

Etos og menneskesyn i psykoterapi

Henrik Berg
henrik.berg@uib.no

Psykologiens empiriske beskrivelser hjemses av normativitet.



Henrik Berg (Foto: Privat)

De siste årenes økte oppmerksomhet på etikk i psykoterapi (se blant annet Vik & Stänicke, 2022) er etter mitt syn et faglig fremskritt. Etikdens betydning for psykoterapi kan nemlig knapt overvurderes. Etikk er ikke bare viktig som en ytre regulering, den er konstituerende for psykoterapi. Det er ikke meningsfullt å snakke om psykoterapi uten å inkorporere etikk; etikken angir den endringen som søkes bevirket gjennom psykoterapi.

Samtidig krever etikdens rolle i psykoterapi fint-tenkning. En mer bekymringsfull tendens er sammenblandingen av etos og menneskesyn. Hva et menneske er, og hva et menneske bør gjøre, er ikke det samme. Faktisk stilte Immanuel Kant dette som to distinkte spørsmål til filosofien. Relasjonen mellom disse spørsmålene er intrikat, men de bør ikke sammenblandes. Filosofen David Hume kalte slutningen fra «er» til «bør» den naturalistiske feilslutning. Vi kommer oss aldri direkte fra fakta til etikk.

Normativitet hjemseser psykologien

La oss begynne i en annen ende. Empirisk psykologi kunne kanskje like gjerne blitt betegnet som antropologi. Den gir oss et bredt svar på det empiriske spørsmålet «Hva er et menneske?». Fra samfunnspsykologiens søkelys på struktur til biologisk psykologis vekt på celler finnes en rik forføyning av perspektiver. Et menneske «er» celler, kropp/hjerne, personlighet, situasjon og kultur, for å nevne noe. Menneskesynet skapes minst like mye som det forutsettes. Hjerneplastisitet, epigenetikk,

tilknytningsteori, motivasjonsteori, lydighetsforskning og kulturpsykologi informerer menneskesynet vårt. Vi «er» alt dette.

Det er imidlertid to aspekt ved dette som er verdt å dvele ved. Det er ofte en implisitt normativitet i beskrivelsen av det menneskelige. Mennesket «er» aggressivt, men «bør» ikke være det (i alle fall ikke uinnskrenket). Mennesket «er» celler, men ikke alle celler gjør slik de «bør» for å sikre «god» fungering. Mennesker kan ha mange ulike komposisjoner av personlighetstrekk, men kun enkelte sammensetninger er assosiert med et «godt» liv. Mennesker lager ulike politiske strukturer, men «bør» søke rettferdighet. Psykologiens empiriske beskrivelser hjemsøkes av normativitet.

Etikk og egenverdi

Ingen steder i psykologien viser dette seg klarere enn i psykoterapi. De ulike psykoterapiskolene søker å realisere tidvis svært ulike mål. En etos er slik en utmynting av psykoterapiskolers «bør». Er dette reduserbart til menneskesyn? Nei. Men mange vil kanskje hevde at vi må inkorporere menneskesynet i tekningen om «bør». Ingen «bør» uten «kan», hevder ofte etikere. Poenget er at det gir lite mening å ha påbud og normer mennesker ikke kan innfri. Vi kan lage abstrakte ideal som ingen mennesker kan innfri, men det vil ikke være relevant for å regulere mennesker. Men vi kan ikke dermed trekke en slutning fra kan til bør. Menneskelige egenskaper angir kort sagt ikke etikkens rammer.

Utilitarisme, som kanskje er den mest innflytelsesrike etiske tradisjonen i vår tid, hevder at den gode handlingen er handlingen som fremmer velvære for sansende vesener. Vi kunne da si at godhet er proporsjonal til summen av velværet handlingen fører til. Det menneskelige er med andre ord ikke like interessant som det gode. Men også innad i de ulike psykoterapitradisjonene finner vi etikkens «bør». Rasjonalitet, gode nære relasjoner, intrapsykisk harmoni, autentisitet, kongruens, produktivitet og hedonistisk nytelse er alle troverdige kandidater. De utgjør det som i etikken kalles for en egenverdi.

David Hume kalte slutningen fra «er» til «bør» den naturalistiske feilslutning

En avsporing

En egenverdi er verdt å søke som mål. Psykoterapeutisk arbeid har med etikkens språk middelverdi til disse målene. Menneskesynet inngår som en del av, men er egentlig ikke det kritiske i denne ligningen. Det kritiske er de målene som angis, enten dette følger fra psykoterapiskolenes etos eller en spesifikk behandlings evne til å fange ønskemålene til en individuell pasient (for å bruke det «paradigmatiske» eksempelet). Slik er spørsmålet om menneskesyn ikke uvesentlig, men potensielt en avsporing av etikkens konstituerende rolle for psykoterapi.

Referanser

Vik, O. M. & Stänicke, E. (2022). Menneskesyn i psykoterapi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 59(12), 1104–1111. <https://psykologtidsskriftet.no/fagessay/2022/12/menneskesyn-i-psykoterapi>