

Svend Brinkmanns bok "Ståsteder" er et nyttig korrektiv til vår tids instrumentelle tidsånd og den individualistiske, selvrealiserende psykologien. Samtidig gjør han det i overkant enkelt for seg selv når psykologien gjøres identisk med selvhjelpsbøker og managementlitteratur.

Men ... er det nyttig?

Brinkmann er bekymret for en samtid hvor vi hele tiden skal ta unna, være effektive og produktive. Og blir vi ikke vurdert av ulike styringsverktøy, er vi fullt i stand til å vurdere oss selv, der vi lever i et panopticon hvor vi jevnt og trutt vurderer effekten av vår innsats. Som antall publiseringspoeng, pasientgjennomstrømning, antall likes og om vi har nådd våre 10.000 skritt om dagen. Vi snakker om en samtid hvor stress like mye er en hedersbetegnelse som en lidelse.

Nå er det ikke noe galt i å veie og måle våre gjøremål, og skal du lage en god kake er det selve fundamentet for å lykkes. Men langt for ofte har vi mistet formålet av syne, slik at vi ikke lenger vet hvorfor vi legger så mye arbeid i våre innsatsvurderinger. Når ble antall artikler det sentrale i akademien? Når ble dokumentasjon det viktigste styringsverktøyet i psykisk helsevern? Når ble livskvalitet å telle kalorier, måle søvn og loggføre fysisk aktivitet på mobilen?

I instrumentalismens tidsalder har våre aktiviteter mistet sin egenverdi, skriver Brinkmann. Når vi elsker, er det fordi det er godt for oss og gjør oss gladere og lykkeligere. Og tar vi ansvar, er det for å realisere oss selv, ikke for å bygge et fellesskap som er større enn en selv. Ja, kanskje blir man president mest for å bygge firmaets merkenavn, og ikke for landets beste?

Vaksinen

Vi trenger derfor et botemiddel mot vår tids tendens til å gjøre alt til et instrument for å oppnå noe annet. Det betyr at vi trenger å finne frem til fenomener som har verdi i seg selv, skriver Brinkmann. Finner vi disse, se da har vi funnet våre ståsteder hvorfra vi kan hente næring og mening. Siden psykologien for Brinkmann er lite annet enn et uttrykk for vår tids instrumentalisme, er det til filosofien han søker for å finne en vaksine mot vår tids rastløse jag. Og her finner han tenkere som ser at kjærlighet og ansvar har egenverdi, akkurat som løftet, verdighet, sannhet, frihet og de andre verdiene han tar for seg har det.

Hans utvalg av verdier kan sikkert diskuteres, noe han selv også er klar på. Men som et utgangspunkt for at dagens stressede, utilfredse mennesker kan finne frem til hva som har verdi i egne liv, finne frem til sine ståsteder, er utvalget mer enn godt nok. Og i kompetanseutviklingens tidsalder er det jo greit å stoppe opp og spørre seg: er det viktig med denne kompetansen? Som en eldre arbeidstager jeg snakket med sa en gang: Hvorfor får jeg aldri bruke det jeg allerede kan? Hvorfor skal jeg alltid lære noe nytt?

Psykologiens fravær

Det er lite galt at en psykolog søker til filosofien for å finne svar, og nylig avdøde Jerome Bruner er blant de som har uttrykt bekymring over at psykologien har mistet forbindelsen til sine filosofiske røtter. Jeg synes også det er verdt å diskutere nytten av (pun intended) en psykologi som i stor grad underbygger et samfunn hvor enhver har ansvar for å være sin egen lykkes smed og ta ansvar for egne liv, eget lidelsestrykk inkludert. I en tid hvor ungdom opplever stressnivåer en toppleder verdig, er det helt rimelig å spørre om den psykologiske tidsalderen truer det individet det i sin tid ønsket å sette fri. Og hvis det er idealet om det autonome, selvrealiserende mennesket som gjør at vi har havnet i lidelsesbildene som tegnes i dag, er det jo et paradoks at vi foreskriver mer individuell mestring som løsning. Samtidig bør man spørre seg hvorfor det nettopp er psykologer og psykologien som i så stor grad etterspørres i vår tid. Det kan være tidsånd og tilfeldigheter, men kan også skyldes at faget tilbyr verdifulle svar på både individuelle og kollektive problemstillinger, i hvert fall bedre svar enn hva mange andre fag har på per i dag.

Et kritisk blikk er vel og bra, men alene gir det ikke dybdesyn. Brinkmanns kritikk av psykologiens tidsalder er legitim, men ville stått sterkere hvis han også dro veksler på nettopp psykologien. Når han kritiserer selvrealiseringsideales karikerte "tenk positivt", skuler han til stoikerne streben etter et realistisk verdensbilde. Slik sett reflekterer hans kritikk Barbera Ehrenreichs kritikk av selvutvikling og den positive psykologiens i boken "Livets lyse sider". Men en viktig del av selvhjelps litteraturen bygger på kognitiv terapi, som tross sine instrumentalistiske sider (hvilke hjelpetilbud har ikke et preg av det?), også understreker at klienten skal få et mer realistisk bilde på verden. Ja, en av den kognitive terapien fremste talsmenn i Norge – Arne Repål – har gjentatte ganger betont at stoikerne og kognitiv terapi har mye til felles.

Det er heller ikke noe galt i å ta tak i Aristoteles og begrepet eudaimonia – som handler om det overordnede gode livet – for slik å se hvordan vi kan forstå det meningsfylte liv. Men for denne leseren er det merkelig at han ikke en eneste gang ser på den forskningen psykologer nettopp har gjort på eudaimonia. Det er synd at Brinkmann har en slik berøringsangst i forhold til eget fag, for bokens fag- og samtidskritikk ville tjent seg på det.

Skrivekunst

Uansett, dette er en mer enn leseverdige bok. For Brinkmann skriver godt, ja, til tider på randen av for godt: Det hele flyter så lett og setningene er så velformulerte at man begeistret lar seg rive med av argumenter formulert av en slepen penn, overbevist av hans formuleringsevne. Som leser må jeg derfor legge inn en motstand, en slags strafferunde for ettertanken, for at jeg skal få tak i tanken bak setningen, finne dens innhold, dens mening, og ikke bare la meg rive med av det tilsynelatende korrekte. Dette er ikke ment som kritikk. Snarere er det ment som en oppfordring til leseren om å ikke bare la seg drive med, men stoppe opp og spørre teksten: Er dette riktig? Er jeg enig? Hva betyr dette for meg? Leser man teksten med litt motstand, med litt uvilje, kan det jo være at det nettopp gir den effekten Brinkmann sikter mot: At leseren finner sine ståsteder.

Anmeldt av Bjørnar Olsen, psykolog og sjefredaktør i Tidsskrift for Norsk psykologforening
www.psykologtidsskriftet.no

