

# Experiencing endings and beginnings

Gjennom eksempler fra sitt eget liv og fra sin kliniske praksis viser Wittenberg oss hvorfor begynnelser og avslutninger ofte blir så utfordrende for oss.

**PUBLISERT 4. april 2014**

---

EXPERIENCING  
ENDINGS AND BEGINNINGS



Isca Salzberger-Wittenberg

KARNAC

Karnac Books, 2013. 208 sider

Den engelske psykoanalytiske psykoterapeuten Isca Wittenberg nærmer seg sitt nittiende år, uten at det hindrer henne i å være i stadig faglig aktivitet. Nylig kom hennes siste bok ut, *Experiencing endings and beginnings*, en bok som oppsummerer hennes tanker gjennom et langt yrkesliv. Bak seg har hun en tematisk konsistent faglitterær produksjon. Hennes hovedinteresse har vært fenomenene begynnelser og avslutninger i deres ulike former, hva dette vekker av følelsesmessige reaksjoner, og hvordan vi håndterer disse reaksjonene. Hun ble i sin tid analysert av Bion, og hadde lærere som John Bowlby, Esther Bick og Donald Meltzer. Hennes perspektiv kan derfor sies å springe ut av den kleinianske tradisjonen, i den formen denne har utviklet seg ved Tavistock-klinikken i London. Hun har vært tilknyttet Tavistock som lærer og veileder i flere tiår, og utenom psykoterapi med barn er det som lærer i spedbarnsobservasjon hun kanskje har gjort seg mest bemerket. Hun har hatt en tilknytning til Norge gjennom sin undervisning og veiledning i spedbarnsobservasjon fra 1980-tallet og frem til i dag.

## Grunnleggende menneskelig

Å reflektere over fenomenene begynnelser og avslutninger er interessant. Vi gjennomlever alle sammen disse fenomenene nærmest hele tiden, på mikronivå og makronivå. Det er grunnleggende menneskelige opplevelser det er snakk om: natt og dag, møter med nye pasienter, avslutninger med pasienter, reiser, nye studier, nye forhold, brudd i forhold, dødsfall. Listen er lang. Derfor kan det å reflektere over begynnelser og avslutninger få noe selvsagt over seg, noe nærmest trivielt. Det er kjent stoff på et vis, det er som om vi vet alt om det, som om vi kan avskrive det, og heller bruke tiden på det som skjer imellom disse to punktene i tid.

Kan denne tendensen til å ta dem for gitt si noe om vårt ubehag ved å tenke på og forholde oss til dem, noe som gjør at det snakkes lite om? Isca Wittenberg mener det. I sin nyeste bok viser hun hvordan ulike livsfaser byr på ulike utfordringer knyttet til begynnelser og avslutninger. Alle faser av livet innebærer noe nytt, og samtidig atskillelse fra eller opphør av noe gammelt, som igjen vil si *noe kjent*. Wittenberg formidler at det alltid finnes håp og veier videre. Hvis man våger å slippe taket i det gamle, vil alltid noe nytt oppstå.

## Frykt og håp

Gjennom boken viser Wittenberg oss igjen og igjen, gjennom eksempler hentet fra både eget liv og klinisk praksis, hvorfor begynnelser og avslutninger ofte blir så vanskelige for oss mennesker å forholde oss til. Hun formidler hvordan vi assosierer avslutninger med frykt og engstelse, og begynnelser med håp og spenning. Men hun viser også hvordan dette ofte slår over i sin motsetning, og hvordan begynnelser kan skape stor engstelse, og hvordan avslutninger kan være av det gode. For den som er interessert i hvorfor disse temaene opptar Wittenberg i så stor grad, bruker hun gjennom boken også sin egen familiehistorie som bakteppe og som illustrasjoner for fenomenene hun beskriver.

**«Hun fremhever hvordan en av livets viktigste oppgaver for å kunne utvikle seg videre, er å tåle følelser, og ikke minst følelsen av å ikke vite»**

Boken tar oss kapittel for kapittel gjennom de ulike livsfasene. Her beskrives spedbarnets liv i livmoren, fødselen og det videre livet utenfor livmoren. Hun beskriver avvenning fra brystet, hvordan det er å få søsken, å begynne i barnehage, skole, begynne i arbeidslivet, gifte seg, bli foreldre, miste dem en er glad i, pensjonisttilværelsen og til sist døden. Perspektivet er hos alle involverte parter. Hun fremhever hvordan en av livets viktigste oppgaver for å kunne utvikle seg videre er å tåle følelser, og ikke minst følelsen av å ikke vite, å kunne stå i usikkerheten lenge nok til at noe nytt kan oppstå. Spedbarnsobservasjon er en fin måte å lære mer om dette på,

og det er vel denne metoden for emosjonell læring som synes å ligge Wittenbergs hjerte nærmest.

## **Perspektiver og råd**

Wittenberg gir perspektiver og råd om hvordan de ulike følelsesmessige utfordringene kan forstås og løses. Hun fremstår som klok og høyst leseverdige. Det hun skriver om de tidligste fasene av livet, bygger i stor grad på det hun har skrevet om i tidligere bøker, men i denne boken har hun systematisert og satt det inn i en livsløpssammenheng. Utviklingsoppgaver og utfordringer knyttet til den seneste fasene av livsløpet er det skrevet lite om tidligere.

Jeg ser boken som et viktig supplement til rådende retninger innenfor behandling av barn og unge i dag. Boken knytter seg på den ene siden opp til nyere kunnskap om barns utvikling og tilknytning, men den tilfører et dybdeperspektiv som går tapt i en tid hvor *formaspektet* går foran innholdsaspektet. Wittenberg viser hvordan vi både har en utside og en innside. Hun viser hvordan mennesket har en historie hvor erfaringer setter spor, men sier også noe om hvordan disse erfaringene lagres i psyken, og hvordan de kan gi seg også konkrete uttrykk. Hun minner om at ikke alt til enhver tid nødvendigvis handler om hva det ser ut til, overflaten er ikke alt. Wittenberg viser i tillegg hvordan de infantile sidene av oss selv er levende gjennom hele livet, og hvordan de kan dukke opp i ulike former og i ulike situasjoner. Å kunne forholde seg til disse sidene ved en selv er en vesentlig oppgave.

Jeg tror at Wittenberg ville sagt seg enig i Derridas ord om å huske (Peeters: *Derrida: A biography*, 2013): «Never do I feel myself existing as much as when I remember, and never do I feel myself dying so much.»

Anmeldt av Kristoffer Høiland, psykolog ved ARA Follo poliklinikk

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 4, 2014, side*