

Eksistensielt vakuum i Harald Schjeldrups hus

Lina Søreide

Som utvekslingsstudent ved University of Western Cape, Cape Town, klarte jeg ikke å svare for meg da foreleseren spurte hvem Viktor Emil Frankl var. Klarer

Psykologisk institutt å svare for seg hvis jeg spør hvorfor Frankls bidrag og menneskets åndelige dimensjon neglisjeres på profesjonsprogrammet?



SPØRRENDE: Hvordan skal vi utvikle et blikk og forståelse for klientens åndelige dimensjon og eksistensielle behov når disse gis så lite rom på profesjonsprogrammet? Og hvordan skal vi våge å stoppe opp og gå sammen med klienten inn i dyp vi selv frykter? spør psykologstudenten Lina Søreide. Foto: YAY Micro

DEBATT: ÅNDELIGHET

Hvordan skal kommende psykologer utvikle et blikk og forståelse for klientens åndelige dimensjon og eksistensielle behov når disse gis så lite rom på profesjonsprogrammet? spør studenten Lina Søreide. Hun mener menneskets åndelige dimensjon bør gis en naturlig plass i psykologutdanningene også her til lands.

Den jødiske psykiateren fra Østerrike, Viktor Emil Frankl, satt som fange i flere ulike konsentrasjonsleirer under 2.verdenskrig. Erfaringene hans derfra overbeviste ham om at det må finnes *spirituelle* determinanter som hjelper oss å opprettholde evne til kjærlighet, tillit og hederlighet selv i den verst tenkelige situasjon. Frankl selv formulerer det slik i boka *Man's search for meaning* (1946):

As a professor in two fields, neurology and psychiatry, I am fully aware of the extent to which man is subject to biological, psychological and sociological conditions. But in addition to being professor in two fields I am a survivor of four camps – concentration camps, that is – and as such I bear witness to the unexpected extent to which man is capable of defying and braving even the worst conditions conceivable.

En bro som forsvant

For Frankl er søken etter mening vår primære motivasjon. Frankls lære er blitt kalt den tredje skolen fra Wien, hvor Freud og Adler står for de to foregående. *Man's search for meaning* har solgt over 9 millioner kopier og omfavnes av Gordon W. Allport, som står for forordet til 2004-utgaven. Gjennom å utvikle en egen terapiform, logoterapi (av gr. *logos*, mening), skapte Frankl en bro mellom psykologi og åndelighet. En slik bro er i mitt syn bokstavelig talt ikke *synlig* på Psykologisk institutt, Harald Schjelderups hus. Om Schjelderup, som selv hadde stor interesse for religionspsykologi, noen gang bygget denne broen i Oslo, har den forsvunnet et sted på veien.

Frankl kalte motsatsen til mening for eksistensielt vakuum, og han hevdet at et slikt vakuum er det 20. århundres massenevrose

Det engelske ordet for åndelighet, *spirituality*, som kan definere en subjektiv opplevelse av noe større enn en selv eller en dimensjon som gir livet mening, finnes ikke i emneregisteret på den tykke innføringsboka i psykologi som vi studenter blir introdusert for i første semester. Ordet eksistensiell brukes kun der en mulig eksistensiell intelligens diskuteres. Frankl er ikke unt en linje. Blir et åndelig perspektiv på mennesket for utfordrende og lite vitenskapelig?

Ønsket av studentene

Religion hevdes å være ett av mange uttrykk for åndelighet. En undersøkelse gjort av Silje Endresen Reme og kollegaer presentert her i Tidsskriftet (9/2009) viser at religion ikke inngår i fagplanen for profesjonsstudiet ved noe universitet. Undersøkelsen viser at psykologistudentene selv mener religion ikke er særlig dekket i det hele tatt, men har kommet som enkelte «drypp» innimellom.

I den samme undersøkelsen fant Endresen Reme og kollegaer en klart positiv holdning blant profesjonsstudentene til dekning av religion og åndelighet i utdanningen: 82 % benektet at religion ligger utenfor psykologifagets område, 78 % ønsket religion innlemmet som tema i utdanningen, og 75 % mente at en åndelig dimensjon er viktig for mennesker og derfor også viktig for psykologien. Gabrielsen og Watten skrev i Tidsskriftet om meningsbærende tilstander (8/2009). De vektlegger at terapeutisk samspill trolig har økt sjanse til å lykkes der grunnleggende behov for mening ivaretas, og at dette igjen krever økt forståelse av klienters eksistensielle behov. I samme artikkel hevdet det at det finnes bred enighet om at opplevelsen av mening er viktig for å oppnå økt livskvalitet, psykologisk velvære og psykisk helse. Også forfatter og professor i psykiatri Irvin D. Yalom, som selv er ateist, vektlegger viktigheten av å prate om meningen med livet og nærme seg eksistensielle spørsmål i terapi. Blir det ikke da bakvendt med et profesjonsprogram som ikke har rom for menneskets grunnleggende motivasjon til mening og åndelige dimensjoner?

Å våge å stoppe opp

Frankl kalte motsatsen til mening for eksistensielt vakuum, og han hevdet at et slikt vakuum er det 20. århundres massenevrose. Utbredte fenomener som ulike typer avhengighet, depresjon og aggresjon kan ifølge Frankl ikke forstås uten å anerkjenne det eksistensielle vakuemet som ligger under dem. Før sin død i 1997 kritiserte Frankl nettopp det moderne vestlige samfunnets tendens til å neglisjere eksistensielle behov og faren ved å fylle dem opp med alternativer som aldri vil gi oss det vi trenger, det være seg ulike former for rus, forbruk, makt eller «fulle timeplaner». Begrepet søndagsnevrose brukte han på den tilstanden som oppstår etter en travel uke når tomrommet i oss blir tydelig i fravær av «ting å ta seg til».

Psykiater Jan Sunder Halvorsen skriver i dette årets februarnummer av gatemagasinet =Oslo at vestlig psykologi underkjenner hvor sårbart og skjørt mennesket er, og dermed underkjennes vårt sanne og enorme potensial. Frankl ville nok sagt seg enig med Sunder Halvorsen. I =Oslo jeg fikk kjøpe i april, spør Sunder Halvorsen: Kan rusmisbrukernes eksistensielle erfaring berike samfunnet? Han ser rusavhengighet som symptom på et fenomen vi alle er berørt av: at vi ofte rømmer fra oss selv og uroen som skapes av tanken på vår egen sårbarhet og dødelighet. Han mener dette er et dyp som inviterer oss til å bli mer sårbare, åpne og ærlige. Og ikke minst: I vår grunnleggende sårbarhet er vi like. Denne tanken kan være skremmende, men også hjelpe frem våre medmenneskelige evner.

Gunnar Hall Jensen står bak dokumentarfilmen *Gunnar Goes God*, som nettopp handler om å savne mening i verdens beste land (les: Norge), eller med Frankls ord, om et eksistensielt vakuum i verdens beste land. For A-magasinet (4.2.2011) beskriver Hall Jensen hva som feiler oss:

Da vi forlot religionen og ble sekularisert, kastet vi spiritualiteten (det indre livet) ut med badevannet. Hva har vi nå? Materialisme, konsum, kapitalisme. Vi mangler disiplin til å være alene. Vi stopper ikke opp og analyserer hvordan vi lever, for vi tror at *this is it*, liksom, at det er sånn det skal være.

Hva skjer med samfunnsmaskineriet om vi så stopper opp, spør journalisten i A-magasinet. «Harmoniske mennesker er dårlige konsumenter. De shopper ikke så mye, tar ikke opp lån for å kjøpe større hus. De er tilfreds med det de har. En konsumkultur trenger nevrotiske mennesker. Folk som stresser føler seg litt tomme og ønsker noe mer.»

Blir det ikke da viktig at psykoterapi nettopp våger å *stoppe opp* og gi rom for eksistensiell undring?

Patologisering av lidelse

Frankl så logoterapi som et teoretisk og praktisk tillegg til psykoterapi, som nettopp rommet menneskets unike åndelige dimensjon. Frankl problematiserte psykoterapi som drives i tråd med en nihilistisk filosofi, definert som påstanden om at *å være* ikke innehar noen mening, i Man's search for meaning: «Psychotherapy would not only reflect a nihilistic philosophy but also, even though unwillingly and unwittingly, transmit to the patient what is actually a caricature rather than a true picture of man.» Å ikke gi rom for eksistensielle behov impliserer at disse er uviktige, og i verste fall unormale.

Tor-Johan Ekeland beskriver i kapittelet «Psykologi – den gode kunnskapen?» i boka *Fellesskap og individualisme* en økt patologisering av lidelse i dagens samfunn. Frankl kritiserte denne trenden og beskriver mennesket i et slikt verdisystem slik: «He is not only unhappy, but also ashamed of being unhappy.» Lidelse blir skambelagt, noe sykt og unyttig som «må behandles vekk». Konsekvensen av en økende patologisering av menneskelig lidelse blir ifølge Ekeland en diskurs som undergraver livets virkelighet som problemfylt *i seg selv*, og også folks egen kompetanse til livsmestring og ansvarsfølelse. Dette er i tråd med Frankls tanke om lidelse som uunngåelig i menneskers liv; smerte, skyld og død er noe alle må forholde seg til. Vi er grunnleggende sårbare. Men i motsetning til dagens trend så ikke Frankl lidelse nødvendigvis som patologi. Heller enn å være et symptom på en nevrotisk tilstand kan lidelse være en menneskelig bragd, særlig når den vokser ut av en eksistensiell frustrasjon. For Frankl er det ikke fjerning av enhver eksistensiell spenning som er målet, men en bevisstgjøring av og undring over en potensiell mening som venter på å bli fylt av nettopp deg; hva ønsker livet av deg? Her deler jøden Frankl og ateisten Yalom noen tanker; også for Yalom er det et selvtranscenderende engasjement som teller, og det er nettopp dette terapeuten kan og bør hjelpe klienten å finne fram til. Der en slik undring og søken ikke tillates rom, og eksistensiell frustrasjon behandles som noe unormalt og uhensiktsmessig, blir ikke klientens eksistensielle behov og evne til livsmestring tatt på alvor. Det er alvorlig.

Å gå rundt grøten

Vår grunnleggende sårbarhet og motivasjon til mening blir så å si ikke nevnt på profesjonsprogrammet ved Harald Schjelderups hus. Samtidig teoretiseres det på et biologisk, psykologisk og kognitivt nivå om menneskets atferd og mentale prosesser. Dette er nyttige og viktige forklaringsmodeller i seg selv. Det er bare det at noe svært viktig mangler – en bro kanskje? Å gå rundt grøten har vel aldri vært et godt råd.

Poenget mitt er ikke at vi skal grave oss ned i eksistensiell bekymring. Jeg vil derimot påstå at nettopp å *ikke* våge å gi rom for menneskets grunnleggende sårbarhet og åndelige dimensjon bidrar til at et eksistensielt vakuum hos studenter, fremtidige klienter og samfunnet generelt kan få vokse frem. Hvordan skal vi utvikle et blikk og forståelse for klientens åndelige dimensjon og eksistensielle behov når disse gis så lite rom på profesjonsprogrammet? Og hvordan skal vi våge å stoppe opp og gå sammen med klienten inn i dyp vi selv frykter? Da blir det lettere å stenge døren. Jeg mener derfor at døren bør åpnes for og broen bygges til menneskets åndelige dimensjon i Harald Schjelderups hus. Så slipper vi å dra til Cape Town, mener jeg.

lina.soreide@gmail.com