
NYE MEDIER NYE SOCIALITETER NYE IDENTITETER

Familieterapi i
en forandret verden

A F
JACOB MOSGAARD



Psykolog

Vi er alle blevet cyborgs. Kybernetik virkeliggjort, men komplekst på måder, som Bateson vel næppe havde forestillet sig. Mennesket er blevet delvis kød og blod, og delvis teknologi. Her tænker jeg ikke bare på pacemakere eller hightech benproteser. Jeg tænker på teknologiens naturlighed i vores hverdag, og de muligheder for almindelig menneskelig udfoldelse, som er utænkelig uden teknologi. Fra fly og biler og deres muliggørelse af et globaliseret liv med internationale arbejdspladser og rejser til fremmede lande mindst én gang om året. Til internettet og smartphones og sociale medier og deres transformering af kommunikation og socialt liv.

DEN TEKNOLOGISKE

udvikling siden internettets eksplosive udbredelse fra 90'erne og frem har medført forandringer i helt grundlæggende områder af menneskelivet – vores relationelle liv og vores identitetsdannelse. Forandringer, som ikke bare en del af almindelige fluktuerende bevægelser, men noget helt nyt under solen. Ikke bare en gradvis udvikling, men et kvantespring. Vi står i dag på mange måder ikke blot i en verden, som vi ikke havde forestillet os for 30 år siden, nej, der er tale om en verden, som kun de mest visionære eller vanvittige overhovedet

var i stand til at forestille sig. Det er at ligne med et paradigmeskift.

Internettets muligheder er ufattelige. I begyndelsen var der overvejende eufori over informationsekspllosionen og det ultrademokratiske, nærmest revolutionære, potentiale. Denne begejstring er stadig tilstedeværende i dag, dog måske overhalet af den selvfølgelighed, der følger af, at fest bliver til hverdag. Men bagsiden af medaljen er også blevet åbenbart: En overvågningsmulighed, som Big Brother og Stasi ville misunde. Google, Facebook og NSA ved i dag mere om os, end vi selv gør. Og det bruges aktivt.

”

Jeg vil se på to centrale berørte områder: Vores sociale liv og vores muligheder for at skabe identiteter

I denne lille artikel, udsprunget af en subplenary speech på den seneste Nordiske Kongres i Familierterapi (Mosgaard 2014), vil jeg præsentere mine gryende overvejelser over, hvad det er, der har forandret sig i vores psykologiske virkelighed. Jeg vil se på to centrale berørte områder: Vores sociale liv og vores muligheder for at skabe identiteter. Jeg vil se på de bekymringsdiskurser, der måske helt indlysende er opstået omkring de nye tendenser, og forsøge at bevare ikke blot et uærbødig blik på udviklingerne, men også på disse bekymringsdiskurser. Jeg vil således se kritisk også





på kritikken. Og jeg vil til slut komme med et par bud på, hvordan de nye vinde også kan siges at påvirke det terapeutiske og det systemiske felt.

Nye socialiteter

Børn og unge i dag kaldes ofte for digitalt indfødte. Det vil sige, at de er født ind i et liv med cyberspace og en mobiltelefon i hånden. De er naturaliseret til konstant forbundethed og adgang til viden og kommunikation. De er sammen med deres venner i skolen såvel som på sociale medier uden nødvendigvis at skelne hierarkisk imellem kvaliteten af de to fora.

Hvad er det for en social verden, børn i dag vokser op i? Jo, det er en, der på en og samme tid er blevet større og mindre. Globaliseringen har gjort verden større, fordi vi er trådt ud af de små lokalmiljøer – ud i den store vide verden. På under et



Børn og unge i dag kaldes ofte for digitalt indfødte

døgn kan vi befinde os på den anden side af jorden, og vi kan ikke bilde os ind, at der ikke findes andre kulturer og andre måder at leve og tænke på. Vi oplever dem på førstehånd.

Samtidig kan verden siges at være blevet mindre, i kommunikativ forstand. For ud over at rejse jorden flad, trækker vi verden ind i vores stuer. Vi kommunikerer i vores trygge lænestol med en bonde fra Brasilien og en *clubber* fra New York om vores fælles interesse for japanske gyserfilm. Vi taler over Skype med vores børn eller bedsteforældre, mens de befinder sig i Bangkok eller Berlin.

Der er sket en bevægelse fra det lokale til det globale, fra lillebysamfundet til verdensborgeren. Og der er sket noget specielt med vores relationer – en slags parentes er sat om forskellen på det private og

det offentlige. Vi har dybe samtaler med fremmede og kommunikerer med ikke tilstedeværende mennesker, i stedet for at snakke med de folk, vi sidder blandt. Familien sidder ved aftensmadsbordet og sms'er og *facetimer* med andre familier rundt om andre aftensmadsborde, måske med et billede af maden lagt på Instagram, således at bekendte og fremmede kan *like* eller kommentere på, hvor lækker den ser ud, og hvor hyggeligt "de andre" ser ud til at have det.

I forhold til relationer kan det give mening her at skelne mellem det, der kaldes stærke og svage bånd (Granovetter 1973). Stærke bånd er de tætte, intime relationer med folk, vi kender godt, fx familien. Svage bånd er dem, vi har til fremmede, fx købmanden på hjørnet. Og netop her griber megen bekymring fat: De stærke bånd eroderes af først globaliseringen, og dernæst den nye mediesituation (mobil forbundethed, internet, sociale medier). Vi har bevæget os fra en naturlig involvering i familie og lokalsamfund, forpligtende engagementer og synlighed ("Where everybody knows your name") og til en ny kompliceret verden af manglende engagement i det nære, eskapisme fra "den virkelige verden" og en usynlighed (a la storbyens anonyme rum).

Men hvad nu, hvis der kan ligge styrker i svage bånd? Hvis vi tager mere



For ud over at rejse jorden flad, trækker vi verden ind i vores stuer. Vi kommunikerer i vores trygge lænestol med en bonde fra Brasilien og en *clubber* fra New York om vores fælles interesse for japanske gyserfilm



positive briller på, kunne udviklingen beskrives som en bevægelse fra en gammel verden af små afgrænsede netværk, hvor forpligtende engagement betyder loyalitet og en "os-dem"-tankegang, og hvor synligheden risikerer at blive en usynlighed, idet man gør som forventet ("Where everybody knows your role"). Og hen imod en verden af mangfoldige udvidede forpligtende fællesskaber, et engagement i verden uden for landsbyens og kernefamiliens grænser og det, der kunne kaldes en hyper-synlighed (på godt og ondt).

Identitet

Hvem er jeg? Hvad er den gode, sunde identitet, og

hvem bestemmer det? Historien flyder roligt afsted, og forskellige svar driver op på tidens bred på forskellige tidspunkter. Til tider er de accepterede svar få, til tider breder viften sig ud, alt efter de gældende normer og dominerende fortællinger.

Identitet er et socialpsykologisk begreb (Brinkmann 2008), der i modsætning til begreber som vores "jeg" eller "personlighed" handler om det relationelle menneske og den sociale konstruktion, der går forud for vores definitioner af os selv og andre. Identitet er noget, vi gør sammen, ikke et udtryk for en indre kerne (se fx Goffman 1956).

De ændrede relationelle vilkår betyder således også

indlysende nok nye muligheder for, at nye identiteter kan opstå og udspille sig. Der er måske tale om en identitetskrise, hvor den gamle verdens normer møder den nye verdens realiteter. Den komplekse nye verden har i virkeligheden – *in real life* – muliggjort postmoderne pointer, som før især har været snævert subkulturelle eller akademiske fænomener.

Hvis det relationelle liv har bevæget sig fra en verden af intime nære relationer til relationer til "intime fremmede" – hvilke nye identitetsdansen kan vi nu blive inviteret ind i? Invitationerne er i hvert fald mere mangfoldige, for vores netværk er større og stritter

”

De ændrede relationelle vilkår betyder således også indlysende nok nye muligheder





i mange flere retninger. En ung mand i en lille provinsby kan måske være del af et fællesskab af heavy metal-fans, en subgruppering, som måske kun ville bestå af ham selv, hvis han skulle lave en lokalafdeling, men som kan bestå af tusindvis af mennesker, med tusindvis af stemmer, og aktivere millionvis af dialoger.

Svage bånd *en maske* skaber muligheder for mangfoldige responser, for mangfoldige identitets-performances. Vi lever i dag med mulighederne for at udskifte identiteter, kombinere identiteter eller skabe helt nye identitetskomplekser. Der kan i dén grad tales om et mættet selv (Gergen 2000).

Forrige års vinder af Eurovision, Conchita Wurst, er et godt eksempel på, hvordan fx *kønsidentitet* har bevæget sig fra at være diskuteret i marginen til, at det er blevet mainstream at kunne fremtræde ikke som mand, ikke som kvinde, men som ... Conchita. Det nye er ikke forhandlingen af acceptable identiteter, det nye er en slags insisteren på at træde uden for gældende kategorier. Måske ikke for at finde en bedre kategori, men for at kunne performe identitet mere frit i det hele taget.

Vi ser således øgede muligheder for meget konkrete måder at udøve det, Gergen (2009) kalder



Vi lever i dag med mulighederne for at udskifte identiteter, kombinere identiteter eller skabe helt nye identitetskomplekser

multi-being. Vi performer vores identitet fra situation til situation, fra kontekst til kontekst, fra relation til relation. Med David Bowie og kamæleonen som postmoderne forbilleder – vi kan alle skifte ham og finde anerkendelse for det et sted derude. Vi kan være på én måde i ét internetforum, en anden måde i et andet, og en helt eller delvist tredje i skolen eller på arbejdspladsen. Det er på mange måder et nej tak til faste, fastlåste og fastlåsende kategorier og et ja tak til mudrede identiteter. Nej til roller, ja til positioner.

Bekymringsdiskurser

Det er ikke i sig selv et problem med overfloden af kommunikation. Det kan det til tider blive, men noget monster er det ikke. Teenageren, som bare *må* svare på en Snapchat, mens han laver lektier, eller Facebook, som hele tiden kan bede om

opmærksomhed nede fra bukselommen. Ja, det kan være forstyrrende, og det kan opleves invaderende, men det kræver de samme overenskomster om samvær og etiske overvejelser som andre former for kommunikation.

Blot fordi der er mulighed for konstant kommunikation, behøver denne mulighed ikke konstant gribes. Nye medier er jo netop medier, altså kanaler for kommunikation, og som udgangspunkt kan vi jo ikke føre fem samtaler samtidig uden konsekvenser for kvaliteten af den enkelte samtale. Det kan give stress og føre til den oplevelse af "afhængighed", som mange af os nok kender til i perioder. Og som Tom Andersen (efter hukommelsen) sagde, da han var oplægsholder til en konference, og en mobiltelefon ringede blandt publikum: "Der er for mange dialoger til stede i dette rum".



Med David Bowie og kamæleonen som postmoderne forbilleder - vi kan alle skifte ham og finde anerkendelse for det et sted derude



Vi går fra de forpligtende fællesskaber til at være "alone together" (Turkle 2011), fordi vi forsømmer vores stærke bånd som fx familien og i stedet bruger vores tid sammen med intime fremmede

Det nye er således ikke kommunikationen og dens altid tilstedeværende muligheder for misforståelser, forstyrrelser og uhøflig adfærd. Det nye er den eksplosive stigning i *antallet* af forbindelser og de deraf følgende voldsomme mængder af dialoger, og det har vækket forskellige typer af bekymring.

Bekymringsdiskurserne vokser i takt med internettet og nu især de sociale medier. Der tales om en stigende normrelativisme, og om ensomme individer uden faste tilhørsforhold – en trussel mod vores sociale kapital, simpelthen (Putnam 2000). Vi går fra de forpligtende fællesskaber til at være "alone together" (Turkle 2011), fordi vi forsømmer vores stærke bånd som fx familien og i stedet bruger vores tid sammen med intime fremmede

eller helt ukendte anonyme samtalepartnere. Vi får internet-afhængighed og lever for suset fra de mange *likes*. Og hvis vi således kan eksperimentere med vores identiteter, frem for at blive dem, vi forventer af os selv og andre, er der så overhovedet nogen stabilitet eller nogen normer, vi kan stole på? Og hvad bliver der af spørgsmålene om at kende sig selv og finde ind til sit autentiske selv osv.?

Bekymringerne er muligvis reelle nok, men lad mig alligevel rette et uærbødigt blik på dem (Cecchin et al. 1992). For er det kun problematisk, at vi kan eksperimentere? Hvad med de frigørende potentialer i at kunne ikke bare bryde ud af sine roller, men lege med dem, positionere sig og være både-og – at udtrykke sin multi-being uden helt samme frygt for fordomme

og stigmatisering.

Vi udvikler os nu ikke blot inden for de nære fællesskaber som familien, men bliver til som individer gennem stadigt mere komplekse netværk af relationer, fra de nære til de fjerne. Og vi laver fejl og lærer af dem og bliver stadigt bedre til at navigere i det sociale mediehav, som kan drukne os i illusionen om, at *likes* er lig med anerkendelse, men som også kan give os valgmuligheder ad libitum for fællesskaber og identiteter.

Lad mig holde blikket rettet mod sociale medier et øjeblik. Jeg kender en mand ved navn Sebastian. Da jeg lærte ham at kende, hed han Claus. En overgang var det Frank. Sebastian har en fortid med misbrug af alkohol og stoffer, af psykiatri, og af et større opgør med sin adoptivfamilie. Han bruger Facebook på



Han bruger Facebook på måder, jeg aldrig har set før – som et meget personligt identitetsprojekt





måder, jeg aldrig har set før – som et meget personligt identitetsprojekt. Han poster det meste, godt og skidt, fra sit liv, oplevelser, tvivl, glæder og sorger, og han er meget bevidst om transparensen i dette. Han mener, at Facebook som medie har reddet hans liv, for han har brugt det meget aktivt i op- og nedture på sine veje ind i et nu mere stabilt ædru liv. Brugt det til anerkendelse, støtte og sparring, til at fastholde sin udvikling og tage debatter, som former hans eget billede af sig selv.

Sociale medier er ikke værre end ansigt-til-ansigt-fællesskaber, men de er heller ikke bedre. De er typer af sociale rum, ikke mindre situerede i den virkelige verden end andre – og som alle andre sociale rum kan vi udvikle vores færdigheder i dem – eller vi kan vælge dem helt fra. De er på den ene side præcis lige som andre sociale sammenhænge – fyldt med muligheder for kommunikation, etablering og dyrkelse af venskaber, mobning og ensomhed, alliancer og misforståelser. De er på den anden side noget nyt og kræver nogle nye færdigheder – fx i at finde nye balancer mellem det private og det offentlige, i at skelne mellem muligheder og konsekvenser ("jeg kan dele alt, men hvilken betydning får det og for hvad?"), og i at skelne mellem forskellige



Sociale medier er ikke værre end ansigt-til-ansigt-fællesskaber, men de er heller ikke bedre

typer af relationer i en og samme kommunikation.

Familieterapi i en forandret verden

Kræver forandrede socialiteter og forandrede identiteter en forandret familieterapi?

Den nye virkelighed byder på visse udfordringer for vores felt, for vores fordomme (Cecchin et al. 1994) som terapeuter og familiebehandlere. Og her tænker jeg ikke på, at internettet fx tilbyder helt nye terapeutiske metoder eller muligheder for salg og branding. Nej, jeg tænker på den radikale omformning af det sociale liv og af vores identitets-projekter.

Når familieterapeuter møder familier, er der tradition for en sandhed om, at det sunde individ har tætte

og meningsfulde relationer, og at målet med familieterapien er at genoprette skadede relationer eller skabe nye. Hvordan ser dette ud, familien ikke er så simpel en størrelse, når svage bånd til tider er stærkere end de stærke bånd, når kompleksiteten af fællesskaber byder på forskellige grader af intimitet og af relationer til fremmede, som man aldrig har mødt i den fysiske verden?

Traditionelle psykologiske forståelser af mennesket, som det ofte viser sig bl.a. i terapi handler om, at det sunde individ har en stabil, entydig identitet, eller som Skipper Skræk siger: "I yam what I yam". Målet med terapi i denne forståelse er at finde ud af – eller ind til – hvem klienten er. "I virke-



Målet med terapi i denne forståelse er at finde ud af – eller ind til – hvem klienten er. "I virkeligheden". Men hvordan ser denne virkelighed ud, når de nye identitets-muligheder udfordrer entydigheden og ensrettetheden?

ligheden". Men hvordan ser denne virkelighed ud, når de nye identitets-muligheder udfordrer entydigheden og ensrettetheden?

Måske er dette ikke så fjernt fra det professionelle arbejde, mange af dette blads læsere allerede forsøger at praktisere. Især glæden over udvidelsen af snævre identitetskonklusioner ligger lige for, hvis man er socialkonstruktionistisk praktiker. Det peger på en øget kultursensitivitet over for hver eneste klient og familie, vi møder. Det peger på det, jeg et andet sted (Mosgaard, in press) kalder "et antropologisk blik".

Fra skråsikker ekspert-interventionist til undrende deltager-observatør. Ikke for ukritisk at sluge alle den nye tids udfordringer, som om de kun indeholder noget uimodsigeligt godt. Men for at undgå at blive *dommer*.

Når socialitet ikke er blot er de nære relationer, men komplekse netværk af relationer med stærke og svage bånd, så kunne det kalde det på i praksis eksempelvis at arbejde med positionering (se fx Rober et al. 2008). Altså kort sagt at placere os i de forskellige relationer og forstå virkeligheden derfra.

Når identiteter ikke er, som de plejer, når vi alle er blevet cyborgs i en eller anden form, og vores opgave ikke blot er at skabe

vores udgaver af den sunde identitet, så kalder det på en udvidet nysgerrighed.

Og når verden ikke er umiddelbart afkodelig, kalder det på det, som i narrativ terapi (Russel & Carey 2003) kaldes "loitering" – at vi *hænger ud* med de historier, og de socialiteter og

identiteter, som folk bokser med. At vi går på opdagelse i den nye virkelighed uden hastværk og forudbestemte mål. Tænk om vi – med åbne, uærbødige og dekonstruerende øjne, naturligvis – forsøger at omfavne kompleksiteten med anerkendelse og undren. ↻



LITTERATUR

Brinkmann, S. (2008): *Identitet: Udfordringer i forbrugersamfundet*. Klim.

Cecchin, G., Lane, G. & Ray, W.A. (1992): *Irreverence: A strategy for therapists' survival*. Karnac Books

Cecchin, G., Lane, G. & Ray, W.A. (1994): *The cybernetics of prejudices in the practice of psychotherapy*. Karnac Books

Gergen, K.J. (2000): *The saturated self: Dilemmas of identity in contemporary life*. Basic Books

Gergen, K.J. (2009): *Relational being: Beyond self and community*. Oxford University Press

Goffman, E. (1956): *The Presentation of Self in Everyday Life*. University of Edinburgh

Granovetter, M. (1973): *The strength of weak ties*. American Journal of Sociology

Mosgaard, J. (2014): *Alone together in a globalized world: New media, new socialities, new identities*. Subplenary speech, Nordic Congress in Family Therapy, Turku, Finland. 16.08.2014.

Mosgaard, J. (in press): *Therapy as anthropology*. I: Schliewe, S., Chaudhary, N. & Marsico, P. (red.): *Cultural psychology of intervention in the globalized world*. Information Age Publishing

Putnam, R.D. (2000): *Bowling Alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster

Rober, P., Elliott, R., Buysse, A., Loots, G. & De Corte, K. (2008): *Positioning in the therapist's inner conversation: A dialogical model based on a grounded theory analysis of therapist reflections*. Journal of Marital and Family Therapy, vol. 34, no. 3, 406-421.

Russell, S. & Carey, M. (2003): *Outsider-witness practices: Some answers to commonly asked questions*. International Journal of Narrative Therapy and Community Work, 1:3-16.

Turkle, S. (2011): *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books