

Aggression – en overset kraft i sjælesorgen

Når soldater sendes ud i brændpunkter, har de brug for en ganske særlig egenskab, nemlig aggression. Man kan ikke forestille sig en kampsoldat ved fronten uden aggression. Det er helt naturligt. Når denne soldat vender hjem, forlanges det, at han pakker aggressionen væk, for den hører kun til på slagmarken. Kommer den til udtryk herhjemme i normalsamfundet, skyldes den sandsynligvis PTSD, mener mange. Men er det sandt?

Efter en årrække som feltpræst og den slags gentagne observationer, satte jeg mig for at kigge nærmere på begrebet aggression, for den åbenbart var et problem – ikke kun i forhold til soldaten; men også i forhold til f.eks. udadreagerende børn i skoler og institutioner, mellem mænd og kvinder, etniske befolkningsgrupper o.s.v. Men hvori består problemet? Er det et problem, at aggressionen findes, eller har vi misforstået aggressionen og dens funktion?

Efter for nogle år siden at have læst bogen ”Reckoning with Aggression” af Kathleen J. Greider blev jeg opmærksom på, at aggressionen var blevet ikke bare overset; men tabuiseret af både kirke og kultur, og at der her lå en kraft i den, som kunne bruges i sjælesorgen. Derfor blev det emnet for min afsluttende opgave i mit masterforløb i Militær etik og sjælesorg. Jeg besluttede mig for at gå grundigt til værks ved at undersøge, hvad aggression i virkeligheden var og hvordan den blev opfattet indenfor følgende områder: Biologi, psykologi, sociologi, antropologi og teologi.

Aggressionen er ikke blot et biprodukt af den menneskelige udvikling. Den ligger dybt i vores dna og er noget af det vigtigste, vi har til fælles med dyrene. Det er en del af vores overlevelsesdrift side om side med erotikken. Observerer man alle arter af dyr, vil man ret hurtig finde ud af, at aggressionen sikrer artens overlevelse i kampen om territorier, føde og parringsmuligheder. Man kan også observere, at der i udbredt grad er opstået ritualer omkring aggressionen for at fastholde den som konstruktiv og kreativ i stedet for ødelæggende.

Den adfærdsbiologiske observation i dyrenes verden er interessant set i forhold til, hvor vigtig aggressionen er f.eks. idrætsverdenen, hvor der skal en stor portion aggression til for at udløse de rette hormoner og enzymer for at kunne præstere. Aggressionen er i den forbindelse ligefrem lovprist som en drivkraft til sejr. Sammenligner vi med kampsoldaten fra før, giver det mening. Han skal i sin udførelse af sit arbejde præstere det maksimale og samtidig beskytte både sit eget og sine kammeraters liv.

Han er nødt til at hente potentiale fra en af de primære overlevelsesdrifter nemlig aggressionen.

Problemet med aggressionen som overlevelsesdrift dukker for alvor op, når vi skal omsætte og forstå den i en forfinet, vesteuropæisk kultur som den danske. Her bliver aggressionen nemt et tabu – noget negativt, som enten skal undertrykkes eller bortforklares. F.eks. bliver aggressive børn og unge ofte problematiseret eller ligefrem diagnosticeret i stedet for at blive taget alvorligt. Således begår samfundet i virkeligheden et aggressivt overgreb på disse børn og unge. Et samfund der tabuiserer aggressionen, har ikke selv et sundt forhold til aggressionen. Resultatet ses på mange flere områder end hos børn og unge.

Næsten alle samfund i verden opdrager drenge og piger forskelligt i forhold til aggressionen. Det er godtaget, at drenge har en vis grad af aggression. Vi prøver at få dem til at bruge aggressionen konstruktivt og ikke negativt. Men piger bør ikke være aggressive. Aggressionen hører ikke med i opfattelsen af det feminine. Dette rækker dog ikke ved, at aggressionen findes som en biologisk og psykologisk drift i os alle – både mænd og kvinder. Misforstår man det, får det tragiske konsekvenser.

På samme måde oplever mange samfund – især det amerikanske - et skisma i forhold til, hvilken form for aggression, der er acceptabel hos forskellige etniske grupper. I USA slås der hårdt ned på den vold, der opstår af ophobet aggression blandt farvede, mens man langt hen ad vejen overser den ikkevoldelige og af og til passive aggressivitet i den hvide befolkningsgruppe, hvilket ofte er årsag til aggressionen i de førnævnte farvede grupper. Tanken melder sig, om problemet med terror i vores levetid også bunder i en forkert opfattelse og håndtering af aggression.

Disse eksempler kaster også lys over mere end én form for negativ aggression. Når aggressionen ikke er konstruktiv og kreativ kan den gå to veje. Den kan enten blive udadrettet og voldelig. Det er den form for aggression, vi som regel er mest bange for, og som oftest bliver synonym, hvad vi opfatter som aggression. Derfor er sociologiske studier ofte meget negative i deres vurdering af aggressionen. Men der er også en anden retning, aggressionen kan gå, nemlig indad, og denne retning forstærkes af tabuet omkring aggression.

Den måske farligste og mest oversete form for aggressionen, er der hvor individet bliver fastlåst og ikke kan bruge sin aggression kreativt – som vitalitet. I den form kan aggressionen udvikle sig til en veritabel depression, hvor personen drænes for energi, moral og livsappetit. Der er god grund til, at psykologien er begyndt at bruge aggressionen i terapien for at få mennesker ud af et psykisk dødvande og vække dem til fornyet vitalitet. Det er her, hvor psykologien får fat i vores biologi og dermed

aggressionen som den overlevelseskraft, den i virkeligheden var skabt til at være. Det er måske netop her, vi har en overset kraft i kampen mod folkesygdommen stress. Det er måske ved at genfinde aggressionens vitalitet, at stenaldermennesket kan overleve i det moderne samfund.

Den sunde aggression skal næres helt fra vi kommer til verden. Barnet føler sig af god grund almægtigt, fordi forældrene står parate til at møde dets behov. Denne følelse af almægtighed kan senere modnes til en sund selvrespekt, der ligger som et grundlag for den voksnes selvsikkerhed. Dette giver både en oplevelse indadtil for barnet men også udadtil som en opdagelse af omgivelserne. Denne tidlige aggression sætter os i kontakt med andre, fordi den er en fysisk og følelsesmæssig bevægelse. Barnets aggression kan virke destruktivt på dette tidlige stadie; men da barnet ikke har en tilstrækkelig integration af sit eget ego, kan man ikke sige, at barnet har en intention om at gøre skade. Vi ser her en grov manifestation af sammensmeltningen af den erotiske kraft og aggressionens livskraft. Det kan ikke understreges nok, at det er altafgørende, at de omsorgsgivende voksne under barnets såkaldte aggressive angreb i den tidlige barndom ”overlever” disse. Altså ikke drives bort eller straffer barnet; men i stedet hjælper barnet til at udtrykke dets aggression på en kreative og sikker måde. Således brydes aggressionstabuet, og vitaliteten styrkes.

Det viser sig, at mange af os er opdraget til at undertrykke aggression. Det er politisk og kulturelt betinget; men det er også båret af teologien. Aggressionen er i den grad tabuiseret af teologien på lige fod med, hvad erotikken har været i mange år. Det er ganske interessant, når de to kræfter i overlevelsesdriften hos alt levende supplerer hinanden. Slægtskabet mellem aggression og kærlighed, som kroppen har en hukommelse om, skal næres for at blive modent og robust. De to kan ikke adskilles og bidrager samtidigt med noget forskelligt. Kærlighed bidrager med begær; mens aggressionen bidrager med bevægelse. Det er relationen mellem affektion og gåpåmod. Uden denne gensidighed bliver kærligheden passiv og aggressionen tjener kun sig selv; men nu bliver aggressionen konstruktiv, og kærligheden får mod.

At få disse to kræfter reintegreret i kirkens teologi og virke er umådelig vigtigt. Det kan forny synet på appellen fra 2. Timotheus 1,7 om ikke at være frygtsom og lunken, og det er værd at tage alvorligt. Kirken har altså brug for aggressionen og brug for at forstå den på en ny og positiv måde. Ikke kun for sin egen skyld men også af hensyn til det menneske, kirken møder i hverdagen f.eks. i sjælesorgen. Det er en helt grundlæggende måde at tage hele mennesket alvorligt, sådan som det er skabt fra skaberens side. Og skaberen har lagt aggressionen i os som en vital kraft for at kunne leve et sundt menneskeliv. Det er kirkens opgave at værne om det af Gud skabte menneske frem for at tjene tidsånden, der slår det sunde i mennesket ihjel.

Redskaberne, sjælesorgen har, for at værne om og drage omsorg for mennesket, er dels bønner, klagesangen og vreden. Bønner er i sig selv en aggressiv handling idet den nægter at give op. Bønner er menneskets dybeste overlevelseshandling, fordi den henvender sig til skaberen.

Sjælesorgen kan også lære mennesket at sætte grænser. Aggression kommer af ”ag-gredi” på latin, hvilket i bund og grund betyder ”at træde frem”. At træde frem og træde i karakter som individ er et privilegium, vi har helt fra skabelsen af. Vi er skabt med en karakter. Så er det meningen, at vi skal bidrage til denne verden med den.

Sjælesorgen kan også opildne modet til udvikling. Mennesket er ikke skabt til at stå stille men at lade vitaliteten blomstre og søge relation med andre mennesker. Aggressionen er en drivkraft til sammen med kærligheden at skabe relationer mennesker imellem. Aggressionen er dermed også vigtig for, at fællesskaber opstår og vilkår for mennesker ændres og forbedres. En konstruktiv og kreativ aggression tager etikken i hånden og kæmper for en bedre verden for mennesker på Guds grønne jord.

Annette Wiuf Christensen
Sognepræst og feltpræst