

## 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 tolvte artikel i serien er skrevet af den japanske jungianske analytiker Sonoko Toyoda og oversat til dansk af seniorkandidat ved C.G. Jung Institutet i København, cand.mag. og oversætter Margrethe Haraldsdatter.

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

---

## Persona



Sonoko Toyoda

# Persona

Vi udvikler vores personlighed, ikke kun så den bliver forankret i vores natur, men også så den passer til de sociale og miljømæssige krav omkring os. Jung kaldte dette socialt tilpassede aspekt af personligheden for "persona". Oprindelsen til dette latinske ord går tilbage til de masker, som skuespillere bar i antikken. Masken, eller personaen, ligner os selv, men den er i høj grad påvirket af den ydre verden; derfor er den en slags kompromis mellem individet og samfundet. Persona er måden, hvorpå vi fremstår over for andre mennesker, og hvordan vi ønsker at blive set af andre mennesker. Vi har forskellige personaer gennem livet afhængig af hver udviklingsfase, vores kønsidentitet, sociale status og så videre. Som Jung siger: "Personaen er et kompliceret relationssystem mellem den individuelle bevidsthed og samfundet, meget passende en slags maske, der på den ene side er beregnet på at gøre et bestemt indtryk på de andre, på den anden side på at skjule individets sande natur."<sup>1</sup> Jung kalder også personaen for en "ydre indstilling" i sammenligning med en "indre indstilling"<sup>2</sup> og understreger, at personaen ikke er individuel, men kollektiv.

I privatlivet er det almindeligt, at en person tager sin sociale maske af og derhjemme bærer en mere privat maske. Således kan fx en snu forretningsmand være en blid far over for sin familie. Men hvis personaen er for rigid, eller hvis man identificerer sig stærkt med den, så beholder man den på selv i privatlivet, og familien kan blive ramt eller negativt påvirket af den. En far, der ikke kan tage sin maske som streng lærer af, når han er hjemme, kan nogle gange opføre sig på en måde, der kan ydmyge hans børn.

Persona er et vigtigt begreb i Jungs analytiske psykologi. Det er på en måde en port, som inviterer en til at gå ind i psykens dybe, ukendte og vidtstrakte domæne, nemlig det ubevidste. Selve personaen befinder sig i bevidsthedens domæne og er derfor let tilgængelig og synlig. Den spiller dog en vigtig rolle i at udløse den ubevidste turbulens, som driver folk til at slå ind på individuationens vej. Individuation, dvs. selvrealisering, er den tvingende kraft, der får en person til at stræbe efter at være et individ, at blive sit sande selv. Individuation er en naturlig kraft, selv om vi er ubevidste om den, indtil der opstår et vist behov for den.

Jung betragter psyken som summen af alle psykiske processer, bevidste såvel som ubevidste, og personaen relaterer individet til den ydre objektive verden, dvs. den kollektive bevidsthed. Samtidig er der i vores indre psyke en anden virksom del, som relaterer individet til det kollektivt ubevidste, og som kompenserer for personaen i den modsatte position. Jung kaldte denne anden indre figur, som han mødte gennem personlig erfaring, for "anima" – en slags sjælebillede, hvis feminine element kompenserer for hans persona som maskulin i den ydre verden. (For kvinder opstiller Jung derfor "animus" med maskuline træk). Anima er et kompromis mellem individet og det kollektivt ubevidste, det vil sige verdenen af historiske billeder eller urbilleder. Med andre ord er persona en bro til den kollektive bevidsthed, mens anima er en bro til det kollektivt ubevidste. Persona og anima fungerer komplementært i forhold til hinanden.

Denne psykiske mekanisme forklarer, hvordan fx en mand, der har en stærk mands persona i den ydre verden, kan være ganske magtesløs indadtil, fordi han er påvirket af sin anima. Mens anima/animus' funktion virker usynligt i det mørke ubevidste, virker personaens funktion i bevidsthedens klare lys. Det er vigtigt at skelne mellem, hvem en person er, og hvordan han/hun fremstår for andre, så vi bliver bevidste om vores usynlige relationer til det ubevidste og kan adskille os selv fra vores sjælebillede – anima/animus.

Vi opbygger vores persona af nødvendighed, men hvis vi identificerer os med vores persona og tilsidesætter eller undertrykker vores indre selv, vil vores ubevidste gøre gengæld. Som Jung siger: ”Disse identifikationer med den sociale rolle er i det hele taget rigtflydende neurosekilder. Mennesket kan nu engang ikke ustraffet skille sig af med sig selv til fordel for en kunstig personlighed”<sup>3</sup> Den person, der har en rigid persona, eller som identificerer sig med sin persona, er mindre modstandsdygtig over for påvirkningen fra det kollektive ubevidste, fordi den psykiske totalitet kommer ud af balance. Jung fortsætter med at sige:

”Hvis egoet identificerer sig med persona, ligger subjektets tyngdepunkt i det ubevidste. Det er så praktisk talt identisk med det kollektive ubevidste, fordi hele personligheden er kollektiv. I de tilfælde er der en stærk hælden mod det ubevidste og samtidig en voldsom modstand mod det fra bevidsthedens side, fordi man frygter de bevidste idealers ødelæggelse.”<sup>4</sup>

Ifølge Jung sker opløsningen af personaen uundgåeligt i individuationsprocessen. Det svarer til et sammenbrud af den bevidste holdning, og personen finder sig selv kastet rundt af det ubevidste. Nogle gange forsøger en person at genoprette sin splintrede persona, men i denne regressive handling bliver de mindre, og mere begrænsede end før, eller de identificerer sig måske med arketyperne fra det kollektive ubevidste som erstatning for den tabte persona. I sidstnævnte tilfælde bliver de naturligvis oppustede, hvilket kan forårsage mange problemer. Der er ingen genvej i individuationsprocessen. Det, der er brug for, er en tålmodig dialog med billederne fra det ubevidste og at finde en ny balance inden for psykens helhed.

Ud fra et kulturelt synspunkt er det mit indtryk, at japanere har en mindre distinkt persona end mennesker i vesten. Det kan skyldes, at skellet mellem bevidstheden og det ubevidste er noget sløret for japanere, og at deres ego er mere gennemtrængeligt for det ubevidste. Interessant nok er det i det japanske traditionelle No-teater kun hovedskuespilleren, der bærer maske, og hans rolle repræsenterer ofte et mystisk feminint spøgelse, der er kommet ud af en anden verden.

I dag står Japan imidlertid over for et alvorligt socialt problem, fordi et stigende antal mennesker trækker sig tilbage fra samfundet. De har ikke været i stand til at udvikle en personlighed og er derfor bange for kontakt med den ydre verden. Bagved en sådan tilbagetrukket person er der typisk en mor, som klamrer sig til sin moderrolle, som hun identificerer med sin persona. Som følge heraf puster det kollektive ubevidste hendes rolle op til den arketyperne Store Mor, hvis enorme magt forhindrer udviklingen af hendes barns uafhængighed.

Det kan være, at det med henblik på individuation er afgørende at opbygge en mere klart afgrænset persona i den japanske psyke for at opretholde psykisk balance.

Måske kan dette også siges om andre lande, ikke kun Japan, da vi alle nu lever i en tid, der kræver stor tilpasning til den globale kultur af forandring og mangfoldighed. Selvfølgelig frigør den nuværende kultur os fra stive sociale roller og fordomme, men samtidig kræver den, at vi søger at etablere en ny psykisk balance. Persona er ikke bare en ydre maske – den afspejler også vores indre sjæl.



*Sonoko Toyoda* dimitterede fra Nagoya University med hovedfag i fransk litteratur i 1972 og studerede som post.doc. klinisk psykologi på Kyoto University (M. Educational Studies 1983). Hun fik diplom i analytisk psykologi fra C.G. Jung Institute i Zürich i 1992. Siden da har hun haft privat praksis i Kyoto, mens hun også har undervist på to private universiteter som professor i 15 år. I dag har hun privat praksis i Tokyo. Hun er chefredaktør for *Japanese Journal of Jungian Psychology* og præsident for AJAJ (Association of Jungian Analysts, Japan). Hun er forfatter til *Memories of Our Lost Hands: Searching for feminine spirituality and creativity*.

---

<sup>1</sup> C.G. Jung, CW7, § 305; Preben Grønkjærs oversættelse (2001).

<sup>2</sup> C.G. Jung, CW6, § 801; Jens Windeleffs oversættelse af 'inner/ outer attitude', s. 180 (1975).

<sup>3</sup> C.G. Jung, CW7, § 307; Preben Grønkjærs oversættelse (2001).

<sup>4</sup> C.G. Jung, CW7, § 509

## Litteratur

- Jung, C.G. (1923/1971) *Psychological Types, The Collected Works of C. G. Jung*, (Vol. 6); oversat af H.G. Baynes, rev. af R.F.C. Hull. London: Routledge and Kegan Paul 1971
- (1943/1966) "The relations between the ego and the unconscious", i *Two Essays in Analytical Psychology*, 2nd edition. *The Collected Works of C. G. Jung*, (Vol. 7, pp. 121-239); oversat til engelsk af R.F.C. Hull. London: Routledge and Kegan Paul 1953

På dansk foreligger:

Jung, C.G. (1943/1966) "Relationerne mellem Jeget og det ubevidste" i *To skrifter om analytisk psykologi*, s. 129-179, København: Gyldendal. Oversat til dansk af Preben Grønkjær