

The background of the cover is a dark, abstract composition. It features several large, semi-transparent spheres in various colors, including shades of purple, blue, green, and red. These spheres are interconnected by thin, glowing lines and smaller, more numerous particles, creating a complex, network-like structure. The overall effect is reminiscent of a microscopic view of a biological or chemical process, or perhaps a digital data visualization.

Livslang aflæring og pædagogisk livskunst
FILOSOFISK LIVSKUNST SOM DANNEELSE TIL DET GODE LIV
Livsduelighed og filosofisk terapi
MICHEL DE MONTAIGNES FILOSOFISKE LIVSKUNST

Anders Dræby



Anders Dræby

Livslang aflæring og pædagogisk livskunst
Filosofisk livskunst som dannelse til det gode liv
Livsduelighed og filosofisk terapi
Michel de Montaignes filosofiske livskunst

AARHUS UNIVERSITET



Anders Dræby: *Livslang aflæring og pædagogisk livskunst. Filosofisk livskunst som dannelse til det gode liv. Livsduelighed og filosofisk terapi. Michel de Montaignes filosofiske livskunst*

Studier i filosofisk livskunst nr. 9

Copyright © Anders Dræby

København og Aarhus 2017

The State and University Library – Aarhus University

Aarhus University Scholarly Publishing Services

Afdeling for Generel pædagogik og Pædagogisk filosofi

Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse

AARHUS UNIVERSITET



ISBN: 978-87-7507-411-2

DOI: 10.7146/aul.238.170

Anders Dræby – Studier i filosofisk livskunst

E-bøgerne repræsenterer forfatterens arbejdsskrifter inden for studiet af den filosofiske livskunst.

1. *Filosofien mellem livskunst og dødskunst*. Aarhus: The State and University Library, 2016
2. *Filosofisk livskunst*. Aarhus: The State and University Library, 2016
3. *Filosofisk terapi*. Aarhus: The State and University Library, 2017
4. *Epiktets filosofiske livskunst som terapeutisk pædagogik*. Aarhus: The State and University Library, 2017
5. *John Dewey og pædagogikken som livskunst*. Aarhus: The State and University Library, 2017
6. *Pædagogikken som livskunst og livslang aflæring*. Aarhus: The State and University Library, 2017
7. *Stoisk ro*. København: Royal Danish Library
8. *Aristoteles fra lægekunst til livskunst*. København: Royal Danish Library
9. *Livslang aflæring og pædagogisk livskunst. Filosofisk livskunst som dannelse til det gode liv. Livsduelighed og filosofisk terapi. Michel de Montaignes filosofiske livskunst*. København: Royal Danish Library

Intelligence is what we learn.
Wisdom is what we unlearn
— **J.R. Rim**

Indhold

Forord	7
I. Filosofisk livskunst som dannelse til det gode liv	8
II. Michel de Montaignes filosofiske livskunst	11
III. Livslang aflæring og pædagogisk livskunst	15
IV. Udfrielse fra lidelse – livsduelighed som mål for en filosofisk terapeutik	16
V. En filosofisk udvikling af grundlaget for en livsduelighedens terapi	22
Referencer	28

Forord

Der har længe været et særligt forhold imellem filosofi og pædagogik. I dag er forholdet blevet ensidigt. Således har den moderne filosofi især koncentreret sig om at udvikle den pædagogiske filosofi som en særlig underdisciplin. Oprindeligt var forholdet mellem filosofien og pædagogikken imidlertid mere gensidigt. Således har der også været en filosofisk pædagogik. Filosofien indeholder nemlig ikke mindst en filosofisk livskunst, der satte fokus på, hvordan mennesket skulle leve sit liv for at opnå et godt liv. Denne tekstsamling sætter netop fokus på den filosofiske pædagogik, og den betydning som den filosofiske livskunst – og terapi – har for pædagogikken.

Teksten om livslang aflæring og pædagogisk livskunst udgør en del af forarbejdet til en bog om filosofisk livskunst. Teksterne om livsduelighed er projektbeskrivelser fra 2012-2013.

Anders Dræby, 2017

I. Filosofisk livskunst

som dannelse til det gode liv

Hvordan skal man leve sit liv, for at det bliver et godt liv? De senere år er der opstået en stigende interesse for at genoplive filosofien som en praktisk livskunst. I sin oprindelige betydning er etik en livskunst, der fokuserer på kunsten at leve et godt menneskeliv med mening og tilfredshed, uden lidelse og bekymringer.

Selv om vi lever i en tid med teknologiske fremskridt og materiel velstand, har vi ikke fået lettere ved at leve livet. Psykologien og lægevidenskaben har givet os mange redskaber til at få et normalt og tilpasset liv men har ikke formået at gøre vores liv mere meningsfuldt.

Når den filosofiske livskunst igen er blevet populær, skyldes det et ønske om at genopfinde filosofien som en stræben efter det gode liv. Filosofien er i modsætning til psykologien og lægevidenskaben baseret på et ideal om livsvisdom. Spørgsmålet er, hvordan vi kommer til at leve et meningsfuldt liv som hele mennesker. I den forbindelse skal den filosofiske livskunst forstås som den dannelse, der skal til for at få et godt liv. Det afgørende for filosofien er nemlig, at vi ikke er færdige som mennesker. Derfor må vi lære os nogle bestemte indstillinger, holdninger og færdigheder.

Sokrates og hans arvinger

Den filosofiske livskunst bliver på mange måder født i antikkens Athen. Sokrates sætter både en ny dagsorden for filosofien med sin samtalepraksis og sit eget liv. Sokrates bliver en vigtig inspirationskilde for sin elev Platon og dermed for dennes elev Aristoteles.

Hellenismens og Romerrigets filosofiske livskunst

I de senere år er hellenismens og Romerrigets to største filosofiskoler igen blevet voldsomt populære. Sokrates er med til at inspirere kynismen og skepticismen, som

bliver to af hellenismens og Romerrigets mest kendte filosofiskoler. Her møder vi en tilgang til det gode liv, som henholdsvis består kunsten at leve som en hund og kunsten at leve i tvivl. Desuden sætter stoicismen fokus på at blive et godt og modstandsdygtigt menneske. Selv i dag bruger vi udtrykket stoisk ro om en person, der kan blive stående i mødet med livets udfordringer. Desuden har vi epikuræismen, der viser os, hvordan vi kan opnå et godt liv uden frygt og smerte.

Senantikken og renæssancens filosofiske livskunst

Augustin bliver ofte regnet for historiens største kristne filosofi. Han står i Senantikken for en kobling af kristendommen med den græsk-romerske livskunst. Augustin sætter ikke mindst fokus på, hvordan vi som mennesker har det med at være drevet af et uroligt hjerte. Vi får imidlertid først ro når vi lærer at overvinde os selv og åbner os for en højere mening med livet. Igennem den efterfølgende middelalder går den filosofiske livskunst næsten i glemmebogen. Indtil renæssancen som direkte oversat kan forstås som en genfødsel af den filosofiske livskunst. Den franske renæssancefilosof Michel de Montaigne lægger afstand til middelalderens fundamentalistiske religion. Igennem sine mange essays skildrer Montaigne en ny og mere frimodig humanistisk livsindstilling.

Søren Kierkegaard og den eksistentielle livskunst

Den danske filosof Søren Kierkegaard markerer et nybrud i livskunstens filosofihistorie. Kierkegaard sætter nemlig begrebet eksistens i fokus. Dermed viser han, at det gode liv afhænger af, hvordan vi som enkeltmennesker forholder os til vores eget liv. Kun ved at vi lærer at acceptere os selv fuldt ud, kan vi blive hele mennesker, der er åbne for at indgå i en større helhed.

Jean-Paul Sartre og livsæstetikken

Den franske forfatter Jean-Paul Sartre er sandsynligvis det 20. århundredes mest kendte filosofi. Han opfandt eksistentialismen og viste os, at vores egne valg er afgørende for de mennesker, vi bliver til. For Sartre er det nemlig ikke mindst vigtigt, at vi påtager os ansvaret for at skabe vores eget liv som et smukt liv. Det kan vi kun gøre, hvis vi tager vores egen frihed alvorlig og er generøse over for andre mennesker. Det gode liv indebærer altid, at vi drager omsorg for andre menneskers liv og frihed.

Michel Foucault og frihedens eksistensetik

I dag er Michel Foucault den mest citerede filosofi inden for humaniora og samfundsvidenskab. Foucault var det meste af sit liv optaget af at analysere vidensformer og magtstrukturer i de moderne samfund. Han ændrede imidlertid fuldstændigt retningen på sit filosofiske projekt de sidste 5 år af sit liv. Pludseligt blev han gevaldigt optaget af, hvordan vi kunne forstå og genoplive hellenismens og Romerrigets livskunst i dag. Foucault mente, at de gamle filosoffer havde opskriften på, hvordan vi i dag kan leve i frihed. Nemlig ved at skabe vores eget liv som kunstværk og have modet til at sige sandheden.

II. Michel de Montaignes filosofiske livskunst

Den franske renæssancefilosof Michel de Montaigne har aldrig været særlig populær inden for vor tids universitetsfilosofi. Det skyldes både karakteren af Montaignes forfatterskab og hans filosofiske projekt. Montaignes forfatterskab består nemlig af en mangfoldighed af essays, der sætter fokus på spørgsmålet om, hvordan man skal leve sit liv for at det bliver et godt liv. Det indebærer ikke alene, at Montaignes forfatterskab mangler den systematik, som den moderne universitetsfilosofi forfægter. I modsætning til universitetsfilosofien handler Montaignes filosofi også om det virkelige liv og er derfor andet og mere end bare akademisk teori.

De senere år har Montaignes filosofi ellers fået en forøget opmærksomhed. Den opmærksomhed kom ikke mindst til udtryk med Sarah Bakewells udmærkede udgivelse af *How to live. A life of Montaigne in one question and twenty attempts at an answer* fra 2011. Bakewells bog skriver sig ind den aktuelle bestræbelse på at føre filosofien tilbage til rødderne, der finder sted over det meste af den vestlige verden. En bestræbelse, der dog især finder sted uden for det moderne forskningsuniversitet, og som derfor ikke har haft noget gennemslag her.

107 essays

Montaignes skrivestil er blevet kendt inden for litteraturhistorien, fordi han opfinder essay-genren. Hans filosofiske forfatterskab består således af 107 korte eller længere essays, der ikke har noget gennemgående argument eller nogen gennemgående tese. De mange essays kredser derimod netop om selve spørgsmålet om, hvordan man skal leve sit liv, for at det bliver et godt liv. Selve formen er inspireret af hellenismens og Romerrigets skepticisme, der forstod filosofien som en vedvarende undersøgelse. De 107 essays er således undersøgelser, der hver især afprøver nogle umiddelbart selvfølgelige antagelser om livet. Samtidig kredser de mange undersøgelser netop om

Montaignes eget liv, og på den måde bidrager de til at give et portræt af den franske renæssancefilosofi.

Montaignes grundtanke er, at portrættet af ham selv kan virke som et spejl for læseren. Der er nemlig noget almenmenneskeligt på spil i Montaignes liv, som læseren vil kunne se sig selv i. Ganske interessant får Montaigne med sine 107 essays fremstillet et billede af selvet som foranderligt. Vi ser altså kimen til den moderne opfattelse af mennesket, hvor vi forandrer os igennem livet og kan være flere personer på én gang. Dermed bliver rejsen også et særligt omdrejningspunkt for forståelsen af menneskelivet. Rejsen er nyttig, fordi den konfronterer os selv med nye sider af livet og gør os i stand til at møde nye livsformer.

Renæssancefilosofi

Når Montaigne netop kan betragtes som renæssancefilosofi, skyldes det hans afstandtagen til middelalderens dogmatiske livssyn. Her ligger han for så vidt på linje med Martin Luther og andre samtidige, der tog afstand fra fortidens fundamentalistiske religion. Ligesom at Luther gjorde op med munkevæsenet, gør Montaigne op med skolastikken og idealet om den åndelige perfektion. At være menneske er at være uperfekt, og livet handler om at nyde øjeblikket og være til stede. Her ser vi, hvordan Montaigne netop er involveret i en genfødsel af hellenismens og Romerrigets livs- og menneskesyn. Ud over antikkens skepticismen spøger også epikuræismen og stoicismen i Montaignes skrifter. Det handler om kunsten at leve det gode liv som et frit og uafhængigt menneske.

Dermed befinder Montaigne sig dog også milevidt fra Luther. For mens Luther forstod mennesket som helt igennem syndigt af natur, lægger Montaigne vægt på en lang mere let og fri livsform. Montaigne var da også katolik, selv om hans religiøse overbevisninger kun sporadisk stikker snuden frem i hans essays. Fokus er nemlig det menneskelige, humanitas. Til gengæld skriver Montaigne under indtryk fra borgerkrigen mellem protestanter og katolikker. Hans selverklærede mål er at undersøge, hvordan man kan leve i fred midt i en krigstid.

At filosofere er at lære at dø

De mange essays dækker et væld af livsnære emner fra rejse og fred til pædagogik og opdragelse. Montaigne genoptager ikke mindst antikkens forståelse af filosofien som kunsten at dø. Denne forståelse rækker helt tilbage til de tidligste græske filosoffer, og den får ikke mindst et centralt udtryk hos Cicero. Det interessante ved Montaignes essays er, at de repræsenterer en form for udvikling i renessancefilosoffens syn på døden.

I det kendte essay *At filosofere er at lære at dø*, genfinder vi antikkens konfrontation med døden. Mennesket må se sin egen død i øjnene og derefter give slip på den. Senere ændrer Montaigne imidlertid dette syn på filosofien som en dødskunst. Han har set, hvordan bønderne resignerer over for krig og død. Derfor når han til den konklusion, at den bedste forberedelse til døden er ligegyldigheden.

Pædagogisk livskunst

Montaignes forståelse af filosofien som en livskunst afspejler sig i hans syn på pædagogikken. Det vigtigste formål med pædagogikken er nemlig at lære barnet eller eleven en evne til at leve livet. Kunsten at leve livet med livsduelighed og livskundskab er med andre ord vigtigere end overførsel af viden og arbejdsfærdigheder.

Livsfilosofi i en ny tidsalder

Den vestlige filosofi har i mange år glemt Montaigne. Disse år blæser der dog nye vinde, som skubber mere og mere til de sidste to hundrede års opfattelse af filosofien. Ved overgangen til det 19. århundrede flyttede filosofien ind på det moderne forskningsuniversitet. Men stadig flere mener, at den vestlige filosofi dermed solgte sin egen sjæl. Montaigne er blot et af de mange navne, der bliver hevet frem fra gemmerne i et forsøg på at genoplive filosofien. Hvad var det egentlig, filosofien ville, før den kom til at handle om at skrive fodnoter til Hegel og publicere artikler, som ingen almindelige

mennesker kan forstå eller se relevansen af? Montaigne er et udmærket sted at stå på, hvis man er interesseret i det spørgsmål¹.

¹ Afsnittet er en omredigeret version af en anmeldelse af Antoine Compagnons bog *En sommer med Montaigne* fra Filosofiske anmeldelser

III. Livslang aflæring og pædagogisk livskunst

I de seneste årtier er idéen om livslang læring blevet fremherskende i uddannelsespolitik og uddannelsessystem. Ud fra et livsfilosofisk perspektiv kan det være relevant at supplere med en idé om livslang aflæring.

Idéen om livslang læring har et fokus på læring af bestemte kompetencer. Dette fokus er knyttet til et bestemt videns- og kompetenceideal. Det gælder så vidt muligt om at have så mange og så gode personlige, professionelle og faglige kompetencer.

Når vi taler om livslang aflæring, flytter vi fokus over mod et visdomsideal. I den forbindelse skal efterstræbelsen af visdom forstås som baseret på en særlig aflæring. Nemlig af vaner, indbildninger og bindinger.

Lige siden Sokrates, Buddha og Laozu har livsfilosofien hævdet, at det gode liv er baseret på aflæring af vores dyriske begær samt på aflæring af de illusioner og indbildninger, som vi har det med at overtage fra vores sociale liv.

På denne baggrund må den livslange læring også afbalanceres af en livslang aflæring. Den livslange læring er snævert knyttet til en forståelse af pædagogikken som en teknologi. Det vil sige en optimering af det enkelte menneskes ressourcer gennem udvikling af dets kompetencer. Den livslange aflæring er derimod knyttet til en forståelse af pædagogikken som en livskunst. Det vil sige som en visdomsbaseret udvikling af det enkelte menneskes evne til at håndtere livets udfordringer og opnå et godt liv.

IV. En filosofisk udvikling af grundlaget for en livsduelighedens terapi

1. Målsætning

Et stigende antal mennesker har svært ved at tackle livet i de vestlige samfund. I de senere år er antallet af danskere og andre vesterlændinge med en psykisk lidelse vokset markant. WHO har udråbt psykiske lidelser til at være det største sundhedsproblem i Europa (www.who-euro.int). Omkring 25 % af den vestlige befolkning forventes reelt at være kvalificerede til et terapeutisk tilbud (Kessler 2005).

Det udgør imidlertid et stort problem, at de dominerende livsteknologiske tilgange til terapi er utilstrækkelige. Dels bliver tilgangene i stigende grad forankret i utopiske livsidealer om velvære, lykke og succes. Dels bliver tilgangene i stigende grad snævert rettet mod at forøge individets instrumentelle tilpasning til konkurrencesamfundet. Samtidig med at de gør individet centreret i sig selv som fuldt til rådighed for sin egen kontrol og rettet mod sin egen kompetence (May 2011: xxv).

På den baggrund vil projektet afklare det filosofiske grundlag for en mere adækvat og helhedsorienteret terapeutisk tilgang, der er forankret i et begreb om livsduelighed. I den forbindelse udgør projektet en revitalisering af den eksistentielle filosofi som et tidssvarende bud på at finde menneskets plads i en problematisk verden.

2. Problemformulering og forskningsspørgsmål

På den baggrund gives følgende problemformulering:

Hvordan kan man udvikle det filosofiske grundlag for en terapeutisk tilgang, der er forankret i et begreb om livsduelighed og et mål om fuld livsudfoldelse?

Den udspecificeres i 3 forskningsspørgsmål:

1. Hvordan er det muligt at udvikle en etisk tilgang til forståelse af lidelse og livsproblemer?
2. Hvordan er det muligt at udvikle en forståelse af fuld livsudfoldelse som etisk mål for en praktisk kvalificering af menneskelivet?
3. Hvordan redegøres for et eksistentielt begreb om livsduelighed, der terapeutisk kan understøtte målet om fuld livsudfoldelse?
4. Hvordan udvikles et filosofisk grundlag for en helhedsorienteret terapeutisk tilgang, der er baseret på begrebet om livsduelighed?

3. Forskningshorisont

A. I de senere år er antallet af danskere og andre vesterlændinge med en psykiatrisk diagnose vokset markant, og en række diagnoser er blevet identificeret som folkesygdomme (Sundhedsstyrelsen 2010; Wittchen 2011). En række forskere har forsøgt at belyse denne problematik ud fra spørgsmålet om, hvorvidt og hvordan den stigende psykiatriske diagnosticering er knyttet til en forværring af befolkningens psykiske tilstand, eller den snarere er knyttet til en forandring i vores forståelse af livsproblemer? (Brinkmann 2010). Nogle forskere har forsøgt at forfølge det første spor ved at demonstrere, hvordan mennesket har fået sværere ved at håndtere livets udfordringer og efterleve lykke og -konkurrencesamfundets livsidealer (Ehrenberg 2000; Rosa 2005; Willig 2005; Petersen 2007). Andre forskere har forsøgt at følge det andet spor ved at demonstrere, hvordan den forøgede diagnosticering er udtryk for en tiltagende medikalisering af menneskelige livsproblemer og lidelse, der muligvis er kontraintentionel ved at forøge menneskets sårbarhed og mindske dets modstandsevne (Szasz 2010; Law 2007; Horwitz 2007; Furedi 2003). Mit udgangspunkt for projektet er, at begge svar peger på, at *der mangler en etisk snarere end medicinsk tilgang til forståelse af lidelse. En tilgang, der ikke opfatter psykisk lidelse som sygdom, men som udtryk for livsproblemer med at håndtere livet på en duelig måde i forhold til at opnå et godt liv.*

B. Flere forskere har gjort gældende, at vor tids forståelse af menneskelivet er domineret af en *livsteknologisk* tilgang. Denne er præget af en bestræbelse på at *optimere menneskelivet* gennem brug af instrumentelle teknikker og metoder, som er baseret på

målbar empirisk evidens og objektiv viden (Foucault 2010; Heidegger 2006; Rose 2009). Menneskelivet opfattes altså som en funktionel ressource, der er fuldt tilrådigt for mennesket selv og kan beherskes gennem dets egen kontrol af årsagsvirkningssammenhænge (Jf. Heidegger 2003). Livsteknologierne orienterer sig derfor mod at forøge menneskets *funktionelle livstilpasning* og *-kvalitet* ud fra et livsideal om optimal funktionalitet og adaptivitet, der i stigende grad bevæger sig fra at være defineret som normalitet til at blive identificeret som *lykke, succes og velvære* (Sørensen 2002; 2010). En række forskere har påpeget, at livsteknologierne er utilstrækkelige, idet de er baseret på en reduktionistisk forståelse af mennesket. Samtidig påpeger disse forskere, at livsteknologierne bliver mere og mere knyttet til en utopisk idealisering af et selvberørende liv uden risiko og ubehag, som paradoksalt nok kan være med til underminere menneskets livsudfoldelse (Deurzen 2008; Harris 2010; Sørensen 2010; Jørgensen 2012). Mit udgangspunkt for projektet er, at *der mangler en helhedsorienteret forståelse for en kvalificering af menneskelivet, der er baseret på et tidssvarende etisk ideal for fuld livsudfoldelse.*

C. Flere forskere har beskrevet, hvordan det sundheds- og psyfaglige område i stigende grad bliver organiseret omkring en livsteknologisk forståelse af menneskets eksistentielle og psykiske livsproblemer og lidelser. Nemlig som *diagnosticerbare psykiske sygdomme og forstyrrelser*, der begribes som udtryk for *dysfunktionalitet* og en dysfunktionel tilpasning til livets vilkår (Brinkmann 2010; Foucault 2005a). Det sker i sammenhæng med en ændring i den funktionelle forståelse af sundhed fra at dække en snæver normaltilstand med fravær af sygdom til at dække en tilstand af fuldstændig fysisk, socialt og psykisk velvære (WHO 1946). Såvel WHO som en række forskere er imidlertid begyndt at advokere for, at hverken den diagnostiske tankegang eller det kulturelle velværideal involverer en dækkende forståelse af den udviklingsproces, hvorigennem mennesket optimerer sine muligheder for at opnå livskvalitet (WHO 2002). Derfor er begrebet *livsduelighed* blevet foreslået som et mere dækkende begreb for sundhed (Austveg 1989). Samtidig er livsduelighed blevet introduceret som et nyt dannelsesideal, der kan fungere som alternativ til de snævre kulturelle livsidealer om lykke, velvære og succes (Schmidt 2002). I begge tilfælde forstås livsduelighed som en evne til at *tackle livet med sammenhængskraft i en deltagende åben relation til sig selv, andre mennesker og sin omverden*. Imidlertid er begrebet om livsduelighed aldrig blevet kvalificeret som grundlag for et terapeutisk perspektiv på, hvordan man kan

forstå og håndtere menneskets eksistentielle lidelser. Mit udgangspunkt for projektet er, at *der mangler en filosofisk redegørelse for et helhedsorienteret begreb om livsduelighed, der kan underbygge et terapeutisk mål om fuld livsudfoldelse gennem udfrielse fra lidelse.*

D. Den internationale forskning omkring integrering af terapi med en filosofisk helhedsforståelse for menneskets liv bestræber sig: (a) Enten på undersøge de grundlæggende filosofiske principper bag psykoterapi; (b) eller på at undersøge mulighedsbetingelserne for at forstå især den hellenistiske og eksistentielle filosofi som en aktuelt relevant terapeutisk praksis (Deurzen 2009; Nussbaum 1994; Hadot 1995; Helting 1999; Hersch 2003; Ganeri 2010). Noget af denne forskning orienterer sig mod at skitsere filosofi som en terapi, der retter sig mod at udfri mennesket fra lidelse gennem udvikling af en evne til opnå et etisk mål om fuld livsudfoldelse (Deurzen 2009; Nussbaum 1994; Hadot 1995). Mit udgangspunkt for projektet er imidlertid, at *der mangler udviklingen af et egentligt filosofisk grundlag for en tidssvarende terapeutisk tilgang, der tager afsæt i begrebet om livsduelighed.*

4. Teoretisk ramme og analysestrategi

Projektet tager afsæt i en *eksistentiel* tilgang, der orienterer sig mod menneskets konkrete eksistens gennem systematisk refleksion over grundlæggende *livserfaringer*. Projektet indskriver sig endvidere i en særlig *praksisfilosofisk* tradition fra især den hellenistiske filosofi samt den moderne eksistentielle filosofi og terapi, der har anskuet den *terapeutiske* håndtering af menneskelig lidelse som den primære motivation for filosofien, hvis mål er udfoldelsen af menneskelivet (fx Epictetus 2007; Aurelius 1930; Seneca 1995; Kierkegaard 2013; Nietzsche 2005; Binswanger 1994; Boss 1979; Ure 2008; Deurzen 2012; Sørensen 2013). I forlængelse heraf knytter projektet samtidig delvist an til de aktuelle bestræbelser på at revitalisere især den antikke, tidlige kristne og eksistentielle filosofi som en praktisk *livskunst*, omend projektet indeholder et særfokus på den hellenistiske og eksistentielle tradition (Hadot 2005; Nehamas 2000; Cooper 2013; Irvine 2009; Evans 2012; Deurzen 2012; Carroll 2007; Sellars 2011). I samme forbindelse knytter projektet især an til Foucaults sammenstilling af en interesse for antikkens livspraksisser med en nutidig søgen efter en *livsæstetik* og *eksistensetik*,

der kan fungere som et *alternativ til den moderne livsteknologi og -politik* (Foucault 1997; 2005b; 2011; 2014). Modsat Foucault er ambitionen dog at afdække en delvis kontinuitet i de historiske livserfaringer og endvidere levere en positiv formulering af grundlaget for en konstruktiv terapeutisk livspraksis.

De 4 forskningsspørgsmål besvares i 4 studier:

A. En filosofisk undersøgelse af en eksistensetisk tilgang til psykisk og eksistentiel lidelse

Det første studie tager afsæt i et eksistensanalytisk perspektiv, der er inspireret af Emmy van Deurzen, Michel Foucault og Martin Heidegger. Målet er at kombinere: (a) En filosofisk samtidsdiagnose af vore tids eksistentielle udfordringer; med (b) en filosofisk kritik af den konventionelle psykopatologis og -diagnostiks mulighedsbetingelser og begrænsninger som tilgang til udfordringerne; for at nå til (c) skitseringen af et tidssvarende alternativ til den moderne psykopatologi. Nemlig ved at demonstrere, hvorvidt og hvordan den hellenistiske filosofi samt den eksistentielle filosofi og terapi indeholder en række konsistente træk i erfaringen af lidelse som et etisk problem omkring eksistentiel dualitet i forhold til udfoldelse af livet. Psykisk og eksistentiel lidelse opfattes således ikke som psykopatologiske funktionsforstyrrelser og -afvigelser efter den medicinske model og psykiatriske diagnosticeringstanke. De opfattes derimod som udtryk for en problematisk livsindstilling og manglende evner til at håndtere livsproblemer.

B. En filosofisk undersøgelse af muligheden for en tidssvarende eksistensetisk livskunst

I andet studie benyttes det samme perspektiv til at kombinere (a) En filosofisk samtidsdiagnose af vor tids idealisering af lykke, velvære og succes; med (b) en filosofisk kritik af livsteknologiernes mulighedsbetingelser og begrænsninger for en kvalificering af livet gennem normalisering og bestræbelser på lykke, velvære og succes; for at nå til (c) skitseringen af et tidssvarende alternativ til livsteknologiernes. Nemlig ved at demonstrere, hvordan den hellenistiske filosofi samt den

eksistentielle filosofi og terapi indeholder en række konsistente træk i udlægningerne af en eksistensetisk livskunst, hvis mål er at kvalificere en fuld udfoldelse af livet. Som sådan består ambitionen i at revitalisere eksistensfilosofien som en praksisfilosofisk tilgang til kvalificering af menneskelivet, der udgør et alternativ til den moderne teknologiske fornuft. Således bliver sigtet at tilvejebringe en helhedsorienteret kvalificering af det unikke menneskes fulde livsudfoldelse modsat en instrumentel beregneliggørelse og funktionalisering af menneskelivet som ressource for en normbestemt optimering.

C. En filosofisk redegørelse for et eksistentielt begreb om livsduelighed

Dernæst kobles sundhedsbegrebet og det pædagogiske dannelsesideal om livsduelighed med den forhåndenværende erfaringshorisont i den hellenistiske og eksistentielle tradition for at *definere et eksistentielt begreb om livsduelighed*. Ambitionen er, at der på tværs af de forskellige teoretiske og historiske positioner kan indfanges en konsistent erfaring af, hvordan den fulde udfoldelse af livet forudsætter udviklingen af en særlig duelighed til at leve livet. I den forbindelse er målet at skitsere et begreb om livsduelighed, der netop ikke dækker en funktionel kompetence eller teknik. En kompetence til livstilpasning, som det selvberørende menneske kan indlære eller optimere instrumentelt som det f.eks. gør sig gældende i nyere livsteknologiske teorier om mestring, self-efficacy, coping og resiliens (fx Southwick 2012; Lazarus 1984; Bandura 1997). Begrebet må derimod for det første indfange en eksistentiel duelighed for det enkelte menneske til at håndtere sit eget liv i en åben væren-i-verden. En duelighed, der for det andet udvikles igennem en eksistentiel dannelse, og som er udtryk for en eksistentiel sundhed i forhold til at udfolde livets muligheder i frihed (jf. Colaizzi 1998; Gadamer 2010; Austveg 1989; Schmidt 2002)

D. Systematisering af det filosofiske grundlag for en livsduelighedens terapi

Endelig indarbejdes resultaterne fra de tre første studier i en diskussion af de aktuelle bestræbelser på at forene terapi og en filosofisk helhedsforståelse af menneskelivet. Ambitionen er formuleringen af et *filosofisk grundlag* for en etisk-terapeutisk livskunst, der kan tilvejebringe en udfrielse fra lidelse og udfoldelse af livet gennem en kvalificering af livsdueligheden.

V. Udfrielse fra lidelse – livsduelighed som mål for en filosofisk terapeutik

Udgangspunkt

Udgangspunktet for projektet er, at eksistentiel lidelse er i vækst i vores samfund på trods af et grundlæggende kulturelt ideal om at opnå lykke, velvære og succes. Formålet med projektet er at undersøge udvikle en filosofisk lære om forståelse og håndtering af eksistentiel lidelse, der tilbyder et konstruktivt svar på vor tids livsproblemer ved at være forankret i et eksistensetisk begreb om livsduelighed.

Livsduelighed har igennem længere tid været studieobjekt inden for biologien samt et praksismål inden for dansk uddannelse og pædagogik i en tradition fra N. F. S. Grundtvig og K. E. Løgstrup. At orientere sig mod og studere livsduelighed er således ikke nyt. Det forskningsmæssige nye ved projektet ligger derimod i at udarbejde et filosofisk studie af livsduelighed, der er specifikt motiveret af et terapeutisk spørgsmål om udfrielse fra lidelse.

State of the art

I vores samtid domineres forståelsen af eksistentielle lidelser af livsteknologier, der definerer lidelserne som diagnosticerbare psykiske sygdomme og forstyrrelser, der forstås som udtryk for en dysfunktionel tilpasning til livets vilkår (Brinkman 2010). Det sker ud fra en bestræbelse på at optimere menneskelivet gennem brug af instrumentelle teknikker og metoder, der er baseret på målbar empirisk evidens og objektiv viden (Sørensen 2002; 2012). Flere forskere har gjort gældende, at livsteknologierne må forstås som led i en generel livspolitik og biomagt, der gennemsyrrer det sociale og kulturelle liv med henblik på at fremme befolkningens kvantitative levetid og livskvalitet (Foucault 2010; Campbell 2011). Livsteknologierne orienterer sig derfor mod at forøge menneskets funktionelle tilpasning til livsvilkårene ud fra det ideal om livskvalitet, der i stigende grad bestemmes som individuel lykke, velvære og succes. Alligevel meldes

der om en øget forekomst af lidelser, der inden for en livsteknologisk forståelsesramme bl.a. kategoriseres som depression og stress (Nielsen 2007; WHO 2003).

At livsteknologierne orienterer sig mod forøgelse af lykke, velvære og succes ses bl.a. i udbredelsen af de humane bio- og neuroteknologier samt life-coaching, den kognitive adfærdsterapi, copingpsykologien og mestringspædagogikken samt den positive psykologi og pædagogik. Den grundlæggende problematik er, at disse tilgange ikke er vidtrækkende nok til håndteringen af menneskets eksistentielle lidelser. De individualiserer lidelsen, og de reducerer den til en funktionel forstyrrelse, der må forstås gennem teknologiske begreber og tilværelsestolkninger. Dermed umuliggør de ikke alene blikket for lidelsens sociale og kulturelle baggrunde men også for dens eksistentielle dimensioner.

I en eksistentiel forståelsesramme er væksten af psykiske sygdomme og forstyrrelser udtryk for, at den eksistentielle oplevelse af ubehag, meningsløshed og mislykkethed i livet opretholdes eller vokser blandt mange. Det peger på, at flere har svært ved at håndtere livets udfordringer og orientere eksistensen, og flere forskere har påpeget, at det hænger sammen med den kulturelle og sociale idealisering af et selvcentreret liv uden risiko og ubehag (Deurzen 2008; Harris 2010; Sørensen 2010; Jørgensen 2012). Paradoksalt nok er det således måden, hvorpå vi forsøger at tilpasse os de kulturelle og sociale normer om individualitet og efterstræber lykke, velvære og succes, der netop er med til at skabe rådvildhed og rodløshed og frembringe eksistentiel lidelse.

Problemformulering, idé og målsætning

På denne baggrund er projektets problemformulering:

- *Hvordan kan man udvikle en tilgang til udfrielse af mennesket fra eksistentiel lidelse, der er funderet i idéen om livsduelighed som et helhedsorienteret livsideal, som ikke leder mennesket mod en funktionel livstilpasning men mod at leve et meningsfyldt liv i samspil med omgivelserne?*

Projektet første tese er, at løsningen af denne problemstilling forudsætter en kobling af en filosofisk forståelse for menneskets hele eksistens med en terapeutisk tilgang til udfrielse fra menneskelig lidelse. Aktuelt er den relevante internationale forskning omkring integrering af filosofi og terapi opdelt i dels en terapeutisk fløj, der bestræber

sig på at give psykoterapien en egentlig praksisfilosofisk form, men denne fløj har endnu ikke formået at omdanne terapien til en konsistent filosofisk lære om forståelse og håndtering af menneskelig lidelse (fx Helting 1999; Deurzen 2009). Dels en filosofisk fløj, der især har forsøgt at revitalisere den hellenistiske filosofis terapeutiske potentiale, men denne fløj har endnu ikke formået at omdanne filosofien til en anvendelig terapi (fx Nussbaum 1994; Hadot 1995). Det første mål med projektet er derfor at integrere: (1) Den terapeutiske fløjs praktiske tilgang til håndtering af eksistentiel lidelse som et fænomen, der må begribes i etiske kategorier som problemer med livet og dets mening, og som udspringer af dilemmaer og paradokser i menneskets livsvilkår og livsindstilling; (2) og den filosofiske fløjs forståelse af filosofien som en fornuftsbaseeret livspraksis, hvis opgave ikke er den rene erkendelse men derimod at finde menneskets plads i en problematisk verden ved at orientere det mod fuld og engageret livsudfoldelse gennem udvikling af livsduelighed.

Ifølge projektets anden tese forudsætter problemets løsning en afklaring af det helhedsorienterede livsideal og midlerne til at nå det. Forskere har bragt det pædagogiske begreb om livsduelighed i spil som et relevant alternativ til de snævre idealer om lykke, velvære og succes, men idéen er ikke blevet givet substans i en terapeutisk ramme (Schmidt 2007). De nævnte fløje indeholder forståelser af en praktisk livsfornuft, der involverer pædagogisk erhvervelse af kundskaber og færdigheder, som er baseret på mangfoldigheden og dybden af menneskelige livserfaringer. Disse forståelser er ikke dog integreret i et sammenhængende koncept om udfrielse fra lidelse gennem læring og dannelse af livsduelighed. Det andet mål med projektet er derfor, at fusionere: (1) Den terapeutiske fløjs idé om guidet læring af dispositionen til at tackle livets udfordringer og påvirkninger i meningsfuld og autentisk åbenhed for én selv, andre mennesker og omverden; (2) og den filosofiske fløjs idé om orientering af mennesket mod fuld udfoldelse af et rigt, alsidigt og meningsfuldt liv i et selvoverskridende samspil med omgivelserne gennem facilitering af en reflektiv livsvisdom, der udgør et dannelsesideal og ledes af en viis mentor.

Forskningsspørgsmål

På den baggrund kan min problemformulering og tese undersøges gennem følgende 3 forskningsspørgsmål, der samtidig udpeger på 3 forskningsmål:

1. Hvordan udvikler man en etisk forståelse af menneskets eksistentielle lidelser?
2. Hvordan fremstiller man et bredt og helhedsorienteret begreb om livsduelighed?
3. Hvordan udvikler en filosofisk terapeutik, der er motiveret af spørgsmålet om menneskelig lidelse og orienteret mod livsduelighed?

Ramme og strategi

Projektet tager afsæt i en eksistensanalytisk tilgang, der udgør en filosofisk modifikation af den psykoanalytiske terapi, som er baseret på eksistentielle, hermeneutiske og fænomenologiske principper (Deurzen 2009). Tilgangen omfatter en analyse af den menneskelige tilværelse med fokus på den måde, hvorpå mennesket giver mening og retning til sin eksistens i konfrontationen med livets vilkår. Projektet tager især afsæt i den aktuelle britiske eksistensanalyse, der hovedsageligt er udviklet af Emmy van Deurzen som en læringsorienteret og terapeutisk praksisfilosofi med et fokus på menneskelig erfaring. Samtidig udlægges eksistensanalysen som en etisk livskunst, der er orienteret mod at udvikle evnen til at tackle livets udfordringer i relationel åbenhed, og som dels anser sig som en moderne variant af den praksisfilosofiske tradition fra den hellenistiske filosofi, og dels som funderet i den moderne eksistentielle tradition inden for filosofi og terapi. Det er påpejningen af dette dobbelte slægtskab som projektet vil eksplicite i udviklingen af en egentlig terapeutik.

Indledningsvist vil projektet tage udgangspunkt i en eksistensanalytisk samtidsdiagnose af dilemmaer og paradokser i de måder, som det aktuelle menneske forsøger at orientere sin eksistens og håndtere livets udfordringer på ved at rette et kritisk fokus mod faglitteratur omkring udbredelse af lidelse i vor tids samfund og livsteknologisk faglitteratur omkring fremme af lykke, velvære og succes (fx Seligman 2011; Harrold 2001; Pearl 2012).

På den baggrund vil projektet undersøge muligheden for at fremstille en filosofisk terapeutik, der kan udgøre grundlaget for et relevant alternativ til de moderne livsteknologier ved at identificere en terapeutisk og pædagogisk livspraksis, der er orienteret mod livsduelighed. Det vil ske ud fra en eksistentiel analyse af forskellige filosofiske erfaringsdannelse omkring forståelse og udvikling af livsduelighed, der er

motiveret af spørgsmålet omkring menneskelig lidelse. I den forbindelse fokuseres der specifikt på erfaringsdannelser inden for to dimensioner med henblik på at udfolde den eksistentielle analyse af livsduelighed og lidelse gennem en tematisk fokusering på de 3 kategorier *livspraksis, terapi og pædagogik*.

- For det første i den stoiske og epikuræiske filosofi, hvor filosofien forstås som en praktisk og terapeutisk livsform, hvis mål er en dybdegående forandring af mennesket.
- For det andet i den eksistentielle, fænomenologiske og hermeneutiske filosofi og terapi, som lader den praktiske forståelse og håndtering af menneskets konkrete eksistens fremtræde som et filosofisk anliggende.

Herigennem fremdrages en række praksisfilosofiske principper, som syntetiseres til en sammenhængende eksistensanalytisk terapeutik, der kan fungere som grundlag for en praktisk terapi.

Ny viden

Det er et succesmål for projektet, at der tilføres viden på følgende områder:

Projektet vil overordnet set tilføre ny viden om, hvordan eksistentiel lidelse kan forstås og håndteres ud fra en etisk forståelsesramme i henhold til et begreb om livsduelighed, der både kan fungere som et dannelsesideal og sundhedsmål i forhold til at give menneske et kvalificeret forhold til livet. Dette vil både have teoretisk og praktisk relevans for de pædagogiske, sundhedsmæssige og terapeutiske fagområder, hvor der i dag er et stort behov for at kvalificere fokus gennem mere helhedsorienterede og dybdegående visioner i forhold til menneskets livsudfordringer. Herunder vil projektet give et grundlag for udvikling af konkrete terapeutiske redskaber, der er forankret i en konsistent filosofisk forståelse af menneskets eksistensvilkår.

Projektet vil specifikt tilføre viden om, hvordan filosofien kan videreudvikles til en eksistentiel praksis, der også sociale implikationer, idet den søger at rekonfigurere menneskets måde at agere på i forhold til sine sociale og kulturelle livsbetingelser ved at orientere det fra individuel tilpasning til et åbent samspil.

Referencer

- Aurelius, M. (1930). *Meditations*. US: Harvard University Press
- Austveg, B. (1989). *Helsearbeid og innvandrere: mangfold, sunnhet og sykdom*. Oslo: Tano
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. US: Worth
- Binswanger, L. (1994). *Ausgewählte werke 1-4*. Heidelberg: Asanger
- Boss, M. (1979). *Existential Foundations of Medicine and Psychology*. NY: Jason Arenson
- Brinkmann, S. (red.) (2010). *Det diagnosticerede liv*. Aarhus: Klim
- Caroll, J. (2007). *The Existential Jesus*. Berkeley: Counterpoint
- Colaizzi, P. (1998). Eksistentiel læring. I: M. Hermansen (red) *Læringens horisont*, Aarhus: Klim
- Compagnon, Antoine (2015). *En sommer med Montaigne*. København: Kristeligt Dagblads Forlag
- Cooper, J. (2013). *Pursuits of wisdom*. Princeton: Princeton University Press
- Deurzen, E. (2008). *Psychotherapy and the Quest for Happiness*. London: Sage Publications Ltd.
- Deurzen, E. (2009). *Everyday mysteries*. London: Routledge
- Deurzen, E. (2012). *Existential counselling and psychotherapy in practice*. London: Sage
- Dræby, A. (2017). *Filosofisk terapi*. Aarhus: The State and University Library
- Dræby, A. (2017). *Pædagogikken som livskunst og livslang aflæring*. Aarhus: The State and University Library
- Dræby, A. (2017). *Eksistensanalyse som pædagogik*. København: Det Kongelige Bibliotek

- Dræby, A. (2018). Michel de Montaignes filosofiske livskunst i sommerformat. *Filosofiske anmeldelser*
- Ehrenberg, A. (2000). *Det udmattede selv. Depression og samfund*. Kbh.: Informations Forlag
- Epictetus (2007). *Art of living*. US: HarperOne
- Evans, J. (2012). *Philosophy for life*. London: Rider
- Foucault, M. (1997). *Ethics. The essential works 1*. London: Penguin
- Foucault, M. (2005a). *Sindssygdom og patologi*. Kbh.: Hans Reitzels Forlag
- Foucault, M. (2005b). *The Hermeneutics of the Subject*. NY: Palgrave Macmillan
- Foucault, M. (2010). *The Birth of Biopolitics*. NY: Palgrave Macmillan
- Foucault M. (2011). *The Government of the Self and Others 1-2*. NY: Palgrave Macmillan
- Foucault, M. (2014). *On the Government of the Living*. NY: Palgrave Macmillan
- Furedi, F. (2003). *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge
- Gadamer, H-G. (2010). *Über die Verborgenheit der Gesundheit*. Frankfurt: Suhrkamp
- Ganeri, J. & C. Carlisle (2010). *Philosophy as Therapeia*. Cambridge: Cambridge University Press
- Hadot, P. (1995). *Philosophy as a way of life*. UK: Blackwell
- Harris, R. (2008). *The Happiness Trap: How to Stop Struggling and Start Living*. US: Trumpeter
- Harrold, Fiona (2001): *Be Your Own Life Coach: How to Take Control of Your Life and Achieve Your Wildest Dreams*. Hodder Paberbacks
- Heidegger, M. (2003). *Holzwege*. Frankfurt a.M.: Vittorio Klostermann

- Heidegger, M. (2006). *Zollikoner Seminare*. Frankfurt a.M.: Vittorio Klostermann
- Helting, H. (1999). *Einführung in die philosophischen Dimensionen der psychotherapeutischen Daseinsanalyse*. Aachen: Shaker Verlag
- Hersch, E. (2003). *From Philosophy to Psychotherapy*. Toronto: University of Toronto Press
- Horwitz, A. & Wakefield, J. (2007). *The Loss of Sadness*. Oxford: Oxford University Press
- Irvine, W. (2009). *A guide to the good life. The ancient art of stoic joy*. Oxford: Oxford University Press
- Jørgensen, C. R. (2012). *Danmark på briksen*. Kbh.: Hans Reitzels Forlag
- Kessler, R. (2005) Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV in the National Comorbidity Survey Replication. *Arc. General Psychiatry*, 62(6), 593-602
- Kierkegaard, S. (2013). *Søren Kierkegaards samlede skrifter*. Kbh.: Gad
- Lazarus, R. (1984). *Stress, appraisal and coping*. US: Springer
- Law, C. (2007). *Shyness*. New Haven & London: Yale University Press
- May, R. (2011). Foreword. In: Norcross (ed.) *History of psychotherapy*, Washington DC: APA
- Montaigne, M. (1992). *Essays*. København: Gyldendal
- Nehamas, A. (2000). *Art of living*. US: University of California Press
- Nielsen, N. & T. Kristensen (2007): *Stress i Danmark - Hvad ved vi?* Kbh.: Sundhedsstyrelsen
- Nietzsche, F (2005). *Sämtliche werke*. D: DeGruyer
- Nussbaum, Martha (1994): *Therapy of Desire - Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton: Princeton University Press
- Pearl, Susie (2012): *Instructions for Happiness and Success: A step-by-step mind manual for creating the life you choose (100% Guaranteed)*. Quadrille

- Petersen, A. (2007). *Depression - vor tidsalders vrangside*. Örebro: Örebro Studies in Sociology
- Rosa, H. (2005). *Beschleunigung*. Frankfurt: Suhrkamp
- Rose, N. (2009). *Livets politik - biomedicin, magt og subjektivitet i det 21. århundrede*. Kbh.: DPF
- Schimmel, S. (1997). *The Seven Deadly Sins*. Oxford: Oxford University Press
- Schmidt, L-H. (2002). Livsduelighed, L-H. Schmidt et al (red) *Kristendomskundskab/livsoplysning*. Kbh.: Gyldendal
- Schmidt, Lars-Henrik & Claus Holm (2007). Fra velfærdsstat til velværestat. *Dagbladet Information*. 27. August
- Schneider, J. M. (2000). *The overdiagnosis of depression*. Michigan: Seasons Press
- Seligman, Martin (2011). *Flourish: A New Understanding of Happiness and Well-Being - and How To Achieve Them*. NBP
- Sellars, J. (2011). *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy*. UK: Bloomsbury Academic
- Seneca (1995). *Om vrede. Om mildhed. Om sindsro*. Kbh.: Gyldendal
- Southwick, S. (2012). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. Cambridge: Cambridge University Press
- Szasz, T. (2003). *The myth of mental illness*. NY: HarperCollins
- Sundhedsstyrelsen (2010). *Mental sundhed blandt voksne danskere*. Kbh.: Sundhedsstyrelsen
- Sørensen, A. D. (2002). Den biologiske psykiatris renæssance og det antidepressive menneske. *Slagmark - Tidsskrift for Idéhistorie*, 35
- Sørensen, A. D. (2010). The Paradox of Modern Suffering. *Tidsskrift for Forskning i sundhed og samfund*. 13

- Sørensen, A. D. (2012). Integrationen af psykoterapi og læringsmodeller i et praksisudviklingsperspektiv. *Slagmark – Tidsskrift for Idéhistorie*, 64
- Sørensen, A. D. (2013). Søren Kierkegaards gennemslag i den eksistentielle og humanistiske psykologi, psykiatri og psykoterapi, *Slagmark – Tidsskrift for Idéhistorie*, 68
- Ure, M. (2008). *Nietzsche's therapy*. Lexington Books
- WHO (1946). *Preamble to the Constitution of the World Health Organization*. NY: WHO
- WHO (2002). *Active ageing: a policy framework*. WHO: Geneva
- Willig, R. (red.) (2005). *Sociale patologier*. Kbh.: Hans Reitzels Forlag
- Wittchen, H. (2011) The size and burden of mental disorders and other disorders of the brain in Europe 2010, *European Neuropsychopharmacology*, 21(9), 655-79