

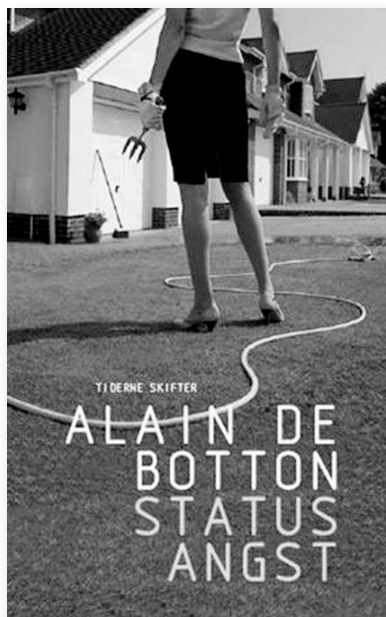
To tendenser i tiden: STATUSANGST OG MAKEOVERMANI

– bøger om at være noget i andres øjne man *ikke* er,
selvhjælpsindustri, terapeutisk onani mm.

Dobbeltanmeldelse af Joachim Wrang

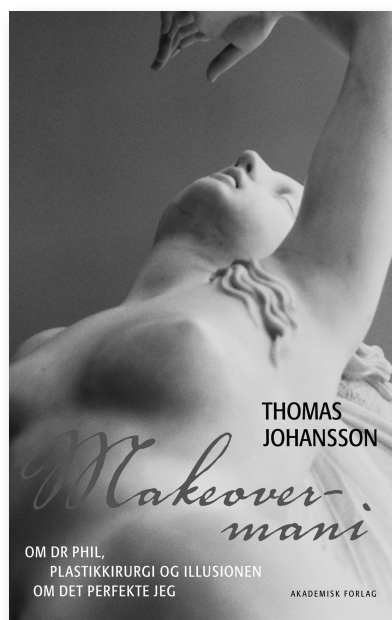
Det er et af den moderne individualismes uløselige paradokser, at samtidig med at man insisterer på den personlige frihed og selvbestemmelse, afgøres et menneskes værdi i høj grad af andres opfattelse af det. Man kunne sige med Sartre: Den andens blik er med til at bestemme, hvem jeg er. Derfor forsøger man ofte i høj grad at skabe et billede af sig selv, som andre kan lide – og så er det jo så som så med den individuelle selvbestemmelse, eftersom man forsøger at leve op til andres (og tidens) krav. Og ofte er det ganske vilkårligt, hvad tidens mennesker tilskriver status. Disse idealer er i høj grad historiske og kulturafhængige størrelser. For eksempel gav det i 1960'erne og 1970'erne i mange kredse status at være venstreorienteret, hvorfor man kritiserede traditionelle statussymboler som hurtige biler og smart indrettede hjem. Hvordan kan man så forklare, at man tredive år senere står med høj status i et turbokapitalistisk samfund og lige har fået ny fladskærm og nyt samtalekøkken, og at konen har fået nye bryster? Skyldes det trangen til andres anerkendelse af ens position i samfundet, angsten for ikke at falde i andre menneskers smag?

Denne afhængighed af andres opfattelse af én kan være positiv, i og med at den kan være med til, at man ønsker at dygtiggøre sig, anstrenge sig, at man skaber et fællesskab, der er baseret på fælles værdier, osv. Den negative side af dette fænomen er forbundet med misundelse, hvis andre opnår den status, man selv efterstræber, eller manglende selvværd. Den engelske (populær-)filosof Alain de Botton (der bl.a. tidligere har skrevet bøgerne *Kunsten at rejse*, *Filosofiens trøst* og *Sådan kan Proust ændre dit liv*) har skrevet en bog om dette fænomen, som han meget passende kalder for *Statusangst*. Der er tale om en bog, der sine steder er velskrevet og humoristisk, mens refleksionerne andre steder i bogen er overfladiske og fragmenterede.



Alain de Botton:
STATUSANGST,
 oversat af Christian Bundegaard,
 Tiderne Skifter 2007,
 316 sider, 299 kr.

Thomas Johansson:
MAKEOVERMANI
 Om Dr. Phil, plastikkirurgi og
 illusionen om det perfekte jeg,
 oversat af Anders Johansen,
 Akademisk Forlag 2007,
 209 sider, 249 kr.



De Botton indleder med nogle begrebsbestemmelser og definitioner til at afgrænse fænomenet. Han definerer statusangst således:

En form for angst, der er så alvorlig, at den i lange periode kan ødelægge livet for en; bekymring for at man ikke kan leve op til de succeskriterier der er rådende i det samfund man lever i, og for at man dermed mister selvrespekten og at andre tilsvarende mister respekten for en. (...) Statusangst kan blandt andet fremkaldes ved at man oplever et økonomisk tilbageslag, at man bliver afskedit, at andre bliver forfremmet, at man pensioneres, at man snakker med succesfulde kolleger, at man læser portrætter i avisen af mennesker med succes, at det går godt for ens venner. (...) Bortset fra nogle få individualister iblandt os (Sokrates, Jesus) er vi alle afhængige af, at andre viser, at de respekterer os.

Disse indledende bestemmelser kunne have udviklet sig til en tætpakket og interessant begrebsudvikling om angsten for ikke at blive elsket, kampen for respekt af samfundet, det almenmenneskelige ønske om anerkendelse fra ens medmennesker m.m., men de Botton forlader hurtigt den argumenterede stil og viser rundt i statusangstens idehistorie gennem de seneste par tusinde år. Og man må indrømme, at det er utroligt, hvad manden ved om litteratur, kulturhistorie m.m.

Først forsøger han at kortlægge fem årsager til statusangsten. Disse fem årsager er 1) kærlighedsløshed (som voksne savner vi den kærlighed, der blev (mange af) os til del som børn); 2) snobberi; 3) forventning (vi har for høje og urealistiske forventninger til livet, og den stigende velstand skaber blot øget efterspørgsel på ting, der kan give os status); 4) meritokrati (hvis man ikke har succes, er det ens egen skyld: "Lav status kom til at fremstå som ikke blot beklageligt men *fortjent*."); 5) afhængighed (vores succes er afhængig af alle mulige ting såsom medfødte talenter, de økonomiske konjunkturer, de herskende idealer m.m.).

Herefter skitseres fem løsningsforslag

til, hvordan man kan bekæmpe statusjagten. Disse er 1) filosofi (en tænker som Schopenhauer viser, hvordan de fleste menneskers livsideal og dermed det, de tilskriver status, i grunden er latterligt og derfor ikke efterstræbelsesværdigt); 2) kunst (for eksempel kan god litteratur vise os, at folk uden ydre status har en værdi i sig selv); 3) politik (man kan arbejde for at ændre forestillingen om, at det at tjene mange flere penge end andre mennesker er det samme som at være lykkelig); 4) kristendommen ("Døden afslører, hvor upålidelig og måske endog værdiløs den opmærksomhed er, som man kan få i kraft af sin status"); 5) bohemia (status behøver ikke at være udtryk for at have succes i det borgerlige samfund, men kan også alternativt tilskrives anæmiske digtere eller rødvinfilosoffer med baskerhue). I nutidens samfund er der mange forskellige statushierarkier, og der er rig mulighed for, at alle kan blive anerkendt for den, de er. Slap af og nyd livet lidt mere!

Overfladiske analyser

Efter endt læsning sidder man tilbage med ønsket om at have læst en noget mere kedelig bog (!), hvor der havde været lagt lidt mere vægt på begrebsanalyse og en sammenhængende, fremadskridende argumentation og lidt mindre vægt på idehistoriske snapshots af, hvordan mennesker gennem tiden har forholdt sig til statusangsten. Det havde også været mere givende, hvis de Botton havde lagt mere vægt på anerkendelsesvinklen og for eksempel interesseret sig for Hegels og Honneths anerkendelsesbegreber (han nævner slet ikke disse to centrale tænkere!). Ja, en blot 100 sider stram (tysk!) tekst i stedet for dette oversigtskatalog kunne have gjort projektet mere interessant.

Og så mangler der i den grad eksempler fra de seneste hundrede år. Dette forekommer lidt underligt, fordi statusangsten netop kan hævdes at være særligt fremherskende i en moderne tidsalder, der i den grad fokuserer på individets selvrealisering. I tidligere tider, hvor dele af befolkningen mere eller mindre accepterede deres plads

i samfundet, har statusangsten nok været mindre (man føler ikke misundelse over nogle menneskers rigdom, hvis de fleste omkring en er fattige). Det kunne for eksempel have været sjovt med eksempler fra kendiskulturen og universitetsverdenen, hvor statusangsten synes at have særligt gode vækstvilkår.

Ellers: Oversættelsen er god, selv om kommaerne nogle steder er sat mildt sagt noget alternativt!

Konklusion: Det forekommer delvist at være de spildte muligheds bog, fordi det kunne have været en særdeles interessant bog om, hvordan man undgår i det hele taget at fokusere på status (i den grad, det er muligt) og *i stedet* fokuserer på en mere generel almenmenneskelig anerkendelse af hinanden, anerkendelsen af, at alle mennesker i bund og grund er et mål i sig selv – at også posedamen er et anerkendende nik og blik værd. I stedet for at skøjte rundt i kulturhistorien burde de Botton nok have fokuseret mere på dybdefilosofiske analyser af forholdet mellem selvet og den anden, skabelsen af identitet, osv.

Ønsket om status er oftest ønsket om at være noget i andres øjne, som man *ikke* er. På den måde kan man sige, at statusjagt i mange henseender er at ligne med ønsket om en egentlig anerkendelse, blot på forkerte præmisser. Også dette kritiske perspektiv er noget fraværende i de Bottons fremstilling. Til sidst skal dog siges, at "Statusangst" trods disse mangler vækker til eftertænkning, er ganske underholdende at læse, er overordentlig velillustreret (en rigtig statusgivende coffee table-bog – læs den før din nabo, så du kan fortælle ham, at den behøver han ikke at læse – du har været der), og så er der mange gode oneliners i bogen, såsom: "Selv om snobberne måske oprindeligt blev forbundet med aristokratiet, så griber man næppe fænomenet i hele dets omfang ved at identificere snobberi med en svaghed for britisk rævejagt og britisk klubliv." Eller hvad med denne her:

Man kan gå rundt og være i dårligt humør over, at en kollega virkede fraværende da han hilste på en, eller over folk

der ikke ringer tilbage. Og vi er i stand til at finde livet værd at leve, fordi nogen huskede vores navn og sendte os en frugtkurv.

Makeovermani

Som sagt gør vi meget for at dulme vores statusjagt, vi forsøger på alle mulige måder at forandre os, renovere vores bolig, have mm. Denne maniske trang til forandring, som man kunne kalde for makeovermani, er netop temaet for den svenske socialpsykolog Thomas Johanssons anden bog i dansk oversættelse, *Makeovermani – Om Dr. Phil, plastikkirurgi og illusionen om det perfekte jeg* (den første var *Billeder af selvet*, Klim 2003). I centrum for bogen står dels selvhjælpsindustrien (forsøget på ved hjælp af selvhjælpslitteratur at forandre selvet), dels fitnesskulturen (forsøget på ved hjælp af slankekur, fitness og kirurgi at ændre ens krop og dermed også kropsbillede og identitet).

Johansson skriver indledningsvis, at bogen er en del af det sympatiske projekt om en *“hverdagslivets socialpsykologi*. Hensigten er at studere, hvordan vi håndterer den moderne uoverskuelighed. Hvilke livsstrategier udvikler vi? Hvordan kan vi forholde os til den øgede sociale og kulturelle usikkerhed, der præger det moderne liv?”. *“Makeovermani”* er forsøgt skrevet i *“grænselandet mellem sociologi, psykologi, socialpsykologi og psykoterapi”*. Bogen er skrevet i et dagligsprog, der gør den let og ligetil at læse.

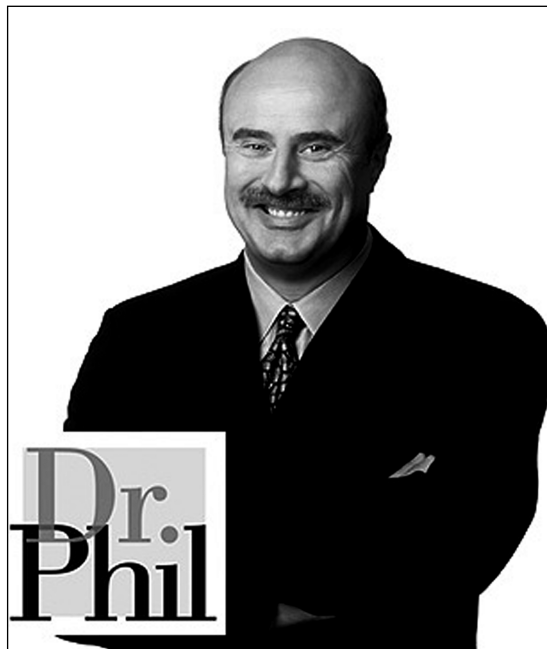
Indledningsvist gennemgår Johansson kort forskellige former for selvhjælpspsykologi, fra tanker om ‘Succes og tao ifølge Peter Plys’, de ti dummeste fejl, man kan begå, og den moderne stræben efter langsomhed og ro i en stresset tid. Herefter følger et længere afsnit om tv-guruen Dr. Phil (der i nogle år har huseret på TV3). Johansson er umiddelbart imponeret over Dr. Phils evne til hurtigt, klart og overskueligt at diagnosticere en persons problem og give konkrete løsningsforslag til, hvordan personen kan handle sig ud af et problem, det være sig dårlig selvtillid, fedme, konflikter i ægteskabet, en forlist karriere

mv. Men der er også nogle paradokser og problemer forbundet med den amerikanske psykologs praksis:

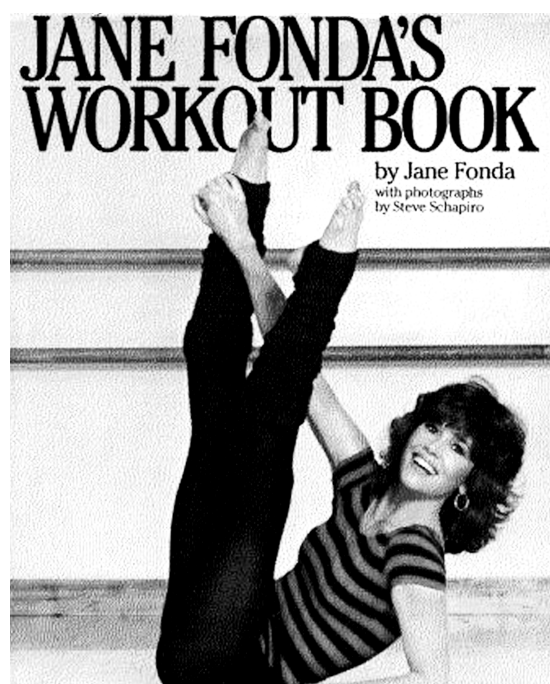
Dr. Phils succesteologi henvender sig ganske vist til alle, men hvis man læser mellem linjerne, toner der et billede frem af en økonomisk og socialt vellykket person. (...) Dr. Phils metode, tænkning og livsfilosofi er gennemsyret af den protestantiske ånd. For at få succes skal vi hele tiden analysere og forbedre os selv.

De råd, Dr. Phil giver, forekommer også noget forvirrende, fordi han på den ene side fremstår *“som liberal og individualist*. Han vil opmuntre folk til at bryde deres lænker og udleve deres drømme. (...) På den anden side toner der et særdeles konservativt livssyn frem.”

Et gennemgående træk i selvhjælpsindustrien synes at være ønsket om at nå ind til personens sande selv ved hjælp af nogle enkle metoder, man kan anvende i sin dagligdag. Men det er i det hele taget et spørgsmål, om dette sande selv overhovedet findes, og hvor opløftende det end lyder, at man kan få styr på sit liv ved at læse en lille manual eller se Dr. Phil i fjernsynet, er det i realiteten nok ikke mange, der i længden lykkes med dette. For er det ikke sådan, at der er direkte proportionelt forhold mellem antallet af selvhjælpsbøger (dem udgives og sælges der mange af) og antallet af mulige sygdomme, man i dag kan have, herunder udbrændthed og stress, krise i parforholdet osv.? Måske er det denne industris billede af det perfekte jeg uden problemer, der får så mange mennesker til at være utilfredse med deres liv og diagnosticere almindeligt forekommende fænomener (som træthed, manglende gnist i parforholdet mv.) som problemer, der for alt i verden må ryddes af vejen. Når man så indser, at det er sværere end som så at ændre disse ting, føles problemerne endnu tungere. Når det er sagt: Det ville naturligvis være udtryk for en form for uacceptabel fatalisme, hvis man ikke forholdt sig til sine problemer og forsøgte at løse dem. Problemet er blot, at de nemme løsninger,



Dr. Phil synes at have en arbejdsdeling med Jane Fonda: Han arbejder indefra og ud, hun arbejder udefra og ind.



som mange af disse bøger tilbyder, ikke kan realiseres i virkeligheden – hvis de kunne, vil der nok ikke være så mange stressede og udbrændte mennesker i dag. (En sidebemærkning om forholdet mellem stress og anerkendelse (jf. de Botton): Måske ville der være et mindre sygefravær inden for det offentlige, hvis grupper som social- og sundhedsassistenterne, pædagogerne og sygeplejerskerne fik det lønhop, de efterspørger, fordi dette ville være udtryk for en *reel anerkendelse* af deres arbejde – at mange af disse penge så vil blive brugt på *ydre statusgivende* ting som fladskærme og storbyrejser, er en anden sag!)

Kropsmodifikation

Anden del af Johanssons undersøgelse er helliget vores maniske ønske om at kontrollere eller forandre kroppen ved hjælp af slankekur, fitness og plastikkirurgi. I et afsnit om vægt beskrives en metode til at tænke sig slank og Dr. Phils bog om vægttab, der anbefaler en syvtrinsmetode, der fører til en rationel (og dermed slank) livsførelse, og selve begrebet om en ideelvægt perspektiveres. Herefter følger et afsnit om fitnesskulturen, om mange moderne menneskers længsel efter evig ungdom, en bevægelse, der bl.a. fik vind i sejlene med Jane Fondas fitnessprogram for især midaldrende kvinder. Ved at modellere kroppen udefra, så den lever op til bestemte idealer om skønhed og ungdom, får det trænende og bevægende menneske selvtilid.

Et andet – negativt – aspekt af dette er, at hele dette kropsprojekt kommer til at skygge for mange andre værdier i livet, og at bagsiden af dette kropsræs er en overdreven fokusering på udseende og sundhed, hvilket er med til at skabe alle de forskellige forstyrrelser såsom spiseforstyrrelser og selvskadning, der er så udbredte i dag. Johansson viser, hvordan vi alle i større eller mindre grad er formet af denne kropspraksis og fokusering på kroppen,



Performancekunsteren Orlan (f. 1947) overskrider vores grænser og normer for, hvad man kan og bør udsætte kroppen for – med det formål at få os til at se kritisk på de idealer, som især tidens kvinder er underlagt. De fleste kender til den indædte kamp, der kan vriste os fri af forfaldets klamme greb og hæve os op iblandt den moderne kropskulturs sfæriske idealer. Men de færreste vil gå så langt som den franske Orlan. I starten af 1990'erne lod hun sit ansigt omrokere ved i alt syv kirurgiske indgreb under titlen *Sankt Orlans Genopstandelse*. Ikke ud fra gængse plastikkirurgiske idealer, men derimod med verdenskunstens kendte portrætter som skabelon. Bestillingen lød blandt andet på et hageparti som Botticellis mytologiske Venus og en pande præcis som den, Leonardo da Vinci i sin tid udstyrede Mona Lisa med. Formålet med de kirurgiske indgreb var ikke at se yngre og smukkere ud, men at demonstrere, hvor langt man kan gå i manipulationens tegn.



og der er vel at mærke tale om en kultur, der i høj grad er præget af en konstant utilfredshed med kroppen.

Den hurtige genvej til at rette op på kroppens mangler er plastikkirurgi, som er emnet for næste afsnit, hvor Johansson igen vender sig mod fjernsynsmediet og ser nærmere på realityshowet *Extreme Makeover*, hvor kvinder over nogle uger gennemgår en radikal forandring ved hjælp af fedtsugning, brystimplantater, nosejob, tandretning mv.

Delen om kroppen er en udmærket oversigt over forskellige måder at forholde sig til kroppen på i dag, selv om det nogle steder går lidt for hurtigt med at komme videre (og noget af det synes man jo nok, man har hørt før). Man kommer ikke helt ind til kerne af dannelsen af det moderne jeg gennem kropsmodifikation. Her ville det have være velanbragt med en lidt dybere (filosofisk) analyse af forholdet mellem identitet og krop. Men der er nogle fine ansatser til det. Johansson konkluderer et sted: "Kroppen, det ydre og det materielle bliver i visse henseender lig med identiteten. Det er via kroppen, den enkelte signalerer og udtrykker sig selv. Krop, udseende og identitet bliver dermed sammenfaldende." Og han viser også fint, hvordan de nye slanke-, fitness- og plastikkirurgiindustrier langsomt ændrer vores idealer: "I fremtiden bliver det måske via fitnessstrænerens og plastikkirurgiens blik, vi gransker og vurderer vores kroppe. Nye idealer og krav sniger sig ind på en næsten umærkelig måde." Identiteten bliver formbar, plastisk.

I bogens tredje del, 'Det grænseløse menneske', forsøger Johansson at samle trådene fra de to første dele og uddyber diskussionen ved at "anlægge en række teoretiske og filosofiske perspektiver på den terapeutiske kultur. Hvordan påvirker den folks *identitet og dagligliv*?" Johansson diskuterer, om den megen søgen efter forandring af psykisk eller kropslig art er udtryk for virkelig åndelig nød, eller snarere er udtryk for en terapeutisk onani, som han kalder det.

En af konklusionerne har jeg allerede formuleret på en anden måde: "Det er muligt, at denne udbredelse af det terapeutiske blik (...) faktisk er med til at skabe psykiske problemer og forstyrrelser. Den enorme opmærksomhed, der rettes mod selvet, er en drivkraft og motor bag de selvforstyrrelser af forskellig art, som i dag bliver mere og mere udbredte."

Et par ord om udgivelsen: Det er en god oversættelse, Anders Johansen har lavet. Eneste kritiske bemærkning til den danske bearbejdning må være, at noterne 20 til 54 i 1. del bagerst i bogen er angivet som noterne 21 til 55, og at der er 6-7 stavfejl i registret bag i bogen.

Alt i alt: *Makeovermani* er et udmærket, letlæseligt overblik over moderne selvhjælps- og populærpsykologi og en introducerende refleksion over forholdet mellem krop, identitet og forandring. Den er et velkomment forsøg på nærmere at studere den selvhjælpsindustri, som sjældent er emnet for den mere akademiske psykologi.

Joachim Wrang er cand. mag. i filosofi og arbejder som oversætter af faglitteratur.