

HÅB

Et teoretisk psykologisk speciale om håb i individets levede liv

med teori af Erik H. Erikson, Charles R. Snyder og Gabriel H. Marcel

Psykologi AAU
Speciale (10. semester)
Professionsprogram: PPSA
Simone Kjær Svarre (20123271)

Normalsider: 79,1
Antal tegn: 189.794
Vejleder: Mette Thuesen
Afleveringsdato: 29/5-2020



Abstract

Hope is a term which in many ways seems well known; it is not only reserved to science but is also a part of our everyday speech, religious life and in the media. Hope therefore seems diffuse and hard to describe. Over the years hope has gone from a negative interpretation as illusory and deceptive to a more positive interpretation today as life-giving and vital.

This thesis is a theoretical exploration of the term hope. First of all, it examines hope as a psychological term and secondly how hope influences the lived life of the individual. The exploration rests upon two psychological theories represented by the German/Danish/American developmental psychologist Erik H. Erikson (1902-1994) and the American psychologist Charles R. Snyder (1944-2006) along with philosophy written by the French philosopher Gabriel H. Marcel (1889-1973). Existential psychology is the theoretical scientific approach which has influenced this thesis' evaluation of the understandings and descriptions of hope by the three theories. Marcel's philosophy of hope is part of this thesis because existential psychology uses both psychology and philosophy as sources in exploring how individuals come to terms with human existence.

The differences between Erikson's, Snyder's and Marcel's understanding of how hope emerges, what hope is and how it dies are analysed in this thesis. It shows how hope can be interpreted e.g. as inherent or external of the individual as well as individualistic or interpersonal. The three theories show that hope is a complex term to describe. This thesis finds that a psychological understanding of hope is not limited to Erikson's understanding of hope, Snyder's Hope Theory or Marcel's philosophy of hope alone. Every theory has its limitations and contributions. Therefore, they each and in combination provide valuable insight into what hope is and how hope influences the lived life of the individual. Below I will give examples of this.

Erikson sees hope as inherent, dependent upon developing through a secure attachment to the caregiver, a vital virtue to survive psychologically, and the motivation to adapt or change life. This thesis argues that Erikson reduces hope in his understanding of hope as inherent in the individual compared to Marcel's understanding of hope as transcendent. However, Erikson provides insight into the duality of hope; how hope helps the individual to adjust and reconcile with life as it is or hope as a force which motivates the individual to try and change its life. This thesis argues that Marcel and Snyder risks overlooking the meaning of

hope as respectively a driving force of change or hope as acceptance and adaption, when they focus on only one part of it.

Snyder understands hope as part of the individual, cognition and goal achievement and his Hope Model gives knowledge about hopeful thinking. In this thesis, I argue that Snyder's definition and specification of hope also reduces it. He risks overlooking the meaning of hope as relational and transcendent when he describes it as individualistic, rational and fixed upon goal achievement.

On the other hand, is the existential philosopher Marcel who rejects defining hope and describes it as a complex mystery. Marcel understands hope as life-giving and vital for the individual where hope is experienced and received through living life together with others. Marcel distinguishes between hope as dependent upon an object e.g. recovery and the absolute hope which transcends time and circumstances. Erikson is describing how hope can develop from being dependent upon an object to becoming an established hope. Snyder, on the other hand, I criticize for overlooking the possibility of the absolute hope when he understands hope as only being dependent upon goal(achievement) and the individual's ability to pathways thinking and agency thinking. Marcel's philosophy of hope brings a different view of how hope is understood as spiritual, transcendent, dependent on living life in relationships with others and a gift to be received or declined. In this thesis I argue that Marcel risks to exclude some individuals from receiving hope if they do not have the courage or surplus of energy to live life accessibly with other individuals, because Marcel argues that hope is received through living life together with others.

As described, this thesis is a discussion about how Erikson's, Snyder's and Marcel's understanding of hope is describing the same term and how the three theories contribute to a theoretical and psychological exploration of hope and how hope influences the lived life of the individual.

Indholdsfortegnelse

1. Indledning	1
1.1. Problemfelt med problemformulering	2
1.2. Begrebsafklaring	3
1.3. Specialets disposition.....	5
2. Teoretisk psykologisk speciale	6
2.1. Videnskabsteori.....	6
2.1.1. Eksistentiel psykologi	6
2.1.2. Humanvidenskabelig psykologi.....	8
2.2. Specialets afgrænsning.....	9
2.2.1. Det teoretiske psykologiske speciale	10
2.2.2. Specialets empiriske og analytiske objekter	11
2.3. Håbets psykologi og filosofi	14
2.3.1. Det psykologiske og filosofiske bidrag til håb	14
3. Teori	18
3.1. Udviklingspsykologi af Erik H. Erikson.....	18
3.1.1. Identitetens udvikling.....	18
3.1.2. Tillid – Håbets fødsel.....	20
3.1.3. Kritisk refleksion over Eriksons håbsbegreb	22
3.2. Håbsteori af Charles R. Snyder.....	24
3.2.1. Håbsteoriens oprindelse	24
3.2.2. Håbets definition	25
3.2.3. Snyders håbsmodel	27
3.2.4. Kritisk refleksion over Snyders håbsteori.....	30
3.3. Gabriel H. Marcel om håb	31
3.3.1. Håbets betydning for sjælen.....	32
3.3.2. Udefinerbart mysterie	33

3.3.3. Et håbefuldt liv	34
3.3.4. Kritisk refleksion over Marcells håbsfilosofi.....	37
4. Analyse	39
4.1. Håbets ophav	39
4.1.1. Håbets oprindelse.....	39
4.2. Håbets karakter	44
4.2.1. Håb som en dyd	44
4.2.2. Håb – Individuelt og interpersonelt	45
4.2.3. Det relative og absolutte håb.....	49
4.3. Håbets død	52
4.3.1. Det mistede håb.....	52
4.3.2. Konsekvenser ved håbets død.....	55
5. Diskussion	57
5.1. Erikson – Håbets drivkraft og tro.....	57
5.1.1. Håbets drivkraft	58
5.1.2. Håb og tro	59
5.2. Snyder – Et specificeret eller reduceret håb?.....	62
5.2.1. Mestring eller modtagelse af håb	63
5.2.2. Et defineret håb	67
5.3. Marcel – Anvendelig uden definition?	68
5.3.1. Det undefinerbare håb.....	68
5.3.2. Individets frihed og håb	71
6. Konklusion.....	75
7. Perspektivering	78
8. Referenceliste.....	80

1. Indledning

A rainbow is a prism that sends shards of multicolored light in various directions. It lifts our spirits and makes us think of what is possible. Hope is the same – a personal rainbow of the mind. (Snyder, 1992, p. 269)

Håb har igennem tiden delt vandene; fra en historisk udpræget negativ opfattelse af håb, som illusorisk og bedragende, til i dag en udbredt positiv opfattelse af håbets livgivende karakter (Snyder, 1994, pp. 2-5). Specialet tager afsæt i sidstnævnte, og som det indledende citat indikerer, bliver håb anset for at være et komplekst begreb.

Specialet udspringer af mine refleksioner over, at jeg snart går fra at være psykologistuderende til at blive praktiserende psykolog. Jeg har igennem specialet mulighed for at forberede mig på overgangen fra studielivet og arbejdslivet. Bag mig har jeg snart fem års studier af psykologi, som ofte har haft fokus på individets psykiske og patologiske udfordringer. Min nysgerrighed blev vakt, da jeg læste: "That by embracing the disease model of psychotherapy, we have lost our birthright as psychologists, a birthright that embraces both healing what is weak and nurturing what is strong" (Seligman, 2005, p. 7). Med inspiration fra citatet og den positive psykologi, ønsker jeg i specialet at flytte mit fokus fra det patologiske til individets trivsel og, hvad der kan hjælpe og styrke individet igennem livet på godt og ondt.

I min motivation til at blive psykolog ligger der et dybt forankret håb; "Hope represents a belief in the possibility of making a positive difference, the desire to make a positive difference, and the motivation to keep trying" (Elliott, 2013, p. 630). Jeg har et håb om, at jeg i mødet med andre kan være med til at skabe positiv forandring og give plads til håb i deres liv. Endvidere har jeg en tro på, at "mennesket selv kan gøre noget for at påvirke håbet" (Olsen, 2011, p. 226). Håb bliver i sidstnævnte citat anset for at være en dynamisk størrelse, som det giver mening at arbejde med i den psykologiske praksis. Jeg, som kommende psykolog, kan påvirke mit eget håb samt skabe rum for, at klientens håb kan vokse. Det har betydning, da håb kan bidrage til individets sundhed både fysisk og psykisk (Peplau, 1995, if. Farran, Herth & Popovich, 1995, pp. ix-x). Håb vil også kunne fastholde mig i mit arbejde og give motivation til at forsætte, når forandringen hos klienterne udebliver. Specialet beskæftiger sig ikke

direkte med den psykologiske praksis, men perspektiverer dertil og giver et teoretisk fundament, som kan bidrage i arbejdet. Specialet tager afsæt i min interesse for og nysgerrighed på håb, som et psykologisk begreb med dets styrker og svagheder. Det befinder sig i spændingsfeltet mellem håbets magt og afmagt i individets levede liv.

1.1. Problemfelt med problemformulering

Specialet tager, som beskrevet, udgangspunkt i individets trivsel og hvad, der kan hjælpe individet igennem livet på godt og ondt. Her kan håb, i min optik, bidrage til individets velbefindende og livskvalitet, hvor jeg, som kommende psykolog, kan medvirke til at styrke eller genfinde klientens håb igennem det terapeutiske arbejde.

Håb er et begreb, som på mange måder kan synes velkendt, da det ikke kun er forbeholdt videnskaben, men også bliver brugt i hverdagssproget, i religiøse sammenhænge og i medierne (Eliott, 2005, p. 3; Gregersen, n.d.). Håb kan på den baggrund virke diffust og svært at beskrive. En hypotese er, at det indeholder flere nuancer og en dybe, som ikke bliver indfanget i hverdagsbrugen af begrebet, hvilket bliver undersøgt i specialet. Håb er ikke en konkret genstand, som kan vurderes, men som så meget andet inden for psykologien, eksempelvis emotioner og minder, har håb, i min optik, sin berettigelse på trods af, at det kan virke utydeligt og svært håndgribeligt. Jeg mener, at det er muligt at iagttage håb hos individet, og som Erikson (1964/1984, p. 84) påpeger, er håb nogle gange mest synligt i sit fravær. Håb kan endvidere have betydning for individets trivsel, og hvordan man klarer sig igennem livet (Eliott, 2013, p. 630).

Specialet indeholder en afgrænset teoretisk udredning af begrebet håb præsenteret ved tre udvalgte teoretikere; den tysk/dansk/amerikanske psykoanalytiker og udviklingspsykolog Erik Homburger Erikson (1902-1994), den amerikanske psykolog Charles Richard Snyder (1944-2006) og den franske filosof Gabriel Honoré Marcel (1889-1973). Specialet er udelukkende teoretisk og beskæftiger sig ikke med empiriske studier af håb. Det skal også præciseres, at specialet tager sit afsæt i psykologien, men lader sig inspirere af filosofien gennem Marcells forståelse af håb. Analysen tager udgangspunkt i de tre teoretikeres beskrivelser af håbets udvikling hos individet; håbets ophav, karakter og død. Diskussionen er tredelt og indeholder nedslag i, hvordan de tre teorier om håb bidrager eller begrænser en psykologisk forståelse af håb, og hvilken betydning det har for individet i det levede liv. Fokus i specialet er på

individets psyke, og hvilken betydning håb har for individet i hverdagslivet samt i mindre grad i mødet med vanskeligheder. Det leder til specialets problemformulering:

Hvad er håb psykologisk set, og hvilken betydning har håb for individet i det levede liv?

1.2. Begrebsafklaring

I det følgende bliver nøglebegreberne fra problemformuleringen defineret og præciseret hhv. 'håb', 'psykologisk set', 'individ' og 'det levede liv'. Begrebsafklaringen indeholder også en beskrivelse og præcisering af, hvordan forventning, ønsketænkning og optimisme adskiller sig fra håb.

1.2.1. Håb

"I daglig tale betegner håb den tillidsfulde forventning om noget glædeligt, der vil indtræffe i fremtiden – uden at der foreligger en objektiv sikkerhed" (Gregersen, n.d.); med disse ord bliver håb beskrevet i Gyldendals Den Store Danske. Det giver et indblik i, hvordan håb i dag ofte har en positiv betydning. Håb skuer i sin natur fremad, for som håbshistoriker Bertel Nygaard (2014) skriver: "Alt det, vi står midt i, og alt det, vi har tilbagelagt, er det for sent at håbe på" (p. 12). Det som var og er, kan individet ikke længere håbe på, men fremtiden kan være fyldt af håb eller mangel på samme. I specialet vil håbets forskellige betydningsnuancer blive belyst igennem teori af Erikson, Snyder og Marcel, hvilket bidrager til en forståelse af, hvad håb er, og hvilken betydning det har for individet. Håb bliver derfor ikke defineret her i begrebsafklaringen, men det er relevant at præcisere specialets afgrænsning ved at give en kort beskrivelse af, hvad håb ikke er, og hvordan det adskiller sig fra tilgrænsende begreber som forventning, ønsketænkning og optimisme.

Forventning, ønsketænkning og optimisme

Håb adskiller sig fra forventning ved, at forventningen har et større element af sikkerhed for, at det ønskede, vil ske (Olsen, 2011, p. 214). Erfaring er her afgørende i individets møde med verden, og i forventningen er der en erfaringsbaseret sikkerhed i, at "sådan plejer det at gå" (Olsen, 2011, p. 214). Håb er derimod, hvor tidligere erfaringer

mangler og indeholder en større usikkerhed for, hvad fremtiden bringer. Forventningens sikkerhed adskiller sig fra håbets usikkerhed og uvished. Ønsketænkning og håb er heller ikke det samme, men beslægtet; ”Håbet befinder sig mellem ønsketænkning som overdrivelse og håbløsheden som mangel” (Olsen, 2011, p. 226).

Det er vigtigt at skelne mellem håb og optimisme, da de to begreber ofte bliver forvekslet (Marcel, 1951, p. 33). Optimistiske individer har en forventning om, at tingene nok skal gå godt, og optimisme adskiller sig fra håb ved, at optimisten skaber en distance og adskillelse mellem sig selv og fiasko ved at se det positive i situationen og negligere det negative (Marcel, 1951, p. 33f). Marcel (1951, p. 55) antager derimod, at håb transcenderer omstændighederne, hvilket betyder, at håb ikke indebærer en distancering fra succes eller fiasko, da håb ikke afhænger af, hvad der sker. Også Snyder (1994, p. 14) påpeger, at optimisme er kendetegnet ved, at optimisten distancerer sig fra og negligerer fiasko, samt tilføjer, at der hos optimister ikke er knyttet nogle mentale veje for, hvordan det er muligt at indfri forventningen om, at der sker noget godt. Håb skaber derimod en forbindelse mellem individet og potentiel ønsket succes gennem mentale veje (Snyder, 1994, p. 18). Denne sidste del er Marcel (1954, p. 51f) dog uenig i, hvilket bliver uddybet i analysen (jf. 4.2.3).

1.2.2. 'Psykologisk set'

I problemformuleringen er det tydeliggjort, at specialet tager afsæt i psykologien. Det betyder, at fokus bl.a. er på at forstå, hvilke konsekvenser håb har for individets psykiske velbefindende. Teori af psykologerne Erikson og Snyder bliver inddraget i specialet, da de beskæftiger sig med håb ud fra et psykologisk perspektiv, mens Marcel på trods af et filosofisk udgangspunkt også bidrager (jf. 2.3.1).

1.2.3. Individ

Individ henviser til det enkelte menneske, og i specialet er der fokus på individet, som et psykologisk væsen. Specialets individsyn tager udgangspunkt i den eksistentielle psykologi og er kort beskrevet emancipatorisk og individualistisk, hvor individet er kastet ud i tilværelsen og står over for et valg om, hvordan det lever og møder modgang (jf. 2.1.1). Anden del af problemformuleringen udspringer af den fænomenologiske metode, som ofte bliver anvendt i den eksistentielle psykologi, hvor tilværelsen og heri

håb bliver undersøgt fra individets synsvinkel med et ønske om at forstå individets tanker, hensigter, emotioner og oplevelser (Andersen & Koch, 2015, p. 241).

1.2.4. 'Det levede liv'

'Det levede liv' er inspireret af Marcells og den eksistentielle psykologis emancipatoriske individsyn, som er optaget af menneskelivet, frihed og frigørelse samt individets eksistens og væren i verden (Henriksen, 2009, p. 156f). Omdrejningspunktet er individets hverdagsliv og interaktion med livets store spørgsmål og håndtering af sin eksistens i mødet med livets grundlæggende vilkår (Jacobsen, 2009, p. 13). Det inaktive liv er fremmedgørende, hvorimod det individ, som lever i mødet med verden, træder ind i sin væren og eksistens (Henriksen, 2009, p. 156f). Kriser bliver anset for at være uundgåelige, da individet bliver kastet ud i eksistensen (Christensen, 2014, p. 161). Det viser sig i teorierne af Erikson (1964/1983, p. 104), Snyder (2000a, p. 31) og Marcel (1951, p. 63), da de alle understreger, at liv og håb er en proces, hvori håb kan være tilstede eller fraværende.

1.3. Specialets disposition

Det følgende er en kort præsentation af specialets udformning. Kapitel 1, som slutter her, har indeholdt indledningen med en præcisering af specialets problemfelt og tilhørende problemformulering samt begrebsafklaring. Det efterfølgende kapitel 2 har til formål at skabe en gennemsigtighed vedrørende specialets videnskabsteoretiske ståsted i den eksistentielle psykologi og afgrænsningen af specialet samt klargøre det psykologiske og filosofiske bidrag i besvarelsen af problemformuleringen. Specialets teori del, kapitel 3, indeholder en redegørelse af Eriksons, Snyders og Marcells teorier om håb, mens kapitel 4 er en analyse af håbets ophav, karakter og død. Dette efterfølges af kapitel 5, som er specialets diskussion af, hvorvidt de tre teoretikere forstår det samme ved begrebet håb, og hvordan deres teorier bidrager til at forstå, hvad håb er psykologisk set, og hvilken betydning håb har for individet i det levede liv. Den sidste del af specialet indeholder kapitel 6 og 7 med hhv. konklusion og perspektivering. Herefter følger referencelisten i kapitel 8.

2. Teoretisk psykologisk speciale

Det følgende har til formål at skabe gennemsigtighed og give mening til mine valg og fravalg i udformningen af specialet. Det giver et indblik i nogle af de overvejelser, som jeg har gjort mig undervejs i specialeprocessen. Specialets videnskabsteoretiske ståsted bliver klargjort, hvorefter specialets afgrænsning som et teoretisk psykologisk speciale bliver anskueliggjort med en efterfølgende præcisering af det empiriske og de analytiske objekter. Afslutningsvist er en klargøring af, hvordan både psykologien og filosofien kan bidrage til at besvare problemformuleringen.

2.1. Videnskabsteori

Enhver videnskabelig erkendelse er defineret af et virkelighedssyn og beskæftiger sig med et udsnit af verden (Sonne-Ragans, 2019, p. 210). Det er også gældende for specialet, hvor det følgende har til formål at skabe en gennemsigtighed omkring specialets videnskabsteoretiske ståsted, da den bagvedliggende videnskabsteori og individsyn har betydning for udvælgelsen af teori, empiri og metode (Christensen, 2014, p. 98).

2.1.1. Eksistentiel psykologi

Specialets videnskabsteoretiske ståsted er eksistentialismen, nærmere bestemt den eksistentielle psykologi. Eksistentialismen er en filosofisk retning, som beskæftiger sig med individets eksistens gennem en konfrontation af livets grundvilkår og store spørgsmål om eksempelvis død, frihed og angst (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 131). Det anser jeg også håb for at være en del af. Eksistentialismen danner grundlag for den eksistentielle psykologi, som fokuserer på de psykiske sider af individets eksistens (Jacobsen, 2009, p. 13).

Individets eksistens og konfrontation med livet

Den eksistentielle psykologi blev udviklet i Europa og USA i tiden før og omkring Anden Verdenskrig. Den tidligste eksistenspsykologi findes hos den danske teolog Søren Kierkegaard (1813-1855) og tyske filosof Friedrich Nietzsche (1844-1900), mens den østrigske læge og psykolog Viktor Frankl (1905-1997) og de schweiziske

psykiatere Ludwig Binswanger (1881-1966) og Medard Boss (1903-1990) videreførte og udviklede den eksistentielle psykologi efter krigen (Katzenelson, n.d.a). Den amerikanske psykolog Rollo May (1909-1994) udbredte den eksistentiel-humanistiske psykologi i USA (Katzenelson, n.d.a).

Omdrejningspunktet i den eksistentielle psykologi er, hvordan individet i hverdagslivet interagerer med livets store spørgsmål og håndterer sin eksistens i mødet med livets grundlæggende vilkår (Jacobsen, 2009, p. 13). Det er her relevant at understrege, ift. specialet, at hverdagslivet er centralt. Problemformuleringen tager udgangspunkt i individets levede liv, hvilket bygger på en forståelse af, at individet bliver kastet ud i tilværelsen, som begrebet fakticitet beskriver i den eksistentielle psykologi. Fakticitet dækker over det, som er givet for individet, når individet bliver kastet ud i eksistensen (Jacobsen, 2011, p. 132). Individet kan ikke nødvendigvis ændre på eller forhindre, at noget er sket, men individet står over for et valg ift., hvordan det forholder sig til livet og modgang (Jacobsen, 2011, p. 132). Kriser er en uundgåelig del af livet, som ikke skal sygeliggøres (Christensen, 2014, p. 161). Individet har selv et ansvar for, hvordan det møder verden ved enten at ignorere eller forholde sig til sin egen eksistens (Jacobsen, 2011, p. 124). I den eksistentielle psykologi bliver individets psyke og psykiske lidelser forstået med udgangspunkt i individets tilværelse og eksistens på godt og ondt (Jacobsen, 2009, p. 21f).

Fænomenologi

Den eksistentielle psykologi bygger på fænomenologien, hvor udgangspunktet er den ureducerede, umiddelbare og oplevelsesmæssige iagttagelse af fænomener (Rønn, 2007, p. 180f). Fænomenologien undersøger fænomenet ud fra dets forskellige fremtrædelsesformer gennem dets 'væren-i-verden' og beskæftiger sig ikke med fænomenet i sig selv løsrevet fra individets oplevelse deraf (Zahavi & Grünbaum, 2011, p. 89f). Det fordrer en reflektiv undersøgelse af de forståelsesstrukturer, som subjektet der undersøger fænomenet har med sig; "ethvert fænomen, enhver genstandsfremtrædelse, er en fremtrædelse af noget for nogen" (Zahavi & Grünbaum, 2011, p. 89f). Det bliver afdækket i afgrænsningen af specialet (jf. 2.2). Ønsket er desuden at forstå menneskelivet indefra (Jacobsen, 2011, p. 123). Specialets formål er ikke et målbart kvantificeret resultat, men derimod en udlægning af psykologiske og filosofiske tekster om håb igennem en fænomenologisk tilgang til forskning.

Emancipatorisk og individualistisk individsyn

Det individsyn, som danner baggrund for specialet, bliver her specificeret for at synliggøre, hvordan det igennem specialet påvirker vurderingen af de udvalgte teorier og deres håbsbegreb. Til eksistentialismen og herunder den eksistentielle psykologi knytter sig et emancipatorisk og individualistisk individsyn, hvor individets levede liv, frihed og frigørelse er centralt (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 137; Henriksen, 2009, p. 157). Individets eksistens er udgangspunktet, og det er igennem individet, at spørgsmål om tilværelsen bliver anskuet (Henriksen, 2009, p. 157). Individet har selv et ansvar for at vælge, hvordan det møder verden, hvilket på forhånd ikke er givet (Henriksen, 2009, p. 155f). Det inaktive liv, hvor individet ikke vælger sine egne livsbetingelser og aktivt tager vare på sit eget liv, bliver anset for at være et fremmedgjort liv. Individets eksistens knytter sig til, at individet går fra en pseudotilværelse til at vælge at træde ind i væren gennem aktivt at reflektere over og tage del i det levede liv (Jacobsen, 2009, 27f).

2.1.2. Humanvidenskabelig psykologi

I den videre specificering af specialets videnskabsideal placeres det inden for de *idiografiske* frem for *nomotetiske* discipliner, som er beskrevet af den tyske filosof Wilhelm Winkelband (1848-1915), da ønsket er at forstå fænomener i deres individualitet og egenart frem for en forklaring og opstilling af generelle lovmæssigheder (Christensen, 2014, p. 32). Specialet har, som nævnt, ikke til formål at give en endegyldig definition af håb og dets betydning for individet, men derimod at skabe en alsidig forståelse af begrebet med afsæt i de udvalgte teorier.

Den praktisk-hermeneutisk erkendelsesinteresse

Specialets genstandsfelt er individets håb og beskæftiger sig derfor med det menneskelige, hvilket er med til at placere specialet inden for humanvidenskaberne og den praktisk-hermeneutiske erkendelsesinteresse. Her er genstandsfeltet individet, dets kultur og erkendelse (Christensen, 2014, pp. 154-156). Den humanvidenskabelige psykologiske tilgang, som den praktisk-hermeneutiske erkendelsesinteresser er tilknyttet, ses inden for eksistentialismen, den eksistentielle psykologi, humanistisk psykologi og psykoanalysen (Walsh, Teo & Baydala, 2014, p. 568), hvilket er med til at bekræfte specialets videnskabsteoretiske placering i den eksistentielle psykologi. De forstående

og fortolkende tilgange, som er inden for den praktisk-hermeneutiske erkendelsesinteresse kan afdække betydningen af et bestemt fænomen (Brinkmann, 2015, p. 69), hvilket er specialets formål; at undersøge 'håb'. Ved den praktisk-hermeneutiske erkendelsesinteresse er metoden ofte hermeneutisk og fænomenologisk, hvor fortolkning af individets subjektive virkelighed frem for den objektive virkelighed bliver undersøgt (Christensen, 2014, p. 156). Den fænomenologiske metode går dermed igen her, som det også blev beskrevet i den eksistentielle psykologi (jf. 2.1.1). Den anvendte metode i specialet består i en analyse og diskussion af teori af Erikson, Snyder og Marcel med det formål at undersøge håb som begreb. Det bliver præciseret i den følgende klargøring af specialets afgrænsning.

2.2. Specialets afgrænsning

I ethvert studie er det nødvendigt at træffe nogle valg, hvilket også er tilfældet her. Valg vedrørende metode, teori og fortolkning i analyse og diskussion. Disse valg tager afsæt i tidligere viden om teori og empiri om emnet samt min egen forforståelse.

Videnskab er en praksis, hvor viden bliver konstrueret, hvilket ikke kan adskilles fra forskerens relation til genstanden, som bliver undersøgt (Hastrup, 1999, if. Sonne-Ragans, 2019, p. 33). Det er også beskrevet tidligere i den fænomenologiske tilgang, som undersøger fænomeneres fremtrædelsesform, og derfor er afhængig af subjektets forståelsesstrukturer (jf. 2.1.1). Jeg er selv en aktiv del af tilblivelsen af specialet, da det er blevet udformet af mig. Det viser sig løbende igennem specialet, hvor jeg bringer mig selv med ind i teksten; eksempelvis 'i min optik' eller 'jeg forstår'. Det står ikke alene, da jeg tager mit udgangspunkt i den eksistentielle psykologi med inddragelse af Eriksons, Snyders og Marcells teorier om håb. Specialet har dermed sine begrænsninger, der bl.a. knytter sig til mine valg og fravalg som forfatter.

Specialets udlægning af håb er bundet til den eksistentielle psykologi samt Eriksons, Snyders og Marcells forståelse af håb og deres bagvedliggende individsyn. En forståelse, som også er bundet til den tid og det sted, hvor teorierne blev udviklet. Det betyder ikke, at teorierne er irrelevante i dag, men det nødvendiggør en gennemsigtighed vedrørende de tre teoretikers teorier og individsyn. Det betyder endvidere, at specialet er begrænset til at beskrive håb i en vestlig sammenhæng.

2.2.1. Det teoretiske psykologiske speciale

Det følgende giver en klargøring af, hvad det betyder, at specialet er teoretisk med afsæt i psykologien.

Et teoretisk speciale

Specialet er begrænset til at være en teoretisk og ikke en empirisk undersøgelse af genstandsfeltet. Det er en undersøgelse af håb på baggrund af de tre udvalgte teorier om begrebet. Specialet bygger på en teoretisk erkendelsesinteresse, hvor teoretiske refleksioner over genstandsfeltet kvalificeres gennem metateoretiske refleksioner over specialets analytiske objekter (Sonne-Ragans, 2019, p. 142f). Det kommer bl.a. til udtryk ved, at der igennem specialet vil være metateoretiske refleksioner over de tre teoretiske perspektiver af Erikson, Snyder og Marcel og deres bidrag til genstandsfeltet. I modsætning til den empiriske erkendelsesinteresse er målet ikke at omsætte genstandsfeltet til en empirisk sammenhæng gennem en evt. operationalisering af håb, men derimod en teoretisk undersøgelse af håbets betydning for individet.

Et psykologisk speciale

Specialet er afgrænset til at undersøge håb psykologisk set. Psykologien beskæftiger sig ofte med ikke-iagttagelige størrelser, da det er vanskeligt at observere eksempelvis 'psyken' eller 'bevidstheden' på anden måde end gennem effekten af det (Christensen, 2014, p. 96). I tråd hermed er det ikke muligt direkte at iagttage 'håb' som en fysisk genstand, men håb kan blive beskrevet gennem den betydning, som håb har for individet i det levede liv. Som nævnt beskæftiger fænomenologien sig med at undersøge fænomener i deres forskellige fremtrædelsesformer (jf. 2.1.1). Fænomenologien muliggør en undersøgelse af håb, hvor håb kan blive beskrevet ud fra, hvordan det træder frem for iagttagerne; de tre teoretikere. Det bygger på den antagelse, at 'håb' eksisterer og kan erfares.

Afgrænsningen til at undersøge håb psykologisk set betyder, at jeg igennem specialet beskæftiger mig med den del af Eriksons, Snyders og Marcells teorier, som er relevante for at besvare problemformuleringen. Det har medført et til- og fravalg af kilder, hvor mit ønske har været at anvende den tilgængelige primærlitteratur fra de tre teoretikere, som direkte beskæftiger sig med håb. I afsnit 2.3 'Håbets psykologi og filosofi' giver jeg en klargøring af, hvordan psykologiske såvel som filosofiske

tekster kan bidrage i en besvarelse af problemformuleringen, hvilket indeholder en anskueliggørelse af teoretikernes tilgange til at forstå håb.

Specialet giver et nuanceret indblik i begrebet håb. Det skaber en mulighed for at være fagligt bevidst om håbets betydning i eksempelvis det psykologiske arbejde. Det er med dette in mente, at jeg, som skrevet i indledningen, uddanner mig til psykolog, da jeg tror på, at håb både hos psykologen og klienten repræsenterer en mulighed for at skabe en positiv forandring hos individet, da ”Vi håber og handler på den betingelse, at verdens muligheder endnu ikke er helt afgjorte, men stadig står åbne” (Nygaard, 2014, p. 60). Jeg vil på baggrund af ovenstående argumentere for, at det teoretiske speciale giver et fagligt fundament at stå på i det psykologiske arbejde og kan inspirere til videre forskning.

2.2.2. Specialets empiriske og analytiske objekter

For at tydeliggøre arbejdet med specialets genstandsfelt er her en skelnen mellem specialets empiriske og analytiske objekter (Sonne-Ragans, 2019, p. 32f). Det empiriske objekt henviser til definitionen af en genstand, og er i specialet specificeret i begrebet håb. Eriksons, Snyders og Marcells teorier om håb bliver beskrevet, som specialets analytiske objekter.

Specialets empiriske objekt

Det empiriske objekt er det udvalgte udsnit af verden, som bliver undersøgt (Sonne-Ragans, 2019, p. 33). Det empiriske objekt såvel som det analytiske objekt er en del af en større virkelighed, hvilket nødvendiggør metateoretiske refleksioner over objekternes kontekster (Rønn, 2011, if. Sonne-Ragans, 2019, p. 32). I nærværende speciale er det empiriske objekt begrebet håb. Den kontekst, som håb er taget ud fra, kan forklares vha. den eksistentielle psykologis beskæftigelse med individets eksistens i mødet med livets store spørgsmål og grundvilkår (jf. 2.1.1). Det betyder, at der løbende er kritiske refleksioner over de tre udvalgte teoretikers forståelse af håb.

Ny viden afhænger af, at det empiriske objekt bliver begrebsliggjort, udpeget og tillagt betydning (Sonne-Ragans, 2019, p. 35). Det er i den forbindelse vigtigt at klargøre, at ”*Det empiriske objekt anskues gennem det analytiske objekt*” (Sonne-Ragans, 2019, p. 32). Forståelsen af det empiriske objekt bliver dermed formet af det analytiske objekt, som føjer viden til det empiriske objekt (Hastrup, 2003, if. Sonne-

Ragans, 2019, p. 34), hvor det analytiske objekt er formet af sit afsæt i et særligt verdenssyn. Det er på den baggrund, at jeg i de to følgende afsnit klargør specialets analytiske objekter og herunder mit teorivalg og deres bagvedliggende individsyn, da det har betydning for, hvordan det empiriske objekt (håb) bliver forstået.

Specialets analytiske objekter

Jeg har udvalgt tre analytiske objekter, i form af tre teoretikeres forståelse af begrebet håb. De udvalgte teoretikere er, som tidligere nævnt: Erikson, Snyder og Marcel. Disse indgår i en analyse og diskussion af, hvad håb er i et teoretisk psykologisk perspektiv på individets levede liv. Jeg vil her klargøre mit valg af teoretikere.

Begrebet 'håb' var oprindeligt et teologisk anliggende, hvorefter filosofien og senere andre videnskabelige retninger, herunder psykologien, har beskæftiget sig med det (Eliott, 2005, p. 3). Det betyder, at adskillige teorier kunne blive inddraget i specialet. Jeg vil her gøre rede for mit valg af teoretikere, hvor jeg bl.a. anvendte psykolog Jaklin Eliotts (2005, pp. 3-45) analyse af håb, som er foretaget på baggrund af hendes studie af, hvordan forskning i håb har udviklet sig med udgangspunkt i artikelsøgning på de tre databaser: PubMed, PsychINFO og Philosopher's Index. I udvælgelsen af teori til specialet blev jeg også inspireret af cand.mag. i samfundsfag og filosofi Vibeke Graven og lektor i social psykologi Jan Brønderslev Olsens (2018) *Hvor der er håb – Fra teori til sundhedsfaglig praksis*, hvori de giver et indblik i udvalgte teorier om håb fra filosofi, psykologi og samfundsvidenskab med fokus på den sundhedsfaglig betydning af håb. Jeg blev igennem disse kilder nysgerrig på, hvilken psykologisk betydning håb har for individet og fik et bredt kendskab til teoretikere, som beskæftiger sig med håb, deriblandt psykologiske og filosofiske teorier; de tre, som jeg har udvalgt, samt eksempelvis teori af den danske teolog og filosof Knud Ejler Løgstrup (1905-1981), den østrigske psykolog og læge Viktor Frankl (1905-1997) samt den norske filosof Nina Karin Monsen (f. 1943).

Jeg blev i min indledende forundersøgelse bekendt med bl.a. Eriksons opfattelse af håb som en dyd, hvor jeg blev inspireret af Eriksons psykoanalytiske og udviklingspsykologiske tilgang til håb. Jeg har igennem studiet og min praktik særligt beskæftiget mig med en psykoanalytisk/psykodynamisk tilgang til terapi, hvorfor jeg gerne ville undersøge, hvordan denne retning kan bidrage til at forstå håb. Som det fremgår af indledning, fandt jeg også inspiration i den positiv psykologis fokus på individets trivsel frem for patologi. Det betød, at jeg blev vidende om Snyders håbsteori.

Teorien bidrager med en definition og operationalisering af håb fra et psykologisk kognitivt udgangspunkt, hvilket bl.a. blev afgørende for, at teorien er med i specialet. Snyders håbsteori adskiller sig dermed fra Eriksons håbsforståelse, hvilket gjorde, at jeg ønskede at undersøge, hvordan forskellighederne mellem en psykoanalytisk og en kognitiv tilgang kan bidrage i en psykologisk beskrivelse af håb.

Håb som begreb kan anskues på mange måder, hvor den eksistentielle psykologi giver mulighed for at inddrage psykologiske og filosofiske tekster. Det blev afgørende i specialets udformning, hvor Marcells håbsfilosofi bl.a. gik igen hos Eliott (2005) samt Graven & Olsen (2018). Marcells håbsfilosofi giver en anden indgangsvinkel til at anskue håb, som for mig at se opererer i spændingsfeltet mellem psykologien og filosofien. Jeg vil i afsnit 2.3 'Håbets psykologi og filosofi' give en uddybende argumentation for, hvordan de tre teoretikere hver især bidrager til at besvare problemformuleringen, hvilket har haft betydning for, at de er udvalgt. Jeg vil i det følgende kort gøre rede for teoretikernes individsyn, da forståelsen af det empiriske objekt 'håb', som nævnt, bliver formet af de analytiske objekter og deres bagvedliggende antagelser.

Teoretikernes individsyn

Indvidsyn indeholder de grundlæggende forestillinger om at være et individ, og indbefatter en forklaring på individets væsen og knyttes til værdinormer (Hammerlin & Larsen, 1999, pp. 17-19). Det eksistentialistiske individsyn, som er beskrevet tidligere, danner det videnskabsteoretiske grundlag for specialet, og kommer til udtryk i teorien af Marcel (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 131; jf. 2.1.1). Jeg vil i dette afsnit kort klargøre, hvilket individsyn Erikson og Snyder bygger deres teorier på for at gennemskueliggøre nogle af de antagelser, som er definerende for deres teorier. Det er relevant, da det kan være med til at forklare, hvorfor teoretikerne vægter nogle aspekter frem for andre i deres opfattelse af håb (Sonne-Ragans, 2019, p. 32).

Eriksons individsyn er knyttet til psykoanalysen og er kort beskrevet universalistisk, hvor individets udvikling bliver anset for at være psykosocial og stadiebestemt (Christensen, 2014, p. 71; Hammerlin & Larsen, 1999, p. 118). Snyders håbsteori er derimod knyttet til den positive psykologis fokus på individets trivsel og præstation samt den kognitiv psykologis individualistiske og subjektiv idealistiske individsyn med kognition som drivkraften for forandring (Dammeyer, 2014, pp. 369+381; Hammerlin & Larsen, 1999, pp. 123-125).

De teorier, som bliver analyseret i specialet, tager derfor udgangspunkt i forskellige individsyn. Betydningen heraf vil blive inddraget i analysen og diskussionen, hvilket medfører kritiske refleksioner over, hvorvidt eksempelvis forskelle imellem teoriene er udtryk for forskellige aspekter ved håb, samt i hvilket omfang divergerende individsyn har betydning for disse forskellene. Det leder videre til næste afsnit, som er en uddybning af teoretikernes tilgange til at forstå håb og en klargøring af, hvordan psykologiske såvel som filosofiske tekster kan bidrage til at svare på 'Hvad er håb psykologisk set, og hvilken betydning har håb for individets levede liv?'.

2.3. Håbets psykologi og filosofi

Det følgende er en klargøring og argumentation for, hvordan både psykologiske og filosofiske tekster bidrager i besvarelsen af problemformuleringen. Erikson, Snyder og Marcel har hver deres forståelse af, hvad håb er, og hvilken betydning det har for individet i det levede liv. Det betyder, at det er nødvendigt at være kritisk over for de antagelser, som de tre teorier bygger på. Det følgende indeholder en anskueliggørelse af, hvilken baggrund de tre teoretikere har for at beskæftige sig med håb, og hvad det betyder for deres teorier.

2.3.1. Det psykologiske og filosofiske bidrag til håb

Erikson, Snyder og Marcel har, som tidligere beskrevet, forskellige tilgange til at beskrive håb. De to førstnævnte er psykologer, hvor Erikson tager udgangspunkt i den kliniske praksis, mens Snyder går empirisk til værks. Marcel er derimod filosof og har et erfaringsbaseret udgangspunkt i sin fortolkning af håb. Betydningen af teoretikernes tilgange til at forstå håb og deres bagvedliggende individsyn bliver udfoldet herunder, hvor jeg først med udgangspunkt i den eksistentielle psykologi argumenterer for psykologiens og filosofiens plads i specialet.

Den eksistentielle psykologi

Specialets videnskabsteoretisk afsæt er den eksistentielle psykologi, som bygger på tre eksistentielle discipliner; filosofi, psykologi og terapi, hvor "Psykologien er den samling af viden, der leder en fra filosofien til terapien og de andre anvendelser" (Jacobsen, 2009, p. 13). Psykologiens genstandsfelt er psyken beskrevet fra forskellige vinkler

(Christensen, 2014, p. 13f). Jeg vil argumentere for, at psykologiske teorier kan bidrage til at besvare problemformuleringen, hvorfor teori af psykologerne Erikson og Snyder er inddraget.

Den eksistentielle psykologi bygger på den eksistentielle filosofi, som antager, at individet er tvunget til at reflektere over sin egen tilværelse, hvilket giver individet en mulighed for at udvikle sig og ”leve åbent og frit på en mere rodfæstet og virkelig måde” (Jacobsen, 2009, p. 28). Filosofien bidrager med et fokus på refleksion og en undersøgelse af, hvordan det enkelte individ kan træde ind i sin eksistens og leve et autentisk liv i konfrontation med livets grundvilkår. Filosofien bidrager med at åbne op for overvejelser om håb uden nødvendigvis at komme med svar.

Specialets afsæt i den eksistentialistiske psykologi åbner op for at inddrage filosofiske teorier i det psykologiske arbejde (Jacobsen, 2011, p. 124). Jeg vælger at inddrage teori af Marcel, da hans filosofiske overvejelser om håb bl.a. bidrager til at udfordre Eriksons og Snyders opfattelser af håb og deres bagvedliggende antagelser. Marcells beskrivelse af håb medvirker til en kritisk diskussion af, hvordan Erikson og Snyder opfatter håb samt bidrage med en selvstændig psykologisk forståelse af, hvad håb er, hvilket bliver uddybet senere (jf. 5.3.1).

To psykologiske tilgange – Et empirisk og klinisk bidrag til håb

Ovenstående er en argumentation for, hvordan psykologiske og filosofiske tekster om håb kan bidrage til at besvare specialets problemformulering. I dette afsnit tager jeg udgangspunkt i, hvordan psykologerne Erikson og Snyder på hver deres måde medvirker til en psykologisk beskrivelse af håb. Erikson (1964/1984, p. 100) argumenterer for, at der er forskel på, hvordan det empiriske og kliniske arbejde kan bidrage til udvikling af teorier, hvilket det følgende vil eksemplificere og klargøre betydning af.

Snyder (2002, p. 255) har en empirisk tilgang til håb. Snyders (2002, p. 249) forskning flyttede fokus fra individets fejlslag til individets håbstænkning. Dette skifte, hvor fokus er på at forstå og øge viden om individets psykologiske og fysiske velbefindende, betød, at Snyder tilsluttede sig den positive psykologi. Det bliver bl.a. tydeligt, da han tager afstand fra en negativ og diffus opfattelse af håb, og anser sin teori for at være et modsvar derpå, da håb i håbsteorien går fra at være et vagt begreb til at blive defineret og operationaliseret (Snyder, 2000b, p. 9). Snyder (2002, p. 255) argumenterer for, at en teori ikke blot skal åbne op for forståelsen af et begreb, men at en operationalisering er næste skridt efter udviklingen af en psykologisk teori. Han

antager, at håbsteorien dermed går fra at være teori til at blive valideret og anvendelig i praksis. Snyder har, som beskrevet, en empirisk tilgang til at forstå og beskrive håb, hvorimod Erikson går klinisk til værks.

Erikson er den af de tre teoretikere, som beskæftiger sig direkte med den psykologiske praksis. Det kan lede til den konklusion, at hans teori er lettest at omsætte i det psykologiske arbejde også uden en egentlig operationalisering, som den Snyder har lavet. Erikson (1964/1984, p. 100f) mener i modsætning til Snyder, at en operationalisering og dertil empirisk indsamling af data ikke er nødvendig for at bevise en teoris gyldighed. Erikson (1964/1984, p. 100f) understreger, at han som kliniker har den fordel, at han arbejder med det hele individ og ikke er begrænset til at beskæftige sig med de individer, som er raske nok til at deltage inden for en undersøgelses fastsatte rammer, hvilket ville resultere i et begrænset empirisk udsnit af individets liv. Klinikeren må, ifølge Erikson (1964/1984), derimod "have teorier og metoder, som tilbyder patienten en hel verden at være hel i" (p. 101).

Som tidligere nævnt adskiller Erikson og Snyder sig yderligere ved, at Erikson har et psykosocialt og stadiebestemt individsyn, mens Snyder tager udgangspunkt i individets kognition (jf. 2.2.2). Det er dermed ikke kun deres kliniske eller empiriske tilgang, der er bestemmende for deres teorier om håb, men også deres bagvedliggende individsyn. Eriksons og Snyders bidrag til en psykologisk forståelse af håb er forskellige, og er bl.a. bestemt af en klinisk og empirisk tilgang til forskning, samt deres afsæt i hhv. psykoanalysen samt den kognitive og positive psykologi. Dermed bidrager Erikson og Snyder med to forskellige vinkler på håb og individets psyke, mens Marcel udfordrer nogle af de grundantagelser, som Erikson og Snyder bygger deres teorier på.

Filosofiens bidrag til håb

Marcel er filosof og ikke psykolog, det afgørende spørgsmål er derfor, om Marcells udlægning af håb bidrager til at svare på problemformulering. Det er særligt relevant, da Marcel (1951, p. 36) afviser en psykologisk forklaring på håb, hvis håb bliver opfattet, som en psykologiske kapacitet individet kan besidde, som beskrevet af Erikson. Marcel (1951, p. 46) mener derimod, at håb er transcendent. Jeg vil igennem specialet uddybe, at Marcel på trods af sin afvisning af en psykologisk forklaring på håb bidrager med refleksioner, som kan bidrage til en psykologisk forståelse af håb.

Marcel's udgangspunkt er erfaringsbaseret, hvilket bl.a. udspringer af, at han i Første Verdenskrig blev afvist til at kæmpe af helbredsmæssige årsager, og i stedet arbejdede for Røde Kors (Graven & Olsen, 2018, p. 71). Hans erfaringer med krigens rædsler vakte bl.a. en oplevelse af uretfærdighed, hvilket blev grundlaget for hans eksistentielle filosofi, og har formet hans tænkning om eksempelvis håb og frihed (Graven & Olsen, 2018, p. 71). Marcel's udgangspunkt er erfaringsbaseret og adskiller sig fra de øvrige teoretikere, da hans filosofi ikke udspringer fra den empiriske forskning eller kliniske praksis. Det kommer også til udtryk ved, at han afviser en egentlig definition af håb. Marcel's filosofiske tilgang til håb betyder bl.a., at han ikke har til formål at lave en endegyldig fremstilling af, hvad håb er, da "filosofien aldrig falder til ro ved et svar" (Olesen, 2016, p. 1). Det skyldes, at filosofi som videnskab åbner op for overvejelser om virkeligheden og begreber såsom håb. Marcel's udforskning af håb har derfor ikke til formål at ende ud i en egentlig definition eller operationalisering, men bidrager med at udfolde et begreb, som kan være vanskeligt at forstå. Det er i tråd med specialets afsæt i den eksistentielle psykologi.

Kapitel 2 har indeholdt en klargøring af specialets videnskabsteoretiske forståelsesbaggrund i den eksistentielle psykologi samt den praktisk-hermeneutiske erkendelsesinteresse. Det var efterfulgt af en afgrænsning af det teoretiske psykologiske speciale, hvilket har ledt til en indføring i specialets empiriske objekt (håb) og udvælgelsen af de tre analytiske objekter (Erikson, Snyder og Marcel). Sidste del indeholdt en klargøring af, hvordan psykologien og filosofien bidrager i besvarelsen af problemformuleringen. I det følgende kapitel præsenteres teorierne af Erikson, Snyder og Marcel.

3. Teori

Det følgende kapitel indeholder en afgrænset beskrivelse af specialets analytiske objekter; de tre udvalgte teoretikers teorier om håb. Den første del bygger på Eriksons forståelse af identitetens udvikling gennem psykosociale kriser. Det er herigennem, at individet tilegner sig håb som en dyd. Anden del er en præsentation af Snyders håbsteori, hvor håb ikke kan adskilles fra de mentale veje, som individet skaber for at opnå mål. Den tredje og afsluttende del indeholder Marcells filosofiske beskrivelse af håb, som sjælens livgivende åndedræt. De tre teoretikere giver et forskelligartet indblik i begrebet håb, hvilket leder videre til en analyse og diskussion af, hvad håb er psykologisk set, og hvilken betydning håb har for individet i det levede liv.

3.1. Udviklingspsykologi af Erik H. Erikson

Den tysk/dansk/amerikanske psykoanalytiker og udviklingspsykolog Erik Homburger Erikson (1902-1994) er kendt for sin teori om identitets stadiebestemt udvikling gennem livet. Erikson har ikke udviklet en håbsteori, den er snarere en afledning af første stadium i hans udviklingsteori (Graven & Olsen, 2018, p. 19). På trods af dette, mener jeg, at Erikson bidrager med viden om, hvordan håb opstår, og hvilken betydning det har for det enkelte individ. Det følgende tager sit primære udgangspunkt i kilder skrevet af Erikson (1964/1984, 1968/1990, 1968/1997 og 1982/1984).

3.1.1. Identitetens udvikling

I 1950'erne introducerede Erikson identitetsbegrebet til psykologien og de sociale videnskaber (Fink, 1991, p. 207, if. Graven & Olsen, 2018, p. 19). For at forstå Eriksons håbsbegreb er der først en introduktion til hans teori om identitetens udvikling med fokus på individets håb.

Eriksons psykosociale kriser og dyder

Erikson (1968/1990, pp. 254-259) har udviklet et epigentisk diagram, som repræsenterer en normative rækkefølge af individets psykosociale udvikling gennem otte stadier som hver indeholder en konflikt, der resulterer i en dyd. Se næste side.

Eriksons epigenetiske diagram over individets socialpsykologisk udvikling

Barndom:

- Grundlæggende tillid versus grundlæggende mistillid: Håb
- Autonomi versus skam og tvivl: Vilje
- Initiativ versus skyld: Målbevidsthed
- Driftighed versus mindreværd: Kompetence

Ungdom:

- Identitet versus identitetsforvirring: Troskab

Voksenliv:

- Intimitet versus isolation: Kærlighed
- Generativitet versus stagnation: Omsorg
- Integritet versus fortvivlelse: Visdom

Tabel 1: Et epigenetiske diagram.

Kilde: Erikson, 1968/1990, pp. 254-259; Erikson, 1982/1983, p. 54f.

Som nævnt antager Erikson (1982/1983, p. 52), at hvert stadium i udviklingen indeholder en konflikt. Eksempelvis er den første konflikt mellem den syntone tendens 'grundlæggende tillid' og den dystone tendens 'grundlæggende mistillid'. Individets udvikling resulterer i en balance snarere end et enten-eller mellem disse tendenser, som resulterer i en ny egenskab hos jeg'et (Erikson, 1968/1990, pp. 254+259). Erikson (1968/1990, p. 233f) definerer dette, som *dyder*, der beskriver menneskelige styrke-kvaliteter, hvor håb er den oprindelige dyd knyttet til første stadium. En dyd udgør en jeg-styrke og sikrer individets psykosociale overlevelse, når de bliver udviklet og videregivet til kommende generationer (Erikson, 1964/1984, p. 83f).

Erikson (1964/1984, p. 84) antager, at dyderne forudsætter hinanden. I barndommen udvikler individet håb, vilje, målbevidsthed og kompetence, mens individet udvikler troskab i ungdommen og kærlighed, omsorg og visdom er voksenlivets dyder. Fravær af dyderne er en svaghed, som kommer til udtryk gennem uorden, misfunktion, opløsning og anomi (Erikson, 1964/1984, p. 103).

Krisernes betydning for individets udvikling

Individets psykosociale udvikling forudsætter, ifølge Erikson (1968/1990, p. 254f), at individet ønsker at udvikle sig i mødet med omgivelserne samt, at samfundet fremmer

og giver mulighed for denne udvikling. Selve den psykosociale udvikling er konstant og foregår, som en konsekvens af kriserne (Erikson, 1968/1990, p. 255).

Erikson (1968/1997) fremhæver, at han ikke forstår krise, som en truende katastrofe, men ”et nødvendigt vendepunkt, et afgørende øjeblik, da udviklingen måtte gå enten i den ene eller i den anden retning med udnyttelsen af de eksisterende ressourcer til vækst, healing og yderligere differentiering” (p. 14). Denne progression forudsætter, ifølge Erikson (1968/1990, pp. 255-257), at konflikterne på de forrige stadier er løst, mens selve udviklingen kan variere i tempo og intensitet. Erikson (1982/1983, p. 56) understreger gentagende gange, at individets udvikling ikke stopper, men fortsætter igennem hele livet. Modningen af de enkelte dyder vil ske i takt med, at individet gennemlever de psykosociale kriser og bidrager gensidigt til hinanden og denne udvikling (Erikson, 1982/1983, p. 56)).

3.1.2. Tillid – Håbets fødsel

”Håb er både den tidligste og den mest uundværlige dyd, og den er uløseligt forbundet med den tilstand at være levende” (Erikson, 1964/1984, p. 84). Erikson beskriver heri håbets betydning for individets levede liv. Han knytter håb til selve det at leve, ikke udelukkende i en biologiske betydning, men håb bliver knyttet til individets levede liv, hvor håbets fravær betyder et livløst liv (Erikson, if. Elliott, 2013, p. 629).

Gensidighed

”Den spædes smil fylder den voksne med håb og ved at få den voksne til at smile får det ham til at ønske at give håb” (Erikson, 1964/1984, p. 85). I dette citat ses en vekselvirkning mellem barnets tillid til omverden og håbets oprindelse. Denne gensidighed i udviklingen af grundlæggende tillid over for mistillid, er, ifølge Erikson (1964/1984, p. 173), den oprindelige kilde til håb. Tillid og håb finder sin begyndelse i spædbarnealderen og er igennem livet gensidigt givende.

Erikson (1982/1983) anser håb for at være et medfødt instinkt, et ”afventende ønske” (p. 56), der instinktivt bliver udviklet i samspillet mellem omsorgsperson og barn. Det er denne tidlige gensidighed, som er grundlæggende for udviklingen af barnets morale, ideolog, etik og ageren, samt ruster barnet til at gå verdens kompleksitet i møde (Erikson, 1964/1984, p. 172f). Eriksons forståelse af identitetsdannelsen som et individuelt og et socialt foretagende, som ikke kan skilles ad, men gensidigt

påvirker hinanden (Graven & Olsen, 2018, p. 20). I forlængelse heraf påpeger Erikson (1968/1990, p. 233), at kvaliteten af forholdet til omsorgspersonen er afgørende for, hvordan barnet løser den første konflikt, da omsorgspersonen skal hjælpe barnet til at skabe holdbare mønstre, som kan fungere som løsninger på konflikten og dermed udvikle dyden 'håb'.

Håbets konsolidering og overlevelseskraft

Erikson (1964/1984, p. 83f) antager, at håb bygger på individets erfaring og er en videreudvikling af den grundlæggende tillid fra det første stadium i individets udvikling. Erikson (1964/1984) formulerer med forsigtighed håb: *"Håb er den varige antagelse af opnåeligheden af noget man brændende ønsker, på trods af de mørke drifter og lidenskaber som markerer tilværelsens begyndelse"* (p. 86). Håb synes at række ind i og ud over livet 'på trods'. Erikson (1964/1984) beskriver, hvordan håb konsolideres op igennem barnets udvikling, hvor det etablerede håb bliver en grundkvalitet ved erfaringen, som er "uafhængigt af de forskellige »enkelthåbs« mulighed for bekræftelse" (p. 85f). Mistillid kan vokse i mødet med livets udfordringer, men det etablerede håb besidder en evolutionistiske overlevelseskraft, som gør, at det kan overleve på trods af kriser og katastrofer, som Erikson (1964/1984) selv beskriver det: "hvis livet skal være udholdeligt må håbet blive tilbage, selv hvis tilliden bliver skrammet og tiltroen svækket" (p. 84). Håb er dermed ikke kun reaktivt over for livets foranderlighed, men et modent håb "viser sig at være i stand til at ændre kendsgerningerne på samme måde som troen siges at flytte bjerge" (Erikson, 1964/1984, p. 86). Håb er en overlevelsesmekanisme på linje med dyrelivets instinkter, som, ifølge Erikson (1964/1984, p. 86) besidder en dobbelthed, da den hjælper individet til psykisk at tilpasse sig livet samt kan anspore individet til at ændre på sine livsvilkår. Erikson (1982/1983) anser endvidere håb for at være "den mest fundamentale kvalitet af »jeg«-hed, uden hvilken livet ikke kunne begynde eller meningsfyldt slutte" (p. 59). Håb er dermed afgørende for barnets første spæde udvikling og alderdommens afslutning på det levede liv, hvor håb bliver modnet til tro, da håb er med til at slutte individets livscyklus; livsringen (Erikson, 1982/1983, p. 59f). Tro er dermed et fuldt modnet håb hos individet, hvilket udbygges i diskussionen (jf. 5.1.2).

3.1.3. Kritisk refleksion over Eriksons håbsbegreb

I det følgende er kritiske refleksion over Eriksons empiriske grundlag samt hans teori om identitetens udvikling.

Uigennemsigtigt empirisk fundament

”De fleste af os har vore rødder ... i den eksperimentelle eller den kliniske metode ... jeg tilhører en anden slags, klinikerne” (Erikson, 1964/1984, p. 100f). Med denne udtalelse foregriber Erikson (1964/1984, p. 101) kritikken af, at hans teori beror på kliniske iagttagelser uden kvantificerede eller statistiske analyser (Ewen, 2010, p. 174). Erikson (1964/1984, p. 101) understreger, som nævnt, at han som kliniker har den fordel, at han arbejder med det hele individ og ikke er begrænset til at beskæftige sig med de individer, som er raske nok til at deltage inden for en undersøgelses fastsatte rammer, som vil resultere i et begrænset empirisk udsnit (jf. 2.3.1). Han skriver: ”klinikeren må have teorier og metoder, som tilbyder patienten en hel verden at være hel i” (Erikson, 1964/1984, p. 101). For Erikson er den kliniske metode ikke svagere end den eksperimentelle metode, men en styrke, da den muliggør en inddragelse af det hele individ. En indvending hertil kan være, at Erikson opstiller generelle lovmæssigheder i det epigenetiske diagram ved at lave en universalistisk fremstilling af individets psykosociale udvikling uden at anvende metoder, som sikrer, at teorien eksempelvis er repræsentativ. Det kan virke tvetydigt, da Erikson argumenterer for, at han ønsker at forstå individet i sin egenart, hvilket knytter sig til et idiografisk og ikke et nomotetisk vidensskabssyn, hvor det er sidstnævnte, som har til formål at opstille generelle lovmæssigheder, som Eriksons stadieteori er et eksempel på (jf. 3.1.1).

Erikson (1964/1984) har ikke operationaliseret sine teorier og skriver selv: ”Hvis vi tilskriver det sunde barn rudimenterne af *håb*, vil det faktisk være svært at specificere kriterierne for denne tilstand og endnu sværere at måle den” (p. 84). Den manglende operationalisering vanskeliggør en egentlig empirisk undersøgelse af teoriernes validitet, hvilket heller ikke er Eriksons hensigt. Det er dog muligt at argumentere for, at andre har operationaliseret elementer af hans teori, da forskning i f.eks. tilknytning hos den engelske læge og psykoanalytiker John Bowlby (1907-1990) har paralleller til Eriksons udviklingsteori med udgangspunkt i bl.a. betydningen af barnets trygge tilknytning til sin omsorgsperson (Brandell, 2010, p. 149f).

Ift. Eriksons egen teori er det muligt at indvende, at han er utydelig i præcist, hvad han bygger sine teorier på, da han ikke direkte giver empirisk dokumentation eller argumentation (Graven & Olsen, 2018, p. 32). Det betyder, at det er uvist i hans tekster, om der ligger eksempelvis almene iagttagelser, kliniske eller antropologiske erfaringer til grund for hans teorier. Det er derfor vanskeligt at lave en kritisk analyse af det fundament, som Erikson bygger sin teori på.

Teoriens universalitet

Eriksons teori om individets psykosociale udvikling og herunder håb bliver kritiseret for, at den gode udvikling og det gode liv bliver lig med et amerikansk middelklasse-ideal (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 116). Det betyder bl.a., at teorien tager udgangspunkt i en individualistisk kultur. Kritikken lyder på, at individers personlighed vil være for forskellig til, at det er alment gyldigt (Ewen, 2010, p. 174; Graven & Olsen, 2018, p. 31; Hammerlin & Larsen, 1999, p. 226). Denne kritik bygger bl.a. på en formodning om, at håb betyder noget andet i andre kulturer. Erikson tydeliggør ikke, om der er kulturelle forskelle på, hvordan individet udvikler sit håb. Det er muligt at argumentere for, at specialet tager afsæt i den eksistentielle psykologi, som også har et individualistisk og universalistisk individsyn. Det betyder bl.a., at specialet er afgrænset fra at undersøge, om håb er kulturelt afhængigt og tager udgangspunkt i teorier om håb i vestlige samfund. Det er derfor muligt at stille sig kritisk overfor, hvad håb har af varierende betydning i kollektivistiske kulturer. Til denne kritik er det muligt at indvende, at Erikson har et psykosocialt individsyn (Christensen, 2014, p. 71). Det betyder, at på trods af, at Eriksons beskrivelse af håbets udvikling hos individet tager udgangspunkt i den amerikanske kultur, som er kendetegnet ved at være individualistisk, så antager han stadig, at interpersonelle forhold er afgørende i individets udvikling af håb. Erikson (1964/1984, p. 173) argumenterer for, at udviklingen af håb forudsætter et gensidigt samspil mellem barn og omsorgsperson, dog antager han samtidig, at håb er iboende det enkelte individ. Erikson (1964/1984, p. 173) understreger dermed betydningen af interpersonelle forhold i udviklingen af individets håb, men han beskriver ikke, hvordan der evt. er kulturelle forskelle.

Eriksons (1968/1990, pp. 254-259; 1982/1983, p. 54f) teori om individets udvikling gennem otte epigenetiske stadier bliver endvidere kritiseret for den bundne rækkefølge af de otte stadier i det epigenetiske diagram over individets psykosociale udvikling samt for at være simplificeret og mangelfuld i sin beskrivelse af

individets løsning af de psykosociale konflikter på nogle af de sidste stadier (Ewen, 2010, p. 174; Graven & Olsen, 2018, p. 31). Det har bl.a. betydning for, hvordan individets håb bliver modnet til tro, hvilket bliver diskuteret i diskussionen (jf. 5.1.2). Denne stadietænkning afviger fra specialets afsæt i den eksistentielle psykologi, som antager, at individet udvikler sig på godt og ondt igennem hele livet (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 118). Eriksons opfattelse af håb, som er grundlagt i barndommen, divergerer dermed fra den eksistentielles psykologis opfattelse af, at individet har en frihed til at vælge sit liv nu og her i konfrontation med livets eksistentielle grundvilkår.

Teoriens første del har givet et indblik i Eriksons beskrivelse af håb og betydningen for individets levede liv. Det er afsluttet med kritiske refleksioner heraf, hvilket vil blive uddybet i specialets analyse og diskussion. Herefter følger teoridelens anden del med en udlægning af Snyders håbsbegreb.

3.2. Håbsteori af Charles R. Snyder

Den amerikanske psykolog Charles Richard Snyder (1944-2006) præsenterede i starten af 1990'erne en teori, hvor håb blev defineret og operationaliseret. I det følgende vil jeg primært referere til Snyders egne artikler og værker om hans håbsteori. Først med en kort redegørelse af håbsteoriens oprindelse og forankring i positiv psykologi.

3.2.1. Håbsteoriens oprindelse

Håbsteorien er opstået i forlængelse af Snyders (2002, p. 249) og hans kollegaers forskning af, hvordan informanter ikke kun lagde afstand til deres fejl eller mangler gennem undskyldninger og (bort)forklaringer, men også var motiveret af at ville opnå positive mål (Snyder, 2000b, p. 6). Snyder (2002, p. 249) anså derfor håb for at være bortforklaringen og undskyldningernes modstykke. Det førte til, at han undersøgte motivation og kognition, som mulige veje for individets stræben efter at indfri ønskede mål. Det er på den baggrund, at Snyder (2002, p. 249) udviklede sin håbsteori.

Positiv psykologi

”Hope theory as a lens for seeing the strengths in people” (Snyder, Rand & Sigmon, 2005, p. 268), sådan beskriver Snyder et af formålene med sin håbsteori, hvilket er i

tråd med positiv psykologi. Snyder er sammen med de amerikanske psykologer Martin Seligman (f. 1942) og Christopher Peterson (1950-2012) en af ophavsmændene til positiv psykologi (Olsen, 2011, p. 226). Håbsteorien er udviklet før fremkomsten af positiv psykologi, men tilslutter sig efterfølgende (Graven & Olsen, 2018, p. 53). Det sker bl.a. ud fra en argumentation for, at håbsteorien har fokus på at forstå og øge viden om individets psykologiske og fysiske velbefindende (Snyder et al., 2005, p. 261).

3.2.2. Håbets definition

Snyder (2002) definerer håb: *”Hope is defined as the perceived capability to derive pathways to desired goals, and motivate oneself via agency thinking to use those pathways”* (p. 249). Håb består, ifølge Snyder (2002, p. 250f), af tre elementer hhv. mål, *mulighedstænkning* [eng. pathways thinking] og *handletænkning* [eng. agency thinking]¹. Det vil blive udfoldet efter en kort beskrivelse af ’håbets fødsel’.

Håbets fødsel

Snyder (2000a) skriver: *”To desire, in short, is hope”* (p. 25), hvor håb er målets mentale bro mellem nuværende drømme til fremtidige indfrielse. I individets første to til tre leveår tillærer individet sig håb, da alle individer, også spædbørn, har evnen til at tænke på, hvad de ønsker sig og længes efter (Snyder, 2000a, p. 31). Håb er ikke urealistisk ønsketænkning, men håb indeholder handlemuligheder, som bliver skabt på baggrund af motivation og længsel efter at opnå et mål. Snyder (2000a) antager, at voksne omsorgspersoner har et ansvar for at træne børns håbstænkning, da håb bliver udviklet i interaktion; *”Hope is perhaps one of the fundamental interpersonal gifts”* (p. 25). Håb vil senere udvikle sig til en mere raffineret og kompleks form.

Mål

Snyder (2000b, p. 9) påpeger, at den historiske udbredte skepsis om håb kan hænge sammen med, at håb blev anset for at være et vagt begreb, som ikke er forankret. Det argumenterer han for at gøre op med i sin beskrivelse af mål som håbets anker, da mål

¹ Individets forventninger til noget, som er uden for dets kontrol, bliver ikke anset for at være håb; eksempelvis beskrevet ved *”»I hope that my favorite team wins the championship« or »I hope I win the lottery«”* (Snyder, Rand, King, Feldman & Woodward, 2002, p. 1003). Denne form for forventninger bliver knyttet til begrebet tro [eng. faith], da individet ikke kan gøre andet end vente og se.

udgør håbets endepunkt for de mentale processer (Snyder, 1994, p. 3; Snyder, 2000b, p. 9). Snyder (2002, p. 250) anser individets adfærd for at være målrettet, hvilket betyder, at 'mål' er den kognitive komponent i håbsteorien. Målets tydelighed er afgørende for, hvorvidt individet kan fastholde en bevidst tanke om den samt finde motivationen og de veje, som kan føre til målet.

Mulighedstænkning

Mål kan ikke opfylde sig selv, men tænkning er nødvendig for at skabe mulige mentale veje til at opnå og indfri målene (Snyder, 2000b, p. 9; Snyder, 2002, p. 251). Dette er, hvad Snyder (2002, p. 251) beskriver, som mulighedstænkning. Mulighedstænkning er de veje, som individet skaber i sine tanker, som muliggør den målrettede handling, som er nødvendig i bestræbelserne på at indfri mål.

Handletænkning

Mulighedstænkningen kan, ifølge Snyder (2002, p. 251), ikke stå alene, da det er nødvendigt, at individet er motiveret til at handle derpå. Handletænkning udgør motivationen i håbsteorien (Snyder, 2002, p. 251). Det bliver beskrevet, som individets opfattelse af sine evner til at gøre brug af de mentale veje til at opnå ønskede mål. Motivationen er centreret i individet selv, hvilket betyder at handletænkningen er selvreferentiell [eng. self-referential beliefs]. Disse selvreferentielle tanker udgør motivationen for at opnå et ønsket mål og er afgørende igennem hele processen, så individet ikke giver op i mødet med vanskeligheder (Snyder, 2002, p. 251).

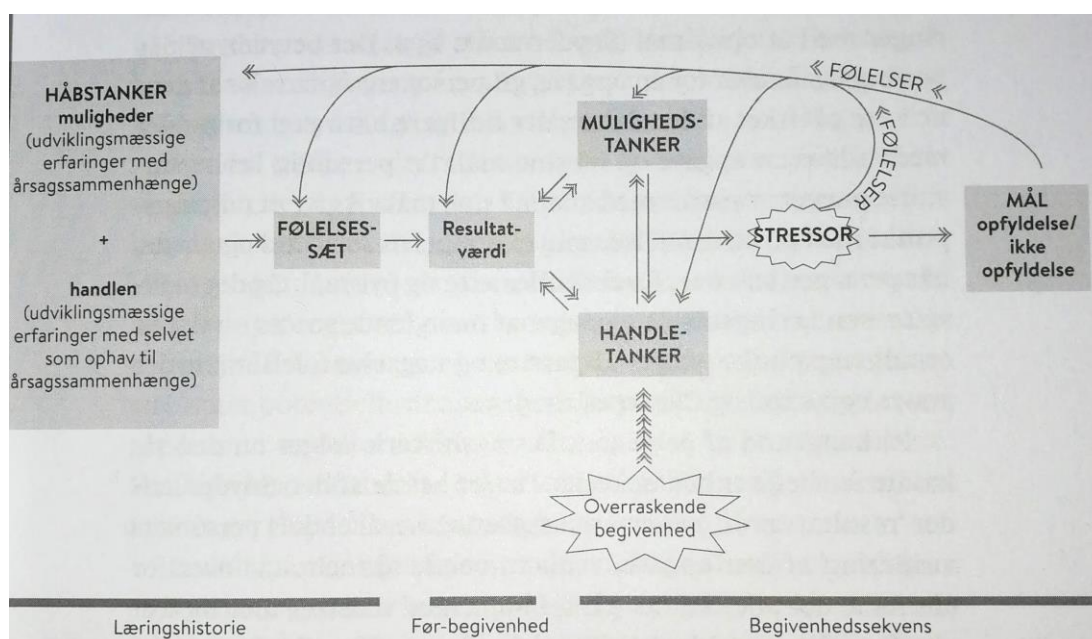
Håbstænkningens gensidighed – Et lavt og højt håb

Snyder (2002, p. 251) fremhæver, at der i håbstænkningen indgår en dobbelthed, da muligheds- og handletænkningen er gensidigt nødvendige for håbstænkningen. De to typer af tænkning tilføjer og styrker hinanden, mens de bliver gentaget igennem processen for at opnå et ønsket mål (Snyder, 2002, p. 252). Et eksempel er individets håb om at klare sig godt til eksamen; målet kan være en god karakter, mulighedstænkningen indebærer planlægning af forberedelse til eksamen, og handletænkningen indeholder motivationen med tanker som f.eks. 'jeg kan godt' og 'øvelse gør mester'. Individets muligheds- og handletænkning vil gensidigt påvirke hinanden, da individet løbende vil overveje, om det kan betale sig at stræbe efter målet, hvilket påvirker motivationen og udtænkning af (gen)veje til at nå målet.

Snyder (2002, p. 252f) skelner som følge af sin håbsteori mellem individer med lavt og højt håb. Forskellen mellem lavt og højt håb er ikke i de udfordringer og erfaringer, individet har med sig, men i individets selvreferentielle tanker (Rodriguez-Hanley & Snyder, 2000, p. 40). Hos individer med højt håb vil håbstænkningen forløbe let og hurtigt igennem målopnåelsen, mens den vil være sløv og muligvis stoppe hos individer med lavt håb (Snyder, 2002, p. 252).

3.2.3. Snyders håbsmodel

Snyder (2002, p. 253f) har udviklet en model, som viser, hvordan håbstænkningen forløber hos det enkelte individ. Nedenstående model er en skematisk oversigt over fasernes indhold, og hvordan disse påvirker hinanden.



Figur 1: Model over håbsteoriens feedforward- og feedback-funktioner i målorienteret handlings- og mulighedstanker. Kilde: Snyder, 2002, p. 254, if. Graven & Olsen, 2018, p. 45.

De tre faser

Modellen indeholder tre faser, som beskriver håbstænkningens forløb. Den første fase er individets *læringshistorie*, som indeholder individets erfaringer med at opnå mål. Sekvensen fortsætter fra venstre mod højre, hvor individets *følelsessæt*, som er et resultat af tidligere erfaringer med målopnåelse, har betydning for, hvilken tiltro individet har til målopnåelsen (Snyder, 2002, p. 253).

Den anden fase er *før-begivenheden*, hvor individet laver en cost-benefit-analyse af, om *resultatværdien* af det ønskede mål overstiger de kognitive anstrengelser (Snyder, 2002, p. 253). Resultatværdien er summen af, hvad individet får ud af at opnå et ønsket mål. Overstiger resultatværdien de kognitive anstrengelser vil individet bevæge sig hen i *begivenhedssekvensen*, som er tredje fase (Snyder, 2002, p. 253).

I tredje fase vil individet være målorienteret, hvilket betyder, at muligheds- og handletanker bliver dannet, som er gensidigt afhængige. *Stressor* betegner de forhindringer, som individet kan støde på i håbstænkningen (Snyder, 2002, p. 255). *Overraskende begivenhed* står uden for håbstænkningen og er oprindeligt ikke knyttet dertil, men vil fremkalde en emotionel reaktion hos individet og føre til, at individets målorienteret tænkning bliver påvirket og kan ændre sig (Snyder, 2002, p. 255). Målet ses helt til højre i figuren og kan opnås eller ikke, hvilket vil resultere i hhv. positive eller negative emotioner. Håbstænkningen er, ifølge Snyder (2002, p. 249), primært kognitiv, men som modellen også viser, bidrager emotionerne løbende til at styrke eller hæmme håbstænkningen.

De tre faser er gensidigt forbundne. Det ses eksempelvis ved individets vedvarende genovervejelse af resultatværdien samt den emotionelle feedback, som påvirker de nuværende og kommende sekvenser af håbstænkningen (Snyder, 2002, p. 254). Forløbet af håbstænkningen er dermed et komplekst forløb, hvor individets forskellige oplevelser med at opnå et givent mål har betydning for fremtidige forsøg.

Operationalisering af håbsteorien

Snyder (2002, p. 255) pointerer, at efter udviklingen af en psykologisk teori er det næste skridt en operationalisering af teorien, som kan bruges til forskning og hjælpe til at sikre teoriens validitet og reliabilitet. Snyder (2002, p. 255f) har sammen med sine kollegaer udviklet tre forskellige måleinstrumenter vha. faktoranalyse; *Trait Hope Scale*, *State Hope Scale* og *Children's Hope Scale*². De to første bliver anvendt til voksne, mens den sidste bliver anvendt til børn. Håbsskalaerne tager udgangspunkt i Snyders (2002, p. 274) håbsmodel, hvor eksempelvis de to voksenskalaer indeholder 6-12 items, som individet vurderer på en skala (1 = 'definitely false' til 8 = 'definitely true'). De forskellige items fordeler sig: 2-3 afledning, 2-4 mulighedstanker (f.eks. 'I can think of many ways to get out of a jam') og 2-4 handletanker (f.eks. 'I energetically

² Se evt. Snyder (2002, p. 274f) appendiks A, B og C med de tre håbsskalaer.

pursue my goals') (Snyder, 2002, p. 274). Snyder argumenterer for, at håbsskalaerne måler respondenternes egen vurdering af deres håb, hvor respondenternes score på håbsskalaerne indikerer, hvorvidt respondenterne har et højt eller et lavt håb (Graven & Olsen, 2018, p. 41; Snyder et al., 1991, p. 570). Det er her muligt at indvende, at håbsskalaerne kun måler håb som kognition ved at spørge til individets muligheds- og handletanker. Snyder bliver kritiseret for at overse håbets kompleksitet ved at have et endimensionelt kognitivt syn på håb (Elliott & Olver, 2002, p. 184; Farran et al., 1995, if. Elliott & Olver, 2002, p. 189f). Jeg vil ikke gå ind i kritikken her, men den vil blive uddybet i diskussionen (jf. 5.2.2).

Håbsskalaerne er brugt til empirisk forskning³ og Snyder et al. (2005, pp. 263-267) konkluderer, at individer med et højt håb generelt klarer sig bedre inden for akademisk karriere, atletik, fysisk helbred, psykologisk omstilling, psykoterapi og mellem menneskelige forhold. Det bliver bl.a. forklaret med, at individer med højt ift. lavt håb har flere positive end negative emotioner og tanker, udviser større engagement samt er bedre til at bruge information forebyggende (Snyder, 2002, p. 260f). Snyder har sammen med sine kollegaer testet håbsskalaerne, og deres studier bekræfter skalaernes validitet og reliabilitet (Snyder et al., 1991, p. 570; Snyder et al., 1996, p. 321; Snyder et al., 1997b, p. 400; Snyder, 2002, p. 255f). De finder ikke kønsforskelle ved anvendelse af de tre skalaer eller intelligens-, race-⁴ og aldersforskelle ved 'Children's Hope Scale' (Snyder, Cheavens & Simpson, 1997a, p. 112; Snyder et al., 1997b, pp. 414-416). Hvorvidt dataene korrelerer med andre faktorer så som socioøkonomisk status, har jeg ikke kunnet finde svar på. Spørgsmålet er derfor, om det er individets niveau af håb, som gør den egentlige forskel på individets præstation eller, om andre faktorer har betydning, så som at individer med eksempelvis flere ressourcer generelt klarer sig bedre? Snyder (2002, p. 261f) understreger eksempelvis med udgangspunkt i sine studier, at individer med højt håb er mindre ensomme, har større social kompetence og social støtte end individer med lavt håb. Jeg mener dog, at det står til diskussion, om det forholder sig omvendt; at de sociale tilhørsforhold og den sociale støtte indgyder håb i individet og ikke den anden vej rundt.

³ Se evt. Snyder (2002, pp. 258-263) for en uddybelse af forskning i håbsteorien i 1990'erne.

⁴ Med forbehold, da Snyder et al. (1997b, p. 415) pointerer, at det er baseret på få data og kræver yderligere undersøgelse.

3.2.4. Kritisk refleksion over Snyders håbsteori

Det følgende vil indeholde kritiske refleksioner over Snyders håbsteori. Der bliver i det følgende stillet spørgsmålstejn ved, om håbsteorien er udtryk for en mestringsteori snarere end en teori om håb samt teoriens individualistiske kulturforståelse.

Håbs- eller mestringsteori

Graven og Olsen (2018, pp. 54+67) stiller spørgsmålstejn ved, om Snyders (2002) håbsteori er en håbs- eller mestringsteori; mestring af håb eller en mestringsteori om individets tilgang til fremtidige opgaver. De påpeger, at det er en kommentar til begrebsanvendelsen frem for en kritik af selve teorien. Håbet mister, ifølge Graven og Olsen (2018, p. 53), sin uforudsigelighed og spring ud i det uvisse ved, at individet selv skal tænke sig til, hvordan vejen vil se ud for at opnå et givent mål samt, hvilke handlinger, som er nødvendige. De argumenterer for, at planlægning og selvmotivation adskiller sig fra håb, da de antager, at håb i modsætning til planlægning betyder, at individet vedholdende holder øje med muligheder og chancer i livet (Pahuus, 2010, p. 209, if. Graven & Olsen, 2018, p. 53). Spørgsmålet kan dertil være, hvorvidt håb udgør selve målkomponenten i teorien, mens muligheds- og handletankerne udgør mestringdelen; i så fald, er spørgsmålet om, individets 'desired goals' kunne eksistere uafhængigt af muligheds- og handletænkningen. Med Snyder (2002, p. 249) er det her muligt at indvende, at de tre elementer (mål, muligheds- og handletænkning) alle er nødvendige i en beskrivelse af individets håbstænkning og ikke kan adskilles.

Til dette er en kritik af individets mestring og målets opnåelighed. Psykolog Jaklin Elliott og onkolog Ian Olver (2002, p. 182) stiller sig kritisk overfor, om håb kun kan knyttes til de mål, som er mulige og kan indfries. Er det tilfældet, hvad udgør så individets håb om et mirakel, når individet fastholder sit håb på trods af pessimistiske medicinske og lægelige forudsigelser. Her kan det rationelle håb, som er knyttet til det mulige ikke danne en forklaringsramme, da det ikke er muligt at planlægge vejen til et mirakel (Elliott & Olver, 2002, p. 182). Kritikken er dermed rettet mod håbsteoriens fokus på individets mestring af målopnåelsen og vil blive uddybet i diskussionen (jf. 5.2.1).

Individualistisk kulturforståelse

Den filippinske psykolog Allan B. I. Bernardo (2000, p. 944f) kritiserer Snyders (2002) håbsteori for at have en underliggende individualistisk kulturforståelse. Det

betyder, at håbsteorien ikke direkte kan overføres til kollektivistiske kulturer med et andet værdisæt og individsyn. Bernardo (2000, p. 945) argumenterer for, at Snyder udelader den sociale kontekst, da fokus er på individets egen ageren. Det kan undre i lyset af, at Snyder (2000a) som tidligere nævnt skriver: "Hope is perhaps one of the fundamental interpersonal gifts" (p. 31). Snyder (2002) antager, at håb bliver tillært i relation til andre, men selve håbstænkningen bliver forstået, som et individuelt anliggende. Individet må dog tage højde for eksterne faktorer, hvilket sker ved, at barnet internaliserer normer og værdier gennem deres interaktion med andre, som senere guider individet i den målrettede tænkning (Snyder et al., 1997a, p. 114). En indvending hertil er, at disse værdier, på trods af at de bliver tillært i relation til andre, ikke nødvendigvis er kollektivistiske, men er en afspejling af det miljø og den kultur, som barnet vokser op i. Det ændrer derfor nødvendigvis ikke på, hvorvidt teorien er kultursensitiv eller ej, hvilket betyder, at det kan være vanskeligt at overføre Snyders håbsteori til eksempelvis kollektivistiske kulturer. Håb i specialet er dog afgrænset fra at undersøge håbets kulturelle afhængig, da de anvendte teorier er udviklet i Tyskland, Frankrig og USA, hvor kulturen er mere individualistisk end kollektivistisk.

Teorikapitlets anden del har givet et indblik i Snyders beskrivelse af håb og betydningen for individets levede liv. Det er afsluttet med kritiske refleksioner heraf, hvilket vil blive uddybet i specialets analyse og diskussion. Herefter følger teoridelens tredje del med en udlægning af Marcells beskrivelser af håb.

3.3. Gabriel H. Marcel om håb

Den franske filosof Gabriel Honoré Marcel (1889-1973) har i sit værk *Homo Viator: Introduction to a Metaphysic of Hope* (1951) udforsket begrebet håb. Dette værk og særligt kapitlet '*Sketch of a Phenomenology and a Metaphysic of Hope*' (Marcel, 1951, pp. 29-67) er grundlaget for den følgende udredning af hans forståelse af håb. I fortolkningen af Marcells håbsfilosofi bliver litteratur af den danske Marcellforsker og filosof Jeanette B. L. Knox (f. 1964) samt filosof Albert B. Randall (f. 1942) også inddraget, da de begge beskæftiger sig med Marcells filosofi.

3.3.1. Håbets betydning for sjælen

”The soul lives by hope alone; hope is perhaps the very stuff of which our souls are made” (Marcel, 1949, p. 80). Med disse ord beskriver Marcel håbets essentielle betydning for individets levede liv. Håb har en livgivende karakter; ”hope is for the soul what breathing is for the living organism. Where hope is lacking the soul dries up and withers” (Marcel, 1951, p. 10f). Sjælen bliver af Marcel brugt til at beskrive ’*homo viator*’, hvor sjælen opfattes, som en rejsende i verden (Randall, 1992, p. 10). Sjælen knytter sig dermed til det liv, som er undervejs og sker lige nu (Marcel, 1950, p. 133f). Denne progression i det levede liv er et udtryk for håb, da håbets modsætning, fortvivlelsen, indebærer, at livet går i stå og lukker sig om sig selv (Knox, 2003, p. 153; Marcel, 1951, p. 36). Håb er derimod aktivt og bekræfter væren, mens fortvivlelsen passiviserer og benægter væren (Randall, 1992, pp. 325-327).

Individets væren

Marcel anser individet for at være situeret i verden, hvor individet består i sig selv, som konkret og unikt, mens det samtidig er en del af et større hele; menneskeheden og universet (Knox, 2003, p. 33f). Marcel beskæftiger sig med intersubjektiviteten og anser forholdet mellem individer, som der hvor individet lever i et modtagende og givende forhold til andre samt erfarer sin egen væren og modtager livet som en gave (Knox, 2003, p. 34; Marcel, 1951, p. 60f).

Marcel anser individet for at være meningssøgende, og det er derigennem, at livet bliver erfaret, som mysterium; ”en undrende tilgang til livet ligger i os som et kald, der påkalder os at være og leve livet i egentlig forstand, og det gør vi igennem erfaringen af fænomener som frihed, kærlighed, tro og håb” (Marcel, 1951, if. Graven & Olsen, 2018, p. 73). Væren bliver reduceret, hvis det bliver forklaret rationelt, da det udgør en forbundenhed mellem individet og mysteriet, der erfarer væren i fænomener som eksempelvis håb (Knox, 2003, p. 68f). Væren bliver igennem håb bekræftet, men bliver benægtet gennem fortvivlelsen.

Håb – Et svar på individets fortvivlelse

For at få dybere indsigt i håb er det nødvendigt at forstå *fortvivlelse* [eng. despair], som muliggør håbet. Marcel (1951, p. 36) antager, at håb ikke kan eksistere, hvis individet ikke oplever en fristelse til at fortvivle. Håb er et svar på fortvivlelse og kræver

handling, der overkommer den (Marcel, 1951, p. 36). Det betyder ikke, at det kræver en særlig indsats at håbe.

Marcel (1951, pp. 30-32) anser udfordringer i livet for at være et livsvilkår, som kan medføre en oplevelse af fremmedgørelse og fortvivlelse hos individet. Individets håb står stærkere, ifølge Marcel (1951, p. 32), jo større fortvivlelsen er. Marcel afviser "Where there's life, there's hope" (Randall, 1992, p. 10), hvilket fortvivlelse og selvmord er eksempler på. Det forholder sig derimod modsat; "Where there's hope, there's life!" (Randall, 1992, p. 344). Sjælen vokser og udvider sig igenem håbet, hvilket giver et rigere liv og en dybere oplevelse af kærlighed, troskab og transcendens (Randall, 1992, p. 11).

Håbets mission er at være en aktiv modreaktion og et svar på individets fortvivlelse (Marcel, 1951, p. 30f). Et svar, som ultimativt er et fravær af fortvivlelse, hvor individet affinder sig med sin situation uden at resignere eller fortvivle (Knox, 2003, p. 151). Individets sjæl giver ikke efter ved at blive opslugt af sig selv gennem eksempelvis begær, stolthed og grådighed (Randall, 1992, p. 11). Håb er dermed en modreaktion på mørket og fortvivlelsen, da "the soul always turns towards a light which it does not yet perceive, a light yet to be born, in the hope of being delivered from its present darkness" (Marcel, 1951, p. 31). Håb kan heri blive en kreativ kræft, som lader lyset skinne ind, hvor der ellers kun var mørke (Marcel, 1951, p. 58). Livet som en gave muliggør det håbefulde liv, hvor individets håb er bundet til nærværet i det mellem menneskelige liv (Knox, 2003, p. 151).

3.3.2. Udefinerbart mysterie

Marcel (1951, p. 35) argumenterer for, at det ikke er muligt at definere håb, da det er et mysterium i modsætning til et problem, hvor det kun er muligt at beskrive sidstnævnte rationelt. Med andre ord bliver håb levet; "Man tænker sig ikke til håb, indser ikke håb eller føler ikke håb. Man lever i håbet!" (Marcel, citeret i Hammer, 2003, p. 35, if. Olsen, 2011, p. 221).

Et transcendent håb

Håb er, ifølge Marcel (1951, p. 36), ikke fysisk forankret, da det besidder en kraft der gør, at det kan overleve på trods af en næsten total ødelæggelse af organismen. Det ses eksempelvis hos individet, som bliver ramt af en alvorlig ulykke eller sygdom, når

individet forliger sig med sin situation og skaber et håb, som rækker ud over eksempelvis helbredelse (Marcel, 1951, p. 45f). Håb vil ikke kunne fjerne sorg, smerte eller savn, men meningsløsheden vil håb kunne fjerne (Knox, 2003, p. 151). Marcel (1951, p. 36) afviser også en psykologisk forklaring på håb, hvis håb bliver opfattet, som en psykologiske kapacitet individet kan besidde. Håb er, hos Marcel (1951, p. 35f) spirituelt og et mysterium, der transcenderer individet:

Så længe vi elsker (bekræfter væren), håber vi uden at kunne forklare hvorfor eller hvordan. Håbet kan ikke skilles fra det, der håbes på og transcenderer derfor – som det mysterium håbet er – det uden for mig og det inden i mig. (Knox, 2003, p. 152)

Knox (2003, pp. 33-35) beskriver Marcel, som en religiøs filosof, som ikke beror på en bestemt doktrin. Marcel anser religiøse eller transcendent erfaringer, som det individet erfarer, når det lever ”under menneskelige betingelser ... men som samtidig søger en livsfylde, der træder ud over dem selv” (Knox, 2003, p. 33). Individet er både til i sig selv og en del af hele menneskeheden og universet (Knox, 2003, p. 33f). Her skal det nævnes, at Marcells filosofi ofte bliver tolket med et kristent eller katolsk perspektiv. Det er fejlagtigt, ifølge Knox (2003, p. 33f), som påpeger, at Marcells filosofi ikke ændrede sig efter, at han konverterede til katolicismen. Marcel skelner skarpt mellem religion og filosofi, da han påpeger: ”Religion kan i virkeligheden kun baseres på Tro. Filosofiens metode er, tror jeg, tværtimod refleksionen” (Marcel, 1959, p. 261, citeret i Knox, 2003, p. 35f), hvilket betyder, at religion og tro ikke hindrer, men er løsrevet fra filosofiske og refleksive analyser af individets væren i verden. Marcel beskæftiger sig med det transcendent, der rækker ud over individet uden at henvise til den kristne lære (Knox, 2003, p. 35).

3.3.3. Et håbefuldt liv

I det følgende er en introduktion til nogle begreber fra Marcells håbsfilosofi. Først er en beskrivelse af det relative og absolutte håb, som Marcel (1951, p. 32) skelner imellem. Efterfølgende bliver håbets relationelle dimension og betydningen af at leve håbefuldt introduceret.

Det relative håb og objektivisering

'I hope that' knytter sig til det *relative håb*, som kan oversættes til 'at håbe, at'. Det henviser til en konkret og fremtidsrettet begivenhed (Knox, 2003, p. 152). Håbet vil være betinget af ydre omstændigheder, da der knytter sig et konkret objekt til håbet; eksempelvis helbredelse, rigdom eller berømmelse (Graven & Olsen, 2018, p. 75). Den invalides håb bliver objektiviseret i ønsket om helbredelse, hvilket betyder, at det relative håb kan føre til skuffelse, da det åbner op for muligheden for at fortvivle, når håbet bliver gjort betinget af helbredelse (Marcel, 1951, p. 45f).

Det absolutte håb og frihed

'I hope' er derimod ikke knyttet til et objekt, men er det *absolutte håb*, der bekræfter individets væren (Knox, 2003, p. 152). Denne overskridelse af håb som konkret betinget gør det nemmere for individet at fastholde håb på trods af, hvad der sker (Marcel, 1951, p. 45). Marcel (1951, p. 41) antager, at håb ikke bliver båret i individets indre, men opstår eksternt og uafhængigt af individets handlinger. Individet kan håbe på eksempelvis gensyn med en elsket eller fred, og vil ikke bygge på optimistens tro på det gode, men "hope has the power of making things fluid" (Marcel, 1951, p. 41). Håb vil transcendere nuet og overvinde fortvivlelsen, som muliggør, at håbet rækker ind i og udover den nuværende virkelighed (Marcel, 1951, pp. 45-47).

Marcel (1951, p. 46) antager, at *frihed* hænger uløseligt sammen med det absolutte håb, da håb er frigjort fra individets indre samt ydre omstændigheder, hvilket betyder, at "hope shows the originality and ... supreme dignity, of never claiming anything or insisting upon its rights" (Marcel, 1951, p. 55). Håbets frigørelse fra et objekt muliggør, at håb kan transcendere livets vilkår, hvormed håb bliver styrket, da det håbefulde individ vil genfinde friheden fra sine konkrete ønsker til at leve håbefuldt med et ubetinget håb, der har affundet sig med sig selv og livet (Knox, 2003, p. 151; Marcel, 1951, p. 45f).

Håbs relationelle karakter og kærlighed

"Hope is only possible on the level of the *us*, or we might say of the *agape*, and that it does not exist on the level of the solitary *ego*, self-hypnotised and concentrating exclusively on individual aims" (Marcel, 1951, p. 10). Individet finder og opdager håb i de relationer individet indgår i, da håb viser sig i den selvhengivende kærlighed mellem individer (Marcel, 1951, pp. 58+60f); "Håbets subjekt er et subjekt, der behøver

andre mennesker” (Knox, 2003, p. 154). Denne sammensmeltning af individets fællesskab med andre, som nødvendig for kærlighed og håb viser sig ved, at Marcel (1951, p. 58) beskriver modsætningerne fortvivlelse og ensomhed som værende identiske. Håb er derimod uselvisk, og Marcel (1951) beskriver: ”I hope in thee for us” (p. 60). Individet kan håbe for ’den anden’ [eng. thee], hvor håb indgår i et nødvendigt fællesskab og åbner fremtiden op, som skabende og uafhængig af individet (Knox, 2003, p. 153f). Det håbefulde individ vil leve kærligt og givende i en erfaret frihed gennem det absolutte håb (Graven & Olsen, 2018, p. 86). ”Så længe vi elsker (bekræfter væren), håber vi uden at kunne forklare hvorfor eller hvordan” (Knox, 2003, p. 152), hvilket betyder, at håb ikke kræver en rationel forklaring og står uden for en vurdering af dets berettigelse.

At leve håbefuldt

Som afslutning på præsentationen af Marcells filosofi om håb, er her et forsøg på at indfange, hvad håb er psykologisk set uden at give en egentlig definition på det mysterium, som Marcel (1951, p. 35) anser håb for at være.

[At] the back of hope lies some sort of tragedy. To hope is to carry within me the private assurance that however black things may seem, my present intolerable situation cannot be final; there must be a way out. (Marcel, 1960, p. 178f, citeret i Randall, 1992, p. 336)

Håb frigør individet fra de ydre omstændigheder, da det absolutte håb ikke er rettet mod et objekt og er frigjort fra tidligere erfaringer (Marcel, 1951, pp. 45+52). Marcel (1951) antager, at håb er et levet håb; ”To hope ... is to live in hope” (p. 61). Individet erfarer håb og bekræfter væren gennem det levede liv (Randall, 1992, pp. 325-327). Håbet sigter mod at genforene og forsoner, hvilket Marcel (1951) beskriver, som håbets profetiske karakter, som et håb, der ikke kan forudse, men ”the prophetic character of hope ... affirms as if it saw ... a memory of the future” (p. 53). Håbet bliver en fremtidshukommelse, som i det nærværende øjeblik gør individet i stand til at leve håbefuldt og bryde fortvivlelsen. Håbet gør individet i stand til at forlige sig med sig selv og livet (Marcel, 1951, p. 45f).

Hope is essentially...the availability of a soul which has entered intimately enough into the experience of communion to accomplish in the teeth of will and knowledge the transcendent act--the act establishing the vital re-generation of which experience affords both the pledge and the first-fruits. (Marcel, 1951, p. 10)

I citatet giver Marcel udtryk for, at håb er en vilje til at leve livet åbent i modtagende og givende relationer med andre og træde ind i væren, hvor håb kan transcenderer omstændighederne. Håb transcenderer tiden og fortvivlelsen, og gør individet i stand til at forene sig med sig selv og livet gennem væren (Knox, 2003, p. 151). Håb er dermed både et svar på fortvivlelsen samt indeholder en indtræden i væren gennem at leve håbefuldt (Randall, 1992, p. 343f).

3.3.4. Kritisk refleksion over Marcells håbsfilosofi

Det følgende indeholder kritiske refleksioner over Marcells håbsfilosofi med udgangspunkt i hans atypiske brug af ontologi, samt betydningen af, hvorvidt Marcells filosofi skal læses religiøst eller ej.

Atypisk ontologi

Knox (2003, p. 159) anser Marcells forståelse og brug af ontologi, som det største kritikpunkt i hans filosofi. Marcells ontologi er, ifølge Knox (2003, p. 159f), ikke ontologi i traditionel forstand, da han forstår umiddelbare erfaringer eksempelvis frihed, væren og mysterium, som ontologiske i den forstand, at de ikke er abstrakte, men konkrete begreber om væren; ”Når Marcel kalder nærvær, troskab, kærlighed osv. for ontologisk grundet, skal der ikke lægges mere i dette end, at de er nødvendige for det at *være*; de er væres forudsætninger, og samtidig det, som gør vor væren konkret, personlig og fri” (Knox, 2003, p. 160). Marcel anser dermed ontologien for at være konkrete erfaringer, som bygger på forstanden.

Et spirituelt perspektiv

Det er muligt at kritisere Marcells beskrivelse af håb for at mangle en rationel og videnskabelig forklaring på håb. Det skyldes, at Marcel (1951, p. 35) anser håb for at være et mysterium og ikke et problem, som der kan gives en rationel forklaring og løsning på. Marcel (1951, p. 36) opfatter håb, som spirituelt. Det betyder, at det er

muligt at stille spørgsmålstejn ved, hvorvidt Marcels filosofi kun giver mening for religiøse individer såfremt, at læsningen af hans tekster beror på en religiøs opfattelse af hans filosofi, som kan være svær at forene med nutidens sekulariserede samfund (Graven & Olsen, 2018, p. 89). I modsvar til dette påpeger Knox (2003, p. 36f), at det danske samfund har en kristen kulturarv, som har betydning for individet også i dag. Knox (2003, p. 37) argumenterer endvidere for, at individer af anden tro end den kristne kan have gavn af Marcels filosofi, da han ikke bekender sig til en særlig doktrin. Det betyder, at Marcels filosofi ikke er begrænset til religiøse individer, men også kan bidrage til at udforske det transcendent hos det individ, som gør sig bevidst, at der er et univers, som er større end dets sansninger (Knox, 2003, p. 36). Det betyder, at en læsning af Marcels filosofi forudsætter en accept af, at det transcendent eksisterer. Marcels filosofi kan læses uden et religiøst tilhørsforhold, men vil ikke kunne give en rationel og videnskabelig forklaring på håb (Graven & Olsen, 2018, p. 89f).

Specialets tredje afsnit i teorikapitlet har givet et indblik i Marcels beskrivelse af håb og betydningen for individets levede liv. Det er afsluttet med kritiske refleksioner heraf, hvilket vil blive uddybet i specialets analyse og diskussion. Overordnet har kapitel 3 har indeholdt en teoretisk redegørelse med kritiske refleksioner over, hvordan Erikson, Snyder og Marcel beskriver håb. Teorierne bliver anvendt i den følgende analyse af håbets ophav, karakter og død.

4. Analyse

Specialets analyse har til formål at give en fortolkning af Eriksons, Snyders og Marcells udlægninger af håb. Analysen er delt i tre og har fokus på håbets udvikling hos individet; håbets ophav, karakter og død. Analysen er skrevet med udgangspunkt i problemformuleringens første del: 'Hvad er håb psykologisk set', men berører også problemformuleringens anden del: 'Hvilken betydning har håb for individet i det levede liv', da den eksempelvis beskæftiger sig med, om håb er individualistisk eller betinget af relationelle forhold samt, hvilke konsekvenser det har, hvis individet mister sit håb. Håbets yderpunkter, dets ophav og død, danner rammen om analysen, mens den midterste del, om håbets karakter, bygger en bro imellem.

4.1. Håbets ophav

I det følgende er der fokus på besvarelsen af den første del af problemformuleringen: 'Hvad er håb psykologisk set?'. For at forstå håb, mener jeg, at det er relevant at se på, hvor håb stammer fra og har sit ophav hos det enkelte individ. Er det en iboende kapacitet hos individet, eller modtager individet det relationelt? Eriksons og Snyders teorier fremfører argumenter for håbets iboende karakter, hvorimod Marcel ikke tilslutter sig denne opfattelse.

4.1.1. Håbets oprindelse

Det følgende tager i de to første afsnit udgangspunkt i teori af Erikson og Snyder. Her vil jeg analysere håbets dannelse og iboende karakter. Den sidste del inddrager teori af Marcel om håb som transcendent, hvilket bliver afsluttet med en analyse af, hvordan de tre teoretikeres individsyn har betydning for, hvordan de forstår håbets oprindelse.

Håbets dannelse og iboende karakter

Erikson (1968/1990, p. 233f) og Snyder (2000a, p. 31) er enige om, at håb bliver udviklet i individets første leveår, hvor Erikson knytter det til spædbarnet, knytter Snyder det til individets første to til tre leveår. De anser begge barnets omsorgspersoner for at have et ansvar for, at barnet udvikler håb. Omsorgspersonernes ansvar ser dog ikke

ens ud, da Erikson (1964/1984, p. 85) mener, at håb ikke opstår af sig selv, men er afhængigt af, at det bliver udviklet i det gensidige samspil mellem spædbarnet og omsorgspersonen. Det er, ifølge Erikson (1964/1984, p. 83f), individets løsning af den første psykosociale konflikt mellem grundlæggende tillid og grundlæggende mistillid, der muliggør en udvikling af barnets håb. Her er barnets tillid til sin omsorgsperson afgørende for, at håb bliver udviklet. Den voksnes ansvar hos Snyder (2000a, p. 25) består i, at barnet skal trænes i og lære håbefuldt tænkning af den voksne. Hvor tillid er det centrale hos Erikson (1964/1984, p. 83f), fremhæver Snyder (2000a, p. 25) betydningen af, at håb skal læres kognitivt. De er dermed uenige om, hvad der udgør håbets grundlag; tillid eller kognition. Denne forskel bliver afspejlet i, at Erikson (1964/1984, pp. 83-85) vægter kvaliteten af barnets relation til sin omsorgsperson gennem oprettelse af tillid, mens Snyder (2000a, p. 31) beskriver omsorgspersonen, som barnets træner, hvor målet er at tillære sig håb. I teorierne af Erikson (1968/1990, p. 233) og Snyder (2000a, pp. 26-28) er der konvergens mellem, at håb bliver tilegnet i barnets møde med omverdenen, som skaber holdbare mønstre og erfaringer som er nødvendige for, at barnet får tillid til sig selv og omverdenen, mens divergensen består i, hvad selve individets tilegnelse af håb beror på.

Det håb, som finder sit ophav inde i individet, er et medfødt instinkt, som bliver udviklet i den spæde tid ifølge Erikson (1964/1983, p. 104; 1982/1983, p. 56). Denne opfattelse deles af Snyder (2000a, p. 31), da individet allerede fra den spæde alder kan tænke på, hvad det længes efter og ønsker sig. Håb er dermed iboende det enkelte individ, hos Erikson såvel som Snyder, men ikke synligt og aktivt tilstede før det lille barn vha. en voksen lærer håb at kende gennem hhv. løsning på den første psykosociale konflikt, hos Erikson, mens det hos Snyder bliver tillært gennem beherskelse af nye evner og den voksnes guidning af barnet i mødet med verden.

Håb – En tilstand eller et personlighedstræk

Snyder et al. (1996, p. 321) skelner endvidere mellem håb, som en tilstand [eng. a state] og et personlighedstræk, hvor det førstnævnte er muligt at påvirke. Håb, som tilstand er et øjebliksbillede af individets håb i en given situation, hvorimod håb, som personlighedstræk er konstant på tværs af situationer og tider. Snyder et al. (1996, p. 321f) pointerer derfor, at individets oplevede håb kan variere i øjeblikket.

Denne skelnen mellem håb, som en tilstand oplevet i øjeblikket og som personlighedstræk, ses ikke hos Erikson. Han beskriver dog, hvordan det etablerede

håb er ”uafhængigt af de forskellige »enkelthåbs« mulighed for bekræftelse” (Erikson, 1964/1984, p. 85f). Det kan diskuteres, hvorvidt Eriksons skelnen mellem ’enkelthåb’ og ’etableret håb’ kan sammenlignes med Snyders opfattelse af håb, som hhv. en tilstand og et personlighedstræk. ’Enkelthåbene’ er, ifølge Erikson (1964/1984, p. 85f), situeret og knyttet til øjeblikket på samme måde som håb som ’tilstand’, mens det er usikkert, hvorvidt det ’etablerede håb’ kan sammenlignes med et personlighedstræk. Personlighedstræk udgør et individs stabile karakteristika eller varige egenskaber, der gennemtrænger individets tanker og adfærd på tværs af situationer og tider (Katznelson, n.d.b). På den baggrund, mener jeg, at Eriksons (1964/1983, pp. 84+104) beskrivelse af håb, som en ny egenskab hos jeg’et; en styrke kvalitet, som er den mest fundamentale, vedvarende og stabile dyd hos individet, kan sammenlignes med Snyder et al.’s (1996, p. 321) opfattelse af håb som et personlighedstræk. Håb bliver hos Erikson (1964/1983, p. 104) og Snyder et al. (1996, p. 321) dermed både knyttet til noget foranderligt i det enkelte øjeblik, og som noget grundlæggende, der ikke lader sig forandre af enkeltstående situationer og udfordringer.

Håb, som iboende og noget individet tillærer sig, kan ikke stå uimodsagt, da Marcel (1951, p. 62f) ikke deler denne opfattelse. Han opfatter håb, som noget individet skal erfare og modtage (Knox, 2003, p. 68f), hvilket bliver uddybet nedenfor.

Det transcendentе håb

Marcel (1951, p. 63) beskæftiger sig med håbets ophav og afviser, i modsætning til Erikson (1968/1990, p. 233) og Snyder (2000a, p. 31), håb som værende iboende. Marcel (1951, p. 36) afviser endvidere, at håb er fysiologisk eller psykologisk forankret, men beskriver det som spirituelt. Han mener dermed, at håb ikke bliver skabt af individet selv, men individet kan åbne op for og modtage håb gennem det levede liv med andre (Marcel, if. Graven & Olsen, 2018, p. 80). Håb opstår, ifølge Marcel (1951, p. 41), ikke i individets indre, men finder sit ophav eksternt uafhængigt af individets handlinger. Selve tilblivelsen af håb er derfor uafhængigt af individet, men derefter ophører uafhængigheden, da individet selv er ansvarligt for at modtage håb; ”We are then led to the paradoxical conclusion that what depends upon me is the very thing which does not form part of me, which remains in a sense exterior (or indifferent) to me” (Marcel, 1951, p. 62). Heri beskriver Marcel håbets paradoks. Håb er ikke en del af individets indre og er dermed ikke iboende. Marcel (1951, pp. 41+63) understreger, at individet selv har et ansvar for, om det vælger at indgå i væren og tager del i

interpersonelle forhold, som er nødvendige for at modtage eller afvise håb. Marcel (1951, p. 62f) sammenligner det med, at modtageren af en gave ikke kun vælger at modtage gaven, men at gaven kalder på et svar. Individet kan vælge at håbe eller ej på samme måde, som en kærlighedserklæring fra en anden kan modtages eller afvises.

Snyder (2000a) beskriver også håb, som en gave; "hope is perhaps one of the fundamental interpersonal gifts" (p. 31). Det betyder ikke, at Snyder og Marcel har den samme forståelse af, hvad håb, som en gave indebærer. Snyder (2000a, p. 31) anser ikke håb for en gave, som 'modtages', men som noget der 'læres', hvor omsorgspersonen bliver beskrevet som en 'træner' [eng. coach]. I læringen kan der ligge en antagelse af, at barnet besidder evnerne til håbstækningen, men har brug for hjælp til at udvikle dem. Marcel (1951, p. 62f) afviser, at individet skal lære håb, og antager derimod, at håb bliver erfaret og givet i relationen med andre, som en gave individet kan vælge at modtage eller afvise.

Individsynets betydning for håbets ophav

Ovenstående analyse af håbets oprindelse hos individet har været med til at tydeliggøre forskelle imellem specialets udvalgte teorier. Marcells opfattelse af håb står i kontrast til Eriksons (1982/9183, p. 56) og Snyders (2000a, p. 31) opfattelse af, at håb er iboende i individet og læres i barnets møde med omverden. De divergerende opfattelser af håbets ophav kan bl.a. blive forklaret ud fra deres forskellige individsyn (jf. 2.2.2).

Marcells emancipatorisk og indeterministiske individsyn kommer til udtryk ved, at han antager, at individet har et ansvar for og er sat fri til at vælge, hvordan det vil leve sit liv. Marcells individsyn har dermed betydning for, at han antager, at håb er eksternt, og individet frit kan vælge at modtage eller afvise håb. Individet kan ikke henvise til fortiden og opvæksten, men antagelsen er, at individet er frit til at vælge og træffe nye valg i den givne situation, som kan overskride de givne vilkår og føre til forandring (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 137). Marcells opfattelse af individets frihed og fokus på nuet adskiller sig fra Eriksons underliggende deterministisk individsyn, hvor opvæksten og fortiden har betydning for, hvordan individet lever sit liv. Det viser sig bl.a. igennem, hvordan individet har løst konflikten på det første stadium og udviklet dyden håb. Eriksons individsyn kan, som tidligere nævnt, knyttes til psykoanalysen, hvilket medfører et psykosocialt individsyn (Christensen, 2014, p. 71). Det er i tråd med, at Erikson (1964/1984, p. 172f) anser individets håb for at være iboende og komme til syne i det gensidige samspil med omsorgspersonen. På trods af det

deterministiske individsyn, antager Erikson (1982/1983, p. 56), at individets udvikling forsætter igennem hele livet, hvorfor individet kan gøre en forskel i sit eget liv. Det sidstnævnte bliver genspejlet i Snyders individsyn, som bl.a. kan knyttes til den positive og kognitive psykologi. En af antagelserne deri er, at individet kan ændre sin tilværelse gennem kognition og adfærd (Dammeyer, 2014, p. 381). Forandringsmulighederne bliver derfor knyttet til individet selv og dets indre processor, hvilket betegnes som subjektiv idealisme (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 123f). Den subjektive idealisme ses i Snyders (2000a, p. 29) håbsteori, da individets egen tænkning og afledte handling er afgørende for, om individet formår at indfri håbets mål.

Marcel's emancipatorisk individsyn, som er beskrevet ovenfor, og den subjektive idealisme hos Snyder tillægger begge individet et ansvar for, hvordan individet lever sit liv. Det er dog forskelligt, hvordan de opfatter individets forandringsmuligheder i det levede liv. Snyder (2002, p. 249f) anser individets kognition og handling derpå for de grundlæggende elementer, der giver individet mulighed for at ændre sin tilværelse. Det er heri, at individet kan indfri ønskede mål. Hvorimod Marcel (1951, p. 45f) understreger, at forandringen, i hans optik, ligger i, at individet træder ind i væren og forliger sig med situationen. Det viser en grundlæggende forskel i, hvilken opgave individet har for at skabe forandring i sit levede liv. Hos Erikson kan individets håb være en drivkraft, som kan medføre, at individet tilpasser sig sin situation eller stræber efter at skabe ydre forandringer i individets tilværelse, hvilket bliver uddybet i diskussionen (jf. 5.1.1).

Første del af analysen har beskæftiget sig med håbets oprindelse hos individet, hvor ovenstående viser, hvordan de tre teoretikeres individsyn har indflydelse på deres teorier. Det betyder, at forskellene i Eriksons, Snyders og Marcel's opfattelse af, hvor individets håb har sit ophav bl.a. kan forklares ud fra, hvordan de har divergerende opfattelser af individet og individets møde med verden i det levede liv. Analysens anden del vedrørende håbets karakter står heller ikke uberørt af de forskelle, som findes i de tre teoretikeres individsyn. Analysen af håbets oprindelse kan ikke adskilles fra nedenstående analyse af håbets karakter, da eksempelvis håb beskrevet som en dyd ikke kun knytter sig til, hvad håb er psykologisk set, men også hvilket formål håb har for individet og deri, hvordan individets håb opstår.

4.2. Håbets karakter

Anden del af analysen befinder sig midt mellem håbets yderpunkter; dets ophav og død. Det indeholder en tredelt analyse af håbets karakter. Først tager det afsæt i Eriksons og Marcels opfattelser af håb, som en dyd. Snyder er ikke inddraget, da han ikke beskriver håb, som en dyd. Anden del er en analyse af, hvordan håb bliver opfattet som et individuelt og interpersonelt anliggende. Tredje og sidste del omhandler håbets objekt, og tager udgangspunkt i Marcels skelnen mellem det relative og absolutte håb, hvilket leder til en analyse af, hvordan de tre teorier har divergerende opfattelser af, hvad håb grundlæggende består af.

4.2.1. Håb som en dyd

I det følgende bliver det analyseret, hvad det betyder, at håb kan blive betegnet som en dyd. Erikson (1964/1984, p. 84) såvel som Marcel (1951, p. 63) antager begge, at håb er en dyd, hvad det præcist indebærer bliver præciseret i det følgende.

Definition af dyd

Erikson er mere tydelig end Marcel i sin beskrivelse af håb som en dyd. Erikson (1964/1984, p. 83) definerer dyder, som menneskelige styrke kvaliteter, der sikrer individets psykosociale overlevelse. Det betyder, at håb, ifølge Erikson (1964/1984, p. 86), er en evolutionistisk overlevelseskraft, som bliver udviklet i det gensidige samspil med omsorgspersonen. Det kunne her være nærliggende at antage, at individets håb ikke blot bliver udviklet, men individet også modtager håb ude fra i det gensidige samspil, som Marcel (1951, p. 63) ville antage. Det er dog ikke en præmis, som bliver delt af Erikson. Heri adskiller Marcels (1951, p. 36) brug af håb som en dyd, da han afviser, at håb kan begrænses til noget indre hos individet. Marcel (1951) antager, at en dyd er en "particularisation of a certain interior force" (p. 63), som gør, at individet i mødet med vanskeligheder trofast fastholder håb, som i sin oprindelse blot var til inspiration og skabte begejstring. Marcel (1951, p. 63) antager, at dyden håb er et mysterium, der eksisterer uden for individet, hvor individets indre kraft giver en velvilje til at modtage og fastholde håb i det levede liv. Han anser håb for at have en metafysisk karakter, som gør, at håb rækker ud over individets psyke (Marcel, if. Graven & Olsen, 2018, p. 75). Marcels (1951, p. 63) opfattelse af, at en dyd som en 'indre kraft' [eng. interior

force] kan til forveksling ligne Eriksons opfattelse af dyd, som en evolutionistisk overlevelseskraft og menneskelig styrke kvalitet. Det er ikke tilfældet, da det eksempelvis med udgangspunkt i Marcels teori er muligt at kritisere Erikson for at begrænse håbets 'væsen' hos individet ved at gøre det til en iboende kapacitet. Marcel (1951, p. 36) har derimod en metafysisk opfattelse af håb og antager, at håb transcenderer individet og ikke kan begrænses til individet selv. Håb som dyd muliggør hos Marcel (1951, p. 63), at individet kan fastholde håb, som det modtager udefra. Det kan undre med udgangspunkt i Eriksons teori, at Marcel antager, at en indre kraft fastholder håb, når han argumenterer for, at håb ikke er iboende individet. Det kan virke kontraintuitivt, da det tyder på, at håb bliver betinget af noget indre.

På trods af ovenstående forskelligheder er der nogle lighedspunkter mellem de to håbsopfattelser. Erikson (1964/1984, pp. 83-86) understreger eksempelvis nødvendigheden af håb som en menneskelig styrke kvalitet, der sikrer individets psykosociale overlevelse. Marcel (1951, p. 62) er enig i, at individets håb er med til at sikre individets overlevelse, da han beskriver håb, som sjælens åndedræt. Erikson og Marcel er dermed enige om, at individets håb har en betydning for individets overlevelse og velbefindende, men de er grundlæggende uenig om, hvad det betyder, at håb er en dyd ift., om det udgør hhv. en indre jeg-styrke eller er transcendent.

4.2.2. Håb – Individuelt og interpersonelt

Alle tre teoretikere beskæftiger sig i forskellig grad med, hvordan individets håb er afhængigt af andre individer (Erikson, 1964/1984, p. 85; Marcel, 1951, pp. 58+60f; Snyder, 2000a, p. 31). Først vil jeg behandle Snyders håbsteori med udgangspunkt i Bernardos kritik af Snyders individualistisk kulturforståelse, derefter vil jeg analysere Eriksons og Marcels opfattelser af, hvilken betydning interpersonelle forhold har for individets håb, samt om relationer er håbsbærende. Sidste afsnit indeholder en analyse af forholdet mellem det individualistiske individsyn i den eksistentielle psykologi og eksistentialisten Marcels fokus på relationernes betydning for individets håb.

Det individualistiske håb

Bernardo (2000, p. 944f) kritiserer, som tidligere nævnt, Snyders (2002) håbsteori for at have en underliggende individualistisk kulturforståelse, hvor håb bliver skabt i relation til andre, mens selve håbstænkningen bliver forstået, som et individuelt

anliggende. I Snyders (2002, p. 249) definition af håb refererer han til individet selv; individets egne mål, evnen til at danne mentale veje til at indfri disse mål samt evnen til at motivere sig selv til at opnå målene. Individet selv, som jeg læser det, er hos Snyder centralt i tilegnelse af håb og indfrielse deraf. Alligevel skriver Snyder (2002) "hope is inherently a way of thinking that occurs in social commerce" (p. 264) og endvidere "the effective child does not operate in a social vacuum" (Snyder et al., 1997a, p. 114). I forlængelse heraf pointerer han, at det 'effektive barn' [eng. effective child] forstår de sociale spilleregler og kan indgå kompromisser eller overtale andre for at opnå sit mål. Jeg vil argumentere for, at det interpersonelle får karakter af, at formålet er, at det gavner individet selv; det ses f.eks. ved, at det 'effektive barn' indgår i sociale sammenhænge med det formål, at individet kan opnå egne mål.

Det individuelle håb står dog ikke alene, da Snyder et al. (1997a, p. 114) argumenterer for, at individer kan have fælles mål ved at dele et håb med andre, som vil række ud over den individualistiske måltænkning. Det mål, som deles med et andet individ, bliver bl.a. beskrevet som noget, der sker gennem forhandling og kompromisser (Snyder, 1994, p. 297). Snyder et al. (1997a) skriver endvidere, at "hope is a way of thinking that has a distinctly interpersonal flavor" (p. 114). Individerne kan hjælpe hinanden til at nå egne eller fælles mål, hvilket kan medføre, at den anden hjælper individet senere til at opnå andre mål (Snyder, 1994, p. 297). De interpersonelle relationer tilføjer deri mening og rigdom til individets levede liv. Håb er derfor, ifølge Snyder (2002, p. 264), ikke udelukkende et individuelt anliggende. Jeg mener dog, at relationernes betydning for individets eget håb får karakter af, at individet handler ud fra sin egen interesse. Det afviger grundlæggende fra Eriksons og Marcells opfattelse af, hvordan individets håb er afhængigt af andre, hvilket jeg vil behandle nedenfor.

Betydningen af det interpersonelle for individets håb

Håb er hos Erikson (1964/1984, p. 172f) knyttet til gensidigheden mellem spædbarnet og omsorgspersonen. Det relationelle samspil er kilden til håb hos individet, da det er i relationen, at barnet udvikler tillid frem for mistillid til sine omgivelser. Håb kan, ifølge Erikson, dermed ikke eksistere uden det andet individ, da spædbarnet er afhængigt af, at omsorgspersonen indgår i et gensidigt samspil, hvorigennem det iboende håb bliver udviklet. Individets håb er i sin tilblivelse afhængigt af andre, men i modningen bliver det en integreret del af individet selv (Erikson, 1968/1990, p. 233f). Det er ikke tydeligt hos Erikson, men det kan føde en antagelse om, at individets håb i

modningen bliver mindre afhængig af interpersonelle forhold, når individets håb bliver integreret igennem holdbare mønstre, som danner grundlag for den videre udvikling af individets identitet.

Afhængigheden af andre individer vedbliver igennem livet hos Marcel (1951, p. 10), da han mener, at håb ikke kan eksistere uafhængigt af andre; 'den anden'. Det er igennem den anden og individets kærlighed til den anden, at individets væren bliver bekræftet og deri, at håb kan vokse og leve. Marcel (1951, p. 60f) anser det håbefulde individ for at leve frit i modtagende og givende relationer til andre, hvor denne forbundethed med andre er håbsbærende. Forbundtheden med andre er essentiel for, at individets håb kan overleve ifølge Marcel (1951, p. 10). Det står i kontrast til, Bernardo (2010, p. 945) som påpeger, at han anser den underliggende antagelse i Snyders håbsteori for at være, at der tillægges positiv værdi til individets egen ageren, som er uafhængige af andre individer, hvor individet har sine egne mål, intentioner og præferencer (Markus & Kitayama, 2003, if. Bernardo, 2010, p. 945). Håbets relationelle dimension hos Snyder (1994, p. 296) er derfor ikke nødvendigvis afgørende, da håbstænkningen sker inde i individet. De interpersonelle relationer kan, som beskrevet, dog tilføje mening og rigdom til individets levede liv. Igen er hovedvægten på, hvilken betydning målopnåelsen har for det enkelte individ, hvilket utydeliggør betydningen af håb i individets relation til andre.

Håbsbærende relationer

Alle tre teoretikere beskæftiger sig med andre individers betydning for individets eget håb, men jeg mener ikke, at de forstår det samme derved. Erikson (1964/1984, p. 85) understreger, at spædbarnet kun kan tilegne sig håb ved hjælp fra andre, mens dette til dels også ses hos Snyder (2000a, p. 25), der dog bliver kritiseret for, at håb i sin essens er et individuelt anliggende, når det er tillært (Bernardo, 2000, p. 944f). Hos Marcel (1951, p. 49f) er det derimod ikke muligt at adskille håb fra det interpersonelle og den selvhengivende kærlighed mellem individer. Håb kan, i hans optik, ikke eksistere uden andre, og det er i individets relationelle forhold, at individet opdager og erfarer håb. Det leder videre til en analyse af, hvordan Marcel, som eksistentialist har et interpersonelt individsyn over for specialets videnskabsteoretiske afsæt i den eksistentielle psykologi, som har et individualistisk individsyn.

Et individualistisk og interpersonelt individsyn

Den eksistentielle psykologi bygger på et emancipatorisk og individualistisk individsyn, mens eksistentialisten Marcells forståelse af håb understreger relationernes betydning for individet. Det har gentagende gange ført til kritiske refleksioner over betydningen af hhv. et individualistisk og interpersonelt individsyn hos de tre teoretikere, hvilket også ovenstående afsnit er eksempler på. Der er en risiko for, at et individualistisk individsyn overser betydningen af individers forbundenhed med andre, mens et interpersonelt individsyn kan betyde, at individets selvstændighed bliver negligeret i forhold til betydningen af relationelle forhold. Det følgende er en analyse af forholdet mellem Marcells interpersonelle fokus og det individualistiske individsyn i den eksistentielle psykologi.

Som beskrevet kan det skabe undring i læsningen af Marcells udlægning af håb, at Marcel er en eksistentialistisk filosof, som argumenterer for, at håb er betinget af interpersonelle forhold. Marcel (1951) skriver: "Hope is only possible on the level of the *us*, or we might say of the *agape*, and that it does not exist on the level of the solitary *ego*, self-hypnotised and concentrating exclusively on individual aims" (p. 10). Individet er dermed afhængigt af andre individer, da det er i relation til andre, at individet kan modtage og erfare håb. Det virker umiddelbart kontraintuitivt ift. den eksistentielle psykologis individualistiske individsyn, hvor individets frihed og mulighed for at træffe valg er det centrale i mødet med de eksistentielle grundvilkår. Marcel (1951, p. 62f) argumenterer dog også for, at individets frihed er afgørende for, at individet kan eksistere samt, at individet selv er ansvarligt for at vælge, hvorvidt det ønsker at modtage eller afvise håb, som bliver givet og modtaget igennem relationer med andre individer. Der er her en skelnen mellem individets eget ansvar for at træde ud i sin eksistens samt en opmærksomhed mod, at individet er afhængigt af andre igennem det levede liv. Det betyder, at individets selvstændighed er afgrænset af individets afhængighed af andre. Hos Marcel kommer det til udtryk ved, at individet har et ansvar for, hvordan det vælger at leve, mens selve livet udfolder sig og sker i relation til andre. Det tyder på, at Marcells individsyn indeholder en dualisme, der på den ene side understreger individets eget ansvar for at træde ud i eksistensen og leve i frihed til at træffe valg, mens individet samtidig er afhængigt af at modtage og erfare håb og være i relation til andre individer.

I fremstillingen af Marcels filosofi træder individets forbundenhed til andre og dermed de relationelle og interpersonelle forhold tydeligere frem end individualismen, hvilket muligvis skyldes, at der kun bliver inddraget et udsnit af Marcels filosofiske tekster; et udsnit, som relaterer sig til håb. Omhandlede specialet derimod begrebet 'frihed', ville der muligvis være et tydeligere individualistisk indvidsyn, da Marcel (1951, p. 45f) antager, at individet bliver frigjort fra indre såvel som ydre omstændigheder og begrænsninger, når det træder ud i sin eksistens. De næste afsnit tager udgangspunkt i Marcels (1951, p. 32f) skelnen mellem det relative og absolutte håb og indeholder en analyse af Eriksons og Snyders opfattelse af, hvorvidt individets håb er knyttet til et objekt eller ej.

4.2.3. Det relative og absolutte håb

Marcel (1951, p. 32f) skelner i sin forståelse af håb mellem det relative håb og det absolutte håb. Det førstnævnte er det konkrete håb om noget i fremtiden, som er knyttet til et objekt f.eks. helbredelse eller rigdom, hvilket står i modsætning til det absolutte håb, der transcenderer nuet og overvinder fortvivlelsen. Denne skelnen danner udgangspunktet for den følgende analyse af, hvorvidt Erikson og Snyder har knyttet et objekt til deres teori om individets håb. Det har til formål at belyse problemformuleringens første del: 'Hvad er håb psykologisk set?', da det kan være med til at klargøre, hvad de tre teoretikere anser håb for at bestå af.

Håbets udvikling

Erikson (1964/1984, p. 85f) pointerer, at der i modningen af individets håb sker en udvikling, hvor det oprindelige håb, som er konkret og tilknyttet et objekt, gradvist bliver "ophævet af et mere fremskredent sæt af håb" (Erikson, 1964/1984, p. 85). Erikson (1964/1984) antager endvidere, at det konkrete håb kan føre til skuffelser, mens det etablerede håb vil kunne overleve på trods af kriser, da individets håb kan tilpasse sig "til bedre udsigter" (p. 86). Jeg mener, at Marcels (1951, p. 32f) terminologi her kan anvendes til at beskrive, hvordan det relative håb hos Erikson udvikler sig til et absolut håb. Marcel beskriver ikke selv en sådan udvikling fra et relativt håb til et absolut håb, men ved brug af de to begreber i Eriksons håbsforståelse viser det sig, som en udvikling af individets håb, hvor det relative håb afløser det absolutte håb. Er det tilfældet, vil de to typer håb ikke gensidigt være tilstede i individets levede liv på

samme tid. Det fremgår dog ikke entydigt, hvorvidt Erikson helt løsriver individets håb fra at være knyttet til et objekt. Han skriver, at håb modner fra at være et utopisk håb til et håb med mulige drømme (Erikson, 1964/1984, p. 85f). Hvorvidt de mulige drømme er knyttet til et objekt som det relative og konkrete håb, eller om det er løsrivet fra et objekt, som i det absolutte håb, står åbent.

'Mål' som håbets objekt

Det er til gengæld tydeligt hos Snyder (1994, p. 3; 2000b, p. 9), at 'mål' i hans håbsteori er det objekt, som individets håb er knyttet til, da han anser 'mål' for at være håbets anker. Ved brug af Marcels (1951, p. 32f) terminologi vil Snyders opfattelse af håb knytte sig til det relative og ikke det absolutte håb. Jeg mener ikke, at det absolutte håb figurer hos Snyder. En forklaring herpå er, at objektet 'mål', i hans optik, gør, at håb går fra at være et vagt begreb til at blive præciseret og konkretiseret. Det er ønsket hos Snyder (2002, p. 255), da det også muliggør en operationalisering af håbsteorien. Det kan virke modstridende med Marcels (1951, p. 35) opfattelse af håb, som beskriver håb som et mysterium, der ikke kan beskrives rationelt.

Opfattelsen af, hvad håb er, divergerer derfor. Det medfører overvejelser om, hvorvidt Snyders opfattelse af håb udgør håb i samme forstand, som Marcel og Erikson opfatter det. Individets håb hos Snyder (2000b, p. 9) er knyttet til 'mål' som objekt og dermed det relative håb ved brug af Marcels (1951, p. 32f) terminologi. Objektet 'mål' er i Snyders håbsteori afgørende for individets håb. Spørgsmålet kan være, om Snyder udelukker nogle varianter af håb, som ikke nødvendigvis indeholder et objekt. Elliott & Olver (2002, p. 182) kritiserer, som tidligere nævnt, Snyders (2002) håbsteori. Kritikken lyder på, at en begrebsramme, som udelukkende indbefatter håb knyttet til et objekt eller mål om f.eks. helbredelse ikke kan forklare individets håb om et mirakel. Her vil Snyder et al. (2002, p. 1005) muligvis indvende, at der er tale om 'tro' snarere end håb, hvilket bliver uddybet i diskussionen (jf. 5.1.2).

Marcels (1951, p. 32f) skelnen mellem det relative og absolutte håb giver mulighed for, at individets håb ikke bliver forklaret rationelt eller knyttet til et egentligt mål, men stadig kan have værdi og være afgørende for individet i det levede liv. Marcel (1951, p. 45f) understreger, at det håb, som ikke er knyttet til et objekt, vil være frigjort fra individets indre og de ydre omstændigheder. Denne forståelse harmonerer ikke, som jeg læser det, med Snyders konkrete opfattelse af håb som mål opnåelse. Det fører til en diskussion af, hvorvidt Snyders opfattelse af håb ikke er håb i den forstand, som

Marcel beskriver det, hvilket bliver uddybet yderligere i diskussionen (jf. 5.2.1). Objektets betydning for individets håb leder videre til en analyse af sammenhængen mellem håb og mestring, hvor vejen til at indfri individets håb er det centrale.

Vejen til håbets indfrielse

Marcel (1951) argumenterer for, at håb ikke indeholder en løsning til dets indfrielse:

Hope is not interested in the *how*: and this fact shows how fundamentally untechnical it is, for technical thought, by definition, never separates the consideration of ends and means ... He who hopes says simply: »It will be found«. (p. 51f)

Det håbefulde individ søger ikke selv at skabe eller finde en løsning og en vej for sit håb, men appellerer til kreativiteten og lever håbefuldt, ifølge Marcel (1951), da håb er ”engaged in the weaving of experience now in process” (p. 52). Håb bliver af Marcel (1951, p. 51f) ikke opfattet som mestring, da håb ikke beskæftiger sig med, hvordan det bliver opnået. Håb er en igangværende proces, som individet lever ud. Det står i kontrast til Snyders (2002) håbsteori, der, som tidligere nævnt, bygger på en præmis om, at individets håb bliver mestret gennem dannelsen af mentale veje til målet. Det stiller krav til, at individet gør noget for at indfri sit håb, hvilket afviger fra Marcells (1951, p. 50f) beskrivelse af håb, som beskeden og tavst, der ingen krav stiller til livet. Ovenstående citat viser, hvordan Marcel (1951, p. 51f) afviser, at håb indebærer en planlægning eller løsning på, hvordan det bliver indfriet. Det er på den baggrund min opfattelse, at Snyders håbsteori kan blive kritiseret med udgangspunkt i Marcells (1951) teori for at begrænse individets håb gennem en rationel fremstilling af det. Kritikken kunne lyde på, at individets håb hos Snyder, der er bundet til ’mål’ som objekt bliver gjort afhængigt af individets formåen. Marcel (1951, p. 35) beskriver, hvordan en opfattelse af håb som et problem, der kan løses, betyder, at mysteriet forsvinder og håbets sande natur bliver reduceret. Omvendt kunne Snyders (2002) teori blive anvendt til at kritisere Marcells (1951) teori for at mangle en entydig definition og operationalisering af hans forståelse af begrebet håb. Denne gensidige uenighed vil ikke blive uddybet her, da den bliver videreført i diskussionen vedrørende, hvorvidt det er muligt at definere håb (jf. 5.2.2; 5.3.1).

Analysens anden del, om håbets karakter, er et bindeled mellem håbets ydre punkter; dets ophav og død. Den sidste og tredje del af analysen undersøger, hvad der sker, når individet mister sit håb. Det, mener jeg, er relevant i besvarelsen af problemformulering vedrørende en psykologisk beskrivelse af, hvad håb er, og hvilken betydning det har for individets levede liv. I håbets fravær kan vi lære mere om, hvad håbets tilstedevær har af betydning for individet; som Erikson (1964/1984) udtrykker det: ”den som har set et barn uden håb ved i hvert fald hvad der *ikke* er til stede” (p. 84).

4.3. Håbets død

Håb kan påvirke individets syn på fremtiden og for at forstå håb, mener jeg, at vi også må beskæftige os med, hvad der sker, når håb ikke er tilstede. Dette vedrører håbets modsætning, og hvilken betydning det har for individet, når håb forsvinder. Snyder og hans kollega Alicia Rodriguez-Hanley (2000) skriver:

Recall the legend of the mythical phoenix who crashes and burns, only to rise again from its own ashes. Perhaps it is hope that provides the lift to the wings of the phoenix. By further exploring the processes by which hope dies, therefore, we also may be able to understand how to renew that hope.
(Rodriguez-Hanley & Snyder, 2000, p. 52)

Legenden om fuglen Fønix kan inspirere til, at selvom individet mister sit håb, så er det ikke nødvendigvis slut, der er forsat håb. Det er på den baggrund, at nedenstående analyse om håbets død er skrevet med afsæt i Snyders håbsteori.

4.3.1. Det mistede håb

I gennem specialet har fokus indtil videre været på håbets ophav og tilstedeværelse hos individet. Deri ligger det implicit, at når håb kan være tilstede, så kan det også være fraværende. I det følgende er en analyse af, hvilken betydning interpersonelle forhold har for individets håb eller mangel på samme. Dette leder videre til en analyse af, hvad der sker, hvis individet mister sit håb.

Relationernes betydning for det mistede håb

Håb er, som beskrevet tidligere, udviklet eller givet til individet igennem relationer til andre individer (Erikson, 1964/1984, p. 172f; Marcel, 1958, p. 58; Snyder, 2002, p. 263). Det betyder, at når individet mister sit håb, involverer det ofte andre individer. Snyder (2002, p. 264) beskriver, hvordan traumatiske begivenheder i barne- og voksenlivet (f.eks. tab af nærtstående, mangel på partner, arbejdsløshed, vold) kan betyde, at individet mister sit håb. Marcel (1951, pp. 58+60f) argumenterer også for, at individets håb er direkte afhængigt af andre, da han mener, at individet igennem hele livet opdager og udvikler sit håb relationelt. Individet er derfor i en sårbar situation, hvis det mister en nærtstående eller lever isoleret. Erikson (1964/1984) har fokus på barnets udvikling og argumenterer for, at gensidigheden mellem barnet og omsorgspersonen er afgørende for, at barnet kan udvikle sit håb; ”Den fundamentale tillids og gensidighedens fejlslag er inden for psykiatrien blevet erkendt som det mest vidtrækkende fejlslag, som underminerer enhver udvikling” (p. 172f). Erikson (1964/1984, p. 173) argumenterer her for, at et barn er afhængigt af gensidighed gennem støtte, stimuli, tryk og vejledning for at kunne udvikle sig og deri tillidsfuldt udvikle håb. Det modsatte vil få negative konsekvenser for individets udvikling. Alle tre teoretikere antager, at andre individer har betydning for, om individet udvikler eller modtager håb, mens Snyder og Marcel også antager, at det har betydning for, om individet senere mister sit håb, hvilket ikke er tydeligt hos Erikson.

Tilbage til Snyder (2002, p. 249), så kan det virke selvmodsigende, at han understreger relationernes betydning, hvis individet mister sit håb, da han definerer håb ud fra individets egen dannelse af mentale veje til et mål. Jeg forstår denne umiddelbare selvmodsigelse på baggrund af, at Snyder (2000a, p. 31) anser individets håb for at blive tillært i interpersonelle forhold. Den antagelse betyder, at individets håb er sårbart over for interpersonelle forandringer på trods af, at individet integrerer håb kognitivt, og udlever det individuelt. Til at underbygge dette indeholder Snyders (2002, p. 255) håbsmodel ’stressorer’ og ’overraskende begivenheder’, som vil kunne påvirke håbstænkningen. En yderligere antagelse kan derfor være, at ’stressorerne’ og de ’overraskende begivenheder’ har betydning for, at individet mister sit håb ved eksempelvis arbejdsløshed, brudte relationer eller udsættelse for vold (Snyder, 2002, p. 264). Individets håbstænkning er derfor ikke et isoleret fænomen, men vil blive påvirket af ydre omstændigheder (Snyder, 2002, p. 255). Interpersonelle forhold er ikke det

eneste, som har betydning for, hvorvidt et individ mister sit håb. Snyder (1994, p. 117) argumenterer for, at dimensionerne af forhindringerne af individets målrettede tænkning er afgørende. De forskellige typer af forhindringer kan påvirke individets evne til at fastholde sit håb, hvilket bliver uddybet nedenfor.

Fra håb til håbløshed

Snyder (2002, p. 250) definerer håb ud fra individets egen evne til at danne mentale veje og motivation for at opnå et mål. En naturlig forlængelse heraf er hans skelnen mellem fire psykologiske faser, som individet oplever, når den målrettede tænkning bliver hindret (Snyder, 1994, p. 116). Faserne kan variere fra individ til individ, men generelt vil der ske en progression fra håb til raseri [eng. rage] til fortvivlelse og i sidste ende apati (Rodriguez-Hanley & Snyder, 2000, p. 41). Snyder (1994, p. 118f) beskriver, hvordan vrede og fortvivlelse går fra at være rettet mod de enkelte forhindringer til en generel ligegyldighed og apati, hvis individet mister sin håbefulde tænkning. Snyder (1994, p. 118) understreger, at hvorvidt denne progression sker afhænger bl.a. af målet og individets niveau af håb. Erikson og Marcel opererer derimod ikke med, at håb kan være lavt eller højt hos individet. De laver ikke en kvantificering af håb, men antager, at håb kan være tilstede eller fraværende.

Det er bemærkelsesværdigt, at Rodriguez-Hanley & Snyder (2000, p. 39) beskriver fortvivlelse, som den anden fase i udviklingen af håbløshed, mens den hos Marcel er håbets modsætning og ikke en fase i en trinvis udvikling (Knox, 2003, p. 150). Jeg mener dog, at elementerne i den trinvis udvikling er beskrevet af Marcel (1951, pp. 30-32) i hans opfattelse af fortvivlelsen, som håbets modsætning. Han argumenterer bl.a. for, at individet enten vil kapitulere eller resignere i mødet med forhindringer og fortvivlelse eller vil overvinde fortvivlelsen. Marcel (1951) går så langt, at han beskriver kapitulation, som "renounce the idea of remaining oneself, it is to be fascinated by one's own destruction to the point of anticipating this very destruction itself" (p. 37f). Citatet tydeliggør konsekvenserne for individet, som mister sit håb. I processen foregriber individet, ifølge Marcel (1951, p. 37f), sin egen destruktion i forventningen om, at den vil ske. Det står i kontrast til Snyders (1994, p. 118f) opfattelse af de to sidste trin, fortvivlelse og apati, som han mener, medfører en passivitet hos individet, hvorimod Marcel (1951, p. 37f) indikerer individets aktive medvirken til sin egen undergang og afvisning af håb, da individet er 'fascinated by one's own destruction'. Marcells (1951, p. 37) beskrivelse af individets destruktion vedrører her

individets indre og derved den psykiske og ikke fysiske død, hvilket også Snyder (1994, p. 116) understreger i sin teori om, hvordan individet mister sit håb.

Hvorvidt håbets død kræver en aktiv medvirken fra individet selv, bliver ikke direkte beskrevet af Snyder (1994, p. 118f), hvorimod han understreger, at udviklingen går fra individets aktive indsats for at fastholde sit håb til en ligegyldighed og passivitet, hvor sidstnævnte ligner svær depression. Denne beskrivelse af individet uden håb hos Snyder (1994, p. 119) ligner Eriksons (1964/1984) opfattelse af 'livløs', som håbets modsætning; "at en voksen, som har mistet ethvert håb, regrederer til en tilstand der er så livløs som en levende organisme nu kan udholde at være" (p. 84). Det fører videre til en uddybning af, hvilken betydning håbets fravær har for individet.

4.3.2. Konsekvenser ved håbets død

Håbløshed er nærliggende at betegne som håbets modsætning, men det kan ikke stå alene. Rodriguez-Hanley & Snyder (2000) specificerer eksempelvis mental apati som håbets modsætning; "There are times in everyone's life when hope comes to a complete stop. This mental apathy can last for only a few hours or as long as a lifetime" (p. 39). Andre steder bliver håbets modsætning beskrevet som livløshed og fortvivlelse (Erikson, 1964/1984, p. 84; Marcel, 1951, p. 36). Det følgende har til formål at analysere, hvad der er tilstede i håbets fravær, og hvilken betydning det har for individets levede liv.

Det paralyserede individ

"Faktum er at ingen person kan leve og intet jeg forblive intakt uden håb og vilje" (Erikson, 1964/1984, p. 86). Med disse ord understreger Erikson alvoren i, hvilke konsekvenser, det vil have for individet, hvis individet mister sit håb. Individets kerne, 'jeg'et', vil blive beskadiget, og det kan, ifølge Erikson (1964/1984), have alvorlige konsekvenser; "Vi erkender for eksempel en indre affinitet mellem de tidligste og dybeste psykiske forstyrrelser og et radikalt tab af en grundlæggende form for håb" (p. 81f). Individets tidlige udvikling vil, ifølge Erikson (1964/1984, p. 172), blive påvirket, når håb er fraværende hos individet, hvilket kan medføre psykiske forstyrrelser. Fravær af håb kan derfor have alvorlige og vidtrækkende konsekvenser for individets liv og livskvalitet. Det gør sig ikke kun gældende i øjeblikket, men konsekvenser kan også være langsigtet, som beskrevet i citat.

Håbets død bliver af Rodriguez-Hanley og Snyder (2000,) beskrevet som: "The demise of hope: on losing positive thinking" (p. 39). Håbets modsætning indebærer, i deres optik, et fravær af positiv tænkning og bliver som tidligere nævnt beskrevet som mental apati. Mental apati er bundet til håbløs tænkning. Konsekvenserne ved at individet mister sit håb kan, ifølge Snyder (2002, p. 264), medføre, at individet vælger at leve et trygt og sikkert liv uden brug af sine talenter eller interesser for at indfri store mål i livet. Individet lukker af for verdens muligheder, men det er utydeligt, hvorvidt konsekvenserne er så vidtrækkende for individet, som beskrevet af Erikson (1964/1984, p. 172). Marcel (1967, if. Randall, 1992, p. 329f), påpeger også, hvordan det fortvivlede individ bliver paralyseret og lever i et fangenskab, som fjerner det fra håbets og livets mysterium. Individet lukker sig om sig selv, og livet går i stå (Knox, 2003, p. 153; Marcel, 1951, p. 36). Snyder (2002, p. 264) og Marcel (1951, p. 36) beskriver begge, hvordan det mistede håb dermed fører til en isolation af individet og skaber en afstand til livets muligheder. Til sammenligning beskriver Erikson (1964/1984, p. 84) individet uden håb som værende 'livløs', hvilket kan trække paralleller til det paralyserede individ, som bliver opgivende og lukker af for livets muligheder. Erikson (1964/1984, p. 84) såvel som Marcel (1951, p. 10) knytter begge håb og liv samt fravær af håb og død sammen, hvilket ikke er tilfældet hos Snyder.

Analysens tredje del er en afrunding på udviklingen af individets håb fra dets ophav til dets karakter og dets død. Håbets død er, ifølge Snyder, ikke nødvendigvis det sidste håb individet har, hvis det antages, at de indledende overvejelser ud fra legenden om fuglen Fønix er sande. Heri ligger en antagelse om, at det er muligt, at individets håb igen kan vokse frem på trods af, at individet har mistet det. Denne analyse af håbets ophav, karakter og død fører videre til specialets diskussion.

5. Diskussion

Diskussionen tager afsæt i problemformuleringen med en diskussion af: 'Hvad er håb psykologisk set, og hvilken betydning har håb for individet i det levede liv?'. Diskussionen er i delt i tre; en del med hver af teoretikerne, hvor de øvrige teorier vil blive inddraget i diskussionen. Erikson har det første diskussionsafsnit, hvilket vedrører håb, som en drivkraft samt begreberne håb og tro. Andet diskussionsafsnit indeholder en diskussion af, om Snyder med sin håbsdefinition specificerer eller reducerer håb som begreb, mens tredje diskussionsafsnit diskuterer, hvorvidt Marcells filosofiske overvejelser kan bidrage til en psykologisk forståelse af håb, når han afviser at definere håb. Diskussion vil overordnet set omhandle, hvorvidt de tre forskellige fortolkninger af håb beskriver det samme begreb samt, hvilke konsekvenser de forskellige opfattelser af håb har for individet i det levede liv. Første del af problemformuleringen er primært i fokus i afsnittet vedrørende Eriksons brug af begreberne håb og tro, diskussionen af Snyders specificering og eventuelle reducere af håb samt Marcells diskussionsafsnit. Anden del af problemformuleringen vedrører primært diskussionen af håbets drivkraft specificeret under Erikson samt, hvorvidt individet skal mestre eller modtage håb, hvilket bliver diskuteret i Snyders diskussionsafsnit.

5.1. Erikson – Håbets drivkraft og tro

Erikson beskæftiger sig med, hvad håb er, samt hvilken betydning håb har for individet i det levede liv. Han har, som den eneste af de tre udvalgte teoretikere, ikke udviklet en selvstændig håbsteori og giver ikke en endegyldig definition af håb, men han 'risikerer' en beskrivelse af, hvordan han forstår håb. Den følgende diskussion indeholder to udvalgte nedslag i hans teori om håb. Først vil jeg diskutere, hvorvidt håb besidder en dobbelthed forstået på den måde, om håb både kan skabe indre og ydre forandringer hos individet. De øvrige teorier af Snyder og Marcel bliver inddraget i diskussionen, hvortil den eksistentielle psykologi bliver anvendt til at problematisere, hvorvidt individet er frit til og selv kan vælge at gøre brug af håbets drivkraft. Det leder videre til en diskussion af håbets forbundenhed til tro.

5.1.1. Håbets drivkraft

Erikson (1964/1984, p. 86) understreger, at håb både bidrager med en psykologisk tilpasning til tilværelsen samt er en drivkraft til at skabe forandringer i individets livsvilkår. Snyder (2002, p. 250) argumenterer for, at håb indebærer ydre forandringer i kraft af målopnåelse, mens Marcel (1951, p. 45f) antager, at forandringerne ikke er i de ydre omstændigheder, men snarere i individets indre ved, at individet forliger sig med sin situation. Spørgsmålet er, om Marcel i sin teori overser betydningen af den drivkraft, som håb kan besidde til at skabe ikke kun indre, men også ydre forandring. Det medfører en diskussion af, om de forskellige opfattelser af, hvad håb forandrer, er et udtryk for det samme håbsbegreb og kan forenes.

Indre versus ydre forandringer

Håb kan bidrage til at skabe forandring hos individet, men typen af forandringer divergerer hos de tre teoretikere, hvilket vil blive diskuteret her. Marcells (1951) håbsopfattelse kan bidrage positivt til det individ, som ikke kan ændre på sine livsvilkår eksempelvis et handicap eller et dødsfald. På den anden side er det muligt at indvende, om håb, hos Marcel (1951), mister muligheden for at være en drivkraft, som motiverer individet til at handle aktivt for at forbedre sine egne eller andres levevilkår, hvilket er essentielt i Eriksons (1964/1984, p. 86) håbsbegreb. Erikson (1964/1984, p. 86) antager, at håb både kan hjælpe individet til psykisk at tilpasse sig sine livsvilkår, men også kan drive individet til at ændre på dem. I forlængelse heraf er det relevant at stille sig kritisk over for, hvordan individet kan skelne mellem, hvornår det skal forlige sig med sin situation eller forsøge at ændre den. For hvad sker der, hvis individet oplever, at det forsøger, men ikke kan gøre en forskel og ændre sine livsvilkår; mister individet så sit håb? Her kan Snyders (2002, p. 267f) definition af højt og lavt håb have betydning, da individet med et højt håb nemmere vil finde alternative veje til sit mål eller danne nye mål, mens det for individet med lavt håb hurtigere vil resultere i, at individet giver op. Der vil med dette in mente være forskel på, hvordan individet vil reagere i mødet med vanskeligheder alt efter, om individet har et højt eller lavt håb, som det bliver beskrevet af Snyder (2002, p. 267f). Til gengæld er det muligt at argumentere for, at Snyder overser de situationer, hvor håb ikke kan bidrage til at skabe ændringer eksempelvis fjerne alvorlig sygdom eller ved dødsfald. Individet kan ikke ændre på

nogle vilkår, men må forlige sig med sin situation, som beskrevet af Marcel. Sidstnævnte figurerer, så vidt jeg ved, ikke i Snyders håbsteori.

Grundlæggende står Snyders opfattelse af håb, som en drivkraft til at skabe forandringer i individets livsvilkår over for Marcells opfattelse af, at håb skaber indre frem for ydre forandringer, hvor håb gør individet i stand til at forlige sig med sig selv og sin situation uden at ændre på livsvilkårene. Til gengæld vil jeg argumentere for, at Erikson (1964/1984, p. 86) inddrager begge dimensioner i sin beskrivelse af håb. Håbets dobbelthed kan vha. Erikson beskrives som, at håb kan medføre, at individet tilpasser sig og forliger sig med sin situation eller forsøger at ændre på sine livsvilkår. Hvis Eriksons forståelse af håbets dobbelthed antages for værende sand, må individet have indsigt i at skelne mellem, hvornår individet skal tilpasse sig og forlige sig med sin situation, og hvornår, det skal forsøge at ændre på sine livsvilkår. Det kommer bl.a. til udtryk i sindsrobønnen skrevet af den amerikanske teolog Reinhold Niebuhr (1892-1971): ”Gud give mig sindsro til at acceptere de ting, jeg ikke kan ændre, mod til at ændre de ting jeg kan, og visdom til at se forskellen” (Niebuhr, 1932, if. Haraldskirken, n.d.). En refleksion over citatet giver endvidere anledning til en diskussion af, hvilken sammenhæng der er mellem begrebet håb og tro.

5.1.2. Håb og tro

Igennem den teoretiske redegørelse og analyse af begrebet håb har det vist sig, at der er forskel på, hvordan håb bliver afgrænset. Det viser sig eksempelvis ved om ’tro’ bliver beskrevet, som værende en del af eller forskelligt fra håb. Det følgende vil være en diskussion af, hvorvidt og evt. hvori håb og tro adskiller sig. Det har til formål at klargøre ’Hvad håb er psykologisk set’ gennem en diskussion af, hvordan håb som begreb adskiller sig fra lignende begreber.

Håb uden tro

Snyder er den teoretiker i specialet, som giver den tydeligste afgrænsning af håb som begreb. Snyder et al.’s (2002) håbsteori omhandler ”the behavior-guiding concept of hope” (p. 1005) og bliver afgrænset til det håb, som individet selv kan beherske. Snyders beskrivelse af håb som et ’adfærdsguidende koncept’, understreger hans indsyn i den positive psykologi og kognitive tilgang til at forstå håb. Det indbefatter, at kognition og adfærd bliver anset for at være afgørende elementer i individets

forandring (Dammeyer, 2014, p. 381). Håb bliver et 'koncept', som individet kan til-lære sig og bruge til egen vinding gennem adfærdsregulering. Her vil jeg inddrage, den tidligere beskrevne, kritik af Eliott og Olver (2002, p. 182), som stiller spørgsmålstegn ved, hvorvidt håb er begrænset til de mål, som er mulige og kan indfries. Kritikken bliver eksemplificeret ved individets håb om et mirakel på trods af pessimistiske me-dicinske og lægelige forudsigelser. Håbet om et mirakel kan ikke forklares rationelt eller som et håb, der er knyttet til det opnåelige, da det ikke er muligt at planlægge en vej til et mirakel. Kritikken går på, at Snyder overser det håb, som er knyttet til det, som rækker ud over individet og individets egen formåen.

Jeg antager, at Snyder et al. (2002, p. 1005) derimod vil betegne det håb, som rækker ud over individet, som 'tro' og ikke håb; "that these expectations, which foster a »wait-and-see« attitude, are better labeled as »faith«" (Snyder et al., 2002, p. 1005). Tro er her ikke religiøs, men henviser hos Snyder til de forventninger, hvor individet ikke selv kan bidrage til en indfrielse i fremtiden; f.eks. at vinde i lotto. Sny-der et al. (2002, p. 1005) argumenterer for, at håb adskiller sig fra begrebet tro, da tro indbefatter de tanker om fremtiden, som er uden for individets kontrol. Dette er endnu et eksempel på en specificering af håb ved at adskille det fra begrebet tro. Snyder har dermed en mere snæver opfattelse af, hvad håb er end Erikson og Marcel. I forlængelse heraf er det muligt at diskutere, om det reelt er håb eller tro, som er knyttet til de for-ventninger, hvor individet må 'vente-og-se' uden at kunne gøre fra eller til. For, hvad er det, der adskiller eller forener tro og håb?

Tro som et modent håb

Til at besvare ovenstående spørgsmål vil jeg inddrage teori af Erikson (1982/1983, p. 59), som argumenterer for, at håb i alderdommen danner en bro i den sidste psykos-o-ciale konflikt mellem integritet og fortvivlelse, og deri bliver omdannet til tro. Erikson (1964/1984) opfatter tro, som et modnet håb; "Det der begynder som håb hos det en-kelte lille barn er i sin modne form tro, en følelse af højerestående sikkerhed, som ikke væsentligt afhænger af beviser eller fornuft" (p. 114). Tro er så at sige en videreudvik-ling af individets håb. Tro kan være af religiøs eller sekulær oprindelse, hvilket ikke er afgørende i Eriksons (1964/1984, p. 114) tolkning heraf. Det afgørende er, at håb og tro skaber en sammenhæng hos individet mellem livets begyndelse og livets afslut-ning, da Erikson (1982/1983) antager, at det er i modningen af håb til tro, at individet

løser den sidste psykosociale konflikt mellem fortvivelse ”vedvarende følelse af stagnation” (p. 60) og integritet ”en følelse af *sammenhæng* og *helhed*” (p. 62).

Erikson (1964/1984, p. 86) og Marcel (1951, p. 60f) antager, at håb er hhv. en reaktion og et svar på livet. Hvortil Marcel (1951, p. 36) understreger, at det er i håbets overvindelse af individets fortvivelse, at håb bliver til og erfaret. Håb og tro bliver forenet i denne overvindelse af fortvivelsen hos Erikson (1982/1983, pp. 60-62). Håb og tro er dermed uadskillelige, da håb kan udvikle sig og blive modnet til tro, hvilket ikke bliver beskrevet af Marcel (1951). Det står umiddelbart i kontrast til Snyder et al. (2002, p. 1005), der antager, at håb og tro er to adskilte begreber, hvor tro ikke har noget med håbsteorien at gøre. Snyder et al. (2002, p. 1005) argumenterer for, at det er nødvendigt at afgrænse håb fra tro, hvorimod Erikson (1964/1984, p. 86) argumenterer for, at håb er essentielt for tro. Det fremgår ikke entydigt, om Erikson definerer håb og tro, som to adskilte begreber, hvorimod han fremhæver betydningen af deres forbundenhed. På trods af, om det er uvist, hvorvidt Erikson opfatter håb og tro, som to adskilte begreber, vil jeg argumentere for, at Eriksons og Snyders opfattelser af tro og håb ikke er forenelige. Erikson beskriver håbets udvikling til tro, hvorimod Snyder antager, at tro ikke har noget med håb at gøre.

Kan håb og tro forenes?

Spørgsmålet er derfor, hvorvidt tro er et modnet håb eller, om håb og tro er to adskilte begreber, som ikke beskriver det samme. Det er muligt at argumentere for, at Snyders definition af håb uden tro vil mangle noget af den essens, som Erikson og Marcel beskriver. Snyders håbsdefinition kan både blive anset for at være en specificering af, hvad håb er, men også en reducere af håb, hvilket bliver udfoldet nedenfor (jf. 5.2.2).

Marcel (1951, p. 36) beskriver ikke tro, som et modnet håb, men understreger, at håb er spirituelt. At håb er spirituelt, betyder hos Marcel (1951, p. 36), at det opstår uafhængigt af individet, og individet kan modtage håb i relation til andre. Det håb kan transcendere individets omstændighederne og lade individet træde ind i væren. Marcells beskrivelse af håb som spirituelt kan tyde på, at det har tilknyttet nogle af de samme egenskaber, som Erikson forstår ved håb og tro. Tro giver, hos Erikson (1964/1984, p. 114), en ’højerestående sikkerhed’, som er uafhængig af omgivelserne; det modne håb kan dermed beskrives som transcendent. Snyders afgrænsning af tro fra håb divergerer derimod grundlæggende fra, at håb kan transcendere individets omstændigheder og række ud over individet. Eksempelvis håbet om eller troen på et

mirakel vil af Snyder et al. (2002, p. 1005) blive betegnet som tro og ikke håb. Det betyder, at Snyders opfattelse af håb er afskåret fra tro og fra at indbefatte, at individet kan have et håb, som kan være frigjort fra et objekt og række ud over individet. Det er her muligt at indvende, at Snyder et al. (1997a, p. 114) beskrivelse af fælles håb og mål vil række ud over individet. Det er dog vigtigt at pointere, at de fælles mål stadig vil være betinget af et objekt, hvortil individet vil vurdere, om det er til gavn for individet selv at deltage i den fælles målstræben. Snyders beskrivelse af, hvordan individet laver en cost-benefit-analyse over målets resultatværdi for individet kan medføre, at håb kommer til at fremstå egocentrisk, hvilket uddybes senere (jf. 5.2.1). Snyders håbsbegreb indfanger endvidere ikke de situationer, hvor det ikke er muligt for individet at mestre en vej til et ønsket mål; som eksempelvis håbet om et mirakel.

Jeg vil på baggrund af ovenstående argumentere for, at Snyder i sin beskrivelse af håb og tro, som to adskilte begreber, risikerer at miste noget af håbets essen ift. Eriksons og Marcells beskrivelser. For hvis håb hverken er spirituelt eller indeholder tro, bliver håb afhængigt af, at individet kan danne en vej til et ønsket mål. Håb bliver, hos Snyder, et spørgsmål om individets egne evner, hvorimod det håb, som indeholder tro, kan sætte individet frit til at leve et håbefuldt liv uafhængigt af, om individet selv kan skabe en vej til håbets indfrielse. Eriksons beskrivelse af håb som bliver modnet til tro samt bidrager til indre såvel som ydre forandringer hos individet, indeholder, for mig at se, et opløftende budskab til individet uafhængigt af individets evner og situation, hvorimod Snyders beskrivelse af håb skaber et håb, som bliver betinget af individets egne evner. En yderligere diskussion af, hvorvidt Snyders opfattelse af håb betinger håb i form af mål bliver beskrevet i det nedenstående afsnit.

5.2. Snyder – Et specificeret eller reduceret håb?

Snyder giver, som den eneste af teoretikerne en definition af håb. Det betyder, at han specificerer, hvad håb er samtidig med, at han afgrænser det fra andre begreber, som eksempelvis beskrevet oven for ved tro. Det følgende vil være en videre diskussion af, hvorvidt Snyder i sin definition af håb formår at specificere, hvad der udgør håb eller reducerer det. Først vil jeg diskutere, om Snyder gør håb til et spørgsmål om mestring og dermed betinget af individets egne evner, samt evt. konsekvenser heraf. Anden del

vil indeholde en afsluttende diskussion af, om Snyder begrænser en forståelse af, hvad håb er psykologisk set i hans teori.

5.2.1. Mestring eller modtagelse af håb

Snyder knytter individets kognitive evner og målopnåelse sammen med håb. Det vil her blive diskuteret, om håb derigennem bliver gjort betinget af individets egen præstation og mestring samt, hvilke konsekvenser det i så fald vil have for individet.

Håb – En vurdering af målets resultatværdi

Det centrale i Snyders definition af håb er, at individet søger at opnå egne ønskede mål gennem kognitivt at danne mentale veje til målet og motivere sig selv. Det kan tyde på, at Snyder (2002, p. 249) gør håb til et spørgsmål om individets kognitiv kapacitet og en vurdering af målets resultatværdi. Det virker, for mig, kontraintuitivt, at håb stiller krav til individet ved at være en mulig anstrengende proces, som er betinget af individets kognitive evner. Det er derfor muligt at indvende, at det kan virke som om, at håb vil være uopnåeligt for de individer, som oplever håbløshed og kan have svært ved at mønstre energi og motivation til at udtænke et mål og vejen dertil. Hos Snyder kan individet ikke modtage sit håb, som Marcel (1951, p. 62f) antager, men Snyder (2000a, p. 31) beskriver derimod, hvordan individet skal lære at håbe, og indfrielsen deraf er afhængig af individets præstation. I min læsning af Snyder, tyder det på, at individets håb bliver betinget af individets egne evner, hvilket også Bernardo (2000, p. 944f) påpeger i sin kritik af håbsteoriens individualistiske kulturforståelse. Håb bliver et selvstændigt foretagende og stiller krav til den der vil håbe, hvor håbets resultat eller 'målet', som Snyder udtrykker det, er en personlig gevinst.

I Snyders (2002) håbsteori bliver 'mål' gentagende gange fremhævet som centralt. Det virker som om, at der bliver sat lighedstegn mellem individets håb og ønskede mål. Diskussionen går her på, hvorvidt mål udgør håb psykologisk set. Snyder (2002, p. 253) beskriver håbstænkningens anker som 'desired goals', hvor mål, som er baseret på egne værdier, er mere attraktive end mål baseret på andres værdier. Snyder har, som tidligere beskrevet, et individualistisk individsyn og det betyder bl.a., at individets egne ønsker og længsler er centrale. Håb bliver, som beskrevet, et individuelt og selvcentreret foretagende. På den baggrund vil jeg argumentere for, at håb, som Snyder beskriver det, kommer til at fremstå egocentrisk. Egocentrisk på den

måde, at håb finder sin berettigelse, når den personlige gevinst ved målet er stort nok ift. de kognitive anstrengelser. Selve håbstænkningen bliver dermed betinget af en cost-benefit-analyse af, om det kan 'betale' sig at stræbe efter et givent mål (Snyder, 2002, p. 253).

Marcel's håbsbeskrivelse står i kontrast til Snyders håbsbeskrivelse. Marcel (1951, pp. 36+60) understreger, at håb er uselvisk og ikke kræver en særlig indsats. Han afviser direkte, at håb og mål er forenelige, da håb "does not exist on the level of the solitary ego, self-hypnotised and concentrating exclusively on individual aims" (Marcel, 1951, p. 10). Marcel (1951, p. 65) antager dertil, at håb og den 'kalkulerende fornuft' [eng. calculating faculty of reason] er grundlæggende forskellige, og individet vil miste begge, hvis de forenes. Jeg vil af den grund argumentere for, at Marcel's opfattelse af håb er uforenelig med Snyders (2002, p. 253) håbsbegreb, som hviler på en fornuftbaseret cost-benefit-analyse af, hvorvidt håbstænkningen er anstrengelserne værd. Det strider grundlæggende imod, hvad håb er, ifølge Marcel (1951, p. 50f), som anser håb for at være beskedent og tavst uden at stille krav til livet. Er præmissen, som Marcel (1951, p. 65) antager, at håb og den kalkulerende fornuft er uforenelige, vil det betyde, at Snyders (2002) opfattelse af håbstænkningen ikke udgør håb i sin essens, da håbstænkningen beror på individets kognition og vurdering af målet, hvilket afhænger af individets 'kalkulerende fornuft' i form af en cost-benefit-analyse af målets resultatværdi.

Håb – Betinget eller frigjort fra et objekt

Det vil her blive diskuteret, hvilke psykologiske konsekvenser det har for individet, når individets håb, hos Snyder, bliver forankret i målopnåelse. Marcel's (1951, p. 55) beskrivelse af det absolutte håb vil i modsætning til det relative håb, som er knyttet til et objekt eller mål, være frigjort fra, hvorvidt der sker en egentlig indfrielse af individets håb. Konsekvenserne er hos Snyder (2002, p. 252), at de mål, som individet ikke indfrier, vil skabe negative emotioner, som vil påvirke den senere håbstænkning og stræben efter målopnåelse. Det kan tyde på, at når Snyder forankrer individets håb i mål og ikke opererer med et lignende begreb til 'absolut håb' (jf. 4.2.3), er individets psykiske velbefindende udsat, da det muliggør en vurdering af individets indsats i håbets indfrielse, som succes eller fiasko. Det kan betyde, at individet vender blikket indad og tilskriver en evt. fiasko sin egen manglende eller fejlfulde muligheds- og handletænkning. Håbstænkningen kan dermed både bidrage til at styrke eller svække

individets håbstænkning, hvilket, jeg antager, kan medføre en styrkelse eller svækkelse af individets psykiske velbefindende. Det er muligt at argumentere for, at det er en konsekvens af, at der i Snyders håbsteori ikke indgår en skelnen mellem, hvornår individet skal acceptere, at noget ikke kan ændres og tilfælde, hvor individet kan skabe ændring. Det bliver bl.a. fremhævet i den tidligere citerede sindsrobøn (jf. 5.1.1). Det kan medføre overvejelser om, at det bedste for individet vil være ikke at håbe eller stræbe efter et mål, hvis individet ikke kan indfri det. Snyder (2002, p. 250f) vil muligvis indvende, at det håb, hvor det ikke er muligt at lave mentale veje for at opnå et mål slet ikke er et håb. På den baggrund er det irrelevant, at individet skal kunne skelne imellem, hvornår det skal acceptere sin situation eller forsøge at ændre på den, da accept af livets vilkår ikke er en del af håbstænkningen. Medmindre det er muligt, at individets tilpasning til sin situation udgør selve målet, og håbstænkningen indbefatter mentale veje for, hvordan individet kan nå dertil. Det forudsætter, at individet er i stand til at danne mentale veje for at indfri målet, hvilket kan være vanskeligt for individer med lavt håb eller psykiske udfordringer.

Konsekvenser ved et betinget håb

For mig at se fanger Snyders måde at forstå håb, ikke noget helt centralt i håbets essens ift. Eriksons og Marcells håbsbeskrivelse, når han knytter håb til individets præstation og i sidste ende indfrielsen af mål. Hans forståelse af håb, som er betinget af individets succes eller fiasko, vil, som beskrevet, gøre individet sårbart over for håbløshed pga. negative emotioner og selvbebrejdelser som følge af fiasko. Det kan betyde, at det håb, som Snyder forankrer til mål, kan have positive såvel som negative psykologiske konsekvenser for individet. Det absolutte håb, beskrevet af Marcel (1951, p. 55), er derimod frigjort fra individets præstationer og omstændighederne, hvilket medfører, at det håb ikke på samme måde medfører skuffelse eller selvbebrejdelse. Marcel (1951, p. 46) argumenterer for, at det absolutte håb gør individet i stand til at forlige sig med sig selv og transcendere nuet og omstændighederne. Det kan have en positiv indvirkning på individets psykiske velbefindende, når individet kan leve i modtagende og givende forhold til andre gennem et håbefuldt liv på trods af, hvad der sker. Det gør sig også gældende i de situationer, hvor individet ikke er i kontrol over, hvorvidt et håb eller mål bliver indfriet.

At (gen)optræne eller modtage håb

Snyder (2002, p. 250) antager, at håb indebærer kognition, individets stræben efter mål og mestring deraf. Spørgsmålet kan være, om det håb også kan række ud over individet og sætte det fri til at leve et håbefuldt liv samt overvinde individets oplevelse af mørke, fortvivlelse og håbløshed? Håbets modsætning hos Snyder (1994, p. 118f) er 'apati'. Altså en ligegyldighed og passivitet hos individet. Individet giver op. Det er her umiddelbart vanskeligt at se, hvordan individet kan håbe i en sådan situation, når håb bliver et spørgsmål om mestring og præstation. Er håbet, så tabt for bestandigt, hvis individet ikke selv kan gennemføre håbstænkningen? Snyder (2000a, p. 31) vil muligvis argumentere for, at individet må (gen)lære håbstænkning. Her kan et andet individ træde til som 'træner' og hjælpe med at (gen)optræne håbstænkning. Marcel (1951, p. 36) beskriver derimod, hvordan håb ikke kræver en særlig indsats. Individet kan frit modtage håb, da det opstår eksternt og kan transcenderer tiden og omstændighederne. Spørgsmålet er så, om Marcells udlægning indeholder håbets essens; at håb bliver gjort ubetinget af individets formåen, men kræver at blive modtaget; håb skal ikke (gen)optrænes, men modtages.

Marcel (1951, p. 10) antager, at håb på en og samme tid er frigjort fra individet og samtidig er livgivende og livsnødvendigt for, at individet kan leve. Her er individets opgave ikke at mestre et håb, men individet kan genfinde håb ved at åbne op for at modtage håb. Jeg vil argumentere for, at i en psykologisk fortolkning af håb er den sidstnævnte opfattelse af håb opmuntrende. Det betyder bl.a., at håb går fra at være betinget af individets evner og psykiske velbefindende til at blive et spørgsmål om, at individet bliver i stand til at åbne op for at modtage håbet. Håbets 'pris' bliver et spørgsmål om, at individet er villigt til at modtage frem for at afvise håbet. Snyder gør derimod håb betinget af individets intellekt og psykiske velbefindende. Håb bliver ikke beskrevet af Snyder, som det der kan overskride omstændighederne og frigøre individet fra fortvivlelse og håbløshed. Det er et udtryk for, hvordan Snyders opfattelse af håb er uforenelig med Marcells opfattelse af det samme begreb. Umiddelbart er det ikke muligt at skabe sammenhæng imellem beskrivelserne af håb.

5.2.2. Et defineret håb

Det følgende afsnit har til formål at afklare, hvorvidt Snyders definition af håb er en specificering eller reducere af håb. Det vil sige, hvorvidt hans teori kan bruges besvare problemformuleringens første del; 'Hvad er håb psykologisk set?'.

Et afgrænset eller begrænset håb

Som tidligere nævnt giver Snyder (2002) som den eneste teoretiker i specialet en definition af håb: *"Hope is defined as the perceived capability to derive pathways to desired goals, and motivate oneself via agency thinking to use those pathways"* (p. 249). Håb bliver gjort målbart og konkret i Snyders håbsteori, og han bidrager i specialet med en teori, som forsøger at gøre, hvad Erikson tøver med og Marcel afviser er muligt. I definitionen af håb giver Snyder mulighed for en operationalisering af, hvad håb er. Hans teori er dermed et opgør med, at det kan være svært at indfange og definere håb, hvor hans teori bygger på præmissen om, at håb er kognition. Det er den grundlæggende præmis, som Elliott og Olver (2002, pp. 175+190) kritiserer Snyder for, da de mener, at han har et for snævert fokus på den kognitive dimension af håb. De mener, at det medfører en reducere af, hvad håb er. Kritikken hviler på en antagelse af, at håb er komplekst og endimensionelle definitioner af håb, som fokuserer på et enkelt aspekt, ikke indfanger begrebet håb (Elliott & Olver, 2002, p. 190). På baggrund af min læsning af Snyder, tror jeg, at Snyder vil argumentere for, at hans teori er et udtryk for en specificering fremfor en reducere af, hvad individets håb består af. Snyder (2000b, p. 9) argumenterer for, at han med sin teori har præciseret, hvad håb er, hvilket betyder, at håb går fra at være et vagt til et anvendeligt begreb. Spørgsmålet er så, hvorvidt Snyder med sin definition har reduceret håbets kompleksitet eller er lykket i sin specificering af, hvad håb er.

Jeg vil på baggrund af de forhenværende diskussionsafsnit af Snyders håbsteori argumentere for, at Snyder formår, at specificerer håb og samtidig reducerer og begrænser individets håb. Snyders håbsteori bidrager med en kognitiv opfattelse af håb, hvilket betyder, at teorien udelukker elementer fra Eriksons og Marcells beskrivelser af håb. Snyder afgrænser f.eks. håb fra tro, og forankrer individets håb i mål, som et objekt. Det betyder, at Snyder opfatter håb, som afhængigt af individets kognition og evner til at udleve håbstækningen. Håb og fornuft bliver kædet sammen i en cost-benefit-

analyse af målets resultatværdi, hvortil håbets indfrielse kan måles i succes eller fiasko. Det viser, hvordan Snyder beskæftiger sig med et udsnit af, hvad håb er psykologisk set, såfremt, at håb er mere end kognition. Jeg vil argumentere for, at Snyders håbsbegreb derfor ikke nødvendigvis indfanger essensen af håb, såfremt det antages, at håb er mere end kognition, som beskrevet i kritikken af Elliott og Olver (2002, p. 190), der anser håb for at være komplekst og bestå af flere dimensioner. Det vil betyde, at Snyder bl.a. overser betydningen af håbets relationelle og transcendent dimension, som det bliver beskrevet af eksempelvis Marcel og tildeles Erikson. Snyders håbsdefinition afgrænser derfor ikke kun håb, men begrænser det. Til gengæld formår Snyder at definere og operationalisere håb, mens Marcel afviser, at det er muligt. Det leder til en diskussion af, om Marcells opfattelse af håb på trods af en manglende definition er anvendelig og kan bidrage til en psykologisk beskrivelse af håb.

5.3. Marcel – Anvendelig uden definition?

Jeg vil her med inddragelse af de tre teorier diskutere, hvorvidt Marcells udlægning af håb kan bidrage konstruktivt til en beskrivelse af, hvad håb er psykologisk set, når han konsekvent afviser at definere håb. Det bliver efterfulgt af en diskussion om sammenhængen mellem håb og frihed.

5.3.1. Det undefinerbare håb

”How can we fail to see that humility, modesty or chastity, by their essence, can never consent to be defined, that is to say they will never deliver their secret to the mercy of rationalistic investigation” (Marcel, 1951, p. 35). Ydmyghed, beskedenhed og uskyld er alle karaktertræk, som Marcel (1951, pp. 35+50f) anser for at være en del af håbets natur, heraf følger, at forsøg på at definere og indfange håb nødvendigvis er utilstrækkelige og mangelfulde. Marcel (1951, p. 35) afviser dermed en egentlig definition af håb, da håb i hans optik er et mysterium og ikke et problem, hvor det kun er muligt at beskrive sidstnævnte kategorisk.

Erikson (1964/1984) beskriver som Marcel, hvordan håb er vanskeligt at indfange og måle; ”Hvis vi tilskriver det sunde barn rudimenterne af *håb*, vil det faktisk være svært at specificere kriterierne for denne tilstand og endnu sværere at måle den” (Erikson, 1964/1984, p. 84). På trods heraf forsøger Erikson (1964/1984) sig ved,

at ”risikere nogle indledningsvise formuleringer” (p. 86) om håb, men understreger, som det også ses hos Marcel (1951, p. 35), at håb er vanskeligt at indfange, operationalisere og måle. I forlængelse heraf skriver Erikson (1964/1984, p. 84), hvordan det muligvis er nemmere at beskrive håb ved at se på dets fravær hos et barn uden håb. Håbets fravær giver, ifølge Erikson (1964/1984, p. 84), et indblik i, hvordan håb er afgørende for individet og, at det er forbundet til at være levende. Erikson giver sin fortolkning af, hvad håb er uden at komme med en endegyldig definition af håb. Det understreger han ved at anvende betegnelsen ’risikere’ i sin beskrivelse af håb og med forsigtighed nærme sig, hvad der udgør individets håb. Erikson og Marcel udviser begge en skepsis mod at definere håb endegyldigt, hvilket står i kontrast til Snyder (2002, pp. 249f+255), som argumenterer for, at det er muligt både at definere håb og operationalisere det.

Anvendelighed uden en håbsdefinition

På trods af, at Marcel afviser, at det er muligt at beskrive håb rationelt eller intellektuelt, giver han sit bud på håbets betydning for individets levede liv. Jeg vil argumentere for, at hans udlægning af håb kan skabe en bevidsthed hos individet, samt psykologen og klienten, som kan hjælpe til, at individet bliver i stand til at modtage håb og overvinde fortvivlelsen, som det bliver beskrevet af Marcel (1951, p. 36). Det er bl.a. essentielt, at håb bliver erfaret og udlevet interpersonelt. Håb bliver ikke afgrænset til at være en iboende psykologisk kapacitet hos det enkelte individ, som Erikson og Snyder beskriver det. Individet erfarer derimod håb igennem interpersonelle forhold og må vælge, hvorvidt det ønsker at modtage eller afvise håb. Det betyder, at håb går fra at være en indre egenskab, som vil udvikle sig eller skal tillæres, til at opstå uafhængigt af individet. Individet skal derimod være i stand til og villigt til at modtage håb i relation til andre, hvorvidt dette er muligt, bliver diskuteret senere (jf. 5.3.2).

På trods af, at Marcel ikke giver en egentlig definition af håb, vil jeg argumentere for, at hans teori stadig er anvendelig i den psykologiske praksis. Hans opfattelse af håb åbner op for, hvad håb kan betyde og gøre for individet. Det sker f.eks. ved, at han skelner mellem det relative og absolutte håb (Marcel, 1951, p. 32f). Det relative håb er begrænset af sit objekt, mens det absolutte håb rækker ud over og transcenderer individets virkelighed. Det er det absolutte håb, som kan bringe lindring og trøst ind i smerte, sorg og savn. Denne skelnen giver mulighed for at hjælpe individet til at give slip på en objektivisering af håb og i stedet lade håbet blive frigjort fra

en vurdering af dets berettigelse og indfrielse. Det absolutte håb gør, ifølge Marcel (1951, p. 32f), individet i stand til at forlige sig med sig selv og sin situation, hvilket betyder, at individet kan opnå en frihed fra fortvivlelsen. Marcells håbsfilosofi kan dermed bidrage til en viden om, at individet kan få hjælp af 'den anden' til at træde ud i sin eksistens og modtage håb, som kan transcendere livets grundvilkår. Der bliver muligt for individet at gå fra at være fanget i fortvivlelse til at leve et håbefuldt liv.

Det livgivende og livsnødvendige håb

Jeg vil i det følgende bygge videre på ovenstående og diskutere, hvorvidt Marcells teori indeholder psykologiske elementer. Marcel (1951, p. 37f) opfatter bl.a. håb som livgivende og livsnødvendig for individet. Det tyder på, at håb ikke kun er vigtigt for individets fysiske velvære, men også individets psykiske velbefindende.

Psykiske lidelser bliver i den eksistentielle psykologi forstået, som en konsekvens af eksistentielle kriser i individets konfrontation med livets grundvilkår (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 138). Håb er, ifølge Marcel (1951, p. 60f), et svar på fortvivlelsen, som ophæver en paralysering af individet. At leve håbefuldt betyder, at individet har en tro på, at der på trods af fortvivlelse og mørke er en vej ud (Marcel, 1951, p. 31). Det kan tyde på, at håb er afgørende for individets velbefindende, hvis individet lever et håbefuldt liv i mødet med livets grundvilkår. Håb ruster dermed individet i mødet med vanskeligheder, hvilket kan føre til en argumentation for, at det er afgørende, at individet kan indgå i relationer og erfare og modtage sit håb igennem livet. Individet skal ikke leve isoleret, da det kan betyde, at individet træder væk fra sin eksistens og lever et inaktivt og fremmedgjort liv (Henriksen, 2009, p. 156f). Individet går dermed glip af livet og håbets gave. I forlængelse heraf er det relevant kritisk at forholde sig til, hvorvidt alle individer kan indgå relationelt, som er en forudsætning for at modtage håb. Hvilket individ vil vælge at afvise frem for at modtage håb? Kan det være måske et individ, som ikke har overskud eller mod til det? Hvad med det individ, som har social angst eller lever isoleret; vil håb være utilgængeligt for dem, da Marcel (1951, p. 10) antager, at håb bliver modtaget igennem relationer med andre? Det står til diskussion, om nogle individer vil være afskåret fra håb, på trods af, at Marcel afviser, at håb er afhængigt af individets mestrings. Kritikken lyder på, at håb til stadighed afhænger af individet selv, som skal træffe et valg om at modtage håb. Håb afhænger ikke nødvendigvis af individets evner, men derimod af, hvorvidt individet har psykisk overskud, mod eller indgår i relationer med andre, da modtagelsen

af håb er forudsat deraf. Psykologisk er det på den baggrund relevant at opmuntre og hjælpe andre til at træde ind i deres eksistens ved at indgå i relationer med andre og erfare livet og håbet. Ovenstående overvejelser leder til en diskussion af, om individets valg er helt frie i alle situationer. Spørgsmålet er, om individet er frit til at vælge, om det vil modtage eller afvise håb.

5.3.2. Individets frihed og håb

I det følgende bliver den eksistentielle psykologi samt teori af de tre teoretikere inddraget med det formål at diskutere, om alle individets valg er helt frie i alle situationer; er individet frit til f.eks. selv at vælge, om det modtager håb eller kan individets være begrænset af indre og ydre forhold?

Individets begrænsede eller frie valg

Marcel's håbsfilosofi bygger ligesom den eksistentielle psykologi på en antagelse af, at individet er frit til at skabe sit eget liv uden, at noget er givet på forhånd (Henriksen, 2009, p. 158). Det bliver her diskuteret, om der i nogle situationer vil blive foretaget tvungne valg, og om noget er givet individet på forhånd. Med udgangspunkt i Eriksons opfattelse af håbets udvikling er det muligt at spørge: Hvilken mulighed har et individ, som er opvokset uden tryghed i sine første relationer for at udvikle tillid til verden og dermed håb? Kan individet få del i håbets drivkraft? En af præmisserne i den eksistentielle psykologi er, at individet kan overskride tidligere valg eller nuværende omstændigheder, hvilket Marcel (1951, p. 45f) antager, at det absolutte håb giver mulighed for. Det er her muligt at argumentere for, at alle ikke har de samme forudsætninger for at vælge og forstå konsekvenserne af deres valg pga. eksempelvis intellekt, omsorgssvigt, misbrug eller andre omstændigheder (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 205f). Det kan føre til overvejelser om, hvorvidt den eksistentielle psykologi i sit fokus på individets frihed negliger situationer, hvor individets muligheder er begrænset af indre såvel som ydre forhold. Individets psykiske velbefindende og miljømæssige faktorer kan have betydning for, hvorvidt og i hvilket omfang individet er i stand til at træffe valg; valg om eksempelvis at modtage eller afvise håb, hvilket er essentielt i Marcel's håbsfilosofi.

Fortiden og tidligere erfaringers betydning for håb

Eriksons udviklingspsykologiske, psykoanalytiske og deterministiske individsyn betyder, at han anser opvæksten for at være afgørende for individets nutid (jf. 4.1.1). Det er derfor muligt at argumentere for, at Erikson vil påpege, at individet kan være begrænset af sin opvækst, som kan have vanskeliggjort udviklingen af håb. Det vil Marcel (1951, p. 51) afvise, da han antager, at håb er frigjort fra tidligere erfaringer. Marcells indeterministiske individsyn betyder, at han vil argumentere for, at individet ikke kan henvise til fortiden, men antagelsen er, at individet er frit til at vælge og træffe nye valg i den givne situation, som kan overskride de givne vilkår og føre til forandring (Hammerlin & Larsen, 1999, p. 137). Spørgsmålet er derfor, om håb kan blive begrænset af individets fortid og erfaringer.

Det er interessant, at Marcel antager, at håb er frigjort fra tidligere erfaringer, da Snyder (2002, p. 253) i sin håbsmodel påpeger, at individets følelsessæt er et resultat af tidligere erfaringer. Snyder (2002, p. 253) antager dermed, at individets erfaringer med håb er afgørende for, hvordan individets håbstænkning forløber. Det er tildeles genkendeligt, som beskrevet, i Eriksons deterministiske individsyn, hvorimod Marcel (1951) skriver, at "hope is linked to a certain candour, a certain virginity untouched by experience" (p. 51). Håb tilhører, ifølge Marcel (1951, p. 51), de individer, som ikke er hærdet af livet. Det kan virke problematisk, for findes der individer, som står uberørt af modgang i livet? Er håb, så kun tilgængeligt for en snæver gruppe af individer? Her vil Marcel (1951) indvende, at håb kan transcenderer tidligere erfaringer, så de 'visner' med en vished om, at "hope is its spring" (p. 51). Marcel beskriver dermed, at håb overskrider tidligere erfaringer og står uberørt af dem. Håb bliver i den forstand tilgængeligt for individer, som giver slip på fortiden og modtager håb, som en 'fremtidshukommelse' (Marcel, 1951, p. 58).

'Den andens' bidrag til individets håb

Jeg mener til stadighed, at det er muligt at diskutere, om individet med eksempelvis psykiske udfordringer er frit og i stand til at se sig ud af sin situation og træffe valg, som overskrider de nuværende omstændigheder; Hvad med det individ, som mangler mod, overskud eller sociale relationer? Det vil jeg her prøve at besvare med udgangspunkt i de tre forskellige teorier. Marcel (1951, p. 10) antager, at håb kræver åbenhed hos individet. Individet skal være i stand til og villigt til at indgå i relationer med andre samt være åben over for at modtage håb. Jeg vil argumentere for, at det kan være

vanskeligt for det individ, som er fanget i fortvivelse eller på anden måde er psykisk eller fysisk udfordret. Det betyder, at det kan diskuteres, hvorvidt 'den anden' f.eks. kan tage et medansvar og hjælpe individet til at åbne sig op. Et eksempel herpå er den psykologiske praksis, hvor psykologen kan hjælpe individet til at åbne sig op for livet og andre individer. Erikson vil formentligt argumentere for, at en tillidsfuld terapeutisk relation muligvis kan hjælpe individet med at løse en evt. uløst konflikt mellem 'fundamental mistillid' over for 'fundamental tillid', hvilket kan føre til at individet udvikler håb. Marcel vil sandsynligvis udtrykke det anderledes og pointere, at individets møde med en psykolog og det psykologiske arbejde kan føre til, at individet åbner sig op for at leve åbent i relationer med andre, hvor det kan modtage håb. Med udgangspunkt i Snyders håbsteori vil psykologen i stedet skulle træne individets håbstænkning og guide individet til at styrke sine selvreferentielle tanker, handle- og mulighedstænkning. De tre teoretikere har, som beskrevet, tre forskellige typer sprogbrug til at beskrive, hvad der kan gavn det individ, som har mistet sit håb. Alle tre teorier kan på hver deres måde bidrage til en forståelse heraf med udgangspunkt i forskellige tilgange til det psykologiske arbejde og underliggende individsyn. Tilgangen i det psykologiske arbejde vil i praksis afhænge af psykologens valg af metode i mødet med klienten.

Frihed og håb

Tilbage til spørgsmålet om, individet er frit til at vælge at modtage eller afvise håb eller, om individets frihed kan være begrænset af indre og ydre forhold. Jeg vil her argumentere for, at en skelnen mellem individets frihed til at træffe valg betinget af indre og ydre forhold kan sammenlignes med det relative og absolutte håb. Marcel (1951, p. 46) antager, at det relative håb har tilknyttet et objekt f.eks. helbredelse, hvilket betyder, at det bliver betinget af ydre forhold; håbet om helbredelse er betinget af, at individet får det bedre. Det relative håb begrænser dermed individet, da det åbner op for en mulig skuffelse (Marcel, 1951, p. 46). På samme måde kan individets frihed til at træffe valg ude fra set være begrænset af individuelle eller samfundsmæssige forhold. Det står over for individets indre frihed, hvor individet er frit til at vælge, hvordan det ønsker at leve sit liv under de givne forhold. Marcel (1951, p. 46) antager, at det absolutte håb er frigjort fra indre og ydre forhold, hvilket det også tyder på, at individets oplevelse af indre frihed er. Det absolutte håb kan sætte individet fri fra indre såvel som ydre forhold uden nødvendigvis at fjerne sorg, smerte eller savn (Knox, 2003, p. 151). Det betyder, at det absolutte håb er transcendent, da individet

forliger sig med sig selv og sin situation, og det er heri, at individet vil opnå frihed "he will have regained the liberty, the faculty of relaxing" (Marcel, 1951, p. 46). Marcel (1951, p. 45f) vil argumentere for, at det håbefulde individ vil leve med et ubetinget håb og deri finde friheden. Det absolutte håb og individets indre frihed vil ikke være betinget af eller begrænset af ydre forhold, hvorimod det relative håb og individets ydre frihed er betinget af et objekt, indfrielsen af håbet samt ydre forhold. Det er her muligt at indvende, at individet kan have en subjektiv oplevelse af frihed og håb, mens en objektiv vurdering vil føre til, at individet lever under nogle vilkår, som fastholder individet i eksempelvis en kørestol, fattigdom eller komplicerede familieforhold. Det betyder nødvendigvis ikke, at individet har det svært, da individets håb, ifølge Marcel (1951, p. 45f), kan transcendere disse forhold. Marcel (1951, p. 64) vil hertil påpege, at håb for den udeforstående kan synes uberettiget og falskt, men en objektiv bedømmelse af håbet er uvæsentlig.

Marcel's opfattelse af håb tager afsæt i eksistentialismen og kan med baggrund i ovenstående betragtninger bidrage til en psykologisk forståelse af, hvad håb er. Det er på trods af, at han afviser at definere håb, men samtidig giver et indblik i håb, som livgivende og livsnødvendigt for individet. Marcel konkretiserer i sin filosofi eksempelvis det relative og absolutte håb, samt understreger, at individet træder ud i eksistensen ved at modtage sin frihed og sit håb, hvilket bliver erfaret i relation til andre individer. Jeg vil derfor argumentere for, at Marcel med sin forståelse af håb giver en grundlæggende bevidsthed om, hvordan også en psykolog kan bidrage til en klients håb. Psykologen kan og skal ikke træffe valg for klienten, men må hjælpe klienten hen til at kunne leve et liv i gensidighed med andre, hvor det tør åbne sig op for at leve og erfare sit liv og derigennem modtage håb. Det viser sig også i diskussionen om sammenhængen mellem frihed og håb, hvor en kritisk belysning har vist, at der kan være forskel på, om individets valg altid er helt frie eller kan være begrænset af indre eller ydre forhold. Marcel vil dog argumentere for, at det absolutte håb kan transcendere indre og ydre forhold og sætte individet frit til at leve et håbefuldt liv. Det håb er frigjort fra en vurdering af dets indfrielse og berettigelse.

6. Konklusion

Håb er et begreb, som på mange måder kan synes velkendt, da det bliver brugt i hverdagssproget og medierne såvel som i videnskabelige og religiøse sammenhænge. Håb kan på den baggrund virke diffust og svært at beskrive. Specialet har haft til formål at give en teoretisk psykologisk udredning af begrebet håb med afsæt i problemformuleringen: 'Hvad er håb psykologisk set, og hvilken betydning har håb for individet i det levede liv?'. I en besvarelse heraf er inddraget to psykologiske teorier præsenteret ved den tysk/dansk/amerikanske udviklingspsykolog Erik H. Erikson (1902-1994) og den amerikanske psykolog Charles R. Snyder (1944-2006) samt filosofisk teori af den franske filosof Gabriel H. Marcel (1889-1973). De tre teoretikere repræsenterer tre forskellige måder at forstå håb på, hvilket har vist, at håb indeholder adskillige betydningsnuancer. Specialets videnskabsteoretiske afsæt i den eksistentielle psykologi har endvidere haft betydning for vurderingen af de tre teoretikers beskrivelser af håb og givet anledning til diskussion af teoretikernes tilgange til at forstå håb og herunder individsyn. Det har løbende ført til kritiske refleksioner over, hvad Eriksons psykoanalytiske og kliniske baggrund, Snyders kognitive og empiriske tilgang til håb og Marcells eksistentiaalistiske og erfaringsbaserede håbsfilosofi har betydet for deres opfattelser af håb. I det følgende vil jeg klargøre nogle af de fund, som jeg finder i specialets analyse og diskussion. Fund, som (in)direkte er påvirket af teoretikernes individsyn og tilgange til at forstå håb.

Analysen har været bygget op omkring håbets udvikling hos individet; håbets ophav, karakter og død. Jeg vil her klargøre nogle af de ligheder og forskelle, som de tre teorier har bidraget med i analysen. I analysens første del om håbets ophav bliver det tydeliggjort, at der er forskel på, hvordan de tre teoretikere forstår håbets oprindelse. Erikson og Snyder argumenterer for, at håb er iboende individet, mens Marcel afviser, at håb er en psykologisk kapacitet. Marcel antager derimod, at håb er transcendent og eksisterer uafhængigt af individet. Det har betydning for, hvordan håbets karakter bliver beskrevet. Jeg argumenter eksempelvis i specialet for, at Snyders teori om individets håbstænkning er et udtryk for, at han opfatter håb som individualistisk. Det genfindes til dels hos Erikson, der anser håb for at være en jeg-styrke iboende individet, men samtidig er håbets udvikling betinget af, at individet indgår i et gensidigt og tillidsfuldt samspil med sin omsorgsperson for at kunne udvikle håb. Derfor

argumenterer jeg for, at Erikson anser håb for at være individualistisk såvel som interpersonelt afhængigt, mens Marcel udelukkende fokuserer på betydningen af, at håb bliver modtaget i relationer.

Analysen af håbets død beskæftiger sig med, hvad håbets modsætning er samt hvilke konsekvenser det har for individet; hos Erikson 'livløs', Snyder 'apati' og Marcel 'fortvivelse'. De er alle enige om, at det har negative konsekvenser for individet, når håb mistes. Håbets ophav og håbets død bliver knyttet sammen i spørgsmålet om, hvordan et individ, som har mistet sit håb kan genfinde det. Erikson argumenterer for, at individet skal (gen)udvikle sit håb igennem et trygt og tillidsfuldt møde med en omsorgsperson. Snyder pointerer derimod, at individet skal (gen)lære håb, hvor individets håbstænkning bliver trænet, mens Marcel påpeger, at individet skal hjælpes til at kunne leve åbent i relationer med andre for at kunne modtage håb. Individets håb bygger dermed på forskellige forudsætninger; individet skal enten udvikle håb igennem tillidsfuldt samspil med en anden, træne egne evner eller åbne sig op for at modtage håb interpersonelt. Det medfører kritiske overvejelser om, hvorvidt håb er utilgængeligt for nogle individer, hvilket bliver taget op i diskussionen. Her argumenterer Erikson og Snyder bl.a. for, at individets fortid og tidligere erfaringer har betydning for individets håb, hvorimod Marcel antager, at individet er frit til at vælge håb i nuet, som vil overskride tidligere valg og transcendere omstændighederne.

Første del af problemformuleringen 'Hvad er håb psykologisk set?' har medført diskussioner om, hvordan de tre teoretikere hver især på forskellig måde har bidraget til samt begrænset en psykologisk forståelse af begrebet håb. Erikson og Marcel argumenterer begge for, at håb er vanskeligt at definere og beskrive. Marcel går så langt, at han beskriver håb som et mysterium, der ikke kan gives en rationel og videnskabelig forklaring på, uden at det vil betyde en reducere af håb som begreb. Det står i kontrast til Snyder, som definerer og operationaliserer håb i sin håbsmodel over individets håbstænkning. Det indebærer, at han afgrænser håb som begreb. Det viser sig i diskussionen, da han bl.a., i modsætning til Erikson, antager, at tro er et selvstændigt begreb, som ikke har noget med håb at gøre. Snyder beskæftiger sig med individets håbstænkning, hvilket betyder, at hans opfattelse af håb er kognitiv, hvor håb er mål(opnåelse), muligheds- og handletænkning. I specialet argumenterer jeg for, at Snyder, i sin specificering af hvad håb er, samtidig reducerer håb som et psykologisk begreb. Det beror bl.a. på en kritik af, at håb bliver knyttet til individets præstation og målopnåelse, hvor Snyders fokus på den individualistiske håbstænkning og deri

kognitive beskrivelse af håb betyder, at han risikerer at overse betydningen af interpersonelle forhold samt at håb er mere end kognition. Det betyder ikke, at Snyders håbsteori ikke bidrager til en psykologisk forståelse af håb, da han formår at definere og operationalisere et vanskeligt begreb i hans håbsmodel over individets håbstænkning. Teorien bidrager med en viden om, hvordan individets kognition kan have betydning for individets håb, men en indvending er, at det kun udgør en del af, hvad håb er.

Anden del af problemformulering ”Hvilken betydning har håb for individets levede liv?” bliver også diskuteret. Erikson understreger eksempelvis, hvordan håb enten medfører, at individet tilpasser sig sin situation eller er en drivkraft til at ændre på individets livsvilkår. Snyder har fokus på sidstnævnte, da håbstænkningen indebærer individets stræben efter et mål, mens Marcel derimod argumenterer for, at det absolutte håb er frigørende og transcendent. I specialet argumenterer jeg for, at på trods af, at Marcells opfattelse af håb ikke er betinget af individets mestring og egne evner, som hos Snyder, så begrænser Marcel stadig individets mulighed for at håbe. Håb bliver modtaget relationelt, hvilket kan vanskeliggøre, at det fortvivlede individ vælger at modtage frem for at afvise håb. Det forudsætter, at individet indgår i relationer og lever åbent, hvilket ikke nødvendigvis er tilfældet hos det fortvivlede individ. Hvis det imidlertid lykkes, så beskriver Marcel håb som en fremtidshukommelse, der i det nærværende øjeblik gør individet i stand til at leve håbefuldt og bryde fortvivlelsen.

Jeg har igennem konklusionen lavet nedslag i specialet med det formål at tydeliggøre, hvordan de tre teorier hver især bidrager til en psykologisk forståelse af håb og betydningen for individets liv. Det står ikke alene, da løbende kritiske refleksioner viser, hvordan teorierne også kan begrænse håbsbegrebet.

7. Perspektivering

Specialet har beskæftiget sig med en teoretisk psykologisk undersøgelse af begrebet håb med udgangspunkt i håbets ophav, karakter og død. Det vil være relevant at udvide dette med en undersøgelse af, hvorvidt og hvordan håb kan fastholdes eller genfindes hos individet. Her kunne sociologerne Michael Hviid Jacobsens og Rasmus Antofts forskning i '*håbsarbejde*' [eng. *hopework*] bidrage. Deres forskning beskæftiger sig med den konkrete håndtering af håb i den professionelles møde med en patient eller klient. Det bliver beskrevet som arbejdet med at "skabe, understøtte, oppebære, bibeholde og til tider også nødvendigvis sætte håbet op mod en skånselsløs virkelighed" (Jacobsen & Antoft, 2011, p. 248, if. Olsen, 2011, p. 232). Til dette melder sig også spørgsmålet, om håb altid er positivt eller også kan være en byrde for individet. Hertil knytter sig overvejelser om, hvorvidt et håb kan være sandt eller falsk, hvilket bl.a. beror på en diskussion om, hvorvidt håbets berettigelse kan eller skal bedømmes subjektivt eller objektivt.

I et psykologisk speciale, som dette, vil det endvidere være væsentligt at inddrage betydningen af den psykologiske praksis. For hvordan kan en psykolog hjælpe sin klient til at erfare, udvikle, styrke eller genfinde sit håb? Det vil være oplagt at lave en empirisk undersøgelse på baggrund af specialet, hvor teoriernes anvendelighed og implementering i praksis bliver undersøgt. Specialet har taget udgangspunkt i hverdagslivet hos individet, hvilket kan udvides med en undersøgelse af, hvilken betydning individets håb har i eksempelvis et terapeutisk forløb. Det vil her være oplagt at undersøge udviklingen af klientens håb før, under og efter et terapiforløb, hvis det antages, med baggrund i teori af Snyder, at det er muligt at måle et individs niveau af håb. Jeg vil endvidere argumentere for, at en undersøgelse af klientens håb ikke kan stå alene, men ved at inddrage betydningen af psykologens håb samt psykologens forståelse af håb kan det bl.a. give et indblik i, at psykologen ikke nødvendigvis er neutral i overføringen i det terapeutiske forløb. Her kunne en hypotese være, at håb kan smitte samt at håbløshed kan blokere det psykologiske arbejde; en undersøgelse kan gå ud på, hvordan håb eller håbløshed vil påvirke den terapeutiske relation begge veje.

Anvendelsesmulighederne for specialet i psykologisk praksis kan, som ovenfor beskrevet, føre til videre forskning. Jeg vil også argumentere for, at specialet giver et teoretisk fundament, som kan bidrage i det psykologiske arbejde. Jeg vil her

give enkelte eksempler på dette. Erikson (1964/1984, p. 86) beskriver håb som en drivkraft, der kan medføre, at individet ændrer på sine grundvilkår for at skabe et bedre liv eller forliger sig med sin situation. Det kan medvirke til, at psykologen arbejder direkte med klientens håb ud fra en forståelse af, at håb både kan medvirke til forandringsskabelse og tilpasning. Marcell (1951, p. 32f) skelner mellem det relative og absolutte håb kan betyde, at psykologen har en viden om samt kan hjælpe individet til at give slip på en objektivisering af håb og i stedet lade håbet blive frigjort fra en vurdering af dets berettigelse og indfrielse. Individets håb går dermed fra at være et relativt håb til at være et absolut håb. En viden om håb kan også bidrage til, at psykologen gør sig bevidst, hvordan psykologens eget håb og klientens håb påvirker terapien. Snyders (2002) håbsteori kan tillige hjælpe f.eks. psykologer med en kognitiv tilgang i den psykologiske praksis. Håbsmodellen og håbsskalaerne kan være redskaber, som kan bruges til at identificere og styrke individets håbstænkning. Her er givet nedslag i, hvordan teoretikernes forståelser af håb kan bidrage i den psykologiske praksis.

Yderligere betyder specialets afsæt i den eksistentielle psykologi, at det vil være oplagt at inddrage en undersøgelse af sammenhængen mellem håb og mening. Spørgsmålet kan være, om der findes et håb, hvis individet ikke finder mening i sit liv. Til dette hører overvejelser omkring, hvorvidt håb nødvendigvis er rettet mod fremtiden eller om håb er muligt gennem et bevidst valg som en underliggende livskraft (Olsen, 2011, p. 220). I mit arbejde med specialet er jeg gentagende gange stødt på teori af den østrigske læge og psykolog Viktor Frankl (1905-1997), som er en af grundlæggerne af den eksistentielle psykologi. Hans teori er ikke med i specialet, da han primært beskæftiger sig med individets vilje til meningsskabelse under ekstreme omstændigheder (Sørensen, 2016, p. 19f), hvorimod specialet tager udgangspunkt i individets hverdagsliv. Hans teori kan derimod berige en undersøgelse af, hvilken betydning håb har under modgang samt betydningen af at finde mening i sit liv; ”Den, der ved, hvorfor han skal leve, tåler næsten et hvilket som helst hvordan” (Frankl, 1947/1986, p. 81, if. Olsen, 2011, p. 217). Spørgsmålet kan hertil være, hvilken betydning mening eller meningsløshed har for individets oplevelse af håb.

Som perspektiveringen viser, åbner specialet op for en række videre undersøgelser af, hvad håb er psykologisk set, og hvilken betydning håb har for individets levede liv. Det kan gælde alt fra en videre teoretisk eller empirisk undersøgelse af håb i eksempelvis terapeutiske sammenhænge eller en diskussion af håbets genopståen, berettigelse og sammenhængen mellem håb og mening.

8. Referenceliste

- Andersen, H. & Koch, L. (2015).** Hermeneutik og fænomenologi. In M. H. Jacobsen, K. Lippert-Rasmussen and P. Nedergaard (Eds.), *Videnskabsteori i statskundskab, sociologi og forvaltning* (3. ed., pp. 205-250). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Bernardo, A. B. I. (2010).** Extended Hope Theory: Internal and External Locus of Trait Hope. *Personality and Individual Differences*, 49, 944-949.
- Brandell, J. R. (2010).** Contemporary Psychoanalytic Perspectives on Attachment. *Psychoanalytic Social Work*, 17(2), 132-157.
- Brinkmann, S. (2015).** Forståelse og fortolkning. In M. H. Jacobsen, K. Lippert-Rasmussen and P. Nedergaard (Eds.), *Videnskabsteori i statskundskab, sociologi og forvaltning* (3. ed., pp. 69-98). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Christensen, G. (2014).** *Psykologiens videnskabsteori – en introduktion* (2. ed., pp. 9-115+153-181). Frederiksberg, DK: Samfundslitteratur.
- Dammeyer, J. (2014).** Positiv psykologi. In S. Køppe and J. Dammeyer (Eds.), *Personligheds Psykologi – En grundbog om personlighed og subjektivitet* (pp. 369-383). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Elliott, J. A. (2005).** What have we done with hope? A brief history. In J. A. Elliott (Ed.), *Interdisciplinary Perspectives on Hope* (pp. 3-45). New York, USA: Nova Science Publishers, Inc.
- Elliott, J. A. (2013).** Hope-Lore and the Compassionate Clinician. *Journal of Pain and Symptom Management*, 45(3), 628-634.
- Elliott, J. & Olver, I. (2002).** The Discursive Properties of "Hope": A Qualitative Analysis of Cancer Patients' Speech. *Qualitative Health Research*, 12(2), 173-193.
- Erikson, E. H. (1964/1984).** *Indsigt og ansvar – Forelæsninger om den psykoanalytiske indsigts etiske konsekvenser* (pp. 81-117+163-183). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Erikson, E. H. (1968/1990).** *Barnet og samfundet* (3. ed., pp. 232-259). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Erikson, E. H. (1968/1997).** *Identitet, ungdom og kriser* (pp. 13-86). København, DK: Hans Reitzels Forlag.

- Erikson, E. H. (1982/1983).** *Livsringen sluttet* (pp. 52-82). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Ewen, R. B. (2010).** *An Introduction to Theories of Personality* (7. ed., pp. 157-180). New York, USA: Psychology Press.
- Farran, C. J., Herth, K. A. & Popovich, J. M. (1995).** Hope and hopelessness – critical clinical constructs (pp. ix-x). Thousand Oaks, USA: Sage Publications.
- Graven, V. & Olsen, J. B. (2018).** *Hvor der er håb – Fra teori til sundhedsfaglig praksis*. Frederiksberg, DK: Samfundslitteratur.
- Gregersen, N. H. (n.d.).** Håb. *Den Store Danske*. Gyldendal. Nedtaget d. 30.01.20, from: http://denstoredanske.dk/Sprog,_religion_og_filosofi/Filosofi/Menneskets_grundvilk%C3%A5r/h%C3%A5b
- Hammerlin, Y. & Larsen, E. (1999).** *Indvidsyn i teorier om mennesket* (pp. 17-21+60-223). (H. Poder, Trans.) Århus, DK: Forlaget Klim.
- Haraldskirken (n.d.).** Sindsro-Bønnen. Nedtaget d. 28.04.20, from: <https://www.haraldskirken.dk/sindsro-b%C3%B8nnen>
- Henriksen, J-O. (2009).** *Menneskesyn – historisk arv og forsat aktualitet* (pp. 155-163). (I. H. Hansen, Trans.) Århus, DK: Forlaget Klim.
- Jacobsen, B. (2009).** *Livets dilemmaer – En bog om eksistentiel psykologi* (pp. 13-41). (Lisbeth W. Sørensen, Trans.) København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Jacobsen, B. (2011).** Eksistentiel psykologi og terapi. In B. Karpatschof and B. Katzenelson (Eds.), *Klassisk og moderne psykologisk teori* (2. ed., pp. 123-139). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Karpatschof, B. (2015).** Den kvalitative undersøgelsesforms særlige kvaliteter. In S. Brinkmann and L. Tanggaard (Eds.), *Kvalitative metoder – en grundbog* (2. ed., pp. 443-462). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Katzenelson, B. (n.d.a).** Eksistentiel psykologi. *Den Store Danske*. Gyldendal. Nedtaget d. 19.05.20 from: <http://denstoredanske.dk/index.php?sideId=69024>
- Katzenelson, B. (n.d.b).** Personlighed. *Den Store Danske*. Gyldendal. Nedtaget d. 24.02.20, from: http://denstoredanske.dk/Krop,_psyke_og_sundhed/Psykologi/Psykologiske_termer/personlighed
- Knox, J. B. L. (2003).** *Gabriel Marcel – Håbets filosof, fortvivlelsens dramatiker*. Odense, DK: Syddansk Universitetsforlag.
- Marcel, G. (1949).** *Being and having* (pp. 9-153). (K. Farrer, Trans.) Westminster, London, UK: Dacre Press.

- Marcel, G. (1950).** *The Mystery of Being – I. Reflection & Mystery* (pp. 125-147). (G. S. Fraser, Trans.) London, UK: The Harvill Press LTD. Nedtaget d. 13.01.20, from <https://archive.org/details/themysteryofbein00marcuoft>
- Marcel, G. (1951).** *Homo Viator: Introduction to a Metaphysic of Hope* (pp.7-12+29-67). (E. Craufurd, Trans.) Chicago, USA: Henry Regnery Company.
- Olsen, J. B. (2011).** Håb – sindets regnbue. In K. M. Dalgaard and M. H. Jacobsen (Eds.), *Humanistisk palliation – Teori, metode, etik og praksis* (pp. 213-235). København, DK: Hans Reitzels Forlag.
- Olesen, S. G. (2016).** Hvad er filosofi? En genre. *Information*. Nedtaget d. 27.03.20, from <https://www.information.dk/moti/2016/10/filosofi-genre>
- Randall, A. B. (1992).** *The mystery of hope in the philosophy of Gabriel Marcel 1888-1973: Hope and Homo Viator* (pp.1-30+325-346). New York, USA: The Edwin Mellen Press.
- Rodriguez-Hanley, A. & Snyder, C. R. (2000).** The Demise of Hope: On losing Positive Thinking. In C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of Hope – Theory, Measures, & Applications* (pp. 39-54). San Diego, USA: Academic Press.
- Rønn, C. (2007).** *Almen videnskabsteori for professionsuddannelserne – Iagttagelse, viden, teori, refleksion* (pp. 207-243). København, DK: Alinea.
- Seligman, M. E. P. (2005).** Positive Psychology, Positive Prevention and Positive Therapy. In C. R. Snyder and S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 3-9). New York, USA: Oxford University Press.
- Snyder, C. R. (1994).** *The Psychology of Hope: You can get there from here* (pp. 1-27+115-161+257-298). New York, USA: The Free Press.
- Snyder, C. R. (2000a).** Genesis: The Birth and Growth of Hope. In C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of Hope – Theory, Measures, & Applications* (pp. 25-38). San Diego, USA: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2000b).** Hypothesis: There is Hope. In C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of Hope – Theory, Measures, & Applications* (pp. 3-21). San Diego, USA: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002).** Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R., Cheavens, J. & Simpson, S. (1997a).** Hope: An individual motive for social commerce. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 1(2), 107-118.

- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinbu, L., Gibb, J., Langell, C. & Harney, P. (1991).** The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.
- Snyder, C. R., Hoza, B., Pelham, W. E., Rapoff, M., Ware, L., Danovsky, M., Highberger, L., Ribinstein, H. & Stahl, K. J. (1997b).** The Development and Validation of the Children's Hope Scale. *Journal of Pediatric Psychology*, 22(3), 399-421.
- Snyder, C. R., Rand, K. L., King, E. A., Feldman, D. B. & Woodward, J. T. (2002).** "False Hope". *Journal of Clinical Psychology*, 58(9), 1003-1022.
- Snyder, C. R., Rand, K. L. & Sigmon, D. R. (2005).** Hope Theory – A Member of the Positive Psychology Family. In C. R. Snyder and S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 257-276). New York, USA: Oxford University Press.
- Snyder, C. R., Sympson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A. & Higgins, R. L. (1996).** Development and validation of the State Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 321-355.
- Sonne-Ragans, V. (2019).** *Anvendt Videnskabsteori* (2. ed., pp. 11-37+123-150+209-230). Frederiksberg, DK: Samfundslitteratur.
- Sørensen, A. D. (2016).** *Filosofisk helbredelse – Perspektiver i eksistentiel psykologi og terapi* (pp. 18-28). København og Aarhus, DK: Aarhus Universitet. Nedtaget d. 19.05.20 from: <https://ebooks.au.dk/aui/catalog/download/124/110/491-3?inline=1>
- Walsh, R., Teo, T. & Baydala, A. (2014).** *A Critical History and Philosophy of Psychology* (pp. 555-604). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Zahavi, D. & Grünbaum, T. (2011).** Fænomenologisk psykologi – Den filosofiske tradition. In B. Karpatschhof and B. Katzenelson (Eds.), *Klassisk og moderne psykologisk teori* (2. ed., pp. 85-100). København, DK: Hans Reitzels Forlag.