

Særtrykk fra
NORDISK PSYKOLOGI

PSYKISK SUNNHET
SOM PSYKOLOGISK PROBLEM

ET SYMPOSIUM MED INNLEGG FRA

Bjørn Christiansen

Ola Raknes

Harald Schjelderup

Hjørdis Simonsen

Nic Waal

Institutt for Samfunnsforskning

Oslo 1953

Psykisk sunnhet som sosialpsykologisk problem

Av cand. psychol. Bjørn Christiansen, Institutt for Samfunnsforskning, Oslo

Ved Institutt for Samfunnsforskning ble det våren 1952 avholdt en serie møter over spørsmålet: »Psykisk sunnhet under psykoterapevtisk synsvinkel«. Som foredragsholdere ble invitert praktiserende psykoterapevter med erfaring fra behandling av voksne. I dette nummer av Nordisk Psykologi er trykt flere av innledningsforedragene,¹ og om disse innleggene kan føre til en nordisk debatt, er meget vunnet. De enkelte foredragsholdere ble stilt helt fritt med hensyn til hvordan de ville legge sine foredrag an. Det kan synes merkelig at et institutt for samfunnsforskning er interessert i å ta opp spørsmålet om psykisk sunnhet fra »psykoterapevtisk synsvinkel«. En vil derfor her først forsøke å skissere ganske kort litt om bakgrunnen for det valte emne.

Den moderne sosialpsykologi er inne i en hurtig og omfattende utvikling. Det land som uten sammenligning inntar en ledende plass i denne utvikling, er U. S. A. Det er naturligvis ytterst vanskelig å vurdere et fagområdes utvikling på en noenlunde adekvat måte, når selve utviklingen står en selv tett inn på livet. Likeledes er det langt fra lett å forsøke å beskrive et fagområdes utvikling eksakt uten gjennom omfattende innholdsanalytiske undersøkelser. Noe grunnlag får man imidlertid ved å sammenligne lærebøker fra én tidsperiode til en annen. Dette grunnlag er ikke eksakt, men det kan gi et visst inntrykk av den utvikling som har funnet og finner sted i et område som sosialpsykologi, hvor lærebøker på mange måter representerer nesten den eneste uttrykksform for mer omfattende problemstillinger og teorikonstruksjoner.

Hvilken utvikling kan i dag sies å ha funnet sted i sosialpsykologi i løpet av de siste 10-15 år? Eller la oss si: Hvilke trekk er det som i særlig grad kjennetegner de mest kjente lærebøker i dag i motsetning til lærebøkene i sosialpsykologi fra tiden omkring utbruddet av siste verdenskrig? Er det overhodet mulig å se noen utviklingslinjer innenfor denne tidsperiode?

Jeg vil ganske kort forsøke å skissere noen av mine egne personlige inntrykk av forholdene. De er utelukkende subjektive og står fullt og helt for min egen regning.

Det har kommet en hel rekke amerikanske lærebøker i sosialpsykologi i løpet av de siste årene. På mange vis er de unektelig meget forskjellige, men på tvers av forskjellene er det allikevel mulig å skimte visse fellestrekk, og kanskje også forskjellene, når alt kommer til alt, ikke er de minst betydningsfulle.

1. Ved hjelp av bidrag fra Norges almenvitenskapelige forskningsråd og Institutt for Samfunnsforskning er sidetallet i dette nummer blitt atskillig større enn vanlig.

Den lærebok i sosialpsykologi som utvilsomt er mest kjent i Norge er *Otto Klineberg: Social Psychology* (New York 1940). Dens overmåte interessante og klare fremstilling av motivpsykologiens sosialsider er epokegjørende, og dens behandling av raseproblemer er både inspirerende og instruktiv. Det mest iøynefallende trekk ved boken sett i forhold til de senere års sosialpsykologiske litteratur er allikevel ikke disse sider, men kanskje i første rekke dens kulturanthropologiske tendens, som setter den i en meget sterk kontrast til f. eks. *Krech & Crutchfield: Theory and Problems of Social Psychology* (New York 1948) dens relativt begrensede behandling av kommunikasjonsproblemer og prosesser — i kontrast til f. eks. *Hartley & Hartley: Social Psychology* (New York 1951), og dens deskriptive, statiske form — i sterk kontrast til *Newcomb: Social Psychology* (New York 1950) og de andre mer teoretiske og dynamiske fremstillingsmåter.

En sosialpsykologi som har kommet i gjentatte opplag og har hatt en stor lesekrete, er *Katz & Schanck: Social Psychology* (New York 1938). Den ble utgitt første gang bare et par år før Klinebergs bok, og bøkene er for så vidt like med hensyn til den lesekrete de henvender seg til. Den kanskje mest uttalte innholdsmessige forskjell mellom disse to er Katz & Schanck's betydelig større sosiologiske orientering. Klineberg's tendens til sammenlignende kulturbetraktninger er her i stor grad fortrent til fordel for institusjonelle synsmåter, og de sosiologiske begrepene norm, institusjon, skikk og tradisjon inntar en bred plass. Katz & Schanck's bok er langt fra ensidig sosiologisk. Utgangspunktet er dels sosiologiske betraktninger og dels rent personlighetspsykologiske. Opplegget av boken er av betydelig interesse i sine forsøk på å integrere disse to betraktningsmåter. At dette forsøk på integrering i vår dager ofte virker mer som en parallellfremstilling av psykologi og sosiologi, gir uttrykk for en av de ikke minst påfallende endringer som har funnet sted innenfor sosialpsykologien.

Klineberg's og Katz & Schanck's bøker er altså på mange måter forskjellige i emnevalg og i innholdsmessig utformning, men på et par måter er de nokså like i forhold til de siste års lærebøker.

De skiller seg fra disse bl. a. i sin betydelig mer atomistiske og deskriptive form — i sin mer statiske orientering og forankring, på bekostning av forsøk på vidtrekkende integrering og teorikonstruksjon. Slik en finner det i kanskje mest uttalt grad hos henholdsvis Newcomb og Krech & Crutchfield.

På sett og vis er Klineberg og Katz & Schanck meget mer moderat i sine praktiske aspirasjoner enn våre dagers lærebøker. Dette er på ingen måte uforklarlig. Sosialpsykologi er ikke lenger nesten utelukkende en rent akademisk disiplin. I stadig større grad er sosialpsykologi også blitt et yrke i det praktiske liv. En ikke liten del av modern

arbeidspsykologi kan i dag faktisk betraktes som anvendt sosialpsykologi. Men det er ikke bare i industri og arbeidsliv at sosialpsykologiske problemstillinger og metoder har vunnet innpass. I forbindelse med massekommunikasjonsmidlene kringkasting, presse og film har det flere steder blitt tilknyttet sosialpsykologiske konsulenter. Likeledes innenfor regjeringsdepartementer, i forbindelse med større sosiale organisasjoner, og også innenfor mer frittstående institutter for ren og anvendt samfunnsforskning.

Sosialpsykologiens institusjonalisering er naturligvis på den ene side et resultat av en viss modning, på den annen side har det gitt dette fagområde en ganske annen bredde og bakgrunn enn det tidligere hadde. Problemstillingene har blitt betydelig utvidet og det rent vitenskapelige forskingsarbeid intensifisert, noe som bl. a. har kommet til uttrykk i utgivelsen av nye faktidsskrifter som f. eks. *Journal of Social Issues* (fra 1945), *International Journal of Opinion and Attitude Research* (fra 1947), og *Human Relations* (fra 1947).

Ved siden av lærebøkenes endrede holdning til anvendelsesmuligheter er det et annet trekk i utviklingen som også er bemerkelsesverdig. Sosialpsykologien har blitt mer molar og mer dynamisk. Emner som i stadig større grad er blitt tillagt vekt, er gruppeprosesser og forventningsprosesser. Denne endring i tyngdepunkt synes i ikke liten grad å kunne tilskrives sosiologisk påvirkning.

En meget sentral plass i mange av våre dagers sosialpsykologiske lærebøker inntar behandlingen av selvoppfatningen som et produkt av sosial interaksjon. Det er ikke hovedsakelig hvordan individet oppfatter sine omgivelser som blir ansett som forklaringsprinsipp for individets atferd. Større vekt har det hvordan individet oppfatter seg selv i forhold til disse omgivelser. Selv-utviklingen, blir det hevdet, er knyttet sammen med individets evne til å oppfatte seg selv som objekt, til å se seg selv fra andres synsvinkler og til å danne seg forventninger med hensyn til andres reaksjoner på egne aksjoner. Disse synspunkter ble først frem satt av de sosiologiske forfatterne *Cooley* og *Baldwin* omkring århundreskiftet. De var på ingen måte ukjente i 30-årenes sosialpsykologi. *George Mead* utarbeidet dem f. eks. videre i sine forelesninger ved Chicago-universitetet. I en oversiktsartikkel av *Leonard S. Cottrell Jr.* og *Ruth Gallagher*: *Developments in Social Psychology 1930-40*, blir de utpekt som de kanskje mest betydningsfulle utviklingstendenser. Det er allikevel først på etterkrigstidens lærebøker at disse synspunkter har satt et omfattende preg. Særlig hos *Walter Coutu* (*Emergent Human Nature*, New York 1949) og hos *Newcomb* opptar behandlingen av det sosiale selv en fremtredende stilling, og hos begge finner vi uttalte referanser tilbake til *Mead's* epokegjørende innsats.

Behandlingen av det sosiale selv er på det nærmeste knyttet sammen

med kommunikasjon som psykologisk problem. Hos Hartley & Hartley opptar f. eks. sosial kommunikasjon hele den ene av de to deler boken er inndelt i. Sosial kommunikasjon har utviklet seg til et relativt selvstendig forskingsområde, som blant annet er blitt forsøkt dekket med slike betegnelser som »gruppedynamikk« og »interaksjonsanalyse«.

En forutsetning for at individene skal bli i stand til å uttrykke seg meningsfylt til hverandre — er det blitt hevdet — er at individenes oppfatning av seg selv faller sammen med andres oppfatninger. Et individs sosiale selv består nettopp av en serie slike selv-i-relasjon-til-andre-oppfatninger, av muligheter til å sette seg inn i andres forventninger overfor eget selv. Disse forventningsmønstre avgrensner såkalte roller, som på sin side kan betraktes som uttrykk for sosiologiske posisjoner.

Med utgangspunkt i rollebegrepet kan en i moderne sosialpsykologi finne i det minste to utviklingstendenser. Den ene går i retning av å studere *rolle-utformningens sosiale og mellom-menneskelige aspekter*. Vi står overfor slike spørsmål som norm-sending, forholdet mellom roller og innstillinger, gruppedlemskap og konformitet, referansegrupper og sosiale posisjoner. Det sentrale problem er forsøket på å forklare og forutsi sosial atferd ut fra kjennskapet til individets sosiale situasjon, hvilke primærgrupper det er medlem av, hvilke økologiske forhold det står i til sine omgivelser, hvilke sosiale systemer det lever under, etc. Den annen retning som må nevnes i denne forbindelse, representerer forsøk på å *integre sosialpsykologi og personlighetspsykologiske synsmåter*. Det sosiale selv blir også her tillagt stor betydning til forklaring av menneskelig atferd, men det blir samtidig påpekt at det sosiale selv — utviklingsmessig sett og også faktisk sett — i ikke liten grad er bestemt av den aller tidligste selv-utvikling, bl. a. en pre-sosial utvikling som omfatter dannelsen av et somatisk selv, et behovsreducerende selv, etc. Mens den første retning kan karakteriseres som en rent sosial sosialpsykologi, har denne retning en betydelig mer genetisk og også ofte psykoanalytisk orientering.

Forholdet mellom disse to retninger kan på mange måter betraktes som en strid om forklaringsprinsipper ikke helt forskjellig fra den som i førkrigstiden fant sted mellom tilhengerne av henholdsvis arv- og miljøforklaringer. Problemet arv og miljø er blitt forskjøvet til spørsmålet om personlighetsgenese eller sosial situasjon. Dette spørsmål er ikke av ny dato, men det har fått aktualitet ved at forskning i de senere år har fremvist ekstreme eksempler på så vel personlighetsorienterte som sosialorienterte tilnærmelser.

På samme måte som arv-miljø-problemet litt etter litt er blitt et spørsmål om både-og, om interaksjon, og om empiriske undersøkelser, på samme måte kan forholdet mellom genese og situasjon, personlighet og sosiale betingelser, ikke avgjøres ved teoretiske betraktninger alene eller

som et spørsmål om enten-eller. Vi finner for øvrig noe av den samme problemstilling innenfor et annet område av sosialpsykologien, nemlig i spørsmålet om gruppeatferd. Er gruppers atferd summen av enkeltindividenes atferd, eller er den bestemt utelukkende av kulturelle og sosiologiske forhold uavhengig av enkeltindividenes psykologiske disposisjoner? Også på dette felt kan vi finne dypt motstridende og uforenlige teorier, som f. eks. gruppesjel-teorien til William McDougall, den rent sosiologiske teorien til L. A. White, og fasilitetsteorien til Floyd Allport. I en nylig utkommet bok av *Salomon Asch: Social Psychology* (New York 1952) blir disse teorier tatt opp til omfattende drøfting, og Asch's eget bidrag inneholder forsøk på å vise at også innenfor dette området har interaksjonssynsmåter sin store verdi.

Som nevnt ovenfor er sosialpsykologiens utvikling ikke minst å se på som et resultat av dens institusjonalisering og dens praktiske anvendelsesmuligheter. Sosialpsykologiske prinsipper som grunnlag for personalforvaltning i industri og arbeidsliv, innenfor skole og andre sosiale institusjoner bringer imidlertid ikke bare nye erfaringer og nytt empirisk materiale, det stiller også sosialpsykologien eller samfunnsvitenskapsmannen overfor etiske problemer av den største rekkevidde. Skal han akseptere oppdrag som ensidig er formulert som krav om øket effektivitet? Skal han som fagmann stille seg indifferent til sine oppdragsgiveres målsetninger?

En betraktningssmåte som etter hvert er blitt vanlig innen sosialpsykologien, er f. eks. at ikke bare individer, men også grupper eller sosiale systemer kan være mer eller mindre harmoniske. En bedrift, en sosial organisasjon kan på samme måte som et individ være preget av funksjonelle forstyrrelser eller ha tilpassingsvansker overfor sitt miljø. Vi kan i dag faktisk forestille oss den mulighet at vi ved å forandre ledelsesstrukturen, kommunikasjonskanalene, rollemønstrene, etc. innenfor f. eks. en bedrift eller en annen sosial organisasjon kan endre deres konkurransedyktighet og øke deres tilpassingsdyktighet overfor f. eks. skiftende sosialøkonomiske forhold. Vi står med andre ord overfor mulighetene for en slags klinisk sosialpsykologisk og sosiologisk virksomhet, også kalt *sosialterapi*.

Fra denne sosialterapeutiske synsvinkel behøver psykologiske sunnheitskriterier ikke nødvendigvis i det hele tatt å spille inn. Det er riktignok ennå et uløst problem i hvilken grad en effektiv funksjonering av en sosial gruppe er forenlig med manglende psykisk sunnhet hos de enkelte deltagere, men det er i dag ikke uvanlig å støte på det argument at det her på ingen måte foreligger noen en-til-en korrelasjon. Det kanskje mest sannsynlige standpunkt er å anta en viss avhengighet i enkelte situasjoner og en ganske stor uavhengighet i andre, og en stadig større uavhengighet desto mer vi fjerner oss fra primærgrupper i retning

av rene sosiogrupper. Under alle omstendigheter vil imidlertid sosialterapevten eller den sosiale planleggers virksomhet kunne få psykologiske konsekvenser — direkte eller indirekte — til godt eller til ondt, i den utstrekning han tillater seg selv å vurdere spørsmålene etisk, og alt etter den etiske vurdering han legger til grunn.

Det spørsmål vi her står overfor, har meget alvorlige forskingspolitiske konsekvenser. Det er bl. a. knyttet sammen med ens politiske grunnsyn — forholdet mellom institusjonelle og psykologiske mål, hvilke av de to som skal underordne seg hvis de kommer i konflikt med hverandre, i hvilken grad våre autoteliske mål skal være institusjonelle eller psykologiske. Den problemstilling som her er reist, er kanskje urealistisk i forhold til våre nåværende sosialterapeutiske muligheter, forskningsteknisk og politisk. Men under et større tidsperspektiv er det ufravelige spørsmål som vi har all grunn til å anta at vi før eller senere vil bli stilt overfor. Spørsmålet er ikke av vitenskapelig art. Vitenskapelige resultater om internasjonale forhold kan kanskje en eller annen gang i nokså fjern fremtid gi politikere og statsmenn muligheter til å unngå internasjonale kriser og løse spenninger mellom grupper på en rasjonell måte, men vitenskapelig kunnskap alene kan aldri si oss hva vi bør gjøre når formuleringen er av en ikke-instrumentell, autotelisk karakter.

I den utstrekning en personlig tar stilling til problemet ovenfor og prinsipielt lar institusjonelle hensyn underordnes psykologiske, vil arbeid for effektivitet for effektivitetens egen skyld bli uforsvarlig. Det vil bli nødvendig å stille spørsmål om hvilke psykologiske konsekvenser effektiviteten vil få, og det vil bli nødvendig å ha kriterier som gjør det mulig for oss å vurdere disse konsekvenser.

Fremstillingen ovenfor bygger på den antagelse at det er mulig å sette opp kriterier på psykologiske tilstander, f. eks. psykisk sunnhet, helse eller trivsel. Når vi hevder at vi vil la institusjonelle hensyn underordnes psykologiske, mener vi bare at vi vil sette enkeltindividenes tilstand i første rekke. Hvilke spesielle kjennetegn vi skal legge vekt på, eller hvilken spesiell tilstand vi skal fremme, er naturligvis et annet spørsmål.

I mellomkrigsårene ble det ofte hevdet at maksimal lykke var en slik ideal tilstand. I de senere år er det særlig velferd, trivsel og selvrealisering som har inntatt en fremtredende plass. I forhold til lykke synes disse begreper alle å være preget av et større tidsperspektiv.

Det er særlig to problemer som reiser seg: Lar det seg gjøre ut fra mer biologisk-psykologiske betraktninger å avgrense en tilstand av optimal psykologisk funksjonering, psykologisk sunnhet eller helse? Er det mulig å komme frem til en operasjonell definisjon av en slik tilstand som er av sosial-psykologisk betydning?

Det første problemet har nær tilknytning til dybdepsykologisk forskning. Psykoterapi kan i det minste fra én side ses som etisk-nøytral virksomhet som har som mål ikke å påvirke et individ i noen bestemt sosial retning, men utelukkende å frigjøre individets muligheter, utløse dets egen utvikling. Fra en annen side har naturligvis også denne virksomhet etiske konsekvenser: En tar stilling for helse og avviser »sykdom« som målsetning. Det er likeledes her den mulighet til stede at en arbeider med sunnhetskriterier som er positive i den forstand at de representerer noe mer enn mangel på nevrose eller tilpassingsforstyrrelser.

Gitt den mulighet at det faktisk lar seg gjøre å enes om visse kriterier på sunnhet ut fra en utviklingspsykologisk tankegang, f. eks. ut fra synsmåter vedrørende jeg-utviklingen slik E. H. Erikson har gjort seg til talsmann for i sin bok *Childhood and Society* (New York 1950), så følger ikke umiddelbart hvorledes disse kriterier har sosialterapeutisk signifikans. Vi står her overfor en ikke helt ukomplisert transformeringsprosess — for det første hvilke, og på hvilken måte, sosiale forhold virker inn, og for det annet hvorledes denne innvirkning skal kunne registreres. Med hensyn til sosiale forholds innvirkning så er dette i første rekke et empirisk spørsmål, mens derimot en sosialpsykologisk registrering av sunnhetsnivå også er et spørsmål om logisk holdbarhet.

Vi kan naturligvis ta utgangspunkt i en rent subjektiv tilnærming, spørre etter hvordan individene selv føler seg, om de trives eller ikke, etc. Det er uten tvil av interesse under visse forhold å ha kjennskap til f. eks. grad av trivsel subjektivt sett, men som psykologisk målsetning er det av tvilsom verdi. Det er i denne forbindelse ønskelig å ha betydelig mer reliable kriterier, betydelig mer dypereliggende kriterier, kriterier som er mindre avhengig av øyeblikkets sosiale situasjon.

Vi har tidligere vært inne på at en av utviklingstendensene i moderne sosialpsykologi bl. a. er preget av forsøk på å få integrert mer dybdepsykologiske betraktninger på utviklingen av selv-og-andre-oppfatninger, og at det i denne forbindelse er blitt påpekt at de sosiale selv har pre-sosiale selv som bakgrunn. Det er blitt hevdet at selvoppfatningene slik de faktisk gir seg uttrykk i voksen alder, vil avspeile fikseringer til tidligere utviklingstrinn i den utstrekning disse trinn ikke er blitt opplevd på en adekvat måte. Med utgangspunkt i disse betraktninger får subjektive utsagn som »Jeg trives« eller »Jeg trives ikke« en ganske utvidet psykologisk mening i og med at jeg-refereringens art blir tatt opp til gransking. To individer som begge hevder den samme formulering »Jeg trives« vil således kunne uttrykke helt forskjellig trivsel i den utstrekning deres jeg-referanse er forskjellig. Selve meningsinnholdet i jeg-formuleringer blir et empirisk spørsmål. Refererer individet til seg selv som en inte-

grert enhet, som et skall med en samling ytre kjennetegn, som et vesen med en indre identitet, med en personlig individualitet, etc.?

Det er ikke umulig at videregående forskning i denne retning kan gi verdifulle bidrag til spørsmålet om registrering av sunnhet eller trivsel som er langt mer reliable enn dem som en ensidig utsagnsklassifisering kan gi grunnlag for.

På den annen side står vi naturligvis overfor den mulighet ved anvendelsen av dybdepsykologiske sunnhetskriterier at de er lite »sensible« overfor sosiale betingelser og fra en sosialterapeutisk synsvinkel for dybdepsykologiske. Det vil si at de er av en slik art at de ikke i nevneverdig grad influeres av en sosialterapeutisk virksomhet.

Når det i dag ikke er uvanlig å høre det argument fremsatt at det ikke nødvendigvis er noen nær avhengighet mellom f. eks. institusjonell effektivitet og psykisk sunnhet, så kan dette tolkes i to retninger: (1) At psykisk sunnhet ikke er forenlig med institusjonell effektivitet, og at derfor forsøk på å oppnå en slik effektivitet vil føre til at den psykiske sunnhet reduseres. (2) At psykisk sunnhet er irrelevant i forhold til institusjonell effektivitet, og at arbeid for å oppnå en slik effektivitet ikke vil innvirke på den psykiske sunnhetstilstand.

Hvilke av disse to muligheter som vil foreligge, vil naturligvis være avhengig av hvilke sunnhetskriterier som nyttes. Gitt visse psykiske sunnhetskriterier — så vil riktigheten av (1) eller (2) bli et empirisk spørsmål bestemt av den situasjon en står overfor. I den utstrekning (2) skulle vise seg å være tilfelle, vil sosialterapeutens hensyntagen til det psykologiske sunnhetsnivå faktisk føre ham over fra en sosialterapeutisk til en psykoterapeutisk virksomhet. Dersom (1) skulle være tilfelle, vil sosialterapeutens etiske forutsetninger få betydning for hans arbeid. Det vil bli nødvendig for ham å ta direkte stilling til sine oppdragsgiveres målsetninger.

Hele det resonnement som her er skissert, hviler i første rekke på at det er mulig å sette opp kriterier på psykisk sunnhet, i annen rekke på det forhold at den sosialterapeutiske virksomhet blir underordnet disse kriterier. Dette er fullt og helt et personlig spørsmål. Mulighetene for å komme frem til et psykologisk helsekriterium er naturligvis også et personlig spørsmål, men også et dybdepsykologisk problem i den utstrekning vi ser på dette under synsvinkelen: optimal psykologisk funksjonering.