

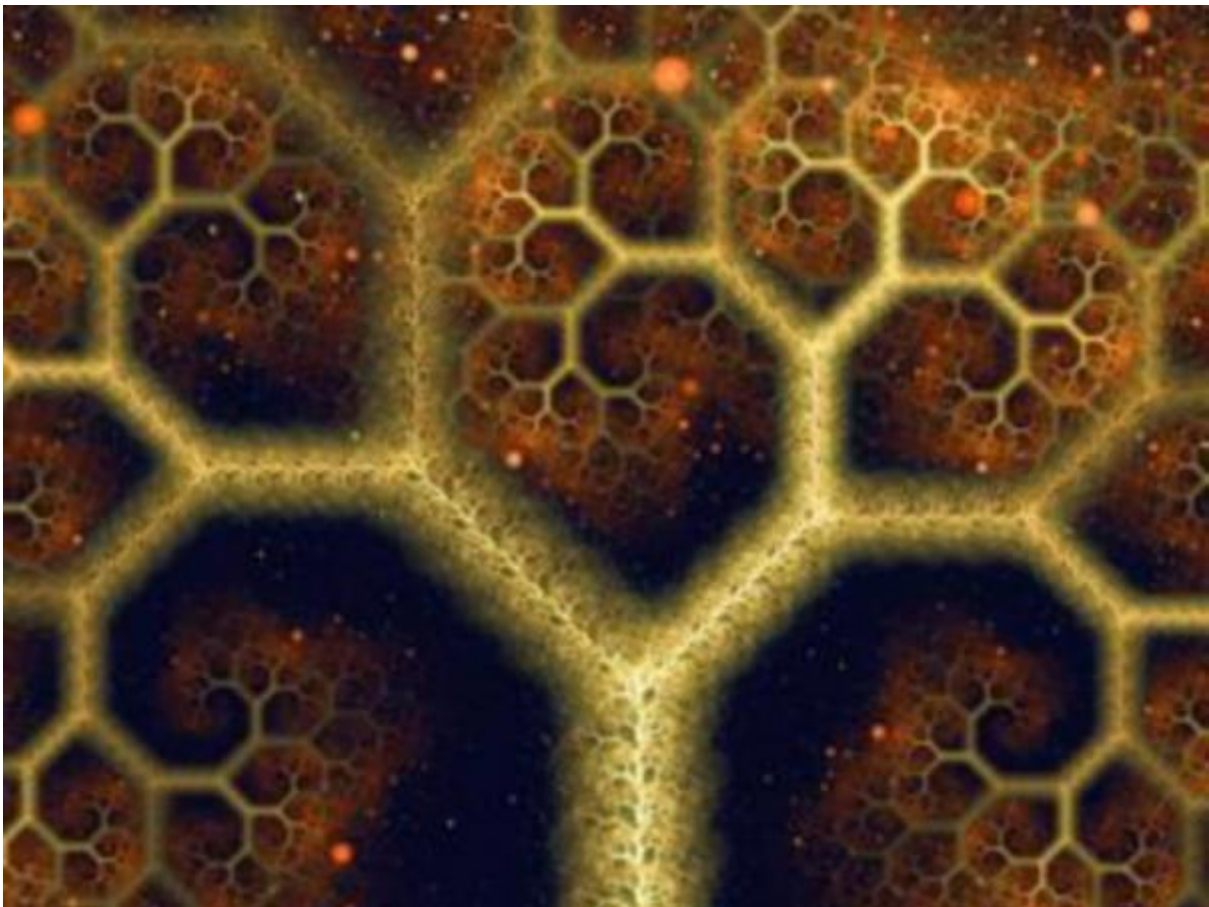
## Analytisk psykologi i dag

Under overskriften: ”Analytisk psykologi i dag” på hjemmesiden C.G. Jung i Danmark kan du læse en serie artikler på dansk om den analytiske psykologis grundbegreber i en nutidig fortolkning. Denne fjerde artikel i serien er skrevet af den jungianske analytiker Marcus West fra England og oversat til dansk af seniorkandidat ved C.G. Junginstituttet i København, cand.mag. og oversætter Margrethe Haraldsdatter.

Originalartiklerne ligger på IAAPs hjemmeside <https://iaap.org/> og er oversat med forfatterens tilladelse.

---

# Kompleks



Marcus West

## Komplekset

*”Komplekser er i sandhed de levende enheder i den ubevidste psyke...”*

*(Jung, CW 8, § 210)*

### Jung og komplekset

Tidligt i Jungs karriere, da han var ved Burghölzli Hospital i Zürich, begyndte han at arbejde på en række ordassocationseksperimenter sammen med kolleger, som førte direkte tilbage til Charcots og Janets arbejde om neurose og hysteri og de ”nervøse chok”, som lå underneden. Gennem forsøgspersonens forsinkede, følelsesladede eller mærkelige reaktioner på 100 stimulusord (såsom brød, bord, krig, blæk, kærlighed, hund, hoved, pistol, trofast, vand, slagtilfælde og lampe) kunne Jung påvise tilstedeværelsen af ”følelsesbetonede komplekser”, som han direkte forbandt med Janets begreb om ”fikse ideer” (Jung 1934).

Jung erkendte, at disse komplekser var frasprængte, delpsyker (*splinter psyches*) af psyken, som var uacceptable og forstyrrende for det bevidste sind (egoet), og som var i konflikt med individets bevidste holdninger. Han skriver som et ekko af Janet:

et ”følelsesbetonet kompleks” ... er et billede af en bestemt psykisk situation, der er levende emotionelt betonet og som tillige viser sig at være inkompatibel med den vanemæssige bevidsthedstilstand eller -indstilling ... det har en forholdsvis høj grad af autonomi, dvs. det er kun i ringe grad underkastet bevidsthedsdispositionerne og opfører sig derfor som et levende fremmedlegeme i bevidsthedsrummet. (Jung 1934, § 201, da. oversættelse Christian Kock i Lars Bo Bojesen 2001, side 227).

Subjektivt set kan disse komplekser være meget foruroligende, for som Jung skriver:

Enhver véd nu om stunder, at man ”har komplekser”. At det faktisk er komplekserne, der har os, er imidlertid mindre kendt, men teoretisk af desto større vigtighed. Den naive forudsætning om bevidsthedens enhed, der sættes lig med ”psyken”, og om viljens overherredømme drages nemlig alvorligt i tvivl ved eksistensen af komplekser. Ved enhver komplekskonstellation opstår der en forstyrret bevidsthedstilstand ... Komplekset må derfor være en psykisk faktor, der, energetisk talt, besidder en valens som undertiden overstiger den bevidste hensigts valens ... I virkeligheden hensætter et aktivt kompleks os momentant i en tilstand af ufrihed, af tvangstænkning eller –

handlen, hvorfor det juridiske begreb begrænset tilregnelighed under visse omstændigheder kan komme på tale. (Jung 1934, § 200, da. oversættelse Christian Kock i Lars Bo Bojesen 2001, side 226-7)

Komplekser forårsager derfor en "forstyrret bevidsthedstilstand" og kan manifestere sig som følelsesmæssige reaktioner, "irrationel" adfærd, fysiske symptomer og optræde i personificeret form i drømme samt som "stemmer" i visse psykoser (ibid., § 202-3); de er også forbundet med en tro på ånder (ibid., § 210). Når kompleksets magt forstyrrer det centrale egokompleks (tager kontrol over og dominerer personligheden), opstår der en neurose. Vores komplekser er derfor meget magtfulde og kan være vanskelige at tackle og integrere. Som Jung udtrykker det, står der "frygt og modstand" på vejviserne til komplekset. Jung skriver om deres centrale betydning: "Komplekser er nemlig i virkeligheden den ubevidste psykes levende enheder..." (ibid., § 210); og idet han citerer den sætning, som Freud som bekendt brugte til at beskrive drømme – som "*via regia* ("Kongevejen") til det ubevidste" – skriver han:

*Kongevejen* til det ubevidste er dog ikke drømmene, som han [Freud] mener, men derimod komplekserne, som er årsag til drømme og symptomer. Og vejen er også af mindre "kongelig" natur, for så vidt den vej, som komplekset anviser, mere ligner en puklet og stærkt snoet sti, der ofte fortaber sig i underskoven og i reglen ikke fører ind i det ubevidstes hjerte, men forbi det. (Jung 1934, § 210, da. oversættelse Christian Kock i Lars Bo Bojesen 2001, side 232).

## **Dissociation og psyken**

Ovenstående citater introducerer også en meget anderledes opfattelse af psyken end den Freud har, som var baseret på en "bevidsthedens enhed". I stedet så Jung disse komplekser som autonome "delpersonligheder" inden for den samlede personlighed. Man kan derfor se, at vi har mange forskellige "selv-tilstande" (forskellige oplevelser af os selv), som kan være mere eller mindre accepterede og acceptable og mere eller mindre integrerede med vores centrale selvopfattelse – egoet.

Dette afspejler Jungs teoretiske baggrund i den dissociative (*Dissociationist*) bevægelse (se Haule 1983, 1984; og Astor 2002), som erkendte, hvordan det er muligt for os at bevæge os mellem f.eks. tilstande af sårbarhed, magt, vrede, udadvendt tilpasning, modtagelighed og så videre. Disse er alle dele af psyken, som skal finde en plads (accepteres og integreres), snarere end at slippe af med dem

– de er ”forsøg fra den fremtidige personlighed på at bryde igennem”. Dr. Joe Redfearn (1985) har skrevet meget oplysende om disse delpersonligheder og kalder dem " underpersonligheder" i sin bog *My Self, My Many Selves*.

### **Traumer og den arketyriske kerne**

Jung erkendte, at kompleksets oprindelse ”er jo hyppigt et såkaldt traume, et emotionelt chok eller lignende, hvorved et stykke psyke fraspaltes.” (Jung 1934, § 204, da. oversættelse Christian Kock i Lars Bo Bojesen 2001, side 228); det er de erfaringer, som egoet ikke har været i stand til at bære og integrere på det pågældende tidspunkt i personens udvikling og som derfor er dissocieret.

Han foreslog også, at hvert kompleks i sin rod har en arketyriske kerne, og han forstod arketyperne som instinktive adfærdsmønstre. Det er denne arketyriske kerne, der, hvis den ikke bliver menneskeliggjort af gavnlige, daglige erfaringer, opleves på kraftfulde måder af den enkelte. F.eks. som den vrede far, der på skræmmende vis forsøger at dræbe en, eller den idealiserede far, der måske kommer og redder en; eller den smukke mor, der er en gudinde, som kan kurere alle dårligheder i modsætning til den frygtelige mor, der forsøger at forgifte en – det er de modsætningspar, som Jung mente var karakteristiske for arketyperne.

### **Det kulturelle kompleks**

En nyere udvikling inden for dette område er erkendelsen af, at den familie og det samfund, man lever i, også i høj grad påvirker ens udvikling, værdier og ”hvem man er”, især ved at påvirke, hvilke kvaliteter hos individet der accepteres og fremmes, og hvilke der frarådes eller forbydes (Singer og Kimbles 2004). Der er med andre ord et kulturelt kompleks, som individet, på samme måde som et personligt kompleks, kan blive domineret og drevet af, eller ved at blive bevidst om kompleksets karakter kan individet udvikle en holdning til det og beherske det. Som Jung sagde om komplekser: ”Vi har alle sammen komplekser; det er en højst banal og uinteressant kendsgerning ... Det er kun interessant at vide, hvad folk gør med deres komplekser; det er det praktiske spørgsmål, der er afgørende” (Jung 1936/1976, § 175, da. oversættelse Mette Thomsen i Lars Bo Bojesen 2001, side 93).

## Komplekset i klinisk praksis

Jeg vil slutte med et klinisk eksempel, som Jung giver i sin selvbiografi, *Memories, Dreams, Reflections* (da. *Erindringer, drømme, tanker*), fra dengang han arbejdede på Burghölzli Hospital. Der var en attraktiv ung kvinde, som blev indlagt på hospitalet med melankoli, selv om denne diagnose senere blev ændret til skizofreni. Hun havde nogle år tidligere været romantisk interesseret i sønnen af en velhavende industrimand, men da hun troede, at han ikke gengældte hendes kærlighed, havde hun giftet sig med en anden og fået to børn. Fem år senere besøgte en gammel veninde hende og fortalte hende, at hendes ægteskab havde været et stort chok for denne unge mand, som nu viste sig at have haft følelser for hende. I det øjeblik begyndte depressionen at sætte ind. Noget endnu værre fulgte, idet hun et par uger senere, da hun badede sine børn og var optaget af sine mørke og ulykkelige tanker, lod sin datter sutte på en svamp fyldt med badevand – badevandet i det område var ikke sikkert at drikke. Den unge pige blev syg af tyfus og døde; hun havde været sin mors yndlingsbarn. På dette tidspunkt blev hendes depression akut, og hun blev indlagt på hospitalet.

Ud fra ordassociationstestene fandt Jung ud af, at den unge kvinde følte sig som en morder og havde stor skyldfølelse over det, hun havde gjort, og at hun sørgede over tabet af industrimandens søn. Da Jung fortalte hende, hvad han havde fundet, rapporterer han, at ”effekten blev, at hun kunne udskrives fjorten dage efter, og at hun aldrig siden har været indlagt.” (Jung 1963, s. 135-7; da. oversættelse Dita Mendel, s. 104-106). Han havde hjulpet hende til at erkende og se sine tidligere fraspaltede komplekser i øjnene.

Vi behøver ikke at bruge en ordassociationstest for at genkende et kompleks. Men komplekser er materialet i enhver analytisk session, og analytikerens opgave er at hjælpe patienten med at genkende, forstå, inddæmme og integrere disse dele af personligheden, uanset hvor mørke de måtte være.

## Referencer:

Astor, J. (2002). Analytical psychology and its relation to psychoanalysis. *Journal of Analytical Psychology*, 47: 599-612.

Haule, J.R. (1983). 'Archetype and integration: exploring the Janetian roots of analytical psychology'. *Journal of Analytical Psychology*, 28(3): 253-267.

Jung, C.G. (1934). A review of the complex theory. In: *The Structure and Dynamics of the Psyche*, CW 8.

— (1936/1976). 'The Tavistock Lectures'. In: *The Symbolic Life*, CW 18.

— (1963). *Memories, Dreams, Reflections*. A. Jaffé (Ed.). New York: Random House.

Redfearn, J. (1983). *My Self, My Many Selves*. London: Karnac.

Singer, T. & Kimbles, S. (2004). *The Cultural Complex: Contemporary Jungian Perspectives on Psyche and Society*. Hove & New York.

## Danske oversættelser:

Bojesen, Lars Bo C.G. *Jung: Den analytiske psykologis grundlag og praksis*, Gyldendal 2001 (orig. 1993)

Jung, C.G. *Erindringer, drømme, tanker*, Lindhardt og Ringhof 1991 (orig. 1961), oversat af Dita Mendel



**Marcus West** er uddannelses- og superviserende analytiker i Society of Analytical Psychology og medredaktør af *Journal of Analytical Psychology*. Han har skrevet en række artikler og bogkapitler, hvoraf ét blev delt vinder af Michael Fordham-prisen, og er forfatter til tre bøger: *Feeling, Being and the Sense of Self* (2007), *Understanding Dreams in Clinical Practice* (2011) og *Into the Darkest Places - Early Relational Trauma and Borderline States of Mind* (2016). Han har privat praksis i Sussex, England, og er også uddannet EMDR-praktiker.