapigruppen. På den måde kan psykoterapeutisk behandling kredse om emnet skam i hele behandlingsforløbet, uden at terapeut eller patient kan eller tør se den – endsige benævne den (Sørensen, 2013). Terapeuten rammes i sit eget ubevidste af patientens skamfølelser, og modoverføringen fører til tavshed og tabuisering.

Skårderud (2001) beskriver den ”dybe skam” i terapirummet som en grundlæggende og tilbagevendende affekt, der er mere end enkeltstående erindringer om pinligheder, og som har alvorlige konsekvenser for det terapeutiske forhold. Den dybe skam udfordrer grundlæggende terapien, fordi selve dialogen og nærværet i det terapeutiske forhold står centralt for udvikling og sundhedsfremme. Skam er tilbagetrækning i det interpersonelle spil, hvor målet og metoderne udgør det at tilnærme sig hinanden, for skam er i hele sit væsen antidialogisk, og terapeuten kan føle sig udelukket. Relationen til terapeuten udgør et tvetydigt forhold; på den ene side drejer det sig om et reparerativt arbejde, på den anden side er der risiko for re-traumatisering for mere skam (Skårderud, 2001). Gruppeterapien kan for den, der har været udsat for mobning, komme til at udgøre et “skamfuldt legerum”, hvor selve rammerne associerer til skam i dets insisteren og krav på selvudlevering, og hvor det at skulle indgå i en relation med andre og turde vove sig frem i sig selv kan komme til at udgøre et skamfuldt vovestykke.

**Længslen efter at blive til – en kamp på liv og død?**

*Det, jeg husker mest, er, at jeg bare gerne ville accepteres, være med. Det er sådan den kamp, jeg husker, for at prøve at vise, jeg er god nok. Den evige prøve på at få lov til at være med. (...) Jeg købte slik i frikvarteret og gav, for så var det rart, at de så ... så mig lige der (...). Og vi legede tagfat, der kom tre hen til mig og sagde, at jeg skulle gå min vej (...) jeg kan huske billedet af, at jeg stod der og var ked af det (...) de situationer ramte mig virkelig hårdt (...) også fordi jeg havde mandet mig op for at spørge, om jeg måtte være med (...) det var sådan en langvarig periode, hvor jeg var lukket ude af hele klassen (...). Der var en pige, som jeg var gode venner med (...) som holdt mig udenfor (...) jeg måtte ikke komme hen til hende, måtte ikke snakke med hende, jeg måtte ingenting, hvis jeg kiggede tilbage i klassen, så fik jeg sådan en: "Vend dig om" (...) det stod på rigtig længe (...) jeg kan huske, jeg sad på min plads, jeg turde næsten ikke røre mig, jeg var bare rigtig ked af det og frustreret (...) jeg var virkelig bange for at kigge bagud, det er en af de situationer, jeg husker tydeligt (...) den sidder rigtig meget i mig i dag (...).*

Karen, 32 år

I Karens beskrivelse af den mobning, der foregår, beskriver hun, hvordan hun i sine bestræbelser på at blive set og accepteret gennem et tilhørsforhold til gruppen af andre afvises, og hun ekskluderes fra fællesskabet i klassen igennem længere tid. Samtidig beskriver hun den pinefulde angst, der kropsligt forplanter sig i hende i klassen, en angst så overvældende, at hun næsten ikke tør røre sig og kigge bagud. I hendes higen efter at blive set og komme til at opleve et tilhørsforhold til gruppen af andre køber hun aflad i form af slik, som hun deler ud af, og det er først i det øjeblik, de andre modtager den slik, hun tilbyder, at hun kortvarigt får en oplevelse af at blive set.

Karens bestræbelser og længsel efter at blive set og accepteret stemmer overens med Sterns begreb om intersubjektivitet som en fundamental betingelse for menneskelighed (Stern, 2004, p. 112). Begrebet konnoterer en særlig form for kontakt mellem mennesker, der drejer sig om en gensidighed mellem en selv og den anden. Vores nervesystem er konstrueret til at blive forstået af andres nervesystemer. Andre mennesker er ikke blot objekter, men genkendes umiddelbart som nogle særlige objekter, objekter, der ligner os selv, og med hvem man kan dele indre tilstande. Vi lever omgivet af egne og andres intentioner, følelser og tanker, således skabes vores mentale liv i fællesskab med andre.

Stern peger på begrebet intersubjektivitet som værende et medfødt, primært motivationssystem, der er afgørende for artens overlevelse og har status i lighed med sex og tilknytning (Stern, 2004). Intersubjektivitet bidrager til sikring af overlevelse på tre måder: Den fremmer gruppedannelse, styrker

gruppens funktion og sikrer gruppesamhørighed ved at give anledning til moral. Stern siger videre:

Vi udgør de mest hypersociale og indbyrdes afhængige pattedyr. Mange forskellige evner og motivationer danner og opretholder i forening grupper: tilknytningsbånd, seksuel tiltrækning, dominanshierarkier, kærlighed og sociabilitet. Intersubjektivitet skal føjes til denne liste. Uanset hvordan intersubjektivitet defineres, fungerer den for grupper såvel som dyader (ibid., p. 113).

Når vi som mennesker ikke er intersubjektivt orienteret, opstår der angst, og der mobiliseres coping- eller forsvarsmekanismer. Denne angst kalder Stern for den intersubjektive angst, en angst, der foranlediges af frykten for psykisk ensomhed. At blive afvist i sine bestræbelser på menneskelig kontakt kan opleves som at blive frarøvet muligheden for at få en forbindelse til sig selv og kan i værste fald opleves som at være psykisk død.

### Opfølgningsinterview giver grobund for håb

*Har haft et par dage, hvor jeg pludselig følte, at jeg er kommet til den indsigt, at jeg ikke kan gøre for det. Jeg har altid gået med sådan en skyldfølelse og følt, at jeg ikke var god nok og burde klare mig bedre her i livet, jeg er kommet frem til en indsigt, at det her er sket for mig, og ikke alle udsættes for det, det efterlader nogle spor, og det er klart, at jeg har problemer nu, at snakke i terapigruppen og snakke med dig (...). Jeg har fået nogle indsigter omkring mig selv, hvorfor jeg har de problemer, jeg har, og at der måske ikke er særlig stor grund til at skamme sig over det eller føle sig skyldig eller føle, at jeg ikke er god nok, jeg gør mit bedste og prøver at arbejde med min fortid, og det er det, jeg kan gøre. Okay, nu har jeg forstået det, det er nok ikke min skyld, jeg behøver ikke skamme mig over det. Og jeg tænker, det nok også har noget at gøre med, at jeg har snakket med dig og kommet af med nogle ting.*

Nina, 26 år

Nina har efter det første interview fået mulighed for at komme i kontakt med nogle ubevidste fortrængte følelser af skyld og skam, der associeres til de tidlige traumatiske erindringer med mobning. Følelsernes betydning tales frem gennem interviewet. Skylden, der drejer sig om hendes ageren i livet, om at burde klare sig bedre. Skammen, der har adresse til selvet, forstået i hende som en grundlæggende følelse af ikke at "være god nok". Oplevelserne bliver dels gennem interviewet dels i terapigruppen fortalt og givet ord, som hun muligvis har brugt før, muligvis ikke, men lige netop denne



gang har ordene fundet en sandhed hos hende, som hun ikke tidligere kunne fornemme på overbevisende måde. Ved at kunne høre og opleve ordene i dette intersubjektive felt får Nina muligheden for at dele de indre traumatiske subjektive oplevelser, samtidig med at oplevelserne gøres konkrete og genspejles hos de andre som *noget, ikke alle udsættes for*. Gennem fortællingen om traumet, i specifikke og til dels enestående momenter i hendes terapi, tillades de traume-fikserede *indre spor* i hendes psyke at tage nye drejninger og lader sig på den måde repræsentere psykisk. Traumet mister sin karakter af udelukkende at være noget ikke-formuleret, der befinder sig i Ninas indre. Traumet får en italesat historie, hvor de centrale følelser af skam indgår som en dynamik, der har betydning for, at Nina kan opleve og erfare den psykiske funktion, der gennem symbolisering kan sprogliggøre afgrænsede gode repræsentationer af selv og andre, samtidig med at de smertefulde aspekter også kan formuleres. At tillade fremkomsten af de gode aspekter af selv og andre reducerer angsten for invadering og bidrager til, at konflikter og fortrængninger i det indre rum kan blive genstand for symbolisering og tænkning, hvor hun bliver i stand til at se sig selv udefra, tænke “det er, som om” i stedet for at blive direkte overfaldet af fysisk og psykisk ubehag, og bliver i stand til direkte at udtrykke, at hun har været igennem noget på én gang exceptionelt og menneskeligt alment forekommende.

Nina gør sig erfaringer med, at pinefulde tabuiserede skamfølelser kan deles, rummes og komme til udtryk i et sprogliggjort intersubjektivt felt, hvilket bidrager til oplevelsen af, at det er muligt at annullere skammen. Hun udtrykker dette ved at sige: “Okay, nu har jeg forstået det, det er nok ikke min skyld, jeg behøver ikke skamme mig over det.” Et oprindeligt håb – noget nyt – kan tage sin begyndelse.

## Sammenfatning og afrunding

Hovedparten af den eksisterende forskning i sammenhængen mellem mobning i skolen, psykisk lidelse og selvskade har fokus på at belyse symptomeffekter og risikofaktorer i forhold til de negative effekter og skader, som mobning forårsager. Forskningen har overvejende været baseret på kvantitative metoder og statistiske analyser (Mebane, 2010).

Analyserne i den kvantitative forskning præsenterer imidlertid ofte en forenklet forståelse af kausalitet, eksempelvis en lineær “hvis mobning, så ...”-tænkning. En sådan forståelse af kausalitet har sit udspring i en ambition om at teste de negative effekter, som mobning som enkeltfænomen har for det enkelte individ. Denne linearitet og monokausalitet indfanger kun i begrænset omfang fænomenets kompleksitet, hvorved de under- eller bagvedliggende processer, der leder frem mod psykisk lidelse og selvskade, som tidligere nævnt står tilbage som uudforskede. Der mangler således forskning

i kompleksiteten. Forskning, der belyser og inkluderer de medierende faktorer, efterlyses (Sourander et al., 2015; Wolke & Lereya, 2015; Takizawa et al., 2014).

Vi har med nærværende artikel forsøgt at yde et andet bidrag til den eksisterende forskning ved at anlægge en fænomenologisk og psykoanalytisk forståelsesramme i et forsøg på at anskueliggøre, hvordan et fænomen som mobning kan bidrage til psykisk lidelse og selvskade gennem forskellige former for gentagelsesmønstre i forsøget på selvbeskyttelse, når individet indgår i relationelle samspil med andre. Den *sociale støtte* fra andre, i form af gode personlige relationer, der kunne udgøre en medierende faktor for ikke at udvikle selvskadende adfærd, fremstår ifølge SFI's rapport (Vammen & Christoffersen, 2013) som mangelfuld og gives sjældent til personer, der har været udsat for mobning. Hvordan individets tidlige erfaringer med mobning bidrager til afvisning af social støtte og selvskade, har således implikationer for praksis og kunne være særdeles relevant yderligere at udforske.

Interviewene tog afsæt i en fænomenologisk tilgang i form af informanternes nuancerede og mangefacetterede måder at forstå sig selv på i forhold til mobning, psykisk lidelse og deres forskellige forsøg på at overskride vanskeligheder i det nuværende liv. Ved at gå til genstandsfeltet med en fænomenologisk tilgang har undersøgelsen bidraget med nuancerede forståelser af, hvordan mobbeerfaringer kan forstås og imødekommes. Den fænomenologiske tilgang tillader interviewerens åbent at imødekomme informanterne i en anden fortolkningsramme, der overskrider den individualiserede, således at det relationelle samspil gennem interviewene undlader at reproducere skyld og skam og dermed yderligere marginalisering. Interviewene gav et indblik i, hvordan den gruppeterapeutiske praksis på nogle måder bliver medkonstituerende for skyld, skam og tabuisering, og hvilken betydning dette har for informanternes selvforståelse og relationelle formåen.

Traumatiseringen ved mobning må forstås i et processuelt perspektiv, og i den sammenhæng forekommer den psykoanalytiske strukturforståelse værdifuld: dens understregning af de psykiske processers retro- og prospektive bevægelser, dens understregning af betydningen af eksterne og interne objektrelationer, dens modstilling mellem bevidste ønsker og ubevidste gentagelsesmekanismer samt mulighederne for i terapeutiske forløb at sætte bevægelse i fortrængte og dissocierede elementer, som i deres italesættelse giver mening til noget, som tidligere ikke blev oplevet som meningsfuldt.

## REFERENCER

- Andkjær Olsen, O. (red.) (2002). *Psykodynamisk leksikon*. København: Gyldendal.
- Bonde, B. (2009). *Hvilken betydning har en deltagelse i gruppeterapi for håndtering af mobbeerfaringer?* Speciale, Danmarks Pædagogiske Universitetskskole, Aarhus Universitet.
- Bowes, L., Joinson, C., & Wolke, D. (2015). Burden of bullying: enduring effects of early victimization on depression in adulthood. Peer victimization during adolescence and its impact on depression in early adulthood: prospective cohort study. *British Medical Journal*, 2015, 350: s. 2469.
- BørneIndblik (2016). Analysenotat fra Børnerådet. Nr. 4/2016, 3. årgang. Maj 2016.
- Børnerådet. (2004). *Mobning 2004 – en undersøgelse i 7. klasse*. København: Børnerådet.
- Davidson, S.A. (2013). *Samtale og forståelse i almen praksis – samt metoder til undersøgelse heraf*.
- Doktorafhandling. Forskningsenheden for Almen Praksis i København og Afdeling for Almen Medicin. Københavns Universitet.
- DCUM (2006). *Mobning i grundskolens 5.-10. klasse*. København: Undervisningsministeriet.
- Due, P., Damsgaard, M., Lund, R., & Holstein, B. (2009). Is bullying equally harmful for rich and poor children? A study of bullying and depression from age 15 to 27. *European Journal of Public Health*, 19(5), 464-469.
- Due, P., Holstein, B.E., Lynch, J., Diderichsen, F., Gabhain, S.N., Scheidt, P., & Currie, C. HBSG Working Group (2005). Bullying and symptoms among school-aged children: international comparative cross sectional study in 28 countries. *European Journal of Public Health*, 15(2). 128- 132.
- Due, P., Holstein, B.E., & Jørgensen, P.S. (1999). *Mobning som sundhedstrussel blandt skoleelever*. København: *Ugeskrift for Læger*, 161, s.2201-2206.
- Einarsen, S., Hoel, H., Zapf, D., & Cooper, C.L. (2011). *The Concept of Bullying and Harassment at Work: The European Tradition*. Developments in theory, practice and research. Boca Raton, Florida: CRC Press, Taylor and Francis.
- EXbus? projektbeskrivelse (2007). *EXbus – Exploring Bullying in Schools*. Aarhus: Danmarks Pædagogiske Universitetskskole.
- Farrington, D.F. (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and Justice*, 17, 381-458.
- Freud, S. (1920). Hinsides lystprincippet. In S. Freud (eds. Andkjær Olsen et al.). *Metapsykologi 2*. København: Hans Reitzels Forlag, 1976, ss. 21-76
- Gullander, M., Høgh, A., Hansen, Å.M., Thomsen, J.F., Kolstad, H.A., Willert, M.V., ... Persson, R. (2014). *Risikoen for depression ved udsættelse for mobning i arbejdslivet*. Modena-projektet – om psykisk arbejdsmiljø og helbred. Slutrapport til Arbejdsmiljøforskningsfonden.
- Henningens, I. (2009). Sammenhænge mellem mobning, barndomserfaringer og senere livskvalitet. I
- Hoel, H., B. Faragher & G.L. Cooper (2004) Bullying is detrimental to health, but all bullying behaviors are not necessarily equally damaging. *British Journal of Guidance and Counselling*, 32 (3), s.367-387.
- J. Kofoed & D.M. Søndergaard (red.), *Mobning – sociale processer på afveje*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Khan, M.R. (1963). The concept of cumulative trauma. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 18, 286-306.
- Kofoed, J., & Søndergaard, D.M. (red.) (2009). *Mobning – sociale processer på afveje*. TrykFonden, København: Hans Reitzels Forlag.

- Kofoed, J., & Søndergaard, D.M. (red.) (2013). *Mobning gentænkt*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Kousholt, K., & Fisker, T.B. (2013). Mobning og børns fællesskaber – et narrativt review over international forskning i mobning. *Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift. Årgang 50(2)*. Forlaget Skolepsykologi.
- Kris, E. (1956). The personal myth. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, Vol. 4:653-681
- Kumpulainen, K. Räsänen, E. (2000) *Children involved in bullying at elementary school age: their psychiatric symptoms and deviance in adolescence*. An epidemiological study. *Child Abuse Negl*; 24:1567-77.
- Kumpulainen, K. (2008). Psychiatric conditions associated with bullying. *International Journal of Adolescent Mental Health*, 20(2). 121-132.
- Lewis, M. (2007). "Self-Conscious Emotional Development". In J.L. Tracy, R.W. Robins & J.P. Tangney (Eds.), *The Self-Conscious Emotions: Theory and Research*. New York: Guilford Press, pp. 134-149.
- Lund, R., K.K. Nielsen, D.H. Hansen, M. Kriegbaum, D. Molbo, P. Due & U. Christensen (2008). Exposure to bullying at school and depression in adulthood: a study of Danish men born in 1953. *European Journal of Public Health*; 19(1): 111-116.
- Mathiassen, C., & Silberschmidt Viala, E. (2009). Erindringer om mobning og det levede liv. I
- J. Kofoed & D.M. Søndergaard (red.), *Mobning – sociale processer på afveje*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Mathiassen, C. (2013). Mobningens spor – en analyse af virkningsforhold. I J. Kofoed & D.M. Søndergaard (red.), *Mobning Gentænkt*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Mebane, S. (2010). *Adult Survivors of Adolescent Bullying: An Exploration of Long Term Effects*. Dissertation, Urbana Illinois.
- Møhl, B. (2015). *Selvskade – psykologisk behandling*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Olweus, D. (1973). *Hackkycklingar och översittare*. Forskning om skolemobbning. Stockholm: Almsphere Press.
- Olweus, D. (1979). *Hakkekyllinger og skolebøller. Forskning om skolemobning*. København: Gyldendals Boghandel, Nordisk Forlag.
- Olweus, D. (1992). *Mobbning – vad vi vet och vad vi kan göra*. Stockholm: Liber.
- Olweus, D. (1992). *Mobning i skolen – Hva vi vet og hva kan vi gjøre*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Rémond, J.J., Kern, L., & Romo, L., (2015). A cyberbullying study: Analysis of cyberbullying, comorbidities and coping mechanism. (Artikel på fransk). *Encephale*, 41(4), 287-294.
- Rigby, K. (2008). *Children and Bullying: How Parents and Educators Can Reduce Bullying at School*. Malden, Oxford & Victoria: Blackwell.
- Rigby, K., & Slee, P.T. (1993). Childrens' attitudes towards victims. In D.T. Tattum (Eds.), *Understanding and Managing Bullying*. Melbourne: Heinemann Books.
- Rigby, K. (1998). Health effects of school bullying. *The Professional Reading Guide for Educational Administrators, Feb/March*.
- Rigby, K. (2000). Effects of peer victimizations at school and the health of secondary students. *British Journal of Educational Psychology*, 22(2), 28-34.
- Rigby, K. (2002). *New Perspectives on Bullying*. London: Jessica Kingsley.
- Rosenbaum, B. (2000). *Tankeformer og talemåder*. København: Multivers.
- Rosenbaum, B., & Varvin, S. (2007). The influence of extreme traumatization on body, mind and social relations. *International Journal of Psychoanalysis*, 88, 1527-1542.

- Schott, R.M. (2009) Mobning som socialt begreb: Filosofiske refleksioner over definitioner. I Kofoed & Søndergaard (red.), *Mobning – sociale processer på afveje* (pp. 225-258). København: Hans Reitzels Forlag.
- Schott, R.M. (2009). *Extreme and Ordinary Harms: Reflections on the Tragic Paradigm* (upubliceret manuskript).
- Skårderud, F. (2001). Skammens stemmer– om tavshed, veltalenhed og raseri I terapirummet. *Tidskrift for Norsk Laegeforening*, 13, 2001;121, 1613-7.
- Smith, J.A, Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis. Theory, Method and Research*. London: Sage Publications.
- Smith, P.K., Morita, Y., Junger-Tas, J., Olweus, D., Catalano, R., & Slee, P. (Eds.) (1999). *The Nature of School Bullying: A Cross-National Perspective*. London & New York: Routledge.
- Smith, P.K., Singer, M., Hoel, H., & Cooper, C.L. (2003). Victimization in the school and the workplace: Are there any links? *British Journal of Psychology*, 94, 175-188.
- Sourander, A., Gyllenberg, D., Klomek, B.A., Sillanmäki, L., Ilola, A.-M., & Kumpulainen, K. (2015). *Association of Bullying Behavior at 8 Years of Age and Use of Specialized Services for Psychiatric Disorder by 29 years of Age*. Department of Child Psychiatry, Faculty of Medicine, University of Turku, Finland.
- Sourander, A., & Helstelä, L. (2000). Persistence of bullying from childhood to adolescence – a longitudinal 8-year follow-up study. *Child Abuse & Neglect*, 24(7), 873-881.
- Stern, D. (2004). *Det nuværende øjeblik I psykoterapi og hverdagsliv*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Strange, M. (2006) Børn og unge med seksuelt grænseoverskridende adfærd. I J. Melhilde & A. Hammershøj (red.), *Seksuelle overgreb mod børn og unge – En antologi om forebyggelse og behandling*. København: AKF.
- Søndergaard, D.M. (2009). *Mobning og social eksklusionsangst*. I J. Kofoed & D.M. Søndergaard (red), *Mobning – sociale processer på afveje*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Sørensen, L.J. (2013). *Skam – medfødt og tillært. Når skam fører til sjælemord*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. (2014). Adult Health's Outcomes of Childhood Bullying
- Victimization: Evidence From a Five-Decade Longitudinal British Birth Cohort. MRC Social, Genic and Developmental Psychiatry Centre, Institute of Psychiatry, Kings College London, and the Department of Neuropsychiatry, The University of Tokyo Graduate School of Medicine.
- Tomkins, Silvan S. (1962), *Affect Imagery Consciousness: Volume I, The Positive Affects*. London: Tavistock.
- Tomkins, Silvan S. (1963), *Affect Imagery Consciousness: Volume II, The Negative Affects*. London: Tavistock.
- Trevarthen, C. (2003). Neuroscience and intrinsic psychodynamics: “current knowledge and potential for therapy”. Corrigan, J. og Wilkinsson, H. (Eds.), *Revolutionary Connections. Psychotherapy and Neuroscience*. Karnac, London.
- Vammen, K., & Christoffersen, M.N. (2013). *Unge selvskade og spiseforstyrrelse. Kan social støtte gøre en forskel?* SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd.
- Vreeman, R.C., & Carroll, A.E. (2007). A systematic review of school-based interventions to prevent Bullying. *Archives of Pediatric & Adolescent Medicine*, 161(1), 78-88.
- Winnicott, D.W. (1963). Communication and not communication leading to a study of certain opposites In D.W. Winnicott, *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*. London.

- Wolke, D., & Lereya, S.T. (2015). Review. *Long-term effects of bullying*. Department of Psychology and Division of Mental Health and Wellbeing, University of Warwick, Coventry UK.
- Wurmser, L. (1981). *The mask of shame*. Baltimore: John Hopkins University Press.
- Wurmser, L. Shame (1987). The veiled companion of narcissism. In D.L. Nathanson (Eds.), *The Many Faces of Shame*. New York: The Guilford Press, s. 64-92.
- Zahavi, D. (2014). *Self & Other – Exploring Subjectivity, Empathy and Shame*. Oxford: Oxford University Press.