

Om samtalen

– fra vuggen til graven

AV JOH FR. THAULOW

Når denne artikkelen omhandler samtalen som fenomen og begrep, er det blant annet fordi samtalen som kulturbærer og verdiskaper synes å bli mindre viktig i vår stadig mer omfattende IT og billedskjerm-tilværelse. Samtidig som denne forandringen viser seg å kunne føre til ganske markante mentale og sosiale problemer.

I et stort tysk vitenskapelig arbeid om «Die Kunst der Erziehung» – om oppdragelsens kunst – fra 1996, listes det opp en lang rekke mentale og sosiale avvik hos tyske barn og ungdom. Disse settes i klar forbindelse med en sviktende samtale-evne i familiene, mellom barn og foreldre. (Personlig meddelelse. Guttorm Fløistad.)

Travle arbeidende foreldre med liten tid og overskudd til hjemmet fører med seg at barn ikke får tilstrekkelig anerkjennelse og bekreftelse av foreldrene, og dermed ikke tilstrekkelig følelse av å være av verdi. Dermed søker de annet fellesskap utenom hjemmet, det være seg positive klubb-sammenhenger eller destruktive ungdomsbander. Eller en ukritisk data-tilværelse.

14 år gamle tyske barn anno 1996 har tilbrakt 14 000 timer i skolen, mens de har sittet ordløse hele 180 000 timer foran billedskjermen. En slik tiltagende enveissituasjon med digitalt dataspråk og tekstmeldinger som hovedinnhold, fører med seg manglende kunnskap om det talte ord. Barna blir henvist til andre uttrykksmidler enn det som forekommer i den fellesskaps-skapende samtalen. Det blir lett til utagering, det vil si allehånde handlinger som erstatning for ord og tanker.

Først om samtalen generelt, om samtale – *kunsten*. Der nest noe om de *ulike betegnelsene* vi har på det å snakke sammen, og til slutt om samtalen i de ulike *livsfasene*, fra vuggen til graven.

Samtalekunsten

Å samtale – i den gode samtale – er en kunst. En vanskelig kunst. Kunst er det man ikke kan, for hvis man kan det er



Joh. Fr. Thaulow

Forfatteren, født i 1921 – er psykiater og psykoanalytiker, har skrevet mange artikler om lege-pasient-forholdet, de siste årene med økende fokus på samtalen som fenomen og mellom-menneskelig møteplass.

Han har i en årrekke vært tilknyttet psykiatrisk avdeling, Lovisenberg, som avd. overlege og senere sjeflege samme sted. Etter oppnådd pensjonsalder privat psykoterapi-praksis, og undervisning som hovedvirksomhet.

det jo ingen kunst. Den gode samtales grunnlag er å lytte til den andre, vente tilstrekkelig til at ordene har sunket ned i deg, for så å gi ditt svar, gjerne med et nytt spørsmål. Med andre ord en venting som ofte oppleves pinlig i en vanlig sosial situasjon.

Forfattere og filosofer kan være oss til hjelp i å forstå samtale-kunsten. Herman Hesse skriver i sin bok om Siddhartha – brahmanens vakre og kloke sønn, som gjennom sin opplæring i templet kunne og visste alt, men som likevel følte at det var noe grunnleggende han manglet. Han bega seg på en lang og omflakkende reise i Buddhas verden, og traff til slutt den gamle fergemannen ved elven som «forsto som få å lytte. Uten at han (fergemannen) hadde sagt ett ord, følte Siddhartha hvordan fergemannen hadde tatt hans ord inn i seg, stille, åpent, ventende, uten å miste noe, uten å vente med utålmodighet, uten å skyte inn verken ros eller daddel, han bare lyttet. Siddhartha følte hvilken lykke det er å bekjenne seg til en slik tilhører, senke sitt eget liv, sin egen søken, sin egen smerte ned i et slikt hjerte.» (1).

Nå er det kanskje mest i mitt eget fagområde – psykoterapiens – at disse refleksjonene har full gyldighet. Men likevel – kanskje til ettertanke i enhver samtale.

Et såkalt klinisk eksempel: En ulykkelig dame oppsøkte en god, gammel gynekolog. Etter en rutinemessig undersøk-

kelse brast alle hennes sorger og bekymringer ut av henne – gynekologen lyttet. Til slutt sa hun: «men dette kan vel ikke De gjøre noe med, doktor». Han svarte: «Men nå er vi to om det». En enkel bemerkning hun aldri glemte – og som hun bar i hjertet sitt.

Hvis man skal finne det sted hvor den andre er, slik gynekologen gjorde det, med den ulykkelige damen – som tydelig var ensom med sin ulykke, er det klokt å lytte til hva Søren Kierkegaard sier i i sin berømte epistel fra 1895 «Til ettertanke»: «At man, naar det i Sandhed» – sier han – «skal lykkes en at føre et menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der hvor *han* er og begynde der.» Og det gjøres best ved å vente og lytte. Først finne ut hva den andre mener, respektere ham og hans meninger. Først da kan man i en dialog formidle en forandring som begge kan følge med i. Da kan samtalen bli en prosess – og ikke et produkt, dersom vi nå liker prosessen bedre enn produktet.

Siddartha lærte tre grunnleggende forhold av fergemannen. Det ene var å vente, det andre var å tenke, det tredje var å faste. Siddartha og Kierkegaard sier det samme om samtalekunsten fra hvert sitt ståsted.

Hvis vi *venter* oppmerksomt og tålmodig, får den andre sjansen til å forklare *seg*, før vi forklarer *ham*. Dette skaper rom for den andre, noe som er viktig for oss alle, ikke bare for mennesker med mentale vansker – som kanskje aldri tidligere har opplevet et rom for seg.

Det andre han lærte var å *tenke*, det vil i denne forbindelsen si at vi må prøve å forstå. Det er ikke gjort i en håndvending. Vi må la tankene våre så å si tumle rundt i hodet en stund, slik at de kan bli rensset for våre eventuelle fordommer og forventninger. Skal vi oppnå en god dialog må vi legge til side «jeg-vet-best» holdningen som vi så lett griper til.

Kierkegaard sier: «Jeg maa forstaa mer enn ham – dog vel først og fremmest aa forstaa det han forstaar. Naar jeg ikke gjør det, hjelper min mer-forstand ham slett ikke. Da er det fordi jeg er forfengelig og stolt, og egentlig vil beundres av ham. Det å hjelpe er ikke aa herske, men aa tjene, det at være villig til inntil videre at finde seg i at have uret, inntil man forstaar hva den andre forstaar.»

Det tredje han lærte var å *faste*. Ikke i materiell forstand, men i betydningen avstå fra tilfredsstillelse på den andres bekostning. Slik det er lett å gjøre hvis vi er oppslukt av et fag, av en teori. Da kan det bli fritt frem for subjektivitet, fordommer og kjepphester. Kjepphester rider man



ILLUSTRASJONSFOTO

som kjent best alene. Det er fristende å imponere og triumfere både åpent og fordekt – når vi såkalt «vinner» en diskusjon.

Etter denne mer filosofiske eller teoretiske innledningen kan det være på sin plass å gå over til en mer jordnær og praktisk orientert fortsettelse.

Samtalebetegnelser

Vi har et mangfold av betegnelser på samtaler. Vi pludrer, skravler, prater, vi snakker, vi konverserer og vi samtaler. Det er fristende å gradere disse langs en verdiskala, hvor pludring graderes lavest og samtale høyest. Men da overser vi at pludring med et spebarn kan være minst like forpliktende og virksomt som de voksnes alvorsfylte samtale.

Norsk riksmålsordbok (2) sier om det å *pludre*: «småprate uforpliktende og fortrolig». Pludre gjør vi med barn som ennå ikke har fått ord, og vi får babling som gjensvar. Det er fortrolighet på sitt fornemste. Jeg er ikke enig med ordboksforfatteren i at pludring er uforpliktende. Tvert om, men det kommer jeg tilbake til.

Om å *skravle* sier ordboken at det er «høyrøstet, tomt og innholdsløst snakk, særlig om ting som en ikke forstår eller helst burde tie med – særlig hos kvinner». Noe jeg så avgjort kommer tilbake til.

Prate defineres som en «gemyttlig samtale, blant gode venner passiarer vi i en tvangsfri samtale». (2) Dette er av umistelig verdi i vårt dagligliv, men kanskje mer tvilsomt i faglige sammenhenger. Prater vi gemyttlig med legen for eksempel?

Vi bruker ofte ordet snakke, og det i en nesten uendelig rekke av sammenstillinger. Vi kan snakke *bort*, snakke *bak ryggen*, snakke *over hodet på*, snakke *til* – snakke *med* og snakke *om*.

Om ordet *snakke* sier Etymologisk ordbok (3) at den skotske opprinnelsen for ordet «*snak*» er å «smekke med kjevene». Grunnbetydningen både i svensk og germansk språk er å frembringe en «*skrapende eller snøftende lyd*». Ikke desto mindre kan vi bruke ordet snakke også i mer positiv betydning. Vi snakkes. Vi får snakke mer om det. Ordet snakke har med andre ord et mangfold av meningsinnhold og et vidt spekter av bruksområder. Det er nok mange profesjoner hvor den ene part opplever den annen som «smekker med kjevene» og kommer med «snøftende lyder». Jeg tror at vi leger, og mange andre profesjonelle – trenger å trene oss på hvorledes snakket vårt oppleves av den andre.

Ordet *konversere* stammer fra det latinske *conversari* (4): å omgås med. Konversasjonen er ofte innledningen til noe annet. Vi starter for eksempel med å konversere om det som alle snakker om, men som vi har et uforpliktet forhold til og ute av stand til å gjøre noe med; nemlig været. Eller noe annet av allmenn interesse, som en slags overtyre til noe mer personlig.

Når vi *konverserer* er det i henhold til Riksmålsordboken å føre «en selskapelig samtale om emner av mer allmenn interesse som ofte ikke har annet mål enn å fylle tiden.» Det er fristende å tenke seg konversasjonen som et slags mellommenneskelig krydder som vi kan glede oss over på en uforpliktende måte, men som også kan være innledningen til en dialog om mer engasjerende emner.

Når vi *diskuterer* har det en litt annen klang i retning av meningsutveksling mellom likeverdige, noe som har til hensikt at partene kan bli litt klokere. Pussig og tankevekkende er den latinske ordopprinnelse *discutere* som betyr «riste fra hverandre». Når vi diskuterer er det kanskje nettopp det vi gjør: sette sammen gamle argumenter på nye og konstruktive måter.

Ordet *samtale* vurderer vi ofte som det høytideligste, det mest forpliktende for begge parter. Det indikerer likeverdighet, et samvær mellom to parter som forplikter seg til hverandre.

Men ordet «*sam*» har som grunnbetydning «sammen med». «*Communicatio*» er i den latinske ordbok en (3) oversatt med «det at gjøre noget fælles, give del i noget». Viktige elementer i all kultur og samfunnsdannelse, hvor det å finne sammen i et samfunn er av overordnet verdi.

Forstavelen *sam* «uttrykker fellesskap, nær innbyrdes forbindelse, innbyrdes overensstemmelse eller harmoni» – i henhold til Riksmålsordboken.(2) Et fellesskap uansett aldersforskjell. Enten det gjelder samtalen mellom barn og oldinger eller mellom jevn gamle. Uansett foreligger det jo et personlig og gjensidig forhold mellom to levende og opplevende mennesker. Sagt med andre ord: samtalen er det grunnleggende og ønskede middel og mål i alle mellommenneskelige forhold.

Tale er avledet av det engelske «tale», som i mange sammenhenger betyr eventyr og fortelling.(2) En fortelling, det å fortelle, skjer innenfor en gjensidig forpliktende situasjon, hvis det skal bli fortelling og ikke bare snakk. Fortelling krever ikke bare en seriøs og emosjonelt engasjert forteller, men også en part som er engasjert lyttende. Tenk på

barnet som taust og spent har lyttet seg gjennom et eventyr, og som spontant utbryter «fortell mer da morfar!» ved eventyrets slutt.

Disse ulike måtene å formidle ord preger og preges av de ulike livsfasene våre.

De fasene jeg har valgt er livmorfasen, spedbarnets, småbarnets, puberteten den voksne alder, og dødsleie-fasen.

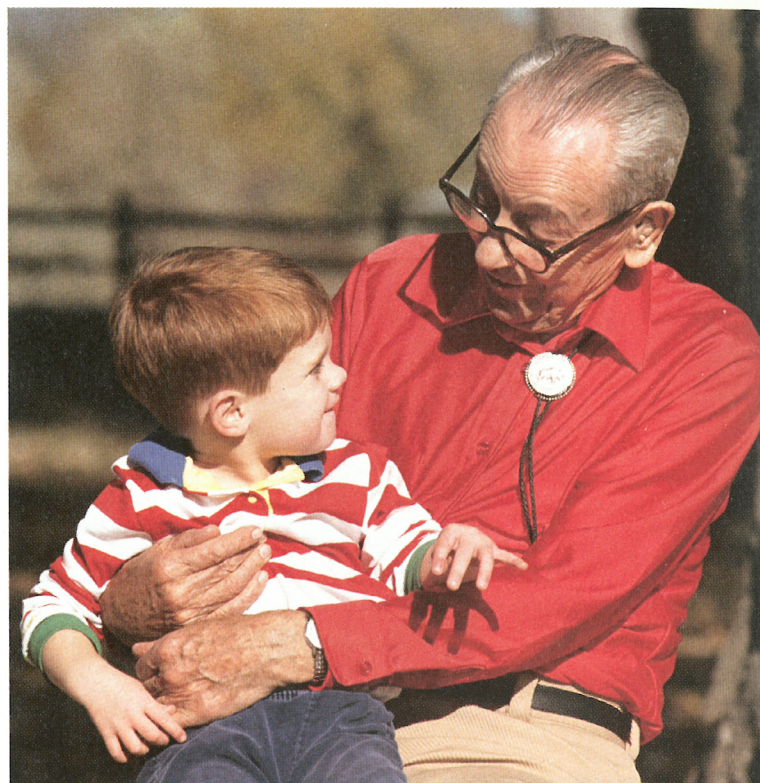
Livmorfasen. Det er enfoldig å tenke at fosteret ikke erkjenner og «lagrer» lydene fra mors og fars stemmer allerede i fosterlivet. Det er fascinerende å tenke at en far som synger for fosteret sitt, allerede har etablert en gjenkjennbar kontakt. Det er nærliggende å konkludere med at vi som foreldre må være klar over vår delaktighet og ansvar for samspillet – også lenge før ordene har fått sin endelige form og betydning.

I **spedbarnsfasen** er det fascinerende lett å se at spedbarnets blikk allerede tidlig møter ditt eget. Vi kan undres på hvorfor. Det er ikke så selvsagt at spedbarnets første uartikulerte lyder på en like underlig og fascinerende måte møter våre egne. Hvis man først blir opptatt av dette møtet, er det en kontakt som griper dypt – når vi opplever at det virkelig går an å «snakke» med et spedbarn. Hvor smilet sprudler frem hos begge parter når lydene gjentas – om og om igjen. Det er en forløper for den litt senere alders umettelige trang hos småbarnet til å foreta de samme handlingene om og om igjen – til mulig utmattelse for besteforeldrene. I begge tilfeller foregår det en uvurderlig trening eller opplæring i samspill og samvær med andre mennesker

Braatøy – mannen som noterte seg så mangt – hevdet at hvis han kom i sykebesøk til en liten unge som skrek og var redd, så tok han ungen på armen og etterfulgte ungens respirasjon. Da roet ungen seg (personlig meddelelse). Prøv selv! Det å bli møtt – bli hørt og sett – og få respons – er viktig for oss alle, uansett alder.

Konklusjonen på disse små betraktningene om spedbarnsfasen er at det allerede her legges et grunnlag for den gode samtale i de senere fasene hvor ordene oppdages, utprøves, tar form og får innhold.

Småbarna kan umiddelbart knytte seg trygt til en person – men kan vende seg spontant bort fra en annen. Der hvor de voksne prøver å legge an et småbarnspråk – det vil si å gjøre seg kunstige, så vender ungen seg bort. Hvor intensjonen er å være på like fot, blir det paradoksalt nok til det stikk motsatte. Der hvor den voksne rolig og trygt bruker sin naturlige talemåte – men med forståelige ord, trygger



ILLUSTRASJONSF

det ungene. Jeg tenker meg at tilgjortheten, det som kommer fra det man tror om den andre, virker forstyrrende. Mens det naturlige og spontane og ikke forutinntatte – virker betryggende og kontaktskapende. Når man som bestefar kan være sammen med småbarnebarna – uforstyrret av oppdragerbyrden – er det et eventyr å delta i ungenes stadig utvidede og eksperimenterende bruk av ord.

Å bli tatt på alvor allerede i småbarnsfasen er like nødvendig som det kan være vanskelig. Ordet trassalder bruker vi ofte i negativ betydning. Ikke desto mindre er det nettopp her i trassalderen det første grunnlaget legges for det tilhørende menneske. Og med tilhørig mener jeg et menneske som alltid føler seg inkludert. Som blir tatt på alvor.

En definisjon på **puberteten** er «den perioden i livet hvor foreldrene begynner å bli vanskelige.» Og slik må det være i en fase hvor det tilhørende skal manifestere seg for annen gang. Foreldre *må* oppleves som vanskelige, blant annet fordi ordene – som i trassalderen – brukes i den gode grensesettings tjeneste. Ordene kan også her bidra til å forme *tilhørende* personer hvis de ikke brukes til å skyve bort – isolere, men inkludere. Det kan bidra til at barna ikke utvikler seg til de enten ekstremt avhengige eller ekstremt selvstendige, men til den trygt tilhørende.

Første gang barnas grenser settes på prøve for begge parter er med andre ord i «trassalderen», annen gang er i puberte-



ILLUSTRASJONSFOTO

ten, en fase hvor det kan være både viktigere og vanskeligere enn ellers å bevare samtalen, den inkluderende dialogen.

Møtet rundt måltidet er av avgjørende betydning her. Familiemåltidet skal være hellig. Det er den arenaen hvor den uvegerlige konfrontasjonen mellom generasjonene lett bør og kan utspille seg. Måltidet er ordenes møtested, der er det møteplikt, men ikke minst møterett. Det er der både voksne og unge kan bli sett og hørt, hvor de kan erfare å bli lyttet til – bli tatt på alvor og respektert for sine meninger uansett uenighet. Selv om de unge velger å være tause eller utebli, så skal foreldrene standhaftig holde på måltidet – slik at uteblivelse kan bli til et savn. Gjensidig utelukkelse er krenkende, kanskje mer krenkende enn vi oppdager i øyeblikket. Den kan lett bli møtt med taushet, gjensidig sinne og isolasjon.

Ofte kan det være tungt å få en samtale i gang ved middagsbordet, særlig når foreldrene er spente på hva som hendte eller særlig ikke hendte på gårsdagens fest – for eksempel. Kanskje det er erfaringen som psykoterapeut som har fått meg til å la vær å spørre – og heller være stille avventende. Da kommer ordene og fortellingen om gårsdagens fest ofte av seg selv.

Grunnlaget kan bli lagt for den mer avanserte form for samtale, for meningsutvekslingen i den neste fasen jeg har valgt – mellom ulike, men likeverdige voksne partnere.

I den **voksne alderen** er vi henvist til ulike former for kommunikasjon. Et problem er selvsagt at det å lytte lett blir erstattet av tomme ord og prat i en eller annen negativ form. I dagliglivet – men kanskje spesielt i dagens situasjon med så mye kritikk av legers forhold til pasienter – synes det som det å lytte kan være en slags gjennomgående mangelvare. Det blir lett mye snakk, snakk fra legen, kanskje opplevet av pasienten som «skrapende eller snøftende lyd». I vår IT-tidsalder blir lett lyttingen og responsen borte bak skjermen.

Kvinner og menn forholder seg konstitusjonelt stort sett forskjellig til det å kommunisere. Vi menn har lett for å snakke nedsettende om kvinners skravling og såkalt innholdsløst snakk. Vi menn snakker sak. Kvinner om opplevelser. Spørsmålet er imidlertid: hvem fører den mest givende samtale? Kategorisering og diagnostisering fører oss av og til galt avsted. Hva er det som gjør at jenteklubber holder sammen i et langt liv, det ringes til hverandre i lange samtaler og utøves en klar omsorg for hverandre på tross av det «innholdsløse snakket». I alle fall representerer det et spesiell form for samvær, som ofte viser seg å være vel så holdbart og kontaktskapende som livslange gutteklubber med spesielle formål. Hvor ofte ringer vi menn til hverandre uten at det dreier seg om sak? Det er fristende å fantasere at skravling bygger på en slags arkaisk tilhørighet, hvor fellesskapet er den bærende kraft.

Som siste fase stilte jeg opp det jeg kalte **dødsleie-fasen**. I gammel tradisjon het det seg at å syne liket var viktig. Det å finne igjen den savnede, om enn aldri så død, er viktig. En annen seremoni som også er viktig for et fellesskap og et godt minne, er å våke over den døde. Det er en betagende skikk å våke med tente lys den første natten etter av noen i familien eller vennekretsen er død. Den samtalen som da kan utspille mellom de pårørende og etterlatte er høytydelig i ordets beste forstand. Det er forsoningens og minnernes tid. Både en avslutning og en fortsettelse av noe som ellers ville fått en abortiv slutt. «Du pappa – skal morfar ha med seg stokken sin i graven tror du» – er en bemerkning som ikke glemmes. Vi snakker så faglig kjølig om et sorgarbeid, her tror jeg vi ser det fremført i levende liv.

Hvis vi har opparbeidet en respekt for dialog-prosessen – så er samlingen rundt kisten kanskje en selvsagt fortsettelse og naturlig avslutning. «Tror du mormor hører oss nå?»

Litteratur.

- 1) Herman Hesse. Siddartha. Gyldendals Laterne-bøker 1998
- 2) Norsk Riksmålsordbok. H. Aschehoug & Co. Oslo 1937
- 3) Etymologisk ordbog. Bjørn Ringstrøms antikvariat. Oslo 1991
- 4) Latinsk ordbog. J.W. Cappelens forlag. Christiania 1887