

Fra Jung til kybernetisk psykologi

*Fra Jung til kybernetisk psykologi, 2001, IN Skogemann, P. Symbol analyse, virkelighed
– Jungiansk teori og praksis i Danmark. s. 288-314. København*

Ole Vedfelt

Den klassisk jungianske praksis

Jung hører uden tvivl til blandt den moderne psykoterapis allerstørste pionerer. Jeg har i mange sammenhænge udførligt beskrevet værdifulde og inspirerende aspekter af hans teorier og metoder^{i, ii}. Men som pionér og barn af sin tid havde han naturligvis sine begrænsninger. Jeg vil i nærværende artikel beskrive, hvordan jeg har bevæget mig fra en Jungsk praksis og teori til at skabe min egen kybernetiske og informationsteoretiske psykologi.

Analytikeren i min første langvarige terapeutiske træning var uddannet i inderkredsen omkring Jung. Mit møde med klassiske analytikere fra Zürich bekræftede senere, at det, jeg lærte, i høj grad var i Jungs ånd og meget nær på Jungs egen måde at lave terapi på. Mens den freudianske analyse var kendt for sin briks, hvor analytikerne sad bagved, foregik de klassiske jungianske samtaler ansigt til ansigt. Det vigtigste redskab i terapien var ubestridt drømmeanalyse. Rent praktisk medbragte jeg mine drømme maskinskrevet i to eksemplarer: et til mig selv og et til analytikeren. I tilknytning til drømmene skrev jeg desuden en kort kommentar eller nogle stikord vedrørende den foregående dags begivenheder, evt. nogle associationer og forslag til, hvad jeg mente drømmen handlede om. Analytikeren læste hver enkelt drøm igennem indenad og foretog af og til understregninger af ting, han fandt særlig vigtige. Han spurgte til associationer til de enkelte drømmeelementer, men undgik lange frie associationskæder. Der udspandt sig herefter en samtale om, hvad drømmen kunne betyde, og hvordan den kunne relateres til mit liv. Drømmetolkningen kunne belyse aspekter af min livshistorie, men kunne også handle om indre processer, der pegede mod fremtidige udviklingsmuligheder. Forståelsen af drømmen blev uddybet ved ”amplifikation”, det vil sige en perspektivering af symbolerne ud fra analytikerens omfattende symbolkendskab og til typiske jungianske begreber som skyggen, anima, animus og selvet, farkompleks, morkompleks, ”individuation” m.m. Fortolkningen var indsigtsorienteret. Den var også ganske pragmatisk, idet vi gjorde meget ud af drømmenes betydning i forhold til mit liv her og nu og af, hvad det kunne fortælle om min adfærd i hverdagen. Følelsen af hele tiden at have et modspil fra et kompensatorisk ubevidste var meningsfuld og livgivende. Også Jungs typologi, hans indadvendte og udadvendte typer, og de intuitive, sansende, tænkende og følende funktionsmåder blev brugt som redskaber til at lære mig selv at kende og til at forstå forskellene på min egen måde at

oplevelse tingene på og andres opfattelser. Analytikerens egen individuation og personlige udvikling var stadig et centralt redskab og det vigtigste middel til at undgå at blive trukket ind i og forført af klienternes modstande og overføringer. At blive og være jungiansk analytiker var et kald og en livslang proces.

Andre perspektiver

Efter den jungianske træning videreuddannede jeg mig indenfor skoler, som på hver deres måde opdyrkede terapeutiske områder, som var uudviklede i den oprindelige jungianske sammenhæng. I en gestalt- og kunstterapeutisk træning lærte jeg at arbejde med rollespil, med gruppedynamik og dynamisk tegneterapi. Metoden kunne i praksis fint kombineres med min analytiske baggrund. Helt afgørende var, at den bragte klienterne i kontakt med egne følelser på en langt mere intens måde, end jeg havde mødt tidligere. I analyserne var det ofte sket, at klienterne sagde: ”Jeg forstår godt hvad problemet er og hvordan det opstår, men hvad hjælper det, når jeg stadigvæk føler det samme”. Denne klage blev nu sjældnere. Jeg kunne også konstatere, at plagsomme somatiske symptomer oftere forsvandt, når klienterne havde været igennem en følelsesmæssig forløsning, end ved ren analytisk terapi. Gestaltterapien var dog ingen patentmedicin. I grupperne gik følelsesarbejdet ofte for hurtigt, og deltagerne kunne få åbnet for følelser, som de nok havde, men som de ikke var parat til at rumme i deres jegstruktur. De frigjorte følelser fandt udløb andre steder end i de sædvanlige kompleks mønstre, men de blev ikke integreret i en hensigtsmæssig og for personen selv tilfredsstillende adfærd. Min oprindelige analytiske træning var her en hjælp til at kompensere for disse mangler.

Den klassisk jungianske analyse, havde ingen specifik metode til behandling af personlighedsforstyrrelser som ”patologisk narcissisme” og ”borderlinetilstande”. Jeg fik inspiration til forståelse af dem i nyfreudianerne Otto F. Kernbergs og Heinz Kohuts beskrivelser^{iii, iv}. Terapeuten bliver ved disse tilstande bestormet med overføringer, som kan være langt voldsommere end i de ”normale” terapier, og Kernberg og Kohut gav mig en mere differentieret forståelse for faser i overføringen og midler til at gøre den terapeutiske alliance til et vigtigere redskab og brændstof i terapien. Inden for den postjungianske terapi var der sket en lignende udvikling, ligesom også barndomshistorien blev tillagt større betydning.

I gestaltgrupperne var gruppedynamikken ikke altid i kontrol i dybden, og rollespillenes improviserede karakter slørede grænserne mellem terapeut, klient og gruppedeltagerne indbyrdes. Både rollespilsteknikken og gruppemethoden fik jeg hjælp til at forstå dybere i en psykodramauddannelse. Psykodramaet var delt op i faser, der klart tilkendegiver forskellige niveauer af oplevelsesmæssig involvering. Der var fremragende metoder til differentieringer mellem følelsesbearbejdning og kognitiv proces og nye redskaber til at trække grænser imellem deltagerne i grupper og

til at udnytte de store ressourcer, der ligger i en gruppe som sådan. Metoden tydeliggjorde for mig planer og niveauer, af kontakt både mellem terapeut og klient og mellem klienten og det ubevidste, som jeg ikke tidligere havde været så bevidst om. Rollespilsteknikkerne og tegneterapien var en stor hjælp til at følge svært skadede klienter ind i deres "sindsyge" hjørner, så de følte, jeg var deres hjælper. Jeg forstod på en langt mere konkret måde end før, at det afgørende ikke var, hvad jeg sagde, men hvordan klienterne forestillede sig den person, der sagde det. Og jeg blev mere bevidst om, hvordan vi alle indgår som personificerede figurer i hinandens fortolkede virkelighed. "Borderlineklienterne" var ikke modtagelige for overføringstolkninger (som fx postjungianerne brugte) eller påvisninger af, at de projicerede (og det er andre heller ikke, når det kommer til vores virkeligt sårbare punkter). Jeg brugte i stedet overføringstolkninger som hypoteser, der hjalp til at spejle den rolle, som på det givne tidspunkt faciliterede klientens terapeutiske proces bedst. Værdien af en dybere forståelse af overføring-modoverføring og af de rollespil der spontant (og for det meste ubevidst) udspiller sig mellem mennesker var imidlertid ikke blot en hjælp ved alvorlige personlighedsforstyrrelser. De er det i alle tilfælde, hvor mennesker er i konflikt med sig selv, vigtige midler til at skabe kontakt, tryghed og udvikling.

De kroppsykoterapeutiske metoder gav mig en mere omfattende og præcis forståelse af kroppens funktion i den psykiske husholdning. Der var her vigtig viden at hente om sammenhængen mellem psykiske tilstande på den ene side og berøring, kropsstillinger, bevægelser, åndedræt osv. på den anden, samt om kroppens reaktioner og ressourcer ved choktraumer og PTSD-syndrom (Post Traumatic Stress Disorder)^{v, vi, vii}. Dette støttede bearbejdningen af følelsesmæssige tilstande, psykosomatiske symptomer, tidlige "præødipale" skader samt PTSD-syndrom.

Ud over dette kom bl.a. min meget langvarige yoga- og meditationstræning til at spille en afgørende rolle for min forståelse af bevidsthedsniveauer og -tilstande.

Individ og omverden, krop og sjæl

Der var i den klassisk jungianske træning mangt og meget, som - sammenlignet med mine senere erfaringer - ikke blev brugt eller udviklet til en terapeutisk metode. Disse mangler var på ingen måde tilfældige, men hænger nøje sammen med Jungs overordnede teori, hans "metateoretiske" position, som jeg vil sammenfatte i tre hovedområder: 1) Relationen individ- omverden, 2) Forholdet krop psyke (den psykosomatiske relation), 3) Bevidsthedsniveauer og -tilstande.

Jungs opfattelse af *individ-omverden relationen* fremgår af hans omfattende casebeskrivelser (note) og af den praksis, han videregav via den terapeutiske mesterlære, samt af hans forhold til grupper og menneskelige fællesskaber. Beskrivelserne af, hvad han faktisk foretog sig med sine klienter, kan stort set sammenfattes på formlen: "Så sagde jeg også til klienten...". Der er stort set ingen beskrivelser af en almenpsykologisk samtalemotodik, af spejling, følelsesprocesser, krops-

sprog, overføring modoverførbearbejdning osv. Det er overalt det forståelsesmæssige, det analytiske, det diagnostiske, der interesserer Jung. Klienterne som personer formelig drukner i interessante sammenligninger af deres materiale med temaer fra myter og eventyr. Selv i *Psychology of the Transference*^{viii} beskrives relationen mellem mennesker i et intrapsykisk perspektiv, analyseret ud fra alkymistiske symboler, og ikke som det faktiske samspil mellem Jung og aktuelle klienter. Hvad grupper og menneskelige sammenslutninger angår, beskrev Jung dem, som det med stor tydelighed fremgår af hans arbejder, langt overvejende som et nødvendigt eller unødvendigt onde. Typisk er en konklusion som^{ix}: ”Ligesom en addition af nuller aldrig giver én, svarer også værdien af et fællesskab til det åndelige og moralske gennemsnit af de af dette sammenfattede individer”. Og sætningen ”Senatorerne er gode mænd, senatet er et vilddyr”, som findes adskillige steder i Jungs bøger, kunne stå som et motto for hans opfattelse. Idealbilledet hos Jung leder tanken hen på den isolerede men retskafne hovedperson i Ibsens ”En samfundsfjende”. Heltene i den menneskelige udvikling var de ”kulturskabende enere”. Derimod leder man forgæves efter beskrivelser af, hvordan grupper og samfund konstruktivt kan støtte den enkelte, højne bevidstheden og bidrage til en differentiering i følelseslivet. Jungs forhold til grupper og samfund medførte også – som blandt andet Pia Skogemann har påvist – et dobbeltbundet og problematisk forhold til politik. (Ref.) I overensstemmelse med dette beskriver Jung (ligesom Freud) på det overordnede hypoteseplan psyken som et lukket intrapsykisk system, der er styret indefra – ikke af drifterne – men af arketyperne.

Med hensyn til sammenhængen mellem *krop og psyke* var Jungs perspektiv altid det psykiske. Ganske vist hævdede han, at de centrale energitransformerende faktorer i psyken er symbolerne, og at de er sammensat af billede, følelse og kropslige impulser. Men det er en dækningsløs check, al den stund han ikke gav væsentlige videnskabelige bidrag eller praktiske terapeutiske anvisninger på, hvordan kroppen påvirker psyken. Når han i psykosomatiske tilfælde beskriver relationen, går bevægelsen altid den modsatte vej: fra psyke til krop, fra symbol til symptom. Det eneste sted, hvor Jung mig bekendt giver kropslige anvisninger, er i hans afstandstagen fra den freudianske briks. Freud foretrak, at klienterne lå på ryggen og associerede frit til drømmene, mens Jung fandt, at man burde sidde ansigt til ansigt med øjenkontakt. Ud fra kropsterapeutisk viden forholder det sig imidlertid sådan, at stillingen liggende på ryggen med lukkede øjne giver friere og ofte mere regressive associationer, mens den siddende stilling med øjenkontakt appellerer til intellektuel forståelse og indsigt. Freud anvendte lange associationskæder til at forstå drømmene og mente, at de især indeholdt regressivt materiale. Jung var imod lange associationskæder og fortolkede drømmene som budskaber og oversatte dem især ved amplifikation. Freud og Jung anvendte hver for sig den kropsstilling, der kunne bekræfte deres ensidige teorier om associationer til drømme. Efter min erfaring refererer de forskellige typer af associationer til forskellige personlighedslag og kan på hver deres måde være meningsfulde^x.

Metodesvagheden med hensyn til omverdensforholdet og kroppen hænger nøje sammen med Jungs metateoretiske og filosofiske position? Jung formulerede sig på dette plan ganske vist ikke så klart, som man i dag vil forvente af psykologiske teoridannelser med så højt et ambitionsniveau hans. Hans erkendelsesteori (epistemologi) og ontologi (opfattelsen af det værendes væsen) kan være selvmodsigende på en række områder, men nogle klare hovedlinier lader sig dog udlede af hans værk. Som det fremgår utallige steder i Jungs bøger, såvel som af Stephan A. Hoellers bog "The Gnostic Jung"^{xi}, var Jung på mange måder beslægtet med "gnostikerne", en hellenistisk religiøs retning, der betragtede den skabte verden som en fejltagelse, og som søgte sjælens forløsning fra dens fangenskab i kroppen. Skogemann har gjort opmærksom på den dualistiske position, som Jung hermed indtager (Ref.), og Marilyn Nagy betegner i en meget grundig og filosofisk kompetent gennemgang af Jungs teoriudvikling gennem årene hans filosofiske holdning som en utvetydig "metafysisk idealisme"^{xii}. Denne position var på Jungs tid populær blandt "nykantianske" filosoffer, som forsvarede religionen mod materialisme og videnskabelig reduktionisme. Jungs egentlige mål var at forsvare den spontane indre oplevelses virkelighed, og det er her hans styrke ligger. Men med i købet fulgte der en lang tradition for kropsløs ånd, som stak langt dybere, end han selv synes at have været klar over, og som påvirkede hans teori og praksis.

Bevidsthedstilstande og niveauer

Blandt Jungs vigtige inspirationskilder var alkymien og middelaldermystikken, ligesom også østlig filosofi kom til at spille en stor rolle for hans teoridannelse. Da ændrede bevidsthedstilstande af særlig intensitet og psykiske niveauer med udvidet bevidsthed og stor klarhed er helt afgørende faktorer inden for disse traditioner, er det besynderligt, at Jung ikke har en teori om bevidsthedstilstande og niveauer, og at hans efterfølgere for det meste afviser enhver tale om overbevidsthed eller højere bevidsthedsniveauer. En individuationsproces (et nøglebegreb hos Jung) kaster uvægerligt i de vigtigste overgangsfaser mennesker ud i ændrede bevidsthedstilstande og kontakt med "højere" bevidsthedsniveauer. Både som terapeut og teoretiker bør man derfor have nogle hypoteser og arbejdsredskaber til at håndtere dem. Da jeg ikke hos Jung har fundet nogen faglig fornuftig begrundelse for dette, har jeg søgt i hans biografiske materiale efter en forklaring. Så vidt jeg kan skønne, kan en del af forklaringen findes i, hvad han i sine erindringer beskriver som "Konfrontationen med det ubevidste", hvor han – med en angiveligt selvopfundne (men muligvis spiritistisk inspireret) teknik. Jung havde ingen kvalificeret terapeut, men kastede sig med sin veninde og tidligere klient, Toni Wolf, som fortrolig ud på en indre rejse. Han foretog her på kanten af en psykose fantasirejser, som dannede grundlag for hans senere skabende virksomhed. Sådanne oplevelser er kendt fra Shamanisme og kreative gennembrud i det hele taget. Men som

udgangspunkt for udforskning af bevidsthedstilstande- og niveauer var de mildt sagt amatøragtige. Alle, der har arbejdet med sådanne tilstande, ved, at det kræver erfaring, vejledning og særlige teknikker, langsom og systematisk træning, et fællesskab som fx et kloster eller et ashram, eller i det mindste tæt kontakt med en lærer eller terapeut, indtil man kan gå selv. Men også her afspejler Jungs ”den der er ene er stærk” holdning sig. Han gør det selv og uden en kompetent støttende relation.

Umodne forsøg som Jungs plejer – som jeg har erfaret mange gange – at producere en dobbelt holdning af fascination og blokering. En sådan svingen mellem tiltrækning og angst er tydelig tidligere i Jungs livshistorie. Det forekommer mig sandsynligt, at de private oplevelser med ubevidste kræfter har påvirket Jungs teorier og terapeutiske stil. Udover den manglende forståelse for bevidsthedstilstande og niveauer, kan de have udløst hans negative holdning til lange frie associationskæder, og det kan have ligget bag hans fantasiteknik *aktiv imagination*. Ved den aktive imagination går klienten i vågen tilstand så at sige ind i en fantasi og går i dialog med personer og situationer. Det er en del af metoden, at man ikke bare lader fantasien flyde, men at jeget aktivt tager stilling til billederne. Selv om metoden kan være udmærket i mange sammenhænge, har den som bivirkning, at det fremkomne materiale lidt for let bliver intellektualiseret og kan bygge på ønskeforestillinger, som er inspireret af læsning af jungiansk litteratur. Af Jungs erindringer fremgår det, at det som især fascinerede ham, var de parapsykologiske oplevelser, han havde. Både i den østlige filosofi og inden for den kristne mystik bliver dette betragtet som et ”lavere” magisk stadium, som man skal igennem og ikke blive hængende for meget i, hvis man vil nå til højere bevidsthedsniveauer. Det var disse oplevelser, der dannede baggrund for Jungs synkronicitetsteori.

På hypoteseplanet søgte Jung at løse bevidsthedsproblemet ved at beskrive bevidstheden så nogenlunde som Freud. Der er dog ofte en mangel på differentiering mellem jeg og bevidsthed, der tit nærmest beskrives synonymt. Og de sider af Jeget og ”overjeget”, som Freud beskrev som forsvarsmekanismer, har Jung ikke rigtig nogen ækvivalent til. Grundlæggende er problemet, at man umuligt kan få en reduktionistisk teori om bevidstheden til at hænge sammen med en holistisk teori om det ubevidste. Jungs teori og fortolkningssystem formår da heller ikke at fange den flydende grænse mellem bevidstheden og det ubevidste, og den manglende smidighed i modellen fører til fortolkningsmonotoni, hvor alt muligt mellem himmel og jord bliver reduceret til ”det ubevidste”.

Uanset disse indvendinger rummer Jungs arbejde et væld af ressourcer. Jungs omfattende og nuancerede forståelse af symboler, er en uvurderlig inspirationskilde, hans hypoteser om det modsatkønnede og om livsvendinger i moden alder kan videreudvikles og nuanceres. Begreber som kompensation og selvstændige (autonome) vækstprocesser foregriber systemteoriens ”selvregulering” og ”selvorganisation” for blot at nævne nogle.

I min bog *Drømmenes Dimensioner* viste jeg, at de psykoterapeutiske hovedskoler kan berige hinanden i praksis i en form for systematisk eklekticisme (metodekombination). Men skulle der ske en egentlig integration, måtte de forskellige metodiske procedurer bringes sammen under en paraplyteori, hvor de overordnede hypoteser, metateorien og erfaringsgrundlaget var konsistent. Den freudianske psykologi, der opfatter det ubevidste som primitivt og dæmonisk, var et brugbart alternativ til Jung, ej heller den eksistentielle psykologi og den kognitive psykoterapi, der nægter eksistensen af det ubevidste overhovedet. De nærmere detaljer i forhold til disse retninger har jeg redegjort nærmere for andetsteds^{xiii}. Der var efter min opfattelse brug for en model, der kunne forene fordelene ved Freuds og Jungs intrapsykeiske teorier med en teori om psyken som et åbent system. Det skulle være en teori, som kunne beskrive bevidsthedsniveauer og -tilstande og have en balanceret opfattelse af krop-sjæl forholdet. Det veldokumenterede faktum, at der inden for terapierne i stigende grad er en afvigelse mellem teori og praksis, kunne løses op med en filosofisk funderet informationsteoretisk beskrivelse af praktisk intelligens og af mesterlærebegrebet. Det skulle endvidere være muligt at forklare forskellige bevidstheds-tilstande og niveauer, og der skulle være en metodebeskrivelse af selviagttagelsens former, som de forekommer i terapi og ved kontemplation. Til forklaring af erindringens veje og vildveje behøvede jeg en nuanceret og kontekstafhængig teori om hukommelsen og en personlighedsmodel, som havde langt mere flydende grænser mellem bevidstheden og det ubevidste, end det fremgår af de gamle dybdepsykologiske teorier. Freuds såkaldte forsvarsmekanismer skulle endvidere beskrives som hensigtsmæssig informationsbearbejdning. Og hovedvægten skulle flyttes fra den en diagnosticerende, tingsliggørende holdning og det patologiserende sprogbrug, som præger megen traditionel psykoterapi, til en ressourceorienteret model. Jeg fandt det her frugtbart at anvende modeller, som byggede på moderne informationsteori, systemteori og kybernetik, som dels er tværvideenskabelige, og som dels i deres fleksibilitet og åbenhed bærer tydeligt præg af at være skabt af mennesker i en moderne virkelighed. Endvidere fandt jeg det vigtigt med en teori og en verdensanskuelse og erkendelsesteori, som kunne rumme naturvidenskabelige og humanistisk psykologiske forklaringsmodeller som komplementære forklaringsmodeller. Min betegnelse for denne model er kybernetisk psykologi og netværksteori.

Kybernetisk psykologi og netværksteori

I den kybernetiske opfattelse, som jeg har udviklet i mine bøger *Bevidsthed* og *Ubevidst intelligens* kan personligheden forstås som et manglaget, målrettet og selvoptimerende, hyperkomplekst informationssystem. Systemet har en spontan tendens til at organisere sig i et netværk af undersystemer med større eller mindre bevidsthedsgrad og forskellige, men overlappende hukommelser. Det fungerer som et parallelt processerende "neuralt" netværk, hvor mange enheder er aktive på samme tid. Systemet er åbent, men svinger rytmisk mellem tilstande med mere eller mindre omverdenskontakt.

Den kybernetiske netværksmodel bygger på den psykoterapeutiske forsknings kliniske erfaringer og på den antagelse, at ubevidste processer er mere omfattende og styrende end bevidstheden. Den støtter sig til eksperimentalpsykologiske undersøgelser, der peger på, at den normale, rationelle bevidsthed kun kan bearbejde et meget lille antal informationsenheder (20-40 bits i sekundet) sammenlignet med de mange millioner enheder, som det totale system er i stand til at bearbejde ^{xiv}. Hertil kommer de seneste årtiers forskning i ubevidst sansning og nonverbal kommunikation, som har fremlagt omfattende dokumentation for en intens ubevidst aktivitet sideløbende med vore vågne og mere bevidste psykiske processer ^{xv}. Forskningen i ubevidst sansning og nonverbalt kropssprog underbygger den systemteoretiske opfattelse, at der er en fundamental cirkularitet mellem individ og omverden på et ubevidst plan.

Den kybernetiske model, som jeg anvender på den psykoterapeutiske erfaringsverden, er inspireret af Gregory Bateson ^{xvi}, Norbert Wiener ^{xvii} og Ross Ashbys ^{xviii} arbejder. Endvidere af netværksteorien og af de seneste årtiers forskning i kunstig intelligens, her specielt Rumelhardt, McClelland ^{xix} og Smolenskis ^{xx} modeller for *Parallel Distributed Processing*, som hos disse forfattere primært har et psykologisk sigte, samt Michael Polanyi ^{xxi}, brødrene Dreyfuss' ^{xxii} såvel som Fransico Varelas ^{xxiii} filosofiske overvejelser over praktisk intelligens og informationsteori.

Praktisk intelligens

Netværksmodellen giver en videnskabelig forklaring på fænomener som praktisk intelligens og mesterlære og har sin baggrund i vestlig filosofi, hvor en række fremtrædende filosoffer, som fx Aristoteles, mente, at visse områder af virkeligheden - herunder praktisk viden - ikke kan forstås rationelt, men kun ud fra en intuitiv praktisk fornuft. Dette kommer også til udtryk i den angelsaksiske common sense-filosofi og hos den franske filosof Blaise Pascal, der mente, at perceptionen og den almindelige hverdagsviden måtte baseres på erfaring, følelser og intuition. Også Wittgenstein, Heidegger, Merleau-Ponty og andre moderne filosoffer, der prøvede at komme tæt på hverdagens erfaringer, fandt, at perception ikke kan forklares ud fra anvendelse af logiske regler på adskilte enkelte elementer. Merleau-Ponty mente således, at vor forståelse af verden dybest set er en praktisk viden baseret på vor evne til at lære fleksible adfærdsmønstre ^{xxiv}. Den engelske læge, kemiker og filosof Michael Polanyi indførte begrebet "tacit knowledge" eller "tacit knowing" for den "tavse viden", vi ikke kan begrunde eller forklare i ord, og som vi måske aldrig har været bevidste om. Den tavse viden er ifølge Polanyi en fundamental vidensform, som danner basis for al anden viden. Den er ikke baseret på regler, og den er grundlæggende rodfæstet i kroppen ^{xxv}.

Også inden for kunstig-intelligens-forskningen er der opstået en stigende erkendelse af, at den menneskelige praktiske intelligens ikke arbejder ved logisk deduktion ud fra regler og træk, men at den overvejende fungerer ved holi-

stisk mønstergenkendelse. Den menneskelige virkelighed er så kompleks, at det selv i de simpleste hverdagssituationer ikke er muligt på forhånd at opstille lister over alle tænkelige hverdagshændelser og kombinere dem ud fra logiske regler. Skal en computer udvise menneskelignende træk, må den lære i praksis. Ved denne praksislæring opbygges langsomt et utal af skemaer eller programmer over, hvordan verden er beskaffen i forskellige situationer, og et tilsvarende sæt programmer og manuskripter for adfærd og handling. Skemaerne fungerer som holistiske mønstre, der samler et væld af informationer i stadig bevægelse og forandring^{xxvi}.

I enhver given situation, systemet kommer ud for, søger den det indre skema eller program, der matcher bedst med det samlede billede af situationen^{xxvii}. Når tilstrækkeligt mange træk matcher, låser systemet sig fast på en fortolkning og handler efter dette mønster, indtil det modsatte er bevist. Det trives med ufuldstændig information, det fortolker sig frem og udfylder automatisk hullerne i sin viden med en omfattende praksisindlært erfaring for, hvordan det normalt går til i menneskenes verden^{xxviii}.

Oplevelsesparametre

Centralt i den kybernetiske teori er, at oplevelsesmåder som følelser, indre fantasibilleder og kropsfornemmelser rummer lige så præcis information om personligheden som den rationelle verbale bevidsthed. Disse oplevelsesmåder eksisterer ikke - som i den traditionelle psykoanalytiske opfattelse - i en hallucineret sammenblanding i det ubevidste. I netværksmodellen er de informationskoder, der rummer langt mere information end den lineære sproglige bevidsthed. Enhver oplevelse er indkodet på alle disse oplevelsesparametre på hensigtsmæssig måde, og de kan anvendes i effektive søgeprocesser i systemets hukommelse.

Mennesket har desuden en evne til at erkende "supramodalt", dvs. på tværs af bevidsthedens normale opdeling i oplevelsesmåder. Som den moderne spædbarnsforskning har vist, er denne evne medfødt. Et spædbarn kan umiddelbart overføre et synsindtryk (fx at række tunge) til en bevægeimpuls, det kan se, hvordan en sut vil mærkes i munden, og registrere, hvornår en lyd er mere intens end et lysindtryk^{xxix}. Som voksne bruger vi automatisk denne evne i enhver situation, hvor vi mærker eller udtrykker komplekse følelser, holdninger og adfærd. Vi får sommerfugle i maven, oplever en hjertegribende situation, får en klump i halsen. Vi synes, at en person er kold, varm, hård eller blød osv. – alt sammen supramodale oplevelser

I den psykoterapeutiske situation har anerkendelsen af de ikke-intellektuelle oplevelsesparametre som konstruktive udtryk for selvregulering afgørende betydning for hukommelsen, for kommunikation med andre, for terapi og for kreativitet. I den normale hverdags bevidsthedstilstand har vi mest tiltro til den verbale tankevirksomhed, men skal vi i

kontakt med ubevidst materiale, sker det bedst ved aktivering af følelser, kropsoplevelser, indre billeder og supramodale tilstande.

Traumatiske oplevelser, som er udsat for "motiveret glemsel", fremkaldes lettere og mere troværdigt ved følelsesmæssige, kropslige og visuelle "associationer" end ved intellektuel rekonstruktion^{xxx}. Evnen til at knytte bevidstheden an til produktive associative netværk via kropsoplevelser, følelser og indre billeder er endvidere afgørende i forbindelse med kreative processer.

De ikke-intellektuelle oplevelsesparametre anvendes explicit i oplevelsesorienterede terapiformer, og de spiller ved alle terapiformer en væsentlig rolle for den terapeutiske alliance. Også en lang række andre psykiske aktiviteter beror på evnen til at orientere sig via andre oplevelsesmodaliteter end den rationelle bevidsthed og at kombinere dem supramodalt.

Personificerede systemer

Psyken har en tendens til at manifestere sig i delpersonligheder eller roller, som gennemspiller typiske forløb i forskellige sammenhænge. Delpersonlighederne danner tilsammen en distribueret intelligens, der bidrager til at regulere vores kommunikation ved at organisere - overvejende ubevidste - forestillinger om en hvilken som helst person, vi møder, og iværksætter lynsnart de relevante handlingsprogrammer. De indsamler, opdaterer og afprøver erfaringer med forskellige kategorier af mennesker: mødre, fædre, børn, arbejdskammerater, partnere osv. Vi behøver ikke at lære en ny person at kende helt fra grunden. Vi kan bygge på tidligere erfaringer med den kategori, som personen ifølge vor erfaringsbaserede fantasi falder ind under. Vi laver indre modelsimulationer og søger efter det mønster, der passer bedst til modellen.

Personificeringen kan forstås som en effektiv måde at transportere holistisk information i sammenhængende mønstre samtidigt og med en kompleksitet, som langt overgår, hvad den rationelle bevidsthed kan rumme.

Også vor ydre adfærd og de forskellige roller, vi har i livet, kan tænkes at være reguleret af sådanne arbejdsmodeller. Vi har selv mange roller med hver deres fortid, nutid og fremtid, med hver deres tankemønstre, følelsesregister og kropssprog, og vi kan lynhurtigt og uden slinger i valsen glide fra den ene rolle til den anden. Både fra et informationsteoretisk synspunkt og fra et praktisk erfaringsmæssigt vil det være umuligt bevidst at holde styr på rollerne, de fungerer automatisk på baggrund af en "tavs viden", afhængig af den kontekst, vi befinder os i. De sørger for, at vi med legende letthed, når vi er i selskab med andre, kan skifte holdning og stemningsleje på en mangeartet måde, alt efter hvad situationen kræver.

De indre delpersonligheders aktivitet aflaster hermed vores bevidsthed. Mens vi tænker abstrakt, målrettet og løser rationelle problemer, tager de sig automatisk af følelsesmæssige og kropssproglige aspekter af kommunikationenⁱ

Åbne systemer, lukkede systemer og kybernetiske niveauer

Moderne terapier, som er inspireret af systemteorien, har understreget den fundamentale cirkularitet (vekselvirkning) mellem individ og omverden. En omfattende forskning i ubevidst sansning og nonverbal kommunikation, som jeg har fremlagt i *Ubevidst Intelligens* viser, at det ubevidste konstant er aktivt i samspillet mellem individ og omverden og præger vores kommunikation og mellemmenneskelige kontakt på meningsfulde måder^{xxxii}.

Mange undersøgelser peger på, at vi læser andres kropssprog intuitivt langt hurtigere, end bevidstheden er i stand til, og at der i enhver dialog finder en spontan kropssproglig imitation sted uden om bevidstheden. Ofte "oversættes" læsningen af partnerens kropssprog til en anden oplevelsesform: i det supramodale rum er det muligt at mærke, hvordan det ville være at sidde som den anden, at føle hans tanker og tænke hans følelser^{xxxiii}. I den terapeutiske situation findes der således ingen neutralitet. Det optimale er at skærpe opmærksomheden på sin krops egne naturlige reaktioner, intensivere indfølingen i den anden og gennem egenterapi og supervision at lære sine egne følelser og motiver bedre at kende.

Den moderne spædbarnsforskning viser ligeledes, at kommunikation og indlæring af følelser og social adfærd starter langt tidligere og på en langt mere omfattende måde end hidtil antaget. Allerede ved fødslen er det sandsynligt, at barnet begynder at personificere^{xxxiii}.

En personlighedsteori, som vil være i overensstemmelse med den nyere forskning bør derfor - hvad enten den primært beskæftiger sig med bevidstheden eller det ubevidste - opfatte personligheden som et åbent system.

Den kybernetiske model kan rumme erfaringer fra både de omverdensrelaterede terapier og de intrapsyke. I den kybernetiske forståelse svinger psyken spontant mellem tilstande, hvor den er optaget af tilpasning til yderverdenen, og tilstande, hvor den strukturerer den indkommende information i forhold til personlighedens mere overordnede styring. Når man afsondrer personligheden fra de sædvanlige stimuli og tilpasningsopgaver - når man går fra online til offline - bliver der et meget stort overskud af informationskapacitet, som potentielt anvendes til den overordnede, overvejende ubevidste organisation af den psykiske helhed. Psyken trækker sig spontant og naturligt tilbage til mere vegeerende, indadrettede tilstande i en meget stor del af vores liv: i drømme og søvn, ved afspænding, inspiration, eller mere fantasibetonet virksomhed, som hele tiden veksler rytmisk med rationel tænkning.

Indre tilstande og nødvendig kompleksitet

En grundantagelse i den kybernetiske psykologi er "loven om nødvendige variationsmuligheder" (nødvendig kompleksitet). Den udsiger, at et systems reguleringsevne potentielt forøges, jo større informationskapacitet og kompleksitet det er i besiddelse af ^{xxxiv}.

Tilbagetrækningen til tilstande, hvor psyken ikke er optaget af tilpasningsopgaver, er potentielt højere-niveau tilstande i det psykiske hierarki, hvor der er mulighed for mere omfattende omprogrammeringer. Her omorganiseres den indkommende information, sammenlignes med tidligere erfaringer og integreres med overordnede livsmål i en selvregulerende aktivitet og med andre oplevelsesmåder end den rationelle bevidstheds. Den terapeutiske situation er en sådan tilbagetrækning fra de sædvanlige stimuli, hvor terapeut-klient i en systemisk relation modelsimulerer indre konflikter og mulige nye løsninger.

At tilbagetrækning fra ydre påvirkninger og opmærksomhed på indre tilstande kan føre til højere niveau oplevelser, er kendt fra de østlige meditationsskolelernes erfaringer. Teknikker til bevidsthedstræning herfra har jeg kombineret med erfaringer fra vestlig psykoterapi, og udviklet til en kybernetisk teori om bevidsthedstilstande og bevidsthedsniveauer samt en metode til systematisk introspektion i og uden for terapierne. Det sidste danner grundlag for og kan være et vigtigt redskab både i relationsarbejdet og i klientens egen aktivering af indre selvregulerende processer.

Det indebærer også en beskrivelse af "informationstøtte bevidsthedstilstande" med særlig bevidsthedsklarhed. Sådanne oplevelser kan ligeledes opstå spontant i forbindelse med nærdødsoplevelser, højdepunktsoplevelser og skabende arbejde. Og de optræder ligeledes hyppigt i forbindelse med livets store overgangsoplevelser. Dette kan inddrage jungianske erfaringer med personlighedsudvikling i de modne år.

Emergens

I neurale netværk er systemets viden fleksibel og kontekstafhængig, men fleksibiliteten af skemaer og programmer varierer. Der eksisterer skemaer, som ved bestemte typiske input hurtigt låser sig fast på en stiv fortolkning, og mere bløde skemaer, som hurtigere kan ændre sig, hvis der kommer supplerende information til. I det parallelle netværk er endvidere de overordnede programmer ikke statiske strukturer. De organiserer sig dynamisk fra mindre enheder og skaber herved ad hoc forskellige varianter af mere overordnede programmer ^{xxxv}. Emergens kaldes det. Der findes ikke ét mørkompleks eller én anima, der eksisterer ikke noget overjeg, et klippefast ego, et id eller et "indre barn" udover i metaforisk betydning. Delpersonligheder opstår i bestemte indre eller ydre situationer, de er emergente fænomener. Hermed kan modellen, når den anvendes i praksis, danne basis for en oplødning af de forskellige psykologiske retningers ofte firkantede fortolkninger og reduktionistiske forklaringer og grænsestridigheder vedrørende delpersonligheder og objekter.

At netværket besidder emergente egenskaber, har afgørende betydning for hukommelse og søgeprocesser og indebærer revisioner af begreber som fortrængning, forskydning, isolation osv., samt for hele diskussionen omkring "motiveret glemsel" af traumatiske erindringer. I netværksforståelsen eksisterer der ikke en færdig videofilm lagret af nogen begivenhed. Episodisk eller generaliseret hukommelse kan aktiveres i en kontekst, som er medbestemmende for, hvilke aspekter af begivenheden der huskes og på hvilken måde.

I mange tilfælde af traumatiske begivenheder er hukommelsen fragmenteret, enten på grund af angst, eller fordi personen ikke har haft mulighed for komme til en forståelse af oplevelsen sammen med en faciliterende voksen, eller direkte er blevet presset til at fornægte den. En samlet erindring om begivenheden kan opstå i en emergent proces, når en terapeut kan skabe den nødvendige trygge, samlende og spejlende ramme. Her kan oplevelsesparametre som kropsfølelser, følelser og indre billeder være mere effektive i søgeprocessen end den rationelle verbale forståelse. Der findes således principielt ikke fortrængte eller forskudte eller isolerede erindringer, men erindringer, som bliver til i en ny kontekst. Og det er dette tilblivende højere-niveau skema, der giver klienten ny mening og forståelse til en gammel situation. Den stadig pågående og nødvendige diskussion af, hvordan man skelner mellem ægte og falske (endda terapeutinducerede) traumatiske erindringer, kunne nuanceres betydeligt med en ændret begrebsramme, som bygger på emergens og på forskning i de ikke-rationelle oplevelsesmåders fænomenologi. Som jeg har søgt at vise i *Ubevidst Intelligens*, åbner det mulighed for at kombinere resultater fra almenpsykologisk hukommelsesforskning med psykodynamiske erfaringer.

Personligheden som selvorganiserende system.

I de psykoanalytiske teorier, som har domineret det 20-århundredes psykoterapi, opfattes menneskets indre som en krigsskueplads, hvor bevidstheden forsvarer sig mod et dæmonisk ubevidste, og spædbarnet beskrives som en evolutionær fejlkonstruktion. Freud talte om barnets konstitutionelt for tidlige fødsel^{xxxvi} med henvisning til, at det i modsætning til dyreunger kun sent kan klare sig selv. Og Margaret Mahler og medarbejdere opfattede barnet som "instinktsvagt". Tilsvarende har erfaringer fra arbejde med neurotiske forstyrrelser bevirket en afsmitning af en klinisk og patologiserende terminologi på normalpsykologien. Spædbarnet er "polymorft perverst", normale udviklingsfaser er ifølge Melanie Klein "paranoide" og "skizoide", og normale karaktertyper betegnes af Lowen som masochistiske og psykopatiske.

Heroverfor tyder den moderne empirisk baserede spædbarnsforskning på, at barnet har formidable følelsesmæssige og intellektuelle evner, og at det er et socialt individ, der fuld af videbegærlighed udforsker verden^{xxxvii}. I stedet for at fokusere på påståede fejl og mangler inde i barnet vil det være langt mere frugtbart at lade ressourcerne i den

kolossale fælles motivation, som ligger i samspillet mellem barnet og dets økologiske niche (dvs. de nærmeste omsorgspersoner), være fundament for teoretiske og praktiske overvejelser.

Man kan således se spædbarnets særlige situation som særdeles gunstig for en form for vidensopbygning, der giver mennesket en formidabel overlegenhed. Kybernetikkens fader Norbert Wiener gjorde opmærksom på, at en overvejende lineær forprogrammering som hos dyrene, der kommer næsten flyvefærdige til verden, potentielt giver færre valgmuligheder og mindre fleksibilitet i forhold til omgivelserne end vidensopbygning via non-lineære feedbackmekanismer mellem organisme og miljø^{xxxviii}. Det midlertidige afkald på udvikling af fysiske undersystemer giver hos spædbarnet informationsoverskud til at udvikle højkomplekse og artsspecifikke følelsesmæssige og sociale færdigheder.

Der tales inden for humanetologien om det "præprogrammerede menneske", som er en parallel til Jungs forestillinger om arketyperne. Men jeg finder det vigtigt og i overensstemmelse med Bateson og andre moderne systemteoretikere, at forprogrammeringen ikke eksklusivt angår spædbarnet, men vedrører organismen-i-sit-miljø^{xxxix}. Allerede i fostertilstanden er der, som bl.a. den amerikanske præ- og neonatale forsker Heidelise Als har påvist, en tæt systemisk relation mellem barnet og den økologiske niche dvs. moderen. De to systemer udvikler sig med imponerende epigenetisk synchronicitet⁴⁰.

Præprogrammeringen forstået på denne måde er grundlag for et ubevidst informationsnetværk, som jeg har kaldt intelligent, fordi det efter min opfattelse mestrer problemløsning og reflekteret, konstruktiv reaktion på ydre påvirkninger, fortolkning og regulering af store datamængder, langtidspanlægning, abstraktionsevne og kreativ kombinations-evne.

Sammenlignet med hverdagsbevidsthedens få bits har dette informationssystem enorme informationsmængder til rådighed. At det ikke uden videre er tilgængeligt for den normale bevidsthed, kan populært sagt forstås som en beskyttelse mod, at det lille system "hacker" sig ind i overordnede styresystemer og skaber forstyrrelser i dem. Dynamisk psykoterapi er en måde til at få adgang til de overordnede systemer og skabe omfattende strukturelle forandringer i personligheden. Arbejde med indre delpersonligheder og relationer spiller her en vigtig rolle.

I lære som menneske

Lige fra fødslen organiserer barnet holistisk information om verden gennem forestillinger om personer eller aspekter af disse: mor og far, bror og søster, bedstemor og bedstefar, osv. Barnets eksklusive valg af omsorgspersoner kan efter min opfattelse ikke forstås ensidigt ud fra en biologisk tilknytningsteori.

Fra et kybernetisk synspunkt må ethvert informationssystem lægge begrænsninger på sig selv, ellers ville systemet simpelthen ikke vide, hvad det skulle gøre. Det ville drukne i ukvalificeret information⁴¹. Barnets følelsesmæssige og sociale indlæring er en praksislæring. Det står i lære som menneske hos de nærmeste omsorgspersoner og bliver herigennem i stand til at håndtere en stigende følelsesmæssig og social kompleksitet. Når det i nogen tid især har koncentreret sig om moderens kommunikative repertoire, synker informationen ned i det ubevidste, hvor det fungerer som tavs viden, som når vi har lært at køre på cykel eller skrive på et keyboard. Det kan anvende færdigheden, men husker ikke, hvordan den opstod. Hermed aflastes bevidstheden for kompleksitet, så den kan påtage sig nye opgaver. Modernetværket giver plads for fadernetværk, søskendenetværk osv. Det personlige selv eller jeget viser sig på et trin i udviklingen som oplevelse af en bestemt identitet, en fast hukommelsesstruktur med en særlig livshistorie og en konstant følelse af at være den samme. Barnets kønsidentitet i den givne kultur er en særdeles betydningsfuld informationskode i denne sammenhæng. Det modsatkønnede bruges modsvarende som kode for psykiske egenskaber, som barnet også har, men ikke realiserer i samme udstrækning. Der åbnes hermed for en fleksibel kønsopfattelse, der tager højde for individuelle og kulturelle variationer.

I takt med de overordnede forandringer i personligheden gennemgår også de vigtigste undersystemer stadige udviklingsprocesser. En delpersonlighed kan køre på lavt blus i en periode for at give plads for andre deles udvikling. Men senere får den en mere fremtrædende rolle. Systemer, som i visse livsstadier fungerer overvejende ubevidst, kan samle information og anvende den, når de senere træder ind i bevidsthedens forgrund. Over for den traditionelle opfattelse, at personligheden stort set er færdigdannet efter puberteten, og at personligheds-udvikling og terapi består i at reparere, hvad der gik galt engang, sætter den kybernetiske teori en livslang udvikling med et fortsat samspil mellem individ og omverden⁴².

Praksislæring i terapi og pædagogik

At følelsesmæssige og sociale færdigheder erhverves overvejende ved praksislæring, har vigtige konsekvenser for forståelse af opdragelse, pædagogik og terapi. Klienter, elever og børn personificerer henholdsvis terapeuter lærere og forældre. Men processen går også den modsatte vej. Rosenthals berømte undersøgelser af, hvordan elevers præstationer var dybt afhængige af de forventninger, lærerne mødte op med, er blevet underbygget af senere undersøgelser⁴³. Læreren er derfor nødt til at tage den personlige faktor i betragtning, hvis han vil fungere optimalt. I terapi er det i særlig grad terapeutens evne til at koble sig ind i klientens informationsnetværk og optimere hendes oplevelse af selvværd og kompetence, der er afgørende og langt vigtigere end fortolkninger og adfærdskorrektioner. En stor del af forholdet udspiller sig på

ikke-rationelle oplevelsesparametre i kroppen og det supramodale rum. Terapeuten udsender spontant utallige følgesignaler til sin verbale forståelse, og disse bearbejdes bedst ved egenterapi og supervision

Delpersonligheder og psykopatologi

Patologiske personlighedsspaltninger kan i mange tilfælde forstås som hensigtsmæssig informationsbearbejdning under meget belastende forhold. Det er i overensstemmelse med megen aktuel forskning i og klinisk erfaring med PTSD-syndrom at opfatte spaltningerne som mestringsstrategier⁴⁴. Et barn, der er udsat for gentagne seksuelle overgreb fra en nærtstående, kan fx lære at trække bevidstheden tilbage fra kroppen og ind i en anden verden. Et barn, hvis far er alkoholiker, men som nægter sit problem, kan være nødt til at spille faderens spil, når han er hos far, og et andet hos mor⁴⁵. I vore dage udøver de fleste skilsmissebørn et weekend-diplomati, som beror på sådanne roller, der er indkodet på alle oplevelsesparametre.

Informationsteoretisk er distribueret information mindre sårbar end information, som går gennem en central bearbejdningseenhed, og det sikrer i praksis barnets psykiske overlevelse og balance i forhold til skiftende omgivelser. Da så meget står på spil, er de traumatiserede systemer "sikkerhedskodede" og trækker sig tilbage på de mest bevidsthedsfjerne oplevelsesmodaliteter, hvor der er en prævalens af kropsligt-somatiske symptomer⁴⁶. Kropsforståelse og kendskab til ikke-rationel kommunikation er derfor vigtig i psykoterapi med disse tilstande.

I forbindelse med traumatiske oplevelser er det min erfaring, at det *ikke* er genoplevelse af den traumatiserende situation, der har helbredende virkninger, men terapeutens og klientens evne til sammen at omskabe den indre begivenhed til en positiv som-om oplevelse. Fx ved at aktivere fantasier om virkelige eller som-om personer, som kunne have været til støtte under den traumatiske oplevelse, og gøre dem til levende dele af klientens indre univers. Terapeuten selv bliver i kraft af den terapeutiske alliance en sådan god indre person. Også den seneste forskning af "mønsterbrydere" peger på, at netop evnen til og muligheden for at skabe positive erstatningsrelationer er afgørende overlevelsesstrategier.

I sårede områder af sindet fungerer delpersonligheder hos alle mennesker som stive skemaer, der har få enheder fælles med andre delpersoner. Får vi et forkert input, kører vi ud ad tangenten, og kun vore omgivelser bemærker, at vi for en stund bliver urimelige og derefter falder tilbage til vort gamle jeg. Vi har selv svært ved at forbinde områderne bevidst. Den terapeutiske opgave går ikke på at afskaffe delpersonlighederne, men på at give dem flere fælles enheder.

En progressiv teori

Den kybernetiske teori og netværksmodellen giver efter min opfattelse en mere fleksibel beskrivelse af mennesker og deres verden end de ældre ofte meget firkantede teorier, der inviterer til fastlåsende forenklinger og spekulative overfortolkninger. Den går ud fra individets potentielle kompetence og matcher en kompleks og omskiftelig verden, som kræver stadig forandring og omstilling af den enkelte. Den flytter den overordnede interesse fra påståede fejl inde i personen til ressourcer, der kan udvikles i forhold til omgivelserne, og den beskriver det ubevidste på linie med kreative og inspirative oplevelser. Dens menneskebillede passer hermed til en progressiv opfattelse inden for terapi, pædagogik og det almene liv.

Litteratur

- ALS, H. (1982): »Toward a synactive theory of development: Promise for the assessment and support of infant individuality.« *Infant Mental Health Journal*, 1982, 3, 229-243.
- ASHBY, ROSS: (1961) *An Introduction to Cybernetics*. Chapman and Hall, London.
- BATESON, GREGORY: (1979) *Mind and Nature*. New York.
- BOADELLA, D.: (1993) *Livskilder*. (Lifestreams.) London 1987.
- DREYFUS, H. og DREYFUS S.: (1991) *Intuitiv ekspertise* (Eng. udg. Mind over Machine 1986) Munksgaard, København.
- DSM IV *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders*. American Psych. Ass. 1995.
- ELSBORG, STEN et alii: (1999) *Den sociale arv og mønsterbrydere*. (Danmarks Pædagogiske Institut, København.)
- ENEMARK, KJELD HØHER: (1992) *Det ubevidstes semiotik*. Psyke & Logos, Nr. 1.
- HOELLER, S.A.: (1982) *The Gnostic Jung*. The Theosophical Publishing House, London.
- JUNG, C.G.: *Psychology of the Transference*.
- JUNG, C.G.: (1966) *Nutid og fremtid*. Gyldendal, København.
- JØRGENSEN, PER SCHULTZ: (1997) Skoletrivsel blandt 11-15-årige børn i Danmark. *Nordisk Psykologi*, 1, 49(4)-287-308.
- KERNBERG, OTTO F.: (1998) *Kærlighedsforhold*. (Eng. udg. Love Relations, 1995) Hans Reitzel, København.
- KOHUT, HEINZ: (1983) *The Analysis of the Self*. International Universities Press N.Y.
- NAGY, M.: (1991) *Philosophical Issues in the Psychology of C.G. Jung*. State University of New York Press.
- POLANYI, M.: (1966) *Tacit dimension*, Cloucester, Mass. Peter Smith. Ed.1983th.
- PUTNAM, F.W., GUROFF, J.J., SILBERMAN, K.K. et alii (1986): »The clinical phenomenology of multiple personality disorder: review of 100 cases. *J. Clin. Psychiatry*. 47:285-293.
- RUMELHART, D. et alii: (1986) Schemata and sequential thought I McClland, J.L., & Rumelhart, D.: *Parallel Distributed Processing II*. The MIT Press, U.S.
- SMOLENSKY, PAUL: (1986) Information Processing in Dynamical Systems i *Parallel Distributed Processing I*, s. 209-210. The Midpress, U.S.
- TREWARTHEN, COLWYN, & AITKEN, K.: (1994) Brain development, infant communication, and empathy disorders ... I *Development and Psychopathology*, 6: 596-633, Cambridge University Press.
- VAN DER KOLK, B.A.: (1994) The body keeps the score: Memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. *Harvard Review of Psychiatry*, Jan/Febr., 253-265.
- VARELA, FRANCISCO J. et alii: (1991/1995): *The Embodied Mind. Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, Massachusetts, London: The MIT Press.
- VEDFELT, OLE: (1985/1996) *Det kvindelige i manden*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, OLE: (1997) *Drømmenes Dimensioner*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, OLE: (1996(1998) *Bevidsthed*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, OLE: (1998) *Traumatisk erindringer, fantasi eller virkelighed?* Upubliceret rapport til Statens Humanistiske Forskningsråd.
- VEDFELT, OLE: (2000) *Ubevidst intelligens. Du ved mere, end du tror*. Gyldendal, København.
- VEDFELT, OLE: (2001) *Omedveten intelligens*. Natur och Kultur, Stockholm.
- WIENER, NORBERT: (1948/1994) Cybernetics and Psychopathology i *Cybernetics*, s. 144-154. The MIT. Press, Mass. U.S.
- ØLGÅRD, BENT: (1986) *Kommunikation og økomentale systemer ifølge Gregory Bateson*. Ask, København.