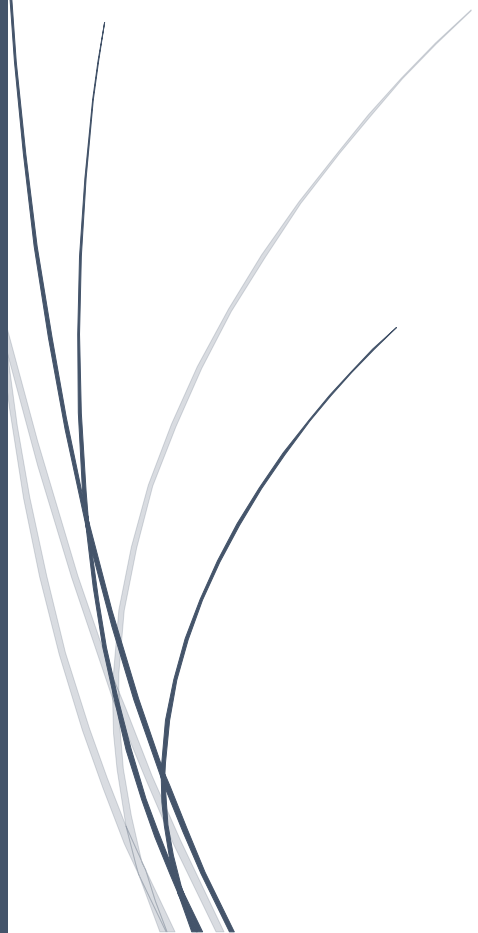




01-09-2014

# Model over basale relationstilstande.

Af: Knud Ingerslev, Cand.psych.



Med accept fra professor A. Damasio, University of Southern California, dedikeres denne artikel til ham og hans kone, samt Professor Jesper Mogensen, neurologisk psykologi, Københavns Universitet.

## Noget om vigtigheden af at skabe sammenhæng mellem krop - jeg og omverden

### FRA DET EMOTIONELLE PULTEKAMMER

Det levende hverdagsprog lægger ikke vægt på at anvende det enkelte ord i præcise sammenhænge. Uden besvær forstår vi, at man kan *føle* sult, glæde, angst, smerte, lettelse, stoflighed og samvittighed. Det gælder uanset, at der er tale om tilstande, som såvel neurologisk som psykologisk er vidt forskellige.

Men når man tager i betragtning, at følelseslivet er et af psykens grundelementer, kan det undre, at den *faglige* mangfoldighed er så vidtspændende og i adskillige tilfælde modsætningsfyldt. Som eksempel har forskere vanskeligt ved endegyldigt at afgøre spørgsmål om valg af hvilke og hvor mange basisfølelser, der eksisterer. (Figur 3) Men der er utallige andre divergenser.

Følgende skal ses som et spinkelt forsøg på at mindske den babyloniske forvirring.

### MODELLENS FORUDSÆTNINGER AFGØRENDE FORSKEL

Den danske filosof Kierkegaard, har lært os at skelne mellem angst og frygt, en iagttagelse, der imidlertid langt fra er universel. For eksempel synes den fremragende neurolog A. Damasio, selv om han opererer med begreber som primære og sekundære emotioner ikke at pointere den efterfølgende begrundelse på forskellen.

Konkret anvender vi i klinikken denne viden, når vi i tilfælde af angstneuroser, søger at finde frem til den bagvedliggende frygt. Ved så at sige at objektivisere den "blinde" angst, hvor et af hovedsymptomerne er at opleve angst for angsten, (fordi den for klienten er en ubekendt

størrelse) opnås den mulige målrettethed mod den uerkendte frygt, som slutter den tidligere onde cirkel. Altså en væsentlig indplacering.

Fortsætter man denne systematisering, vil man opdage, at dette gælder for adskillige fænomener.

Vrede er generel, medens had er en objektrettet følelse. Tristhed er generel og følelsen sorg objektrettet. Kunne det tænkes, at denne inddeling burde lede til den konklusion, at der er tale om to så forskellige grupper, at det er u hensigtsmæssigt at give begge fællesbetegnelsen følelse?

I den fremover skildrede model vil der således blive skelnet mellem affekt og følelser. Dette synspunkt underbygges neurologisk af Eric Shouse, der med henvisning til Brian Massumi siger "følelser er sociale og biografiske, affekter er førlpersonlige" og "Et spædbarn oplever ikke følelser, fordi det mangler sprog og biografi." Og videre "den spædes følelser er direkte udtryk for affekt"

Han underbygger dette med "et spædbarn har ikke sproglige færdigheder med hvilke det kan fornemme kognitive processer, eller en historie om tidligere erfaringer". Det understreges af Demos, der siger at affekter er kropsudtryk, der involverer ansigtsmuskler, indvolde, åndedræt, skelettet, ændring af autonom blodgennemstrømning".

Med henvisning til en case (Sacks 1984) beretter Shouse om en kvinde, der ikke kunne gå, fordi hendes skjulte, ubevidste og automatiske proprioceptive funktion var afbrudt fra de sædvanlige bevidste kropsmekanismer. Men gennem musikterapi kom hun, da alene viljen ikke kunne, til at danse.

Affekt er efter Shouse's opfattelse "en ikke bevidst oplevelse af intensitet, det er et øjeblik af uformede og ustrukturerede potentialer"

Han henviser her til Damasio, der skriver ”uden affekt, kan følelser ikke ”føle”, fordi de ikke har nogen intensitet, og uden følelser bliver rationelle beslutninger problematiske”.

”Affekt har derfor den vigtige rolle, at beskrive relationen mellem vores krop, vores miljø og ydre omgivelser i subjektiv oplevelse, mens tænkning har ansvaret for bevidstliggørelse af følelserne”. Heldigvis har vi med sprogmodningen udviklet dette samvirke, således at vi både kan anvende den forudsættende, men mere generelle affekt, men også den objektrettede følelse (Tompkins)

### MERE BEGREBSAFKLARING

Det bør nævnes, at Shouse, med henvisning til et forsøg af Ekman, også skelner mellem følelser og emotioner, sidstnævnte opfatter han som udadvendte sociale projektioner, der kan være forstillede eller ægte, hvorimod følelser er udtryk for personlige indre tilstande, et synspunkt, som jeg deler.

Livet kan fra undfangelse til død, beskrives som en fortløbende række af relationer: Fra sædcellens møde med ægget, fra individets møde med omverdenen, i dagligdagens arbejde, i mødet med familie, venner og kærester til det religiøse forhold. Det er driften mod realiseringen af disse forhold der tilstandsskildres ved hjælp af relationsspektret.

Fanget i den sproglige uklare anvendelse af begreberne, tvinges man til selv at definere klart.

Da det synes uomtvisteligt, at hvad enten der er tale om emotioner, følelser, affekter, fornemmelser eller stemninger er der tale om tilstande af relationsbeskrivelser mellem individ og omverdenen (eller mellem dele af individ til andre dele af individet (Damasio))

Fremover vil jeg - i stedet for betegnelsen følelser- eller emotionsverdenen vælge at bruge fællesudtrykket **relationstilstande** – en

betegnelse, der understøtter forholdets afgørende betydning i menneskelig eksistens, samt definerer os som sociale væsener.

Den afgørende nytteværdi af at situationsbeskrive en given relationstilstand, synes eksistentielt åbenlyst og værdifuld for såvel individet selv som for omgivelsernes oplevelse og reaktioner. Uden denne evne ville vi være totalt hjælpeløse med hensyn til at videregive situationstilstande og foretage nødvendige reaktive handlinger.

Tilbage til den første iagttagelse, forskellen mellem de generelle og de objektrettede relationstilstande.

Det, der er fælles for de generelle affektrelationer, synes at være deres ”blindhed”. De er i både James/Langes og i Damasio’s forstand primært kropslige reaktioner. Så her kan vi virkelig tale om, at når vi græder, så bliver vi kede af det. I stedet for følelse, vil det her være meget klarere at tale om affekten tristhed, der rummer hentydningen til noget foreløbigt uklart, hvilket ikke betyder mangel på objekt, men blot at individet endnu ikke har nogen klar sammenhængsoplevelse. (Nijenhuis ERS)

Senere kan affekten få individet til at indordne oplevelsen cortikalt, dvs. give den et objekt, og dermed reageres med den bevidstliggjorte følelse sorg. Denne skelnen ophæver den fortsatte diskussion, ved også at give plads til Cannon – Bard teorien, der gælder for de helt eller delvis bevidstliggjorte relationstilstande.

### YDERLIGERE TODELING

Tilbage til selve modellen. Straks efter mødet med en given impuls antager jeg at kroppen afgør med J. Olds plesurecenter nucleus accumbens eller angstcenteret amygdala (D. Goleman) om der er tale om henholdsvis en erfaringsmæssig behagelig eller frastødende situation. Dermed startes det homeostatiske flow.

Processen kan således enten forløbe **konsonant**, dvs. sammenfaldende med individets konstansbestræbelse resulterende i harmoniske relationstilstande - eller **dissonant**: i modstrid med disse, med disharmoniske relationstilstande til følge. (Begreber hentet fra Festinger).

Givet er at affekternes homeostatiske proces også varetages under stærk indflydelse fra hormoner. Til vedligeholdelse af forløbet, fungerer de parvis, henholdsvis som aktivist og antagonist. Afklaring af det enkelte hormons præcise formål, funktion og deres indbyrdes samvirke, er en afgørende videnskabelig opgave i de kommende år (Vincint 1990).

Denne tankegang understøtter de teoretikere, der opererer med at der fundamentalt kun eksisterer 2 basistilstande. Generelt understøttes synspunktet også af Susan Hart i hendes bog "Dissociationsfænomener".

## HOMEOSTASEN SOM MEDSPILLER

Adskillige forskere (*Damasio 1994, Bessel A.B van der Kolk 1994, Kringelbach M.L 2008*), taler om hjernens homeostase. Ofte henføres til fysiske tilstande som sukker- og iltbalance. Og almindelig anerkendt er at såvel sult-mæthed, tørst og sex har et homeostatisk forløb (Vincent 1990 s.141-171) hævder derudover (Vincent1990 s..201-231) at også pleasure-pain dimensionen fungerer homeostatisk.

Af andre anskues de enkelte relationstilstande oftest isoleret som statiske.

Kunne det tænkes, at de basale relationstilstande, **affekterne**, med sexualitet som underliggende baggrund, havde et indbygget mål (drive) med et homeostatisk forløb? Dette vil i det følgende blive postuleret som en arbejdshypotese.

Det er her vigtigt **ikke** at opfatte homeostasebegrebet, som stræbende efter at opnå ligevægt, men som en dynamisk funktion (Buhler, Stagner). Sidstnævnte siger herom: "Dynamic homeostasis involves the maintenance of tissue constancies by establishing a constant physical environment by reducing the variability and disturbing effects of external stimulation. Thus the organism does not simply restore the prior equilibrium, a new more complex and more comprehensive equilibrium is established."

Fiske, Maddi skildrer funktionen (uden direkte at nævne homeostaseprincippet) således "Certain behavior.... seems to involve the dimension of temporal variation in an organism's experience. While variation in stimulation may be produced by changing events in the external world or by changes within the organism, it may also result from the responses of the organism."

Som nævnt forudsætter relation mindst to størrelser. Beskrivelsen af forholdet mellem disse, kan enten være relationstilstand mellem kroppen og individets psyke (Damasio), eller mellem omverdenen og individets psyke.

Men da hverken kropstilstanden eller omverdenen er statiske, er der nødvendigvis tale om et processuelt forløb. Her er spørgsmålet, om der kan opstilles en generel beskrivelse af dette forløb?

Hvis man antager, at enhver aktivitet har et mønster, der følger reglerne for det generelt gældende livsprincip homeostasen, dannes på grund af det sinusoidale forløb en model for en funktionel procesankegang.

Denne består af fire hovedtilstande: 1. En neutral hvile/forbrugsfase, (dalende energiforbrug) 2. begyndende ubalance starter en søgeadfærd for at opklare, hvad denne handler om (stigende energiforbrug) 3. en handlefase, hvor ubalancen søges udlignet.

(Maximalt energiforbrug) 4. en omsættelsefase, hvor den udlignede mangel optages (lavt energiforbrug) (Se model Figur 1)

Tilsyneladende aktiveres den enkelte affekt – konsonante som dissonante – i en forudbestemt rækkefølge. Om denne er medfødt eller indlært må fremtiden afgøre.

Det første trin i affektens sinusoidale proces behøver individet til at tilstandsbeskrive mødet med en given impuls. Her afgøres om impulsen er i konsonant samklang eller dissonant modvirke, og om denne dermed skal medføre **omverdenstilnærmelse eller isolation**. (Socialitet eller forvirring resulterende i enten: jeg-tab eller omvendt omnipotens)

Det næste undersøger bør impulsen medføre yderlige involverende **søgekontakt eller flugt**. Det tredje afgør om det givne møde med impulsen skal bevirke **handlende optagelse eller angreb**.

Det sidste konstaterer om **impulsmødet forløb glædeligt eller medførte tristhed**.

Et simpelt hverdageksempel: 1. impulsmøde: mæthed/sult 2. maden søges/flugt fra farer. 3. den findes og spises/spyttes ud. 4. føden omsættes/kastes op. Se omstående figur 1 og 2.

## HOMEOSTASEPRINCIPPET OG MODELLEN KOORDINERES (Figur 1 - 2)

Vil vi beskrive de generelle relationstilstande og forudsættende går ud fra at disse følger de 4 homeostasetilstande: hvilefase, mangelsøgefase, handlefase og omsættelsefase har vi således brug for 4 konsonante: Tryghed, håb, mod og glæde – og 4 dissonante. Disse foreslår jeg kunne være Forvirring, angst, vrede og tristhed.

Men dermed har vi alene beskrevet de generelle affekter. Da disse har mulighed for ved kognitiv bearbejdelse at blive udbygget,

har vi brug for yderligere 8 **objektrelaterede** basistilstande, der svarer til de førnævnte affekter, disse kunne være: Konsonante: Tillid, nysgerrighed, kærlighed og meningsfylde - og dissonante: Mistillid, frygt, had og sorg. Alle 8 vil i modellen nedenfor blive benævnt som **følelser**.

Begrundelse for at vælge netop disse relationsbeskrivelser til modelskemaet, har for mig været, at de skal være sprogligt relevante til at beskrive formålet med hver af de enkelte faser. Eksempel: Harmonisk konsonant **handlefase** = affekten **længsel/mod** (hen imod). Dissonant **handlefase** = affekten **vrede** (væk fra).

Det styrker modellen, at valget af ovennævnte basisrelationer 8 affekter og 8 følelser, alle - med undtagelse af tryghed, er nævnt af førende forskere som basale (uden at disse dog skelner mellem affekter og følelser) Se efterfølgende Figur 3 og 4.

Min antagelse af, hvorfor tryghed ikke er nævnt, er, at følelsen kendetegnes ved sin "eksterne" udtrykssløshed, hvilket ikke minimerer dens berettigelse. Jeg definerer tryghed som den relation, der beskriver den erindrede oplevelse af ubekymret harmoni fra fostertilstanden til separationsfasen.

Der er også forskellighed i sproglige valg. Jeg foretrækker mod/længsel frem for de nævnte: livsmod -lyst eller begær, der alene giver associationer til seksuel drift.

Tillid kunne svare til Plutchiks begreb accept: den cognitive godkendelse af tryghed.

Ellers kan resten af forskelle i betegnelser henføres til andre sproglige divergenser. F.eks nysgerrighed: interesse. Håb: forventning.

Meningsfylde, der hos andre betegnes som overraskelse, defineres af mig = et konsonant kognitivt resultat af affekten glæde, og som a-ha oplevelse, sammenhængsoplevelse = den

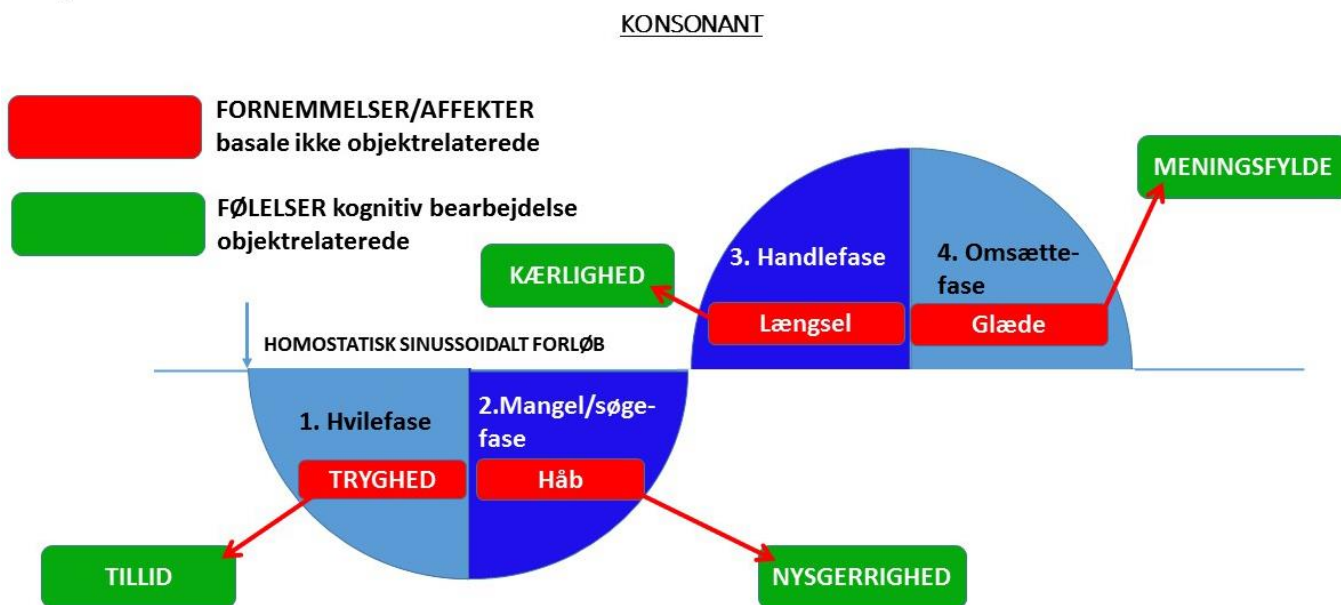
ekstraværdi, der opnås ved positivt samvirke mellem to delelementer (K. Ingerslev 2).

Herudover ligger forskellen i opdeling, indplacering og begrundelsen for valget af disse.

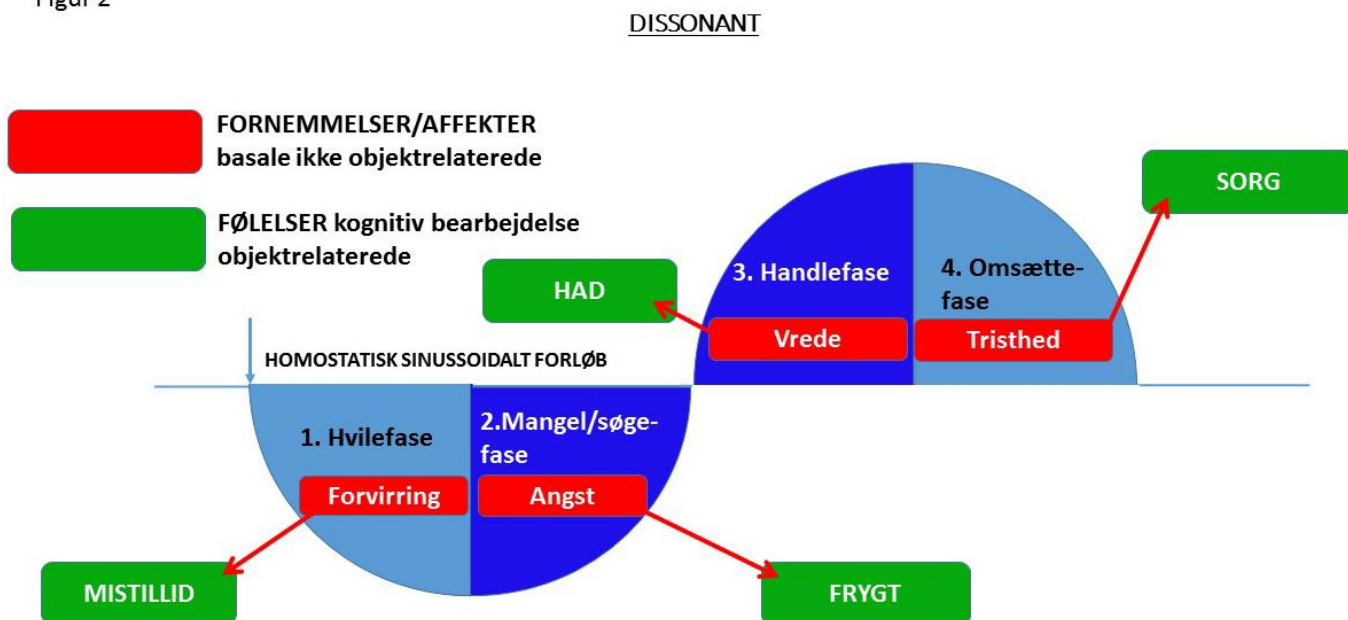
irritation, raseri, arrigskab, osv. Ligeledes hører affekter, fornemmelser og stemninger til samme gruppe.

Skam og skyld er for mig sekundære objektrelaterede varianter af begrebet sorg = dissonant mening.

Figur 1



Figur 2



For fuldstændighedens skyld, bør nævnes, at de basale relationstilstande har varierede udtryk, f. eks. for vredes vedkommende:

Princippet om at inddеле relationsbeskrivelser i primære, sekundære og tertiære stammer fra Parrott.

Emotions. Viser førende emotionsteoretikers forslag til basisrelationer ("mine" affekter fremhævet). (Ortany A., Turner T.J. 1990)

Figur 3			
1	Arnold	<b>vrede</b> , modvilje, <b>mod</b> , <b>modløshed</b> , <b>begær</b> , <b>fortvivelse</b> , frygt, had, <b>håb</b> , kærlighed, <b>tristhed</b>	<i>relation af aktionstendens</i>
2	Ekman, Friesen, Elworth	<b>vrede</b> , afsky, frygt, <b>glæde</b> , <b>tristhed</b> , overraskelse	<i>universelle ansigtsudtryk</i>
3	Frijda	<b>begær</b> , <b>lykke</b> , interesse, overraskelse, forundring, sorg	<i>aktionsparathed</i>
4	Gray	<b>raseri</b> , terror, <b>angst</b> , <b>glæde</b>	<i>medfødt</i>
5	Izard	<b>vrede</b> , foragt, afsky, <b>forvirring</b> , frygt, <b>glæde</b> , skam, skyldfølelse, interesse, overraskelse	<i>medfødt</i>
6	James	frygt, sorg, kærlighed, <b>raseri</b>	<i>kropsinvolvering</i>
7	McDougall	<b>Vrede</b> , afsky, <b>opstemthed</b> , frygt, <b>selvnedvurdering</b> , ømhed, overraskelse	<i>relationer til instinkter</i>
8	Mowrer	Smerte, <b>glæde</b>	<i>ikke indlærte emotionelle tilstande</i>
9	Oatley Johnson	<b>vrede</b> , foragt, <b>angst</b> , <b>glæde</b> , <b>tristhed</b>	<i>ingen forudsættende korrespondens</i>
10	Panksepp	<b>forventning</b> , frygt, <b>raseri</b> , <b>panik</b>	<i>medfødt</i>
11	Plutchik	accept, <b>vrede</b> , <b>forventning</b> , afsky, <b>glæde</b> , frygt, <b>tristhed</b> , overraskelse	<i>relation til adaptive biologiske processer</i>
12	Tomkins	<b>vrede</b> , interesse, foragt, afsky, <b>forvirring</b> , frygt, <b>glæde</b> , skam, overraskelse	<i>neural fyringsintensitet</i>
13	Watson	frygt, kærlighed, <b>raseri</b>	<i>medfødt</i>
14	Weiner og Graham	<b>Glæde</b> , <b>tristhed</b>	<i>uafhængig af egenskaber</i>

Ovenstående kan alle indsættes i den af mig foreslåede model (figur 4) næste side.

<b>Figur 4</b> <i>Funktionel individuel/social relationsbeskrivelse. Affekter medfødt – følelser kognitive</i>	
<b>KONSONANTE AFFEKTER/FORNEMMELSER - generelle (tal henviser til forfatterne i FIGUR 3)</b>	
Tryghed	
Håb	1 - forventning - 10 – forventning (anticipations) - 11
Længsel/mod	1 - begær – 1 -3
Glæde	2 – 4 – 5– 11- 12 lykke (happiness) – 3-9-14 (elation) behag - 7 pleasure - 8
<b>DISSONANTE AFFEKTER/FORNEMMELSER - generelle</b>	
Forvirring	5-12 (distress)
Angst	4-9 panik 10
Vrede	1-2-5-7-9-11-12 raseri 4-6-10-13
Tristhed	1-2-9-11-14 modløshed (ejection) 1 fortvivelse 1 smerte 8
<b>KONSONANTE FØLELSER - objektrelaterede</b>	
Tillid	Accept 11
Nysgerrighed	Interesse 3-5-12
Kærlighed	1 - 6 – 13 ømhed (tender- emotion) 7
Meningsfylde	Overraskelse 2-3-5-7-11-12 forundring (wonder) 3 - 7
<b>DISSONANTE FØLELSER – objektrelaterede</b>	
Mistillid	Modvilje (ervision) 1 selvnedvurdering (subjektion) 7
Frygt	1 - 2 - 5 – 6 – 7 - 10 – 11 – 12 - 13
Had	1 afsky (disgust) 2-5-7-9-11-12 væmmelse (contempt) 5 - 12 terror 4
Sorg	3 - 6 (grief) skam – 5-12 skyldfølelse -5

### TILSYNELADENDE FASTLAGT FORLØB

Ifølge E. Salzen har dissonant adfærd følgende rækkefølge: Tilbagetrækning, flugt, kamp og opgivelse. (**F**reeze, **F**light, **F**ight, **F**old).

I Harlows berømte resusabeforsøg, (der var konstruerede så adfærdsiagttagelserne kunne udelukke social indlæring - hvor ungen blev fjernet fra moderen umiddelbart efter fødslen, og derefter voksede op dels med en ståltrådsmoder og dels en

tøjdukkemoder med sutteflaske), kunne iagttages: ”When the surrogate mother was removed from the room, the effects were dramatic, the young monkeys no longer had their secure base to explore the room and would often **freeze up, crouch, rock, scream, and cry.**” (Kendre Cerry) Tilsvarende demonstreres konsonant affektrækkefølge i forsøgene med aben med den ”gode” stofmoder. Her var adfærdsforløbet: **tryghed, håb**



(legetøjsbilen), **længsel** (undersøge – lege) og **glæde** (tilbagevenden til ”moderen”, Harlow 1958) (Min tilføjelse: **H**armoni, **H**ope, **H**ello, **H**appines) Bemærk samklang med modellens homeostaseforløb.

Da jeg havde udformet min model, viste jeg den til en kollega, der foreslog jeg læste Kübler Ross’s bog om sorgforløbet ”On death and dying”, fordi hun heri hævdede, at kunne beskrive et emotionelt forløb i prædestinerede fortløbende faser. Ud over teoriens verdensomspændende popularitet fandt jeg, at den blev kritiseret for, at ikke at være videnskabeligt begrundet (G.Bonnanno. R.Kastenbaum) fordi den udelukkende på basis af interview beskrev hvordan. Trods dette fortsatte jeg.

Under dette arbejde gjorde jeg den overraskende opdagelse, at managementfirmaer (On Track International) tilbød lederkurser i problemløsning, der decideret byggede på Kübler Ross’ sorgforløb, blot havde hendes skema fået nyt navn change curve (Se figur 5)

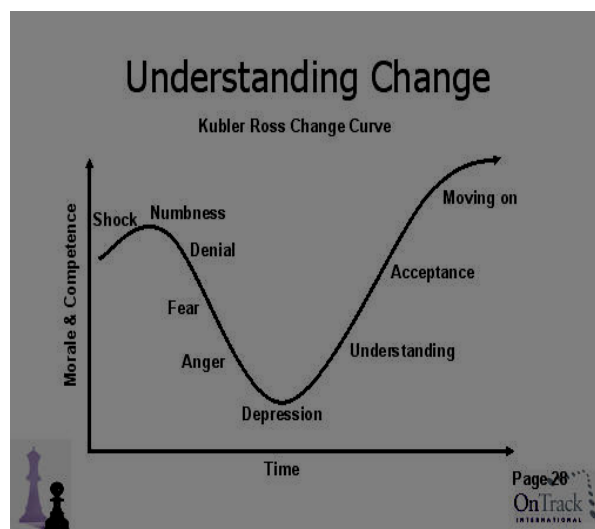
Herefter konstaterede jeg, at Kübler Ross bogen ikke kun skildrede sorgens 5 stadier, men individets reaktion på den ultimative dissonante oplevelsen: den uforståelige død, og dermed blev en beskrivelse af tabets faser.

Disse forløber ifølge Kübler-Ross: 1..chok, lammelse (dissonant forvirringsfase) 2. fornægtelse, 3 angst (dissonant angstfase) 4. vrede (dissonant vrede fase) 5. depression (dissonant tristhedsfase), herefter skiftes til 6. accept (konsonant følelse tillid) og ender optimalt med 7. moving on (konsonant følelse: meningsfylde) Således er der smuk overensstemmelse med modellens faser (i parentes), hvilket underbygger hypotesen om relationsbeskrivelsernes sinusoidale procesforløb.

Den Kierkegaardske skelnen mellem den generelle angst og den objektrelaterede frygt er i nærværende model udbygget og gælder alle affekterne, både de konsonante og dissonante. Således forbindes det onsonante begreb tryghed ved kognitiv bearbejdelse til tillid, håb til nysgerrighed, mod til kærlighed,

glæde til meningsfylde, og tilsvarende for de dissonante tilstande: forvirring bliver til mistillid, angst til frygt, vrede til had, tristhed til sorg. FIGUR 1-2

Naturligvis må indregnes den mulighed, at processen kan skifte midt i forløbet fra konsonant til dissonant og vice versa. Ligeledes kan objektløse affekttilstande videreudvikles til objektrelaterede følelser (som eksemplificeret i Kübler Ross change kurve).



Figur 5

I parentes bemærket, er sidstnævnte mulighed vel hvad vi søger at opnå i den terapeutiske behandling, hvor vi i øvrigt også ofte må arbejde ”omvendt”, for at gøre den erkendte tanke ”hoved” – til ”krop” og derved opdage og genopleve fortrængt affekt, for således at nå målet, at skabe sammenhæng mellem de to størrelser.

### ET EKSEMPEL FRA HVERDAGEN

Enhver models gyldighed afgøres af, om der er sammenhæng mellem teori og praksis. Lad mig derfor sandsynliggøre dette ved at skildre et konstrueret tænkt eksempel, der i sit banale forløb har til formål at tydeliggøre det sandsynlige i at relationsbeskrivelser bør anses som processuelt fortløbende samt vekslende mellem konsonante og dissonante og mellem *affekt* og *følelsestilstande*.

En dreng oplever *forvirring* pga. forældrenes evige skænderier, hvilket medfører **mistillid** til alle voksne. En omsorgsperson formår at møde barnet, så det gradvis oplever et mål af **tryghed**. Stadighed og ægthed hos omsorgspersonen medfører at barnet ændrer holdning til omverdenen. Det fatter *håb* og møder tilværelsen med **nysgerrighed**. Barnets udvikling præges igen af *mod* på livet. I senpuberteten opstår **kærlighed** til en pige, samværet er fyldt med *glæde* og livet synes **meningsfyldt** - indtil pigen svigter ved at gå i seng med hans bedste ven. Efter nogle år møder han en anden pige, der viser ham stor varme og ømhed, men erfaringen fra fortiden - både forældrenes og hans eget første parforhold gør, at hans adfærd igen udviser *forvirring* og præges af almindeligt **mistillid** til andre. De negative omverdensreaktioner herover udvikler sig fra *vrede* til **had** mod kvinder, men magtesløsheden resulterer i en depression, hvor han føler sig så *trist*, at han påbegynder terapi. Her får han indsigt i, at denne tilstand er en **sorg** over fortidens spildte relationsmuligheder, der igen bundede i *angst*, og at den bør konverteres til **frygt** for igen at miste. Gradvist ændrer denne forståelse hans tilværelsestolkning, og igen mødes tilværelsen med *håb* og fornyet **tillid**.

## BETYDNING AF HOMEOSTASENS FLOW

Det mentalt usunde manifesterer sig således først, når den homeostatiske proces helt eller delvis går i stase og procesudviklingen standser. Dette synspunkt underbygges af (Nijenhuis E.R.S, Csikszentmihalyi, M: "Flow") Med denne påstand får man i tilgift et muligt definitorisk begreb til beskrivelse af mental sygdom. Det synes indlysende, at stasen kan optræde **periodisk**, hvad vi ser ved neuroserne og fundamentalt/**statisk** ved psykoserne.

Det er langt fra mit mål med modellen at give en dækkende beskrivelse af alle forekommende neuroser, så i figur 6. bør de nævnte eksempler ses som en påpejning af mulige eks. på forbindelser mellem affekten og en mislykket/ ufærdig kognitiv sammenhængsforklaring med neurosetilstanden som resultat. Således hævdes det heller ikke, at modellen giver en præcis årsagsbeskrivelse af, hvorfor enhver neurose opstår.

Påfaldende i min praksis har dog været et fællestræk ved alle klienter, at de flygtede fra deres virkelighedsrealitet, og at mit arbejde oftest bestod i at støtte klienten i selv at erkende dette, og dermed medføre **oplevet** kognitiv sammenhæng i, hvad der forårsagede den ophørte naturlige proces, hvad enten denne f.eks. havde årsag i traumatiske oplevelser, et misforhold i jeg-du relationerne, mgl. ligevægt mellem hoved/krop eller evt. kunne begrundes genetisk/hormonelt.

## PSYKOSER – RELATIONSOPHØR - SOLIPSISME

Den deskriptive definition af psykose er, at "den syges tolkning af omverdenen er blevet privat (solipsistisk, min tilf.) i så høj en grad, at andre mennesker ikke ville kunne forstå den" (Cullberg), samt at den psykoseramte "ikke er herre over egne handlinger" (Parnas J.) Betingelsen for tvangsindlæggelse (på røde papirer) er at patienten vurderes værende til fare for sig selv og andre (Bauer J & Fink Jensen.) Bemærk, at jeg med det hidtil fremførte ikke udelukker genetiske baggrundsfaktorer i sygdomsbeskrivelsen (disse anser jeg som havende kvantitativ indflydelse for sygdomsforløbet.)

## FIRE GRUNDPSYKOSER SVARENDE TIL HVER SIN DISSONANTE AFFEKT.

Kan man anerkende, at de to hovedpsykoser: den depressive funderes i affekten **tristhed** / følelsen **sorg** og at skizofrenien tilsvarende har basis i affekten **angst** /følelsen **frygt** (K. Ingerslev 1), så må disse ifølge nærværende model - logisk suppleres med yderligere to psykotiske tilstande for de to resterende relationspar – **vrede/had** og **forvirring/mistillid**.

Når aggressionssadfærden bliver fastlåst statisk opstår **agressionspsykose** (Hitler, Breivik, USA Skoleskyderier), og når **forvirring/mistillid** bliver statisk med fravær af empati, opstår **psykopati**. (Jeffrey Dahmer, Lundin\*, Amagermanden\*) Hidtil er disse klassificeret som karakterneuroser eller borderline. (DCI 10). \*ikke verificerede cases. Ud over logisk at få modellen til at hænge sammen, så forekommer det argumentelt **lige** solipsistisk og realitetsberøvet (jævnfør gældende psykosedefinition), hvad enten den skizofrene

opfatter sig selv som Ludvig den 14, den depressive oplever, at han er eneskyldig i alverdens ulykker – **eller** patienten optræder som statisk hadefuld, og fanatisk mener sig berettiget til at slå andre ihjel, eller psykopatisk uden ringeste medfølelse iskoldt udnytter andres relationer på det groveste.

Det er forhåbentlig fremgået af det foranstående, at det efter min mening er optimalt gunstigt, at jeget har samstemmende afbalanceret relationsbeskrivelse mellem både kroppens affekter og følelser mod omverdenen.

I den dissonante forvirringsfase er dette ikke tilfældet. Her opstår flere reaktionsmuligheder: Enten slipper jeget i forsvar sin eksistens og overlader eneansvaret til kroppen (anorexi – bulimi) eller jeget flyder sammen med omverdenen i konfluent vi-neurose (K. Ingerslev 2), eller modsat, jeget opgiver i trods troen på omverdenen og bliver eneherkende eller isoleret selvberørende, og ægte relationer til omverdenen ophører med deraf manglende empati som følge (Autisme, narcissisme), sluttende med totalstasen psykopati.

Tilsvarende reaktionsmønstre kan iagttages for de øvrige dissonante affektfasen.

Parallelt hermed kan hallucinationer, tvangstanker, tvangshandlinger, paranoide forestillinger i den skizofrene angsttilstand optræde som aflastende flugtreaktioner.

Det er således fuldt bevist, at den **mani**depressive psykose ikke har fået sin ”egen” hovedgruppe, men indregnes som undergruppe til den unipolære depression. Ved den bipolære forekomst af skyld, skam og mani **opfattes disse af mig** som en reaktiv befriende flugt fra forbindelsen mellem en voldsom affekt og fortrængte pinlige objektforbindelser.

Ved den ekstreme vrede konverteres denne til hysteri, fanatisme.

Alle disse invaliderende afværgemekanismer er således hensigtsmæssigt forståelige som individets krampagtige forsøg på at genskabe mistet forbindelse mellem krop, jeg og omverdenen.

De kognitive bearbejdelser af **konsonante** affekter, der bliver neurotiske, skyldes efter min antagelse manglende evne, eller fejluddragelse - enten forkælelse eller et overvældede omverdenspres med deraf manglende træning i at trække sunde jeg-du grænser og handle ansvarligt. Figur 6 nedenfor.

MODELOVERBLIK

Figur 6									
DRIVE Hypothalamus									
Libidoimpuls – Relationsbehov									
der opleves enten som		omverdenssammenfaldende ved hjælp af Nuclea Accumbens			eller		omverdens – uoverensstemmende ved hjælp af Nuclea Amygdala		
enten				resulterende i					eller
Proces:	+ KONSONANTE AFFEKTER (generelle)				--: DISSONANTE AFFEKTER (generelle)				
Sinusoidalt Homeostase forløb fælles med dyr/mennesker	Tryghed (Harmoni)	Håb (Hope)	Længsel (Hello)	Glæde (Happiness)	Forvirring (Freeze)	Angst (Fear)	Vrede (Fight)	Tristhed (Fold)	
Humane FØLELSER	Ved fortsat flow, når sociale relationer mellem krop, jeg og omverden realiseres, opnås vellykket kognitiv bearbejdelse (objektrelateret).								
	Tillid	Nysgerighed	Kærlighed	Meningsfylde	Isolation	Frygt	Had	Sorg	
NEUROSTISK	MISLYKKET KOGNITIV BEARBEJDELSE								
	Homeostasisk proces momentant standset.								
Eksempler:	Naivitet	Ensidighed	Idoldyrkelse	Perfektionisme	Konfluens	Fobier	Fanatisme	Skam	
	Dagdrømmeri	Dogmatisme	Forældrebinding	Arbejdsmani	Narcissisme	Hallusinationer	Hysteri	Skyld	
	Realitetsfravær		Overspisning	Erotomania	Autisme	Paronoid	Egocentri		
	Flugtadfærd	Ludomani	Narkomani	Troshysteri	Anoreksi	Tvangshandlinger	Dominans		
			Alkoholisme	Pugeri	Bulimi	Tvangstanke	Vold	Mani	
PSYKOSER									
Proces ophørt fundamentalt									
Symptomer statiske					V				
Solipsistisk adfærd					Psykopati				
						V			
						Skizofreni	V		
							Aggressionspsykose		
								V	
								Depression	

## UAFKLAREDE SPØRGSMÅL

Jeg er imidlertid ikke blind for de **alvorlige** problemer min tankegang medfører: Er nine-eleven flykaprerne eller alle de nazistiske lejrledere, der hver dag gassede en busfuld børn, hvorpå de gik hjem til konen og aftenkaffen, psykotiske?

Med baggrund i foreliggende psykosedefinitioner (se ovenfor) er mit svar usikkert – og jeg erkender at må-ske-et er uden nødvendig afklaring af, hvornår (grad/varighed af stasen) og hvordan samfundet bør og kan forholde sig til forekomst af fundamentalt statiske relationsforstyrrelser.

Man skal her ikke glemme omverdenens medindflydende og dermed ansvarspådragende negative (dissonante) relationssamvirke.

Socialpsykologien har med overbevisende forsøg (Migram S.) vist vores tilbøjelighed til at følge den autoritære ”autoritet”, ligesom forsøg med grupper (P.Zimbardo, Asch S.E.) har demonstreret vores tilbøjelighed til at give efter for gruppepres.

Spørgsmålet er her, om socialpsykologiske begreber som hierarkisk kodning, gruppeafhængighed, flertydighedsintolerance (Høegh-Olesen H.), empatierotation (Coldan S.B), der kunne synes værende næsten evolutionært udviklede programmer *er ægte* (genetiske) medfødte mønstre, eller om disse ikke snarere bør anses som **indlærte** normbetingede mønstre/variationsreaktioner af eksisterende **medfødte** affekter. (Forvirring – angst – vrede - tristhed)

Ingen kan undgå bredspektrede stasefremmende påvirkninger fra forældre, lærere, politiske og faglige ledere, eller grupper, der kendetegnes ved en forenklet de/os mentalitet, præget af begrænset småborgerlighed eller af enøjet absolutisme.

Heldigvis viser internationale sammenligninger af Migrams forsøgsresultater, at der trods alt er en klar tendens til at disse er kulturafhængige.

I lande, hvor autoritetstro spiller en større rolle er følgagtighedsprocenten høj, helt op til 87 % medens det internationale gennemsnit ligger på 65%, men der er også steder, hvor procenten ligger på 33%. (Se fodnote side 16 Wikipedia\*\*).

Antropologiske studier af primitive stammer på New Guinea (Mead M.) viser ligeledes afgørende forskelle i livsstil. Arapesherne, som er agerbrugere, er udpræget antiautoritære, medens de krigeriske hovedjægere Mongudumorer modsat er ekstremt autoritetsfunderede.

I sandhed et memento–mori til enhver, der har en rolle som påvirker af andre.

Så problemet er, om vi klinisk kan blive i stand til definatorisk at skelne mellem, **hvornår** der foreligger en gyldig begrundelse for at en ødelagt individuel ansvarfølelse har årsag i manglende evne **eller** skyldes en miljøskade, der bør medføre behandlingsforanstaltninger, og dermed **hvornår** individet kan og bør pålægges et personligt ansvar.

Svaret på disse spørgsmål ligger ud over formålet for ovenstående modelskildring.

Men kun, når vi nægter at ophæve Loyolas udsagn ”hensigten helliger midlerne”, og kun hvis man **alene** begrunder psykose ud fra, hvad Damasio betegner som Descartes fejltagelse, kan den hidtidige opfattelse videreføres.

Afgørende må være, hvordan vi såvel filosofisk, politisk som i hverdagslivet definerer os selv som mennesker.

## KONKLUSION

Modellen bygger på 5 hovedpåstande, der i det foranstående er søgt verificerede.

1. forskel mellem affekt og følelse
2. opdeling i konsonante og dissonante relationstilstande
3. indplacering af affekterne i et sandsynliggjort homeostaseforløb.
4. mental sundhed opnås ved relationssammenhæng mellem KROP-JEG-OMVERDENEN med naturligt flow til følge.
5. konsekvenser af stasetilstande.

Sammenfattende kan opsummeres, at modellen taler for:

1. Forening af teorier (Vincent, O. H. Mowrer / smerte, behag - B. Weiner / lykke, tristhed) (Freud Libido - Thanatus), der alene argumenterer for eksistensen af to basisrelationer: (i modellen - konsonantgruppen og dissonantgruppen) og flerbasisrelationsteorier.
2. Sandsynliggørelse af validitet af tests, der hver især postulerer at underbygge (James-Lange - og Canon - Bard)
3. Sammenhæng med og dermed støtte til Kübler Ross's change kurve.
4. Udvidet terapeutisk praksis, ikke kun gældende for den dissonante dimension angst - frygt, men også ved tristhed - sorg samt vrede - had og forvirring - mistillid.
5. Forklaring af mental dysfunktion. Nytænkning omkring både neurose- og psykosebegrebet
6. Teoretisk begrundelse for sammenhæng mellem homeostatisk styrede affekter og procestankegang.
7. Skelnen mellem de hormonelt styrede affekter og de cortikale følelser.
8. Understregning af nødvendigheden af **øget** fokusering på hormoners **indbyrdes** funktion samt deres **samvirke** med det neurale netværk.
9. Nødvendighed af ved forskning at præcisere, hvorledes homeostasens procesforløb præcist fungerer, samt hvad stasebetegnelsen indebærer såvel diagnostisk som terapeutisk.
10. Nødvendig fremtidig systematisk neuro-forskning - hvor man f.eks. med fMRI skanning sammenligner aktiveringsmønstre - ligheder og forskelle mellem den objekt-relaterede og den ikke-objekt-relaterede tilstand

### Sluttelig følgende:

Som enhver model, er nærværende et **komprimeret** forsøg på at se eksisterende begrebsverden under ny synsvinkel. Den er frembragt i håbet om, at den fremviser tilstrækkelig helhedsforståelse og sammenhængskraft til at de indlysende huller kan blive udbygget i fremtidig forskning.

Hvis man derudover finder modellen anvendelig som oprydningsskema i basisfølelsernes mangfoldighed, samt fungere som terapeutisk støtte er formålet opnået. Her udover har jeg lagt vægt på at underbygge definitionen af mennesket, som ikke **kun** et tænkende, men i lige så høj grad et socialt væsen, der er fundamentalt afhængig af sociale relationer.

## Referencer:

- Asch, S.E.: Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgement. In H. Gruetzkow (ed) *Groups, leadership and men* Pittsburgh PA: Carnegie Press
- Baron-Cohen S.: *The Science of Evil: On Empathy and the Origins of Cruelty* Basic Books 2011
- Bauer J. og A. Fink-Jensen *Ugeskrift for læger* 170 (17): s 1488. 2008.
- Bonanno G.A.: *What new science of Bereavement tells us about life after loss.* Basic books 2009
- Buhler C. Et al: *The course of human life.* N.Y. 1968
- Cerry K.: *About science of love Harry Harlow & the nature of effect.* About Com
- Coldan B.S: *The Science of Evil*
- Coleman D.: *Følelsernes intelligens.* Borgen 2005 s.41 - 54, s 39
- Csikszentmihalyi, Mihály(1990) *Flow: The psychology of Optimal Experience* N.Y. Harper and Row
- Cullberg J.: *Dynamisk psykiatri i teori og praksis.* Nordic Journal of psychiatry s 239 1999
- Damasio A.: *Descartes Error* 1994 N.Y. 204 -222
- Demos V. E.: *An affect Revolution: Silvan Tompkins.* Press Syndicate Uni.Cambridge 1995 s.19
- Ekman P.: *Universal and Cultural Differences in Facial Expression of Emotion.* Nebraska Symposium on Motivation. Ed J.R. Cole. Lincoln: U of Nebraska 1972 s.207 - 83
- Festinger L.: *A Theory of cognitive dissonance.* Stanford Press 1957
- Fiske D.W.& Maddi S.R.: *Functions of varied Experience.* 1961 s.1
- Hart S.: *Dissociationsfænomener.* Reitzels forlag 2011
- Harlow H. F.: *Nature of love* American psychologist 13 s.673-687 Uni Wisconsin 1958
- Høegh-Olesen H: *20 Psykologiske eksperimenter.* Plurafutura pub 2011
- Ingerslev K.: *Om Skizofreniens ætiologi og psykoterapi.* Århus Uni bib.1887 s. 103.
- Ingerslev K.: *Grib nuet og giv det mening.* Gyldendal 1997 s. 45
- Jentzen, Jeffrey MD et al: *Destruktive hostility: The Jeffrey Dahmer case. "A thousand Plateaus"* Minneapolis American journal of Forensic Medicine and Psychology 1994 vol15
- Kastenbaum, Robert. *Død, Samfund og menneskelig erfaring,* 6. udgave. Boston Allyn & Bacon, 2009
- Kierkegaard S.: *Begrebet angst, samlede værker bd 6.* Gyldendal København 1982
- Kolk Bessel A van der: *Harvard Review of Psychiatry* 1994,1, (5), 253-65.
- Kringelbach M.L.: *Nydelsen og begærets mange ansigter.* Gyldendal Kbh. 2008
- Kübler-Ross E.: *On Death and dying.* Scribner [Simon & Schuster] 1969 p. 203 p 250
- Massumi B.: *Notes on the translation and acknowledge in Gilles Deleuze and Felix Guattari*
- Mead M.: *Sex and Temperament in Three primitive Societies* 1935
- Milgram S.: *Obedience to Authority.* Harpers Row.1974
- Nijenhuis ERS.: *Mental dissociation involverer kroppen.* International Journal of clinical and experimental hypnose 2013.
- Parnas J.: *Ugeskrift for læger* 170 (46): p 3743. 2008
- Parrott, W.G. (Ed.) (2001) *Emotions in Social Psychology.* Philadelphia: Psychology Press
- Plutchik R.: *Empathy and its development*
- Ortony, A. & Turner, T.J (1990). *What's basic about basic emotions? Psychological Review, 97 Psychological Review* 97,315-331
- Sacks O.: *A leg to stand on.* N.Y. Touchstone 1984 s. 43, s.170-1
- Salzen E.: *On the Nature of Emotion.* Journal of comparative Psychology, 5, 1991 s 47 -110
- Stagner R.: *Homeostasis as a unifying concept in personal Theory.* N.Y. 1950 s 5-9
- Shouse, E. : *Feling, emotion, affect.* Medical Journal 8.6 2005 s. 185 -200
- Tompkins, Silvan.: *Exploring Affect: The Selected Writings of Silvan S. Tompkins.* Ed Virginia E. Demos. New York: Press Syndicate of the U of Cambridge, 1995 s 88
- Vincent J. D.: *The biology of Emotions.* P.J. Press Ltd, Padstow Cornwall 1990.

Zimbardo P.G.: The Lucifer Effect: Understanding how good people turn evil. N.Y. Random house 2007

\*\*Footnote: Replications show societal dependence. In Western Anglo-Saxon and north European societies, results are along the lines of original Milgram experiment, showing very high obedience percentages. In some Asian societies, obedience percentage was one third, especially in East Asian and Muslim countries. Aboriginal populations of Africa and Inuit of Canada also showed a lower obedience percentage; in Europe, exception is found in the Balkan region, especially in Serbia and Bosnia; in Latin America, Brazil and Costa Rica have substantially lower obedience percentage, while people from Nigeria and Ivory Coast have also been tested to show low obedience percentages. [\[citation needed\]](#) Google

wikipedia