

A woman with long brown hair, wearing a dark, textured sweater, is lying on her stomach on a lush green lawn. She is looking down with a somber expression, her face close to the grass. The background is a vast, bright green lawn under natural light.

DEPRESSION ER EN **MODERNE** **SUCCESSHISTORIE**

I lykkepillernes æra hylder vi det individuelle initiativ og selvrealiseringen, og det skaber grobund for, at depression bliver tidens vigtigste psykiske problem. Den anerkendte franske sociolog Alain Ehrenberg gæster DPU, Aarhus Universitet, hvor han fortæller om sine udforskninger af det depressive kontinent.

* Hvorfor og hvordan har depression gjort sig gældende som vor tids vigtigste psykiske problem? Og i hvilket omfang siger dette noget om individualitetens og samfundets forandringer i vore dage? Det er de to spørgsmål, der har været ledetråd for den franske sociolog Alain Ehrenbergs udforskning af det depressive kontinent.

Da han skrev bogen 'Det udmattede selv – depression og samfund', som for nylig udkom på dansk, opnåede han international anerkendelse. I bogen leverer han en analyse af, hvordan vi står midt i depressionen som en moderne succeshistorie. Historien begynder med, at den disciplinære adfærdsmodel – de autoritære regler og overholdelse af forbud – viger til fordel for normer, der tilskynder til det individuelle initiativ og til at realisere sig selv. Det skaber succes for depressionen som en ansvarssygd, der bliver vor tids vigtigste psykiske problem.

Men succesen har måske alligevel sine grænser. Ikke alle bliver deprimerede. I en anmeldelse af Ehrenbergs bog spørger lektor Steen Nepper Larsen fra DPU, Aarhus Universitet; Hvorfor bliver ikke alle mennesker depressive? Hvad er det, der gør, at langt fra alle går til i utilstrækkelighed?

"Jeg føler ikke, at der er noget væsentligt forkert i den måde, jeg beskriver situationen på," svarer Alain Ehrenberg. "At blive deprimeret" er alt for bredt et udtryk, fordi styrken, varigheden og så videre er variable størrelser. Ordet 'depression' dækker over et bredt spektrum af tilstande, lige fra udmattelse, som kan imødegås med stimulering, til den melankolske, der er så grebet af skyldfølelse, at vedkommende bare ønsker at dø – og altså er i fare for at forsøge selvmord. Så vi bør definere begrebet 'selvdestruktion'. Depression dækker over så mange forskellige symptomer, at bare det at definere og diagnosticere depression er en konstant udfordring for psykiatrien. Den berømte franske psykoanalytiker Jacques Lacan mente, at angsten altid havde en konkret årsag. Det modsatte gælder for depression, som er en u håndgribelig lidelse. Det var mit udgangspunkt: Hvordan kan vi skabe noget håndgribeligt ud af depressionens tåger?" siger Alain Ehrenberg.

Sundhed er et socialt ideal

Alain Ehrenbergs ærinde er ikke at fortælle, at brugen af antidepressiva er forkert og det hele samfundets skyld. Hans ærinde er, som sociolog, at skabe forståelse.

"Jeg er ikke ude på at dømme nogen eller på at deltage i den rituelle kritik af medicinalindustrien. Mental sundhed er simpelthen en god baggrund for at formulere moralske påstande om – og indimellem også postmoderne ironiserer over – det moderne samfund, kapitalisme, medicinalindustrien og så videre. Men det mener jeg ikke, er det væsentlige. Formålet med bogen er kun at skabe klarhed over, hvorfor og i hvilken betydning depression er gået hen og blevet den mest udbredte psykiske lidelse. Jeg håber med bogen at give folk en forståelse af depressionens sociale og medicinske dimensioner uden at moralisere over for læseren. Jeg bilder mig ikke ind, at jeg har ret til at fortælle folk, hvordan de skal leve deres liv, jeg vil bare gerne sætte den nuværende situation i perspektiv," siger han.

Mens Alain Ehrenberg reserverer udtrykket depression til forskellige former for – og dybder i – en personlig selvdestruktion, så indtager ordet 'mental sundhed' en hovedrolle med omfattende implikationer for vores måder at leve på. For når verdenssundhedsorganisationen WHO, EU og for dens sags skyld Danmark ved Sundhedsstyrelsen fokuserer på mental sundhed, så drejer det sig ifølge Alain Ehrenberg ikke kun om sundhed:

”I et samfund, hvor folk konstant indtager stoffer, kan vi ikke længere vide, hvem der er sig selv. Vi kan ikke engang vide, hvem der er normal. "Hvem" er nøgleordet, for det betegner det sted, hvor der er et subjekt. Spørgsmålet er, om vi er vidne til dets forsvinden.

Alain Ehrenberg

"Psykisk velbefindende handler ikke bare om sundhed, men om det moderne menneskes sociale virkelighed; selvfølgelig er sundhed en værdi i sig selv, men det sociale ligger til grund for mental sundhed, men ikke for cancer, bare for at tage et eksempel."

Ifølge Ehrenberg er forestillingen om mental sundhed et nyt socialt begreb, som kan karakteriseres gennem tre værdisæt. For det første bliver psykiske lidelser opfattet som lige så slemme som fysiske. For det andet berører disse lidelser samtlige institutioner i samfundet, lige fra familien over skolen og arbejdspladsen til retsforhold, og det optager de tværgående professioner. For det tredje er psykiske lidelser blevet til en gyldig årsag til indgriben: ikke kun enhver sygdomstilstand, men også alle mulige problematiske sociale relationer bliver gjort til genstand for opmærksomhed i forbindelse med psykiske lidelser og deres helbredelse. Det omfatter teenageres problemer, tildeling af velfærdsydelse og forhold mellem ansatte og kunder etc.

"Denne opmærksomhed over for uregelmæssigheder i den individuelle subjektivitet gennemsyrrer det sociale. Uregelmæssighederne varierer frem og tilbage mellem ubehag og sygdom, dårlig adfærd og afvigelse," siger Alain Ehrenberg og fortsætter:

"Dermed bliver mental sundhed, i modsætning til traditionel psykiatri, et spørgsmål om sociologi, et spørgsmål om sociale sammenhænge. Min tilgang er at betragte mental sundhed som en matrix af læringsdilemmaer og spændinger i det moderne demokratiske samfund. Den største forskel mellem traditionel psykiatri og moderne mental sundhed kan udtrykkes vældig kortfattet: Psykiatri er et lokalt idiom, som er specialiseret i identifikationen af specifikke problemer. Mental sundhed, derimod, er et globalt idiom, som gør det muligt at beskrive de mangfoldige spændinger og modsætningsforhold i det moderne liv – og hvordan man kan reagere over for dem," siger Alain Ehrenberg.

Forsvind i velvære

Men hvordan behandler man den enkelte persons problemer? Skal antidepressiva begrænses til bestemte former for depression, eller skal de udskrives, lige så snart depressive symptomer er diagnosticerede? Hvilke problemer er egentlig normale, og hvilke er syge? Det er det kontroversielle problem nu – som før.

Ehrenberg gør opmærksom på, at debatten begyndte allerede i 1957 med opdagelsen af antidepressiva. På den ene side står schweizeren Ronald Kuhn. Han hævder, at antidepressiva 'alene' genopretter et normalt stemningsleje, som har en beroligende virkning. Og på den anden side står ►

”Lykkepiller fjerner de største anstødssten for det moderne menneske, nemlig de hæmninger, der forhindrer os i selvrealiseringen. Hæmningerne er blevet væsentlige aktører i det moderne samfund, fordi de understreger individuel fleksibilitet og øger værdien af konkurrence i det sociale.

Alain Ehrenberg

amerikaneren Nathan Kline, der opfattede antidepressiva som 'tilførelse' af psykisk energi; det vil sige, at antidepressiva har en euroforiserende virkning ud over 'blot' at genoprette stemningslejet. Denne diskussion er langt fra lukket.

”Diskussionerne blussede op igen med fremkomsten af SSRI'erne (selektive serotoningoptagshæmmere eller 'lykkepiller', red.), fordi de fik en helt ny udbredelse; de kom på den offentlige dagsorden og skabte en vedvarende debat om det moralske i den behandlingsform, men også om medikamenternes evne til at afhjælpe depression. I den berømte 'Listening to Prozac' (1993) skriver Peter Kramer om sine patienters ambivalens: Nogle mente, at de endelig var blevet sig selv på grund af medicinen, andre, at de var blevet fundamentalt forandret,” siger Ehrenberg.

”I et samfund, hvor folk konstant indtager stoffer, kan vi ikke længere vide, hvem der er sig selv. Vi kan ikke en gang vide, hvem der er normal. ”Hvem” er nøgleordet, for det betegner det sted, hvor der er et subjekt. Spørgsmålet er, om vi er vidne til dets forsvinden.”

Hast i højt humør

Ifølge Ehrenberg opstår der et dilemma for det moderne menneske, når en pille kan føre til følelsen af magt over sin egen skæbne, selvrealisering og evnen til at handle på egen hånd. ”Det er i virkeligheden sagens kerne: antidepressive midler, både de nye og de gamle af slagsen, påvirker vores følelse af sorg, men også af smerte, den afvisning af selvet, som fører den

deprimerede ind i en fastlåst tilstand. De fjerner de største anstødssten for det moderne menneske, nemlig de hæmninger, der forhindrer os i selvrealiseringen. Hæmningerne er blevet væsentlige aktører i det moderne samfund, fordi de understreger individuel fleksibilitet og øger værdien af konkurrence i det sociale,” siger Alain Ehrenberg.

Inden for psykiatrien, forklarer han, karakteriserer bekymringen om hæmninger, hvad jeg vil kalde depressionens anden tidsalder. I den første tidsalder, mellem opdagelsen af vibrationsterapi i slutningen af 1930'erne og frem til 1970'erne, hvor den nosografiske revolution fandt sted med DSM-III, var depression henvist til en position som et underfelt af Freudianske neuroser. Med den anden tidsalder fulgte både adskillelsen af depression fra neurose og en fundamental forandring af de begreber, vi anvender i diskussionen af depression. Depression blev til en forsinkelse af handling, og antidepressive midler fjerner forsinkelsen. Den deprimerede personificerer det utilstrækkelige individ ifølge de gængse handlenormer.

”Nu om dage handler depression om ånden, hvormed vi handler. Depression er ikke samfundets skyld. Årsagen til nedtrykthed og eksistentiel frustration er i dag først og fremmest placeret hos dig selv – i din hjernes kemi,” siger Ehrenberg.

Af Claus Holm
clho@dpu.dk



ALAIN EHRENBURG

Professor i sociologi ved Université Paris Descartes. Han har opnået international berømmelse med bogen 'Det udmattede selv – depression og samfund', som udkom på dansk tidligere i år på Informations Forlag.

MØD ALAIN EHRENBURG PÅ DPU

Den Femte Salon inviterer i samarbejde med DPU til offentlig forelæsning og debat med Alain Ehrenberg om hans meget omtalte bog 'Det udmattede selv – depression og samfund'. Det finder sted fredag den 29. oktober kl. 15.30-17.00 i DPU's Festsal, Tuborgvej 164, København. Pris: 50 kr.

www.dpu.dk/kalender