

Det er kroppen som tenker



Haldis Hjort

Privat praksis/SINTEF Helse, Oslo

Anne-Kristine Schanke

Rolf Grønseth var en av de fremste representantene for den første generasjon av terapeuter i Norge som hentet inspirasjon fra Wilhelm Reichs teorier, selv om han var for ung til å møte Reich under dennes opphold i landet før krigen. Han utviklet sin egen form for terapi: Eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi.

Rolf Grønseth døde 25. juni 2003. Vi rakk å intervju ham 28.10.02, men fikk ikke vist ham denne siste versjonen av samtalen. Vi takker hans pårørende for at de godtok trykningen av den.

Oppvekst og valg av yrke

– Jeg er født i 1927, og vokste opp på Vinderen i Oslo i et vakkert, stort brunt hus. Det er blitt revet, det er en skam! Man bygde et svært murhus der, med supermarked. Jeg har bare en bror, Erik, som er sosiolog. Han er to år eldre enn meg. Far var kontorsjef. Det var ikke alltid greit i oppveksten, det er ikke så godt å tenke på det. Jeg tok først en kortere handelsutdannelse, for mine foreldre ville jeg skulle gå i fars fotspor og fortsette i forretningsverdenen. Men jeg var heldig, for jeg kom ett år til England, til Manchester Highschool og der var vi borti industripsykologi. Det ble jeg opptatt av. Det var vel i 1949–50.

– *Var det da du fikk interesse for psykologi?*

– Ja, da jeg kom hjem hadde jeg tenkt å bli industripsykolog. Jeg snakket med Thorsrud på Freia, kanskje Norges eneste industripsykolog den gang, og meldte meg inn på Psykologisk institutt. Men jeg begynte ikke å studere da, for først ville jeg ha praksis ved fabrikk. Jeg kom til en elektro-bedrift, en familiebedrift hvor en av sønnene var driftingeniør og hadde skrivebord rett overfor meg. Vi vekslet ikke ett ord på et år. Selv når vi hadde arbeidspauser satt vi med matpakken ved hvert vårt skrivebord. Han dro opp Aftenposten, så jeg leste baksiden. Arbeidet mitt var å sørge for arbeidskort til arbeiderne, og kalkulering av de nye produktene vi lagde. Det var svær elektrisitetsutbygging på den tiden. Jeg lærte dessverre ikke noe om industripsykologi, men jeg fikk et veldig godt forhold til arbeiderne. De trivdes jeg sammen med.

– Jeg holdt ut i jobben i ett år, bodde hjemme på Vinderen, men ellers klarte jeg meg selv. Moren min mislikte de valgene jeg tok, for eksempel at jeg ville studere psykologi. Det var jo ikke «business», det.

– *Tror du oppveksten likevel har hatt betydning for at du ville bli psykolog?*

– Jeg tror nesten det skulle tale imot. Det som til syvende og sist var utslagsgivende, var nok at jeg begynte i terapi hos Ola Raknes. Det har betydd kolossalt for meg, han var en fantastisk mann. Det var i 1952. Jeg måtte tjene penger til å betale terapien, det var jo ikke noe trygdekasse den gangen. Jeg fikk job hos noe som het Bertel AS. De drev med oppskjærsmaskiner som de har i butikkene til pålegg, husholdningsvekter osv. Jeg var direktørens sekretær, og det var en ønskejobb. Direktøren var en hyggelig mann. Jeg ordnet med alt av reklame i forskjellige tidsskrifter, skrev tilbud og kontrakter og slikt. Men når jeg ikke lenger trivdes med forretningsarbeidet, forsto jeg jo at jeg ikke kunne fortsette bare fordi jeg likte direktøren!

– Men hva kom det av at du ville begynne i terapi?

– Det var fordi jeg var deprimert. Jeg var klassekamerat med Hågen Ringnes, ble ofte invitert hjem til ham. Foreldrene til Hågen var venner med Raknes og også med Nic Waal, så jeg hørte bade om dem og Wilhelm Reich der. Det var fantastisk å komme hjem til Hågen. Der lå Karl Evangs seksualopplysningsbok på rommet hans! Når jeg var der, satt jeg og nileste. Det var absolutt en frigjøring, slikt hadde vi ikke hjemme. Som små fikk vi ikke noe navn for kjønnsorganer eller avføring, det het bare «smått» og «stort».

– Jeg beveget meg fra interessen for industriell psykologi til klinisk psykologi. Det var på grunn av Raknes, og at jeg hadde begynt å lese Reich. Høsten 1953 fikk jeg redusert jobben til halvdag, og begynte så med studiene i tillegg. Samme året giftet jeg meg og vi er fremdeles gift, vi. Hun heter Jette og er dansk. Hun ble norsk da hun begynte å drømme på norsk! Hun var først i et forsikringsagentur, og så fikk hun jobb i turistforeningen for Danmark. Hun utdannet seg senere til sosionom. Vi har to gutter, den ene født i 1958, den andre i 1963.

Studietid

– Studiemiljøet var glimrende. Jeg hadde flotte medstudenter, var med i en radikal studentgruppe, og vi kranglet jo mye med Saugstad, han var litt konservativ. Jeg var studiekamerat med for eksempel Kjell Inge Bjørvik, Guttorm Thorbjørnsrud, Kari Kvaale og Roar Svalheim. Lærere var Schjelderup og Ragnar Christensen. Sistnevnte hadde jeg på innføringsseminar. Der s krev j e g m i n f ø r s t e artikkel om Reich, og gud hvor Christensen var uenig med meg! Schjelderup kunne holde glimrende forelesninger, men når det kom til slutten, så ødela han alt sammen med «på den ene siden» og «på den andre siden». I studietiden hadde jeg det kjempefint, bortsett fra pensum. Vi fikk en masse informasjon om generell psykologi, men det jeg hadde lyst til, var å lære om terapi.

– Du har skrevet pent om Schjelderup. Du sier at han var en av dem som støttet Reich lengst, sammen med Nic Waal. Syntes ikke han det var fint at du skrev om Reich?

– Han visste vel ikke om det, det kom bare til Christensen, kanskje. Jeg synes ikke jeg fikk noe særlig støtte på ideene mine på Universitetet.

Psykologarbeidet begynner

– Jeg tok eksamen våren 1957. Etter det begynte jeg på Kittelsrud behandlingshjem, det første ungdomspsykiatriske hjem for asosiale gutter fra 12–18 år. Jeg fikk veiledning hos Gerd Jakobsen. Jeg trivdes for såvidt godt med ungdommene, men det var umulig få utviklet noe faglig opplegg. Borger Haavardsholm var tilreisende tilsynspsykolog, og jeg tror også fungerende sjefpsykolog på Nic Waals institutt da. Han snakket i 1958 med Nic Waal, som sa jeg kunne få komme inn som hospitant. Jeg gikk ulønnet et halvt år og passet på venteværelset. Det var på sett og vis idealistisk, men det var også fabelaktig å komme et sted hvor jeg kunne være. Lære det jeg hadde lyst til å lære. Jeg hadde studert i fire år og fikk en dårlig eksamen, men kom et sted som var mettet av meningsfylt kunnskap.

Det er så mye skamfølelse og skyldfølelse, og det kan være forferdelig vanskelig å gi slipp og oppleve kroppen og alt det skønne som er

– Der var det gode fagfolk som kunne formidle mye?



– Ja, og Nic Waal var fantastisk. Det var en tragedie at hun døde så tidlig, allerede i 1960. Jeg er glad for den tiden jeg hadde sammen med henne. Da jeg var ferdig med hospitanttiden, arbeidet jeg først i en stilling på Emma Hjorths hjem et år. Mye var dårlig i behandlingsoppleggene der den gang. Jeg gjorde mange undersøkelser av ungdommene med Leiter og WISC, og drev terapier også. Mogens Rasmussen var lege der, han var elev av Nic Waal og drev med vegetoterapi. Omtrent halvparten av de som jobbet på Nic Waals Institutt gikk i terapi hos henne, den andre halvparten hos Rasmussen. Slik var det den gang! Sissel Eide var også psykolog på Emma Hjorth, og vi samarbeidet godt, for eksempel med spedbarnsundersøkelser. Det hadde ingen av oss rede på, så vi satt med bruksanvisning i den ene ånden og ungene i den andre. Men vi fant ut av det vi! Jeg var i full psykologstilling og tjente voldsomt. Jeg som hadde gått ulønnet, kom hjem, spredte hundrelappene og ropte «Jette, kom og se!»

– Noe som var fint i Emma Hjorthtiden, var at det var en svær åndssvakekongress som det het den gangen, i København, der Norge hadde mye av ansvaret for programmet. Vi snakket om psykiske problemer hos åndssvake, om at de ikke bare var «alminnelig» åndssvake, men kunne ha sine psykiske problemer, sine personlighetsprofiler og terapeutiske behov. Jeg syntes jeg holdt et fint foredrag der, om å bruke WISC som personlighetsundersøkelse, det var ganske nytt. I det året på Emma Hjorth gikk jeg også på Rorschach-kurs hos Carl Martin Borgen, han testet artistisk, men brukte selvfølgelig også skåring. Det lærte jeg mye av. Og da jeg søkte om jobb på Skarud behandlingshjem, var det fordi det var det eneste stedet jeg kunne få drive med psykoterapi.

Den gang var Nic Waals Institutt det eneste stedet hvor en kunne lære terapi i hele Norges land

Nic Waals institutt

– Men du kom raskt tilbake til Nic Waals institutt?

– Ja, jeg fikk året etter en utdanningsstilling. Den gang var Nic Waals Institutt det eneste stedet hvor en kunne lære terapi i hele Norges land. Det var viktig å komme inn der. Men jeg tjente ikke så mye. Instituttet skulle ha prosenter av det vi tjente inn, det hadde en vanskelig økonomi. Borger Haavardsholm og Grete Hoff underviste i «case work», og vi utdanningskandidater presset dem på hva dét var for noe og de kunne ikke svare så klart egentlig! I dag vil jeg si at det var egostøttende terapi. Carl Martin Borgen sa at det var terapeuten mer enn metoden som avgjorde hvor avansert eller primitiv terapien ble. Han var en god autoritet. Jeg drev vegetoterapi med autistiske og kontaktsvake små barn. Det var etter modell av Nic Waal, men mindre krevende på øyenkontakt. Dét lærte jeg av Carl Martin å være forsiktig med.

– Hvilken betydning har Nic Waal hatt for deg?

– Hun har vært veldig sentral. Det at hun kombinerte politisk radikal holdning med sin faglige holdning, som var en blanding av karakteranalyse og vegetoterapi, var betydningsfullt. Hun skrev en artikkel i Orientering om hvor mye et norsk jagerfly kostet, og hvor mange jagerfly vi hadde trengt i psykisk helsevern for barn og ungdom. På den tiden var det ganske kraftig kost. Også Reichs radikalitet har vært viktig for meg, jeg synes man som fagperson bør være et engasjert menneske.

Om karakteranalysen og vegetoterapien

– Fortell om den psykoterapitradisjonen i Norge som du har vært knyttet til og vært med å utvikle. Det startet vel hos Raknes, dette at du fikk interesse for kropporientert terapi?

– Det var det at han tok imot meg sånn som jeg var. Han skulle ikke forandre på meg. Ikke kjeftet han på meg, ikke slo han. Jeg satt faktisk på fanget hans og gråt over det vonde i barndommen min.

– *Du siterer i artikkelen din fra 1998 Kirkeby, som sier at «når vi tenker, er det kroppen og ikke hjernen som tenker»?*

– De aller fleste dirigerer kroppen og hele seg med hodet, det vil si at de styrer seg selv fornuftsmessig, i stedet for å kjenne etter på følelser her og nå. Reich skriver om blokkeringssegmenter i kroppen som hindrer seksualiteten og orgasmefunksjonen. Jeg er ikke uenig med ham med det. Men skal du oppleve din seksualitet og orgasme tilfredsstillende, så må energien få bevege seg ned fra i kroppen, fra kjønnet rett og slett, opp til hodet. Det er der det blir opplevelse av det. Det er så mye skamfølelse og skyldfølelse, og det kan være forferdelig vanskelig å gjennomarbeide og bearbeide det, gi slipp og tillate seg å oppleve kroppen og alt det skjønne som er.

– *Du har vært pionér. Kan man møte motgang innenfor fagmiljøet når man prøver å gå nye veier?*

– Ja, jeg synes vel det, men jeg har vært heldig for såvidt, for jeg satt i Psykologforeningens utvalg for spesialiteten I klinisk psykologi med psykoterapi i 11 år, og var i de fleste av de årene leder for utvalget. De fleste av de andre var psykoanalytikere. Vi respekterte hverandres forskjellighet, og var klinkende uenige. Jeg synes jeg er fredelig, men jeg står på det jeg synes. Det har jeg vært nødt til å gjøre. Jeg mener jo det bør bli mer eksistensiell karakteranalyse. Det er noen yngre psykologer som har gått på seminarer mine og tatt det til seg, men jeg er også skuffet over at de ikke følger det opp. Jeg drev seminarer i «Forum for karakteranalytisk vegetoterapi» fra 1983 til 1999. For ikke lenge siden ble «Norsk Karakteranalytisk Institutt» dannet. Jeg synes det er et svik mot Reich at «vegeto»-begrepet er tatt bort.

Familieliv

– *Våre barn opplever ofte at når de forteller andre at de har foreldre som er psykologer, så lurar man på hvordan de er blitt oppdratt. Hvordan tror du det var for dine barn å være psykologbarn?*

– Jeg var jo veldig på Reichs selvreguleringsprinsipp. Barna regulerte ammingen sin helt selv, bestemte når og hvor. Det samme med nattesøvn og renslighetstrening. Det gikk litt over stakk og stein av og til, de gikk nakne i stua og så kunne det dette en klatt på teppet, da.

– *Vi spurte de kvinnelige «psykologpionerene» om hvordan de kombinerte familie og arbeid. Hvordan var arbeidsdelingen mellom deg og din kone?*

– Vi var heldige mens vi bodde i Drammen, vi fikk tak i en reservebestemor som guttene elsket. Det var barna som hadde prioritet. Bare hvis hun hadde tid til overs, støvsuget og vasket hun litt. Noen år var jeg hjemmeværende med privatpraksis i huset og ansvar for barna. Min kone utdannet seg på Norske Kvinners Sanitetsforenings sosialskole i tre år. Da sto vi i kjøkkenvinduet og vinket til henne når hun dro kl. 06.15. Så vasket vi gutta opp, så støvsugde vi og fant ut hva vi skulle ha til middag. Eldstemann skulle på skolen og yngstemann i barnehage.

– *Vi har inntrykk av at du i stor grad har akseptert og rommet dine klienter, du har tålt deres egenart fullt ut. Tror du selv at du har vært en god terapeut?*

Også Reichs radikalitet har vært viktig for meg, jeg synes man som fagperson bør være et engasjert menneske

GRØNSETHS FAGLIGE TILHØRIGHET



Reich utviklet *karakteranalysen* før han kom til Norge i mellomkrigstiden. Den hadde trekk fra tidens psykoanalyse i sin utviklingspsykologi og personlighetsteori, men var forskjellig ved at forskriftene om frie assosiasjoner og frittflytende oppmerksomhet ble tonet ned til fordel for vektlegging av pasientens kroppsuttrykk.

Reich, som også var opptatt av marxisme, tenkte at vanskelige barndomsforhold og -opplevelser hadde «satt seg» i pasientenes muskulatur, og skapt spenninger og såkalt karakterforsvar. Terapeutens oppgave var å diagnostisere dette karakterforsvaret, og gjennom påpeking av det overfor pasienten, hjelpe ham eller henne til å få en mer selvrealiserende karakter.

Utover i 1930-årene, særlig etter at Reich kom til Norge i 1934, utviklet han *karakteranalytisk vegetoterapi*. Teorien var at mentale problemer var festnet i ulike kroppssegmenter, og terapeuten skulle ikke bare påpeke kroppslige hemninger, men også gjennom direkte berøring, eventuelt massasje, fremme fri mental og seksuell utfoldelse. Pasienten ble oppfordret til å være helt eller delvis avkledd, fordi kroppen oppleves annerledes når en har lite klær på, og det er også lettere for terapeuten å se det som foregår i og med pasientens kropp.

Reichs terapeutiske ideer fikk mye støtte den første tid i Norge, blant andre av Harald Schjelderup og Nic Waal. Men da Reich utviklet *orgonterapi*, fikk han kritikk for tvilsom vitenskapelighet og praksis overfor pasienter, og han mistet mye av støtten. De norske terapeutene som har vært tilknyttet tradisjonen, har brukt ulike deler av teoriene.

Hvori består da «eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi», den formen som Grønseth utviklet, og som han mente representerte et paradigmeskifte? Vi forstår det slik at den eneste gyldne regel er at terapeuten ikke har en allmenn regel eller instruks, men alltid bekrefter pasientens identitet. Og identiteten uttrykkes i alt pasienten viser av seg selv; ikke bare ord, men pust, kroppsholdning, stemme, blikk.

Et par setninger fra en artikkel (Grønseth, 1991a) belyser det: «Det gis ingen ... oppfordring (om avkleddhet) ... det skjer bare ved at klienten selv ønsker det, alt avhengig av psykoterapiprosessen i det enkelte tilfelle (s. 196) ... Den eksistensielle forståelsen forutsetter *her og nå-situasjonen* ... Klientene gjøres oppmerksom på hvordan de helt konkret bruker kroppen, hva de gjør med kroppen, med seg selv ... terapeuten setter ord på sine umiddelbare og direkte opplevelser av klienten ... Det er noe annet enn «karakterpåpekninger» (s. 203–204).

Grønseth understreket at han ikke ville berøre pasienten, men beholdt selv vegetoterapi-begrepet. Han syntes det ville være et svik mot Reich å sløyfe det.

– Ja, jeg tror det. Jeg hadde det som nevnt ikke helt godt i barndommen, men det har hatt stor betydning at jeg hadde et så godt forhold til mange andre voksne mennesker, for eksempel foreldrene til Hågen Ringes. Og siden til min kone, ikke minst. Vi har hatt en del stormkast i ekteskapet, men kom på kjøll igjen. Blant annet på grunn av påvirkningene fra Reich og tidsånden, var vi i den første tiden så opptatt av seksualitet. Men man ser at når man blir eldre og det kanskje blir helseproblemer, er det så uendelig mange andre sider også; hengivenhet, omsorg, trofasthet. Det livslange forholdet har mange faser.

ROLF GRØNSETH

**CV om et faglig liv**

Da vi før intervjuet ba Rolf Grønseth om å gi oss en liten CV om sitt faglige liv, skrev han dette: «Begynte sin spesialutdannelse i klinisk barnepsykologi og psykoterapi med barn ved Nic Waals institutt i 1958. Arbeidet der til 1971. Underviste og ga veiledning ved Nic Waals institutt fra 1971 til 1989.

Begynte i 1971 egen praksis med voksne i karakteranalytisk vegetoterapi. Utviklet i slutten av 1970-årene og i 1980-årene sin egen form for vegetoterapi: Eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi. Underviser fra 1983 i tradisjonell vegetoterapi ved Norsk karakteranalytisk Institutt.

Veiledning av yngre psykologer gjennom alle årene fra 1971. Har lagt fram sin terapiform på mange europeiske og noen internasjonale kongresser. Har publisert mange artikler i norske og engelske tidsskrifter.

Var i flere år medlem og til dels leder for Norsk Psykologforenings spesialistutvalg i klinisk psykologi og senere medlem og leder av spesialistutvalget i klinisk psykologi med psykoterapi. Han har fremdeles en liten praksis med psykoterapi og veiledning.»

UTVALGTE PUBLIKASJONER

1975: Karakteranalytisk vegetoterapi og psykoterapi av barn. I A. Faleide, R. Grønseth & B. Urdal (Red.), *Det levande i muskelpanseret* (ss. 199–220). Oslo: Universitetsforlaget.

1991: Tre kapitler i A. Faleide, E. Grønseth & R. Grønseth (Red.), *Karakteranalytisk vegetoterapi. I kjølvannet av Wilhelm Reich*. Oslo: Spartacus Forlag. Wilhelm Reich og Sigmund Freud. Fra psykoanalyse til karakteranalytisk vegetoterapi (ss. 31–87). Eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi (ss. 195–231). Eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi og kvinner med incestproblemer (ss. 231–259).

1998: On the shift of paradigms from characteranalytic vegetotherapy, bioenergetic analysis and psychoanalysis to existential characteranalytic vegetotherapy. *Energy & Character* 29, (2), 48–67.

2000: On the shift of paradigms from existential analysis to existential characteranalytic vegetotherapy. *Energy & Character* 30 (2), 57–76.