

NyS

Forfatter: Thomas Wiben Jensen [*Sprog, forståelse og handling*]
Anmeldt værk: Christina Fogtmann: *Forståelsens psykologi. Mentalisering i teori og praksis*
Kilde: *NyS – Nydanske Sprogstudier 48. Sprogtilegnelse*, 2015, s. 164-173
Udgivet af: NyS i samarbejde med Dansk Sprognævn
URL: www.nys.dk



© NyS og artiklens forfatter, 2015

Betingelser for brug af denne artikel

Denne artikel er omfattet af ophavsretsloven, og der må citeres fra den. Følgende betingelser skal dog være opfyldt:

- Citatet skal være i overensstemmelse med „god skik“
- Der må kun citeres „i det omfang, som betinges af formålet“
- Ophavsmanden til teksten skal krediteres, og kilden skal angives, jf. ovenstående bibliografiske oplysninger.

Søgbarhed

Artiklerne i de ældre NyS-numre (NyS 1-36) er skannet og OCR-behandlet. OCR står for 'optical character recognition' og kan ved tegngenkendelse konvertere et billede til tekst. Dermed kan man søge i teksten. Imidlertid kan der opstå fejl i tegngenkendelsen, og når man søger på fx navne, skal man være forberedt på at søgningen ikke er 100 % pålidelig.

Sprog, forståelse og handling

Anmeldelse af Christina Fogtmann: *Forståelsens psykologi. Mentalisering i teori og praksis*. Frederiksberg: Samfundslitteratur, 2014 (145 sider).

THOMAS WIBEN JENSEN

Vi har sikkert alle prøvet det: hvor anstrengende eller modsat berigende en oplevelse det kan være til et middagsselskab at blive placeret ved siden af menneske, man ikke har mødt før. Nogle gange slæber timerne sig afsted, og man kan næsten få følelsen af at være fanget i sin plads ved bordet. Andre gange flyver tiden. Man føler sig opløftet, let og engageret i samværet med det nye medmenneske ved siden af, og man har følelsen af at skabe et lille 'interpersonelt rum' sammen ved bordet. Den anstrengende oplevelse kan opstå, hvis personen ved siden af hele tiden udtaler sig skråsikkert og postulerende om andre menneskers handlinger og motiver uden på noget tidspunkt at sætte spørgsmålstegn ved egen (mangel på) indsigt. Den modsatte positive oplevelse er ofte præget af nysgerrighed og åbenhed. Det kan være en åben og gensidig udforskning i at lære hinanden at kende kombineret med en interesse i at forstå motivationen for menneskers måder at handle på ud fra en fleksibel, eftertænksom, men stadig nysgerrighed indstilling over for dem, der tales om.

Hvori består forskelen på de to oplevelser? Ifølge bogen *Forståelsens psykologi* af lektor Christina Fogtmann handler det om forskellige typer af *mentalisering*. Mentalisering drejer sig om evnen til at forstå andres mentale tilstande ud fra deres handlinger og adfærd. Eller mere elegant formuleret: "evnen til at se sig selv udefra og den anden indefra – eller evnen til at have 'sindet på sinde'" (side 7). Den vellykkede mentalisering handler altså om en indstilling til sin omverden og sine medmennesker. En indstilling præget af villighed til at prøve at forstå dem, man taler med, og de motiver, der driver dem i forhold til de ønsker, behov og måske problemer, som de har – og ikke mindst måden disse

viser sig på i deres handlinger. Den vellykkede middagsbordssamtale er netop karakteriseret ved, at man er opmærksom på, hvad den anden siger og gør, og er i stand til at sætte det i relation til den situation, man befinder sig i sammen med den anden – og at man derudover også er villig til at korrigere indtryk (måske et uheldigt førstehåndsindtryk) og forholde sig fleksibelt til mulige udviklinger i ”vores antagelser om den andens sind” (side 8). Den belastende eller anstrengende middagsbordssamtale kan være karakteriseret ved en *ikke-mentalisering*, hvor der slet ikke er et forsøg på at relatere andres handlinger til mentale tilstande. Nok så interessant kan den dårlige middagsbordssamtale også bære præg af *pseudomentalisering*, som umiddelbart kan ligne mentalisering, idet det ser ud som om, man beskæftiger sig med andres mentale tilstand – endda i udpræget grad. Men heri ligger netop problemet. Mentaliseringen mangler ydmyghed og fleksibilitet. Sidemanden er måske overbevist om at vide, hvordan du eller andre har det uden at have blik for, at mentale tilstande ikke er gennemsigtige. Det kan endda tage den form, at du bliver tilskrevet motiver og mentale tilstande, du slet ikke kan genkende, mens din bordherre eller borddame insisterer i en overdreven og skråsikker refleksivitet på dine vegne og ikke bemærker din modstand. Hermed overses mentaliseringens ydmyge præmis om, ”at vi aldrig til fulde kan forstå og vide, hvad der foregår i den andens sind” (side 8). At være i stand til at acceptere forskelligheder i perspektiv og samtidig have en nysgerrig, udforskende og åben indstilling er derimod helt centralt.

Begrebet mentalisering blev introduceret i starten af nullerne af psykologerne Peter Fonagy og Anthony Bateman og har i dag udviklet sig til et *hot topic* både inden for forskellige akademiske områder som udviklings- og kognitiv psykologi, pædagogik, neurovidenskab, og inden for det terapeutiske felt med en veritabel bølge af terapeutiske selvhjælpsbøger om emnet til følge. Christina Fogtmann er hverken terapeut, psykoanalytiker eller psykolog, men derimod lektor i sprogpsykologi på Københavns Universitet, og man kunne derfor forvente en mere sprogligt orienteret tilgang til mentaliseringsbegrebet. Ikke desto mindre slår hun allerede på første side fast, at hendes perspektiv i bogen er psykologisk, hvilket også er grunden til, at hun har valgt at kalde bogen *Forståelsens psykologi*. Bogen indeholder en grundig, velovervejet

og velskrevet indføring i teorien om mentalisering, som både introducerer og forsøger at videreudvikle begrebet. Efter en introduktion i kapitel 1 følger i kapitel 2 en redegørelse for mentaliseringens karakteristika, herunder forskelle mellem ikke-mentalisering, dårlig mentalisering og god mentalisering. Kapitel 3 indeholder en detaljeret redegørelse for det neurale grundlag for mentalisering i menneskehjernen og relationen til kognitive og affektive dimensioner. I kapitel 4 får vi en grundig beskrivelse af mentalisering i et udviklingsmæssigt perspektiv, hvis perspektiver udfoldes og diskuteres på forbilledlig vis. Dette følges i kapitel 5 op af en interessant redegørelse for den historiske forbindelseslinje fra psykoanalysen til mentaliseringsbegrebet samt en beskrivelse af, hvordan dele af mentaliseringsbegrebet er tæt forbundet med (men alligevel også forskelligt fra) forskningen i *Theory of Mind* og fænomenologiens begreb om primær intersubjektivitet. Begrebet mentalisering er udviklet og fortrinsvis beskrevet i en klinisk kontekst, men det er en selvstændig – og velgørende – ambition for Fogtmann at brede begrebet mere ud og knytte det an til et mere alment menneskeligt vilkår.

Fogtmann argumenterer overbevisende for, at den mentaliserende indstilling er central, ikke kun for kvaliteten af samtaler og samvær generelt, men også for vores mulighed for at etablere intersubjektivitet og dermed også måder at forstå vores egen subjektivitet på, idet ”vi lærer at forstå os selv gennem andre, og at vi, som en del af denne proces, også lærer at forstå andre” (side 23). Tankegangen i denne passage relaterer sig både til fænomenologien og til Fogtmanns eget faglige udgangspunkt i sprogpsykologien, hvis kerneinteresse ligger i ”sproget og psykens uløselige sammenknytning og denne sammenknytnings betydning for mulighederne for at opnå fælles forståelse mellem mennesker” (http://inss.ku.dk/forskning/forskning_sprogpsykologi/). Ved gennemlæsning af bogens første fem kapitler savnede jeg imidlertid flere sådanne betragtninger over sammenhænge mellem sprog, intersubjektivitet og forståelser. Det kan undre, at bogens fokus og vægtning er så udtalt psykologisk, Fogtmanns egen faglighed som sprogpsykolog taget i betragtning. Muligvis har det at gøre med, at bogen ifølge omslaget ”henvender sig til studerende og praktikere inden for sundhedsfaglige, pædagogiske eller ledelsesorienterede område samt til

studerende på kommunikationsuddannelser”. Hertil kan man dog indvende, at sprogpsykologi – med lidt god vilje – vel også kan betegnes som en kommunikationsuddannelse, og nok så vigtigt at det sproglige interaktionelle perspektiv er vigtigt for alle ovennævnte faggrupper, da det primært er gennem sproget i en situeret kontekst, at mentalisering realiseres eller mislykkes. Fra denne anmelders perspektiv måtte bogen altså gerne have været mere sprogpsykologisk og mindre psykologisk.

Derfor er det også først i den sidste del, at bogens potentiale for alvor bliver forløst. Her bliver stoffet på en og samme tid mere konkret og levende, samtidig med at det teoretiske refleksionsniveau løfter sig. Kapitel 6 handler således om, hvordan mentaliseringsevnen kan vurderes ud fra konkrete sprog- og samtalsituationer, hvilket fører til en interessant teoretisk diskussion om, hvorvidt sproglige ytringer kan ses som en direkte manifestation af mentale tilstande eller ej. Og i kapitel 7 bliver vi præsenteret for interview med læger og psykiatere, der på forskellig vis har erfaringer med i praksis at arbejde med mentalisering uden for det kliniske rum, hvilket derved understreger bogens pointe om, at mentalisering er et relevant begreb i mange alment menneskelige forhold. Ud fra et sprogvidenskabeligt perspektiv er analysen og diskussion i kapitel 6 dog den mest interessante. Her præsenteres vi bl.a. for to interview, hvor den samme kvinde taler om det samme emne, men med 16 års mellemrum og med to forskellige interviewere (foretaget som en del af Center for Sociolingvistiske Sprogforandringsstudier ved Københavns Universitets interviewrække med henblik på at studere sproglige forandringer i tid, se <http://dgcss.hum.ku.dk/forskning/>). Gennem en detaljeret analyse viser Fogtmand, hvordan den mentaliserende indstilling kan ændre sig hos den samme person, hvis vilkårene og situationen også ændrer sig. I det første interview kender kvinden og interviewer hinanden. Interviewet er præget af en høj grad af vellykket mentalisering, bl.a. i kraft af at kvinden afbrydes mindre, hvorved emnet – et skoleskift i barndommen og de følelser, der var knyttet til det dengang, sammenlignet med, hvordan hun ser på det i dag – fastholdes. Ved brug af bl.a. minimalrespons og ved, at interviewer forholder sig afventende i tidspunkter i samtalen, hvor han kunne havde taget ordet, skabes der et rum for, at kvinden kan forholde sig reflekterende til sin egen adfærd og følelser. Det står i modsætning til

det andet interview, hvor der bl.a. i kraft af flere afbrydende spørgsmål og deraf følgende emneskift aldrig opbygges den samme grad af mentalisering. Fogtmann konkluderer, at ”det er ikke alene mentaliserings-evnerne hos den ene part, der afgør mentaliseringsevnerne hos den anden, det er alle aspekter ved samtalepartnerens måde at interagere på” (side 95). Denne interessante observation følges yderligere op i en analyse af en læge-patient-samtale, hvor lægen udviser en høj grad af implicit mentalisering, dvs. en delvist ubevidst og ikke sprogliggjort sensitivitet over for patientens signaler i forhold til et prækært emne om seksuelle bivirkninger ved medicin. I forlængelse heraf har Fogtmann også tidligere i et samarbejde med en kollega påvist, hvordan psykiatere, igen delvist ubevidst, foretager spejlinger af patienters kropslige og lydige adfærd (Fogtmann Fosgerau 2011).

I sådanne undersøgelser kan man se ansatser til en tænkning, der potentielt kunne opløde mentaliseringsteoriens tendens til at se mennesker som adskilte individer, der kun kan opbygge intersubjektive forståelser ved at tilskrive mentale tilstande til hinanden. Men desværre er der i bogens teoretiske præmis – og mentaliseringsteorien generelt – en indbygget barriere, der besværliggør en videretænkning i denne retning. Selve udgangspunktet for begrebet om mentalisering er således, at der ”bag egne og andres handlinger” (side 7) ligger mentale tilstande, som man kan være mere eller mindre god til at afkode hos andre og italesætte hos sig selv. Det teoretiske fundament for teorien hviler med andre ord på en klassisk indre/ydre-dikotomi, hvor vores mentale liv tilhører et indre privat reservat, mens det ydre netop er defineret ved handlinger og adfærd som blot og bart manifestationer af det indre. Denne dikotomi kan filosofihistorisk spores helt tilbage til René Descartes’ berømte inddeling i *res cogitans* (den indre verden, defineret ved tænkning) og *res extensa* (den ydre verden, defineret ved udstrækning), en generel tankefigur i vestlig tænkning og perception, hvis indflydelse det nærmest er umuligt at undervurdere (Nordin 2008).

Denne filosofiske og psykologiske konservatisme bliver aldrig rigtig udfordret. Eksempelvis forekommer det ærgerligt, at Dan Zahavis fænomenologiske begreb *primær intersubjektivitet* kun berøres flygtigt. Fogtmann nævner ganske vist, at Zahavi foreslår ”tanken om en mere kropslig og umiddelbar tilgang til andre menneskers sind – ideen om,

at vi opnår adgang til den andens sind direkte og uden et teoretisk mellemled (...) fordi den andens intentioner er manifesteret i personens udtryk, fordi parterne har adgang til hinandens kropslige væren-i-verden, og fordi begge parter indgår i en fælles social kontekst” (side 77). Men desværre vælger Fogtman kun kort at konstatere, at en sådan tilgang muligvis kan have implikationer for ideen om implicit mentalisering, inden hun så at sige stopper, hvad der kunne være blevet en interessant diskussion og vægtig nuancering af mentaliseringsbegrebet; hun vælger nemlig at lade det ”forblive en spekulation og et forhold, der kunne undersøges nærmere” (ibid.). Måske er det, fordi denne fænomenologiske grundtanke, hvis man tænker den igennem, kan ses som en helt grundlæggende problematisering af præmissen for begrebet om mentalisering. Således har Zahavi, og flere andre fænomenologiske tænkere helt tilbage til Maurice Merleau-Ponty, overbevisende og nuanceret argumenteret for det fejlagtige i den common sense-prægede ide om, at vi kun kan forstå andres intentioner ved at aflæse handlinger som resultatet af indre mentale tilstande (Merleau-Ponty 2009, Gallagher og Zahavi 2012). Eksempelvis argumenterer fænomenologien for, at følelser som vrede eller glæde ikke er at forstå som skjulte indre tilstande, som vi derefter giver en ydre påklædning i form af truende adfærd eller et stort smil. Vrede og glæde (og menneskelige følelser i det hele taget) er iboende dele af selve vores adfærd og måden, hvorved vi udtrykker os. De opstår som en del af vores kropslige måde at interagere med vores omverden og medmennesker på og kan således ikke isoleres som indre mentale størrelser. Derved er vores oplevelse af andres vrede eller glæde også direkte. Vi ser vreden eller glæden direkte i ansigtet eller hører den direkte i ordene. De er uadskillelige dele af selve følelsernes form og karakter. De er med andre ord ikke at forstå som (mentale) tilstande, men som (en del af) af vores handlinger. Selvfølgelig kan vi vælge at skjule vores følelser og bevidst producere et udtryk, der så at sige ikke matcher vores sindstemning, men det er netop et bevidst valg, som vi skal anstrenge os for at opretholde. Normalt har vi slet ikke brug for *mind reading* i vores omgang med hinanden af den simple grund, at det er alt for omstændigt og kognitivt krævende (Zahavi 2014). Hvis man blot delvist kan acceptere dette fænomenologiske perspektiv, rokkes der uundværligt

ved mentaliseringsteoriens udgangspunkt om, at ”evnen til at forstå, hvilke mentale tilstande der ligger bag andres og egne handlinger”, nødvendigvis er omdrejningspunktet for menneskelig forståelse. Med andre ord: Hvis vores følelser og intentioner ikke er noget, der ligger bag vores handlinger men i stedet er en del af handlingerne selv, hvor efterlader det så mentaliseringsteorien?

Dette spørgsmål kunne med fordel have været adresseret mere direkte i analysen af læge-patient-samtalen, hvor lægen netop handler forstående og fintfølede over for patienten. I forlængelse af den ovenstående kritik kunne man sige, at han udviser en mentaliserende *adfærd* (snarere end at han besidder en mentaliserende indstilling). Hans forståelser viser sig i, eller er del af, hans interaktionelle adfærd. Desværre afviser Fogtmann at kunne sige noget om, hvorvidt lægen har en ”intuitiv ikke-bevidstgjort forståelse af patientens mentale tilstand” (side 105). Begrundelsen skal igen findes i en underliggende dikotomisk tænkning i indre/ydre, som dikterer, at man udelukkende ”kan se på, hvad lægen gør [det ydre], og så forsøge at beskrive, hvilke forståelser [det indre] hendes handlinger kan ses som udtryk for” (ibid.). Spørgsmålet om en mere direkte sammenhæng mellem perception, handling og tanke fylder ellers meget i den internationale forskning inden for bevidsthed, følelser og kognition i disse år (Clark 2010, Noë 2010, Chemero 2011, Cowley & Vallée-Tourangeau 2013), og det ville have løftet bogen, hvis den havde taget livtag med denne intrikate problemstilling i relation til mentaliseringsteorien. Igen ville det nok havde gjort bogen mere sprogpsykologisk og mindre (klassisk) psykologisk.

Men hvordan forholder mentaliseringsteorien sig så til sammenhængen mellem sprog og mentale tilstande? Kan man for eksempel også se sproglige frembringelser i interview som direkte afspejlinger af den interviewedes mentale tilstand? Dette spørgsmål diskuteres heldigvis mere indgående i bogen. Her gøres plads til en kritik – og ligefrem afvisning – af ideen om, at sproglige ytringer blot udtrykker den talendes indre. Eksempelvis bringes den konstruktivistisk orienterede diskurspsykologi i spil som en modspiller, der provokativt pointerer, at ”psykologiske fænomener, der produceres sprogligt og diskursivt alene kan ses som italesættelser, måder at konstruere identiteter og verden på i den forhåndenværende situation” (side 98). Her er der altså ikke tale

om, at sproget repræsenterer tanken, men snarere, at sproget konstruerer selvet og virkelighedens karakter. Fogtmann afviser delvist denne konstruktivistiske præmis, idet hun på nuanceret vis argumenterer for, at ”der i et udviklingsmæssigt perspektiv findes en central kobling af mentale tilstande og sprog, og at vi har gode grunde til at formode, at denne kobling ikke pludselig løsnes eller løsrives – om end den skal ses i lyset af alle de forhold, der påvirker enhver kommunikationssituation” (side 99). Det er velgørende, at Fogtmann står ved, at der ikke er en modsætning i at fastholde en sammenhæng mellem sprog og tanke (om end en sådan bestemt ikke er entydig) og samtidig fastholde situationens betydning for vores muligheder for at forstå hinanden. Imidlertid kunne denne sammenkædning godt betones yderligere.

Som tidligere nævnt er der i disse år en ny bølge undervejs inden for kognitionsforskningen, som det virker oplagt at relatere til mentaliserings-teorien. Det centrale element er et brud med den ellers så indgroede forestilling om, at tænkning og kognition kun kan finde sted ’inde i hovedet’ – i vores hjerner eller bevidsthed. I stedet er antagelsen, at vi begriber verden, i og med at vi gør noget ved den. Vi agerer kognitivt, når vi interagerer og taler med andre mennesker; når vi bruger fysiske objekter i omgivelser; når vi anvender tekniske redskaber til at tænke med, og når vi bruger vores egen og hinandens kroppe som ressourcer for forståelse og mening. En central tanke er, at forhold i omgivelserne kalder bestemte handlemuligheder (*affordances*, jf. Gibson 1986) frem, ligesom bestemte handlinger og mentale tilstande skaber opmærksomhed på de muligheder, som miljøet tilbyder. Det er en del af en såkaldt økologisk psykologi, hvor individet er indlejret i sit miljø eller omverden, og de muligheder for handling, som det tilbyder. I stedet for at se kognition som en indre afkodning af omgivelserne (herunder andres handlinger) bliver kognition til en aktiv handling *med* omgivelserne. Tænkning og forståelser bliver så at sige flyttet fra den indre mentale boks til i stedet at fremkomme og eksistere i *relationen* mellem individ og omverden – som en iboende del af et individ-omverden-system (Chemero 2011).

I forhold til muligheder for at studere forståelser kunne en tredje vej – mellem den ’mentalistiske’ og den konstruktivistiske – netop være at se forståelser som en handling – som noget vi gør med og mellem

hinanden. Kort sagt at forstå forståelser – ikke som en afkodning af en indre tilstand, men som en aktiv måde at forholde sig til og bearbejde hinanden på. Det betyder selvsagt ikke, at vores mentale tilstande er gennemsigtige, men derimod, at vores handlinger (verbale såvel som non-verbale) altid skal forstås i forhold til, hvem eller hvad de er rettet mod. Vi ser og udvikler muligheder for forståelser i samtalers forløb, i pauser, betoning, blikke, kropsholdninger, ordvalg og i fornemmelsen for det interpersonelle rum imellem os. Som Fogtmann selv afslutningsvis skriver, er ”mentaliseringssevnen i lige så høj grad interpersonel som intrapersonel” (side 131). Der ligger derfor et vigtigt fremtidigt arbejde i at udvikle metoder, der kan afdække ”mentaliserings som den udspiller sig situationelt mellem samtalende” (ibid.).

Overordnet set er der ingen tvivl om, at Fogtmann har skrevet en grundig, velunderbygget og på mange måder forbilledlig indføring til mentaliseringsteorien, hvor hun får vist, at den har relevans, ikke kun i kliniske sammenhænge, men i et langt bredere perspektiv og for mange forskellige faggrupper. Når det er sagt, så ville jeg ønske, at hun havde turdet udfordre mentaliseringsteorien og indbygget den sproglige vinkel lidt mere. Hvis man kigger godt efter, er ansatserne til en situationel kritik til stede rundt omkring i bogen, og derfor kunne et spændende næste skridt være at udvikle en tilgang, der kan forankre og udvikle teorien i en mere antidualistisk og dialogisk retning.

Thomas Wiben Jensen
Institut for Sprog og Kommunikation
Syddansk Universitet
twj@sdu.dk

LITTERATUR

- Chemero, A. (2011) *Radical Embodied Cognitive Science*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Clark, A. (2010) *Supersizing the Mind: Embodiment, Action, and Cognitive Extension* (Philosophy of Mind Series). Oxford: Oxford University Press.
- Cowley, S. J. & F. Vallée-Torangeau (red.) (2013) *Cognition Beyond the Brain. Computation, Interactivity and Human Artifice*. London: Springer.
- Fosgerau Fogtman, C. (2011) Mentaliseringsteori og interaktionsanalyse. Integration af sprog og psykologi. *NjS* 41. 10-39.
- Gallagher, S. & D. Zahavi (2012) *The Phenomenological Mind*, anden udgave. Oxford: Routledge.
- Gibson, J. (1986) *The Ecological Approach to Visual Perception*. New York: Psychology Press.
- Merleau-Ponty, M. (2009/1945) *Kroppens fænomenologi. 1. del af Perceptionens fænomenologi*. Frederiksberg: Det Lille Forlag.
- Noë, A. (2010) *Out of Our Heads: Why You Are Not Your Brain, and Other Lessons from the Biology of Consciousness*. New York: Hill and Wang.
- Nordin S. (2008) "Filosofi: Metafysik som systematisk projekt". H.S. Jensen, O Knudsen og F. Stjernfelt (red.) *Tankens Magt. Vestens Idehistorie*. København: Lindhardt & Ringhof. 847-875.
- Zahavi, D. (2014) *Self and Other – Exploring Subjectivity, Empathy, and Shame*. Oxford: Oxford University Press.