

PSYKOTERAPIENS KULTURELLE GRUND

Carsten René Jørgensen

Med udgangspunkt i bl.a. Jerome Franks klassiske behandling af de psykoterapeutiske virkningsfaktorer argumenteres for, at effekten af psykoterapi i nogen grad er bundet til den kulturelle kontekst som psykoterapien er en del af – og hvor psykoterapien til dels henter sin legitimitet som effektiv metode til behandling af psykiske forstyrrelser. Når kulturen – som i disse år – forandres væsentligt og med en hidtil uset hastighed, må man overveje, hvorledes dette influerer på, hvilke psykoterapeutiske behandlingsformer, der er fremherskende og har de bedste muligheder for at opnå gode resultater. En beskrivelse af centrale tendenser i den senmoderne vestlige kultur, de heraf følgende udfordringer til og belastninger af det enkelte menneske, og ændringer i den dominerende socialkarakter, leder frem til en skitsering af, hvorledes observerbare kulturelle forandringer påvirker den terapeutiske relation, og hvordan man forstår psykopatologi og dens behandling. Roy Schafers narrative psykoanalyse, Kohuts selvpsykologi og den interpersonelle psykoanalyse fremdrages som eksempler på nyere psykodynamiske teoridannelser, der på forskellig vis afspejler – og har formået at skabe behandlingskoncepter til håndtering af problemer knyttet til – fremherskende tendenser i senmoderniteten. Endelig peges på, hvorledes den voldsomme vækst i markedet for psykoterapi antageligt hænger sammen med, at psykoterapien som behandlingsform er i overensstemmelse med markante træk ved senmoderniteten.

»The sites of .. power are people's minds«
(Castells 1997:359)

I sit klassiske arbejde »Persuasion and Healing« opstiller Jerome Frank (1973:325ff) fire kategorier af virkningsfaktorer, som han mener er fælles for alle psykoterapeutiske behandlingsmetoder: (1) et emotionelt ladet tillidsfuldt forhold imellem patient og terapeut, (2) en socialt og dermed kulturelt legitimeret behandlingssammenhæng (som f.eks. kirken eller hospitalet), (3) en »myte« eller fortælling, som indskriver patientens vanskeligheder i en meningsfuld sammenhæng og »forklarer« disse, og endelig (4) en sam-

ling ritualer eller behandlingsteknikker, der, som han siger, giver patienten et alibi for at forandre sig. Disse ritualer er kulturelt sanktionerede og understøttes således af kulturelt funderede forestillinger om psykiske sygdommes natur, opståen og behandling. Selvom man kan argumentere for, at Frank tilsyneladende overser, at visse psykoteraapeutiske metoder tildels er videnskabeligt begrundede, hvorfor deres effekt ikke i samme grad kan henføres til kulturelle forestillinger – og de derfor må formodes i nogen grad at være anvendelige på tværs af kulturer – så peger han på den væsentlige kendsgerning, at effekten af eksempelvis psykodynamisk psykoteraapi antageligt i langt højere grad end vi normalt forestiller os, er bundet til den kultur, den er en del af. Samtidig stiller Frank spørgsmålstegn ved forestillingen om, at grundstrukturen i den videnskabeligt funderede psykoteraapi skulle adskille sig afgørende fra tidligere tiders »primitive« – oftest religiøst baserede – metoder til behandling af psykiske forstyrrelser. Psykoteraapien er således inspireret af bl.a. retorikkens brug af metaforer og sensoriske billeder og af religionernes metoder til etablering af kirkelige autoriteter (jf. patientens ikke altid rationelle tro på terapeutens evner og særlige adgang til det psykiske).

Enhver virksom behandlingsmetode er indskrevet i en kultur, der understøtter og legitimerer den som en virksom metode til at udløse forandring. Det er således tildels en forudsætning for et godt behandlingsudbytte, at den anvendte terapeu-tiske metode er forenelig med kulturens (eventuelt en veletableret subkulturs) dominerende værdier, normer og fortællinger (Frank 1974:203). Psykoteraapeutens »healing power« er bl.a. afhængig af patientens forventninger om at få hjælp – og af patientens tillid til, at terapeuten kan og vil hjælpe. Patienten må opleve terapeuten som en person med en særlig autoritet og med evner til at forstå og behandle psykiske vanskeligheder. Disse forventningsfaktorer (jf. Hougaard 1996:95ff) – der må antages at have afgørende betydning for det terapeu-tiske udbytte – opstår ikke alene i det særegne møde imellem den enkelte patient og terapeut, men trækker på et reservoir af kulturelle forestillinger om psykiske vanskeligheders beskaffenhed, hvordan de opstår, manifesteres og behandles. Den senmoderne vestlige kultur rummer således – ligesom enhver anden kultur – en række fortællinger om menneskets psykologi og psykiske vanskeligheder, der tilsammen er en væsentlig del af grundlaget for, at patienten tilskriver psykoteraapeuten, de anvendte ritualer/behandlingsmetoder og behandlingens institutionelle ramme, den nødvendige autoritet.

Fra den – ganske vist sparsomme – udforskning af patient-terapeut og patient-metode matching ved vi, at et godt behandlingsresultat typisk forudsætter, at der ikke er for stor afstand imellem patientens og terapeutens kulturelle forestillingsverden, ligesom den anvendte behandlingsmetode må være forenelig med såvel terapeutens som patientens forestillinger om selvet og om psykiske vanskeligheders natur og håndtering (Beutler et al.1994:229-43). Endvidere er det en central del af den terapeu-tiske allian-

ce – der i talrige undersøgelser er påvist afgørende for behandlingsudbytte (Jørgensen 1998) – at patient og terapeut kan nå til enighed om, hvad der er målet for behandlingen, og hvilke metoder, der skal anvendes for at nå dette mål. Dette forudsætter en betydelig grad af – ofte primært implicit/uudtalt – enighed om, hvad der er patientens problem, hvordan dette er opstået og opretholdes, og hvordan »man« bedst behandler et sådant problem. Når det i de fleste tilfælde er muligt at nå til en tilstrækkelig grad af enighed hænger dette bl.a. sammen med, at patient og terapeut er indskrevet i en fælles kultur og således deler grundlæggende fortællinger om psykiske vanskeligheders natur og behandling. Omvendt vil det ofte give anledning til betydelige vanskeligheder i opbygning og vedligeholdelse af den terapeutiske alliance, hvis patient og terapeut er indskrevet i væsensforskellige kulturelle forestillingsverdener – som det eksempelvis er tilfældet når psykoterapeuter fra den vestlige kulturkreds arbejder med flygtninge fra andre kulturer og med mennesker hvis socialisering afviger betydeligt fra den dominerende tradition i den senmoderne vestlige kultur.

Myter og teorier om sygdom og helbredelse er en central del af enhver kulturs forestillingsverden. Denne forestillingsverden – der med forskellige variationer internaliseres og bliver en del af det enkelte menneskes horisont og grundlag for at forstå sig selv og sin omverden – har betydning for, hvilke teorier om – og metoder til behandling af – psykiske vanskeligheder, der kan vinde tilhængere som »rigtige« og virksomme, ligesom den – i naturlig forlængelse af dette – har indflydelse på, hvilke behandlingsmetoder, der rent faktisk vil være istand til at opnå positive resultater (jf. forventningsfaktorerens betydning for behandlingsudbytte). Aktuelt kan man bl.a. se de mange bestræbelser på at opstille lister over såkaldt evidensbaserede behandlingsformer (Roth & Fonagy 1996) – med henvisning til videnskabelige undersøgelser af behandlingseffekt – som et forsøg på at understøtte visse behandlingsformers kulturelle legitimitet, der samtidig kan styrke den enkelte behandleres autoritet i mødet med patienten. I denne forbindelse må det bemærkes, at man i store dele af den vestlige samtidskultur kan opnå autoritet ved at henvise til videnskabelige undersøgelser. Parallelt med dette eksisterer imidlertid også mindre subkulturer, hvor man afviser det etablerede behandlingssystem og dets grundlag for at påkalde sig autoritet. I stedet foretrækkes alternative behandlere og behandlingsmiljøer, hvis autoritet ofte er baseret på transcendentale forestillinger og systemer.

Man må forvente, at væsentlige kulturelle forandringer betyder, at ikke blot karakteren af fremherskende psykiske forstyrrelser, men også de dominerende forestillinger om deres opståen og helbredelse, vil ændre karakter. De seneste årtiers betydelige forandringer i den vestlige kulturs grundstrukturer og forestillinger må derfor antages at influere på, hvilke teorier, fortællinger og myter om psykiske forstyrrelser, der kan opnå legitimitet og autoritet, ligesom karakteren af de kulturelt understøttede – og hermed po-

tentielt mest effektfulde – behandlingsritualer, vil afspejle disse kulturelle forandringer. Samtidig vil de iagttagelige kulturelle forandringer betyde, at en række behandlingsformer, der er udsprunget af en fortidig kulturel logik, vil miste autoritet, komme ud af trit med sin samtid og gradvist blive forældet i den forstand, at de ikke længere kan danne det nødvendige grundlag for at møde patienten og forstå dennes vanskeligheder.

Psykoteraapien, som vi kender den idag, er et relativt nyt fænomen, der er opstået i tilknytning til moderniteten. Før psykoteraapiens fødsel var det de religiøse fortællinger og ritualer som tjente til at give mening og sammenhæng og helbrede psykiske vanskeligheder. I dag har disse – i størstedelen af de vestlige kulturers befolkninger – mistet en betydelig del af deres kulturelle legitimitet.

I kulturhistorien kan man finde talrige eksempler på væsensforskellige myter eller teorier til forståelse af, det vi i dag betragter som psykiske forstyrrelser, ligesom der tilsvarende har været anvendt væsensforskellige metoder til at håndtere eller »behandle« sådanne tilstande. I det gamle Egypten blev sygdomme betragtet som gudernes straf for overtrædelse af gudgivne regler og tabuer. Guderne blev tilskrevet magt til at sende sygdomme, som kunne ramme enten enkeltindivider eller hele folk. Den væsentligste behandlingsmetode – der samtidig blev anvendt til sygdomsforebyggelse – var ofringer til guderne. Helbredelse gik igennem tilgivelse for sine (individuelle eller kollektive) synder – en tilgivelse man selv kunne bidrage til, ved at ofre dyr, ejendom eller dele af sig selv. Senere blev sygdomme forbundet med besættelse af onde ånder eller dæmoniske kræfters hærgen – og behandlingen bestod i at formilde eller uddrive disse ved eksorcisme eller anvendelse af ilde lugtende og/eller ilde smagende væsker, urter eller lignende. Endelig kunne man benytte sig af vellugtende røgelse og offerdyr for at påkalde de gode kræfter til forenet kamp imod det onde. Fælles for disse transcendentale – og i vid udstrækning antropomorfistiske – fortællinger til forståelse af sygdom er, at de søger sygdommens årsager i en verden hinsides menneskets jordiske liv. Allerede hos de gamle grækere kan man imidlertid finde de første spæde skridt til den i dag dominerende tradition for at kigge efter årsager til (her primært fysiske) sygdomme i det enkelte menneskes liv og levevis – startende med et fokus på balancerne imellem forskellige kropsvæsker og, hvordan disse kunne påvirkes af, hvorledes den enkelte levede. I det moderne samfund, hvor psykoanalysen i det seneste århundrede har været dagsordensættende, er psykiske sygdomme bl.a. blevet forbundet med faktorer i barndommen, traumatiske oplevelser og gentagne konflikter i individets møde med kulturen og andre mennesker. Parallelt med dette har den medicinske psykiatri – og i de senere år med stadigt større held – forsøgt at knytte psykiske sygdomme sammen med biologiske faktorer og dysfunktioner i hjernen.

De mange forestillinger om sygdomme og deres helbredelse, man kan se beskrevet i kulturhistorien, har det tilfælles, at de alle ligger i naturlig for-

længelse af – og afspejler – hvordan mennesket på et givent tidspunkt i en given kultur opfatter sig selv og verden omkring sig. Det er således væsentligt at spørge, hvordan de betydelige forandringer i den senmoderne vestlige kultur – hvor kulturen notorisk forandres langt hurtigere end i nogen anden kendt tidsalder – influerer på – og afspejles i – vores forståelse af psykopatologi og af kompetent psykotераpeutisk behandling. Dette er naturligvis et yderst kompliceret spørgsmål, der langtfra kan besvares fyldestgørende i en artikel som denne. Ambitionen er da også kun at komme med enkelte brudstykker til en forståelse af, hvorledes forandringer i den senmoderne vestlige kultur influerer på den psykologiske forståelse og behandling af psykopatologi.

Den senmoderne vestlige kultur

Når man vil behandle samtidskulturelle tendensers mulige nedslag i det psykotераpeutiske rum, må man skitsere (1) markante tendenser og forandringer i den senmoderne kultur, (2) hvordan elementer af den senmoderne kultur influerer på det enkelte menneskes liv, og (3) hvorledes de iagttagelige kulturelle tendenser forandrer dels det enkelte menneskes psykologiske fungeren, dels den dominerende socialkarakter. I denne forbindelse må man være opmærksom på, at på den ene side faktiske forandringer af socialkarakteren og hyppigt forekommende psykopatologiformer, og på den anden side ændringer i de dominerende teorier eller fortællinger om menneskets psykologi og psykopatologiens væsen og opståen, ikke nødvendigvis er sammenfaldende. Selvom forandringer på disse to niveauer altså ikke altid sker parallelt, må man dog fastholde, at en videnskabeligt funderet forståelse af menneskets socialkarakter og psykopatologi i betydelig grad afspejler – og er istand til at formulere – centrale elementer i samtidens socialkarakter og hyppigt forekommende patologiformer. Naturligvis er det ikke alt der kan reduceres til tilfældige myter eller fortællinger (sociale konstruktioner) om menneskets psykologi og psykiske sygdomme. Alligevel må en afdekning af en patologiforståelse og behandlingsteoris kulturelle rødder og relativitet give anledning til varsomhed med ureflekteret essentialisering og naturalisering af teorier, ligesom man altid må være opmærksom på tendenser til at tillægge en given teori universel gyldighed. Enhver psykotераpeutisk teori og metode hviler på en kulturel grund, der på forskellig vis bidrager til dens autoritet, »sandhed« og behandlingsresultater i en given kulturel kontekst.

Som det til stadighed understreges af den fremtrædende engelske sociolog Anthony Giddens, er der »gode og objektive grunde til at antage, at vi lever i en periode med [kulturelle og samfundsmæssige] forandringer af historiske dimensioner« (Giddens 1999:1). I løbet af blot et enkelt århundrede har hovedparten af de vestlige samfund udviklet sig fra, overvejen-

de at være traditionelle bondesamfund over hastigt ekspanderende industrisamfund til nu at være en del af et globalt hyper- eller senmoderne forbrugs og netværkssamfund (Castells 1997). Dette betydelige skred i de vestlige samfunds grundlæggende strukturer hænger bl.a. sammen med en stadig accelererende teknologisk udvikling, der i det seneste årti har medført en næsten eksplosionsagtig udvikling af informationsteknologi og medier for massekommunikation. Parallelt med dette er tidligere tiders geografiske og mentale grænser i vid udstrækning blevet nedbrudt, og globaliseringen af verdensøkonomien har bidraget til en betydelig grad af nedbrydning af lokale (og nationale) fællesskaber. Samtidig synes mennesket at have et grundlæggende og uforanderligt behov for at være en del af et fællesskab, hvor det kan finde anerkendelse, mening og sammenhæng – og vi ser i dag eksempler på regressiv søgen efter hjemstavn, fællesskaber og faste holddepunkter i form af nationalisme, religiøs fundamentalisme og racistiske bevægelser mv.

Den høje forandringshastighed har betydet, at traditioner og fællesskaber som tidligere havde en autoritet og kunne fungere som faste – nærmest uforanderlige – holddepunkter, nu mister deres legitimitet. Det, som var rigtigt og blev betragtet som gyldigt i går, er i dag højest af historisk interesse. Denne de-traditionalisering ledsages af en vidtgående de-legitimering af enhver form for autoritet. I den senmoderne treenighed: hyper-individualisme, relativisme og liberalisme, har enhver ret til at bestemme over sit eget liv. Det gode liv er, hvad den enkelte føler er rigtigt og stræber efter. Enhver har sin egen sandhed, som han eller hun har pligt til at være loyal overfor og leve i overensstemmelse med. Som udgangspunkt er enhver relation egalitær – en relation imellem ligestillede – og ingen har pligt til at underkaste sig overindividuelle forestillinger eller værdier, der ligger udover det enkelte individ og dets frie valg på et frit marked. Det er i dag de færreste som åbent anerkender, at der ligger noget udover eller højere end det individuelle selv, der søger sin egen lykke. Individets frihed og ukrænkelighed er i dag den højest rangerende værdi – og den fungerer som målestok for alle andre værdier (Bauman 1997:2).

Den omfattende nedbrydning af – og løsrivelse fra – historiske traditioner, (ofte undertrykkende) systemer og overindividuelle (politiske eller religiøse) forestillinger har frisat det enkelte individ til at vælge sig selv, vælge sit eget liv – til at realisere sig selv i overensstemmelse med sin egen indre sandhed. Dette frigør – og åbner mulighed for – en betydelig dynamik og kreativitet hos hvert enkelt menneske, der samlet set har understøttet en vedvarende – til tider nærmest eksplosiv – vækst i den samfundsmæssige dynamik. Samtidig medfører den fremherskende individualisme og ledsagende nedbrydning af traditionelle (formelle og uformelle) fællesskaber (herunder velfærdsstaten), at det enkelte individ i langt højere grad end tidligere i det tyvende århundrede kommer til at stå alene. Som den danske historiker Henrik Jensen har påpeget, så betyder eroderingen af det nære

sociale netværk (familien, kirken, fagforeningen) nok umiddelbart en øget frihed. Med tiden kan dette imidlertid også give anledning til øgede problemer med rodløshed, uklare grænser, ansvarsløshed og meningsløshed (Jensen 1998:28). Der er ikke længere de samme institutionelle og sociale bindinger på individets udfoldelse.

Det enkelte menneske lever i en global virkelighed og bombarderes dagligt med informationer, der muligvis – muligvis ikke – får afgørende indflydelse på den enkeltes fremtid og hverdagsliv. For de fleste betyder dette, at verden kommer til at fremtræde uoverskuelig, kaotisk og fragmenteret – uden nogen fortælling eller referenceramme til at skabe den nødvendige mening og sammenhæng – og man kan blive paralyseret af de uoverskueligt mange valgmuligheder og frykten for at vælge forkert.

Når individet er medlem af et fællesskab, er en række valg så at sige givet på forhånd, ligesom der er adgang til et fortolkningssystem, som kan give de fleste af livets tildragelser mening. Med moderniseringen og sekulariseringen er fællesskabernes transcendentale ophæng brudt sammen (gud er død), og de er langt mere sårbare end tidligere. Som det allerede blev behandlet af Emile Durkheim (1897), fører opløsningen af fællesskaberne og eroderingen af civilsamfundets autoritet til en anomisk tilstand, der kan udløse en række sociale patologier (hos Durkheim selvmord). Durkheim (1897:130ff) forklarer dette med henvisning til en for stor afstand imellem menneskets i princippet umættelige – kulturelt katalyserede – behov og mulighederne for at få disse tilfredsstillet. Denne forklaring synes stadig at have en vis aktualitet i dag, hvor afstanden imellem den dominerende fortælling om individets muligheder for frit at finde/vælge lykken og realisere sig selv, og realiteten, som snarere er, at mange mennesker af forskellige grunde ikke kan træffe de valg, som de virkelig ønsker, bliver stadig større (jf. Bauman 2000:39). Når afstanden imellem kulturens dominerende fortælling om det autonome individ, og mange menneskers vanskeligheder med at realisere dette, bliver for stor, giver dette anledning til frustration og følelse af egen utilstrækkelighed, der i alvorligere tilfælde kan være medvirkende årsag til psykopatologi. I tråd med historiens periodiske vekslende mellem nomos og anomi befinder den senmoderne vestlige kultur sig overvejende i en anomisk tilstand med sin karakteristiske begrædning af en tabt orden, stærk kreativ grøde, tendens til grænseafsøgning, dyrkelse af det ekstreme og tegn på social opløsning (jf. Jensen 2000, 1998:35ff).

Familie, slægt, social klasse, boligkvarter osv. er naturligvis stadig reelt eksisterende rammer for den enkeltes udvikling – men primært som, hvad Bauman (2000:6) har kaldt levende døde zombie-institutioner. Arvegods er billetter til et tog der er kørt (Jensen 2000:45); strategier for det gode liv, som er nedlagt i traditionen og i de sociale institutioner, er ikke længere anvendelige i en kultur med så høj forandringshastighed. De mange opskrifter på det gode liv bærer alle en sidste anvendelsesdag – og allerede længe inden udløbsdato falder deres værdi betydeligt – udkonkurreret af nye og

»forbedrede« tilbud. Mållinien flytter sig hele tiden – og altid hurtigere end den hurtigste løber. Der er aldrig nogen som når i mål og trygt kan læne sig tilbage med følelsen af, at have realiseret det gode liv (jf. Bauman 2000: 72).

Hvor den enkeltes identitet tidligere var givet på forhånd i kraft af et nærmest medfødt tilhørsforhold til en familie/slægt, en social klasse, en religiøs menighed osv – da er identitetsdannelsen i dag blevet en livslang opgave for den enkelte. I den post-traditionelle kultur er mennesket identitetsmæssigt underfrankeret, selvet er blevet refleksivt (Giddens 1991:46), og det er et til døden ufuldendt projekt at skabe sin identitet. Bauman (1995:81) mener endog, at hvor modernitetens identitetsproblem primært var centreret omkring, hvordan man konstruerer en identitet og fastholder denne som en stabil størrelse, så er opgaven i post- eller sen-moderniteten i højere grad, at undgå at blive lagt fast i en enkelt identitet og holde alle muligheder åbne. Hos Bauman (1997:89f) er turisten blevet det prototypiske udtryk for mennesket i senmoderniteten. Som turisten er det vigtigt at undgå langtidspforpligtigelser og undgå at binde sig, så man kan være maksimalt fleksibel og flytte sig efter de seneste tendenser på markedet for identitet. Mobilitet er nøgleordet og man må være i konstant bevægelse, aldrig slå for dybe rødder og generelt leve fra dag til dag. Turisten hos Bauman kan leve i illusionen om, at han selv har valgt altid at være på farten, imens vagabonden – der hos Bauman er turistens modbillede og repræsenterer de mennesker som falder under ud af forbrugssamfundet – mere åbenlyst er tvunget til at bevæge sig fra sted til sted, fordi han alle steder er uønsket.

Det kulturelt frisatte individ står alene og er i vid udstrækning isoleret i den forstand, at det er tvunget til selv at vælge sin livsbane – og i forlængelse af dette – at det selv må bære ansvaret, hvis livet slår fejl eller bliver svært at bære. Når det omnipotente enkeltindivid fejler, falder ansvaret ekstra tungt på individet selv og dets personlige valg. Ansvaret kan ikke længere i samme grad deles med højere magter, der tilskrives indflydelse på menneskets skæbne – og kan være garant for en højere mening eller sammenhæng i umiddelbart absurde eller ubærelige hændelser. Enkeltindividet er henvist til at finde målet og meningen med sit liv i sig selv. Når der samtidig i vid udstrækning stilles spørgsmålstejn ved alle hidtidige strategier til konstruktion af identitet, så har dette antageligt medvirket til, at især yngre mennesker generelt er blevet mere selv-centrerede og mere søgende – enkeltstående individer, der søger efter et grundlag og efter holdepunkter for at opbygge en personlig identitet. I en situation, hvor ydre holdepunkter mister deres legitimitet og autoritet, er det en ganske naturlig strategi, dels at søge efter indre holdepunkter, dels selv at skabe sine egne holdepunkter. Opbygningen af selvet og den personlige identitet er på denne måde blevet et æstetisk projekt og selvrealisering går forud for realisering af fælles overindividuelle mål. Frigørelse og selvbestemmenlse er blevet et indre og i den forstand personligt og individuelt anliggende, hvor det tidligere i moderniteten var et fælles samfundsmæssigt og i den forstand kol-

lektivt projekt at frigøre mennesket fra lidelse og undertrykkelse. Psykoterapien, med sit fokus på indre sandheder og selv-realiserings, har således afløst de politiske ideologier og forestillinger om samfundsforandring (McLeod 1997:11f).

Parallelt med denne individualisering er borgeren – på det samfundsmæssige plan – blevet erstattet af enkeltindividet, der er løsrevet fra fællesskabet og hvad dertil hører af ansvar og forpligtigelser (Sennett 1974). Hvor den gode borger søger egen velfærd igennem fællesskabets velfærd, da søger individet i første række sin personlige vej til egen velfærd. Den gode handling er en handling som er i overensstemmelse med individets »sande selv«, indre følelser og behov. Individet er primært forpligtet overfor sig selv, ligesom det er sin egen væsentligste reference. Det er derfor afgørende, at man er »i kontakt med sig selv« og »lytter til sig selv og sin krop«. Denne autencitetskult og autencitetsetik (Taylor 1991) er ledsaget af, hvad man retorisk kan kalde historiens forsvinden. Alt forældes med høj hastighed og tidsperspektivet indsnævres i retning af, at nuet bliver det eneste gyldige. Samtidig ses et opbrud i hidtidige forestillinger om uforanderlige sammenhænge imellem fortid, nutid og fremtid. Det omnipotente individ, der ifølge den dominerende fortælling frit kan vælge sig selv og sit liv, tillægges stadig større frihed i forhold til sin fortid, ligesom det fortælles, at nutiden ikke lægger afgørende bånd på fremtiden. I den forstand »forsvinder« den individuelle og kollektive historie som en faktor med afgørende og uforanderlig indflydelse på nutid og fremtid.

Den tyske sociolog Ulrich Beck (1986) har i et allerede klassisk arbejde beskrevet, hvorledes det senmoderne menneske lever i, hvad han har kaldt et risikosamfund. De seneste årtiers store industrielle og videnskabelige forandringer har været ledsaget af en række utilsigtede bivirkninger i form af menneskeskabte trusler imod menneskets individuelle og kollektive eksistens. De mange opnåede fremskridt i menneskets forsøg på at forstå og opnå kontrol over naturen og sig selv, har både i sig selv produceret nye trusler og ukontrollable processer, ligesom de har givet os en væsentligt større indsigt i, hvad vi må beskyttes os imod. Kampen for sundhed er blevet til en vedholdende kamp imod sygdom og stadigt nye trusler og risici, der invaderer dagliglivet. Derfor må man i dag konstatere, at det i bedste fald er diskutabelt, hvorvidt de opnåede fremskridt har fået det enkelte menneske til at føle sig mere tryk og bedre istand til at mestre det personlige og kollektive liv. Samtidig er oplysningstanken – der (med hjælp fra videnskaben) tilskrev det rationelle, oplyste og dynamiske menneske en lys fremtid uden nød og utryghed – brudt sammen.

I risikosamfundet får dagligdagen overtoner af kamp på liv og død (Jensen 1998:48), som giver anledning til større ængstelighed og utryghed. På overfladen fremtræder enkeltindividet i senmoderniteten ofte mere iøjnefaldende, men identitetsmæssigt er individet svækket – bl.a. fordi det i vidstrækning er overladt til sig selv i sine forsøg på at få tilfredsstillt

grundlæggende menneskelige behov for at kunne opleve mening, tryghed og sammenhæng i sit liv. Det eneste vi ved med sikkerhed er, at vi er usikre; »Jeg tvivler, derfor er jeg«. Alligevel må vi vælge.

Det er et markant træk ved senmodernitetens individualistiske kultur, at kulturen systematisk producerer nye risici, selvmodsigelser og fragmentering, som uundgåeligt slår ned i det enkelte menneskes liv, samtidig med at omkostningerne ved denne kulturelle logik tilskrives enkeltindividets egne personlige valg. Det, der et stykke hen ad vejen er kulturelt determinerede vanskeligheder hos enkeltindivider, er udsat for en udtalt privatisering, dekontekstualisering og individualisering. Vanskeligheder, der er udløst af sociale og kulturelle faktorer, kommer til at fremtræde som alene individuelle. Der søges alene individuelle løsninger på problemer, som i betydelig grad indeholder sociale og kulturelle elementer (jf. Bauman 1995:82). Som det senere vil blive uddybet, er dette både medvirkende årsag til – og en afspejling af – den eksplosive vækst i forbruget af individuel psykoterapi og andre selvteknologier, man har kunnet iagttage i de seneste årtier. Psykoterapi er blevet en del af det yderst lukrative marked for risiko- og uvishedshåndtering. Den danske fremtidsforsker Rolf Jensen (1999) har udpeget markeder for samhørighed, kærlighed, omsorg, tryghed, holdninger og »hvem-er-jeg« som centrale fikspunkter for fremtidig forbrugsekspansion. Dette fortæller samtidig en del om, hvad mennesket i senmoderniteten savner, og at en psykoterapi, der er afpasset til disse behov, vil appellere til det senmoderne menneske.

Når den dominerende kulturelle fortælling – der i dag fremstår næsten eneherskende og synes at have evig gyldighed – hævder, at man frit kan vælge sit liv, og det samtidig kan være vanskeligt at få øje på autoriteter (bortset fra i de fundamentalistiske bevægelser), hvor man kan hente hjælp og støtte i de mange valg, så må den enkelte naturligt opleve en betydelig usikkerhed omkring, hvorvidt han har truffet de rigtige valg og, hvilke konsekvenser de foretagne valg vil få i fremtiden. Samtidig fødes et betydeligt behov for at blive anerkendt og bekræftet i sine valg, ligesom der vil være behov for at få bearbejdet eventuelle forkerte valg.

Forskydninger i den fremherskende socialkarakter

I takt med at de vestlige samfund har udviklet sig fra enkeltstående bondesamfund over industrisamfund til det nuværende globale informations eller netværkssamfund, er fordringerne til det enkelte menneske skiftet fra, at skulle fungere som stadigt mere effektiv arbejder/producent i industrien, til en forventning om at forbruge industriens mange produkter. Der er ikke længere primært behov for disciplinerede arbejdere som tilpasser sig realitetsprincippet, men for umættelige og grådige forbrugere, der lever efter lystprincippet. Selvkontrol er afløst af hedonisme. Hvor man tidligere skul-

le udsætte behovstilfredsstillelsen, kan man nu udsætte betalingen (Bauman 1995:5). Hertil kommer, at det dybest set er umuligt at blive tilfredsstillet (Bauman 1997:71). Som beskrevet af Christopher Lasch (1979:16) er senmodernitetens »psykologiske menneske« hjemløst af angst, det forlanger omgående tilfredsstillelse og lever i en tilstand af grænseløshed, rastløshed og umætteligt begær. Det lever i nuet, i øjeblikket og for sig selv.

Det fleksible, mobile og tilpasningsdygtige individ, der fungerer i henhold til senmodernitetens fremherskende kulturelle logik, må aldrig stå stille men altid stræbe videre efter noget nyt, noget bedre, noget mere. Som beskrevet af Finn Skårderud (1998) vil mennesket i senmoderniteten derfor ofte være præget af rastløshed, angst og indre uro – og der stilles betydelige fordringer til det efterstræbte autonome, uafhængige individs psykologiske kapital. Udfra en psykodynamisk betragtning må det autonome individ – for at kunne stå alene – have internaliseret et godt og omsorgsfuldt objekt (jf. Winnicott 1958:347). Dette gode indre objekt opbygges i vel fungerende forældre-barn relationer, der således bliver en del af den psykologiske forudsætning for at individet kan finde sig tilrette i den fordringsfulde senmoderne kultur. Overordnet betragtet er den kulturelle frisættelse både en velsignelse og en forbandelse, der primært kan udnyttes til egen fordel af det (økonomisk, kulturelt og socialt) ressourcestærke individ (Keupp 1999:198f).

Allerede i 1950'erne begyndte den amerikanske sociolog David Riesman at tegne omridset af de ændringer i den vestlige verdens socialkarakter, der er et resultat af det seneste århundredes markante kulturelle forandringer. Han beskriver (Riesman 1961) tre centrale socialkarakterer, som er karakteristiske for henholdsvis bondesamfundet eller det traditionsstyrede samfund, industrisamfundet, og det vi i dag kalder det sen- eller postmoderne informations eller netværkssamfund.

I det traditionelle samfund er det *traditionsstyrede* menneskes liv mere eller mindre tilrettelagt fra fødsel til død udfra værdier og sociale konventioner, der synes altid at have været gældende og bærende i samfundet. Disse værdier og konventioner fastholdes og videregives fra generation til generation ved hjælp af en række ritualer. Grundlæggende gør man, som man altid har gjort. På dette tidspunkt er menneskets identitetsdannelse givet på forhånd og giver derfor ikke anledning til de store problemer.

Med den voldsomme vækst i europas og senere også i nordamerikas befolkninger, der ses parallelt med udviklingen af industrisamfundet, skabes behov for en socialkarakter, der i højere grad er istand til at leve i samfund med svækkede eller næsten fraværende traditioner. Det *indrestyrede* menneske får tidligt indpodet en række almene værdier og mål, der som et gyroskop fastholder enkeltindividet på en stabil kurs livet igennem. Hvor det enkelte menneske tidligere var underlagt en mere åbenlys ydre kontrol – og trusler om korporlig eller andre former for afstraffelse – er det indrestyrede menneske snarere underlagt en internaliseret form for social kontrol.

Enkeltindividet disciplineres til at disciplinere og kontrollere sig selv.

Med overgangen fra industri til forbrugs- eller konsumsamfundet udvikles det anden- eller *gruppestyrede* menneske, der ikke i samme grad styres af signaler fra en indre, internaliseret kommandocentral, men af skiftende signaler fra omgivelserne. I forbrugs- og massesamfundet, der er præget af høj forandringshastighed og af, at traditionen, historien og tidligere tiders autoriteter mister deres legitimitet og værdi som orienteringspunkter, må det kulturelt frisatte – og enkeltstående – individ være istand til at opfange og tilpasse sig hurtigt skiftende modeluner og kulturelle trends. Gyroskopet udskiftes med en radar til løbende registrering af andres positioner, der kan imiteres efter bedste evne. Dette hyperrefleksive individ må være istand til at planlægge, iværksætte og revidere sin biografi, sin fortælling om sig selv og sin historie ud fra de umiddelbare – og skiftende – omstændigheder, uden bindinger eller faste moralske værdier (Jensen 1998:56).

Stjepan Mestrovic (1997:43ff) har forsøgt at opdatere Riesmans behandling af den vestlige kulturs socialkarakter ved at indføre en fjerde kategori: Det *post-emotionelle* menneske, som stræber efter at blive elsket af alle, undgå konflikter og være flink, rar og positiv. Der er tale om et hypersocialt menneske i den forstand, at det er vedvarende opmærksom på – og intenst optaget af – hvad andre mener om dets tanker, handlinger og følelser. Det postemotionelle menneske er kendetegnet ved standardiserede og forudsigelige følelsesudtryk tilpasset den sociale kontekst, ligesom det er storkonsument af vikarierende emotioner i form af sæbeoperaer, teartralske dramaer, mediedækkede katastrofer, kærlighedsromaner, reality-TV, talkshows, notabiliteters kærlighedsliv osv. Det globaliserede netværkssamfunds fremtrædende socialkarakter fremtræder tendentielt personlighedsløs og i perfekt overensstemmelse med den politiske korrektheds doktriner. Imidlertid må denne overflade ses som en syntetisk og dybest set uærlig, forloren eller inautentisk venlighed, der giver anledning til udbredt længsel efter spontanitet og autencitet.

Ændringer i dominerende forståelse af menneskets psykologi og terapeutiske virkningsfaktorer

I det traditionsstyrede samfund opererer man ikke med særskilte endsige differentierede psykiske forstyrrelser forårsaget af forhold i den individuelle historie og/eller i kulturen. De første skridt til etablering af psykiatrien og psykoteraapeutisk behandling tages først i det moderne industrisamfund, hvor socialkarakteren og forståelsen af enkeltindividet er markant forandret.

Hos den amerikanske psykolog Philip Cushman (1990, 1995, 1999) kan man finde tre væsensforskellige begrebsliggørelser af psykopatologiens natur, opståen og behandling, der på visse punkter svarer til Riesmans be-

skrivelse af den indrestyrede og den gruppestyrede socialkarakter. Cushman skelner imellem (1) det hæmmede victorianske selv, (2) det tomme moderne selv, og (3) det multiple sen- eller postmoderne selv.

Den victorianske kulturs *hæmmede selv* forsøger at finde en tålelig balance imellem den menneskelige natur, præget af stærke seksuelle og aggressive drifter, og den victorianske kulturs fordringer om selvkontrol, selvdisciplin og rationalitet. Denne beskrivelse af det konfliktfyldte menneske minder på mange måder om Riesmans indrestyrede socialkarakter. Max Weber (1905) har tilsvarende talt om installeringen af den protestantiske etik. I forlængelse af dette kan man betragte Freuds driftsteori og den klassiske psykoanalytiske patologiforståelse, hvor psykopatologi ses som et resultat af hæmmede eller utilfredsstillende drifter, som forsøg på at begreb- liggøre tilstande af overtilpasning til den victorianske kultur og til industrisamfundets fordringer om selvkontrol og udsættelse af behovstilfredsstillelse. Tilsvarende er den klassiske psykoanalytiske samtalebehandling – centreret omkring den neutrale terapeuts autoritative fortolkninger af patientens materiale med henblik på opnåelse af indsigt i indrepsykiske konflikter – udviklet til behandling af psykiske vanskeligheder hos det hæmmede og overkontrollerede indrestyrede menneske. Det hæmmede selv frigøres via indsigt i sine indrepsykiske konflikter og sin personlige historie, og jeg'et styrkes i sine bestræbelser på at opnå en tålelig balance imellem id'et, overjeg'et og den ydre realitet. Målet er en afbalanceret installation af det realitetsprincip, som er afgørende for at kunne fungere i industrisamfundet.

Det *tomme selv*, der ifølge Cushman udvikles i industrisamfundets sidste årtier før overgangen til det sen- eller postmoderne forbrugssamfund, er kendetegnet ved en kronisk indre tomhed og ledsagende hunger efter at blive fyldt op. Som følge af fraværet af stabile og gensidigt forpligtende fællesskaber, fravær af holdbare traditioner og fælles fortællinger til at skabe mening og sammenhæng i livet, oplever det enkeltstående individ en fremmedgørelse og fragmentering, som søges bekæmpet ved konsum, mad, underholdning, spektakulære oplevelser, romantik og empatiske psykoterapeuter (Cushman 1990:600). Riesmans beskrivelse af det ydre- eller gruppestyrede individ har en række træk tilfælles med både det tomme selv og det multiple selv (se nedenfor), som er under udvikling i overgangen fra industri til informations- og forbrugssamfundet. Psykopatologi hos det tomme selv er blevet forbundet med, at den oplevede indre tomhed bliver ubærelig og at individet får vanskeligheder med at indgå i gensidigt forpligtende og givende interpersonelle relationer. Endvidere knyttes psykopatologiens opståen, løbende vedligeholdelse og manifestation sammen med, at individet er blevet fastlåst i stadige gentagelser af belastende mønstre for interageren med andre. Samlet kan man sige, at hvor det tidligere – hos det hæmmede selv – var indre konflikter, som var i fokus for forståelsen af psykopatologi, er det nu de interpersonelle relationer, der er udgangspunkt

for det dominerende psykodynamiske patologibegreb. I forlængelse af dette må patienten indgå i en ny relation til en autentisk tilstedeværende behandler, hvor de belastende samspilmønstre fra patientens fortid netop ikke gentages. Endvidere bliver det tomme selv fyldt op med nye fortællinger om selvet og dets historie – og med nye erfaringer fra den terapeutiske relation. Med den psykodynamiske psykologi vil man sige, at terapeuten internaliseres og etableres som et godt indre objekt. Hvor overskriften for den klassiske psykoanalytiske behandling – rettet imod industrisamfundets hæmmede selv – er, »sandheden gør fri«, er rationalet for behandlingen af det tomme selv snarere, at den nye relation og den nye fortælling skaber dybde og ny mening.

Ifølge Cushman (1999) er det tomme selv i disse år ved at blive afløst af det *multiple selv*, der ligesom det tomme selv er uden en egentlig indre kerne, men ikke længere oplever den samme trang til at blive fyldt op. Selvet er ikke andet end en samling af forskellige identiteter, der i en vis forstand er ydre i forhold til individet og samtidig identificeres med dette. Det centrale er ikke længere at befolke et indre rum, men at blive istand til at præsentere den mest effektive og attraktive identitet på det optimale tidspunkt (Cushman 1999:17). Ligesom for det tomme selv har forbrug og besiddelse af objekter stadig afgørende betydning for selvet. Fordi det er blevet afgørende at være istand til at skifte imellem forskellige identiteter/personligheder/selver – at have adgang til flere udfoldede fortællinger om selvet og dets historie – er målet med forbruget imidlertid ikke længere (en ganske vis illusorisk) realisering af det gode liv, men at udvikle flere og mere tiltrækkende og succesfulde identiteter. Shopping og besiddelse af bestemte objekter er blevet den centrale metode til at udtrykke og realisere sig selv. I en fragmenteret virkelighed præget af paradokser, selvmodsigende forventninger til det enkelte individ og uløselige rollekonflikter, er det værdifuldt at have adgang til et bredt repertoire af identiteter eller personligheder. Den udbredte af-traditionalisering og de-legitimering af autoriteter har ført til en social produktion af nomader, for hvem det er et personligt projekt at skabe den nødvendige sammenhæng imellem de mange parallelt eksisterende sociale roller og selver. Den tyske psykolog Heiner Keupp (1999) taler om, at mennesket må opbygge en patchworkidentitet. Psykopatologi opstår når en sådan sammensat identitet – det multiple selv – bryder sammen p.gr.a. manglende sammenhængskraft eller for stor modstrid eller konflikt imellem de enkelte dele. Personer med utilstrækkelig indre struktur har – når de møder en verden uden tydelig struktur og orden og præget af høj forandrings-hastighed – ekstra stort behov for struktur og stabilitet for at skabe mening og sammenhæng i deres oplevelser.

Tabel 1: Oversigt over sammenhænge imellem samfundsform, dominerende socialkarakter, fremtrædende psykodynamisk forståelse af den menneskelige psykologi og prominente psykodynamiske behandlingsformer

Samfundsform:	Dominerende socialkarakter:	Psykodynamisk forståelse af psykologi:	Fremtrædende psykotераpeutisk behandlingsform:
Bondesamfund	Traditionsstyrede	Psykodynamisk forståelse eksisterer ikke	Psykotераpi eksisterer ikke
Moderne industrisamfund	Indrestyrede (arbejder, producent)	Det konfliktfyldte, hæmmede selv (identitet beror på indrepsykiske processer)	Klassisk psykoanalyse
Senmoderne forbrugssamfund	Ydre/gruppe-styrede (forbruger)	Det tomme selv (identitet beror på indrepsykiske processer)	Terapi inspireret af Kohut, Winnicott, Balint m.fl.
Sen/postmoderne globaliseret informations-samfund	Ydre/gruppe-styrede, post-emotionelle (forbruger)	Det multiple selv (identitet er socialt konstrueret)	Narrativ psykoanalyse, interpersonel psykoanalyse

Freud og den klassiske psykoanalyse tager (i lighed med bl.a. Weber, Durkheim og Bibelen) afsæt i, hvad man kan kalde en klassisk opfattelse af menneskets natur (jf. Strenger 1989); mennesket betragtes som et ufuldstændigt væsen der må disciplineres for at blive anstændigt – realitetsprincippet må installeres for at bringe dets medfødte (asociale) drifter under kontrol. Derfor tager terapeuten realitetsprincippet som udgangspunkt for sit virke – der følgelig er præget af objektiv og rationel analyse. I modsætning til dette er den typiske teori til forståelse af det tomme menneske – hos f.eks. Kohut og Winnicott – baseret på det apriorisk gode menneske. Winnicott (1960:193f) skelner endog imellem det sande selv, der skal gives optimale muligheder for udfoldelse, og det falske selv, der er resultat af belastninger og udviklingshæmmende erfaringer. De er her på linie med eksempelvis Rousseau, Marx, Stuart Mill og Adam Smith: Ondskab, dårlighed og patologi (i form af manglende eller skævvredet udvikling) opstår, når det fra naturens hånd gode menneske møder samfundsmæssige og kulturelle begrænsninger eller udsættes for belastninger i sin personlige historie. I behandlingen søger og understøtter terapeuten den sunde stræben og det sårbare selv bag patologien, der ses som et forsvar imod en ond omverden. Terapeuten skal fremstå som det gode, empatiske og autentiske objekt i en verden præget af inautenticitet og ondskab. Som det er beskrevet hos Kohut (1984:120, 266), skal terapeuten fra sin position som det go-

de selvobjekt spejle patientens indre, og igangsætte den udviklingsproces, som er blevet sat istå af tidlige omsorgspersoners manglende empati og begrænsning af selvets udfoldelse. Igennem »forvandlende internalisering« af det empatiske selvobjekt (terapeuten) får det tomme selv opbygget en indre struktur (Kohut 1971:49f, 1984:110). Tilsvarende taler Ferenczi- og Balint-inspirerede terapeuter om mangelpatologi, hvor det er terapeutens primære opgave at igangsætte en blokeret udviklingsproces ved at kompensere for tidlige omsorgspersoners svigt og krænkelser – og fylde det tomme selv med struktur og gode objekter (jf. Jørgensen 1997).

Hvor både den klassiske og den selvpsykologiske (og tildels den objektrelationsteoretiske) psykoanalyse bygger på en antagelse om, at mennesket har en medfødt natur eller essens, så tager en postmoderne eller konstruktivistisk forståelse – som søger at forstå det multiple selv og behandle patologiske udviklinger af dette – udgangspunkt i den opfattelse, at mennesket ikke har nogen egentlig essens eller natur (som kan hæmmes eller undertrykkes). Mennesket skabes løbende i samspillet med sin omverden og andre mennesker. Individet dekonstrueres og en persons identitet eller selv konstitueres i ethvert her-og-nu af den sociale kontekst og de aktuelle sociale relationer. I forlængelse af dette er det bl.a. psykoteraapeutens opgave at være ledsager og katalysator i patientens bestræbelse på at konstruere en ny, mere sammenhængende og mindre belastende fortælling om selvet og dets historie.

Den narrative psykoanalytiker Roy Schafer betragter selvet som en fortælling om individualitet – ikke som en aktiv agent. Selvet er en fortælling og en vedholdende refleksiv proces snarere end en fortæller (Schafer 1978:86, 1983:219). Individet er en række (narrativt konstituerede) selver. Selvet har ingen substans eller essens men eksisterer alene som forskellige (multiple) versioner af fortællinger uden entydig grund (Schafer 1992:27). Den personlige historie, selvrepræsentation og selvbillede eksisterer ikke som entydige (objektive) størrelser men konstrueres som fortællinger eller narrative strategier, der gør det muligt for individet at skabe et følelsesmæssigt kohærent billede af sig selv og sit liv (ibid.:34). I den narrative psykoteraapi skaber behandler og patient i fællesskab forskellige versioner af – eller historier om – nutiden og fortiden (Schafer 1983:205) og i den forstand skabes ikke ét men flere selver. Samtidig indskrives patientens fragmenterede fortælling(er) i en større fortælling om patientens liv og selv – og i den psykoanalytiske fortælling om den menneskelige psykologi – som giver patienten en følelse af mening og sammenhæng (Schafer 1983:224f).

I lighed med Schafers narrative psykoanalyse er også den interpersonelle psykoanalyse (Jørgensen 1999) rettet imod forståelse og behandling af senmodernitetens multiple selv. Hos de interpersonelle psykoanalytikere er selvet radikalt indlejret i sine interpersonelle relationer og skifter med den interpersonelle kontekst (jf. Mitchell 1993:106). Mitchell sammenligner selvet med en film, der som bekendt (i sin klassiske form) er opbygget af en

række enkeltstående billeder, der – når de vises »sammen« (hurtigt efter hinanden) – fremtræder kontinuert og integreret. Imidlertid er denne oplevelse af kontinuitet og bevægelse i en entitet, som grundlæggende er den samme, i virkeligheden en illusion (Mitchell 1993:115). Den interpersonelle psykoanalyse afviser den spatiale forestilling om selvet som en essens – og man kan ikke tale om et fast kerneselv (ibid.:130). Identitet og andethed er uløseligt forbundne. Målet for den interpersonelle psykoanalytiske behandling er at øge patientens evne til at rumme multiple (skiftende og konfliktfyldte) versioner af selvet. Lærer patienten at leve med flere identiteter styrkes samtidig oplevelsen af selvet som en fleksibel og dog varig enhed. Endvidere stræbes efter at styrke patientens evne til at finde kontinuitet på tværs af oplevelser, hvilket øger tolerancen for multiple versioner af selvet (Mitchell 1993:116). Endelig arbejdes på at sætte patienten istand til at tolerere fravær af mening og det uforståelige. Hvor Schafers narrative psykoanalyse i første række stræber efter at skabe sammenhæng og mening via opbygning af et eller flere nye narrativer, da er den interpersonelle psykoanalyses bestræbelse at øge tolerancen for flertydighed og meningsløshed, og evnen til at rumme flere og flydende versioner af selvet (Mitchell 1993:105).

Hos de mere radikale repræsentanter for den interpersonelle psykoanalyse synes patientens indre og individuelle historie næsten at forsvinde. Individet eksisterer kun i interpersonelle relationer (ibid.:124f). I det terapeutiske arbejde forskydes opmærksomheden til det intersubjektive domæne, til det som udspiller sig i den terapeutiske relation her-og-nu. Den interpersonelle analytiker arbejder udfra en perspektivistisk epistemologi, der understøtter en egalitær behandlingsrelation – og er i den forstand i tråd med senmodernitetens delegitimering af autoriteter og krav om egalitære relationer (Jørgensen 2000a). Terapeuten tillægges ikke en privilegeret adgang til at forstå og fortolke virkeligheden – hans/hendes forståelse af patienten og deres indbyrdes samspil ses som et produkt af samspillet med patienten og af det valgte perspektiv (Hoffman 1998:136). Samlet set går den interpersonelle psykoanalyse længere end Schafer i sit brud med modernitetens opfattelse af selvet som en universel afgrænset enhed med en essens – adskilt fra omverdenen. Både Schafers narrative psykoanalyse og den interpersonelle psykoanalyse er udviklet til at forstå og behandle det sen/postmoderne (multiple) selv – omend den interpersonelle psykoanalyse er mere radikal i sit brud med modernitetens kulturelle logik.

Psykoterapi som en senmoderne selvteknologi

Når man i de seneste årtier har kunnet iagttage en betydelig vækst i forbruget af psykoterapi – og et arbejdsmarked for psykologer i vedvarende og voldsom vækst – hænger det antageligt bl.a. sammen med, at psykoterapi som en individuel strategi til behandling af psykiske vanskeligheder og

selvforbedring er i tråd med, afspejler og besvarer dominerende kulturelle tendenser i senmoderniteten (Jørgensen 2000b). Det kulturelt frisatte og enkeltstående individs behov for at finde mening og sammenhæng – behov for myter, ritualer og fortællinger, som kan give selvet en oplevelse af at være hel og »rigtig« – besvares af de mange psykotera­peutiske behandlingsmetoder. Samtidig har hovedparten af de terapeu­tiske metoder og selvhjælpskurser – og den tilgængelige selvforbedringslitteratur – lagt sig i forlængelse af den fremherskende stræben efter selvrealisering, efter at komme i kontakt med sig selv og være autentisk. Psykotera­pien stiller ikke spørgsmålstegn ved den herskende sociale og kulturelle orden, men tilpasser sig den altovertskyggende tilbøjelighed til at individualisere problemer og søge individuelle løsninger på disse – dette uanset i hvilken udstrækning de diagnosticerede problemer skulle have sociale eller kulturelle rødder. Den udbredte tendens til psykologisering og terapeu­tisering omdanner fælles kulturelle og sociale problemer til alene individuelle, personlige problemer. Almindelige og forudsigelige overgange i et naturligt livsforløb defineres som kriser, der kræver professionel hjælp, ligesom den moderne psykotera­pi grundfortælling om menneskets frigørelse fra begrænsende fællesskaber (familien, slægten, den sociale klasse, kirken, historien, nationen) bidrager til at isolere enkeltindividet og bane vejen for en »naturlig« tilpasning til det urbane liv i senmoderniteten. Den højt besungne individuelle frihed går igennem løsrivelse fra alle forpligtende (og hermed potentielt begrænsende) fællesskaber – fællesskaber som i en del tilfælde kunne reducere behovet for psykotera­pi. Nu, hvor de store fortællinger er erklæret døde, er den lille fortælling kommet i centrum. Når livet gør ondt eller bliver kaotisk, søger det enkeltstående individ mening og sammenhæng i sin monadiske selvbiografi – det kigger indad fremfor udad og søger rent individuelle fremfor mulige kollektive løsninger. Ifølge McLeod (1997:20) er det psykotera­peutiske arbejdes private og fortrolige karakter væsentlig for dets centrale kulturelle placering, fordi dette er i overensstemmelse med forestillingen om et farligt (klassiske psykoanalyse) eller sårbart (humanistiske psykologi) sandt selv, der har behov for et trygt og fortroligt rum for at kunne udfoldes og overvinde overfladens falske (socialt tilpassede) selv.

Psykotera­pien er blevet en del af »svar-og-trygheds-industrien«, der ikke er uden lighedspunkter med en anden senmoderne selvteknologi: reklameindustrien, som »lover« magiske forandringer af forbrugerens liv (et nyt selv og anderledes positiv respons fra andre), hvis man køber og konsumerer bestemte produkter. Både psykotera­pien og reklameindustrien opererer på feltet for individualiseret selvforandring og selvforbedring. Samlet kan man sige, at psykotera­piens forestilling om et selv, der i princippet altid kan forbedres og aldrig er færdigudviklet, reproducerer den kapitalistiske kulturs fundamentale vækstideologi (jf. Nicholson 1997) – en vækstideologi som også manifesteres i de kendte mantraer: »livslang læring« og »kompetenceudvikling«.

Konklusion

Det er en uomtvistelig kendsgerning, at psykoterapien i sin mere end hundrede årige historie har hjulpet et meget stort antal mennesker med at finde sig tilrette med sig selv og deres omgivelser – og således har haft afgørende betydning for mindre lidelse og bedre livskvalitet hos både enkeltindivider og i samfundet som helhed. Trods dette, må man spørge, hvordan den enkelte psykoterapeutiske teori og metode afspejler – eller er i overensstemmelse med – en bestemt kulturel logik, som den således både tendentielt er med til at legitimere og reproducere, og som den samtidig trækker på, når den skal hente den kulturelle legitimitet og autoritet, der er nødvendig for enhver behandlingsmetodes succes. En ahistorisk psykoterapeutisk teori og praksis uden bevidsthed om sin kulturelle kontekst og sine kulturelle implikationer står i fare for at essentialisere heuristiske begreber og forståelsesmodeller, ligesom den bevidstløst – og uden nødvendigvis at intendere dette – medvirker til at understøtte en bestemt kulturel logik.

Enhver terapeutisk metode (ethvert ritual) må, for at kunne opnå den for behandlingen nødvendige legitimitet, have en klangbund i samtidskulturen, ligesom de anvendte teorier om menneskets psykologi og psykiske vanskeligheder og deres behandling, må være forenelige med kulturens dominerende fortællinger. Den klassiske psykoanalyse er, som beskrevet, indlejret i det tidlige industrisamfunds kultur – og udviklet til at forstå og behandle det indrestyrede og hæmmede menneske. I takt med, at den indrestyrede og hæmmede socialkarakter – og det moderne industrisamfund – forsvinder og erstattes af det gruppestyrede menneske i det sen/postmoderne forbrugs- og informationsamfund, mister den klassiske psykoanalytiske teori og behandlingsmetode sit kulturelle fundament. Den klassiske psykoanalyse er ikke længere i samme grad anvendelig som grundlag for forståelse og behandling af psykiske forstyrrelser. Den klassiske psykoanalyse foreskriver en terapeutisk holdning og en række behandlingsmetoder (ritualer), som i dag har vanskeligt ved at fastholde fortidens kulturelle legitimitet – fordi den kulturelle logik, som var afsæt for teoriens udvikling og gav den kulturel legitimitet, ikke længere er gyldig (jf. Jørgensen 2000).

Kulturelle forandringer har så at sige trukket tæppet væk under den klassiske analytiske teori og metode. Langvarige behandlingsforløb, hvor patologiens årsager søges i hæmmede drifter og i individets tidlige historie, er ude af trit med dominerende kulturelle tendenser, ligesom den markant asymmetriske behandlingsrelation imellem den såkaldt neutrale terapeut og en patient styret af infantile drifter og forestillinger – og af faktorer i sin barndom – er vanskeligt forenelig med den udbredte problematisering af autoriteter, krav om egalitære relationer, fokus på nuet og afvisning af, at fortiden skulle have afgørende indflydelse på menneskets psykologiske funktion i nutid og fremtid. Nyere socialkonstruktivistisk inspirerede behandlingsteorier og metoder bygger på idealet om den egalitære behandlingsre-

lation og tenderer i visse sammenhænge til at gøre patienten selv til ekspert på sine egne vanskeligheder. Endvidere argumenterer toneangivende teoretikere for, at terapeuten skal tilpasse sin behandlingsteori, sine interventioner og sin terapeutiske holdning til patientens forestilling om, hvad der kræves for at løse hans/hendes vanskeligheder. Samlet kan man se disse tendenser som en reproduktion af markedets centrale mantra: »kunden har altid ret«.

Især mere klassisk orienterede analytikere (jf. Desserno 1990:38, Hahn & Willems 1999:69) betragter psykoteraapien som et anomisk rum eller en socialt nulstillet kontekst, hvor hovedparten af de normale kulturelle normer og konventioner er sat helt eller delvist ud af kraft – (næsten) alt er tilladt. I det moderne industrisamfunds victorianske kultur, præget af et strengt moralkodeks, streng social kontrol og traditioner som begrænser den individuelle udfoldelse, har et sådant behandlingsrationale kunnet tilbyde et tiltrængt frirum. Den senmoderne kultur er imidlertid – som beskrevet – snarere præget af normløshed, opløsning af traditioner og fraværende eller vigende social kontrol. Der er derfor ikke i samme grad behov for et rum fri for snærende strukturer, men snarere for et rum som tilbyder nomos, struktur, orden og retningslinier for, hvordan man skal begå sig i en kaotisk og uoverskuelig verden. Det er således næppe tilfældigt, at den kognitive psykoteraapi – med sit tilbud om korte velstrukturerede behandlingsforløb, konkrete redskaber og hjemmeopgaver – er blevet populær i senmoderniteten.

I den aktuelle overgangsfase fra det senmoderne forbrugssamfund til det sen/postmoderne informations- og netværkssamfund (eller i sammensmeltningen af de to) ses en pluralisme af seriøse psykoteraapeutiske skoledannelser, der alle synes at have opnået en betydelig legitimitet som metoder til forståelse og behandling af psykiske vanskeligheder. Fælles for disse teorier og behandlingsmetoder er, at de alle (fra Kohut, Winnicott og andre objektrelationsteoretikere over den narrative psykoanalyse til den interpersonelle psykoanalyse) på forskellig vis afspejler og besvarer en række fremtrædende træk ved den sen/postmoderne vestlige kultur. Især Kohut, Winnicott, Ballint og en række objektrelationsteoretikere kan – med deres fokus på tomhed, det inautentiske/falske og manglende indre og ydre sammenhæng – ses som afspejlinger af forbrugssamfundets centrale metaforer, der har rod i en fælles forestilling om, at man må konsumere for at blive fyldt op (af magiske objekter eller gode empatiske terapeuter), finde mening og sammenhæng og indskrive sig i et fællesskab.

Alle eksisterende psykodynamiske teorier og behandlingsformer fokuserer primært på det enkeltstående individ, på den terapeutiske dyade – og i enkelte tilfælde inddrages i bedste fald familien. I tråd med den højindividualistiske vestlige kultur betragtes patienten som en monade, der skal understøttes i at finde målet og meningen med sit liv i sig selv – han/hun skal hjælpes til at finde sin egen sandhed/referenceramme. Det terapeutiske arbejde fokuserer på dynamikken i den terapeutiske dyade her-og-nu. Paral-

lelt med dette indsnævres behandlingens historiske perspektiv, hvilket er i overensstemmelse med kulturens tiltagende historieløshed, dikteret af en høj – og til stadighed accellererende – forandringshastighed. Når fokus for det terapeutiske arbejde drejes bort fra patientens historie, er dette samtidig en afspejling af den herskende forestilling om det kulturelt frisatte individ, som ikke er bundet af sin fortid.

Både selvpsykologien og den interpersonelle psykoanalyse lægger vægt på, at terapeuten skal være autentisk tilstede som et medmenneske i den terapeutiske relation. Dette kan ses som et svar på det senmoderne menneskes søgen – og længsel – efter autenticitet. Mere generelt kan man betragte psykoterapi som en institution, hvor mennesker kan finde kompensation for fælles kulturelle mangler og frustrationer, og få hjælp til at finde ud af, hvad der er det gode liv og hvordan man kan forsøge at realisere dette. I den forstand er psykoterapien et svar på mangler i kulturen – et svar som tendentielt undlader at stille mere grundlæggende spørgsmålstejn ved den herskende kulturelle logik. Psykoterapien medvirker således til at socialisere patienter, samtidig med at den uforvarende tjener som et instrument for den sociale kontrol. Ved at gå i psykoterapi indskrives klienten i den vestlige kultur. Psykiske vanskeligheder sættes ind i en altovervejende individuel kontekst uden tilstrækkelige tilløb til kulturkritik endsiige problematisering af kulturelle faktoreres mulige betydning for psykopatologiens opståen og behandling. I denne forbindelse er det vigtigt at være opmærksom på, at psykologiske teorier ikke alene er objektive videnskabelige afbildninger af den menneskelige psykologi (af en iboende universel essens i den menneskelige psyke), men at de til en vis grad også er kulturelle konstruktioner, der afspejler faktorer i samtidskulturen – kulturelle faktorer som teoriernes tildels både udspringer af og medvirker til at legitimere og reproducere. Vekslende teorier om psykiske forstyrrelses opståen og behandling er tildels rimeligt præcise billeder af (objektiv »sande« teorier om), hvad der er årsagerne til psykopatologiens opståen, og hvad der er virksomt i psykoterapi med bestemte tilstande i en afgrænset tidsalder og kulturel kontekst. Samtidig må man i en vis udstrækning se de forskellige teorier som kulturelt determinerede diskurser (fortællinger) om menneskets psykologi og psykiske forstyrrelser og deres behandling.

Når der udvikles nye psykologiske teorier (myter) og koncepter (ritualer) for behandling af psykiske forstyrrelser er dette ikke kun udtryk for videnskabelige fremskridt, men i lige så høj grad et resultat af kulturelle forandringer, som dels udløser forandringer i det enkelte menneskes psykologi, dels medfører, at der – for at opretholde en herskende kulturel logik og balance i de vestlige samfund – er behov for nye selvteknologier, nye teorier og metoder til at forstå (tildels konstruere) den menneskelige psykologi og behandle individuelle psykiske forstyrrelser uden at rejse tvivl om den grundlæggende kulturelle logik.

LITTERATUR

- BAUMAN, Z. *Intimations of Postmodernity*. London:Rotledge 1992.
- BAUMAN, Z. *Life in Fragments. Essays in Postmodern Morality*. London:Blackwell 1995.
- BAUMAN, Z. *Postmodernity and its Discontents*. London:Polity 1997.
- BAUMAN, Z. *Liquid Modernity*. London: Polity 2000.
- BECK, U. *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt am Main:Suhrkamp 1986.
- BEUTLER, L.E. MACHADO, P.P.P. NEUFELDT, S.A. *Therapist Variables*. In: BERGIN, A.E. GARFIELD, S.L. *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*. New York:Wiley 1994, 229-69.
- CASTELLS, M. *The Power of Identity*. London:Blackwell 1997.
- CROSSLEY, M.L. *Introducing Narrative Psychology*. Buckingham: Open University Press 2000.
- CUSHMAN, P. Why the Self is Empty. Toward a Historically Situated Psychology. *Am.Psychologist* 1990, 45, 599-611.
- CUSHMAN, P. *Constructing the Self, Constructing America. A Cultural History of Psychotherapy*. Reading: Addison-Wesley Publ.1995.
- CUSHMAN P. From Emptiness to Multiplicity:The Self at the Year 2000. *Psychohistory Rev.*1999, 27, 15-31.
- DESERNO, H. *Die Analyse und das Arbeitsbündnis*. München:Verlag Int.Psychoanal.1990.
- DURKHEIM, E. *Selvmodet*. (1897) København:Fremad 1978.
- FOUCAULT, M. *Klinikkens fødsel*. (1963) København:Reitzel 2000.
- FRANK, J.D. *Persuasion and Healing*. New York:Schocken Books 1973.
- FREUD, S. *Kulturens byrde* (1930). København:Reitzel 1982.
- GERGEN, K. *The Saturated Self. Dilemmas of Identity in Contemporary Life*. New York:Basic Books 1991.
- GIDDENS, A. *Modernitet og selvidentitet* (1991). København:Reitzel 1996.
- GIDDENS, A. *Runaway World*. 1999.
- HAHN, A. WILLEMS, H. Zivilisation und Psychotherapie. In:Fischer, H.R. Weber, G. (eds) *Individuum und System*. Frankfurt am Main:Suhrkamp 1999, 59-99.
- HOFFMAN, I.Z. *Ritual and Spontaneity in the Psychoanalytic Process. A Dialectical-Constructivist View*. Hillsdale:Analytic Press 1998.
- HOUGAARD, E. *Psykoteraapi. Teori og forskning*. København:Dansk Psykologisk Forlag 1996.
- HUBBLE, MA. DUNCAN, BL. MILLER, SD. *The Heart and Soul of Change. What Works in Therapy*. Washington:APA 1999.
- HUTTON, P.H. Foucault, Freud and the Technologies of the Self. In: MARTIN, L.H. *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*. Boston:Mass.Univ.Press 1988, 121-45.
- JENSEN, H. *Ofrets århundrede*. København:Samleren 1998.
- JENSEN, H. En anden reformation. Modernitet og normopløsning. *Tidsskriftet Kritik* 2000, 143, 30-36.
- JENSEN, R. *The Dream Society*. Aarhus: Jyllandspostens erhvervsbøger 1999.
- JØRGENSEN, C.R. Hvorfor virker psykoteraapi? En diskussion af psykoanalysens behandlingsteori (1); teoretiske perspektiver. *Matrix, Nordisk tidsskrift for psykoteraapi* 1997, 14, 5-45.
- JØRGENSEN, C.R. Den terapeutiske alliance. *Psyke & Logos* 1998, 19, 148-91.
- JØRGENSEN, C.R. Den interpersonelle psykoanalyse. *Nordisk Psykologi* 1999, 51, 297-323.

- JØRGENSEN, C.R. Psykoanalysens terapeutiske holdning i lyset af empirisk forskning og den interpersonelle psykoanalyse. *Nordisk Psykologi* 2000a, 52, 163-97.
- JØRGENSEN, C.R. Psykologien i den senmoderne vestlige kultur. *Tidskriftet Social Kritik* 2000b, nr.70, 6-17.
- KEUPP, H. U.a. *Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne*. Hamburg:Rowohlt's enzyklopädie 1999.
- KOHUT, H. *The Analysis of the Self*. Madison:Int.Univ.Press 1971.
- KOHUT, H. *Die Heilung des Selbst* (1977). Frankfurt am Main:Suhrkamp 1979.
- KOHUT, H. *Wie heilt die Psychoanalyse?* (1984). Frankfurt am Main:Suhrkamp 1987.
- LASCH, C. *Narcissismens kultur* (1979). København:Gyldendal 1982.
- MCLEOD, J. *Narrative and Psychotherapy*. London:Sage 1997.
- MESTROVIC, SG. *Postemotional Society*. London:Sage 1997.
- MITCHELL, S.A. *Hope and Dread in Psychoanalysis*. New York:Basic Books 1993.
- NICHOLSON, L. Emotion in Postmodern Public Spaces. In: HOFFMANN, G. HORNUNG, A. (eds.) *Emotion in Postmodernism*. Heidelberg:Universitätsverlag 1997, 1-23.
- RIESMAN, D. *Det ensomme massemenneske* (1961). København:Gyldendal 1962
- ROTH A. FONAGY P. *What Works for Whom? A Critical Review of Psychotherapy Research*. New York:Guilford 1996.
- SCHAFFER, R. *Language and Insight*. New Haven: Yale Univ.Press 1978.
- SCHAFFER, R. *The Analytic Attitude*. New York:Basic Books 1983.
- SCHAFFER, R. *Retelling a Life*. New York:Basic Books 1992.
- SENNETT, R. *Verfall und Ende des öffentlichen Lebens. Die Tyrannei der Intimität*. (1974). Frankfurt a. M: Fischer 1986.
- SENNETT, R. *The Corrosion of Character. The Personal Consequences of Work in the new Capitalism*. New York:Norton 1998.
- SKÅRDERUD, F. *Uro. En reise i det moderne selvet*. Oslo:Aschehoug 1998.
- STRENGER, C. The Classic and the Romantic Vision in Psychoanalysis. *Int.J.Psychoanal.*1989, 70, 593-610.
- TAYLOR, C. *The Ethics of Authenticity*. Cambridge:Harvard Univ.Press 1991.
- WEBER, M. *Den protestantiske etik og kapitalismens ånd* (1905). København: Nansensgade Antikvariat 1995.
- WINNICOTT, D.W. Über die fähigkeit, allein zu sein. *Psyche* 1958, 12, 344-52.
- WOLF, E.S. *Theorie und Praxis der psychoanalytischen Selbstpsychologie* (1988). Frankfurt am Main: Suhrkamp 1996.