

Å ikke bli møtt – om skam og skampatologi

• AV MERETE JOHANSEN

«Om du inte kan älska mig, älskade, förlåt min smärta.
Se inte föraktfullt på mig från fjärran.
Jag vill smyga tillbaka till min vrå och sitta i mörker.
Med båda händerna ska jag dölja min blottade skam.
Vänd ditt ansikte ifrån mig, älskade,
och förlåt min smärta.»²

Skammen er affekten som vokser ut av mangelen på respons, ut av de tapte ansiktene. Vi strekker oss alle etter gjensidighet og respons. Skam er å ikke bli møtt. I den manglende aksepten vender vi oss mot oss selv. Den dype skammen er smerten ved å se seg selv som en som ikke fortjener å bli elsket. Den dypeste form for skamopplevelse er å vise seg frem med sin kjærlighet for så å bli avvist. Jeg er ikke elskverdig. Slik beskriver Finn Skårderud skammen i sin 'Introduksjon til en skampsykologi' i en nylig utkommet bok om temaet.¹

Det er mange innfallsvinkler til forståelsen av begrepet skam. På det individuelle plan kan man se på skamfølelsen som en av de mest smertefulle affekterfaringer vi har. Skammen er imidlertid ikke bare noe som angår enkeltmennesket, men dreier seg også om samfunnets og kulturens koder. Trygve Wyller skriver i sin innledning til boken «Skam»¹ at vi nå er i den moderne skammens periode, der det vises til en viktig tendens ved deler av den moderne kulturen hvor den «klassiske» forståelsen av skam er erstattet av det motsatte: Man skal helst ikke skamme seg, og de som gjør det, bør bli ivaretatt og hjulpet. Skammekrokens tid er forbi. Wyller hevder at skam er førmoderne. Skam er heller knyttet til å ikke være selvrealiserende nok. Ulike fagtradisjoner diskuterer dette perspektivet på ulike måter, og jeg skal ikke belyse dem alle. Jeg vil rette et blikk på noen av de psykologiske forståelsene. Forfatter og psykoanalytiker Else-Britt Kjellqvist har i sin bok «Rött och vitt»² fokusert på skam og skamløshet som to sider av samme sak. Hun beskriver skamløsheten som en av de psykologiske forsvarsstrategier mot skam, som bærer preg av ufølsomhet for andre. Skamløshet er først og fremst en forsvarsstrategi mot skam, som preges av ufølsomhet for andre fordi de tidlige betydningsfulle andre har vært altfor neglisjerende og ufølsomme. Det finnes ulike psykiske forsvar mot skamfølelsen. Som Kjellqvist formulerer det kan raseri, forakt og misunnelse være mer spesifikke forsvarsstrategier som også inngår i den skamløse forsvarsstrategien. Skamraseriet gjenspeiler selvets forsøk på å avlaste seg for en uutholdelig skamfølelse. Finn Skårderud beskriver den moderne skammen som lam-mende.¹ Han fokuserer på den patologiske skammen som taus og tilbaketrekkende, men viser også til fenomener som

grandiositet, skamløshet, handlingslammelse og flinkhet som psykologisk forsvar mot skammen. Det er av spesiell interesse for meg som behandler at han også setter fokus på selve terapisituasjonen, at det er noe ved selve det å drive terapi som hele tiden balanserer på kanten til det skamløse, intervensjonen i den andres helt private liv.

Seksualitet, skam og skamløshet

Kjellqvist og andre har forsøkt å fange inn og sette ord på den moderne skammen som finnes mellom det frigjørende og det tomhetsskapende.

I samtale med Leif Gunnar Engedal, professor ved Menighetsfakultetet, kommer vi inn på skammen og skammens utvikling i kulturen. Han viser til at seksualiteten etter hvert er blitt mindre skambelagt i moderne vestlig kultur. Det logiske endepunktet i utviklingen kan billedliggjøres gjennom at man ser for seg det elskende paret som trekker en papirpose over hodet før de elsker. Dette som et bilde på at fikenbladet er forflyttet fra underlivet til ansiktet.

Kjellqvist hevder at en viss grad av skam er ufravikelig forbundet med seksualiteten akkurat som alle former for personlig kontakt bærer i seg skammens frø. Uten denne iboende risikoen ville intimitet med en spesiell person ikke vært mulig. Dersom vi ikke risikerer noe som vi med skammens hjelp vil beskytte, blir mennesker utbyttable og seksualiteten blir like uspenning og ukomplisert som hos bananfluen, eller kun en kopulasjonsakt. Warren Kinston² sier at «Intimitet og seksualitet bare kan bli fri for skam gjennom en dehumanisering som resulterer i perversjon og pornografi». I Milan Kunderas roman «Tilværelsens uutholdelige letthet» ansees nettopp det skamløse, eller det normløse som uutholdelig. Forførerens evige dilemma, jaget etter kvinnene som aldri tar slutt, vil aldri kunne fylle den grunnleggende indre tomheten, eller en dypere lengsel etter å forplikte seg i en relasjon. Kanskje det er skammen som aktiveres i møte med avhengigheten, eller skammen som aktiveres når bekräftelsen uteblir.

Skammens opprinnelse

Det nyfødte barnet søker sin mors blikk, deri ligger dets skjebne. Sannsynligvis er det slik at det ikke er mors bryst som står fremst i den nyfødtes verden, men mors blikk. For brystet finnes det erstatning, men ikke for et uteblitt møte med mors øyne. Dette (kjærlighets)møtet med den betydningsfulle andre (moren og barnet), vil barnet søke hele livet, som Narsissus i sitt eget speilbilde etter morens, vannymfen Liriopes blikk.² Når det spede barnets blikk ikke får feste, risikerer det å slynges ut i universet, for evig hjemløst. Eller kanskje det finnes en fars blikk, en slekt-

nings eller søskens blikk som kan forhindre den totale katastrofen at håpet slokner. Wurmser formulerer det slik ; «The eye is the organ of shame par excellence».² Det er den tidlige øyekontakten som er grunnen til at den mest intime kontakt er mulig mellom to mennesker. Det å ikke bli sett eller speilet betyr å bli respektløst møtt, men også det at man blir utsatt for overskridelser i den personlige integriteten, fordi man blir betraktet som noen annen enn den man er, eller som en som ikke finnes. Dette kan føre til at barnet blir stille eller tar på en maske og spiller med i et falsk spill, det som også av kjente teoretikere³ beskrives som utvikling av et «falskt selv». Dette spillet er oftest ubevisst og blir en måte å overleve på. Sorgen over ikke få lov til å være seg selv er tung. Denne indre ensomheten blir en skammelig byrde som mange bærer med seg hele livet.

«The Tragic Man» versus «The Guilty Man»

Heinz Kohut⁵, den østerriksk-amerikanske psykoanalytiker som la grunnlaget for den moderne selvpsykologien, fremhever at den moderne psykopatologi er i endring fra dominansen av intrapsykisk konfliktpatologi (ødipale konflikter) til dominans av patologi knyttet til manglende sammenheng i selvet. Slik Finn Skårderud formulerer det er skammen selve nøkkelfeffekten i slike selvforstyrrelse.¹ Dette har implikasjoner for hvordan vi skal forstå forholdet mellom skyld og skam i kulturen. Kohut⁵ kontrasterer Freuds menneskesyn med å framholde alternative myter til Myten om Ødipus. Den ødipale myten kan også uttrykkes gjennom «The Guilty Man». Det skyldige mennesket lider under konfliktene inni seg selv og knyttes til den jødisk-kristne tradisjonen hvor seksualiteten er forbundet med synd og skyld.

Kohut⁵ viser til Kafka's roman «Prossessen», der hovedpersonen Josef K. ønsket han var skyldig, at han kunne bli henrettet for noe som han visste han hadde gjort galt. Men han dør som en hund, uten verdighet. Han vil aldri finne ut hva han var skyldig i. «You can try from now till doomsday to find out why your self is breaking apart; it is not breaking apart because you are guilty» (sitat Kohut). Opplevelsen av at noe er galt med en selv forveksles med en opplevelse av at han tror han er skyldig i noe, men selvet blir ikke mer helt eller integrert før han blir møtt med innlevelse og forståelse for hva han faktisk blir utsatt for. Josef K ble utsatt for neglisjering, grenseoverskridelser og manglende respekt for sin integritet.

Sigmund Karterud trekker paralleller mellom selvpsykologiens menneskesyn og de postreligiøse tankestrømninger som kom til uttrykk gjennom eksistensialismen, eksempelvis i Myten om Sisufos av Albert Camus (1942).⁴ «The tragic Man» strever først og fremst med å folde seg ut i en væren som kan oppfylle dets innerste lengsler etter full-

kommenhet, vitalitet, fylde og harmoni, men støter i sin ferd på skranker i seg selv og hos andre. Det heroiske er den uopphørlige streben og det tragiske er nederlagene. Karterud fremhever at en slik tragisk dimensjon er et grunnvilkår ved menneskets væren.⁴ Den er forbundet med de ufravikelige grunnvilkårene i tilværelsen som vi alle strever mer eller mindre med og må forholde oss til; avhengighet, sårbarhet, dødelighet, eksistensiell ensomhet og relasjoners skjørhet.⁶

Skammen er knyttet til opplevelsen av ikke å bli sett og møtt i denne streben etter å fullføre seg selv. Skårderud beskriver skammen som en skam over seg selv overfor den andre, den dype skammen er smerten ved å se seg selv som en som ikke fortjener å bli elsket.¹ Mennesket er et homo verecundus (et menneske som skammer seg), med sunn og usunn skam. Følgende dikt av Kjellqvist belyser dette godt synes jeg :²

Den röda och den vita skammen

RÖTT är skammens och kärlekens färg.

Förr hände det att den unge flickan

med rodnande kinder

blygt slog ner sina ögon

inför sin älskades blick.

Och aldrig är man vidöppnare

inför livet

än när man rodnar.

DEN RÖDA SKAMMEN är blodfull och bultar
av liv.

Den hjälper oss att värna om

vårt allra privataste och mest intima.

VITT är oskuldens och dödens färg.

Men vitt är även den av skam

paralyserade människans stela ansikte.

Hon är dödsblek

Därför att hon drabbats av en skam

av en sådan förödande styrka

att den driver bort

allt liv.

DEN VITA SKAMMEN ödelägger och förlamar.

Den står i förbund med döden.

Den tränger in i

vårt allra privataste och mest intima.

*Merete Johansen arbeider som lege og terapeut
i VITAguppen ved Modum Bads Nervesanatorium.*

Referanser

1. Wyller, Trygve et al (2001): Skam; Perspektiver på skam, ære og skamløshet i det moderne. Fagbokforlaget Vigmostad og Bjørke AS.
2. Kjellqvist, Else-Britt (1993): Rött och vitt, om skam och skamløshet. Carlssons Bokförlag
3. Masterson, James F (1990): Det truede selv. Hans Reitzels Forlag A/S.
4. Karterud, Sigmund; Øyvind Urnes og Geir Pedersen (2001): Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling. Oslo. Pax.
5. Tolpin, Paul, Marian Tolpin (1996): Heinz Kohut. The Chicago Institute Lectures. The Analytic Press, Inc. USA.
6. Verlesen, Arne Johan og Stänicke, Erik (1999): Fra Hermeneutikk til psykoanalyse. Muligheter og grenser i filosofiens møte med psykoanalysen. Ad Notam Gyldendal AS