

## **Kommentar**

**Peter Berliner**

*Institut for Psykologi, Københavns Universitet*

### **Bevidsthedsmodel og terapi**

Søren Willert beskrev en gang sin opgave som universitetsforsker og - underviser som nogle gange at være en kustode, der passede på teoretiske positioner, der ikke var populære, men derfor ikke uvæsentlige. George Herbert Meads socialpsykologiske teori om bevidstheden eller selvet er en sådan teori, som SW har passet godt som kustode. Hvis nogen troede at Meads teori var en mumie, der kun ganske kort blev fremvist til studerende med særlig interesse for psykologien historie, så tager man fejl. SW viser at der stadig er liv i Meads teori - og at den faktisk kan bruges som et forståelsesgrundlag for psykoterapeutisk praksis - forstået som et konkret møde, en dialog, mellem klient og terapeut. SW's forskning er på den måde praksisforskning, selv når det drejer sig om et så teoretisk projekt som at opstille en bevidsthedsmodel: "Erfaringer fra professionel praksis udgør således en af modellens væsentligste empiriske gyldighedskontekster" (side 7). Bevidsthedsmodellen kan dernæst fungere som et styrebillede for den praktisk involverede psykolog - hos SW samlet benævnt den psykologiske proceshjælper.

I det følgende vil jeg først diskutere det netop nævnte begreb om en psykologisk proceshjælper i lyset af SW's bevidsthedsmodel. Dernæst vil jeg diskutere sprogets betydning i modellen.

**Den generaliserede proceshjælper.** Søren Willert har gennem en årrække bidraget til en udvikling af forståelsen af den psykologiske intervention, som et overbegreb, der omfatter såvel konsulentopgaver som terapeutiske opgaver. Før begrebet "integrativ terapi" blev almindeligt accepteret, argumenterede SW for en konstruktiv eklektisme, der sammenfattede det grundlæggende i en psykologisk intervention. I dag er der megen opmærksomhed på integrativ og eklektisk terapi, der dog ofte blot omfatter anvendelsen af to teoretiske udgangspunkter samtidig, idet de samles i én metode (f.eks. Dryden 1996). SW var mere vidtfavnende: "Er du utilfreds med den eksisterende flertydighed, så kan du supplere den" (Willert 1987, side 104). På denne måde foregreb han den terapeutiske synsvinkel, der i dag kaldes konversationalistisk (Anderson 1997) eller narrativ (Freedman og Combs 1997), hvor én pointe er, at forskellige stemmer må høres i - og imod - de dominerende diskurser<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Med en formulering fra Billington et al: "The struggle to recognize and celebrate difference is a key issue in the politics of identity and it can be seen as a struggle towards genuine dialogues, in which differing voices are heard and in which each participates in the ongoing construction of the other." (Billington et al. 1998, side 57).

Det kan diskuteres om det er muligt at samle alle former for psykologisk intervention under én generaliseret overskrift. Er forskellen på kognitiv terapi og psykodynamisk psykoterapi på en række punkter - især omkring den metodiske anvendelse af overføringsbegrebet - så store, at der næppe er tale om samme form for handling om end de begge diskursivt placeres under begrebet terapi? Mod dette taler det dog, at de begge er optaget af det hjælpende perspektiv. De er på den anden side ikke lige effektive overfor de samme former for lidelser - fascinerende nok ser det ud til at afpasning af metode efter klientens problemer faktisk er ganske gavnlige (se f.eks. Bergin & Garfield 1994, især part II). Men der har også været meget opmærksomhed på de fælles faktorer i den terapeutiske proces - eller hvor de nu ligger: Empiriske undersøgelser viser at forskellige terapiformer i høj grad giver samme resultater, men det er et aktuelt diskussionsemne om dette skyldes fælles træk i terapierne, eller at der er et begrænset mulighedsrum for klienterne, eller undersøgelsesmetoderne<sup>2</sup>.

Det er i denne debat spændende at møde SW's teori, der søger det fælles i psykologisk intervention. Dette fælles er en særlig forholden sig, der ganske vist altid sker i samspil med (og udvikler sig sammen med) de konkrete brugere. Og denne forholden sig kræver en dialog med en anden, der er i stand til at indgå i dialogen. Det betyder, at den anden må have en bevidsthed. Bevidstheden kan knyttes til et helt system, men hos SW bliver bevidstheden knyttet til en person, klienten. Det medfører at bevidsthedsmodellen er en personlighedsteori.

Det må siges at være modigt at forsøge at opstille en personlighedsteori ud fra bevidsthedsbegrebet, når især psykodynamiske teorier med fokus på ubevidste processer og ubevidst kommunikation har været næsten enerådende indenfor den anvendte personlighedspsykologi gennem en årrække. Det har i høj grad kun været disse teorier, der har kunnet give den anvendte psykologi en praktisk brugbar personlighedsteori (om end den kognitive terapi's personlighedsteori har påkaldt sig stadig større interesse gennem de senere år). I stedet for at opbygge sin personlighedsteori omkring ubevidste processer, tager SW udgangspunkt i bevidstheden.

<sup>2</sup> Med Schröders lidt smukkere formulering: "Empirical research points to broadly equivalent outcomes of different forms of therapies, though it is the subject of much current debate whether this is due to common factors operating in all approaches, or to the finite potential for change in each client which limits the effects of whatever specific factors are active, or simply to a lack of differentiation in research designs which is compounded by statistical techniques such as meta-analyses."

Når SW tager udgangspunkt i bevidstheden betyder det, at klienten har viden om og adgang til de fænomener og strukturer, der tales om i terapien - og at klient og terapeut sammen kan forholde sig til og udvikle disse. Det er gennem dialogen at udvikling sker og udviklingen drejer sig om ændringer i klientens bevidsthed, som følge af ændringer i dialogen. Ændringerne drejer sig altid om noget - hos SW kaldet virkelighedsdomæner.

SW's model er meget anvendelig i analysen af konkrete problemstillinger hos klienter. Den giver god mulighed for at se, hvor klienten placerer sine problemområder, samtidigt med at dens begreb om balance mellem de fire aspekter ved bevidstheden (*beretningen, bagagen, beslutningen og begæret*) giver en praktisk mulighed for intervention med henblik på at styrke en sådan balance. Dette tydeliggøres f.eks. ved anvendelse af modellen på mennesker, der har været udsat for en traumatiserende oplevelse, hvor det kan være tydeligt at orienteringen i den første periode ligger på *beretningen* og *bagagen* (hvad skete og hvorfor netop for mig?) for derefter at inddrage mere *begær* (f.eks. vrede) og *beslutninger* (om hvordan livet skal være i fremtiden, fra nu af).

**Bevidstheden.** Bevidstheden har som begreb været diskuteret længe indenfor den psykologiske fagdisciplin. "All people unhesitatingly believe that they feel themselves thinking. This belief is the most fundamental of all postulates of psychology" skrev James i 1890 (citeret fra Carlson et al. 2000 s. 280). Denne beskrivelse er dog så bred, at den er åben for mange fortolkninger. Ifølge Carlson et al. er der en række lette problemer i udforskningen af bevidstheden og ét svært problem. De lette er at beskrive bevidsthedens funktioner. Dette er hvad f.eks. Atkinson et al. gør, når de beskriver bevidstheden som en proces, der samler perceptioner af omverdenen, erindringer og tanker - samt kontrollerer handlinger i forhold til selvopfattelse og omverdensopfattelse (Atkinson et al. 1993, s. 204). Det svære problem er at forklare, hvorfor vi kan forholde os til os selv. Denne meta-refleksive evne fortøner sig hele tiden et niveau op, hver gang vi forholder os til den. Det selv-refleksive står centralt i definitionen af bevidstheden. Teoretikere, der er inspirerede af Mead (og Vygotsky) beskriver det selvrefleksive som en mulighed, der udvikles i en social og kulturel kontekst (Pickering & Skinner 1990).<sup>3</sup>

Denne kontekstualisering har dels et udviklingspsykologisk aspekt, hvor det sociale samspil, der består i handlinger, ses som det, der giver mulighed for at personen ser sig selv som man ser en anden. Dels knytter den an til konkrete, historiske kontekster, f.eks. i form af, hvilke positioner den enkelte får i sociale kontekster (familie, skole, arbejde, m.v.) og hvordan disse refleksivt samles i et selv-begreb. Selvbegrebet er det selvrefleksive og derfor kernen i bevidsthedsbegrebet (Swanson 1991) som baggrund for en personlighedsteori. Det er den fordi den giver en mulig forklaring på, hvorfor vi kan opleve os (refleksivt) som subjekter, der er aktivt handlende og kohærente fra situation til situation. Dette kan ikke kun forklares som en konsekvens af vores diskurser, argumenteres

<sup>3</sup> I Katzenelsons Kierkegaard-inspirerede formulering: "Bevidsthed er et forhold, der forholder sig til sig selv, samtidigt med, at det forholder sig til noget andet end sig selv" (Katzenelson 2000, side 51).

der, men er udtryk for at vi kan handle og vælge, altså er subjekter (Billington et al. 1998)<sup>4</sup>

"I" er således udtryk for en samlende refleksivitet, der sker ud fra de handlemæssige og diskursive praksiser, som personen indgår i. Gennem "I" kan der ske en forholden sig til egne praksiser, men dette kan kun ske på baggrund af en sådan praksis, hvor "I" altid vil være kontekstuel i de data, det forholder sig til. I Meads teori lægges vægt på handleaspektet, der betyder, at kontekstualiseringen sker gennem en aktiv handling i forhold til konkrete omgivelser (Dunn 1997). Netop handlebegrebet er set som meget centralt hos Mead, idet det ophæver dualismen mellem krop og psyke, ligesom dualismen mellem samfund og individ ændres til en procesopfattelse (Garrison 1998).

"I" kan da beskrives som en samlende instans, en bevidsthed, der er social i sin oprindelse og funktion, og som inkluderer en selv-reflekterende (moniterende og kontrollerende) funktion, der gør socialt ændrende praksis mulig. Selv-bevidsthed kan opfattes som en oplevelse af selv-bevidsthed, der defineres og meningsgives ud fra de socialt anvendte symboler, dvs. diskurser, der er til rådighed for personen. Selv-bevidstheden udspringer af sociale interaktioner, der gives mening gennem anvendelse af tegn (sprog). Selv-bevidstheden er et resultat af og ikke et "løsrevet" udgangspunkt for social, sproglig interaktion. Men netop ved anvendelse af symboler og det selvrefleksive, der muliggøres der igennem, åbner bevidstheden også muligheder for aktiv forholden sig gennem handlinger (Kogler 1996; Caton 1993).

Ved at sammentænke Meads teori med Vygotskys ses sproget som en kollektiv proces, der gennem internalisering muliggør tanker, problemløsning og selvforståelse hos hvert enkelt menneske (Vocate 1994). Bevidsthed ses i denne ramme som en form for tale til én selv, en selv-referentiell proces, der i sit udgangspunkt er dialogisk, idet den udtrykker at kunne forholde sig til sig selv som man kan forholde sig til en anden. Bevidsthedens forholden sig til sig selv er dialogisk (Ramirez 1992). For at understrege denne pointe kan det nævnes at der er blevet argumenteret for at bevidstheden kun kan udforskes kvalitativt (Schwandt 1994).

**Sprog og beretning.** Når bevidstheden beskrives på ovenstående måde i en teori, der henter argumenter fra Meads teori, rejser det et spørgsmål. Dette spørgsmål bliver tydeligt, når SW bruger teorien til at belyse processen i terapeutiske forløb.

Spørgsmålet drejer sig om forholdet mellem bevidsthedsrummets aspekter og sprog. Det ser ud til at *beretningen* får en særlig status i terapiforløbet, da det er den, der muliggør dialogen mellem de involverede. SW beskriver dette som: "Klientens formulerede bevægelsesønske har således, i det professionelle samarbejdsforløbs sammenhæng, status som

<sup>4</sup> Med en meget Mead-inspireret formulering hos Billington et al.: "While our historical and cross-cultural reflections lead us to reject the notion of an inherent core self, we can experience the desire for an "I", which has some integrity of being, and the fear of its absence or loss. Is it possible, then, to acknowledge the validity of the deeply social and relational view of personal identity conceived as a complex of roles and retrieve a sense of "I" which does not rely on the notion of a pre-social essence?" (Billington et al. 1998, side 52).

den *bedst mulige offentligt tilgængelige, dvs. sprogliggjorte metarepræsentationelle afbildning* af bevidsthedsrummets intentionelle kontekst" (side 22). Dette betyder at bevidsthedsrummets fire aspekter kun kan indgå i dialogen som sproglige formuleringer, hvor klienten gennem sproget åbner sin selvrefleksion for dialogen - og de ændringer, denne har på selvrefleksionen. Ord som "afbildning" og "sprogliggjort" betyder, at der findes noget bag ordene (om end dette noget er socialt og symbolsk i sin oprindelse).

I den forbindelse kan man anføre, at dette "noget" kun kan nås gennem sproglige udsagn i en bestemt kontekst. Det sproglige udsagn definerer - som udsigelse - samtidigt adressat og dermed kontekst. Det definerer dermed også indholdet i de tre aspekter, der ikke umiddelbart henviser til sproget. Dette argument er kernen i en socialkonstruktionistisk kritik af Mead. Om end Mead regnes som en væsentlig inspirationskilde til socialkonstruktionistisk teori, tager f.eks. Gergen afstand fra hans mentalistiske begreber såsom "symbolisering", "bevidsthed", "begrebsdannelse" og "selvopfattelse" (Gergen 1997, side 68-69). Fra den socialkonstruktionistiske position argumenteres der for, at selvet, personligheden, identiteten og vel også bevidstheden er begreber, der ikke har essens, men som konstrueres gennem diskurser (Gergen 1997 s.185).

SW er mere på linie med Meads oprindelige teori, idet han opererer med begreber for det mentale liv. Spørgsmålet, der rejses her, drejer sig om hvorvidt der findes førstehånds adgang til den *anden, erfaringen og impulser* udenom den sproglige *beretning* om disse områder. SW skriver:

"Blandt de fire virkelighedsdomæner indtager sproget en særstilling i og med at det som virkelighedsformidlende instans fungerer gennem andenhånds modifikation af en førstehånds-virkelighed af ikke- eller førsproglig art.; nemlig dén førstehånds-virkelighed som sprogbrugeren kan opnå meta-repræsentationel kontakt med i kraft af den situationelle konteksts tre øvrige virkelighedsdomæner." (side 36).

Denne opfattelse betyder, at bevidstheden kan forholde sig til de fire aspekter på en måde, der er førstehånds - eller i hvert fald, at der er noget førstehånds, der kan afdækkes bag ordene, der udgør dialogen. Men hvorledes kan dette lade sig gøre, når *beretningen* samtidigt selv er et bevidsthedsaspekt, som man i dialogen kan forholde sig til? *Beretningen* kan selvfølgelig være en beretning om selve narrationen - altså en forholde sig til det at berette. Men i de øvrige aspekter bliver dette vanskeligere, idet *erfaringen, impulsen og den anden* altid fremstilles gennem en *beretning* om dem. Derved rykker *beretningen* igen ind i fokus for den terapeutiske dialog. Et eksempel kan være den triste klient, der fortæller om en kærlighedsløs mor og om vreden mod denne mor. Det er jo nok en rettet mod denne mor, der skildres, men det vi præsenteres for er beretningen om den "onde mor". Det er klientens *beretning*, vi må forholde os til - netop som fortælling. Denne fortælling tematiserer måske netop *bagagen, begæret og beslutningen*, men den gør det gennem *beretningen*. Det kan endda være, at de øvrige aspekter kan blive svært bundløse teoretisk set, hvis man kigger nærmere på dem uden at inddrage *beretningen*. F.eks. hvis man beskriver begæret som en kropslig impuls bliver intentionaliteten et problem. Kroppen fortæller måske noget til klienten, men dette skal netop ses som en fortælling, altså en sproglig fortolkning af kroppens

"tale". Denne "tale" kan rette sig ind i selve situationen (f.eks. havde jeg engang et samtaleforløb med en patient, der lige fra starten af forløbet ønskede at stå henne ved et åbent vindue for at kunne "trække vejret"), men den kan ikke tale i sig selv, men kun gennem sprogliggørelse. I øvrigt er *begæret* svært at definere, idet det ofte beskrives som begæret efter den andens begær (f.eks. i Lacans (1977) teori, der på dette punkt minder meget om Meads). Det betyder, at begæret er en relation. Man kan fortolke relationen mellem klient og terapeut således, at klienten søger at genetablere en bestemt, tidligere oplevet, fantasimæssig, forestillingsdrevet relation til terapeuten, men dette flytter da fokus over i *bagagen*. Og dermed er vi igen tilbage ved argumentet om at de øvrige aspekter underlægges *beretningen*, her ved at *bagagen* er en livshistorie, altså en *beretning*, en fortælling - til terapeuten. Og en fortælling, der fortsætter i dialogen.

Ved at opfatte *beretningen* som anderledes end de øvrige aspekter, bliver bevidsthedens sproglige refleksivitet tydelig. Derved kan "I" beskrives som en funktion, der forholder sig til den ene eller de mange forskellige stemmer, der ytrer sig i klientens udsagn, når de fremstilles i dialog med terapeuten. En meta-forholden sig er her respekten for forskellige stemmers ret til at blive hørt, ophævelse af dualistiske kategoriseringer, og lydhørhed overfor marginale stemmers beretning (Billington 1998; Sampson 1993).

Denne fastholdelse af *beretningens* særlige status blandt aspekterne er mere et forslag til, hvorledes man kan arbejde videre på baggrund af SW's model end en egentlig kritik af den. Modellen har således allerede rejst nogle overvejelser, der forhåbentligt kan supplere den eksisterende flertydighed (jvf. ovenfor).

**Perspektiv.** SW's bevidsthedsmodel er et meget væsentligt bidrag til udviklingen af den anvendte psykologis teoretiske landskab her i Danmark. Det er modigt og befriende at møde en model, der tager udgangspunkt i praksis og viser at praksisforskning kan føre til vigtige bidrag og nytænkning på det teoretiske område. Det er spændende at følge udviklingen af en personlighedsteori, der tager udgangspunkt i en bevidsthedsmodel i stedet for i en teori om det ubevidste. SW's model bør blive et væsentligt indslag i udviklingen af en personlighedspsykologi i de kommende år. Især er modellens opmærksomhed på fremtiden som kontekst et meget væsentligt aspekt, der ændrer ved mange gængse forestillinger om terapi.

## Referencer

- Anderson, H. (1997): *Conversation, Language, and Possibilities - a Postmodern Approach to Therapy*. New York: Basic Books.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.G. et al. (1993): *Psychology*. Fort Worth; Harcourt Brace.
- Bergin, A.E. & Garfield, S.E. (1994): *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*. New York: John Wiley & Sons.
- Billington, R., Hockey, J., & Strawbridge, S. (1998): *Exploring Self and Society*. London: Macmillan Press Ltd.
- Carlson, N.R., Buskist, W. & Martin, G.N. (2000): *Psychology: The Science of Behaviour*. Harlow: Allyn and Bacon.

- Caton, S.C. (1993): The importance of reflexive language in George H. Mead's theory of self and communication. I J.A. Lucy et al. (Eds.): *Reflexive Language: Reported speech and Meta-pragmatics*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Dryden, W. (ed.) (1996): *Integrative and Eclectic Therapy: a Handbook*. Buckingham: Open University Press.
- Dunn, R.G. (1997): Self, identity, and difference: Mead and the poststructuralists. *Sociological Quarterly*. Vol. 38(4): 687-705
- Freedman, J. & Combs, G. (1996): *Narrative Therapy*. New York; W.W. Norton.
- Garrison, J. (1998): Toward a pragmatic social constructivism. I M. Larochelle, Marie, N. Bednarz, et al. (Eds.): *Constructivism and education*. Cambridge University Press.
- Gergen, K. (1997): *Realities and Relationships*. Harvard University Press
- Katzenelson, B. (2000): *Psykologiske indblik*. København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Kogler, H.H. (1996): Symbolic Self-Consciousness: Rethinking Reflexivity with Mead and Semiotics. *Studies in Symbolic Interaction*. Vol. 20, s.193-223.
- Lacan, J. (1977): *Écrits*. London; Tavistock.
- Pickering, J. & Skinner, M. (Eds.) (1990): *From sentience to symbols: Readings on consciousness*. Toronto: University of Toronto Press.
- Ramirez, J.D. (1992): The functional differentiation of social and private speech: A dialogic approach. I R.M. Diaz & L.E. Berk (Eds.): *Private speech: From social interaction to self-regulation*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates
- Sampson, E.E. (1993): *Celebrating the other: A dialogic account of human nature*. Boulder: Westview Press.
- Schröder, T. (1996): Approaches to Couple Therapy. I D. Hooper & W. Dryden: *Couple Therapy - a Handbook*. Buckinham: Open University Press.
- Schwandt, T.A. (1994): Constructivist, interpretivist approaches to human inquiry. I N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.): *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Swanson, G.E. (1991): The powers and capabilities of selves: Social and collective approaches. I M. Aboulafla et al. (Eds.) (1991): *Philosophy, Social Theory, and the Thought of George Herbert Mead*. Albany: State University of New York Press.
- Vocate, D.R. (Ed.) (1994): *Intrapersonal communication: Different voices, different minds*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Willert, S. (1987): *Psykologien som handlevidenskab*. Århus; Kimære.