



Oktober 2021 · årgang 53

NO.
1

ind put

Institut for Psykologi ^{KU}
Drømme

Indput no. 1, 53. årgang København, oktober 2021

Hjemmeside

Tamara Hveisel Hansen (ansv. hjemmeside)
Anna Tang Dalsgaard

Layout

Amanda Jørgensen
Emma Holm Jarnbye
Regitze Langager Christensen (ansv. layout)

Skribenter

Ditte Marie Thiemer Hilbert
Hans-Jørgen Hersoug
Johanna Mariam Madsen
Karen Damgaard (ansv. redaktør)
Maria Voulgaris Valeur
Mathias Baagø Tybjerg
Zacharias Dyrborg

Tekstredaktører

Anna Tang Dalsgaard
Carla Augusta Bernstorff Justesen
Elvira Hallengren
Hannah Kazmi Høgsbro
Sofie Harboe

Visual

Ida-Marie Haeusler
Maja Koch Nielsen
Sandra la Cour

Omslag

Sandra la Cour

Boganmeldelser

redaktion@indput.dk

Økonomi

redaktion@indput.dk

Annoncering

redaktion@indput.dk

Eksterne indlæg

Alle er velkomne til at bidrage med indlæg som eksterne skribenter, dog påtager redaktionen sig intet ansvar for materiale indsendt uopfordret. Eksterne indlæg indsendes til redaktionens mailadresse med relevante kontaktoplysninger, herunder navn, mailadresse og evt. telefonnummer. Redaktionen forbeholder sig retten til at udelade, redigere og forkorte indsendte indlæg samt indsætte billeder og illustrationer. Dette vil dog ske under kommunikation med den eksterne skribent.

Indlæg bragt i Indput

Indlæg bragt i Indput repræsenterer alene skribenten eller skribenterne og er således ikke et udtryk for Foreningen Indputs holdning, medmindre dette klart fremgår af artiklen.

Tryk

Frederiksberg Bogtrykkeri

Udgivet af

Foreningen Indput,
Institut for Psykologi, KU

Kontakt

Foreningen Indput
SAMF, Københavns Universitet
Øster Farimagsgade 2A, 1. Sal
1353 København K
redaktion@indput.dk
www.indput.dk

LEDER

I denne udgave af Indput bevæger vi os ind i drømmenes univers. Måske du vågnede i morges og forsøgte at holde fast i en flygtig drøm? Måske du klart kan fremsige, hvad dine drømme er for dig selv og dine nærmeste – eller for menneskeheden og kloden?

Drømme kan spinde tråde mellem fortid, nutid og fremtid, fra det kollektive til det individuelle og danne broer mellem ubevidste og bevidste dele af den menneskelige psyke. Det vil man i hvert fald fra psykoanalytisk perspektiv mene, hvor teorier om drømme har stået centralt, siden Sigmund Freud udgav sit hovedværk *Die Traumdeutung* i 1900. I bladet kan du læse om et bachelorprojekt, der beskæftiger sig med Freud og Jungs drømmetydning, og få et bud på, hvilken betydning teoriene fra det forrige århundrede kan have i en nutidig kontekst.

Vores nutid er præget af klimakrisen, og igennem bladet løber en tråd, der trods de sort-hvide sider synes at være både grøn som håbet og rød som desperationen. Fælles for flere skribenter er associationer mellem drømme, klimakrisen og fremtidsforestillinger. I et essay drømmer en skribent om, hvordan verden vil se ud, hvis bløde værdier som omsorg bliver tillagt værdi; hvad der ikke inkluderes i dominerede økonomiske regnemodeller i dag. Mens en anden skribent reflekterer over, hvordan det moderne menneske måske kan karakteriseres som følelsesløst i et essay om klimakrisen og menneskeracens eksistentielle apati. Som modsvar til en sådan apati, har en tredje skribent kastet sig over skønlitteraturen, der synes at indfri en læsers drømme om at forstå og rumme andre menneskers liv og lidelser. På side 30 får du en række boganbefalinger.

Forståelse for forskelligheder, inklusion og bæredygtighed er nogle af de drømme, vi kan have på fællesskabets vegne. Og det lader til ofte at være i fællesskabet, at drømme realiseres. Et lokalt fællesskab på psykologistudiet er de psykologistuderende fagråd, Psykrådet, hvis drøm er din medindflydelse. Så kort kan det siges. Går du og drømmer om noget for vores studie - fagligt eller socialt eksempelvis – er det derfor bare at dukke op til et Psykrådsmøde. Du er nemlig allerede medlem af rådet med stemmeret og hvad der dertil hører. På side 6 kan du læse mere om dét, og om hvad Psykrådet arbejder med dette semester.

Medindflydelse kan du også få hos SIMA, som er en studenterforening, der har grønne drømme for Det Samfundsvidenskabelige Fakultet. Indput har taget en snak med foreningen, og på side 36 kan du få indblik i, hvilke klimarelaterede initiativer, SIMA laver for de studerende på CSS. Og som vanligt kan du også få indblik i, hvad ansatte på Institut for Psykologi beskæftiger sig med. Denne gang er stafetten gået til Guido Makransky, der også har noget at sige om både klimakrisen, digitaliseringen og psykologien som et mangfoldigt fag. Er det mon de mange muligheder, der har fået dig til at søge ind på dit drømmestudie? På side 34 kan du læse, hvad nogle af de nye studerende drømmer om.

Alt dette og mere endnu kan du læse om i bladet. Vores ydmyge drøm er, at du vil tage dig en stund til at dykke ned i nogle af drømmene med os.

God læselyst!

På vegne af Indputs redaktion,
Karen Damgaard ■

Indhold

Indput no. 1 | 53. årgang | oktober 2021

Faste indput

- | | |
|-----|---|
| 3. | Leder
Indput byder velkommen |
| 6. | Drømme fra Psykrådet & Studienævnet
Public service til psykologistuderende |
| 8. | Ind under huden
Mød indputredaktionen |
| 10. | Praktik hos Novo Nordisk Pharmatech
En mulighed for at udfolde organisationspsykologien i praksis |
| 12. | Stafetten
Mød Guido Makransky |
| 46. | Akademia
Bachelor om at undersøge sit ubevidste gennem drømmetydning |
| 50. | Psyk&Tværs
Vind et gavekort til Academic Books |

- 24. **Mennesket er udødeligt**
Et essay om klimakrisen og menneskeracens eksistentielle apati
- 27. **En drøm om fællesskab**
Omsorg og relationer som bærende for et mere bæredygtigt samfund
- 30. **Drømmen om at kunne rumme alt**
Bøger om at have ondt i livet
- 34. **Drømmetræ**
Hvad drømmer de nye studerende om?
- 36. **Grønne drømme – interview med studenterforeningen SIMA**
Fokus på klimarelaterede initiativer for studerende på CSS
- 42. **Boganmeldelse: Drømmen om lovlige stoffer**
En bog om, hvorfor heroin er OK

Tema: Drømme

Andre indput

- 2020'ernes psykologer 16.
Interview med Johanne Konnerup Schwensen
- Glas 21.
Transparent og glaslike

DRØMME FRA PSYKRÅDET

Af Lasse Pedersen, stud.psych., Amanda Nicholas Nielsen, stud.psych. og

Christian S. Kensmark, stud.psych.

Psykrådet er kort sagt de psykologistuderendes fagråd. Det vil sige, at vi som forsamling repræsenterer de studerendes interesser, ønsker, og ja, endda drømme. Det er altså her, at du som studerende kan komme, hvis du har noget på hjertet ift. studiet. Det kan omhandle det faglige, sociale eller noget helt tredje. Din medindflydelse er vores drøm.

Faktisk er du allerede medlem af Psykrådet af den fantastiske årsag, at du er studerende på psykologi. Du har altså både stemme-, tale- og drømmeret til vores forsamlinger, som afholdes ca. hver tredje uge. Enhver kan deltage, også selvom du ikke nødvendigvis har en holdning til dagsordenen, men blot ønsker at være en sød flue på væggen. Udover at være et politisk fællesskab, er Psykrådet i den grad også et socialt fællesskab, som binder studerende sammen på tværs af årgang og interesse, når vi oftest afslutter møderne med (ofte gratis) mad, øl og sodavand.

I Psykrådet kører vi en flad organisatorisk struktur, hvor beslutninger tages i fællesskab. Vi har et forpersonskab som bliver valgt til det årlige universitetsudvalg i november (se på næste side hvem der er forperson og næstforperson lige nu). Forpersonskabet laver dagsordener til møderne, men disse baserer sig på, hvad de studerende - heriblandt dig - drømmer om at drøfte og diskutere. Drømmer du om noget, er der rig mulighed for at få det realiseret her sammen med en masse andre psykologistuderende. Det seneste år har studerende bl.a. opstartet Trivselsgruppen, som bl.a. lavede et online fredagsbar-arrangement i en kedelig tid, samt Pensumkritik-gruppen, der rettede kritik mod den naturvidenskabelig drejning i flere fag.

På vores FB-side "Psykrådet på Københavns Universitet" kan du orientere dig om mødedatoer og skrive til os direkte, hvis din drøm skal finde fodfæste.

Onlineundervisningen og drømmen om den gode uddannelse

Et diskussionspunkt på de fremtidige møder vil være, hvad der skal ske med onlineundervisningen. Denne undervisningsform som svævede ind fra højre, da vi behøvede den, og som

nu stadig spøger i krogene. Anvendelsen af online undervisning, og de erfaringer der er kommet ud af oplevelsen, har rejst en række spørgsmål om, hvordan fremtidens undervisning skal være på KU helt overordnet, og dermed kan vi forvente at svarene på den ene eller anden måde kommer til at influere undervisningen på vores uddannelse.

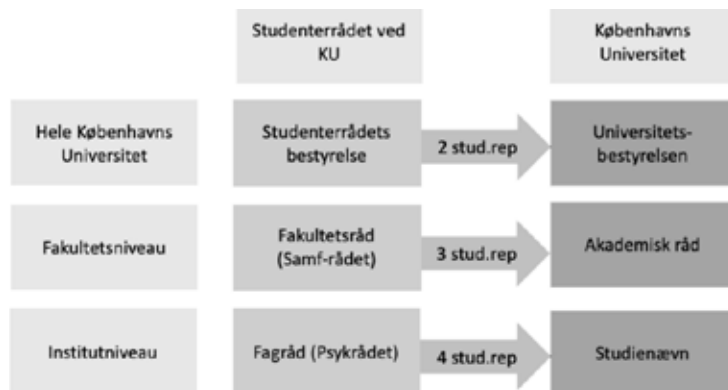
Drømmen om en god uddannelse og den "gode undervisning" står ikke blot i relation til pædagogisk teori og praksis, men også til de økonomiske, tidsmæssige og rumlige muligheder som universitetet råder over. Netop her starter diskussionen om onlineundervisningens brug.

Der er konsekvenser ved at modtage uddannelse online, og disse spiller sammen med mange allerede eksisterende problematikker som vi tidligere har diskuteret i Psykrådet. Her kan f.eks. nævnes en stigende grad af effektivisering som følge af universitetets økonomiske incitamenter, ensomhed og mistrivsel hos studerende samt en manglende følelse af at kunne identificere sig med sit studie. Undervisningsformen medfører selvfølgelig også en række muligheder og kan være et nyttigt værktøj i løsningen af mange undervisningsproblematikker. Det meget nærværende pres på SAMF (Det Samfundsvidenskabelige Fakultet) om at spare penge, samt en travl hverdag for både studerende og undervisere, skaber incitamenter for mere fleksibilitet i undervisningen. En fleksibilitet som onlineformatet til dels muliggør.

Formålet med diskussionen er altså, på et nuanceret grundlag at finde ud af om onlineundervisningen er en del af drømmen om den gode uddannelse, eller et mareridt som vi var tvunget til at gennemleve. Kom til et psykrådsmøde, eller skriv til os, og giv dit indspark! Hvad mener du? DINE drømme er fuldstændig relevante og vigtige for, at vi sammen kan få skabt det bedst mulige studie for os allesammen!

Vi ses på møderne - du er velkommen som du er, med det overaskud du har, og med lige præcis de drømme du går med. Følg med på vores facebookside hvor vi lægger mødedatoer og tilhørende facebookbegivenheder op! ■

PSYKRÅDETS INDFLYDELSE PÅ UNIVERSITETET



Psykrådet opstiller studenterrepræsentanter til Studienævnet, som vælges ved Universitetsvalget hvert efterår. Studienævnet blev dannet efter studenteroprøret i 1968, og halvdelen af medlemmerne (og dermed stemmerne) udgøres af studerende. Det er Studienævnet, der står for uddannelsens udvikling samt kvalitetssikring. De studerende i Studienævnet repræsenterer Psykrådets holdning.

Psykrådet opstiller også en repræsentant til Akademisk Råd, der rådgiver dekanen (lederen af fakultetet) i hans beslutninger. Repræsentanten videregiver de studerendes holdninger og opdaterer dekanen på det, som rør sig blandt de studerende.

Psykrådet er et fagråd under studenterrådet. Studenterrådet er en samlet instans for alle de forskellige fagråd på KU samt øvrige faglige foreninger, og opstiller to repræsentanter til universitetsbestyrelsen, der har indflydelse på beslutninger, som gælder hele Københavns Universitet og dermed alle fag.

Vi opfordrer alle psykologistuderende til at følge facebook-siden: *Psykrådet på Københavns Universitet*, hvor vi løbende slår begivenheder og relevante opslag op.

Hvis du gerne vil lidt bagom kulisserne i Psykrådet og ønsker at være *aktivt medlem* kan du anmode om medlemskab i facebookgruppen: *Psykrådets gemakker*.

STUDIENÆVN

Opgaver

- Udarbejdelse af studieordningen
- Udvikling af uddannelse og undervisning
- Behandling af sager om dispensation og meritoverførsel

Medlemmer

- VIP'ere og studerende i forholdet 1:1
- Dekanen fastsætter antallet af medlemmer
- VIP'ere sidder tre år, studerende i et år

AKADEMISK RÅD

Opgaver

- Udtalelser til dekanen om bevillinger, forskning, uddannelse og strategiske emner
- Indstilling af personer til bedømmelsesudvalg for bl.a. ansættelser
- Tildeling af ph.d.-graden, doktorgraden og diverse priser

Medlemmer

- Studerende og VIP'ere i forholdet 1:2
- Mindst to TAP'ere som observatører
- Personale sidder i tre år, studerende i et år
- Dekanen er 'født' medlem (formand)

VORES REPRÆSENTANTER

Studienævnsmedlemmer:

- Amanda Nicholas Nielsen
- Christian Styrbæk Kensmark
- Lasse Pedersen
- Esther Vitha Ringhof

Psykologis repræsentant i

Akademisk Råd:

- Valdemar Stenberdt

Psykrådets forretningsudvalg:

- *Forperson:* Amanda Nicholas Nielsen
- *Næstforperson:* Christian Styrbæk Kensmark
- *Kasserer:* Lise Hagen

IND UNDER HUDEN

Foto af Maria Valeur, stud.psych.

Sofie fik efter tre års tilløb sendt en ansøgning afsted til Indput i februar sidste år og har nu efter godt et år som tekstredaktør fundet vej til Ind Under Huden – nogen ville sige, at hun ikke rider den dag, hun sadler. Halvandet år med corona har lært hende, at hun hverken begynder at strikke eller bage surdejsboller, uanset hvor meget hun keder sig. Til gengæld spiller hun en solid højre kant på et af Danmarks dårligste fodboldhold og har stor kærlighed til sit citrontræ. Hvis man møder hende på campus, vil man måske bemærke, at hun er udpræget dårlig til at finde vej, men rigtig god til at spørge om hjælp. :) ■

Sofie Harboe



Besøg www.indput.dk

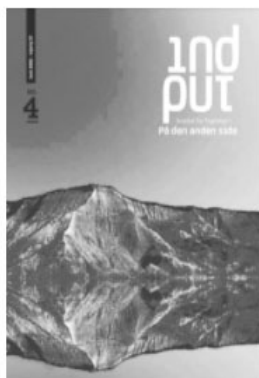


[Hjem](#) [Blade](#) [Artikler](#) [Om Indput](#) [Til dig som Stud.psych](#)

Tema: På den anden side

LÆS NU

Seneste udgivelser fra Indput



På den anden side



Frihed



Kærlighed



Oprørt

PRAKTIKANBEFALING: PRAKTIK HOS NOVO NORDISK PHARMATECH

Af Tobias Wriedt, cand.psych.

I foråret 2021 var jeg i praktik hos Novo Nordisk Pharmatech i deres afdeling People & Organisation – et enormt lærerigt, spændende og udfordrende praktikforløb, hvor mine organisationspsykologiske evner i den grad blev udvidet. I denne lille artikel fortæller jeg lidt om mine oplevelser med praktikstedet, hvad jeg beskæftigede mig med og nogle generelle tanker om det at nærme sig livet efter studiet.

Novo Nordisk Pharmatech (NNPR) er en dattervirksomhed til Novo Nordisk, der bl.a. arbejder med at udvikle og producere grundelementerne til noget af den medicin, som Novo Nordisk laver. Med cirka 200 ansatte er det en relativt lille virksomhed (i hvert fald sammenlignet med modervirksomheden!), hvilket som praktikant betød, at jeg havde mange muligheder for at sætte mit eget præg på virksomheden. Som en del af det lille team People & Organisation beskæftigede jeg mig med en lang række menneskeorienterede tiltag i forskellige dele af organisationen.

Arbejdsopgaver

Som praktikant fik jeg ret meget at sige i forhold til mine arbejdsopgaver, og jeg fik lov til at arbejde meget selvstændigt og kreativt med nogle større projekter. I løbet af praktikken beskæftigede jeg mig med tre overordnede hovedopgaver:

- At udvikle og skabe et onboarding-program for nye ledere i virksomheden. Her bestod mit arbejde bl.a. i at lave research, udføre interviews, udvikle programmet og endelig at skabe indholdet til programmet (som f.eks. oversigter, tjeklister og videoer).
- At udvikle og afholde seminarer og workshops omhandlende feedback.
- At undersøge hvordan trivsel i virksomheden opfattes af medarbejdere og på baggrund af dette komme med forslag til trivselsorienterede udviklingstiltag.

Således var der altså muligheder for at arbejde med en meget bred vifte af forskellige psykologisk relevante opgaver. Både mit arbejde med feedback og med trivsel kom fra, at jeg selv viste interesse i disse ting (så her er der også en generel lille opfordring til alle kommende praktikanter om at opsøge de opgaver, man selv synes er spændende og lærerige. Det var de enormt åbne over for i min praktik, og jeg hører om lignende oplevelser fra mange andre psykologistuderende).

Hvorfor tage i praktik hos NNPR?

Jeg har været enormt glad for mit praktikforløb hos NNPR. Mest af alt fordi jeg har fået mulighed for at beskæftige mig med både mange forskellige emner og med de forskellige elementer i en proces: jeg har både lavet litteratur-research, interviews, udviklet idéer og koncepter, afholdt seminarer, faciliteret workshops og jeg har skabt materiale, der nu bruges fast i NNPR. Jeg har lært enormt meget af processen, og det har givet mig en masse skønne ting at skrive på CV'et. Derudover har jeg været glad for at være en del af et lille og hyggeligt team. I min praktik arbejdede jeg primært selvstændigt med opgaver, men dette skyldtes i høj grad covid-19, der bandt mig til hjemmekontoret de fleste dage. Som Danmark og derigennem NNPR åbnede mere og mere, oplevede jeg dog mere og tættere samarbejde med mine kolleger. Derudover ved jeg også, at samarbejde er noget, de har fokuseret på at have mere af med deres nuværende praktikant.

Nogle tanker om mulighederne som organisationspsykolog

Min tid hos NNPR åbnede også mine øjne for de mange karrieremuligheder, der er som psykolog. Gennem de varierede arbejdsopgaver jeg havde, så jeg hvordan de ting, jeg har lært på studiet, kan bruges i mange forskellige sammenhænge, og jeg blev selv sikker i mine projektorienterede og konsultative evner. Det inspirerede mig til at søge et job i et management consulting-firma, som nu er blevet min første arbejdsplads. Selv følte jeg mig i starten af studiet begrænset af hvilke stillinger, der havde 'psykolog' i titlen, men hvis man f.eks. kunne tænke sig at beskæftige sig med det organisationspsykologiske felt, er der mange andre veje, man kan gå. For mig har det været godt at tænke på hvad det egentlig er for en arbejdsplads, jeg gerne vil være på, og hvad det er for nogle arbejdsopgaver, jeg gerne vil beskæftige mig med, for på den måde at kunne blive klog på min egen retning. ■

HVAD: Organisationspsykologisk praktikforløb hos Novo Nordisk Pharmatech (NNPR)

HVOR: En naturskøn solskinsplet i Køge Bugt nær Køge Nord Station

HVORFOR: Man bør tage i praktik hos NNPR fordi man får rigemuligheder for at udføre selvstændige opgaver af organisationspsykologisk karakter

HVORNÅR: Ansøgningsfrist til forårssemestret ligger i løbet af efteråret og annonceres på Novo Nordisks hjemmeside www.novonordisk.com



STAFETTEN

GUIDO MAKRANSKY

Stafetten er Indputs faste indlæg om fakultetets ansatte, hvor de svarer på vores spørgsmål om sig selv og derpå sender stafetten videre til en ansat efter eget ønske. Denne gang er det Guido Makransky, der har stafetten.

Af Sofie Harboe, stud.psych.

Illustration af Maja Koch Nielsen, stud.psych.

Hvorfor valgte du at læse psykologi?

Jeg har altid været meget interesseret i mennesker, adfærd og følelser – hvorfor tænker og agerer vi, som vi gør, og hvorfor har vi det, som vi har det? Jeg voksede op i bjergene i Guatemala sammen med maya-indianere, som bor i etværelses huse med jordgulve, bål i midten til at opvarme huset og sover tre til fem mennesker i små træsenge (de sover på træ, ikke senge lavet af træ). Mine forældre (far fra USA og mor fra Guatemala) var hippier, og vores hus lignede dem omkring vandet på Christiania, så vi manglede ikke noget og boede i et paradis med vores egen å og frugttræer. Jeg gik efterfølgende (efter 5. klasse) på privatskole én time væk med de rigeste børn i området. Denne opvækst, med tre meget forskellige kulturer, meget forskellige forudsætninger og værdier, forskellige måder at møde verdenen på, og vildt forskellige tanker, forventninger, og prioriteringer, har gjort, at jeg har nemt ved at være en del af forskellige typer fællesskaber. Men på samme tid har jeg altid en fornemmelse af at kunne se folks virkelighed udefra. Det er altid en rigtig god øvelse at stoppe op og tænke, hvad ville mine barndomsvenner Manu eller Netto sige til det? Den tanke er nyttig, for de vil slet ikke kunne sætte sig ind i de abstrakte og komplekse problemer, som optager os, men på samme tid deler de samme fundamentale menneskelige følelser, relationer og behov. I min mening er psykologi den vigtigste videnskab, fordi den handler om at forstå mentale processer, behov og adfærd og er central i at øge velvære og lykke og tilfredshed, som jeg mener burde være ethvert samfunds primære mål. Jeg mener også, at alle andre professionelle ville have meget gavn af at læse psykologi, fordi det ville få dem til at prioritere den menneskelige faktor i deres arbejde højere. Men jeg må indrømme, at jeg prøvede andre retninger før jeg valgte psykologien og det jeg arbejder med i dag.

Hvad ville du ellers have læst/lavet?

Det er et sjovt spørgsmål, for det antager, at valget er truffet, og at rejsen er bestemt. Selvfølgelig har jeg valgt psykologi, men jeg ser en uddannelse inden for psykologi som en mulighed for at lave næsten alt. Jeg fortæller mine studerende, at det er fantastisk, at de har valgt at læse psykologi, fordi det giver så mange muligheder. Psykologi er nemlig relevant i alle sammenhænge, så længe der er mennesker involveret.

Da jeg gik fra at være adjunkt til lektor i 2017, gik det op for mig, at jeg vil komme til at arbejde med forskning resten af mit liv. På det tidspunkt havde jeg en god karriere som ekspert inden for psykometri. Jeg havde publiceret over 20 artikler i højt respekterede tidsskrifter og havde et meget stærkt netværk både i Danmark og internationalt set. Men der var noget, som trak mere i mig end psykometri. Jeg havde et projekt i gang, hvor jeg arbejdede med læring, teknologi og simulationer. Men jeg vidste faktisk meget lidt om emnet på det tidspunkt og havde ikke noget netværk inden for området, hverken i

Danmark eller internationalt. Men jeg satte og bestemte mig for, at jeg ville ændre min retning fuldstændigt. Jeg sagde nej til alt, som handlede om psykometri. Min vision var at udvikle læringsmaterialer og teknologier, som kunne gøre læring tilgængeligt for de mennesker, som ikke har adgang til det, har svært ved det eller ikke er inspirerede af de eksisterende materialer og tilbud. Det har været svært, men det er i løbet af de sidste 6 år lykkedes mig at opbygge *The Virtual Learning Lab* (virtuallearninglab.net), som er den mest produktive forskningsgruppe i verden inden for området virtual reality og læring. Vi arbejder i dag, med skoler, gymnasier, universiteter og institutioner som Kommunernes Landsforening og Undervisningsministeriet, på at udvikle og forstå brugen af teknologier i undervisningssammenhænge. Vi arbejder også med firmaer, som Mærsk og Novozymes, på at udvikle træningsmaterialer. Og jeg arbejder sammen med nogle af de mest anerkendte forskere i verden, som fx prof. Richard Mayer fra University of California Santa Barbara, på at udvikle viden om læringsteknologier. Som ekspert i hvordan *immersive* teknologier påvirker læring og adfærd, og med den ændring i samfundet, hvor meget begynder at foregå online, er det helt tydeligt for mig, at der er behov for at tage endnu et skridt. Der er store udfordringer som klima, sundhedskriser og flygtningekriser, hvor det er tydeligt, at min ekspertise inden for hvordan vi kan skabe empati og påvirke menneskers motivation, læring og adfærd kan spille en endnu større rolle i forhold til at udvikle metoder og interventioner, som kan tackle de udfordringer og gøre verden til et bedre sted. Så for at vende tilbage til spørgsmålet, forventer jeg, at jeg kommer til at arbejde med helt andre udfordringer og områder om 10 eller 20 år, og jeg glæder mig til den spændende rejse, og den læring som jeg kommer til at få.

Hvordan vil du beskrive fagets udvikling, fra da du læste til nu?

Der er sket meget inden for mange områder af psykologien, men da jeg primært arbejder med pædagogisk psykologi, synes jeg, at den største forskel er den store rolle, teknologi spiller i vores liv i dag, sammenlignet med da jeg læste psykologi. Jeg havde for eksempel ikke nogen teknologiske redskaber; hverken computer i klassen og i hvert faldt ikke en smartphone. Det er meget anderledes i dag, hvor vi er vant til, at vi altid har devices ved hånden, så vi konstant bliver bombarderet med informationer, muligheder og nyheder. Det har selvfølgelig et forstyrrende element, og i min forskning har jeg arbejdet meget på at undersøge faktorer som fx kognitiv overbelastning fra brugen af teknologier. Men det kan også åbne verden op for muligheder, som for eksempel at være sammen selv om vi er fysisk meget langt væk, og at opleve og lære om ting, som ellers ville være for dyre, farlige eller umulige at opleve i virkeligheden. Vi oplevede, at vi blev tvunget til at finde nye måder at lære og være sammen på under coronakrisen i løbet ►

af det sidste års tid, og selv om mange af tingene igen er tilbage ved normalen, er der meget som er forandret og aldrig kommer til at være det samme.

Hvordan tror du, studiet/faget ser ud om 20 år?

Jeg ser to overordnede områder, hvor psykologi kommer til at spille en fundamental rolle inden for de næste 20 år. Det første er relateret til den helt overskyggende udfordring, som kommer til at påvirke os de næste mange år; nemlig klimaforandringer. Her har vi brug for teorier, metoder og interventioner, som giver os en dybere forståelse for de mekanismer, som kan ændre vores adfærd samt hjælpe mennesker med at cope med en ny virkelighed og indgå i diskussioner vedrørende migration, sundhed og andre globale udfordringer. Den anden store ændring jeg forudser, omhandler den digitale verden, som kommer til at spille en endnu større rolle i vores liv over de kommende år. Psykologi kan spille en stor rolle i at udvikle viden og metoder, som hjælper os med at bruge de muligheder, teknologi giver, men også med at skabe viden om, hvordan en teknologisk virkelighed kan have negative konsekvenser for vores velvære. Jeg glæder mig til at lære mere om dette og være med til at inspirere en ny generation af psykologer til at takle nogle af de kommende udfordringer og muligheder, så vores fag kan spille en større rolle i samfundsdebatten om menneskelig sundhed og velvære.

Hvad er de tre bedste ting i din hverdag?

Jeg elsker min familie. Jeg har tre børn: Elias (11 år), Sebastian (8 år), og Silke (5 år). Jeg er stolt af dem. De er ligeglade med, hvad jeg laver på arbejde, men synes, at det er fantastisk, at jeg arbejder et sted, hvor de kan få gratis kakao, og hvor jeg altid har en bastogne kiks klar. Jeg elsker også at arbejde med dygtige studerende og unge mennesker i min forskningsgruppe. Vi er heldige, at vi kan undervise så engagerede og dygtige studerende på psykologi, og mange dygtige studerende vælge at arbejde i min forskningsgruppe. Jeg er stolt af, at vi har et udviklingsmiljø, hvor studerende får muligheder for at tage ansvar og udvikle kompetencer og få stærk forskningserfaring,

som de kan bruge videre i deres karrierer. I løbet af det sidste år, er medarbejdere fra min forskningsgruppe blevet headhuntet til stillinger i Apple Research i Los Angeles, som adjunkt på IT-Universitetet, som post-doc på Institut for Statskundskab på KU og til en stilling i Unity. Det viser, at dygtige mennesker vælger at arbejde i vores gruppe, men også at de får nogle gode kompetencer, som gør, at de kan tage videre til rigtig spændende stillinger. Slutteligt elsker jeg at rejse og komme væk fra rutiner og se verden fra andre vinkler.

Hvad ville du sige til dig selv som studerende, hvis du kunne vende tilbage til din studietid?

Du er faktisk meget dygtigere, end du tror. Jeg kan ikke understrege nok, hvor dygtige alle de mennesker som jeg har fornøjelsen at arbejde med er. Det tog mig faktisk langt tid at opdage alle mine kompetencer, og hvor meget jeg kan bidrage med. Det er også dejligt at have en lang rejse, hvor man opdager sine styrker på vejen, men jeg tænker, at det kunne have været fedt at have en, som havde sagt det på en måde, hvor man troede på det den gang. Jeg tror, at mange studerende har det sådan, og derfor er det vigtigt at komme ud og afprøve nogle af sine kompetencer i en virkelig anvendt kontekst, så man kan opleve, hvor meget man kan byde ind med.

Hvem skal have stafetten af dig?

Jeg vil give stafetten videre til Karen-Inge Karstoft. Hun er meget dygtig og ny på vores institut, så det vil være godt at gøre de studerende opmærksomme på hende og høre hendes tanker.

Mange tak for muligheden for at dele nogle af mine tanker.

En stor tak til Guido Makransky ■

Har du et spændende studiejob,
erfaringer fra praktik, oplevelser fra
et udvekslingsophold eller noget helt
fjerde, som du gerne vil dele?
Så skriv til redaktion@indput.dk.
Næste deadline er d. **16. november**

2020'ernes psykologer

Af Ditte Marie Thiemer Hilbert, stud.psych. og Karen Damgaard, stud.psych.

Illustration af Ditte Marie Thiemer Hilbert, stud.psych.

For nogle psykologistuderende akkompagneres forestillingen om en fremtidig beskyttet titel som *psykolog* af et tydeligt billede af *psykologrollen*. Måske du ser dig selv siddende i en behagelig lænestol over for en bevæget klient? Måske du ser dig selv stå gestikulerende foran en skare af forretningsfolk? Måske du ser dig selv pludre med et spædbarn? Måske du ser dig selv med blikket fikseret på et hjernescanningsbillede? Eller skrivende tykke bøger om kroge i hjernebarkens dybe fuger? Måske du ser dig selv som del af et efterforskningshold i tunge kriminalsager? Eller som én, der giver mennesker muligheden for at få nye perspektiver på parforholdet?

På studiet bliver vi præsenteret for eksempler på, hvad psykologrollen kan være. Og igennem studiejobs, medier, venner, bekendte og kurser møder vi fortsat flere og flere bud. Men der er mange psykologiuddannede i verden, og derfor vil der formentlig fortsat være eksempler på psykologer, der befinder sig i og udfører jobs, som vi ikke er stødt på før.

Det er intentionen bag denne artikelserie; at give yderligere bidrag til bunken af eksempler på, hvad psykologrollen kan være for én. Samtidig er det særligt ønsket om at præsentere eksempler på psykologer, hvis roller placerer sig i de klassiske forståelsers yderkroge, i grænselande eller nye territorier, selvom en sådan rummelig metafor lægger op til, at vi kan definere fagligheden inden for nogle faste rammer. Hvilket kan vise sig at være svært.

De eksempler, som præsenteres i denne serie, vil i udpræget grad være psykologer / psykologiuddannede, der arbejder tværdisciplinært. Og nogle vil ikke være blege for at forene et politisk engagement med en psykologpraksis. Håbet er, at der vil være eksempler på roller, som ikke alle studerende allerede er blevet bekendt med gennem psykologistudiets fag.

Måske har du lige taget hul på dit første semester, eller måske nærmer du dig afslutningen af din uddannelse. Men tiden det tager os at få fat i den beskyttede titel *cand.psych.*, behøver ikke hindre os i at tænke lidt på, hvad man herefter kan anvende titlen til.

Læs med på de næste sider og i de kommende udgivelser af Indput.

Interview med Johanne Konnerup Schwensen

Om at lade drømme navigere, at være iværksætter og at arbejde som klinisk psykolog

I denne tredje del af artikelserien møder vi Johanne Konnerup Schwensen, der arbejder som klinisk psykolog.

Umiddelbart efter at være dimitteret som cand.psych. fra Københavns Universitet i 2013, tog Johanne til Berlin. Her boede og arbejdede hun i en årrække og var blandt andet medstifter af den onlinebaserede terapiplatform *It's Complicated*, hvor klienter har mulighed for, på detaljeret og overskuelig vis, at blive matchet med og udvælge en psykolog eller terapeut.

At arbejde som klinisk psykolog i Berlin har lært Johanne at følge sine drømme, både inden for og uden for terapilokalet, og i byen fandt hun inspirerende fagfæller og et internationalt fællesskab af praktiserende psykologer. At starte som selvstændig psykolog og være med til at udvikle og starte praksisfællesskaber, både fysiske og onlinebaserede, har fået Johanne til at indse, at iværksættere kan være udtryk for meget andet end neoliberal tanke- og praksisform. Og i Berlin har Johanne oplevet nogle af de potentialer, som tværfaglighed og kulturel diversitet blandt klienter og psykologer kan rumme.

Indput har taget en snak med Johanne om at vælge at bosætte sig og arbejde i Berlin, om at se sin karriere udvikle sig fra en kaffeaftale, om at starte egne projekter, en selvstændig praksis som nyuddannet psykolog, og om hvordan nysgerrighed kan være helt centralt.

Færdiguddannet og fri

"Jeg havde egentlig slet ikke regnet med, at jeg skulle arbejde som psykolog i Berlin", lægger Johanne ud med at fortælle. Hun blev færdiguddannet som 24-årig, og efter mange år i den akademiske verden, trængte hun til en pause og "til at arbejde på en café og feste lidt".

Men der gik ikke lang tid, før Johanne mærkede nysgerrigheden: *"Jeg kunne ikke lade være med at google skandinaviske og danske psykologer i Berlin, og jeg fandt to – Jakob Lusensky, som er jungiansk psykoanalytiker, og Rebecca Trojaborg, som er en kognitiv psykolog fra Københavns Universitet. Jeg skrev til dem begge og spurgte, om de havde lyst til at drikke en kop kaffe, og det ville de gerne begge to".*

Allerede her mærkede Johanne, at hun var landet et sted med en særlig energi, for kaffemøder udviklede

sig hurtigt, og Rebecca Trojaborg blev Johannes supervisor og mentor, mens Jakob Lusensky blev hendes samarbejdspartner, som hun hurtigt igangsatte de første projekter med: *"Han er virkelig kropsliggørelsen af en hel masse idéer og drømme. Vi havde et mere løst samarbejde, der i første omgang bestod af, at jeg hjalp ham med at lave events i restauranter og barer, som hed "Psychoanalysis on the streets", som egentlig endte med at handle om psykologi i det hele"* ▶



taget, og hvordan det overlapper med politik og kunst og kultur. Inspirationen var de gamle psykoanalytikere, der holdt store fester hvor deres patienter deltog, og hvor det hele var meget mere socialt – som et brud på det afsondrede terapirum”.

Samarbejdet udviklede sig til et praksisfællesskab, hvor Johanne havde en koordinerende rolle med ansvar for forskellige arrangementer og dertil havde sine egne klienter. Efter et ideologisk brud med de øvrige i praksisfællesskabet, startede hun med Jakob et praksisfællesskab, som hurtigt voksede til 12 terapeuter, som arbejdede på tværs af terapeutiske retninger hvor både psykodynamiske terapeuter, gestaltterapeuter, kognitive psykologer og psykoanalytikere var repræsenterede. Efterspørgslen på et internationalt fællesskab, både blandt klienter og psykologer, var stor, og hurtigt oplevede praksisfællesskabet, at pladsen var trang:

”Det var grunden til, at vi begyndte at tænke, at der måtte ske noget nyt. Det føltes så naturligt og let for os at

skabe dette fællesskab, så vi tænkte, at vi måtte bringe det online. Og så fandt vi ud af, at der i etagen over os boede et web-agency. Vi spiste frokost med dem og forklarede dem, at vi oplevede dette behov, og det virkede egentlig ret ligetil”

Frokostaftalen faciliterende forbindelsen mellem psykologfællesskabet og onlineuniverset, og snart var platformen *It's Complicated*, som Johanne for sjov kalder ”*Tinder for terapi*”, en realitet.

At forholde sig til forskelligheder og overskueliggøre en jungle

Med interesse for eller blot indblik i klinisk psykologi, hører vi som studerende før eller siden os selv anvende udtryk som ’den terapeutiske alliance’, ’match mellem klient og terapeut’ og ’non-specifikke faktorer’. Som klinisk psykolog opfatter Johanne ”alt det her fluffy, der gør, at man kan forbinde sig til et andet menneske, en fagfælle eller en klient” som fuldstændig centralt. Og platformen *It's Complicated* er overordnet set en måde at tage den terapeutiske alliance seriøst: ”Det er det, vi har gjort mest ud af. Der er så mange filtre og søgekriterier som f.eks. ”provider identity” så man ikke skal side og scrolle for at finde en terapeut, som er queer eller sort, eller hvad der end betyder noget for én som klient”.

På platformen kan man som privatpraktiserende psykolog og terapeut skrive sig op til et månedligt medlemskab, der både giver mulighed for at udføre onlineterapi igennem siden, og klienter mulighed for at finde egnede psykologer og terapeuter. De relativt mange filtre og søgekriterier reflekterer i Johannes optik en udvikling, der inden for de seneste år har været at se inden for den kliniske psykologi, men som måske er særlig tydelig i en by som Berlin. Johanne beskriver byen som ”et Mekka for kultur og forskelligartede terapiformer” og fortæller, at størstedelen af de psykologer og terapeuter, der var en



del af hendes praksisfællesskaber i byen, arbejdede politisk i et eller andet omfang og var folk med dybere kulturel indsigt. Mange af de psykologer og terapeuter, hun har mødt, har forholdt sig autentisk til deres egen identitet, referenceramme og erfaringsområder, hvorfor det syntes meningsfuldt at tilbyde klienter et sted, hvor det tydeligt fremgår, *"at de booker en tid med en normkritisk psykolog, der måske selv er polyamorøs og queer og på alle mulige måder er politisk"*.

Foruden sit eget projekts hensigt med at gøre en jungle af terapietninger og -karakteristika mere tilgængelig for klienter, ligger der også en intention om at fordre fællesskabsfølelser blandt psykologer og muliggøre erfaringsdeling på en platform uden for eksempelvis Facebook. Johanne fortæller, at en blog og en podcast understøtter communitydelen af *It's Complicated*, som *"hele tiden – i hvert fald på det tankemæssige plan – har været i højsædet"*. Hun uddyber: *"Hvis vi havde et hold af udviklere – vi er kun 4 der sidder og arbejder på projektet i vores fritid – så ville vi allerede i morgen lave noget Reddit-agtigt. Et forum hvor psykologer kunne forbinde sig til andre psykologer inde på platformen – og tage de samtaler, der normalt sker på Facebook ind på platformen. Bloggen og podcasten forsøger på en måde at belyse, hvad der sker i terapeutgruppen og at give dem to talerør"*.

Sparring og tværfaglighed

Muligheden for at have faglig sparring er helt centralt for at have en klinisk praksis, mener Johanne, der som andre har oplevet, hvordan det kan være en ensom affære at være privatpraktiserende psykolog. Og netop det fælles prioriterer hun også, når det kommer til supervision, hvor Johanne finder 'peer-supervision' inspirerende med blandt andet muligheder for at arbejde med reflekterende teams og med temaer på tværs af klient-cases. Overordnet oplever Johanne, at tværfaglighed næsten udelukkende rummer potentiale, og da vi spørger til hendes drømme for den kliniske psykologi, er svaret klart: *"Jeg drømmer om en lidt mindre elitær stemning omkring vores fag og en lidt mere omfavnende og udvekslende og tværfaglig stemning"*.

I sin egen praksis kombinerer hun da også forskellige terapietninger. Den narrative terapi reflekterer Johannes teoretiske ståsted i poststrukturalismen og socialkonstruktionismen og er for hende en konkret måde at inddrage et politisk fokus i terapilokalet: *"Jeg tænker meget på socialkonstruktionismen som den måde, jeg ser skabelsen af mine klienters problemer, og den måde, jeg plotter alt ind i en social kontekst. Det giver mig en nysgerrighed i den retning. Og poststrukturalismen er mere den retning, der fortløbende hiver mit blik lidt op, så jeg kigger på mine klienter og min praksis med lidt politisk afstand; hvilke strukturer taler vi ind i og er oppe imod?"*

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) er også en ret-

ning, som Johanne læner sig op ad i sin praksis. Og også med greb fra ACT er hun i stand til at have et politisk blik i sine samtaler: *"Her kommer det til udtryk i værdiarbejdet og i forhold til at tænke på alle de selvkritiske tanker og alt det ubehag, som muligvis ubevidst er informeret af diskurser og normative forestillinger om, hvordan man er en god ansat, en god partner, en ideel det ene eller det andet"*.

Det politiske blik er for Johanne altså både til stede i terapilokalet og i arbejdet med *It's Complicated*, hvor hun er med til at synliggøre den diversitet, der findes blandt terapeutiske retninger og erfaringsområder for forskellige psykologer og terapeuter. Ønsket er, at denne synliggørelse derved er med til at gøre terapi tilgængelig for så divers en klientgruppe som muligt.

Foruden dette, viser den politiske bevidsthed sig også i Johannes privatliv og i drømmen om at føre et bæredygtigt liv.

Iværksætter og insisterende på sin fritid

"Jeg er vildt afhængig af mine venner, og hvis der skal være plads til dét og til et familieliv med to børn og til at læse skønlitteratur og lave alle de ting, jeg gerne vil lave, så er det umuligt at arbejde mere end 30 timer om ugen"

Sådan fortæller Johanne, da snakken drejer sig ind på at finde balance mellem arbejds- og privatliv. At praktisere i Berlin har lært Johanne at følge sine drømme i forhold til, hvordan hun fører sin praksis, og så har det givet hende en god tro på egne evner til at gøre arbejdslivet på sin egen måde og på egne præmisser. Og tiltroen til at turde indrette arbejdslivet efter egne behov har Johanne taget med sig hjem til Danmark:

"I Berlin var det vildt nemt at leve et bæredygtigt liv – institutioner er gratis, huslejen er billig. Jeg anbefaler alle de psykologer, som er interesserede i at bo i Berlin, at prøve det. Selv når jeg arbejdede 10 timer om ugen til en rørende billig pris for terapien, havde jeg råd til at gå ud og spise. Og det giver jo en enorm frihed. Nu skal der selvfølgelig lidt mere til, efter at vi er flyttet hjem til Danmark. Det kræver mere end 10 timer om ugen. Men jeg tager det, jeg har lært, med mig. Eksempelvis ved at insistere på en 30 timers kontrakt og ved at gå mindre op i de ting, som koster penge, som jeg lærte ikke at gå op i, da vi boede i Berlin. Jeg er blevet lidt mere en krejler, og vi lever nok billigere end de fleste".

Frihed og fleksibilitet finder Johanne også i onlinefællesskaberne, som allerede har præget en stor del af hendes arbejdsliv og formentligt vil blive ved med at være en del af det fremover. Hun ser, at corona-pandemien har været med til at normalisere onlineterapiformatet, og pointerer, at både onlineuniverset og iværksætteri er noget, som privatpraktiserende psykologer i en eller anden grad er nødt til at forholde sig til i 2020'erne: ►

"De fleste psykologer, hvis de skal have held med at have deres egen private praksis, er jo nødt til at tænke lidt på marketing og andet, der lugter af iværksætteri. Man behøver ikke at vide alt, men hvis man ikke vil netværke helt vildt meget og gå på kompromis og bruge alt for meget tid på andet end terapi, så er man nok nødt til at finde en form for online fællesskab, hvor man kan henvise på kryds og tværs".

Iværksætteri er ikke noget, vi bliver skolet i på psykologistudiet, og kan for nogle måske være forbundet med en vis berøringsangst. Skal man have meget spidse albuer og beherske et sprog, som kun undervises i på CBS, spørger vi forsigtigt? Slet ikke, forsikrer Johanne os, for faktisk kan det være en enorm fællesskabelig og kreativ proces. Desuden har udviklingen af egne psykologfaglige projekter og praksisfællesskaber foregået i et tempo, der var til at arbejde med, når hun også har insistet på sin fritid og sit familieliv: *"Iværksætteriet har i løbet af de 8 år, jeg har arbejdet som psykolog, været ret stille og roligt. Jeg har ikke været interesseret*

i at tage imod investeringer fra 'venture capitalists'. Det kunne da være sjovt at se, hvor projektet ville kunne ende, hvis der kom en stor pengepose, men når jeg har læst op på, hvad det egentlig forpligter mig til, så har jeg tænkt, at det kan jeg simpelthen ikke leve med".

Iværksætteriet er for Johanne altså tæt forbundet med bæredygtigheden, der står centralt i hendes privat- og arbejdsliv. Og gennem snakken med Johanne er det blevet tydeligt, hvordan det at følge sine drømme og søsætte egne projekter ikke

nødvendigtvis behøver at være forbundet med hurtigt tempo og ét individs selvstændighed, men kan forenes med et roligt tempo og en kreativitet, der først og fremmest er spiret frem fra fællesskaber og møder på tværs af kulturelle og faglige skel.

Johannes anbefalinger til psykologistuderende

"Jeg vil gerne anbefale "Gifts of Therapy" af Irvin Yalom og "On being a therapist". De har givet mig rigtig meget, og jeg har læst dem igen og igen"

"Jeg er vild med "Maybe you should talk to someone" (af Lori Gottlieb, red.). Jeg synes, at det er enormt relevant at huske på, at for at være en god psykolog, så giver det mening at brede sit blik ud og kigge på resten af verden. Her er det en psykolog, der skriver om sin lange, brogede vej til psykologien, og hvordan det er at være psykolog, når man har livskrises"

"Husk på, at det, der gør en god psykolog, ikke er, hvor meget man får læst, men de oplevelser, man akkumulerer. Og hvor nysgerrig, man formår at være. Dyrk det nysgerrige blik, uanset om det gøres gennem konferencer, fester, udflugter eller andet".

"Jeg er ikke særlig modig. Tværtimod er jeg stor tilhænger af at starte i det små, skabe en lille praksis, der betaler regningerne, så man har mulighed for at sætte tid af til at arbejde på noget, der måske ikke giver afkast i første omgang" ■

Du kan følge med i Johanne og Jakobs arbejde på

www.complicated.life og
www.mittelweg50.com

Du kan desuden læse mere om Johannes mentor og supervisor Rebecca her:

[www.cbtberlin.com/
about-cbt-berlin](http://www.cbtberlin.com/about-cbt-berlin)

GLAS

Af Mathias Baagø Tybjerg, stud. psych.

Jeg har et billede på min nethinde; måske nærmere en videosekvens. I starten var det meget svært at beskrive, men det har efter gentagelser skabt et manifesteret ekko.

Jeg står foran en 8x8 meter massiv glasrude. Den omslutter hele mit perspektiv, så selvom jeg egentligt burde kunne se rammen, registrerer jeg den ikke.

Jeg er i et oplyst rum, alt imens mørket vælter rundt på den anden side af glasset.

Distræt og opslugt af min egen væren

Skulle jeg vælge ét sted, ville lufthavnens glasbeklædte terminaler være mit bud

I glasset foran mig panoreres

1. det som ligger derude, forude, på den anden side af ruden, i mørket
2. min egen horisont og baggrund, som udspiller sig i genskæret

Fortid og fremtid integrerer sig,

i 2-3 centimeter transparent nutid

En overgangsfase, der registrerer sig i min bevidsthed

Jeg har altid undgået spejle,

men beklædt i glas er jeg en camoufleret narcissus

Hvem der bare kunne forvandle sig til en påskelilje og altid nikke op mod solen

På samme måde, som jeg begriber bagsiden af en bygning selvom mine øjne kun opfanger dens facade. På samme måde udspiller forsiden og bagsiden af mit liv sig samtidigt i et fælles univers.

Jeg forskyder mine pupiller til venstre

Bag mig falder huse og drømme sammen

Indimellem min gråblå iris

Imens byggepladsen starter op på ny

Det føles som om jeg lægger vejen

efter jeg har gået på den

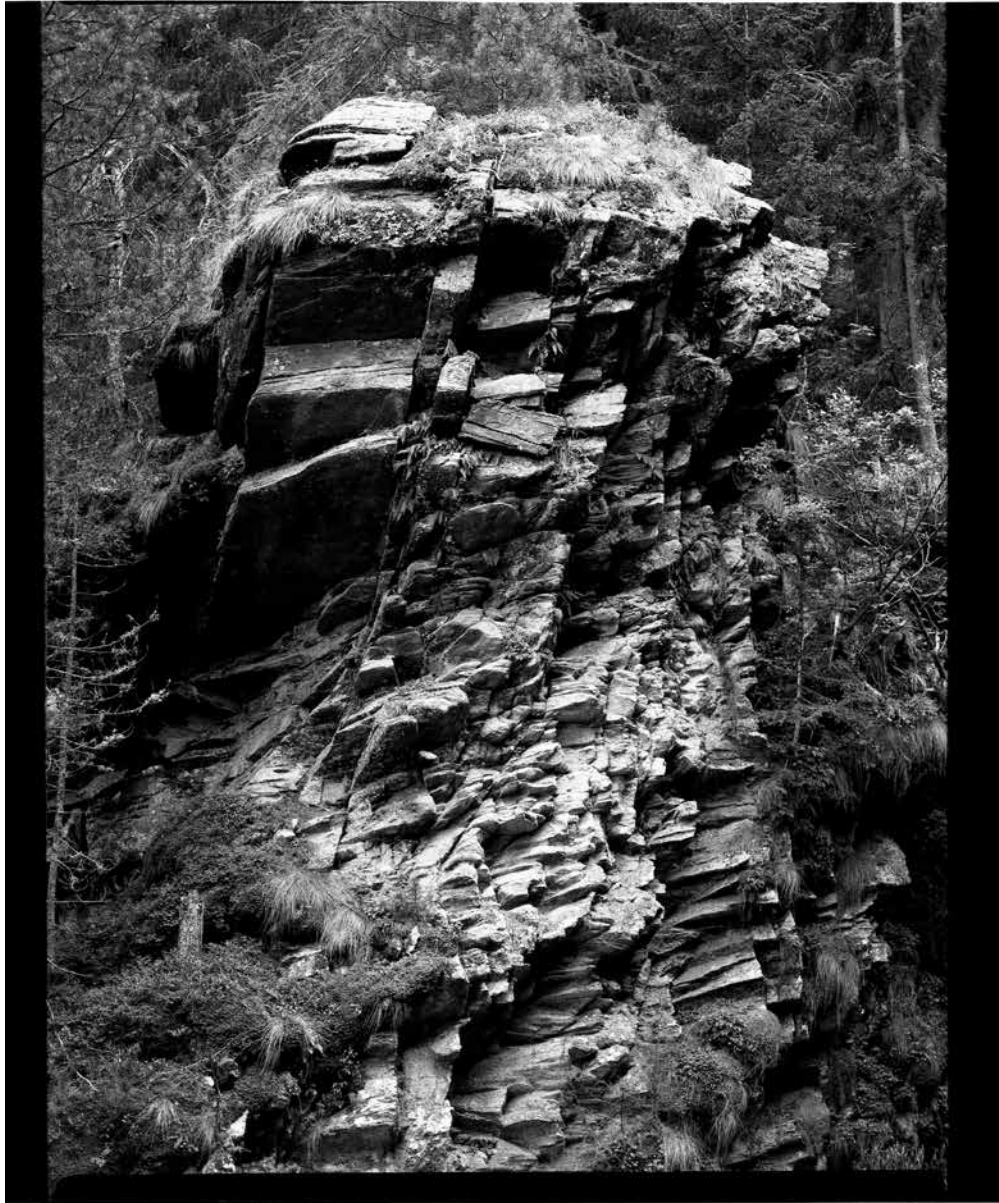
De sidste par år har jeg været enormt optaget af min fortid. Det har været båret af nysgerrighed, men det er også for at udfylde nogle tomme huller i forståelsen af mit nutidige jeg. Det har været som at lede efter de sten, som skulle brolægge mine fremtidige stier. Jeg havde håbet på mere klarhed end hvor jeg står nu og har heldigvis fundet nogen som har skrevet en bog om at læse barnet i sin nutid. Måske følger jeg op på tvivlen, når jeg er blevet lidt klogere. ■

TEMA DRØMME



Af Ida-Marie Haeusler, stud.psych.

MENNESKET ER



Af Hans-Jørgen Hersoug, stud.psych.

Illustration af Hans-Jørgen Hersoug, stud.psych.

UDØDELIGT

Det er hverken efterår eller sommer. Den glinsende mand ved siden af mig i fitnesscenteret har i spejlet holdt kraftig kold øjenkontakt med sig selv i flere minutter. Han ser sådan lidt død ud. Han minder mig om mine stueplanter. De kan også se underligt kede af det ud. Klokken er 14:43. Det er blevet tirsdag. Jeg har indtaget alt for meget koffein til at kunne koncentrere mig. Jeg skal skrive om dødelighed.

Simone de Beauvoir skriver i *Alle mennesker er dødelige* om Régine, der med sin flyvske tilværelse som skuespiller, repræsenterer den flygtigste af alle kunstarterne. Den forsvinder i det øjeblik, hun går af de skrå brædder. Karaktererne fødes, de lever og de dør. Efter tæppefaldet er der intet tilbage af dem udover hukommelsens rekonstruktioner. Hun sætter ikke noget varigt aftryk. Hvis nu bare hun lavede skulpturer i marmor, så ville hun i det mindste overleve i materialerne. Régine sørger over tabet af de mere gloværdige udgaver af hende selv. Hun lever kun, når hun er på scenen og dør derfor hver aften.

Ind kommer Fosca, den udødelige mand. Han har i mange hundrede år på Jorden forsøgt sig med livet. Han har været borger under det tyranniske styre i 1200-tallets Italien. Han er gået sammen med resten af parnasset i byen, væltet hertugen og selv overtaget tronen. Han har levet længe nok til selv at blive opslugt af magten og forsøgt væltet af andre. Han har ladet sig vælte og bevæget sig videre. Han har elsket, mistet, vundet, tabt og alt derimellem. Fosca har ligesom den teknologiinducerede optimisme fra det tyvende århundrede stukket næsen i hvad som helst med troen på at kunne skabe en bedre verden. Trods de raserende verdenskrige kom optimismen igen for at forsvinde med atomangsten og efterfølgende genopstå endnu en gang. Ligesom optimismen synes at forsvinde, da FN udgav klimarapporten i 2021, mistede Fosca efter nogle hundrede år eksistensen. Denne gang kom optimismen ikke igen. Udødeligheden var blevet et fængsel, for hvad nyttede det hele, hvis det aldrig endte. Fosca er inkarnationen af eksistentiel apati, og han er udødeligt ligeglad med alt. Så han venter, venter og venter og lever derfor ikke. Fosca forelsker sig i Régines ukuelige dødsangst. Hun elsker ham, fordi han er udødelig, for hvis han husker hende, så bliver hun det selv. Sådan lever de sammen på hver deres fornægtende side af eksistensen. Hvor Fosca lader sig flyde

med strømmen i tilværelsens flod, står Régine benægtende med vand til over skuldrene og kæmper imod strømmen fra sin uundgåelige skæbne. Der ligger noget liv i at være bange for døden.

Fritz Perls, en af ophavspersonerne til gestaltterapi, skriver i bogen *The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy*, at det moderne menneske i almindelighed ikke lider specielt meget, men det ved heller ikke ret meget om det sande, skabende liv, hvilket er enormt lidelsesfuldt. Verden tilbyder mennesket uhyre mange muligheder for berigelse og glæde, men alligevel vandrer det formålsløst omkring uden virkelig at vide, hvad det ønsker og er derfor fuldstændigt ude af stand til at finde ud af, hvordan det skal opnå det. Ligesom Fosca hos Beauvoir og min sidemakker i fitnesscenteret, går det moderne menneske igennem en forfærdelig masse ting, men dets ansigtsudtryk angiver en mangel på enhver virkelig interesse i, hvad det foretager sig. Det er vældigt dygtigt til at tale om sine besværligheder og enormt dårlig til at klare dem. Vi har, ifølge Perls, erstattet selve den levende livsproces med psykiatriske, videnskabelige og pseudo-psykiatriske forklaringer på livet.

Det er jo ikke så vidunderlig en nyhed. Det moderne menneskes følelsesløshed har måske resulteret i, at vi har taget Foscas udødelige apati overfor tilværelsen på os? Kan det ikke være grunden til, at klimakatastrofen får lov til at brage derudaf med hidtil uhørt kraft, og at vi da taler om det, og at vi da gør noget, men vi gør jo ikke rigtigt noget. Der har været tale om at besætte nærværende psykologistudie i protest over genstridige ændring af pensumlister og reduktionistisk ensretning af hele studiet. Mange er sure over det, alle taler om det, men der bliver ikke gjort noget. Klimakrisen bliver betegnet som et såkaldt *hyperobjekt*. Den er så omsiggribende, at den bliver uforståelig for den stakkels almindelige borger, og derfor kan de arme mennesker slet ikke finde ud af at gøre noget som helst. Klimakrisen kan ikke mobilisere nok vrede og aktion, fordi konsekvenserne ikke er synlige. Smag lige på det. For at forstå det skal vi åbenbart have det stukket så langt op i næsen at ruden dugger. Hyperobjektivisering er måske den ultimative akademisering, for klimakrisen er jo ikke usynlig. Det er ikke min hensigt at påstå, at klimakrisen ikke er kompleks, for det er den. Men at kalde den uforståelig ►

og usynlig i enhver form; det er forkert. Vi kan godt *vælge* at beskrive dens uendelige facetter, og ja det er uoverskueligt, men klimakrisen er da noget af det mest håndgribelige overhovedet. Der skal gøres mindre. Vi skal udlede mindre. Det er konkret, og det er ikke *hyper*. Det er ikke usynligt. Klimaforskere råber op om krisens konsekvenser og vil bare ønske, at de dumme borgere fik et mere konkret billede på krisen. Der er helt ærligt konkrete tegn over alt. Meget håndgribelige og naturkatastrofale tegn på menneskets forgængelighed. Vi ved det godt, og vi kan godt se det. Vi vælger bare ikke at gøre noget, fordi vi føler os udødelige.

90'erne har ikke levet forgæves, og der er en stødt og stædig tro på, at det hele nok skal gå. Der er store dele af DTU, der mener, at vi skal opfinde os ud af krisen. At vi blot skal overleve længe nok til, at der bliver opfundet teknologi, der fjerner problemet. Jeg bliver bekymret for følelsen af udødelighed, når den ikke fremtræder i fiktionen. Gordon E. Moore, stifteren af Intel, forudsagde i 1965, at mængden af transistorer i et integreret kredsløb vil fordobles hver 18. måned. Den forudsigelse har nogenlunde holdt vand lige siden da. Det vil sige, at et memorykort på størrelse med en fingernegl hver 18. måned vil fordoble den mængde plads, den kan indeholde. Tænk på den iPod du havde i folkeskolen eller den første smartphone, du ejede. Der var langt mindre

plads på telefonen. Der er garanteret meget mere plads på din nuværende telefon, og den er måske endda blevet mindre. Udødeligheden ligger i antagelsen om, at vi grundet Moores lov vil udvikle videnskaben til et punkt, hvor computerne vil redde os. Er de løsninger ikke langt mere komplicerede? Er teknologiens singularitet og fordoblingskoefficient ikke nærmere et hyperobjekt, end klimaforandringerne? Alle de krumspring vi som art forsøger på at lave bare for at slippe for at forholde os til, at vi skal dø. Hvis vi i det mindste bare accepterede det. Vi er ved at ødelægge Jorden for os selv, og her står vi som min 3-årige nevø ville gøre det og skriger på, at legetøjet tilhører ham og ingen andre. Vi vil hellere genspejle en elefant for at skabe biodiversitet, end at redde de arter der allerede er. Moores lov er et passivt fænomen, som hele verden har taget til sig i den blinde tro på, at den eksplosive udvikling vil redde os. Vi har været indelukket i årevis på grund af en pludseligt opstået virus, og klimaet falder simpelthen sammen om ørerne på os. Ikke engang det kan fjerne den blinde tro på teknologien og den måde vi fornægtende klynger os til vores tænkte uforgængelighed. ■



EN DRØM OM FÆLLESSKAB

Af Maria Voulgaris Valeur, stud.psych.

Jeg drømmer, som mange andre, om en bedre verden. En mere inkluderende, bæredygtig verden. En verden, hvor konkurrence ikke er så dominerende, hvor ting gerne må gå langsomt. En verden, hvor der bliver tænkt over midlerne til at opnå målene, hvor naturen og Jorden ikke bliver negligeret til fordel for økonomisk kapital, hvor der tænkes mere i systemer, og hvor arbejdsprocessen bliver bæredygtig for alle mennesker. En verden, hvor vi ikke skal løbe så hurtigt. Hvor bløde værdier som omsorg bliver tillagt værdi. Men hvordan opnår vi det? Der er så meget at kæmpe for, og politikerne bliver ved med at negligere det, der synes allervigtigst. For hvor er den reelle, seriøse klimadagsorden? Hvorfor er der ikke en bedre normering i børneinstitutionerne? Hvor er solidariteten med sygeplejerskerne, især efter halvandet år med COVID-19, hvor de har været uerstattelige, eller med jordemødrene, der tager imod nye liv hver dag? Hvor er LGBT+ politikken efter Priden? Og hvad skal vi gøre, når strejke ikke er nok? Når demonstrationer ikke er nok? ►

Før jeg ydmygt vil udlægge et spædt håb om rammerne for, hvordan vi får en bedre verden, vil jeg pege på noget af det, jeg i lang tid har tænkt over, og som jeg ikke er den første der påpeger. Jeg vil vove at påstå, at noget af det, der skal ændres, før vi kan få et mere bæredygtigt samfund, er den gængse måde at forstå verden og os selv på. Lad mig prøve at komme det lidt nærmere. Den 12. september var jeg til Emma Holtens inspirerende foredrag "Feministisk Økonomi – Hvad er vi værd?" på Bremen Teater. Foruden at være en fremragende formidler, var hendes budskab også meget tydeligt: Økonomi er ikke de neutrale beregninger, den giver sig ud for at være. I den herskende økonomi fremkommer der et tydeligt billede af, hvem og hvad der er noget værd. Der er fokus på, at den enkelte handler ud fra egeninteresse, og derfor bliver der ikke givet plads til at se mennesket som relationelt forbundet – og det faktum at omsorgsarbejde gør alt andet arbejde muligt. Emma Holten lagde ud med at fortælle, hvordan kvinder bliver set som en *underskudsforretning* hos De Økonomisk Råd, da de både i 2013 og 2020 fremlagde, at man som kvinde modtager flere overførsler og offentlige velfærdsydelser og ergo giver underskud. Det tydeliggør forståelsen af, at opdragelse, tid brugt på skolehjemsamtaler osv. (hvilket det statistisk set hovedsageligt er kvinder, der tager sig af) ikke anses som værende noget værd – for kvinder skal modtage flere penge fra staten end mænd. Det der negligeres her, er betydningen af omsorg og relationalitet i forståelsen af, hvad der har værdi i samfundet. For, helt ærligt, psykologistuderende ved efter at have haft udviklingspsykologi, hvor vigtigt kontakt med primære omsorgspersoner er for barnet i de første leveår. Børn ville ikke kunne klare sig uden. Det er dét kvinder opgiver deres egenindtægt for, nemlig at sørge for, at børn bliver til mennesker, der kan leve i verden. Er det en underskudsforretning for samfundet? En anden ting er, at hvis mennesket altid handlede ud fra en økonomisk egeninteresse, ville de så vælge at få børn, når indkomsten statistisk set falder markant (for kvinder) efterfølgende? Sidste år målte Danmarks Statistik fx lige under 70.000 levendefødte børn i Danmark, så er logikken om egeninteresse holdbar? Ligesom man ikke kan beregne opdragelsens værdi, kan man heller ikke beregne sygeplejerskernes ekstra tid til smil, grin og omsorg, pædagogernes tid til at sidde lidt længere tid med det enkelte barn osv. i de økonomiske regnemodeller – langtidseffekten af omsorg og relationalitet kan simpelthen ikke medtages i ligningen. Det tillægges ikke værdi, fordi det ikke kan regnes i penge. Med andre ord, kan BNP som det conceptualiseres nu, ikke medtage effekterne, der først ses efter lang tid. Ligeledes tillægges naturen ikke værdi, og vores brug af den regnes ikke med – fordi det ikke medregnes i de økonomiske transaktioner, der sælges og købes for penge, nemlig i vores BNP. Alt det er problematisk. Forståelsen af hvad der er vigtigt, og ideen om hvordan den enkelte handler er problematisk. Så... hvad gør vi?

Da jeg blev færdig på gymnasiet i 2016, inkluderede dimitteringen, at vi sang 'I Danmark er jeg født'. Jeg husker tydeligt at kigge op fra det hvide pergament med sangteksten i vores festsal, se på min årgang, opleve vores stemmer, der blev indhyllet i hinanden, kraften i vores fælles røst. Oplevelsen af at gå på netop Bornholms Gymnasium, at være student derfra, identitetsmarkøren for os alle sammen, og det faktum, at en æra var slut, kunne mærkes da vores stemmer samledes som én. I forlængelse heraf er noget af det, jeg husker tilbage på med stor glæde og savn fra min højskoletid netop sang. Hver morgen samledes vi efter morgenmad, øverst i Grundtvig Højskoles vestligste bygning til morgensamling, der startede med en sang fra højskolesangbogen. Efter at have gået der i en rum tid, var der sange der gik igen, og det var ofte det, der bragte størst glæde hos mig. Oplevelsen af at kunne synge med på teksten, følge melodien sammen med 120 andre unge mennesker. Og måske tænker du, kære læser, hvad har sang med dette at gøre? Skal vi synge os til en bedre verden? Jeg vil ikke udelukke det, men pointen ligger i at være fælles om noget, at gøre noget sammen, *fællesskabet*.

Men – problematiserede jeg ikke demonstrationen og strejken, som også er måder at være sammen om noget, former for fællesskab, i starten af artiklen? Jo, det gjorde jeg. Måske er problemet, at det er blevet for forventelige og "legitime" måder at samles på for at udtrykke frustration. Det virkede engang, men vi må finde andre måder at handle på *sammen*. Og det kan synes uoverskueligt i en verden, der konstant individualiserer os, når vi skal konkurrere mod hinanden – individer, institutioner, virksomheder osv. imellem. Når det implicit er en selvfølge, at vi handler efter egeninteresse i de økonomiske logikker, samfundet er bygget op omkring. Når vi får at vide, at vi selv står til ansvar for vores egen fremtid og slider os selv op med diverse studie- og frivilligjobs ved siden af studiet. Eller bruger tid på netværksmøder, selvudviklingscoaches – *you name it*. Hvor det ikke synes som en *mulighed* at gøre noget andet, vælge noget andet, at stoppe op. Der kan det være svært at vælge fællesskabet, for i fællesskabet må man nogle gange afgive noget af sig selv for det fælles bedste. Til tider må man tilsidesætte egne behov og ønsker for noget fælles tredje. Men hey! Fællesskabet er så vigtigt, fordi vi netop er fælles, vi er ikke alene. Vi giver, fordi vi får så meget igen af det. Noget, der ikke kan måles i penge. Og vi står så meget stærkere sammen end hver for sig. Jeg er sikker på at hemmeligheden ligger *der*. I fællesskabet. Hvorfor føles det så godt at være tilbage på campus? Hvorfor er det så rart at kunne møde op til koncert og ikke bare se det på en skærm derhjemme? Fordi vi er samlet, fordi vi er *fælles* om *noget*. Jeg har ikke svaret på, hvordan fællesskabet skal handle for at skabe ændringer, men jeg vil gerne prøve at være med til at udlægge en mulig vej med andre. Jeg vil gerne tænke videre i fællesskab, for jeg er sikker på, at når vi tænker og handler sammen er vi stærkere. Vi skal bygge et samfund på det, der binder os sammen, sagde Emma Holten til sit foredrag. Jeg mener også, det er måden, vi skal ændre det på. ■

Drømmen om at kunne rumme alt

BOGANBEFALINGER. Da jeg som nyudklækket student skulle til at vælge, hvilken uddannelse jeg skulle hænge min hat på, var det særligt bredden og mangfoldigheden i psykologifaget, der lokkede mig. Jeg har altid været bange for at sidde fast i gentagelser og rutiner, og psykologi lignede et sted, hvor man kunne få lov til at boltre sig i mange forskellige arenaer og ikke mindst arbejde med alle slags mennesker. Jeg har tit stået hårdt på, at vi bliver psykologer i kraft af vores uddannelse og faglighed, og ikke i kraft af vores person og erfaringer. Det er derfor den enkeltes faglige formåen, der er afgørende for, hvad og hvem man kan arbejde med. Men når sandheden skal frem, så ved jeg jo godt, at selvom jeg drømmer om at være rummende og omfavnende, så kan jeg ikke rumme alt. Nu hvor jeg kun har et år tilbage af studiet, og ansvaret banker på døren, er der derfor særligt et spørgsmål, der trænger sig på: Hvis mit fag ikke sætter grænser for, hvem der skal rummes, hvor går grænserne så i *mig* for, hvem og hvad *jeg* kan rumme?

Selvom drømmen om at kunne rumme alt nok snarere er en utopi end et realistisk mål, så er det stadig værd at stræbe efter. I min verden giver skønlitteraturen mulighed for at få indblik i andre menneskers oplevelser af at have ondt i livet. Skønlitteraturen åbner for betydningen af den lille fodnote i diagnosemanualerne om diagnoseernes *heterogenitet* og oversætter den til virkelige menneskers levede liv. En bog ad gangen prøver jeg at flytte grænserne for, hvad jeg kan forstå og rumme. Her bringer jeg et udpluk af bøger, der har givet mig et indblik i andre menneskers oplevelser af, når livet gør ondt.



Af Johanna Mariam Madsen, stud.psych.
Illustration af Sandra la Cour, stud.psych.

***Mens vi venter på Bojangles* af Olivier Bourdeaut**

I den franske roman *Mens vi venter på Bojangles* fortæller en dreng om sin opvækst med sine forældre, hvis mål med livet er at have det så sjovt som muligt. Han vokser op i et hjem, hvor en sjov løgn værdsættes højere end den kedelige sandhed, og hvor moderen nægter at blive kaldt det samme mere end to dage i træk, så faderen finder hver dag på et nyt fornavn til hende. Faderen har et kedeligt arbejde, hvor han tjener mange penge, men forældrene beslutter sig for, at det er sjovere at feste og drikke champagne, og holde ferie i deres hus i Spanien. *Mens vi venter på Bojangles* er en fortælling om en familie, der opfinder deres helt egen virkelighed og levemåde langt væk fra normerne. Langt hen ad vejen er den også en fest at læse, men man sidder afventende og spekulerer på, om der mon er slanger i Paradis. Det er en skildring af psykisk lidelse, som er uendelig langt fra diagnosekriterier og interventionsbeskrivelser.



***Americanah* af Chimamanda Ngozi Adichie**

Den nigerianske kvinde Ifemelu flytter til USA for at gå på universitetet. Vi møder hende flere år efter, da hun netop har besluttet sig for at flytte hjem til Nigeria. Gennem romanen hører vi om tiden før hun flyttede til USA, om at finde sig til rette i en vestlig kultur som minoritetsperson, og om de udfordringer, der følger med at flytte 'hjem' igen. Romanen berører temaer som kulturmøder, skam, depression, og hvordan det er at være en sort, afrikansk immigrant i USA. På trods af de alvorlige temaer er den enormt sjov og satirisk. Den er blandt mine absolutte yndlingsbøger og den bog, jeg har givet i gave flest gange. ►



Pige, kvinde, andet af Bernadine Evaristo

Den britisk-nigerianske forfatter Bernadine Evaristo har skrevet en roman med tolv kapitler, hvor vi i hvert kapitel møder en ny person. Nogle af karakterne kender hinanden, andre gør ikke, men de er i bedste *Love Actually*-stil alle sammenfiltret på den ene alle anden måde. Fælles for karakterne er, at de alle er kvinder eller non-binære, og at de ikke er hvide. Romanen skildrer mennesker fra alle samfundslag og generationer på tværs af to århundreder, og den giver derfor et kig ind i mange forskellige verdensanskuelser og oplevelser. *Pige, kvinde, andet* berører temaer som racisme, voldelige parforhold, privilegier, idealisme, venskab, kærlighed, drømme og moral. Den er enormt velskrevet og virkelig morsom.

Blomsterdalen af Niviaq Korneliussen

Noget af det Grønland er kendt for, er at have verdens højeste selvmordsrate. Det er omdrejningspunktet i romanen *Blomsterdalen*, hvor bogens kapitler markeres med små notitser om alle de 45 mennesker, der begik selvmord i Grønland i 2019; "45. Kvinde. 38 år. Hængning". Det tvinger læseren til at forholde sig til menneskene bag Grønlands selvmordsstatistikker, hvor særligt andelen af unge selvmordsofre er iøjnefaldende. Gennem romanen følger vi en ung kvinde, der tager til Danmark for at læse antropologi. Hun har svært ved at finde sig til rette, og hun mødes fra starten med fordomme og racisme fra sine danske medstuderende, der ellers anser sig selv for at være progressive. Romanen sætter fokus på selvmord, depression, kolonialisme, danskernes manglende kendskab til Grønland, homoseksualitet og håbløshed. Og så gjorde den mig pinligt opmærksom på, at jeg kender mere til Grønlands selvmordsstatistik og alkoholisme end til grønlændernes kultur og samfund.



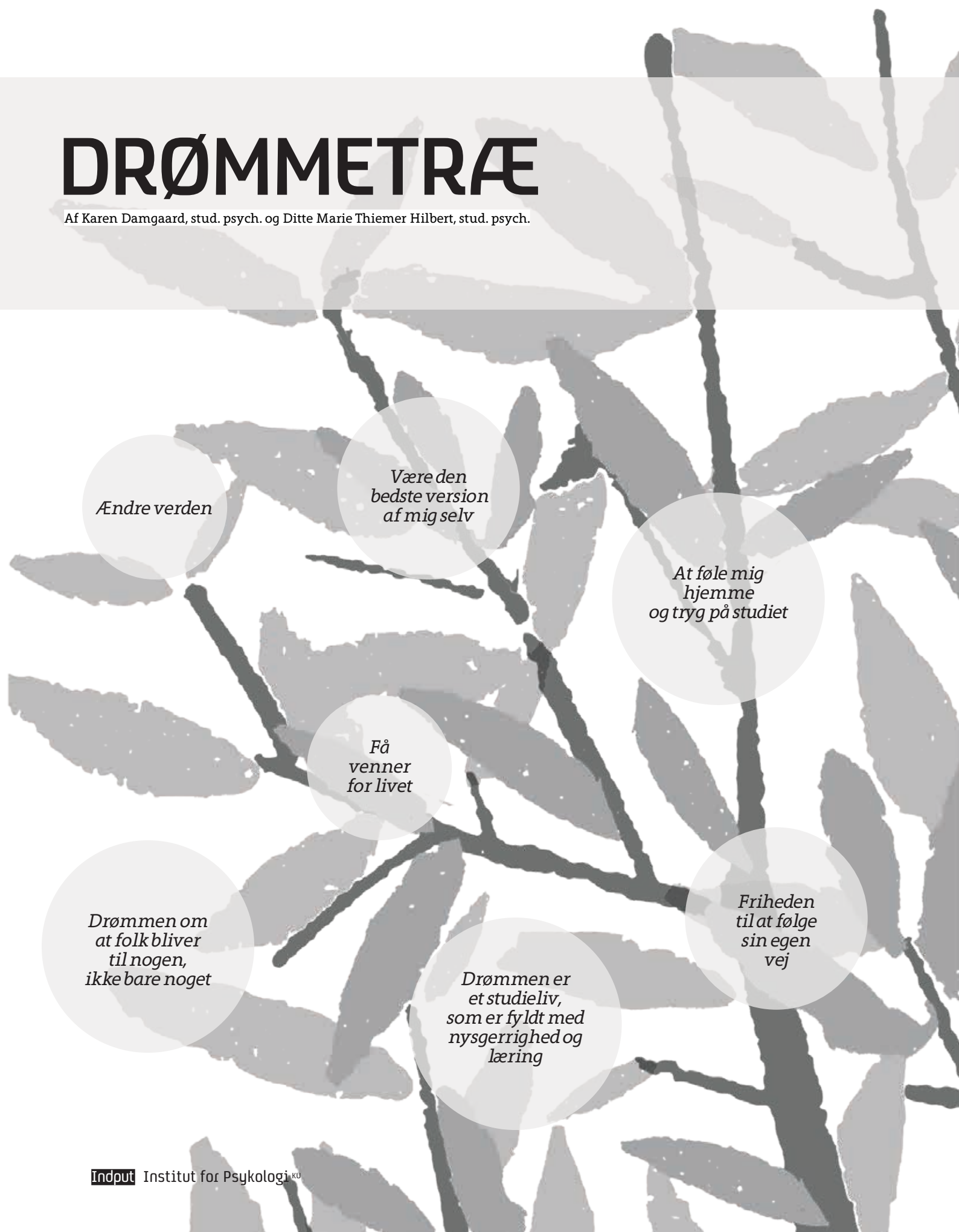


***Et lille liv* af Hanya Yanagihara**

Jeg vil vove den påstand, at ingen kan læse *Et lille liv* uden at blive rørt. Måske bliver man vred over, at den er 800 sider lang, og måske synes man, at det er unødvendigt, at den insisterer på detaljerede skildringer af mennesker, der bliver mishandlet, men det er en bog, der kræver, at man tager stilling til den. Jeg oplevede selv at få det så dårligt under læsningen, at jeg måtte lægge den væk og holde op med at læse den om aftenen. Alligevel er den virkelig værd at kæmpe sig igennem. *Et lille liv* skildrer fire mænds venskab fra de går på universitetet og flere årtier frem. Man lærer hurtigt, at hovedpersonen Jude har haft en svær opvækst, men han er ikke villig til at fortælle om den, så den afsløres kun langsomt i løbet af de mange hundrede sider. Romanen berører temaer som venskab, kærlighed, selvskade, race, privilegier, selvværd og det at høre til. Og så rummer den en kritik af påstanden om, at alle kan få noget ud af at gå i psykoterapi. For er der ikke visse oplevelser og traumer, der er så ødelæggende, at man for altid vil være et skadet menneske? ■



DRØMMETRÆ



Af Karen Damgaard, stud. psych. og Ditte Marie Thiemer Hilbert, stud. psych.

Ændre verden

*Være den
bedste version
af mig selv*

*At føle mig
hjemme
og tryk på studiet*

*Få
venner
for livet*

*Drømmen om
at folk bliver
til nogen,
ikke bare noget*

*Drømmen er
et studieliv,
som er fyldt med
nysgerrighed og
læring*

*Friheden
til at følge
sin egen
vej*

Til dette semesters foreningsbazar lavede Indput et drømmetræ, hvor førsteårsstuderende kunne hænge deres drømme op. Her bringer vi et udsnit, som et lille indblik i det, de nye studerende drømmer om.

*Mere forståelse
overfor
hinanden*

*At sætte
et aftryk
på verden*

Sjælero

*At lave et perfekt
porcheret æg*

At være lykkelig

*At mor
bliver
rask*

*At finde frem til
at psyk
er drømmestudiet*

*At hjælpe andre
med at lære
om sig selv*



GRØNNE DRØMME

INTERVIEW MED STUDENTERFORENINGEN SIMA

Af Karen Damgaard, stud. psych. og Elvira Hallengren, stud. psych.

Illustrationer af Karen Damgaard, stud. psych.

På Det Samfundsvidenskabelige Fakultet findes studenterforeningen SIMA, der arbejder for at sætte fokus på, hvordan samfundsvidenskabelige perspektiver kan bidrage til øget opmærksomhed og viden om klimakrisen - og som har som erklæret mål at skabe flere klimarelaterede initiativer for de studerende på CSS.

En mandag morgen i september på det genåbnede og efterårssmukke campus satte Indput tre repræsentanter fra foreningen SIMA stævne for at tale lidt om fremtidsdrømme, fællesskab, forskningsfrihed og tværfagligt samarbejde.

Udspringer af et savn

Historien bag SIMA er ganske enkel. *"Der var nogle studerende, som tænkte 'Der mangler ligesom noget'",* fortæller Anna, som læser statskundskab og ligesom de to andre fremmødte er en del af SIMAs koordinationsudvalg. Hun forklarer, at SIMA opstod for fire år siden som en sammensmeltning af to parallelle initiativer på henholdsvis psykologi- og statskundskabsstudiet: *"Nogen fra psykologi og nogen fra statskundskab startede en grøn forening, men før de fik startet ordentligt op, fandt de lidt hinanden og tænkte, at det ville være superfedt at slutte sig sammen og starte en tværfaglig forening - det blev så til SIMA".*

Foreningens vedtægter beskrives som *"simple, så der er god plads til fortolkning"*. Det fortæller Jonatan, der også læser statskundskab. Organisatorisk har foreningen få faste udvalg, som *"tager sig af at smøre maskinen"*, som Anna formulerer det: *"Vi får planlagt nogle møder, sørget for at der er mad, får opdateret Facebook-siden, tjekket mails, og så er det mindre arbejdsgrupper, der tager sig af arrangementer og kampagner, eller hvis nogen gerne vil være kreative med So-Me eller en film - det kommer hen ad vejen".*

Hvilke initiativer, der arbejdes med et semester, afhænger af, hvilke medlemmer, der er en del af SIMA på det givne tidspunkt: *"For det er meget initiativdrevet - af dem, der lige er til stede. Det afhænger af, hvad folk har lyst til at byde ind med, så det kommer naturligt. Vi prøver selvfølgelig at 'pushe' det lidt, men er der flere statskundskabere eller flere psykologistuderende, så bliver det, vi laver, tematiseret lidt den vej".*

Vi spørger til, hvordan SIMA som grøn studenterforening adskiller sig fra f.eks. Den Grønne Studenterbevægelse, der favner studerende på hele Københavns Universitet. Og Jonatan forklarer hertil, at SIMAs fokus ligger *"på CSS, på vores studier, på Københavns Universitet som institution"*. Han uddyber, at foreningen jævnligt bakker op om nationale eller brede samfundsengagerende foreninger, som Den Grønne Studenterbevægelse, men at SIMAs *"primære fokus er på f.eks. pensumkritik på vores studier og at lave samfundsvidenskabeligt relevante arrangementer her"*.

Overordnet er SIMAs formål altså at vise de studerende på Det Samfundsvidenskabelige Fakultet, at man godt kan byde ind med faglig viden om klimakrisen:

"Klimadebatten, sådan bredere i samfundet, er meget 'mindet' på det naturvidenskabelige, hvor man lidt kan tænke (og det bliver jo også udtrykt af mange): 'Vi har egentlig teknologien, vi har egentlig også de politiske mål i form af Parisaftalen og Verdensmålene, men vi mangler bare nu at omstille samfundet, og hvordan gør vi det?'. Der tænker jeg bare, at samfundsvidenskaberne og humaniora også er relevante. Det er jo en kæmpe kultur- og værdiændring, som skal ske", siger Liv, der er psykologistuderende.

Det særlige fokus på de samfundsvidenskabelige studier medvirker ifølge Anna til, at blikket skærpes for den lokale viden, der findes på klimaområdet netop her:

"Jeg har fået øjnene op for, at vi har nogle rigtig fede forskere, der laver nogle rigtig fede inputs til det her emne, hvis arbej- ►

de bare ikke bliver vist nok".

Trods denne begrænsning i fokus til primært Det Samfundsvidenskabelige Fakultet, bevares som sagt åbenhed over for andre foreninger på CSS og grønne foreninger på Københavns Universitet. Samarbejder som disse giver i Jonatans optik "et netværk at trække på, både ressourcemæssigt i forhold til vidensudvikling og -deling, men også et fællesskab, et bagland".

Grønne initiativer

Men hvad er det så for initiativer, SIMA arbejder med? Svaret herpå er for det første arrangementer: "Vi prøver at invitere samfundsvidenskabelige repræsentanter ind og snakke om 'hvad er det vores felter - som helhed - skal kunne?'" , fortæller Anna, "netop for at favne bredt". Hun fremhæver et Zoom-arrangement, som SIMA stod bag i marts i år, hvor Inge Røpke, professor i økologisk økonomi ved Aalborg Universitet holdt oplæg om sit felt og dets potentiale som alternativ til mainstream økonomisk teori. "Man må tænke strategisk og finde noget, der henvender sig lidt bredere end kun til ens eget fag-felt".

Et andet bud på konkret arbejde er SIMAs arbejde med pensum. Da vi spørger til, hvordan klimaspørgsmål fylder i det nuværende pensum, svares der med eksempler på, at udviklingen på dette område bevæger sig i en positiv retning. Alle tre oplever de, at emnet er kommet mere ind i pensum de seneste år. Fra statskundskab nævnes bl.a. faget 'Introduktion til Politologiske Problemstillinger', hvor klimaspørgsmål nu er repræsenteret blandt de problemstillinger, man introduceres til. Desuden har begge statskundskabsstuderende haft ek-

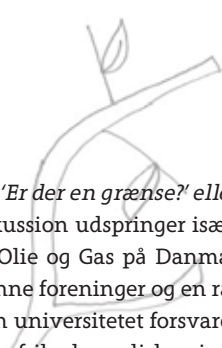
saminer med klima som emne, og det peger på "den løbende integration af klima som politologisk emne", som Jonatan formulerer det.

Det samme gør sig gældende på psykologistudiet, hvor flere fag også har klima som et tema og "prøver at integrere nogle perspektiver på det", forklarer Liv. Hun nævner desuden, at hun dette semester læser faget 'Perspectives on Sustainability', som er et forholdsvis nystartet tværfagligt initiativ, der beskæftiger sig med bæredygtighed. Faget er netop et forsøg på at udforske, hvordan fakultetets forskellige fagligheder kan arbejde med disse perspektiver.

Men, som Jonatan siger, er det "værd at nævne, at de her ting ikke bare er noget, som er sket. Der er selvfølgelig noget i tidsånden og i samfundet generelt. Men det er også et produkt af et arbejde, altså meget konkrete arbejdstimer, som f.eks. folk der er engagerede i SIMA har sat af - i fagrådene, når de har mødt op til møderne, har stillet op som univalgskandidater og er blevet valgt ind på en grønnere dagsorden, er mødt op til pensumkritikmøder og har sagt 'Hvor passer det her ind?'. Og selvfølgelig også, at forskerne har 'pushet' en dagsorden, den anden vej fra." Det er et vigtigt arbejde, for det er afgørende, at universitetet kan "mærke at der er interesse og efterspørgsel", siger han.

Forskningsfrihed og etik

Som et yderligere eksempel på aktuelt arbejde, fortæller Jonatan: "Lige om lidt står vi overfor at skulle se på forskningsfrihed eller forskningsetik. Er der noget, man kan skruer på der? Vi håber på i hvert fald måske at starte en debat på universitet



om 'Er der en grænse?' eller 'Skal grænserne rykkes?'. Denne diskussion udspringer især af debatten om lukning af Center for Olie og Gas på Danmarks Tekniske Universitet, DTU. De grønne foreninger og en række forskere ønsker centret lukket, men universitetet forsvare sig med, at der jo skal være forskningsfrihed - og diskussionen ender med at handle om hvilke hensyn, der bør veje tungest.

"Man kan godt mærke, at der er mange, der ikke har lyst til at snakke om det. Nogen stejler over kravet om lukning af Center for Olie og Gas. Der sidder jo også nogle forskere derude, hvis levebrød det er. Og det er selvfølgelig også hårdt at få at vide, at hvad man har brugt mange år af sit liv på, det er bare irrelevant - 'Nu skal I bare stoppe'. Det er jo heller ikke fair overfor dem. Men det er en interessant debat, som jeg håber på at lære mere om", siger Anna og tilføjer: "Hvad jeg især har lært af de psykologistuderende, er at der også er grænser for forskningsfrihed ift. etik. Når man hører om de forfærdelige menneskeeksperimenter, der skete for 60-70 år siden... 'Little Albert' og sådan noget". Liv opsummerer: "Det er virkelig komplekst. Jo, der skal være forskningsfrihed, men den er jo allerede i dag begrænset af nogle etiske retningslinjer og nogle værdimæssige holdninger, der ligger bagved".

"Og bliver forskningsfriheden ikke også krænket på andre måder - bare indirekte?", byder Anna ind, "det er jo svært for nogle forskere at få midler til deres forskning, fordi man ikke kan rationalisere den økonomiske gevinst ved det". Anna referer til udtrykket "fra tanke til faktura" og en idé om at al forskning skal give økonomisk gevinst, hvilket er et synspunkt, hun ikke kan se sig enig i, "for mig handler forskning

om viden for videns skyld og ikke om penge".

Jonatan peger på, at det også er en omstilling af mentalitet, der er på spil: "Ser man etik kun nu og her - i forhold til at det rammer nogle mennesker på deres levebrød - eller har det også en tidslig dimension? Er det konsekvenserne, jeg lige kan se, der gælder? Eller skal man tale intergenerationelt, når man taler etik? Kan man godt skade folk, der ikke lever endnu?", spørger han og fortsætter: "En del mainstream teorier kan godt spille fallit ift. bæredygtighed og klimahensyn. Et eksempel kunne være nogle økonomifag, hvor det rigtige svar altid er det, der giver mest økonomisk vækst. Kan man virkelig sætte lighedstegn mellem velstand og velfærd? Skal vi ikke lige skrue lidt ned? Og det tror jeg for nogen godt kan være ret kontroversielt".

Vi spørger ind til eventuelle udfordringer, de møder i arbejdet med SIMA, og Anna svarer, at det kan skabe modstand, når nogen oplever holdningerne og tankerne, som meget radikale: "Nogle gange skal der ikke så meget til, før man har pisset mange mennesker af." Igen nævnes klimakravet om lukning af Center for Olie og Gas, der, som Jonatan siger, "ikke er et særligt pragmatisk krav".

Men Anna siger alligevel: "Jeg har sjældent oplevet at blive angrebet eller sådan noget. Der er en god tone. Jeg får tit opbyggende kommentarer fra folk her på fakultetet. Der er dem, der er uenige og kommer med hårde kommentarer, men på fakultetet er der generelt konsensus om, at der bør gøres noget." Faktisk er det mest nogle enkelte personer, der tager sig tid til at gå imod SIMAs arbejde, fortæller hun: "Det er ►



kun i forbindelse med klimakravene, eller hvis man skriver en kronik i Uniavisen, at man får kommentarer med på vejen, men tit kan man se 'Nå, det er dig igen'.

Fremtidsdrømme

Eksemplerne på SIMAs arbejde fører samtalen videre til spørgsmålet om, hvad de tre studerende drømmer om at kunne bidrage med som studenterforening. Anna fortæller, at hun drømmer om, "at bæredygtighedsdimensionen kommer med, hver gang man foretager en handling, og når der bliver lagt strategier for universitetet. Det er jo det, der er sket ved, at der har været så meget skub på fra studenterpolitik - at KU har vedtaget de her reduktionsmål, som har været rigtig ambitiøse".

Liv drømmer om, "at det bliver nemmere at se, hvad ens faglighed kan i forhold til bæredygtighed. Man føler godt, at man kan bidrage med en hel masse, men man har nogle gange lidt svært ved - eller jeg har i hvert fald lidt svært ved - at 'pinpointe' præcis, hvad det er". Hun tilføjer: "Og at det når ud til flere, hvordan vores fagligheder kan samarbejde, så vi undgår siloer, hvor man har det naturvidenskabelige, og så har man det økonomiske og så det mere humanistiske. At det bliver mere oplagt og nemmere at integrere forskellige perspektiver og at samarbejde".

Jonatan drømmer om, at "SIMA bliver mere politisk engageret. Det er vi allerede, men jeg håber på, at vi bliver det endnu mere. Mens jeg har været en del af SIMA, har vi haft nogle klimakrav til universitetet. Det var sidste år, tror jeg. Og vi har engageret os - meget lavpraktisk - i kantineudvalget her. Og

vi er blevet inviteret ind i bæredygtighedsudvalget, hvor vi har vores egne mandater i arbejdsgruppen her på fakultetet. Og på den måde anerkendes vores arbejde også. Jeg kan se, at det virker".

Når nu en drøm fra et statskundskabsfagligt udgangspunkt kunne være, at SIMA trækkes i en mere politisk retning, får vi lyst til at spørge, hvilken retning en psykologistuderende som Liv ønsker at trække SIMA i. "Psykologi kan rigtig meget i den her sammenhæng," svarer hun. "Det handler om mennesker, organisationer, grupper, og hvordan vi bygger videre på en kultur og et værdigrundlag, som vi skal have omstillet. Rigtig meget af det her er jo drevet af mennesker". Jonatan byder ind: "Værdien af at der er psykologistuderende for andre studerende er, at man virkelig får bredt sine skyklapper ud. Det har udvidet mit perspektiv".

Liv giver ham ret i, at der er meget at vinde ved at arbejde og tænke tværfagligt: "Man går så meget i sit eget studie. Folk har de samme fag, læser de samme tekster og teorier. Både indenfor bæredygtighedsemnet og alle mulige andre ting, synes jeg personligt, at jeg har fået meget ud af at snakke med folk, som læser noget andet og har andre perspektiver fra deres fag. Og så er det sociale i det også rigtig fedt".

Fællesskab

Vi spørger til, hvad der karakteriserer det sociale fællesskab, som SIMA også er, og Anna fortæller, at der i "de her fællesskaber, hvor man arbejder med klimaet, faktisk er en form for nænsomhed. Vi er bare mennesker og ikke robotter. Jeg har ikke oplevet, at nogen pegede fingre af mig, fordi jeg f.eks.

havde taget flyet hjem fra Syditalien." Hun tilføjer: "Og det er ikke kun 'the purest pure' der må være med, og så må alle andre lytte til os. Det ved vi allesammen godt, at det går ikke." Det kan være givende at finde ligesindede, i hvis selskab man kan adressere sine bekymringer, forklarer hun: "Man kan hjælpe hinanden med at adressere, at man er bange, man er nervøs, man er frustreret. Og dele viden".

Men hvad vil de så anbefale til andre studerende, der også går rundt og bekymrer sig og gerne vil engagere sig mere i spørgsmål om klima? Svaret falder prompte: "Der er nok at lave i SIMA. Man er velkommen til vores månedsmøder," siger Anna. Hun nævner yderligere muligheden for at tage fag, der har klimarelevante perspektiver eller beskæftiger sig med emnet. Eller de små ting som hun siger: "Hvis du har haft en tekst om det, så læs den måske lige en ekstra gang". Men hovedbudskabet forbliver, at fællesskabet er centralt: "Hvis man gerne vil rykke på noget her på uni eller her på fakultetet, så må man finde et fællesskab og organisere sig, eller man må gå til sit fagråd".

Vi ender interviewet på emnet drømme endnu en gang. For hvilke drømme har de tre studerende for SIMAs fremtid? Jonatan fortæller, at han "drømmer om, at SIMA bliver et sted, man kan gå hen og tænke 'Wauw, jeg kan rent faktisk gøre noget ved det' - og at vi kan organisere os og skubbe en dagsorden. Og så drømmer jeg om, at universitetet på en eller anden måde bliver sat i en form for turbo-udvikling. Lige nu føler jeg, at det er lidt sådan en institution, der kommer haltende lidt bagefter: 'Nå jo, vi skulle også omstille os, og var der noget med pensum?' Og så kommer der studerende og presser på, og

så kommer universitetet ligesom med, men jeg håber på, at grønne foreninger som vores kan blive en 'driver', der gør at universitet på sigt kan blive en institution, der går forrest. En, der mere sætter en dagsorden end bare følger op på en dagsorden".

Arbejdet virker jo allerede, siger han: "Vi kan se, at vi - med dem vi er nu - formår at skubbe til noget. Men jeg tænker, at hvis flere kommer med (forhåbentlig, når corona er væk og alting åbner og bla bla), så kan det gå noget stærkere. Og vi vil kunne se, at det gror og virkelig kan skubbe til noget mere".

Fælles for de tre er drømmen om, at SIMA vil vokse sig stor og stærk og bidrage til store forandringer. Men for Liv er det ikke bare entydigt godt, hvis foreningen har meget arbejde i mange år frem: "Jeg har det ligesom Anna og Jonatan: Jeg håber da også, at SIMA stadig er der om nogle år, og at det bare tager fart og brænder igennem. Men et eller andet sted ser jeg også SIMA som noget, der er opstået på baggrund af et tomrum og en mangel". Hun fortæller, at hun også drømmer om, at SIMA vil være et overgangsfænomen, og at udviklingen vil gå i retning af, "at man ikke længere skal tænke, at man har universitetet og så har man en grøn studenterforening. Men at man bare har en bæredygtig organisation som helhed."

Følg med på SIMAs facebookside for at være opdateret på kommende arrangementer og arbejdet mod realiseringen af de grønne drømme. ■



DRØMMEN OM LOVLIGE STOFFER

Af Zacharias Dyrborg, stud.psych.

BOGANMELDELSE. Stoffer burde være lovlige og tilgængelige. Det er hovedpointen i Carl L. Harts bog *Drug Use for Grown-Ups*. Han er professor i neuropsykologi ved Columbia University og har haft en lang karriere indenfor forskning i stoffer. Han har i mange år bidraget til forskning mod stoffer, men har gennem sin karriere indset, at stoffer ikke altid er skadelige, og derfor burde voksne, ansvarlige mennesker frit kunne tage dem.

Legalisering af stoffer er ikke længere en tabubelagt, yderligtgående holdning. Der er allerede bred opbakning til legalisering af cannabis i mange lande, og psykedelika bliver også ofte diskuteret. *The war on drugs* har medført vold, racisme og ulighed og har tydeligvis ikke stoppet folk fra at indtage dem. Denne kriminalisering medfører derfor kriminelle netværk, som kan transportere og sælge stoffer – med mere vold til følge. Samtidig bliver det farligere for det enkelte individ at indtage stoffer, da det er svært at vide, hvorfra stofferne kommer, og hvad de indeholder. Det er i korte træk de mere strukturelle argumenter for lovliggørelse af stoffer. Disse argumenter bliver ofte fremlagt (i hvert fald af mig selv), med forbehold for,

at nogle stoffer er dårlige og skadelige, men at man skal hjælpe brugerne fremfor at kriminalisere dem. Men selv dette billede af stoffer som heroin og methamfetamin vil Drug Use for Grown-Ups gøre op med.

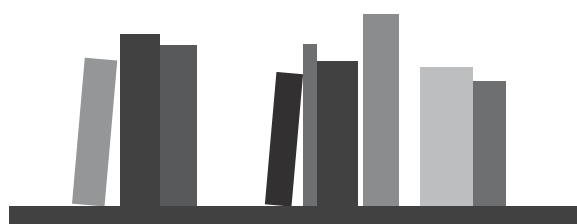
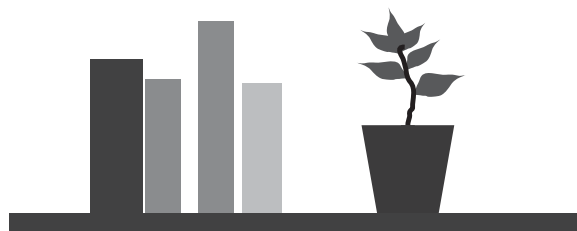
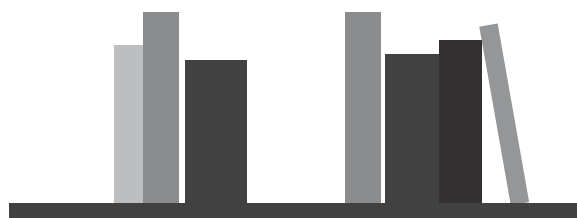
Målet med bogen er ikke blot at kortlægge de strukturelle problemer kriminaliseringen af stoffer har medført. Den forsøger i lige så høj grad at tegne et nyt billede af *den almindelige stofbruger* som værende velfungerende. Forfatteren har selv i 20 år ikke talt om sin private brug af psykoaktive stoffer – netop fordi det er tabuiseret. I bogen fortæller han åbent om sin lejlighedsvis brug af alt fra hash til amfetamin og heroin, samtidig med at præsenterer forskning og historie på området. Dette er netop et glimrende eksempel på, at brugen af disse stoffer, under de rette omstændigheder, kan gøres nogenlunde forsvareligt, og at det ikke nødvendigvis ødelægger ens mulighed for at være velrenommeret forsker og familiefar. Det kan i sig selv virke provokerende, da narrativet mod stoffer er så dybt indlejret i de fleste af os. Kapitel for kapitel bliver forskellige stoffer gennemgået – og det er overraskende læsning.

Det amerikanske National Institute on Drug Abuse understøtter mere end 90% af amerikansk forskning på området – og som navnet antyder, er de ikke positivt stemte overfor brugen af stoffer. Der bliver draget overdrevne konklusioner, korrelationer bliver præsenteret som kausaliteter og diskussionsafsnit bliver fyldt med halve sandheder. Som kommende psykologer

er det interessant at se, hvordan vores faggruppe er med til at patologisere og stigmatisere brugen af stoffer. Hvor mange andre samfundsvidenskabelige forskere snakker om stofbrugere eller stofafhængighed, står psykologer klar med DSM-5 i hånden og betegner mange som misbrugere og unormale.

Der er meget godt at sige om *Drug Use for Grown-Ups*, men det er ikke en fejlfri bog. Den bliver ensidig og er gennemgående præget af en amerikansk vinkel. En vinkel, der er spændende når det handler om effekterne af *the war on drugs*, men som bliver enerverende i mange andre sammenhænge, som når det bliver nævnt, at våben også er lovlige og er mere farlige end stoffer. Eller, at alle har ret til '*the pursuit of happiness*', fordi det står i *The Constitution*, og stoffer kan hjælpe nogle med dette. Her kræver bogen en smule overbærenhed af sine læsere. Men samlet set er det spændende at blive udfordret på sine holdninger og fordomme – og det gør Carl L. Hart virkelig. Bogen er ikke en opfordring til at tage stoffer (især ikke hvis man har nogen former for psykiske eller fysiske lidelser), men en nuancering af mange års kampagner mod stoffer. ■

Forfatter: Carl L. Hart
Titel: *Drug Use for Grown-Ups*
Forlag: Penguin Press
Udgivelsesår: 2021
Antal sider: 304





Af Ida-Marie Haeusler, stud.psych.

TEMA DRØMME

DRØMMETYDNING IFØLGE FREUD OG JUNG

BACHELORPROJEKT. *Alle mennesker drømmer. Så langt er de fleste forskere enige. Dog er der bred uenighed om en lang række spørgsmål angående drømmenes natur: Hvad er drømmenes formål? Kan de hjælpe os til at opnå en bedre forståelse af menneskers psykiske liv? Og hvis ja, hvordan? Spørgsmål som disse danner grundlag for min bacheloropgave. I opgaven analyserer jeg en af mine egne drømme ved brug af Sigmund Freuds og Carl Gustav Jungs tilgange til drømmetydning for at undersøge, hvad de hver især kan bidrage med. Jeg antager i arbejdet med disse teorier, at den menneskelige psyke indeholder ubevidste elementer, som er værd at bevidstgøre.*

Af Maja Koch Nielsen, stud.psych.

Min bachelorproces

I februar måned stod jeg overfor den noget uoverskuelige opgave at skulle påbegynde mit bachelorprojekt. Mere præcist lå jeg nok henkastet i sofaen, hvor jeg under corona-nedlukningen tilbragte uanede mængder af tid og stirrede tomt frem for mig. At skrive bacheloropgave var, for at sige det meget mildt, ikke noget, jeg havde glædet mig til. Min vejleder Katrine Zeuthen hjalp mig dog godt på vej, og med hendes støtte besluttede jeg at dykke ned i mit eget ubevidste og analysere en af mine egne drømme i min bacheloropgave. Denne mulighed lå lige til højrebenet, fordi jeg interesser mig meget for drømme og har nedskrevet cirka 70 af mine egne drømme siden år 2017. Dog var min umiddelbare reaktion på idéen om selv at analysere en drøm: "Det kan jeg da ikke – kan jeg?". Tvivlen bundede især i en frygt for at lave en "uvidenskabelig" opgave. Denne frygt blev en vigtig del af min bachelorproces, idet jeg undervejs måtte reflektere over, hvorfor jeg tvivlede på drømmetydningens og psykoanalysens videnskabelighed.

Jeg kan ikke påstå, at jeg kom til at nyde min bachelorskrivning. Det var overordnet set en ret pinefuld proces. Den freudianske og jungianske analyse af min egen drøm muliggjorde dog, at jeg nu ikke kun måtte tilskrive min modvilje overfor bachelor-

opgaven mit sædvanlige had til opgaveskrivning. Nu kunne jeg også skyde skylden på modstand fra mit ubevidste!

Det ubevidste og videnskabelighed

Ifølge Judy Gammelgaard er psykoanalysen mødt med nogle særlige udfordringer. Den insisterer på at være videnskabelig samtidig med, at den tager ubevidste processer som sin genstand på trods af, at det ubevidste er utilgængeligt for direkte observation. Dette er problematisk i vores tid, som ifølge Gammelgaard er præget af en stærk tendens til, at forskning kun kaldes videnskab, hvis der foreligger håndgribelig, empirisk evidens. Opfattelsen af, hvad der forstås ved legitim videnskab, ændrer sig ifølge Carl Gustav Jung over tid. Han oplevede også i sin samtid en videnskabelig interesse for fænomener, der kun kan observeres direkte ved brug af sanserne.

Ifølge Lilian Munk Røsing hverken kan eller skal det ubevidstes eksistens bevises positivistisk. Hun mener ikke, det afgørende er, om det ubevidste findes, men at noget andet en rationel fornuft og sikker viden taler til os, bl.a. i drømme og under fri association. Dette "andet" mener Røsing, at vi bør åbne os overfor. Jeg har derfor søgt at åbne mig i arbejdet med mit bachelorprojekt. Dog medførte dette, at jeg undervejs måtte bry-



Akademia

En føljeton til indblik
i opgaver og specialer

des med frykten for ikke at leve op til forventningerne til, hvad der udgør en videnskabelig akademisk opgave.

Den ønskeopfyldende drøm

Sigmund Freud giver i sit hovedværk om drømme, *Die Traumdeutung* fra 1900, sit banebrydende bud på, hvorfor vi mennesker drømmer, og hvordan tydningen af drømme kan anvendes som helbredende moment i den psykoanalytiske terapi.

Freud anser drømme for at være udtryk for de ubevidste kræfter, der eksisterer i menneskets psyke. Tilmed opfatter han drømmetydning som en af de metoder, der giver den mest direkte adgang til analysandens ubevidste.

Ifølge Freud er drømmens formål at udtrykke drømmerens fortrængte, ubevidste ønsker. Freud mener, at langt de fleste drømme opfylder erotiske ønsker, fordi særligt det seksuelle instinkt undertrykkes fra en tidlig alder. Den del af psyken, der indeholder bevidstheden, forsøger dog at censurere drømmens udtryk af disse ønsker. Hvis ikke psykens ønskeopfyldende system blev begrænset gennem censur, ville blotlæggelsen af de ubevidste ønsker ifølge Freud medføre ubehag for den drømmende person, som kunne risikere at vågne. Derfor må drømmens budskaber forvrænges, inden de kan komme forbi drømmecensuren, hvilket gør det udfordrende at tyde drømme. Desuden kan én drøm indeholde adskillige ønskeopfyldelser, som tilmed kan dække over hinanden. Det dybeste lag af drømmen indeholder dog ifølge Freud oftest et ønske, der strækker sig helt tilbage til barndommen.

Drømmen som kompenserende

Carl Gustav Jung anses for at være den mest betydningsfulde udbryder fra Freuds psykoanalytiske teori. Jung kritiserede og videreudviklede Freuds teori om drømmetydning i dannelsen

af sin egen retning: den analytiske psykologi.

Drømmens formål er ifølge Jung at kompensere for, når drømmeren tænker eller lever på måder, der ikke passer tilstrækkeligt godt til vedkommendes ubevidste tilstand. Dette gør drømmen ved at skabe komplementært indhold. Herigennem afbalanceres forstyrrelser i drømmerens mentale ligevægt, hvilket ifølge Jung øger den psykiske sundhed.

At analysere en drøm kan skabe endnu større psykisk ligevægt end drømmen i sig selv. Dette skyldes, at den kompenserende effekt forstærkes, når det ubevidste indhold i drømmen aktivt integreres i bevidstheden.

I Jungs teori opererer han med arketyper (eks. Skyggen, Anima/Animus og Moderen), som er en slags mytologiske motiver bestående af særlige former for billeder, som til alle tider og alle steder er forekommet i menneskers drømme, visioner og fantasier. De er en del af det, Jung kalder "det kollektive ubevidste".

Min drøm

Her følger et resumé af min drøm, som jeg analyserede i min bacheloropgave:

Jeg er gravid og befinder mig i et mørkt lokale med et vindue ind til en teaterscene. Fra et kontrolbord skal jeg styre lyden af en (eller to) drage(r) på scenen samt skrive undertekster til det, der bliver sagt af nogle skuespillere. Drømmen skifter til, at jeg sidder ved siden af en pige fra min folkeskoleklasse i et stadion fyldt med elever. Vi er iklædt rødt tøj. Der sendes nogle vitaminer rundt, og pigen spiser en af dem. Herefter bliver hun og jeg trukket til side. Nogle mænd er utilfredse med, at der er spist af vitaminerne, fordi der er en konkurrence om at gætte det samlede antal. Det viser sig, at mændene ikke er vrede ►

alligevel. Til sidst i drømmen vinder vores røde hold konkurrencen, og vi løber glade ned i midten af stadionet og mod udgangen gennem en passage dannet af menneskemængderne.

Association versus fri association

Freud og Jung anvender forskellige metoder til drømmetydning, hvilket især skyldes deres vidt forskellige opfattelser af, hvordan drømmen kommunikerer sine budskaber til den drømmende.

Ifølge Freuds teori kan man kun gennem tydning af drømmens forvrængede, umiddelbare (manifeste) indhold finde frem til skjulte ønskeopfyldelser i drømmens skjulte (latente) indhold. For at finde frem til det latente indhold bruger Freud den frie associationsmetode. Den går ud på, at drømmeren skal skærpe sin opmærksomhed overfor sit indre og dele enhver tanke, der fremkommer, mens forskellige dele af drømmen erindres. Analysanden skal derfor forholde sig så åbent og ukritisk som muligt over for sine indfald.

Modsat Freud mener Jung ikke, at drømmen skjuler noget for den drømmende person. Derimod indeholder den manifeste drøm ifølge ham hele drømmens betydning. Problemet er blot, at drømmens sprog er svært forståeligt for os, hvorfor drømmen fremstår uklar eller forvrænget. Derfor argumenterer Jung for, at man i drømmeanalyse bør holde sig så tæt som muligt på drømmens umiddelbare indhold gennem et mere symbolnært og begrænset arbejde med drømmerens associationer.

Ifølge Jung kan fri association ikke anvendes til at forstå selve drømmen, fordi denne metode altid vil lede til de samme komplekser eller emotionelle tanker, drømmerens ubevidste er mest optaget af. Ved mere begrænset association i forbindelse med en drøm, skal analytikeren derfor insistere på at vende til-

bage til særligt fremtrædende egenskaber ved selve drømmen.

Mulige tydninger af min drøm

En stor del af drømmeanalysens overbevisende kraft går tabt i det øjeblik, man forsøger at opsummere og forkorte den. Alligevel vil jeg kort redegøre for nogle af de mulige fortolkninger af min drøm, jeg nåede frem til efter et længere arbejde med Freuds frie associationsmetode og Jungs associationsteknik.

Forstået gennem Freuds teori kan min drøm siges at opfylde adskillige ønsker. Blandt disse er ønskerne om at være tryk og at have kontrol over mit eget liv. Begge disse tydninger har en tæt relation til isolation under corona-pandemien, som både vækkede angst og en følelse af kontroltab hos mig. I drømmen kommer temaet tryk bl.a. til udtryk, idet jeg er adskilt fra andre bag en rude. Kontrol viser sig i drømmen ved, at jeg er ved et kontrolbord, hvorfra jeg styrer en drage, hvilket jeg associerer med at have kontrol over kaos.

Af min drøm fremgår desuden et ønske om altid at gøre det rigtige og i denne forbindelse også at være andre mennesker overlegen. Dette kommer især til udtryk i drømmen, når pigen fra min folkeskoleklasse spiser vitaminer fra et åbent bæger, hvilket senere viser sig at være forbudt, mens jeg selv modstår fristelsen.

Ud fra Jungs teori kan min drøm bl.a. siges at kompensere for min bevidste frygt for graviditet og fødsel, idet disse fremstilles som lette i drømmen. Dette ses bl.a. i den del af min drøm, hvor jeg og andre iklædt rødt tøj løber glade mod udgangen af stadionet, hvilket jeg fortolker som et symbol for en let fødsel knyttet til den arketypiske Moder. Gennem Jungs metode kommer jeg frem til, at de for mig mest fremtrædende elementer i min drøm er associerede med moderskab og det, at være kvinde.

Man kan argumentere for, at min drøm er udtryk for et ubevidst ønske om at blive mor, som jeg har fortrængt grundet min frygt for graviditet og fødsel.

Freuds og Jungs drømmeteorier i nutidig kontekst

Under analysen af min drøm oplevede jeg flere gange, at jeg havde svært ved at få Freuds og Jungs teorier til at stemme overens med den psykiske virkelighed, jeg oplevede. Dette skyldtes især Freuds enorme fokus på det seksuelle og Jungs forældede kvindesyn.

Ifølge Jung havde Freud en historisk opgave at løse, idet han måtte gøre op med den victorianske tids store tabu omkring seksualitet. Freuds store fokus på det seksuelle kan også ifølge Ole Vedfelt skyldes, at drømme i hans samtid faktisk udsprang meget ofte af fortrængte seksuelle ønsker grundet seksualitetens undertrykkelse.

At jeg ikke har fundet nogen seksuelle ønsker i analysen af min egen drøm kan naturligvis fortolkes som udtryk for, at jeg yder modstand overfor sådanne ønsker, og at de endnu er fortrængte. Dog finder jeg det sandsynligt, at mine seksuelle ønsker ikke har været nødt til at blive udlevet i den analyserede drøm, fordi det ikke er nødvendigt for mig at undertrykke min seksualitet i noget nær samme grad, som man gjorde på Freuds tid.

Jung anser mænd og kvinder for at være grundlæggende forskellige. Ifølge ham er kvinden særligt optaget af følelser og personlige relationer, mens handel, politik og videnskab fylder mere i mandens bevidsthed. Som kvinde i nutidens Danmark oplever jeg ikke at kunne spejle mig i den beskrivelse af kvinden, Jung præsenterer.

Jungs syn på kvinder er i høj grad påvirket af hans interesse

for romantisk filosofi, som bl.a. var karakteriseret ved idéen om kvinden som en mystisk "anden". Ud fra Damaris Wehrs feministiske teori kan Jungs diskussioner af kvinden forstås som androcentriske, hvilket vil sige, at manden er i centrum. Dette medfører ifølge Wehr, at Jungs teori bliver mindre anvendelige på kvindelige analysander, idet teorien ikke indfanger kvindens perspektiv. Dette kom især til at præge analysen af min drøm, fordi emner i min drøm, som graviditet og moderskab, i høj grad knytter sig til min krop og psyke som kvinde.

I det foregående semester har jeg fordybet mig i mit eget ubevidste gennem drømmetydning. På baggrund af mine erfaringer mener jeg, at Freuds og Jungs drømmeteorier i nogen grad må tilpasses, hvis de skal bruges til at forstå de problemstillinger, som mennesker, og særligt unge kvinder, står overfor i nutidens danske samfund. Dog mener jeg, at begge teorier stadig i dag kan bidrage til en større forståelse af personers ubevidste, og at drømmetydning med fordel kan anvendes som værktøj i forståelsen af menneskers psykiske liv. ■

Psyk & Tværs #24

Af Zacharias Dyrborg, stud. psych.

Lodret

1. Forkortelse for sekund
2. Udbrud ved smerte
3. En ubehagelig drøm
4. Noget heste kan
5. Lederen af Tvind
6. Dødens yndlingshaveredskab
7. Partibogstav for partiet Klaus Riskær Pedersen
8. Ujævn
9. Østrigsk drømmetyder
10. En arketypisk psykoanalytiker
11. Afføring
12. Overjeget, jeget og _____
13. Ungdomsparti
14. Christopher Nolans seneste film
15. Saturday Night Live
16. EU før det var EU
17. Store _ (Fra blågårdsgade)
18. Lille _ (Fra blågårdsgade)
19. Land omgivet af vand

Vandret

1. Psykologer har mange – buschauffører må ikke have nogen
10. Forkortelsen for joule
15. Tidsinterval
17. Besluttet
20. Høj temperatur
21. Udbrud ved ubehag
22. På ____ og række
23. Programmeringssprog til statistik
24. Drømme er kongevejen til det _____
25. Tætte
26. Vedbend
27. Gangster
28. Sang af Kendrick Lamar
29. Det kemiske symbol for neon
30. Eulers tal
31. Over frysepunktet

Vind et gavekort på 100 kr. til Academic Books!

Tag et billede af din løste Psyk & Tværs og send det til os i en besked til vores Facebookside eller i en mail til redaktion@indput.dk senest d. 18. november 2021, så trækker vi lod blandt de korrekte løsninger.

**Academic
books**

