



## Fremtid; intentioner og forestillinger

Man kan have det synspunkt, at enhver handling er forårsaget af hændelser i fortiden; fx at den enkeltes aktuelle vanskeligheder kan forklares med at han eller hun har haft en traumatisk barndom eller nogle urimelige arbejdsbetingelser eller har haft en opslidende skilsmisse. Vi søger forklaringer og årsager

for at reducere kompleksitet og kaos i mødet med et andet menneskes livsudøvelse, såvel som i mødet med vores egen.

Et andet perspektiv kan være bestræbelsen på at afdække sammenhænge mellem forskellige områder i hjernen og særlige former for adfærd, tanker og følelser. Det kan indebære et omfattende analysearbejde og statistiske beregninger, der kan resultere i det vi kender som psykisk sygdom, diagnoser og medicinsk behandling. Og så kan vi forklare ”det gådefulde” med en henvisning til sygdom; at have arvet særlige gener eller på anden vis have biologiske ”mangler”.

Problemet er bare, at hvis man vil forklare menneskers reaktions- og handlemåder som resultat af en årsag, så gør man dem til begivenheder i lighed med at vælte en vase eller vende en sten. Man frarøver dem deres personlige *ansvar* og ser mennesker som passive ofre, som kasterbold mellem ydre omstændigheder, frataget ethvert initiativ og *friheden* til at forholde sig, til at vælge, som er det egentlige kendetegn ved det menneskelige.

For ifølge eksistens-psykologien vil mennesker et eller andet med dét de siger og gør, eller med dét de undlader at sige og gøre. Det enkelte menneske spiller en aktiv rolle i skabelsen af sine personlige oplevelser, i skabelsen af den virkelighed han eller hun opfatter, reagerer og handler på. Vi er hele tiden i gang med at skabe sammenhæng og mening i ”det ukendte” vi møder hos os selv og andre. Vi sigter på noget, har hensigter og intentioner.

De fleste kan i teorien være med på værdien i antagelser om den enkeltes aktive involvering i skabelsen af sin virkelighedsopfattelse. Er man involveret, kan man også være med til at påvirke og ændre. Men når den enkelte i hverdagen oplever vanskeligheder og føler sig fastlåst i sin livsudfoldelse, kan vi være tilbøjelige til at rette fokus ”bagud” mod fortidige begivenheder eller ”udad” mod omstændigheder, der ligger udenfor den enkeltes indflydelse. Det er som om at når noget er svært og problematisk leder vi efter forklaringer og holdepunkter hos alt og alle andre end os selv.

Det kan blandt andet være sammenhængende med skyldfølelsen, som er bagsiden af ansvaret eller med utilpasheden ved det gådefulde, fremmede og komplekse, der hurtigere lader sig meningsgive (og kontrollere) ad andre veje end ved at spørge til den enkeltes intentioner; ”hvad ville du egentlig med det du sagde og gjorde?”, eller ved at acceptere ikke at kunne regne den anden eller sig selv ud. Så er det nemmere hurtigt at konkludere, at han eller hun gjorde eller sagde nok sådan fordi sådan og sådan.

Eksistenspsykologien er mere optaget af fremtiden end fortiden, og retter sit fokus mod de forestillinger den enkelte gør sig om fremtiden forud for et valg, en beslutning. Forestillinger om konsekvenserne af de valg man træffer eller undlader at træffe, og det kan ende med oplevelsen af et dilemma, når resultatet af de mange forestillinger og overvejelser kan blive et valg mellem pest og kolera; en oplevelse af fastlåsthed og handlingslammelse.

Dernæst er det ikke i eksistenspsykologiens interesse at være dedektiv- eller lave arkæologisk udgravningsarbejde i forsøg på at forklare hvorfra sådanne forestillinger stammer, og skabe mening ud af erindringer om fortiden. Snarere beskæftiger man sig med at følge og udfordre den enkelte på sin opdagelsesrejse i nuét og fremtiden; hvad vil man gerne opnå eller undgå, hvordan, hvilken betydning har det eller kunne det få? Hvad er det for nogle briller man ser verden med og kunne man forsøge at se den med nogle andre?

Nogle ville måske have det synspunkt, at sådanne forestillinger netop bygger på erindringer og fortidige oplevelser, og bør undersøges nærmere.

Eksistenspsykologien ser det sådan, at vores erindringer ikke påvirker eller forårsager vores aktuelle overbevisninger og forestillinger. Sådan som vi husker fortiden afspejler derimod de opfattelser vi for tiden har af os selv og andre, ja erindringer tjener nærmest til at retfærdiggøre vores nuværende selvopfattelse, virkelighedsforståelse og forestillinger om fremtiden; fx ”jeg er syg fordi min mor var syg, og så kan jeg i hvert fald heller ikke regne med at være rask i fremtiden”.

Men den grundlæggende eksistentielle antagelse, at mennesket har sin frie vilje til at forholde sig og i enhver situation kunne have valgt noget andet, betyder, at den enkelte er fri til også at tænke anderledes om sin fortid såvel som sin fremtid. Det indebærer en erkendelse af det personlige ansvar og skylden i både fortidige og fremtidige handlinger. Og det kan netop være særdeles afgørende at erkende værdien i at magte og skabe sit eget liv frem for at have oplevelsen af magtesløshed; at blive styret af noget andet og andre, af fortiden, biologien eller omstændighederne.

Ofte kan en sådan opdagelsesrejse i forestillinger om fremtiden give anledning til en samtale omkring grundvilkårene for den menneskelige eksistens; hvad livet er for en størrelse og hvordan den enkelte håndterer sin egen eksistens i form af personlig etik og moral.

De understregede ord uddybes i andre tekster på siden