

Äktenskapliga sammanbrott

Lillemor Cedergren

J. DOMINIAN: *Marital Breakdown*. — Publ av Penguin Books and Darton, England. Första uppl 1968, ny uppl 1969 och 1971

Dominian är en engelsk psykiater som i många år arbetat med familjerådgivning. Han har samlat sina erfarenheter i boken *Marital Breakdown*. Det är ett arbete som är av stort värde för den som är intresserad för familjeterapi, framhålls i denna recension av Lillemor Cedergren, kurator vid psykiatriska kliniken Centrallasarettet Västerås.

Dominian är en psykiater som i många år arbetat med familjerådgivning i England och som samlat sina erfarenheter i boken *Marital Breakdown*. Han menar att ett äktenskaps överlevande beror på makarnas förmåga att möta de psykiska behoven hos varandra och att detta endast är möjligt om båda uppnått en tillräcklig känslomässig mognad.

I äktenskap som misslyckas är det enligt Dominians erfarenhet ofta så att båda makarna valt sin partner som ett medel att komplettera en känslomässig mognad som borde ha skett före äktenskapet eller för att tillfredsställa vitala behov som frustre-rats i deras tidigare utveckling. Roten till misslyckandet finns redan innan äktenskapet ingås. Det är dock inte oundvikligen så att ett äktenskap med en omogen person måste misslyckas eftersom den andra partens förmåga att bemästra svårigheterna är avgörande. Om *båda* makarna är omogna är förstås risken för misslyckande stor. Å andra sidan är tillräcklig mognad hos båda parter ingen garanti för att förhållandet ska bestå. Personligheten förändras och den ena maken kan vara oförmögen att anpassa sig till den andras utveckling.

Det finns många sätt att beskriva omognad. Dominian har funnit att tre egenskaper speciellt ofta förekommer hos personer som misslyckas med sina äktenskap, nämligen beroende (dependency), försakelse (deprivation) och brist på självaktning (lack of self-esteem). Han beskriver i boken utförligt hur dessa personlighetsdrag kan vara till hinder för en anpassning i äktenskapet och tyngdpunkten i recensionen kommer också att ligga på en beskrivning av denna triad.

Beroende

Ett litet barn är mycket medvetet om sin hjälplöshet, sin litenhet och sin obetydlighet. Det lutar på att föräldrarna ger det omsorg och skydd mot faror. Normalt lär sig människan att så småningom bli oberoende av föräldrarna och på så sätt uppnå känslomässig mognad. Om föräldrarna är ängsliga överbeskyddar de gärna sitt barn som kan nå adolescens och giftasålder med praktiskt taget ingen förmåga att leva ett oberoende liv. Tanken på ett eget liv blir, medvetet eller omedvetet, ett hot mot personligt överlevande och ängslan eller depression är vanliga symtom. Samma effekt kan det

få om föräldrarna är dominerande och inte kan acceptera något självständigt handlande från barnets sida.

Beroende åtföljs ofta av en varierande grad av vrede och fientlighet. Oberoende, självständighet och självkontroll är de egenskaper som utmärker en känslomässigt mogen person. Frånvaron av detta gör en person ytterst beroende av andra men detta beroende tillbakavisas ofta på ett djupare plan. Ett starkt känslomässigt beroende till föräldrarna kan helt omöjliggöra en äktenskaplig relation eller, om en sådan kommer till stånd, orsaka stora svårigheter för makarna.

I en del äktenskap är benägenheten till täta besök hos föräldrarna stor, vilket kan få till följd att den ena maken känner sig åsidosatt. Föräldrarna kan ytterligare försvåra det hela om de på grund av sin egen otillräcklighet fortfarande behöver sin sons eller dotters stöd. Om *båda* makarna har starka behov av känslomässigt beroende (vilket de ofta har, eftersom det är sådana handikapp som för dem tillsammans) och båda föräldraparen binder sina barn till sig, är det små ut-siktar att äktenskapet skall överleva.

En beroende person behöver ofta ha sin make fysiskt närvarande, som en trygghetskälla och för att minska skräcken för ensamheten. När man gifter sig tunnas banden med vänner och släktingar ut och omåttliga krav på fysisk närvaro och trygghet kan falla på endera eller båda parter. Dessa krav kan för en känslomässigt omogen person upplevas som skrämmande och på grund av sin känsla av otillräcklighet börjar man tillbringa mer och mer tid utanför hemmet. Att ofta besöka vänner, arbeta övertid, ta med sig arbete hem etc är typiska exempel på sådana flyktmekanismer. Allt detta ökar emellertid endast kraven från den hemmavarande parten och en *circulus vitiosus* blir följden. En upplösning av äktenskapet på grund av försummelse, grymhet eller inblandning av svärföräldrar är vanlig. Den inte så ovanliga rekommendationen att skaffa ett barn för att öka samhörigheten mellan makarna leder under dessa förhållanden nästan ofelbart till en total kollaps av äktenskapet.

I de flesta lyckliga äktenskap uppnås en balans genom att båda parter var och en på sitt sätt bidrar till samhörigheten. Det finns emellertid många relativt tillfredsställande äktenskap som är baserade på ett dominans-underkastelseförhållande. Den dominerande parten intar då rollen av förälder, skyddar sin make från livets faror och fattar alla viktiga beslut. Till en början kan ett sådant förhållande vara tillfredsställande för båda parter men ofta kommer den förtryckta parten att mer och mer ogilla sitt underläge och kan då på olika sätt demonstrera sin fiendlighet gentemot den dominerande maken. Ibland kan vreden bli så stor att man tappar kontrollen och fysiskt våld tillgrips. Alkohol förekommer också ofta i ett så-

dant mönster.

Man kan tycka att sådana äktenskap skulle kunna räddas om den beroende maken uppnår en större mognad. Tyvärr händer det dock ofta att den dominerande parten är oförmögen att anpassa sig till en känslomässig utveckling hos sin make och inte heller är vaken för de förändringar som äger rum. Lika allvarligt är det om den dominerande maken inte vill ändra sitt beteende. En sådan motsträvhets härrör ofta från upplevelser i barndomen då man själv var föremål för övervalde. Som vuxen känner man sig då osäker om man inte kan dominera sin partner.

Ibland uppnår den beroende maken aldrig någon betydande känslomässig mognad och om också den dominerande partens behov förblir oförändrade uppstår inga problem. Det händer dock ofta att den dominerande maken efter många år blir så frustrerad av sin partners otillräcklighet att han försöker ställa nya krav på honom/henne. Frustrationen ökas ofta vid plötslig insikt om att åren rinner iväg och man känner att ens behov i livet inte blir tillgodosedda. Den beroende parten kan ofta vara oförmögen att möta denna utmaning och man drivs då in i en utomäktenskaplig förbindelse, i vad som framstår som ett sista försök att uppnå någon form av självförverkligande. Känslomässigt beroende kan således förstöra ett äktenskap kort efter att det ingåtts eller efter många år, när den känslomässiga utvecklingen hos en av makarna inte kan mötas av den andre.

Deprivation

Kärlek och ömhet är lika viktiga för en människas utveckling som mat och fysisk omvårdnad och frånvaron av detta leder till känslor av försakelse och osäker-

het, en växande medvetenhet om att man inte är önskad, betrodde och uppskattad för sin egen skull.

Deprivationen kan vara öppen och fullständig som när det gäller ett barn som har förlorat en eller båda föräldrarna och inte fått någon ersättare. Den kan vara subtilt dold men likväl fullständig. Ett typiskt exempel är ett barn som har båda föräldrarna nära men dessa alltid är upptagna med sig själva eller sina arbeten. Ett sådant barn kan vara medvetet om föräldrarnas bristande intresse och känna sig djupt sårat. Det kan också etablera ett mycket distanserat förhållande till föräldrarna och vara helt omedvetet om den underliggande frustrationen. Varierande grad av deprivation kan förorsaka barn vars föräldrar utgör en ständig källa till oro genom att ofta vara sjuka eller på annat sätt otillgängliga för barnet. I mycket stora familjer kan det saknas tid för föräldrarna att ägna varje barn tillräcklig uppmärksamhet. Ibland kan det också vara så att barnets behov överstiger föräldrarnas förmåga.

Såsom är fallet med beroende kan deprivation inverka menligt på ett äktenskap när som helst efter att det ingåtts. Ofta söker sig två sådana personer till varandra, blyga människor som finner ett gemensamt band i sin ensamhet, sin otillräcklighet och sin isolering. Båda söker hos sin partner den säkerhet och ömhet som de hittills saknat men som tyvärr ingen av dem kan ge. De ingår äktenskap med enorma förväntningar men upptäcker mycket snart att dessa inte infrias. Istället vidtar ett bittert utbyte av ömsesidiga beskyllningar och gräl. Bitterheten är ofta intensiv på grund av de från början orealistiska förväntningarna. Det frustrerade behovet av att vara uppskattad och få trygghet kan sällan uttryckas direkt utan dis-

pyterna gäller ofta pengar, bostadsproblem och andra materiella ting. I de fall där verklig materiell nöd föreligger döljer detta ofta de verkliga emotionella problemen och förklarar varför i så många fall undanröjandet av den materiella nöden inte resulterar i någon förbättring i relationen mellan makarna.

För en person med ovannämnda personlighet har sexuallivet ofta en speciell betydelse. Samlaget ger upprepade och lätt tillgänglig tillfredsställelse. Behovet kan dock vara så trängande att alltför liten hänsyn tas till partners behov av ömhet. Denna känner sig då övergiven, icke älskad eller tomt utnyttjad. För en make med sådana problem är ankomsten av en graviditet också ankomsten av en kris. En graviditet kan av kvinnan, medvetet eller omedvetet användas för att uppskjuta sexuellt umgänge och detta kan fortsätta även efter att barnet fötts. Maken kunde tidigare använda samlaget som terapi varför hustruns vägran ökar spänningen och återuppväcker den smärtsamma upplevelsen av att berövas något. Dessa känslor ökas ytterligare genom hustruns upptagenhet med det nyfödda barnet. Maken kan så småningom uppleva sin situation som desperat och söker då på annat håll tillfredsställa sina behov av att vara omtyckt och uppskattad. Även om en försoning mellan makarna är möjlig är det ofta svårt att komma över de fantasier dessa personer ofta har att det någonstans finns någon som kan möta alla ens behov.

En annan vanlig situation är att två personer får tillräcklig ömsesidig tillfredsställelse för att stanna kvar i äktenskapet men trots det behöver mera. Makens otillräcklighet kan upplevas sexuellt, intellektuellt, socialt eller på annat sätt. En person utanför äktenskapet kan då utväljas för

att möta de behov som ej tillgodoses. Ett sådant förhållande kan pågå under många år och är till sin natur olikt en tillfällig otrohet. Vanligen känner den andre maken ej till förhållandet men ibland är det inte endast bekant utan till och med uppmuntras.

Brist på självaktning

Att man accepterar sig själv som en person förmögen till kärlek och värdig att ta emot det, att man är fri från överdrivna känslor av otillräcklighet, destruktivitet och fientlighet är de främsta kännetecknen på självaktning. Fullständigt eller partiellt förkastande av sig själv som underlägsen, dålig eller ovärdig kärlek är det tredje av de personlighetsdrag som Dominian anser bidrar till sammanbrott av äktenskap. Många av de orsaker som ger upphov till trängtan efter ömhet och sympati, som är så utmärkande för den "depriverade" har också att göra med känslan av att vara ovärdig. En sådan känsla kan uppkomma om man som barn upplever att ens behov ej accepteras, att man ej har rätt önska sig något för egen del. Önskade graviditeter, annat kön än önskat, sen utveckling m. m. kan i varierande grad leda till en känsla av att vara dålig, avvisad. Omogna föräldrar som genom barnet försöker uppnå sina egna frustrerade ambitioner kan också ge barnet en känsla av att vara dåligt när det inte kan leva upp till föräldrarnas förväntningar.

I vissa extrema fall av självförakt är makarna oförmögna att ta emot eller behålla andras omsorg och ömhet. Trots att de längtar desperat efter att bli accepterade och älskade avvisar de alla sådana försök på grund av sin känsla av ovärdighet. När ena maken upplever att alla ansträngningar är förgäves, alla

försök till ömhet avvisas eller missförstås, ger han till slut upp. Det som man fruktat mest bekräftas då och om inga förändringar kan åstadkommas finns det inget hopp för äktenskapet.

En partner kan utväljas i hopp om att kunna vända dåliga känslor till goda och ge ömhet som saknats i barndomen. Vanligtvis misslyckas ett sådant förhållande och känslan av att vara ovärdig ökas. Ett ändlöst sökande efter ömhet kan ligga bakom upprepade utomäktenskapliga förbindelser, vilka alltid blir en besvikelse eftersom de efterföljande skuldkänslorna intensifierar känslan av att vara dålig.

Trots att beroende, deprivation och brist på självaktning har behandlats separat är de i praktiken ofta sammanflätade i personligheten och det kan vara svårt att säga vad som är mest framträdande. Dessa personlighetsdrag är till hinder i en äktenskaplig relation och kan även förstöra den men effekterna är ofta begränsade enbart till intima mellanmänskliga relationer och den övriga delen av personligheten kan fungera helt tillfredsställande såsom när det gäller umgängesliv och arbetsanpassning.

Dominian behandlar också förebyggande familjerådgivning, familjeterapi samt refererar några sociologiska undersökningar som gjorts om risker för skilsmässa. En del av det som behandlas i boken är mera tillämplbart på engelska förhållanden men som helhet anser jag boken vara av stort värde för alla oss i Sverige som nu börjar intressera oss för familjeterapi.