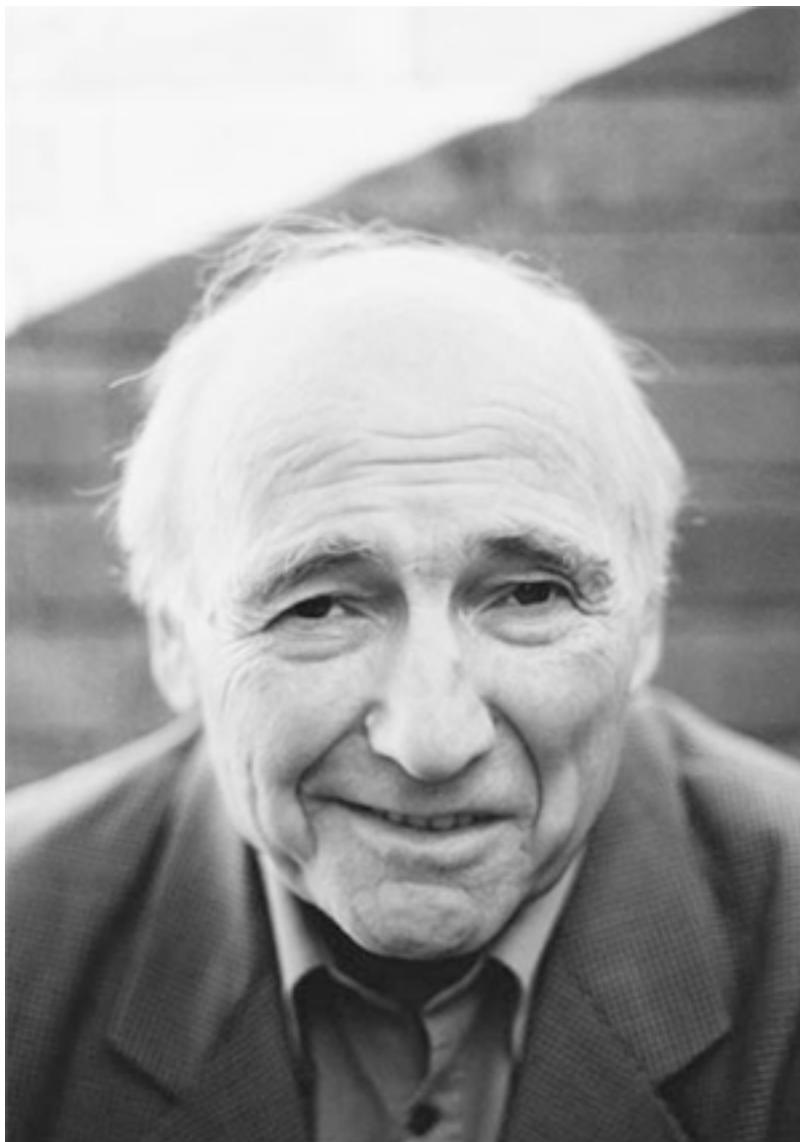


## Samtaler om en ny psykologi

Tobias Gustum Lindstad  
psykologspesialist i privat praksis

Ifølge Jan Smedslund kan vi bare ved refleksjonens hjelp vite mye om hva det innebærer å være menneske i verden. Han argumenterer for et radikalt annerledes syn på psykologien som fag og faglig støttet praksis.



Jan Smedslund har samarbeidet med J. Piaget og J. Bruner og er internasjonalt kjent for publikasjoner om beslutningsteori og bekræftelsesbias. De siste 40 årene har han vært opptatt av folkepsykologien.

Foto: Espen Røst S.

Jan Smedslund **Dialogues about a new Psychology** Taos Publishing 2004, ISBN 0 - 7880 - 2115-x, Kr 478 på Norli bokhandel eller 27 \$ pluss frakt fra forlaget på <http://www.taosinstitute.net/publishing/publishing.html>.

Dette er en bok som skiller seg ut. «Dialogues about a new psychology» er skrevet som en samtale mellom en klinisk psykolog, en eksperimentallpsykolog og en teoretisk psykolog. De møtes en gang i måneden til engasjert diskusjon om sin felles interesse psykologi, og særlig forfatterens eget bidrag til faget, *psykologikk*.

Jan Smedslund oppfordrer psykologer til å slutte å utvikle og empirisk validere generelle kausale teorier, diagnostiske systemer og fikserte teknikker for praksis. I stedet bør vi klargjøre og systematisere våre egne begreper og forstå og forholde oss til personer ut fra psykologisk sunn fornuft (common sense).

Smedslunds synspunkter er kontroversielle. Noen har stilt seg uforstående. Mange har nok misforstått ham. Han har på sin side ikke vært redd for å provosere, som i uttalelser om at fagets sterke betoning av empiriske metoder ofte medfører unyttig bruk av tid, penger og arbeidskraft. Men psykologikken er ikke et anti-empirisk prosjekt. Den er et forsøk på å klargjøre og systematisere *det vi alle kan og må ta for gitt når vi forholder oss til andre mennesker og oss selv*.

I boken forsøker de tre psykologene å forstå responsen prosjektet har fått, og bøte på misforståelser. Bokens dialogform bidrar til at den kan være et godt første møte med psykologikken. De tre psykologene drøfter prosjektet ivrig fra grunnen. De mener *begreps-analyse* bør oppta psykologers bevissthet i større grad, men det betyr ikke at empiriske metoder ikke har sin velberettigede plass.

## Det finnes ikke psykologiske lover

Empiriske metoder er i utgangspunktet egnet for å vurdere antagelser om ukjente og lovmessige forhold mellom ikke-intensjonelle fenomener. Men til forskjell fra fysikere og kjemikere forholder psykologen seg, som terapeut og forsker, som oftest til et *intensjonelt* fenomen; noe som *vet, oppfatter, føler, ønsker og gjør noe*.

Eksempelvis predikerer vi jordklodens bevegelse rundt solen ved å henvise til tyngdeloven, ikke ved å tillegge den et ønske om å ha det passelig varmt, eller være i trygg bane rundt solen sammen med de andre planetene. Hvis noe støter den ut av bane, oppfatter den ikke at noe ikke-ønskelig skjer eller kommer til å skje. Den blir derfor ikke sint, redd, lei seg eller håpløs. Den er ikke sensitiv for konsekvensene av hva den gjør, og prøver ikke å komme tilbake for å slippe å fryse. Men hvis noen en kald vinternatt bomber mitt hjem i fillebiter, beskriver, forklarer og predikerer de mine følelser og handlinger godt ved å anta at jeg ønsker å ha det passelig varmt og å være i nærheten av mine nærmeste.

På den ene siden hevder Smedslund at det personer vet, oppfatter, ønsker, føler og gjør, er så tilfeldig og avhengig av deres unike bakgrunnshistorie at det å søke empiriske lovmessigheter i dette domenet er fånyttet. Smedslund henviser til Karl Halvor Teigen, som påpeker at psykologer sjeldnere enn før anvender ordet *lov* i sine artikler. Ifølge Smedslund henger dette sammen med at selv om man finner statistisk signifikante forskjeller, er effektstørrelsene i empirisk psykologisk forskning svært ofte små, og de gir dermed dårlig grunnlag for prediksjon. Empiri er allikevel nødvendig når vi søker viten om noe vi ikke kan vite *a priori*, uavhengig av sansene. Et eksempel er spørsmålet om deprimerte mennesker drikker alkohol oftere enn andre eller ikke. Vi kan innenfor en viss tidsperiode kanskje finne statistisk signifikante forskjeller mellom alkoholkonsumet til ikke-deprimerte og deprimerte. Men i så fall er dette en *lokallhistorisk begrenset* sammenheng, ingen lov. Deprimerte kan av mange grunner drikke alkohol, som for å få sove eller for å glemme, og av mange grunner la være, som for ikke å bli syk eller opptre umoralsk. Handlinger er *historisk situerte* og følger av hva man oppfatter

som ønskelig *der og da*. Dette kan endre seg i neste øyeblikk og avhenger av personenes tidligere unike erfaringer.

På den andre siden hevder Smedslund at det intensjonelle domenet ikke er fullstendig tilfeldig og ukjent. Selv om det i prinsippet ikke er grenser for hva en person kan oppfatte og ønske, er det ønsker og oppfatninger vi må ta for gitt at alle har. Eksempler er at personer tror at andre og de selv kan gjøre dem vondt, og at de ønsker å ha det godt og ikke vondt. Når psykologien nå tillater bruk av mentale idiomer som «tanke», «ønske», «følelse» og «håp», bør man heller ikke overse at det alltid er begrepslogiske sammenhenger disse begrepene imellom. Vi vet, *a priori*, at en person utfører en viss handling, for eksempel når en kvinne drikker et glass vin, hvis, og bare hvis, hun oppfatter at denne handlingen fører til et ønskelig resultat, og hun oppfatter at hun kan utføre handlingen, og hun faktisk kan utføre den, og hvis hun ikke har andre sterkere ønsker der og da. Hennes følelser, som skam, sorg, glede, håp eller sinne, følger også begrepslogisk av hennes oppfatninger om hvordan noe er, og hennes ønsker for hvordan dette skal være.

## Pseudoempiri

Fordi vi er sosiale dyr, har vokst opp i en kultur, kan et språk, og har evnen til å reflektere over oss selv, vet vi allerede mye om hverandre og oss selv. Psykologikken er et forsøk på å gjøre dette eksplisitt via *tanke-eksperimenter*. Eksempler er Smedslunds undersøkelser av hvilke nødvendige og tilstrekkelige betingelser som skal til for at *tilgivelse* og *tillit* skal oppstå.

Andre eksempler er hans påpekning av hyppig forekommende *pseudo-empiriske* studier i psykologien, det vil si empiriske undersøkelser som tester hypoteser og teorier man faktisk kan vite om er riktige eller feilaktige på forhånd, uavhengig av empiri. Eksempler er forsøk på empirisk validering av Banduras læringsteori og lært hjelpeløshetsteori.

Påpekningen av pseudoempiriske studier bør imidlertid ikke oppfattes som et anti-empirisk fremstøt. Empiriske undersøkelser er alltid nødvendige for å oppnå forståelse av en konkret situasjon, for å vurdere om en viss framgangsmåte har effekt i konkrete situasjoner, og ved studier av forhold mellom ikke-intensjonelle fenomener, for eksempel risiko for hudutslett ved lamictal-behandling. De er også viktige ved det Smedslund omtaler som *hybrid-studier*. Dette er undersøkelser av forholdet mellom på den ene siden ikke-intensjonelle og på den andre siden intensjonelle fenomener, for eksempel gjenopptak av serotonin til celler i hjernen når man opplever håpløshet. Det kan også være nyttig med empiriske studier når man skal studere et fenomenområde det er vanskelig å få oversikt over. Dette for å innhente mer informasjon å reflektere over.

## A priori-psykologi

Ved å definere dagligspråkstermer og psykologiske termer mer presist kan vi, *a priori*, avdekke det Smedslund omtaler som *nødvendig sanne* psykologiske forhold. Et enkelt eksempel er at en forbauset person nødvendigvis har opplevd noe uventet. Dette følger begrepslogisk av hva vi mener med forbauselse. I tillegg understreker Smedslund nå at mye av det vi vet *a priori* om personer, bare er *mulig sant*. Det følger ikke av meningen med begrepene, og det kunne vært annerledes hvis mennesker var annerledes. Likevel må vi ta for gitt om hverandre at vi vet at vi kan gjøre hverandre vondt; at vi ønsker å ha det godt og ønsker å unngå å ha det vondt; at vi kan *vite at* vi vet, oppfatter, ønsker, føler eller gjør noe; og at vi kan vite, oppfatte og ønske *uten å vite at* vi gjør det. Disse utsagnene sier ikke bare noe om språket, men om virkelige mennesker. Fordi vi er mennesker, vet vi mye om hva det vil

si å være et menneske. I samspill med andre utnytter vi dette når vi forstår og predikerer hva andre vil tenke, føle og gjøre.

Smedslund har utformet psykologikken som et aksiomatisk system hvor noen utsagn avledes fra en eller flere andre antagelser eller definisjoner. Til syvende og sist følger alle antagelsene fra et mindre begrenset antall grunnsetninger, *aksiomer*, som ikke følger av andre antagelser, men tas for gitt. Den forrige versjonen av psykologikken opererte med 56 aksiomer. De tre psykologene diskuterer seg nå fram til at psykologikkens utsagn kanskje lar seg avlede av kun 20 grunnsetninger. Hvis Smedslund har rett, betyr det at alle psykologiske teorier som tar sikte på å si noe generelt om intensjonelle forhold, lar seg utlede av disse 20 grunnsetningene.

Dette gjelder med mindre man ønsker viten om *begrensningene* for intensjonelle tilstander og handlinger. I et av bokens kapitler har de tre psykologene invitert en kognitiv orientert eksperimentalpsykolog til dialog. En av konklusjonene som trekkes, er at empiriske undersøkelser for eksempel er nødvendige for å si noe generelt om hvor mye personer kan oppfatte eller huske samtidig, eller at det er den tidligst eller senest presenterte informasjonen, og ikke informasjonen presentert midtveis, som huskes best.

## Terapeuten som «bricoleur»

Det finnes ikke psykologiske lover i det intensjonelle domenet. Smedslund poengterer at hver gang et nytt menneske ber om hjelp, må psykologen avfinne seg med at han eller hun «vandrer i tåka». Smedslund anmoder oss om ikke å identifisere oss med *bestemte* teorier eller metoder, men som en kreativ «bricoleur» (alt-mulig-mann), bruke alt hva som i hvert unike tilfelle kommer i vår vei for å løse problemer. Det å følge en etter flere bestemte teorier eller metoder og/eller plassere personen i diagnosekategorier som ignorerer det unike, kan låse terapeuten i en bestemt forståelse av personen som ikke passer med virkeligheten. Terapeuten møter imidlertid ikke tomhendt, men «navigerer i tåka» med psykologisk sunn fornuft.

Noen av bokens mest spennende avsnitt er der Smedslund illustrerer med kliniske eksempler. Men jeg savner en drøfting av psykologikken opp imot ulike kliniske tilnærminger. De tre psykologene kunne ha invitert en psykodynamisk orientert terapeut og en kognitiv atferdsterapeut til dialog.

Psykodynamiske teorier kjennetegnes jo nettopp av å omtale menneskers bevisste og ubevisste tankeliv som intensjonelt, men disse teoriene opererer med så abstrakte og metaforisk komplekse begreper at det tradisjonelt har vært vanskelig å validere dem empirisk. Det er grunn til å mene at man kan anvende psykologikken til å vurdere disse teoriens gyldighet begrepslogisk og a priori. Dette gjelder også kognitive og atferdsorienterte terapier. Som nevnt er Banduras læringsteori «klinkende psykologisk». Jeg mener at dette også gjelder mange modeller for kognitiv terapi, behandling med eksponering og responsprevensjon, og terapeutiske tilnærminger som motivasjonelt intervju, endringsfokusert rådgivning og klientsentrert terapi. Psykologikken kan følgelig bidra til omfattende faglig integrering.