

Beskjæringen av virkeligheten

TEKST

Ole Jacob Madsen

PUBLISERT 5. desember 2010



BLOMSTERTERAPI: Hagestell, som det å putte et frø i jorda og se at det spirer, kan være bedre for den psykiske helsen enn den beste psykolog, ifølge ukebladet KK. Foto: Abby Lanes / Flickr.com

«Alt handler om psykologi.» Dette utsagnet kan man nesten ikke unngå å ha støtt på om man har fulgt med i mediene de siste årene. Som med finanskrisen 2007–2010, hvor psykologien i markedet visstnok var helt avgjørende for å få opp igjen flyten i pengemarkedet og få i gang igjen økonomien. Eller som i *Apotekerforeningens tidsskrift* (nr. 3, 2010), hvor barneombud Reidar Hjermann i et portrettintervju på spørsmålet om hvorfor han ville bli psykolog, svarte: «Fordi alt handler om psykologi.» I rettferdighetens navn må jeg understreke at Hjermann i dette intervjuet gir uttrykk for god kritisk dømmekraft når han våger å tvile på om doblingen av ADHD-medisinering alene er et tegn på at barn som tidligere ikke fikk oppfølging, nå får hjelp. Agendaen min her er imidlertid å vise at den tilsynelatende epidemiske forestillingen om at «alt handler om psykologi», er i ferd med å bli en selvoppfyllende profeti med ensretting av virkeligheten som resultat. I sin iver etter å spre sitt embete i samfunnet, står psykologprofesjonen med benene godt plantet i dette problemet. Et dykk inn i KKs univers illustrerer dette.

«Det overraskende var hvor
selvfølgelig og altomfattende det
terapeutiske blikket var blitt
i damebladets fremstilling av
hverdagslivet»

I arbeidet med min bok *Den terapeutiske kultur* leste jeg meg nylig gjennom 2010-årgangen av det ærverdige norske damebladet *Kvinner & Klær*. Blant de om lag 5000 glansede sidene av reklame, produkttesting, mote, interiør, matoppskrifter og kjendisportretter, var det et slående trekk hvor allestedsnærværende psykologi, psykoterapi og selvhjelp har blitt. Nå visste jeg fra før at kollega Peder Kjøs har avløst Åsa Rytter Evensen som *KK* sin faste sex- og samlivsekspert, og at professor i psykologi Frode Thuen er blant Norges topp ti mest benyttede akademikere i norsk dags- og ukepresse. Det overraskende var derfor ikke forekomsten av «psykologeksperten» i *KK*, men hvor fullstendig integrert, selvfølgelig og altomfattende *det terapeutiske blikket* på verden var blitt i damebladets fremstilling av hverdagslivet. Særlig slående var dette trekket i hvordan *KK* fremstiller helt prosaiske gjøremål, enten de er forbundet med lyster eller plikter. Et lite utvalg eksempler forteller om en hverdag forstått ut fra terapeutiske begreper: «Trening er som å gå til psykolog for meg,» sier leder for Høyres kvinneforum Julie Voldberg i et intervju; «Det finnes knapt noen samlivsterapeut som fungerer bedre enn å tenne stearinlysene og benke seg foran en serie som *begge* er oppslukt av,» røper *KK*s sjefredaktør Gjyri Helén Werp; «–Teater er medisin for hodet og hjertet», bekjenner teatersjef Iren Reppen; «Hun mente scrappingen var terapi,» forteller scrapbookentusiast Monica Berg; «Å gjøre rent i hjemmet vårt kan være en personlig pilegrimsferd med kost og bøtte. Et magisk, meditativt og terapeutisk verktøy til positive forandringer, indre som ytre,» skriver *KK*s interiørekspert Ranvita La Cour. Terapeutiske motiver figurerer også hyppig i *KK*s overskrifter og ingresser: «Pus på resept», «Denne maten er rene medisinen!» og «Å putte et frø i jorda og se at det spirer, kan være bedre enn den beste psykolog».

Vi ser hvordan en rekke hverdagssysler i dag blir omtalt i et terapeutisk språk. Kanskje kan det forklares med en terapeutisk sjargong blant *KK*s journalister. Men innslaget av psykologi synes å stikke dypere enn som så. Det siste gjengitte tilfellet handler eksempelvis utelukkende om de gunstige mentale effektene av det å grave i jorda, såkalt hageterapi. Botanikken er så godt som fraværende. Mens psykologien er nærværende, selv blant våre venner plantene.

I *KK*s meningsunivers er tilsynelatende alt blitt *terapeutisk*, og dette er historisk nytt. Som et tankeeksperiment kan vi se for oss en munk som arbeidet i en klosterhage på 1200-tallet. Munkens selvforståelse ville ikke vært knyttet til hagestellets mentalhygieniske virkninger. Hagestellet ville trolig bare vært botanikk for ham, eller knyttet opp til klosterets velorganiserte arbeidspraksis, som igjen kanskje tolkes inn i en gudfryktig sammenheng om vår navnløse munk var spesielt religiøst eller kunstnerisk anlagt.

Poenget er ikke å trekke i tvil at fysisk aktivitet, å omgås dyr eller grave i jorda kan ha fordelaktige effekter for din mentale helse, det er vitterlig etablert kunnskap. Men dersom vi løfter enhver stein etter terapeutiske effekter, risikerer vi samtidig rent ontologisk å beskjære meningsuniversets rike flora til vi bare har én eneste vekst igjen – *den terapeutiske organisme*. Det terapeutiske, som i bunn og grunn er en snylteplante på hverdagslivet, vil miste sine gunstige effekter og visne hen.

Antropologen Gregory Bateson viser oss hvorfor en slik beskjæring er så problematisk. Hans kanskje mest berømte utsagn var «*a difference which makes a difference*» – det vil si at for at *noe* skal fremtre for oss i kraft av sine egenskaper, må det nødvendigvis fremstå i kontrast til *noe annet*. Det terapeutiske trenger altså å eksistere ved siden av noe for å ha effekt. Hvis alt blir terapeutisk, vil ingenting til slutt virke terapeutisk. Dessuten, om en organisme kun fokuserer på sin egen overlevelse, og benytter det som et overordnet prinsipp for sin tilpasning, vil den snart ende opp med å ødelegge det miljøet den er en del av, og dermed seg selv i samme vending. Batesons økologiske holisme handlet riktignok om en varslet miljøkrise, mens jeg har forsøkt å tegne konturene av en mulig meningskrise. I begge tilfeller handler det likevel om vår manglende forståelse for mangfold og respekt for plantenes egenverdi. Et meningsunivers der «alt er psykologi», vil gi et fattig åndelig klima der kun psykiske lidelser blomstrer.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 47, nummer 12, 2010, side 1132-1133

TEKST

Ole Jacob Madsen, professor i kultur- og samfunnspsykologi, Psykologisk institutt, UiO