

Har vi förlorat förmågan att uppleva lycka?

Nutidsmänniskan har förlorat förmågan att uppleva lycka. Detta beror på att vi försummat det sedan miljontals år nedärvda behovet av kontinuitet i tillvaron, hävdar psykoterapeuten Jean Liedloff i sin bok **Kontinuumbegreppet** (Carlssons, övers Synnöve Olsson). Hon ställer mot varandra utveckling och förändring — de går i diametralt motsatta riktningar.

Jean Liedloffs tankar diskuteras här av barnpsykiatern Inga-Greta Agrell.

NATURA NON FACIT SALTUS (Naturen gör inga språng). Denna sentens, präglad av filosofen Leibniz (1646—1716), skulle kunna sättas som motto för psykoterapeuten Jean Liedloffs bok **Kontinuumbegreppet** med underrubrik *Sökandet efter den förlorade lyckan*.

Det mänskliga kontinuum definierar J.L. som "den erfarenhetssekvens som motsvarar människosläktets förväntningar och tendenser i en miljö som överensstämmer med den i vilken förväntningarna och tendenserna utformades". "Varje kontinuum har sina egna förväntningar och tendenser som härstammar från tidigare prejudikat under en lång utvecklingshistoria".

De förväntningar med vilka vi möter livet är oupplösligt förenade med tendenser, t ex att dia, att undvika fysisk skada, att krypa, att härma.

J.L. ställer mot varandra **utveckling** och **förändring** (utan utveckling), som går i diametralt motsatta riktningar, ty vad utvecklingen skapar av anpassning till olika krav, förstör förändringen genom att införa beteenden eller omständigheter, som motverkar den naturliga utvecklingen.

□ Känslösvält

Utveckling ger stabilitet, förändring medför sårbarhet, anser J.L. Ju mer en kultur förlitar sig på intellektet, desto fler inskränkningar i individens frihet är nödvändiga för att vidmakthålla en stabilitet. "Sedan intellektet tog ledningen med sin parad av teorier har spädbarnen upplevt många och förfärliga öden".

Detta stämmer med det yttrande som man tidigare ofta fick höra: "Det är klart att man kan sköta småbarn, inte behöver man någon föräldrautbildning". Den inställningen medförde att man i det längsta dröjde med att söka hjälp för psykiskt störda barn — det var en skam att inte kunna klara av sitt barn. Numera anser vi det som hedersamt, berömvärdt och klokt att söka specialhjälpen när man inte kan klara av eller inte förstår sitt barn.

En och annan har den av J.L. så generöst utdelade förmågan att sköta barn med intuition men utan kunskaper. Vi som inte har denna intuition kan nog bli ganska bra

föräldrar ändå, om vi skaffar oss kunskaper om barn innan vi får familjeförökning.

I föräldragrupper diskuteras vi flitigt barns grundbehov: kontakt, aktivitet, ömhet, trygghet. Och vi som inte är så duktiga med intuitionen får inse att behovs-, inlärnings- och utvecklingspsykologi kan lära oss mycket om våra egna och andras barn.

J.L. säger om människans medfödda stabiliseringstendens att en från tidiga år skuldtyngd människa kan antas ha fått sin skuldbörda genom känslomässig svält i barndomen. Hon finner på straff för att skapa jämvikt att leva med: straff i form av sjukdom, eventuellt invaliditet. Hon erhåller därigenom en stabiliserande jämvikt, som i bästa fall motverkar de förödande skuld-känslorna. "Det finns neuroser och mentalsjukdomar som skyddar de emotionellt depriverade mot den värsta stöten från den verklighet som de inte kan uthärda att möta".

□ Harmoniska barn

J.L. menar att nutidsmänniskan har förlorat förmågan att uppleva lycka och att detta beror på att vi försummat det sedan miljontals år nedärvda behovet av kontinuitet i tillvaron. Kontinuum som en livets nödvändighet dokumenterar hon med en mängd exempel hämtade från olika kulturer.

I likhet med antropologen Margaret Mead, som J.L. dock ej citerar, har hon gjort studier hos primitiva indianstammar och tillbragt ett par år hos yequanafolket, där hon gjort iakttagelser, praktiskt taget identiska med M.M.'s observationer på ett annat naturfolk, arapesherna.

Båda berättar om hur mödrarna i arapesh- respektive yequanafolket bär sina spädbarn med sig var de går och står. När de sköter sitt arbete inom- eller utomhus, när de dansar, bär de spädbarnet på bröstet eller ena höften eller om detta är ogörligt överläts uppgiften till någon annan, t ex ett äldre syskon till spädbarnet.

J.L. och M.M. beskriver målande hur harmoniska, glada och nöjda dessa småbarn är, hur de förnöjt "bubblar med munnen" (vad nu det ska betyda) och hur harmoniskt barnen sedan utvecklas ända upp i vuxen ålder.

I kontinuum ingår att barnen när de så att säga vuxit ur modersfamn ändå alltid ska ha modern eller en ersättare för henne inom räckhåll för att fylla behovet av närhet och kroppskontakt. Man tränger sig aldrig på barnen med dalt eller överbeskydd. Och man är sparsam med både beröm och klander för att inte störa barnens kontinuum.

J.L. liksom M.M. fann i andra stammar av naturfolk, där man hade en hård och stundom brutal behandling av barnen, hur de uppväxande ungdomarna utvecklade aggressivitet och hårdhet.

Genom erfarenheterna bland naturfolken kom J.L. att få ett nytt perspektiv på den västerländska synen på barn och deras utveck-

ling. Hon närmar sig Rousseaus syn på barnuppfostran. Hon går tillrätta med vad hon kallar förutfattade åsikter och gamla fördomar t ex "framsteg är något gott", "människan måste stifta lagar att leva efter", "ett barn tillhör sina föräldrar", "det är trevligare att vara ledig än att arbeta".

□ Forskare förstör

J.L. hänvisar till att de flesta ekologer är ense om att den ursprungligen väl fungerande människans chanser att överleva ännu ett sekel minskar med varje dags aktiviteter. Detta beror på att nutidsmänniskan avlägsnat sig från den levnadsväg som utvecklingen anpassat henne för. "Vår intuitions sista gömslen utsätts för vetenskapens oförstående blick". Det är inte det logiska tänkandet som ska avgöra hur ett spädbarn bör behandlas. Den gamla kunskapen som bygger på intuition har förstörts av forskare, som inte vet hur man lever ett tillfredsställande liv. "Vårt medfödda sinne för vad som är bra för oss har undergrävts..." och därigenom förlorar vi förmågan att känna lycka.

Hon går hårt åt föräldrars ambition att skaffa läroböcker i barnavård för att lita på sin medfödda förmåga.

□ Vägen tillbaka

J.L. anser det inte omöjligt att finna vägen tillbaka till det förlorade kontinuum. Hon tror att vi kan leta oss tillbaka till det som är "korrekt", d v s det som är det rätta för vår arts urgamla kontinuum.

I psykoterapi låter J.L. sin klient gå tillbaka, regrediera till sin tidiga barndom, ja rent av till fosterstadiet, då barnet ligger och lyssnar till moderns hjärtslag. Genom sin i terapin återkommande regression, återgång, till stadier som klienten gått miste om i sin tidiga barndom kan han/hon hjälpas fram i sin förmåga att finna och uppleva sitt kontinuum och därmed "den förlorade lyckan".

Regressionsterapi är inte unik för henne. Den förekommer såväl i psykoanalys som i åtskilliga andra terapiformer. Bl a i Sverige har man på senare år börjat tillämpa en form av regressionsterapi vid t ex läs- och skrivsvårigheter. Tanken är att barnet gått miste om stadier i sin utveckling och att denna brist skall kunna kompenseras av att barnet får starta behandlingen med återgång till spädbarnsnivå genom att t ex få krypa och därefter passera olika stadier som gått förlorade.

□ Lyd intuitionen!

J.L. menar att vi i handskandet med små barn bör försöka handla efter de medfödda känslor för det nyfödda barnet som vi fått nedärvda genom årtusenden. Vi får inte stirra oss blinda på de lärdes intellektuella funderingar och råd utan i första hand lita på oss själva och lyda vår intuition.

Från första början ska vi bära barnet med oss på bröstet eller höften. Vi ska inte låta det ligga och



Bland föräldrar diskuteras flitigt barns grundbehov: kontakt, aktivitet, ömhet, trygghet. Och även mammor och pappor utan självskriven intuition kan dra nytta av behovs-, inlärnings- och utvecklingspsykologi när man fostrar barn.

Bild: ERIK LINDAHL.

skrika utan försöka ge barnet vad det behöver, antingen det är föda eller ömhet och mänsklig närhet. J.L. upprepar att i sysslandet med barnet bör ingå att man kastar det upp i luften och tar emot det. Det är en sorts lek, som fäder ofta är mycket roade av men som vi i föräldrautbildningen avråder ifrån på grund av risken att tappa ungen i golvet. Det har hänt att småbarn blivit skadade genom denna enligt anmälares uppfattning olämpliga, lek. "En av de djupaste instinkterna hos den utpräglade samhällsvarelse som människan är, är att göra det som hon uppfattar att man väntar sig av henne."

Barnet har en medfödd socialitet, som kanske kan vara bakgrund till dess intuitiva önskan att göra vad man väntar sig av det. När barnet inte får göra livsviktiga erfarenheter blir vägen till "den förlorade lyckan" svår, men skadan är inte obotlig menar J.L.

Hos yequanas tas det som en naturlig sak att barnen ska vara närvarande när föräldrarna har samlag. Därom säger J.L. "Det kan rentav hända att barnet genom att inte vara närvarande går miste om ett viktigt psykobiologiskt samband med sina föräldrar..." J.L. efterlyser försiktigtvis forskning på detta nog så känsliga område.

Även i svensk pseudopsykologisk litteratur har sådana tankegångar som J.L. redovisar framförts. Det kanske kan anses reaktionärt att framföra att människors sexualliv bör få vara något helt privat mellan två. Lika väl som föräldrar bör ha respekt för sina barns integritet bör barnen läras hänsyn till att det finns tillfällen då föräldrarna behöver vara för sig själva.

□ Blandat intryck

Boken har många intressanta synpunkter och infallsvinklar. För fackmannen är den dock för mångordig och känslomässigt utsvävande, t ex i kapitlet Livets början, där förf. frossar i spädbarnets tänkta känsloliv, när det föds på en av den västerländska civilisationens BB-avdelningar. Ett exempel: "Det

(barnet) vaknar i sanslös skräck för tystnaden, orörligheten. Det skriker. Det brinner från huvud till fot av saknad, av åtrå, av outhärdlig otålighet. Det kippar efter luft och skriker tills ljudet fyller dess huvud och får det att bulta. Det skriker tills det värker i bröstet, tills det får ont i halsen. Det står inte ut med smärtan längre och snyftningarna blir svagare och dör bort..."

Flera sidor upptar liknande passager, som kanske kan tänkas avspejla ett inom barnets psyke pågående skeende. Men skildringen kan lika gärna vara ett uttryck för författarens fantasi och uppenbara känsla för ett litet skrikande eller gråtande barn.

Ett ytterligare exempel på J.L.'s engagemang: Spädbarnet har fått mat och läggs för att sova. "När barnet vaknar är det i helvetet. Inget minne, inget hopp, inga tankar som kan komma med den tröst som besöket hos modern innebar till denna glädjelösa skärseld."

För lekmän är kontinuumbegreppet en svår bok på grund av det tunga språket med sviktande precision i syftningen (kanske av och till en lapsus i översättningen) och mängden av oförklarade fackuttryck: frustration, massdeprivation, aliering, innovation m fl.

Inne i texten finns spridda uppgifter om auktoriteter, som J.L. stöder sig på. Oftast lämnas läsaren i okunnighet om vilka uttalanden som är förf.'s original och vad hon fått av andra auktoriteter. En fyllig litteraturförteckning skulle förhöja bokens värde.

Inga-Greta Agrell