

Om ydmykelse.

Et forsøk på analyse.

Lars Tjelta Westlye, stud. psychol

Sammendrag

Ydmykelse er et komplekst og omfattende begrep. Den aktuelle artikkelen tar for seg begrepet ydmykelse og prøver å analysere det som vanligvis oppfattes som hovedkomponentene i denne emosjonen gjennom konseptuelle og psykologiske refleksjoner. Hva er kjernen i ydmykelse? Hvilke sosialpsykologiske mekanismer ligger til grunn? Hvilke sosiale og psykologiske konsekvenser kan settes i sammenheng med ydmykelse? Dette er spørsmål som i svært liten grad har blitt studert i den fagpsykologiske litteratur. Ydmykelse har tradisjonelt blitt sett i sammenheng med andre emosjoner som skam og skyldfølelse. Denne artikkelen prøver å isolere begrepet, og således kanskje bidra til en økt anerkjennelse av og bevissthet om ydmykelse som en mulig innfallsvinkel til bedre forståelse av årsaker til interpersonlige og sosiale konflikter. Forfatteren tar utgangspunkt i ulike teoretiske innfallsvinkler fra ulike fagkretser, men forstår ydmykelse først og fremst som resultat av intersubjektive og således sosialpsykologiske prosesser.

If every day a man takes orders in silence from an incompetent superior, if every day he solemnly performs ritual acts which he privately finds ridiculous, if he unhesitatingly gives answers to questionnaires which are contrary to his real opinions and is prepared to deny his own self in public, if he sees no difficulty in feigning sympathy or even affection where, in fact, he feels only indifference or aversion, it still does not mean that he has entirely lost the use of one of the basic human senses, namely, the sense of humiliation.
-Vaclav Havel

Innledning

Vaclav Havels sitat er en treffende innledning til denne artikkelen. Havels beskrivelse av en persons daglige undergraving av egne rettigheter, ønsker og følelser tegner et bilde av det de fleste av oss ville kalle en lite tilfredsstillende tilværelse. Jeg tolker av Havel at denne personen har mistet sin autonomi, sin kraft til å kreve det som er sitt og det som gjør det til seg selv. Likevel aner vi her ingen opprør, ingen opposisjon og heller ingen uvilje mot å gjøre seg liten. Havel skildrer her, som han også selv skriver, en ydmyket person, en som har mistet sine viktigste definerende egenskaper, egenskaper som danner grobunn for både forståelse og respekt for seg selv. Hva er ydmykelse? Hva er kjernen i dette begrepet? Evelin Gerda Lindner siterer i sin doktorgradsavhandling Edna Adan, tidligere gift med daværende president i Somalia:

"Humiliation is when someone tries to bring someone down to their level. They think they are above them and they want to hurt you, humiliate you, bring you down to their level, so that you have no more self-respect, so that you lose the respect you have for yourself and others lose the respect they have for you." (Lindner E.G., 2000a, s.29)

Adan peker her på flere ulike egenskaper ved begrepet ydmykelse, egenskaper som hver og en representerer en brikke i et komplekst mosaikkbilde og som sammen danner konturene eller omrisset av et ytterst sammensatt og relativt lite studert sosialt fenomen. Begrepet ydmykelse blir brukt på (1) følelser, (2) handlinger og (3) sosiale strukturer (Lindner E.G., 2002c). Denne artikkelen tar i all hovedsak for seg punkt (1).

Jeg ønsker med denne artikkelen å prøve å få noen av brikkene til å passe sammen, til å danne et klarere og mer helhetlig bilde av hva ydmykelse er, hvilke basale psykologiske prosesser som ligger til grunn, og hvilke ulike sosialpsykologiske mekanismer som kan brukes til å belyse dette fenomenet.

Et karakteristisk trekk ved ydmykelse er den interaktive komponenten, noe som kan distingvere begrepet fra lignende begreper som skam; *"[h]umiliation implies an activity occurring between oneself and another person...the key to humiliation is not the secondary reflections on the significance of one's state (i.e. it is enraging; it is shameful), but the direct experience of feeling put into that state by another person..."* (Miller S.B., 1988, s. 44, original utheving). Miller argumenterer her for at ydmykelse er av en mer aktiv karakter på det interpersonlige nivået, og defineres ut fra dyadiske interaktive prosesser, mens skamfølelsen kan "tre ut" av interaksjonen og være rettet mot selvet uavhengig av andre personer: *"[t]he shame experience frequently involves a comparison between oneself and others, but in contrast to humiliation, the shame experience is not centrally defined by an intense interaction with another person."* (Miller S.B., 1988, s. 48). Dette synet på ydmykelse som en del av en interaksjon preger den generelle oppfattelsen av begrepet, men tilstedeværelsen av andre personer er imidlertid ikke en absolutt forutsetning for å føle ydmykelse (Silver M., Conte R., Miceli M., & Poggi I., 1986). Jeg kommer tilbake til dette.

Ydmykelse er beskrevet som en av de sterkeste følelsene vi har, Lindner (2002a) beskriver ydmykelse som ”følelsenes atombombe”. Ydmykelse har til alle tider vært en integrert del av et torturregime, noe som leder til en av ydmykelsens funksjoner: kontroll (Silver M. et al., 1986). De Pres mener at en av grunnene til ydmykelsen av jødene under holocaust var for å dehumanisere dem og således gjøre det lettere for overgriperne (les: ”vanlige” folk) å utrydde dem (for referanse, se Silver M. et al., 1986).

Jeg vil ta utgangspunkt i teoretikere fra ulike vitenskapelige felt, og prøve å integrere de ulike tankene, ideene og dataene som foreligger. På grunn av det svært begrensede formatet, vil jeg kun ta for meg det som jeg oppfatter som de mest sentrale temaene, en avveining som selvsagt er preget av mine personlige faglige interesser.

Lindner definerer ydmykelse på følgende måte:

”Humiliation means the enforced lowering of a person or group, a process of subjugation that damages or strips away their pride, honour or dignity. To be humiliated is to be placed, against your will...and often in a deeply hurtful way, in a situation that is greatly inferior to what you feel you should expect.” (Lindner E.G., 2000a, s.29)

Jeg vil i kommende deler av artikkelen drøfte ulike aspekter ved ydmykelsesbegrepet som blir nevnt i Lindner sin definisjon, og vil gjøre dette under så avgrensede rammer som mulig under ulike kapitler og avsnitt. Avslutningsvis vil jeg forsøke å integrere de belyste punktene, og vise til ulike konsekvenser, både individuelle og kollektive, som kan forklares med utgangspunkt i ydmykelse. Kan det for eksempel tenkes at ydmykelse er et sentralt begrep i forståelsen og eventuell løsning på storkonflikter? Hva er det som gjør ydmykelse til en så sterk og viktig mekanisme både for overgriper og offer? Hvorfor velger noen folk å dø fremfor å bli ydmyket?

Ydmykelse og verdighet

At det eksisterer en intim sammenheng mellom ideen om menneskelig verdighet (dignity) og ydmykelse kan anses som en common-sense-antagelse, og blir også vektlagt i Lindners definisjon ovenfor. Ydmykelse kan her forklares som et angrep på eller brudd på ens menneskelige verdighet, angrep som metaforisk kan skildres som ”stripped of one’s dignity” (Gilbert P., 1997; Lindner E.G., 2000a), ”robbed of dignity” (Dillon, 1997) eller som ”loss of control” (Margalit A., 1996). Den antatte nære sammenhengen mellom verdighet og ydmykelse har gjort at enkelte har hevdet at vi har å gjøre med en rent konseptuell sammenheng: *”If there is no concept of human dignity, then there is no concept of humiliation either”* (Margalit A., 1996, s.149). Det har videre blitt hevdet at denne konseptualiseringen av begrepet ydmykelse er problematisk fordi den er for ”filosofisk” i den forstand at den har skapt en for stor avstand til psykologisk forskning og empiri (Statman D., 2000).

Jeg vil videre peke på ulike argumenter for ikke å gjøre forståelsen av ydmykelse i for stor grad avhengig av verdighetsbegrepet. Først kommer jeg inn på Darwinismens innvirkning på verdighetsbegrepet. I boken *Created from animals* skriver James Rachels følgende om menneskelig verdighet:

”The idea of human dignity is the moral doctrine which says that humans and other animals are in different moral categories; that the lives and interests of human beings are of supreme moral importance, while the lives of other animals are relatively unimportant. That doctrine rests, traditionally, on two related ideas: that man is made in God’s image, and that man is a uniquely rational being (Rachels, 1990, s.171).

Rachels (1990) argumenterer videre for at Darwinismen har tvunget oss til å gi slipp på disse perspektivene:

”...the traditional supports for the idea of human dignity are gone. They have not survived the colossal shift of perspective brought down by Darwin’s theory (s. 171).

Av dette kan vi avlede at dersom Margalit har rett i sin antagelse om at ydmykelse konseptuelt sett er avhengig av verdighet, og samtidig at Rachels har rett i sin påstand om at begrepet verdighet bør forlates, så utelukker vi logisk sett ydmykelsens eksistens (Quinton A., 1997). Selv om verdighet også kan forstås på andre måter, vil heller ikke disse definisjonene føre til en bedre forståelse av begrepet ydmykelse (Statman D., 2000).

Det neste problemet med begrepet verdighet er dets iboende tvetydighet, hva som menes med menneskelig verdighet er ikke klart. Ifølge Rachels er menneskelig verdighet relatert enten til bildet av mennesket som skapt i Guds bilde eller ideen om at mennesket er et unikt rasjonelt vesen (Rachels, 1990). Begge disse innfallsvinklener er tvetydige og således åpne for flere fortolkninger. Er for eksempel *alle* mennesker skapt i Guds bilde, inkludert for eksempel svært ”defekte” fostere eller antisosiale seriemordere? Hvilke egenskaper ved mennesket er det som gjør at det er skapt i Guds bilde? Kan mennesket tenkes å miste disse egenskapene? Når det gjelder menneskets unike og rasjonelle natur, er det heller ikke sikkert hva som ligger i dette. Snakker vi om en slags grunnleggende rasjonalitet som er delt av alle mennesker, inkludert nyfødte og alvorlig utviklingshemmede? Snakker vi om en grunnleggende kapasitet eller potensial for rasjonalitet, eller handler det om hvordan rasjonaliteten faktisk manifesteres? Verdighet er et aktuelt begrep både innenfor rettssystemet og i den filosofiske litteraturen, og det foreligger her stor uenighet hva som ligger i begrepet (Statman D., 2000).

Det tredje problemet med verdighetsbegrepet fremtrer i det øyeblikk man stiller spørsmålet om verdighet er deskriptivt eller normativt av natur. Den deskriptive måten å forstå verdighet på fordrer en referanse til særskilte gitte trekk ved mennesket som gir det en unik rolle i verden. Disse trekkene eller egenskapene tilhører således alle mennesker, uavhengig av deres faktiske rasjonelle og/eller moralske kapasitet eller potensial. For å forstå verdighet som et normativt begrep må man referere til en slags forpliktelser en har overfor seg selv og/eller andre. Et slikt normativt syn hevdes blant andre av filosofen Joel Feinberg:

”Respect for persons may simply be respect for their rights, so that there cannot be the one without the other; and what is called “human dignity” may simply be the recognizable capacity to assert claims. To respect a person then, or to think of him as possessed of human dignity simply is to think of him as a potential maker of claims” (Feinberg, 1970, s. 252-253).

Feichner understreker her at respekt for et individ i bunn og grunn handler om respekt for dets rettigheter, og at verdighet kan ses på som evnen til å kreve sine rettigheter. Lindner er også opptatt av rettighetsperspektivet innenfor ydmykelses-psykologien. Hun viser at det historisk sett ikke har blitt oppfattet som moralsk uriktig å ydmyke, at det å ”trykke noen ned mot jorden” heller var en manifestasjon av ”naturlige” forskjeller mellom mennesker, og at det således ble sett på som helt naturlig, både fra ydmykerens og offerets side (Lindner E.G., 2001a). Lindner argumenterer her blant annet for at fraværet av det vi kan kalle fellesmenneskelige rettigheter gjorde at ydmykelse ble sett på som en del av den naturlige sosiale orden, og at det å være ydmyk ble sett på som en dyd, ”to humiliate” var her semantisk ekvivalent med ”to humble”. ”To humiliate” slik vi forstår det ble ikke brukt før i 1757 (Lindner E.G., 2001a). Lindner setter ydmykelsesbegrepet i sammenheng med fremveksten av fellesmenneskelige rettigheter i forbindelse med den franske revolusjon (1789), den amerikanske uavhengighetserklæringen (1776) og FN’s menneskerettighetserklæring (1948). Ideen om at alle mennesker er like mye verdt og fortjener like mye respekt er en tanke som historisk sett er svært ung, og fremdeles har ikke alle verdens land og religioner internalisert denne doktrinen. Følelsen av ydmykelse, slik både Lindner og Feichner kan antas å enes om, er nærmest avhengig av en opplevelse av ikke å få det en har rett til, at man ikke oppnår det man har krav på å oppnå. En slik opplevelse er således logisk avhengig av at man har noen rettigheter i det hele tatt, rettigheter som tidligere nevnt er helt ferske i en menneskelig

historisk kontekst. Lindner peker på den intime sammenhengen mellom det å være klar over menneskerettigheter, følelsen av ydmykelse og den sosiale forandringen mot en implementering av menneskerettigheter (Lindner E.G., 2001b). Denne *ydmykelsesdynamikken* fører til det paradokset at fremveksten av menneskerettigheter har økt omfanget av ydmykelse (Lindner E.G., 2002b), en økning som ikke kan reverseres før de sosiale strukturene etter hvert implementerer menneskerettighetene og lar dem gjennomsyre holdninger og atferd i verdenspolitikken (Lindner E.G., 2000b). Lindner bruker metaforen "the global village" i det hun søker å beskrive verdenssamfunnet, en metafor som både peker på betydningen av respekt mellom enkeltindivider og respekt mellom nasjoner og kulturer. Forståelsen av implikasjonene av denne dynamikken er avgjørende:

"An important policy recommendation arising from the research is that human rights advocacy that does not display respect for those who still adhere to the old honour culture code, may have humiliating effects on the accused that create secondary problems in the course of a transition that is already difficult in itself" (Lindner E.G., 2001b, s. 11).

Lindner nevner her hva kulturforskjeller har å si for hvordan menneskerettighetene best kan ivaretas, og viser blant annet til forskjellen mellom såkalte æressamfunn og vestlige kulturer (for en grundig gjennomgang av æresbegrepet, se også Nisbett & Cohen, 1996).

Som tidligere nevnt blir ofte begrepet ydmykelse sett på som konsekvens av atferd som fjerner eller skader et individs verdighet. Dersom vi hevder et deskriptivt syn på verdighet er det vanskelig/umulig å se hvordan denne fjerningen skal skje, særlig med tanke på at verdighet her blir sett på som noe et menneske har kun i kraft av at det er et menneske, og ikke på grunn av dets spesifikke atferdskapasitet. Dersom individer med en begrenset *rasjonell kapasitet* (les: alvorlig utviklingshemmede) likevel innehar verdighet, kan man ikke ta fra et individ dets verdighet ved å ødelegge eller hindre dets rasjonelle kapasitet. Av dette kan man utlede at dersom et menneske har verdighet (hva nå dette begrepet betyr) kun i kraft av å være et menneske, følger det av nødvendighet at det er umulig å ta verdigheten fra et menneske. Så, paradoksalt nok, dersom ydmykelse er å skade en persons verdighet, er ydmykelse en umulighet, nettopp på grunn av at verdigheten er iboende hos ethvert individ i kraft av å være menneske.

Det går an å motsi dette ved å hevde at verdighet ikke er noe alle mennesker har. Det første problemet dette skaper er at det fratrar verdigheten fra nettopp de individene som ideen om verdighet var ment å beskytte. Det neste problemet omhandler ydmykelsens ofre. Vi kan tenke oss at vi ydmyker både de med verdighet og de uten. Dersom vi prøver å ydmyke noen uten verdighet, kan vi ikke gjøre noe med verdigheten deres nettopp fordi de ikke har noen verdighet. Av dette følger at dersom man antar en relasjon mellom verdighet og ydmykelse, kan disse individene heller ikke ydmykes. Hvis de med verdighet er våre tenkte ofre, er den eneste måten vi kan fjerne deres verdighet på å fjerne deres relevante egenskaper som av nødvendighet gir dem verdighet, altså deres rasjonalitet. Dersom vi hypotetisk sett kunne udyktiggjøre et individs rasjonalitet, ville dette blitt sett på som en ydmykelse? Denne hypotetiske udyktiggjøringen av et individs rasjonalitet ville gjøre individet til et individ som konseptuelt sett ikke kan ydmykes; det har ingen rasjonalitet – ergo ingen verdighet. Følgende paradoks, beskrevet av Statman (2000), illustrerer det siste poenget: Dersom en antar at det ut fra et individs iboende egenskaper, q , ikke er riktig å ydmyke det, står man igjen med to paradoksale konklusjoner: 1) ydmykelse er umulig fordi alle individer har q i kraft av å være menneske, og 2) der hvor ikke alle mennesker har q , men kan miste q , er ydmykelsen mindre gal (moralsk sett) fordi det tar fra dem den ene betingelsen som gjør at det kan bli ydmyket. Det å ydmyke et annet individ innebærer altså samtidig å "beskytte" det fra videre ydmykelser. Dette gjør at den deskriptive innfallsvinkelen på ydmykelse ikke klarer å forklare den foreslåtte relasjonen mellom ydmykelse og verdighet.

Dersom man i stedet foretar en normativ vinkling på verdighet, altså at vi vektlegger individets rettigheter, krav og gjensidige forpliktelser, er det også vanskelig å se hvordan et individ kan miste sin verdighet. Dersom det er slik at verdighet er ekvivalent med å ha rettigheter eller ha et potensial til å kreve noe (jf. Feinberg, 1970), er det ingenting vi kan gjøre mot et individ som vil ta fra det disse rettighetene eller dette potensialet. Det er mulig å behandle et menneske *som om* det ikke har noen rettigheter eller krav, men det vil likevel ikke gjøre at det mister sine rettigheter og krav. Oppsummert; det er vanskelig å se hva det innebærer å miste eller å fjerne andre individers verdighet, noe som gjør det desto vanskeligere å relatere begrepet ydmykelse til tap av verdighet.

Ydmykelse og selvrespekt (self-respect)

De beskrevne problemene ved å relatere ydmykelse til verdighet kan kanskje unngås dersom vi heller fokuserer på selvrespekt. Margalit (1996) innleder det første kapitlet i boken *The Decent Society* med følgende: *"Humiliation is any sort of behavior or condition that constitutes a sound reason for a person to consider his or her self-respect injured"* (s. 9).

Begrepet selvrespekt kan imidlertid anses som tvetydig (Statman D., 2000). Tvetydigheten Statman peker på er relatert til et fundamentalt spørsmål om selvrespekt som blant andre har blitt stilt av Stephen Massey (1983): Er selvrespekt et psykologisk eller moralsk begrep? En psykologisk innfallsvinkel på begrepet selvrespekt kan gi en følgende beskrivelse:

"...a person who respects himself believes that he acts in accord with his conception of worthy behaviour and has confidence that he will continue to do so...the self-respecting person's beliefs about and attitudes toward himself need not have any particular content, nor must his actions meet any independent standards of worthiness or appropriateness" (Massey, 1983, s. 248, min utheving).

Jan Smedslund (1983) definerer selvrespekt på følgende måte: *"Selvrespekt er en bevissthet om å ha holdt seg innenfor sine rettigheter og å ha oppfylt sine plikter som menneske"* (s. 118, min utheving).

Selvrespekt kan således ses på som en subjektiv holdning, eller bevissthet ethvert individ har om seg selv, basert på egne standarder for akseptabel og ettertraktet atferd. Her anses også rettighetsbegrepet som avgjørende (Smedslund, 1983). Det har blitt hevdet at selvrespekt og det som i psykologien kalles "self-esteem" kan konseptualiseres på noenlunde samme måte, og at de kan derfor ses på som overlappende begreper (Dillon, 1997). Forsyth (1999) definerer self-esteem slik: *"Self esteem [is] a person's overall assessment of his or her worth, the evaluative component of the self"* (s. 79). Denne definisjonen er ikke vesensforskjellig fra Massey og Smedslunds definisjon av selvrespekt, men kan heller ikke anses som ekvivalent. Det har blitt hevdet at self-esteem og selvrespekt er to begreper som er kategorisk ulike (Quinton A., 1997). Jeg velger her å ta utgangspunkt i Masseys og Smedslunds definisjoner av selvrespekt, men vil påpeke at jeg anser de to begrepene som til tider overlappende, og at de i noen sammenhenger brukes om hverandre. Jeg anser det her som lite hensiktsmessig å gå videre inn på en begrepsmessig avklaring, ettersom dette ikke er avgjørende for diskusjonen om ydmykelse, men konstaterer at det sannsynligvis eksisterer en konseptuell og operasjonell sammenheng, og jeg vil i det kommende bruke det jeg vil kalle for subjektiv psykologisk selvrespekt som nærmest ekvivalent med self-esteem.

I kontrast til den psykologiske har vi den moralske eller objektive konseptualiseringen av selvrespekt. Denne tar utgangspunkt i at vår selvrespekt evalueres på bakgrunn av uavhengige og objektive standarder for akseptabel atferd. Hvilken av formene for selvrespekt er det da som er relevant når vi snakker om ydmykelse? Skader ydmykelse vår subjektiv-psykologiske eller vår moralsk-objektive selvrespekt? Gjør ydmykelse noe med hvordan ofrene *faktisk* evaluerer seg selv eller hvordan de *burde* evaluere seg selv? Å relatere

ydmykelse til den psykologiske selvrespekten (jf. Masseys og Smedslunds definisjoner) innebærer at ydmykelse er en handling som gjør at offeret får mindre selvrespekt, at det evaluerer seg selv i mindre positive trekk enn før, sammenlignet med sine egne subjektive standarder. På den andre siden, dersom vi relaterer ydmykelse til den moralsk-objektive selvrespekten, vil det bety at ydmykende atferd er atferd som gjør en person mindre verdt eller mindre respektert ut fra *objektive* standarder, standarder som ikke nødvendigvis anerkjennes av "offeret". Thomas Hill eksemplifiserer dette paradokset med en beskrivelse av det han kaller "*the servile woman*" – den underdanige kvinnen. Hun ser på det som sin plikt å tjene sin ektemann, og å ta vare på hans behov og karriere. Disse oppgavene er for henne menings- og ærefulle og gir henne stor glede. Den psykologiske selvrespekten hennes tar her ikke skade av hennes manns krav og sin egen underdanighet, og hun føler seg således ikke ydmyket. Den moralsk-objektive konseptualiseringen av selvrespekten gjør imidlertid denne situasjonen til en ydmykelse for kvinnen, ettersom den reflekterer atferd og holdninger som ikke er kompatible med den objektive standarden for selvrespekt (se Statman (2000) for referanse).

Den moralsk-objektive selvrespekten er åpenbart nært knyttet til tanken om menneskelig verdighet. Det er i kraft av denne verdigheten at individet innrømmes en unik respekt, både i egne og andres øyne. Tidligere nevnte Margalis, som mente at ydmykelsesbegrepet forutsatte verdighet, konseptualiserer selvrespekten på en moralsk-objektiv måte, og mener at selvrespekten blant annet manifesteres gjennom "*insistence on one's basic rights, a mad refusal to compromise one's personal honesty...or in readiness to endanger oneself in a struggle against people who insult or humiliate one, even if they are stronger than oneself*" (Margalit A., 1996, s.46). Dersom vi er likegyldige overfor våre rettigheter eller "uærlige" overfor oss selv og våre krav, mangler vi selvrespekt og vår verdighet er skadet, på tross av at vi kan ha subjektivt positive holdninger og emosjoner om oss selv. Av Margalits argumentasjon følger at dersom vi ønsker å fastslå hvorvidt person A sin atferd mot person B er ydmykende for B, trenger vi ikke vite noe som helst om person B sine subjektive standarder eller faktiske følelser overfor person A sin atferd. Alt vi trenger å vite noe om, fremdeles etter Margalits argumentasjon, er hvorvidt atferden gir person B en slags objektiv grunn til å føle seg ydmyket eller en grunn til å føle at hans selvrespekt kunne tatt skade (Statman D., 2000). Denne normative forståelsen av selvrespekt og ydmykelse leder Margalit til å mene at mennesker i seg selv er verdige respekt, gode grunner til å tro at ens selvrespekt er skadet forutsetter jo nettopp at man har selvrespekt. Dersom det derimot ikke er noen grunner for at mennesket fortjener respekt kun i kraft av å være menneske, er det heller ingen nødvendighet at man har selvrespekt som kan ta skade. Kan det heller tenkes at individer som føler seg ydmyket ikke nødvendigvis har en god *objektiv* grunn til å dette, og at ydmykelse kun derfor gir mening på et subjektivt, men ikke på et objektivt analysenivå?

En videre forståelse av ydmykelsens relasjon til selvrespekten er blant andre lansert av Dillon (1997). Hun deler selvrespekten opp i flere deler, der den viktigste delen er den hun kaller *basal selvrespekt*. Ifølge Dillon er den basale selvrespekten relatert til våre primære fortolkninger av en selv og vår egenverdi. Hun beskriver den basale selvrespekten som "*the invisible lens through which everything connected to the self is viewed and presumed to be disclosed...The heart of basal self-respect is our most profound valuing of ourselves*" (Dillon, 1997). Denne definisjonen minner om Forsyth (1999) sin definisjon av self-esteem. Selvrespekten kan her ses ikke bare i relasjon til egne subjektive kriterier og standarder, men også i forhold til mer objektive standarder. Dette er ofte saken med kvinner i patriarkalske samfunn som gjerne mener at de har en sterk selvrespekt, men som likevel kan sies å ha en skadet basal selvrespekt som resultat av at de lever under systematisk undertrykking og devaluering i deres sosiale, politiske og kontekstuelle virkelighet. Denne vinklingen på selvrespekt får innvirkning på den tidligere nevnte Hills underdanige kvinne. Denne kvinnen,

som opplevde å få økt selvrespekt av å underkaste seg sin mann, kan ifølge Dillon sies å ha en skadet basal selvrespekt, det vil si at den delen av selvrespekten som bedres av hennes atferd er av en mer overflatig art (Dillon, 1997). Selvrespekten kan således ses på som et system med flere ulike lag (Statman D., 2000).

En kan videre ikke unngå skade på den basale selvrespekten ved kritisk å rasjonalisere rundt årsakene til skaden, nettopp fordi skaden jo influerer hvordan vi oppfatter og vurderer virkeligheten, den er den ”usynlige linsen” vi ser verden gjennom.

Når er imidlertid ydmykelsen immun mot irrasjonalitet og når er den mottakelig for irrasjonelle evalueringer? Under hvilke betingelser kan følelsen av ydmykelse dempes av rasjonelle faktorer og når opplever man at følelsen av ydmykelse faktisk er rasjonell?

Rasjonell kontra irrasjonell ydmykelse

Dersom en glefsende hund slippes løs og den løper i min retning, vil jeg sannsynligvis føle frykt. Her kan man si at det at hunden ble sluppet løs er *årsaken* til min frykt, det skremte meg. Jeg vil også kunne si at jeg har en god *grunn* til å føle meg redd, at min frykt er rasjonell. Andre mennesker føler en like intens frykt i møte med ufarlige edderkopper. Her kan man si at frykten er irrasjonell. Hva er det så som gjør min følelse rasjonell, men den andre irrasjonell? Både jeg og den andre personen føler virkelig frykt, men kun min frykt kan sies å være berettiget (objektivt sett). Dette fordi hunden utgjør en faktisk trussel mot min helse, mens edderkoppen ikke gjør det. Begge følelsene inkluderer imidlertid en overbevisning om noe, en forventning. Dette kognitive aspektet ved emosjoner er en av kildene for vurdering hvor rasjonell en emosjon er (Statman D., 2000). Merk at vi her ikke snakker om hvor sterkt emosjonen oppleves, men om den kan sies å ha en rasjonell årsak. Hvis jeg for eksempel føler meg ydmyket fordi jeg misforstår en ironisk kommentar, er denne følelsen opplagt irrasjonell (for en diskusjon om rasjonelle kontra irrasjonelle handlinger, se f.eks Melberg, 1998). Hva kan være grunnlaget for det vi kan kalle en irrasjonell følelse av ydmykelse?

Vi kan videre tenke oss at det finnes en sammenheng mellom grad av rasjonalitet og grad av intensjonalitet, altså i hvilken grad en atferd er *ment* å være ydmykende. Klart ydmykende atferd er den atferden som eksplisitt søker å ydmyke en person ved for eksempel å avvise, fornede og degradere denne personen, eller ved å ekskludere vedkommende fra en gruppe (jeg kommer tilbake til dette punktet i neste del av artikkelen). Jo sterkere intensjon om å ydmyke, jo større *grunn* til å føle ydmykelse, og når ingen intensjon om å ydmyke er tilstede blir det ofte malplassert å snakke om ydmykelse (Statman D., 2000). Det har blitt hevdet at en sentral komponent i ydmykelsesbegrepet er at ydmykeren på en eller annen måte *fryder* seg over effekten han har på offeret (Schick F., 1997). Schick viser til utsagn fra afroamerikanere som ble utsatt for rasediskriminering i USA, og som uttrykte at de hvites triumfering over sin dominante posisjon var det som gjorde situasjonen ydmykende, og ikke det at de ikke hadde de samme privilegiene som de hvite. Schick peker her på ydmykelsens funksjon som avgjørende, *ønsket* om å nedverdige og *hoveringen* over å ha klart det. Schick argumenterer videre for at denne hoveringen ikke nødvendigvis trenger å være reell, men må bli *oppfattet* som tilstedeværende for at offeret skal føle seg ydmyket. Margalit hevder imidlertid at intensjonen om å ydmyke ikke trenger å være tilstede, at det finnes ydmykende situasjoner uten aktive ydmykere (Margalit A., 1996). Jeg tror det siste punktet til Schick, om at en viss form for hovering må være tilstede, om enn imaginativ, er kompatibelt med Margalits syn om at intensjon om å ydmyke ikke er nødvendig. Det er ikke vanskelig å tenke seg situasjoner der intensjonen ikke var å ydmyke, men som likevel ble oppfattet på denne måten. Analogt til dette argumenterer blant andre Staub for at også andre typer overgrep kan skje på tross av manglende intensjon fra overgriperens side (Staub, 1989).

Det finnes også situasjoner der en person har rasjonelle grunner for å føle seg ydmyket, men likevel ikke gjør det. Det å ydmyke en person handler altså ikke bare om gi den personen en rasjonell grunn til å føle seg ydmyket, men også om faktisk å ”vekke” denne følelsen hos vedkommende. Jeg kan altså ikke ydmyke en person uten at personen selv er klar over det, og videre må vedkommende akseptere min atferd som ydmykende, altså oppleve en negativ endring i selvrespekt i tillegg til å akseptere meg som årsaken. Dette paradokset er beskrevet av Margalit & Motzkin (1996). De diskuterer ydmykelsens unike rolle under Holocaust, og viser til at overgriperne forsøkte å dehumanisere ofrene gjennom ydmykelse. Paradokset her er at for at intensjonen om å ydmyke skal lykkes, er overgriperen avhengig av en ”aksept” fra offerets side og tvinges således til å akseptere vedkommendes menneskelighet (Margalit & Motzkin, 1996). Denne argumentasjonen leder videre til en sementering av tanken om at den subjektive opplevelsen av selvrespekt, heller enn den moralsk-objektive, spiller en betydelig rolle i ydmykelsesprosessen. Av det følger at vi i det tidligere nevnte eksempelet om den underdanige kvinnen ikke taler om ydmykelse, kvinnen føler seg ikke ydmyket, selv om hun kan sies å ha rasjonelle grunner for å gjøre det. Dette eksemplet illustrerer godt hvor vanskelig det kan være å finne ydmykelsens kjerne, og skisserer også tydelig forskjellen mellom den subjektive opplevelsen av ydmykelse og det vi kan kalle objektiv eller moralsk ydmykelse. Jeg vil komme tilbake til eksemplet også senere i artikkelen. For en foreløpig oppsummering kan vi si at det ikke er en nødvendig sammenheng mellom en opplevd emosjon og den objektive og rasjonelle årsaken til emosjonen, så også for ydmykelse.

Ydmykelse og ekskludering

En av måtene å forstå emosjoner på er at de er funksjonelle sett i et evolusjonistisk perspektiv. Frykt har en åpenbar funksjon idet den er en emosjon som skal signalisere om og således beskytte oss mot fare. Hva med ydmykelse? Ydmykelse kan ses på som en emosjon som bidrar til å føre oss nærmere andre mennesker, til å danne grupper og til å opprettholde medlemskapet i en gruppe (Statman D., 2000). Å være medlem av en gruppe kan øke vår sjans for overlevelse, og de psykologiske mekanismene som bidrar til å øke sjansen for tilhørighet til en gruppe kan derfor ses på som funksjonelle (Forsyth, 1999). For å bli akseptert som et medlem av en gruppe er man avhengig av å akseptere gruppens normer, roller og relasjoner. Den mest effektive måten å gjøre dette på er ved å internalisere disse normene, rollene og relasjonene som våre egne (Forsyth, 1999).

Leary og medarbeidere har utarbeidet en modell som peker på den nære sammenhengen mellom den tidligere beskrevne psykologiske delen av selvrespekten (les diskusjonen angående selvrespekt og self-esteem tidligere i artikkelen) og sosial inkludering (Forsyth, 1999). Ifølge Leary må selvrespekten ha en viktig psykologisk funksjon, nemlig at den gir en følelse av tilhørighet. Mennesker har små sjanser for å formere seg og å overleve dersom de lever i isolasjon, og har således en sterk motivasjon for å bli inkludert i grupper (Forsyth, 1999). Etersom dette behovet er så stort, samtidig som inkludering ikke er en selvfølge, trenger vi redskaper til enkelt å overvåke våre sosiale omgivelser for å finne hint som kan indikere vår grad av tilhørighet. Videre trenger vi en mekanisme som effektivt kan alarmere oss dersom vi står i fare for å svekke våre relasjoner til gruppen. Leary og medarbeidere foreslår at vår selvrespekt innehar akkurat denne funksjonen (Forsyth, 1999). Studier har vist at situasjoner som øker vår selvrespekt også ofte øker vår følelse av inkludering, og omvendt (Statman D., 2000). Et eksperiment som illustrerer dette poenget ble gjennomført av Leary og medarbeidere. Her ble forsøkspersonene enten satt til å jobbe sammen i grupper (inkludering) eller til å jobbe alene (ekskludering). De ble også fortalt at årsaken til at de enten måtte jobbe alene eller i gruppen var på grunn av at de andre gruppemedlemmene hadde bestemt det (betingelse 1) eller fordi de var tilfeldig trukket ut

(betingelse 2). Forsøkspersonene skulle så rangere seg på en selvrespekt-skala. Resultatene viste tydelig at selvrespekten hadde falt betraktelig for de personene som hadde blitt ekskludert, men kun for de som trodde at det var de andre forsøkspersonene som hadde ekskludert dem. For de som trodde at de var tilfeldig plukket ut til å jobbe alene, hadde ikke eksklusjonen noe å si for selvrespekten deres. Det samme mønsteret fant man for de som ble satt til å jobbe sammen i grupper, kun de som trodde de ble inkludert av de andre i gruppen opplevde en økt selvrespekt (for referanse, se Forsyth, 1999). Dette illustrerer en klar sammenheng mellom følelsen av tilhørighet og selvrespekt. Behovet for å tilhøre en gruppe er så sterkt at vår indikator for grad av inkludering, for å bruke Leary's terminologi, altså selvrespekten, alarmerer oss om trusler om svekkelse av vår tilhørighet på en nærmest automatisert måte, og som derfor ikke er avhengig av en rasjonell refleksjon over den aktuelle trusselen (for en diskusjon om automatiserte prosesser, se f. eks. (Payne & Wenger, 1998)). Som eksperimentet til Leary og medarbeidere viste, kan likevel en rasjonell refleksjon over egen status "slå av alarmen", det vil si at den ikke av nødvendighet fører til svekket selvrespekt.

Gilbert (1997) bruker også et evolusjonistisk rammeverk for å forklare begrepet ydmykelse. Gilbert mener at sosial attraktivitet er den sterkeste og mest effektive strategien mennesker bruker for å oppnå status og for å utvikle meningsfulle og nyttige relasjoner i grupper. Dette forklarer hvorfor følelsen av å bli degradert og devaluert er så truende for mennesker, følelser som er nært knyttet opp til, og kanskje semantisk ekvivalent med, ydmykelse. Denne nære relasjonen mellom ydmykelse og sosial ekskludering kan bidra til å bedre forståelsen av hvorfor ekskludering kan vekke følelsen av ydmykelse på tross av at andre "utløsende aspekter" ved situasjonen ikke er tilstede. For det første er følelsen av ydmykelse uavhengig av den generelle moralske rettferdiggjøringen av den ydmykende atferden. For det andre er muligheten til å ydmyke andre ikke avhengig av de moralske verdiene til verken ydmykeren eller offeret, særlig i forhold til tanken om delte rettigheter for alle mennesker. Offeret trenger ikke tro at alle mennesker har de samme rettigheter og krav for å føle seg ydmyket. Alt de trenger å tro er at de selv har krav på respekt, for eksempel i kraft av å være medlem av en viss gruppe eller kultur. Frykten for å bli avvist eller ekskludert er så sterk at også avvísninger fra grupper vi ikke liker å assosiere oss med kan føre til ydmykelse (Silver M. et al., 1986; Statman D., 2000), noen ganger så sterkt at vi ikke ønsker å leve lenger (Smedslund, 1983). En rasjonell og filosofisk forklaring på dette er ikke tilstrekkelig, og noen ganger til og med kontrafaktuell (Statman D., 2000). Veldig få, om noen, mennesker er immune mot ydmykelse, særlig dersom den er sterk, langvarig og satt i system (Margalit A., 1996).

En oppsummering av denne delen av artikkelen kan hjelpe til å klargjøre hvordan de nevnte argumentene opponerer mot den filosofiske ideen om at følelsen av ydmykelse er irrasjonelt. For det første, med bakgrunn i et funksjonelt evolusjonistisk perspektiv, er vår grad av selvrespekt avhengig av den respekten (eller mangel av respekt) som andre gir oss. Det er altså en del av den menneskelige natur at vår selvrespekt kan ta skade av andres atferd, og at vi således kan føle oss ydmyket. For det andre har vi en klar og sterk motivasjon for å samhandle med andre mennesker, å delta i et sosialt fellesskap. Det å bli ekskludert fra dette sosiale fellesskapet fører til skade på vår selvrespekt, noe som manifesteres gjennom en følelse av ydmykelse.

Konsekvenser av ydmykelse

Jeg vil i dette kapitlet nevne noen konsekvenser som har blitt satt i sammenheng med ydmykelse. Dette for å sette begrepet inn i en kontekst og således knytte det opp mot noe håndfast og begripelig. Ydmykelse har blitt knyttet opp til en rekke kjente psykologiske og sosiale fenomener, men da ofte i sammenheng med begreper som skam, skyldfølelse,

beundring og frykt (Miller S.B., 1988; Lindner E.G., 2002a). Lindner ser på ydmykelse som et adskilt og uavhengig begrep, og knytter det opp til ulike former for konflikt på mikro-, meso- og makronivå (Lindner E.G., 2000a). Her ses ydmykelse som en mulig kjerneårsak til konfliktene, og forklarer således både personlige og internasjonale konflikter ut fra et psykologisk og intersubjektivt nivå. Dette er en dreining bort fra det kulturelle forklaringsnivået, der konflikter ofte forklares som resultat av religiøse, politiske og økonomiske interesser. Lindner fokuserer på ydmykelsen som en motivasjon til å ta hevn, til et ønske om å bringe den andre ned på ditt nivå, og mener at en slik ”ydmykelsesspiral” må elimineres før en konflikt kan ta slutt. Dette kan imidlertid ikke skje uten å behandle de involverte parter på en ikke-ydmykende måte, noe som krever en høy grad av både historisk og psykologisk kunnskap.

Ydmykelse er en viktig del av et hvilket som helst torturregime. Denne ydmykelsen kan av ofrene ofte oppleves som verre enn den fysiske smerten, og mange velger å dø fremfor å bli ydmyket i slike situasjoner. Fangene i konsentrasjonsleirene under andre verdenskrig risikerte ofte livet for å unngå eller redusere følelsen av ydmykelse, selv om det de gjorde strengt tatt ikke gjorde deres tilværelse nevneverdig annerledes. Bare det å vaske seg litt i en søledam kunne i enkelte tilfeller føre til henrettelse, men mange gjorde det for å unngå ydmykelsen de følte ved ikke å holde seg ren. De Pres beskriver dette som fangenes siste forsøk på å bevare sin menneskelighet, et behov som ofte var større enn behovet for å leve (for referanse, se Silver M. et al., 1986). I romanen *1984*, skrevet i 1949, beskriver George Orwell et system som i stor grad baserer seg på ydmykelse som kontrollfunksjon. Hovedpersonen gjør det lille han kan, ofte med livet på spill, for å ikke å la seg ydmyke av Store Bror, men må i siste del av boken gi opp. Han må lære seg å leve med og like systemet han er tvunget inn i – den siste store ydmykelsen.

Videre er ydmykelse nevnt som avgjørende utløsende faktor for depresjon (Brown G.W., Harris T.O., & Hepworth C., 1995; Fullilove M.T., 2002; Farmer & McGuffin P., 2003; Kendler, Hettema J.M., Butera F., Gardner C.O., & Prescott C.A., 2003). Resultatene fra alle disse studiene viste en klar sammenheng mellom opplevelsen av ydmykende hendelser og utvikling av depresjon.

Listen over ydmykelsens dyptgående psykologiske og sosiale konsekvenser er i realiteten mye lengre, noe både historien og etter hvert sannsynligvis også vitenskapen vil lære seg å anerkjenne.

Konklusjon

Ydmykelse er nært knyttet til begreper som verdighet og selvrespekt. Jeg har i denne artikkelen pekt på mulige ulemper ved å konseptualisere ydmykelse som avhengig av disse begrepene, men finner det vanskelig å konkludere i den ene eller andre retningen. Et begrep som verdighet er psykologisk forståelig og meningsfullt, men kan filosofisk sett argumenteres bort. Selvrespekt er også tvetydig – taler vi om en objektiv eller subjektiv selvrespekt i forbindelse med ydmykhet? Spiller dette noen rolle for vår opplevelse av å bli ydmyket?

Ydmykelse kan også ses på som relatert til ekskludering fra grupper, men også her er de konseptuelle begrensningene til stede, blant annet må vi akseptere at det vi kan si at den basale selvrespekten, eller i alle fall deler av den, er nært knyttet opp til self-esteem, noe som det kan argumenteres mot. Videre er ydmykelsen, som alle andre emosjoner, ikke avhengig av en rasjonell årsak, den kan således først og fremst ses på som et psykologisk og ikke et moralsk begrep. Her er det blant annet relevant å peke på det forhold at følelsen av ydmykelse kan være fremtredende også i de situasjoner der en klar ydmyker ikke er representert eller der intensjonen om å ydmyke ikke er tilstede.

Margalit (1996) fokuserer i sin bok på institusjoner som ydmykende, og mener at et ”decent” samfunn er et samfunn der dets institusjoner ikke ydmyker befolkningen. En

institusjon kan sies å ydmyke en person dersom personene som handler på dens vegne ydmyker den personen (Ripstein A., 1997; Schick F., 1997). Vi ser også her altså at ydmykelsen først og fremst skjer på det intersubjektive nivået, og selv om institusjoner kan oppmuntre og til og med belønne ydmykende atferd, taler vi til syvende og sist om en persons ydmykelse av en annen, noe som også er synlig i Orwells *1984*, om enn noe maskert.. Dette betyr, mener jeg, at en inngående kjennskap til de psykologiske komponentene i ydmykelsen må avdekkes før vi kan håpe på et ”decent society” slik Margalit definerer det.

Jeg har i denne artikkelen pekt på ulike aspekter ved ydmykelsen som fenomen, og har i hvert fall for min egen del dannet et noe klarere og mer sammenhengende bilde av de fragmenterte delene jeg lanserte i innledningen. Jeg anser det imidlertid som både faglig interessant og nødvendig å videreutvikle forståelsen av ydmykelse som en mulig determinant i initieringen og opprettholdelsen av konflikt- og voldsspiraler. Det synes for meg umulig å håpe på fredelige løsninger blant annet i Midtøsten uten en inngående kunnskap om ydmykelsesdynamikken og det tilhørende gjengjeldelsesbehovet som åpenbart er i kraft. Jeg håper og tror at videre forskning på dette området kan avdekke mulige løsningsforslag som vil kutte disse spiralene og som vil føre til en åpnere og mer respekterende verden.

Reference List

- Brown G.W., Harris T.O., & Hepworth C. (1995). Loss, humiliation and entrapment among women developing depression: a patient and non-patient comparison. *Psychol Med*, 25, 7-21.
- Dillon, R. S. (1997). Self-respect: moral, emotional, political. *Ethics*, 107, 226-249.
- Farmer, A. E. & McGuffin P. (2003). Humiliation, loss and other types of life events and difficulties: a comparison of depressed subjects, healthy controls and their siblings. *Psychol Med*, 33, 1169-1175.
- Feinberg, J. (1970). The nature and value of rights. *Journal of Value Inquiry*, 4, 261-243.
- Forsyth, D. R. (1999). *Group Dynamics*. (3. ed.) Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company.
- Fullilove MT. (2002). Social and economic causes of depression. *J Gender Specif Med*, 5, 38-41.
- Gilbert P. (1997). The evolution of social attractiveness and its role in shame, humiliation, guilt and therapy. *British Journal of Medical Psychology*, 70, 113-147.
- Kendler, K. S., Hettema J.M., Butera F., Gardner C.O., & Prescott C.A. (2003). Life Event Dimensions of Loss, Humiliation, Entrapment, and Danger in the Prediction of Onsets of Major Depression and Generalized Anxiety. *Arch Gen Psychiatry*, 60, 789-796.
- Lindner E.G. (2000a). *The Psychology of Humiliation: Somalia, Rwanda/Burundi, and Hitler's Germany. (Doctoral Dissertation)*. University of Oslo, Department of Psychology.

- Lindner E.G. (2000b). What every negotiator ought to know: Understanding Humiliation. For full tekst: <http://www.globalsolidarity.org/articles/what.pdf>.
Ref Type: Unpublished Work
- Lindner E.G. (2001a). Humiliation: Trauma That Has Been Overlooked: An Analysis Based on Fieldwork in Germany, Rwanda/Burundi, and Somalia. *Traumatology*, 7, 43-68.
- Lindner E.G. (2001b). The Psychology of Humiliation - Summary of Results and What the Research on Humiliation Added to Pre-Existing Knowledge. For full tekst: <http://www.peace.ca/humiliation.htm>.
Ref Type: Unpublished Work
- Lindner E.G. (2002a). Healing the Cycles of Humiliation: How to attend to the Emotional Aspects of "Unsolvable" Conflicts and the Use of "Humiliation Entrepreneurship". *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 8, 125-138.
- Lindner E.G. (2002b). Humiliation or Dignity: Regional Conflicts in the Global Village. *Journal of Mental Health, Psychosocial Work and Counselling in Areas of Armed Conflict*, 1, 48-63.
- Lindner E.G. (2002c). Ydmykelse og konflikt - en nøkkel til å forstå verden og oss selv. *Psykologisk Tidsskrift*, X, XXX.
- Margalit A. (1996). *The Decent Society*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Margalit, A. & Motzkin, G. (1996). The uniqueness of the Holocaust. *Philosophy and Public Affairs*, 25, 65-83.
- Massey, S. J. (1983). Is self-respect a moral or a psychological concept? *Ethics*, 93, 246-261.
- Melberg, H. O. (1998). Et forsvar for antagelsen om rasjonalitet. *Impuls*, 52, 27-37.
- Miller S.B. (1988). Humiliation and Shame - Comparing Two Affect States as Indicators of Narcissistic Stress. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 52, 40-51.
- Nisbett, R. E. & Cohen, D. (1996). *Culture of Honor*. Boulder, CO: Westview Press.
- Payne, D. G. & Wenger, M. J. (1998). *Cognitive Psychology*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Quinton A. (1997). Humiliation. *Social Research*, 64, 77-89.
- Rachels, J. (1990). *Created from animals: the moral implications of Darwinism*. Oxford: Oxford University Press.
- Ripstein A. (1997). Responses to Humiliation. *Social Research*, 64, 90-111.
- Schick F. (1997). On Humiliation. *Social Research*, 64, 131-146.
- Silver M., Conte R., Miceli M., & Poggi I. (1986). Humiliation: Feeling, Social Control and the Construction of Identity. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 16, 269-283.
- Smedslund, J. (1983). *Praktisk Psykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Statman D. (2000). Humiliation, dignity and self-respect. *Philosophical Psychology*, 13, 523-540.

Staub, E. (1989). *The Roots of Evil*. Cambridge: Cambridge University Press.