

Raseriets fravær



PSY
KOL
OGI

Det er betenkelig at dagens psykologi ser ut til miste forståelsen av aggresjonens vesen. Arbeidet med å oppdage, uttrykke og ta ansvar for aggresjonen er sentralt i enhver terapi.

TEKST

Per Are Løkke

ILLUSTRASJON

Hilde Thomsen

PUBLISERT 2. mars 2020

EMNER

Raseriets fravær

Aggresjon

Raseri

I kronikken [Hvordan forklarer vi selvskading](#) (Aftenposten 14.11.2019) skriver psykiateren Finn Skårderud og psykologen Bente Sommerfeldt om hva selvskading hos ungdom handler om. Selvskading beskrives som en psykisk handling med mange funksjoner. Den kan være smertedempende, kontaktsøkende, et selvbevarende «selvmord», et ønske om å fortelle om det vonde, en risikoatferd, en søken etter oppmerksomhet eller følgetilstander etter overgrep. Skårderud og Sommerfeldt trekker også inn en selvskadescene fra Karl Ove Knausgårds bok *En tid for alt*, der Henrik Vankel skjærer seg til blods, og forklarer det med at han bekrefter og synliggjør sin intense skamfølelse.

Raseriets tidsalder

Selvskading handler selvsagt om mange faktorer i samspill, men det er forunderlig at raseri og aggresjon ikke er nevnt med et eneste ord. Skårderud viser ofte i sine tekster til at unge jenters symptomer sladrer om kulturelle patologier. Kanskje denne teksten også sladrer om et psykologisk fagfelt som holder på å miste forståelsen av både raseriets negative og positive sider. Hvis den indiske forfatteren Pankaj Mishra har rett i at vi lever i «raseriets tidsalder», er det betenkelig at vi strever med å gjenkjenne, tåle, forstå eller gi plass til raseriet hos de som går i vår behandling.

«Det er opplagt at jenter som har opplevd vold, overgrep og omsorgssvikt, bærer på et raseri.»

Per Are Løkke

Det er opplagt at jenter som har opplevd vold, overgrep og omsorgssvikt, bærer på et raseri. Ungdommens mange prøvelser, atskillelisedrama og de tre «bandittene» grådighet, misunnelse og sjalusi er psykiske aggregater og situasjoner som sprer ut aggresjon og raseri i mange slags former. Den tiltagende ytrestyringen knyttet til prestasjoner, kropp og helse fra foreldre, skole, helsevesen og media vekker også raseri. Som en jente sa: «Jeg har bare lyst til å stille meg opp på en åpen plass og skrike nå er det faen meg nok.» Det gjorde hun ikke, i stedet satte hun seg ned og leste til prøven neste dag. Raseri oppstår også når ønsker og krav ikke blir innfridd, eller når selvbilder og forfengelighet brister. Kanskje de unge i dag mer enn noen gang opplever at urealistiske drømmer om å «klare og gjøre alt» bryter sammen i møtet med livets harde realiteter.

Desillusjonert rebell

I psykoanalytikerens Julia Kristevas teorier om ungdom fremstår aggresjonen som en selvfølgelig forklaring på selvskading. Et godt eksempel på den rasende selvskadelogikken gir Kristine Gertz i den selvbiografiske romanen Hvis jeg forsvinner, ser du meg da? Tema er utviklingen og helbredelsen av hennes spiseforstyrrelse etter at moren plutselig forlater sin mann og to døtre. Hun reagerer først med raseri mot mora «gjennom aggressivt å hamre ned anklager», deretter forvandles raseriet til selvanklager som uttrykkes i utsagn som «jeg angrer, unnskyld, unnskyld mamma» for til slutt å ende opp i selvhat: «Du tilfører ikke verden annet enn dritt.» Kristeva hevder at raseriet omgjort til selvhat er den patologiskapende kraften i både selvskading og depresjon. Selvskadingen skjuler slik en drømmende og desillusjonert rebell.

«Selvskadingen skjuler slik en drømmende og desillusjonert rebell.»

Per Are Løkke

Når Pankaj Mishra hevder at vi lever i en tid der hatet, misnøyen og den universelle irritabiliteten øker, er det betimelig å spørre hvorfor aggresjonen og raseriet fases ut som forklaringer i det psykologiske fagfeltet. Sigmund Freud advarte mot kulturer som benekter de aggressive kreftene i vår natur. Da blir vi blinde og forsvarsløse. Simone De Beauvoir utga klassikeren *Det annet kjønn* for 70 år siden. For henne handlet selvskading om et umulig raseri. Den unge jenta hadde ikke samme mulighet som gutten til å gjøre opprør mot faderlig autoritet og verden med virkningsfulle voldsmidler. Hun kunne verken sette seg opp mot verden eller heve seg over den. De Beauvoir knyttet selvskadingen til et innadrettet raseri som skapte en omsorgsfull og masochistisk væremåte preget av sadistiske selv-angrep; «å gå løs på og håne og pine den kroppen som er dømt til å underkaste seg».

Jentenes kompleksitet

Når raseriet forsvinner fra forklaringene, bidrar det til å skjule jentenes kompleksitet. Derfor virker også de Beauvoirs beskrivelser av ungjenta frigjørende. Hun beskriver et mer sammensatt bilde enn dagens stereotyper av den ytrestyrte flinke og slitne jenta. Beauvoir er kjent for å tydeliggjøre maktforholdene i en patriarkalsk kultur og vise hvordan kvinnens «annen natur» vokser frem som svar på dette. Men, hun beskriver ikke bare jentene som offer, hun beskriver også jentenes aggressive, seksuelle, selvsentrerte og maktsyke krefter. Jentene er ikke bare en effekt av overmakten. De har egne motiver, krefter og begjær. Hun beskriver kleptomane jenter som fantaserer om å bli prostituerte, hvordan angsten kan klebe seg til forbudte ønsker, hevntanker og små skjulte perversjoner, og hvordan jentenes drømmer om makt og lyst kamuflerer seg bak selvbedrag, spill og masker.

Skårderud og Sommerfeldt nevner ikke bare unge jenter, men fremhever også hvordan Knausgård skildrer den mannlige selvskadingen gjennom Henrik Vankel. I *Min kamp* fremstår selvskadingen enda mer iøynefallende når hovedpersonen skjærer sitt ansikt til blods fordi han tror at Linda foretrekker kameraten hans. I en annen scene kutter han seg når hans tidligere kone snakker intenst med storebroren.

Her er det ikke skammen, men raseriet mot rivalen som utløser selvskadingen. I gamle dager ville et møte med rivalen ført til dueller og slåsskamper. Hos Knausgård vender mannen raseriet innover.

Er dette en del av mannens krise i dag, at han ikke lenger vet hvor han skal gjøre av raseriet? Det mannlige raseriet har alltid hatt en dobbelt betydning i kraft av å være enten idealisert og heroisk eller destruktivt og demonisk. Å tolke den mannlige selvskading i lys av teorier om skam skjuler det kulturelle dramaet som foregår i dag omkring den unge gutten og mannens aggresjon.

Aggresjonens vesen

Aggresjon og raseri er allestedsnærværende i mennesket, mellom mennesker og mellom mennesker og samfunn. På stridens arena oppstår kriger, konflikt, vold, makt, herredømme, underkastelse, vinnere, tapere, sår, traumer, hevn, straff, skyld, forsoning, seksualitet og kjærlighet. Konflikt og kamp er en naturlig del av livet. Derfor trenger ethvert ungt menneske støtte til å bruke sin kraft. Å føre og bære sitt liv, å stå opp mot urettferdighet og destruktive krefter, å løsrive seg fra underkastende relasjoner, å bryte ut av trange rom, å markere grenser, å rope ut om sår og krenkelser, å hevde et tydelig «nei» og «ja», krever tilgang til aggresjon.

I enhver terapi er arbeidet med å oppdage, uttrykke og ta ansvar for aggresjonen en sentral komponent. Det er derfor betenkelig at dagens psykologi ser ut til å miste forståelsen for aggresjonens vesen.

Sinne og raseri skaper ofte negative og truende felt i og mellom mennesker, som ikke passer inn i vår maniske og positive tidsånd. Skårderud og Sommerfeldt fremhever at det ser ut som om vår kultur holder på å miste «kompetanser til å tåle negative erfaringer». Det er nettopp derfor det er påfallende at de glemmer aggresjonens problem.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 57, nummer 3, 2020, side 206-208

TEKST

Per Are Løkke, psykolog i privatpraksis

KONTAKT: pe-arelo@online.no

ILLUSTRASJON

Hilde Thomsen, illustratør