

ATT BLIR HERRE ÖVER SINA HANDLINGAR

Vygotskys tänkande tillämpat på ett samtal med en tonåring

Ett namn som det ofta refereras till inom nyare familjeterapi litteratur är

Vygotsky. Hans namn återfinns ofta tillsammans med Bachtin. Många gånger har jag tänkt att jag skulle läsa dessa herrar i original för att försöka förstå deras idéer bättre. Många försök gjorde jag med Bachtin men orkade aldrig särskilt långt i hans skrifter. När jag så läste Seikulas bok "Öppna samtal" om hur han använde sig av Vygotskys idéer om barnets egocentriska tal och det inre talet (jag återkommer till detta senare i artikeln) när han arbetade med "psykotiska" personer så beslöt jag mig för att ge mig i kast med dessa idéer.

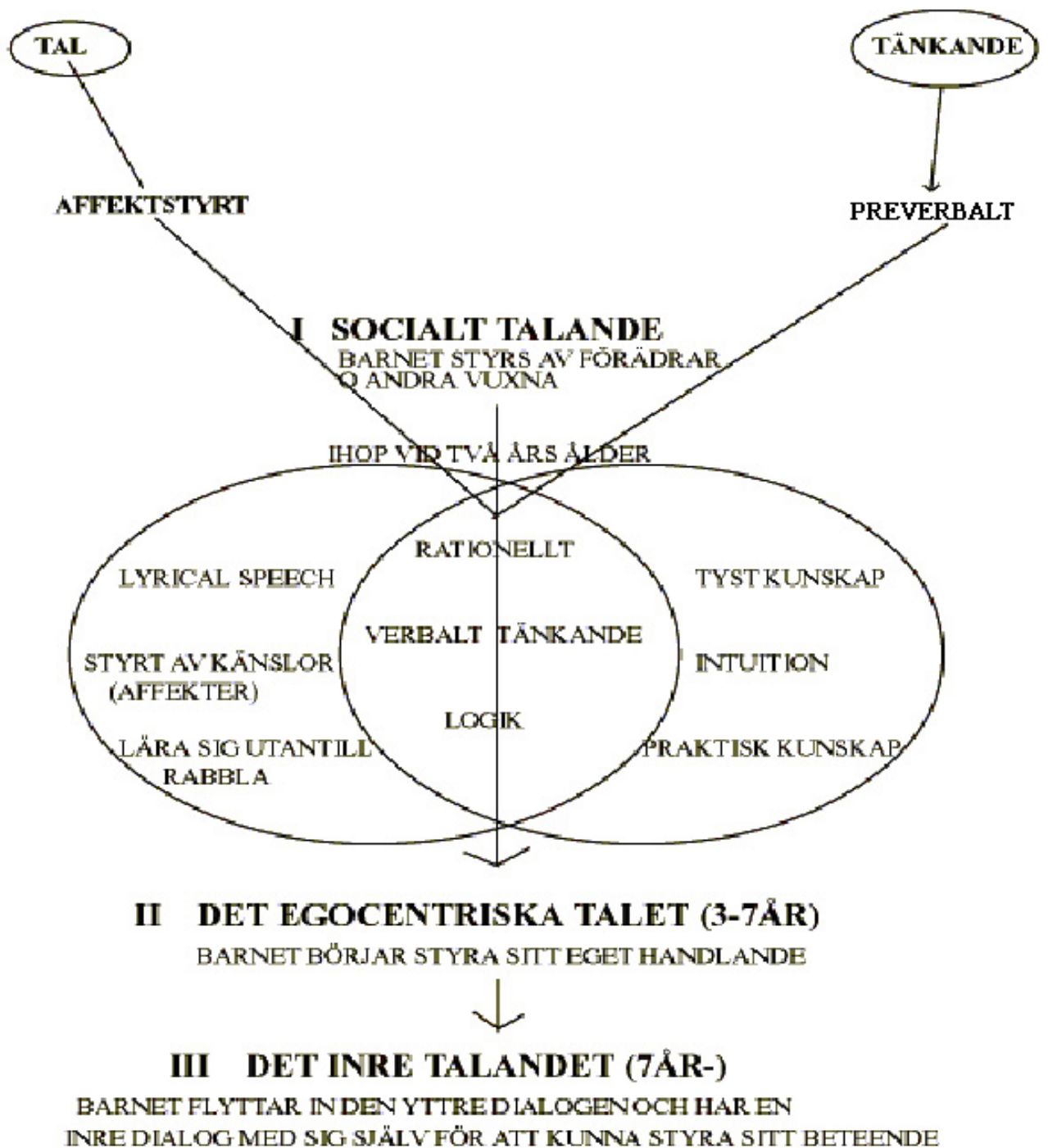
Jag letade rätt på den bok som var mest refererad "Thought and Language" och fann till min förvåning att den inte alls var så svår tillgänglig. Ungefär samtidigt påbörjade jag samtal med Micke, en 17-årig pojke som tillbringade helgerna med att supa och slåss. Han kom till mig på PBU efter att ha sparkat på en person som han slagits med och blivit tagen av polisen. I våra samtal blev Vygotskys tankar mycket användbara när vi arbetade med hans önskan om att sluta slåss.

Jag kommer först gå igenom några av Vygotskys idéer som jag fastnat för och därefter beskriva hur jag använde mig av dessa i arbetet med Micke.

Vem var Vygotsky?

Vygotsky föddes 1896 och var son till en judisk bankman. Han studerade många olika ämnen i Moskva, tog en examen i juridik men läste även bl.a. filosofi, psykologi och litteratur. 1919 insjuknade han i tuberkulos. 1925 la han fram sin avhandling The Psychology of Art. Vygotskys forskning som inte hade Marxism-Leninismen som utgångspunkt blev snart bannlyst i Sovjetunionen. Thought and Language publicerades på ryska första gången 1934 samma år som Vygotsky dog i tuberkulos. Inte förrän 1962 publicerades den på engelska. Trots att hans forskning gjordes i slutet av 20-talet och början på 30-talet känns den fortfarande aktuell och också möjlig att kombinera med dagens teorier.

Vygotsky (1997) studerade hur barnets utvecklande av ett språk hängde samman med dess utveckling av tänkandet. Han fann att dessa till en början utvecklas oberoende av varandra utifrån separata utvecklingslinjer, vilka sammanfaller i 2-årsåldern. Utifrån hans beskrivning av denna utveckling har jag gjort följande figur. Jag vet inte om Vygotsky skulle kännas vid denna tolkning av hans forskning men det är en bild hur jag har förstått hans tankar .



En modell för hur vi styr våra handlingar

Vygotsky menar att språket och tänkandet utvecklas utifrån olika utgångspunkter. Han beskriver ett preverbalt tal som är styrt av affekter. Han tar som exempel en skrämmd svan som känner av en fara och i affekt skriker ut detta till sin flock.

Svanen berättar inte vad den sett utan överför snarare sin känsla till flocken. På samma sätt gör det lilla barnet som ännu inte har något verbalt språk. Barnets joller, skratt, gråt, skrik m.m. är affektstyrt och förmedlar inga tankar utan känslor. Det är vi som ger barnets uttryck mening när vi samspelar med det på olika sätt.

Även tänkandet har en preverbal fas som Vygotsky kallar för autistisk. Barnet tar intryck av händelser och erfarenheter och fogar samman dessa i olika slutsatser. Barnet förstår t.ex. inte till en början att en boll som stoppas i en låda finns kvar i lådan när man stänger den utan tror att den är borta. Så småningom lär det sig att bollen ligger kvar i lådan och öppnar då denna för att få tag i bollen. Detta sätt att tänka och dra slutsatser kallar Vygotsky för autistiskt.

I 2-årsåldern går dessa utvecklingslinjer ihop. Därmed inträder barnet i nästa fas, det sociala talet. Till att börja med upptäcker barnet att språket är socialt och använder ord som kontaktmedel, t.ex. "titta" och "mamma". Det sociala talet kännetecknas av att barnet styrs av föräldrar och andra vuxna med hjälp av språket. Föräldrarna sätter ord på det barnet gör och börjar styra dess handlingar med hjälp av språket.

Barnet upptäcker språkets sociala möjligheter och imiterar de vuxnas språk. Det har inte ännu tillägnat sig språket utan lär sig betydelser av det genom den vuxne. Den vuxne styr därmed också barnet och dess handlingar genom det språk och de språkliga betydelser den vuxne ger barnets beteende och upplevelser.

- Var är bollen?
- Titta, där är den!
- Kan du hämta den?
- Å, vad duktig du var nu!

Barnets nästa upptäckt är att allting har ett namn. Denna upptäckt gör att barnet med språkets hjälp kopplar ihop talet och tänkandet. Barnet börjar utveckla ett logiskt, rationellt och verbalt tänkande.

De andra två formerna av tänkande kvarstår dock (se figuren). Jag tänker mig dem som komplimenterande former av tänkande eller uttryckande av erfarenheter. Vygotsky skriver om "lyrical speech", poesi, och liknande uttryck som han menar har sin grund i affekter mer än i logiskt/rationellt tänkande. Även rabblande och utantilllärande hänför han till den här formen. Den andra sidan av tänkandet, den som har sitt ursprung i det autistiska tänkandet, skriver han inte så mycket om. Jag har satt in intuition, tyst kunskap, praktisk kunskap på den sidan. Det är former av erfarenheter/tänkande som jag tror har sitt ursprung i det autistiska tänkandet och som fortsätter att utvecklas parallellt med det verbala tänkandet. Vi har alltså tre former av tänkande som finns parallellt hela tiden - det affektiva, det rationella och det autistiska. Alla formerna påverkar vårt tänkande och styr vårt handlande. Låt mig ge ett exempel på hur dessa tre former kan samverka. Jag har tidigare tränat mycket löpning. När man är ute på t.ex. ett långpass så kommer man förr eller senare in i ett stadium där man börjar känna sig trött eller åtminstone börjar kolla av symtomen på eventuell trötthet. Jag känner efter hur lätt andningen är, hur benen känns, går det lätt eller känns de tunga, värker det någonstans, börjar jag bli stum? Utifrån min praktiska (tysta kunskap) av att ha sprungit långa

sträckor förut kan jag bedöma vad de signaler jag får betyder. Mina erfarenheter säger mig att allt är bra eller att det kommer att bli svårt mot slutet. Det är något som jag knappast kan förklara för någon annan utan som jag bara vet av erfarenhet.

Om vi antar att jag börjar känna mig trött, är det nu lätt att falla in i en negativ dialog med mig själv. Det här kommer inte att gå, jag måste nog sänka farten. Nu börjar det kännas i vaderna också. Usch vad tungt det är. Om jag fortsätter på den här negativa dialogen med mig själv så kommer resten av löpningen att bli mycket jobbig. För att motverka detta kan jag istället försöka ha en positiv dialog. Det är ingen fara, andningen känns bra, nu är det bara två km kvar, det här kommer att gå bra osv. Med en positiv dialog försöker jag styra mitt springande så att det ska gå lättare, vilket det också gör vanligtvis.

Jag kan också använda mig av affekterna för att styra mitt springande. När man affektspringer lägger man sig i ett tempo där det känns lätt att springa, där man har flyt. Sedan tömmer man huvudet på alla tankar och springer bara på känslan. På så sätt kan man också styra sitt springande på ett positivt sätt.

Egocentriska talet

Nästa fas, det egocentriska talet, utvecklas mellan ca 3 och 7 år. Det är den period då barnet talar högt med sig själv i leken. Alla som har barn i den åldern eller har haft kommer säkert ihåg hur barnet pratade högt med sig själv. Vygotsky menar att barnet i den här fasen försöker förstå och få kontroll över det som det är med om, händelser, erfarenheter, situationer som barnet deltagit i och vars utgång inte varit eller är självklart för barnet. Genom att föra dessa dialoger med sig själv undersöker och förstår barnet sina erfarenheter och hittar förhållningssätt till dessa.

Inre dialoger

I den sista fasen, det inre talet, har barnet flyttat in det egocentriska talet till en inre dialog, något som vi alla kan känna igen hos oss själva. Det börjar i 7-årsåldern och pågår livet ut. De flesta har säkert olika former av inre dialoger med olika röster när vi ställs inför någon situation eller någon annan svårighet som vi inte riktigt vet hur vi ska hantera. Själv brukar jag föra många och långa inre dialoger om allehanda saker på mina joggingrundor.

Poängen med Vygotskys forskning, som jag ser det, är att den beskriver hur vi försöker skapa balans och förstå det vi är med om för att kunna hantera och styra vårt beteende och våra handlingar. Seikkula har tagit fasta på dessa idéer i sitt arbete med schizofrena och psykotiska människor. Han menar bl.a. att psykosen är erfarenheter som ännu inte har uttryckts i verbal form. Om jag förstår honom rätt är det erfarenheter som uttrycks på ett affektivt sätt, d.v.s. den vänstra sidan av vårt tänkande (se figuren). Den psykotiska personen vet inte riktigt vad han har varit med om eftersom han inte kan uttrycka sina erfarenheter i verbal form. Det är först när vi uttrycker oss verbalt som vi lär känna våra tankar (T. Andersen) och får möjlighet att styra våra handlingar. Genom att använda sig av reflekterande team i behandlingen, som blir en form av egocentriskt tal, tänker Seikkula att den psykotiske kan ta in dessa röster och få igång ett eget inre tal med

dessa. Detta i sin tur gör det möjligt för patienten att återta kontrollen och styra sina handlingar.

Tredelningen av vårt tänkande kan också användas till att beskriva andra fenomen, t.ex. projektiv identifikation. Inom det språkssystemiska tänkandet använder man sällan begrepp som överföring, motöverföring och projektiv identifikation eftersom dessa begrepp vanligtvis beskrivs som intrapsykiska fenomen. Flaskas/Perlesz (1996) tänker sig istället dessa som relationella begrepp, d.v.s. att klienten återskapar tidiga relationer tillsammans med terapeuten, där terapeuten genom sitt sätt att förhålla sig blir medskapare till dessa. Jag tänker mig att dessa relationer återspeglar en preverbal nivå, d.v.s. de har aldrig blivit språkligt uttryckta utan klienten uttrycker dessa erfarenheter genom affekter. Klienten saknar ord för dessa erfarenheter och inre röster för att kunna hantera dem. Utifrån Vygotskys tänkande blir terapeutens uppgift att tillsammans med klienten reflektera och synliggöra vad som händer mellan dem för att klienten ska kunna knyta ihop känslor, beteenden och betydelser. Denna dialog får samma funktion som barnets egocentriska tal och gör att klienten sedan kan ta in denna i form av olika röster och fortsätta samtala i en inre dialog, ungefär som Seikkula beskriver.

Barn med diagnosen ADHD saknar förmodligen också ett "inre tal" och handlar i affekt. Kanske skulle de kunna styra sina handlingar bättre om man kunde hjälpa dem med att få igång ett "inre tal" på liknande sätt.??

Samtal med Micke

I mitten av februari träffade jag Micke för första gången. Han var mycket artig och gav ett trevligt och ordentligt intryck. Hans problem var att han var orolig för att han skulle förstöra sitt liv p.g.a. att han ofta hamnade i slagsmål på helgerna. Slagits hade Micke gjort så länge han kunde minnas. Redan på dagis slogs han när han inte fick vara med eller någon var dum mot honom. När han var 15 blev han med i ett gäng som var ute och söp och slogs.

Anledningen till att han tog kontakt med mig just nu berodde på att han misshandlat en man på tunnelbanan och därefter sparkat honom två gånger när han låg på golvet. Mannen blev inte allvarligt skadad. Det som skrämmer Micke är att han sparkade på mannen något han aldrig förut gjort. I samband med misshandeln blev han för första gången tagen av polisen och fick sitta i häkte. En av poliserna pratade med honom och sa att man kan få hjälp innan man förstör sitt liv - något som han tog fasta på och ringde till PBU.

Micke har ingen aning om varför han slåss. Han har alltid haft häftigt temperament, säger han. Föräldrarna skildes när han var liten för att pappan hade alkoholproblem. Micke minns inte så mycket från den tiden men han tycker att han har bra föräldrar. Bägge är oroliga för honom och pappan brukar säga att han inte ska förstöra för sig så som han själv gjorde när han var ung.

Micke berättar om hur han och hans kamrater brukar dricka och sedan söka sig till ställen där det kan bli bråk. Han anser att det inte spelar någon roll om han dricker eller inte, han slåss inte mer för det. Han tycker att det ofta är den andre som börjar. Om någon säger något dumt till honom så kan han inte bara gå förbi utan

måste gå fram och prata med honom. Om han känner sig hotad och den andre är större än han så kan han slå först för att klara sig själv, annars börjar han sällan slagsmål.

Micke anser själv att hans problem är att han har så häftigt humör. Vi pratar om flera situationer som slutat i slagsmål och mitt intryck är att det inte berodde på hans temperament utan snarare var den logiska följderna av hur situation utvecklades. När jag avslutar samtalet med att föreslå att hans problem kanske snarare är att han utsätter sig själv för situationer där det lätt blir slagsmål än att han har häftigt temperament är han mycket frågande.

Kommentar

Utgångsläget för våra samtal föreställer jag mig är följande. En anledning till att Micke kommer till mig är att han är orolig för den kommande rättegången och vill försöka påverka den så att han ska komma så lindrigt undan som möjligt. En annan anledning tror jag är att Micke faktiskt är oroad av att han tappade kontrollen och sparkade på en person som han redan slagit ner. Jag tror att Micke har känt, trots att han inte kan förklara varför han slåss, att han har en form av kontroll över situationen. Det spelar ingen roll om han dricker eller inte, han slåss lika mycket i alla fall, säger han. Men den här gången tappar han kontrollen och han blir dessutom tagen av polisen och får sitta i häkte. Det är en ny situation för honom som skrämmer honom.

Jag tror inte att han tror att han kommer att sluta slåss för att han går till mig. Samtidigt har han gjort ett val som innebär att han tar tag i sin situation, tvärt emot vad han säger. Hans uppfattning är att han hamnar i slagsmål för att han har så "häftigt temperament". Något som bara är, som man inte kan påverka. När jag föreslår en omformulering av problemet, att se det som att han utsätter sig för sådana situationer, öppnar det nya valmöjligheter för honom. Om man utsätter sig för något kan man också välja att låta bli att utsätta sig. Utan denna omformulering blir det svårt att förändra något. Något som man är, "jag har alltid varit sådan" låter sig inte förändras i första taget. Något som man gör eller blir öppnar däremot för olika alternativ.

Samtal 2

Sedan förra gången har han funderat på min tanke och tycker att det kan ligga något i den. Han har också bestämt sig för att sluta dricka ett tag för att undvika att hamna i onödiga situationer. För att klara det träffar han inte sina kamrater lika mycket. Han har varit på några fester och då har det gått bra att hålla sig nykter. Vi pratar åter om situationer där han varit i slagsmål. Han kan beskriva vad som hände och vad han gjorde men inte hur han tänkte. Han kan överhuvudtaget inte förklara varför han börjar slåss, bara att det vid en viss punkt blir så att det blir slagsmål.

Kommentar

Sedan förra samtalet har Micke gjort ytterligare ett val och bestämt sig för att tills vidare sluta dricka. Trots att han påstod i första samtalet att det inte hade någon betydelse om han drack eller inte har han nu omvärderat detta och bestämt sig för att inte dricka. I brist på möjlighet att kunna kontrollera/styra sitt drickande väljer Micke att avstå helt. Det innebär också att han umgås mindre med sin kamrater

och därmed undviker att utsätta sig för situationer där bråk kan uppstå. Man skulle kunna se dessa val som början på en inre dialog för att minska riskerna för att han ska handla i affekt. Under det här samtalet utforskar vi flera situationer som slutat i slagsmål. Vad han sa, vad den andre sa, vad de gjorde och hur han tänkte. Under detta utforskande blir det alltmer tydligt för mig att han med ord inte kan beskriva varför han slåss. Han har inget språk för dessa erfarenheter. Genom att ställa frågor kring vad han tänkte, kände och gjorde i situationen blir samtalet en form av "egocentriskt tal". En yttre dialog med flera röster som försöker omfatta vad som hände och hur man skulle kunna hantera situationen. Dessa röster kan Micke förhoppningsvis ta in i sin inre dialog (tal) för att kunna styra/välja hur han ska göra i en liknande situation istället för att bara reagera i affekt.

Samtal 3

Vi pratar om vad hans mål är att med att komma till mig. Hur vet han när han är färdig och vad vill han kunna klara då? Till att börja med vet han inte och det är svårt för honom att formulera hur han vill ha det. Så småningom kommer han fram till att han vill kunna vara med sina kamrater och gå på krogen utan att hamna i slagsmål. När jag undrar vad han behöver för att klara detta har han ingen aning.

Kommentar

Under detta samtal fortsätter vi det förra samtalet genom att han får försöka formulera vad han vill uppnå med våra samtal och hur han ska kunna uppnå detta. Detta bryter också hans mönster av att inte sätta ord på det han gör. Med mycket möda lyckas han formulera vad han vill men han kan fortfarande inte uttrycka vad han behöver göra för att uppnå detta. Jag tänker mig att i och med att han en gång börjat formulera vad han strävar efter, kommer han att konfronteras med dessa ord när han är ute med sina kamrater och ställs inför situationer som inte stämmer överens med hans strävan. Det kommer att stimulera hans inre dialog. Vilket i sin tur kommer att hjälpa honom att bättre styra sitt beteende så att han inte "hamnar" i bråk.

Samtal 4

Han berättar att han varit uppe i fjällen med sin flickvän i helgen. När han kom tillbaka från toaletten stod det en full kille och stötte på henne. Han blev arg och sa till den andre att dra. Denne sa något dumt och drog sig flinande undan. Micke är nöjd med att han inte slog till honom men samtidigt tycker han att den andre vann eftersom han tillät honom säga det han sa och det känns dåligt. Hela kvällen blev förstörd för honom eftersom han bara kunde tänka på att den andre vann. Vi vänder och vrider på denna situation och när jag reflekterar över situationen mot slutet och säger att det är bara hans egen föreställning att den andre vann och att han på sätt och vis förstörde kvällen för sig själv så skrattar han och håller med om detta. Han hade aldrig tänkt på det viset förut.

Kommentar

Det verkar som om vårt arbete börjar ge resultat. I den här situationen kunde han styra sina reaktioner och handlingar bättre. Att han kunde välja att inte börja slåss, är ett stort steg framåt. Trots att han lyckades avhålla sig från att inte slå ner den andre, vilket han i och för sig är nöjd med så, dominerar emellertid känslan av att den andre vann, eftersom han tillät honom att säga något dumt utan att slå ner

honom. Återigen vrider och vänder vi på denna tanke. Detta och min reflektion blir ytterligare röster som han kan ta in och ha med sig.

Samtal 5

Micke tar upp en situation som han hamnat i när han arbetade på Seven Eleven. Det hade kommit in ett tonårgäng som stökat runt i affären och skrikit saker åt honom och den tjej han arbetade med. Han hade förberett sig för att något sådant skulle kunna inträffa och bestämt sig för att hålla sig bakom disken. Trots att han blev mycket provocerad av deras beteende höll han i sig och gick inte in i något bråk med dem. Istället fick de dit vakter som avstyrde det hela.

När jag undrar hur han klarade att hålla i sig trots att han hade lust att hoppa över disken och slänga ut dem säger han att han hela tiden tänkte att han inte skulle låta sig provoceras utan hålla sig lugn. Jag lyfter fram hans inre dialog som ett sätt att kunna styra sitt beteende. Annars när han slåss så reagerar han bara instinktivt utan eftertanke och utan någon inre dialog.

Kommentar

Nu verkar det hända mycket med Micke. Plötsligt klarar han av att inte ingripa eller slåss trots att han blir mycket provocerad av ett ungdomsgäng när han arbetar. Han har förberett sig på att något sådant skulle kunna inträffa och har hela tiden en inre dialog för att hindra sig själv från att göra något dumt. Micke har på mycket kort tid gått från att handla i affekt till att kunna välja och styra sina handlingar genom "inre tal". Det enda jag tillför i detta samtal är att lyfta fram denna inre dialog som en skillnaden mot hur det var tidigare.

Samtal 6

Denna gång pratar vi om skillnaden mellan honom och hans kamrater. Vad det är som gör att han sökt hjälp och inte de. Vi återvänder också till hans idé att han "bara hamnar" (har otur) i situationer kontra att han utsätter sig för stora risker.

Samtal 7

Micke berättar om hur han hållit reda på sina kamrater och hindrat dem från att slåss på Valborg. Själv fick han sig några smällar när han gick emellan men kände sig aldrig provocerad eller fick lust att slåss själv. Han hade bara haft en tanke i huvudet, att han skulle försöka hindra dem från att slåss. Han är mycket nöjd med sig själv.

Samtal 8

Vi pratar om respekt och vad det är. I hans uppfattning handlar det om att sätta sig i respekt hos andra, gärna med våld. Vi jämför det med att respektera någon för att den är som den är.

Kommentar

Det som återstår av vårt arbete är egentligen bara att befästa det han har uppnått. Det slutgiltiga beviset på att Micke verkligen har tagit tag i sitt liv och valt en ny väg är hans berättelse från valborgsmässoafton där han trots provokationer och även slag koncentrerat sig på att hindra kamraterna från att slåss. Om man ska beskriva denna utveckling utifrån den figur som jag beskrev i början av kapitlet, kan man säga att Micke har gått från att handla i affekt till att kunna verbalisera

dess erfarenheter och ha ett "inre tal". Våra samtal har varit en form av "egocentriskt tal" med fokus på att dels hjälpa honom att uttrycka sina erfarenheter språkligt, dels att skapa olika röster som Micke har kunnat införliva och ha egna inre samtal med.

Sista samtalet

Micke har ännu inte varit på rättegång. Den blir någon gång nästa vecka. Vi pratar om att det här är sista gången. Han säger att hans mamma och flickvän tycker att han blivit mjukare och lugnare sedan han började här. Han känner sig inte särskilt orolig längre för att han ska slås.

Anders Wächter
Socionom/leg.psykoterapeut

Referenslitteratur

Andersen, T;(1991), Reflekterande processer, Samtal och samtal om samtalen;
Mareld
Flaskas, C/Perlesz,A ; (1996), The Therapeutic Relationship in Systemic Therapy;
Karnac Books??
Seikkula, J;(1996); Öppna samtal, Från monolog till levande dialog i social
nätverk; Mareld
Vygotsky, L; (1986); Thought and Language; The MIT Press??