

Respektfulde breve til aggressive stemmer:

Historien om Max

Af Christoffer Haugaard

E-mail: christoffer.haugaard@rn.dk

Max, person med erfaringsbaseret viden om stemmer.

Indledning

I et interview med titlen Psykotiske Oplevelser og Diskurs foreslog Michael White (2006) en særlig måde at forholde sig til stemmehøring på. Han skelnede mellem hjælpsomme og problematiske stemmer. Jeg er enig i betydningen af sådan en skelnen og finder det relevant at overveje, hvor meget mere komplekst stemmehøring har vist sig at være end det, der almindeligvis tages stilling til ved diagnose (compare Beavan & Read, 2010; Corstens et al, 2014; Luhrmann et al, 2015b; Read & Bentall, 2012; Read, van Os, Morrison & Ross, 2005). Jeg har mødt mennesker, der ikke ønsker at miste deres stemmer, fordi de er selskab, og jeg har mødt mennesker, som hører stemmer, der bakker dem op og er hjælpsomme.

I lyset af ideer og forskning forbundet med Stemmehørernetværket (se Corstens, Escher & Romme, 2008) senest antropologen T. M. Luhrmann og andres forskning (Luhrmann, Padmavat, Tharoor & Osei, 2015a; 2015b; Luhrmann, 2018) kunne der måske være grundlag for at overveje, om man kan betragte det centrale spørgsmål ved stemmehøring som vedrørende relationer. Spørgsmålet er måske ikke så meget, om man burde høre stemmer eller ej, eller om stemmer tages som et tegn på abnormalitet eller endda sygelighed. Måske kunne vi i stedet lægge vægt på overvejelser om, hvilken relation man har med et antal stemmer. White (1995) foreslog at se på problematiske stemmer i lyset af magtrelationer og at karakterisere problematiske stemmer ud fra deres dagsordner for en persons liv, deres strategier for at have indflydelse og deres ideologiske eller moralske antagelser om tilværelsen. En sådan tilgang til stemmer forekommer mig at have meget til fælles med eksternaliserende samtaler, og jeg har også fundet Whites (2007) fire kategorier af spørgsmål til eksternaliserende samtaler hjælpsomme til at karakterisere og revidere en persons forhold til problematiske stemmer. Det er måske et lille skridt at betragte stemmer som problemer, som man allerede forholder sig til som eksterne, eller som allerede fremtræder for personen som værende en udefrakommende agens. Ligesom White gør jeg ikke nogen forsøg på at introducere ideer om, at stemmer skulle være afspaltede dele af selvet, som skal accepteres og integreres i ens selvforståelse. Jeg har det helt fint med at relatere mig til dem som eksterne personer, men selvfølgelig en anden slags person eller en anden kategori af person end legemliggjorte mennesker.

Jeg tror, at dette spørgsmål om, hvordan vi relaterer til stemmer, og hvad forskellige måder at relatere på indebærer af folk, er værd at tænke nærmere over. Lührmanns indledende forskning så vel som forståelser hos Stemmehørernetværket (og se også Larøi et al, 2014) antyder, at dette aspekt kan være ganske betydningsfuldt for det niveau og de former for lidelse, som problematisk stemmehøring afføder. Lührmann peger fx på, at vestlige idealer om et afgrænset, integreret og sammenhængende selv inden i den enkelte person kan bidrage til oplevelsen af stemmerne som problematiske. Hvis stemmehøring blev set i lyset af Vygotskys udviklingsteori om forholdet mellem tænkning og sprog (Jones & Fernyhough, 2007), ville et fænomen som stemmehøring så måske ikke være overraskende for os og måske ligefrem være en logisk følge af den måde, tænkning generelt fungerer på? I de seneste årtier har ideer om relationel, ikke-selvberørende subjektivitet været under udvikling i studier af især ikkevestlige samfund inden for antropologi og religionsvidenskab (Bird-David, 1999; Harvey, 2006; 2017; Viveiros de Castro, 2004; 2015). Kunne vi, i lyset af sådanne forståelser, tage stemmer alvorligt som en form for personer? Sådanne overvejelser kunne have betydning i relation til den stigmatisering af evnen til at høre stemmer, som er forbundet med udbredte vestlige forståelser af normalitet af selvet, og bidrage til et skift fra en patologiserende forståelse og praksis henimod vanskelige relationer – en bevægelse fra at stræbe efter en kur til i stedet at stræbe efter at etablere respektfulde relationer med stemmer.

Frem for her at forsvare eller redegøre for en sådan tilgang vil Max og jeg give et eksempel på at arbejde med problematiske stemmer, som engagerer dem ud fra en relationel forståelse af oplevelsen, og en respons på problematiske stemmer, som sigter mere mod at etablere respektfulde relationer med dem end at kurere dem.

Max og stemmerne

Da jeg i 2013 første gang mødte Max, en ung mand i tyverne i 2013, havde han ikke mindre end 27 indlæggelser bag sig, og mange af dem havde involveret magtanvendelse og frihedsberøvelse, da Max til tider agerede voldeligt. Han var i behandling med antipsykotisk medicin, hvilket dog ikke befriede ham fra at høre stemmer. Han havde også en historie med at udøve selvskade og udføre selvmordsforsøg. Faktisk var risikoen for selvskade og selvmordsforsøg så nærværende, at vi lavede en skriftlig aftale mellem os to og personalet på den psykiatriske skadestue, som beskrev, hvordan denne risiko skulle håndteres i forbindelse med vores samtaler. Dette var nødvendigt for at dæmpe vores bekymringer for denne risiko, så vi havde mod til at gå videre. Både Max og jeg var bekymrede for, hvilken fare for Max' liv der kunne være involveret i bare at tale om stemmerne, eller om den tilskyndelse til selvmord, som let kunne overvælde ham. Vi lavede en plan for dette, som var acceptabel for Max, den psykiatriske skadestue og

Max' øvrige psykiatrifaglige team, som udover mig selv bestod af en psykiatrisk sygeplejerske og en psykiater.

I løbet af vores første to samtaler introducerede han mig til tre stemmer, han kunne høre. Vi forsøgte at lave en karakteristik af disse stemmer og finde ud af, hvilken dagsorden de mon havde med at være involveret i Max' liv, og hvilke strategier eller metoder de anvendte for at opnå og opretholde deres indflydelse og fremme deres dagsorden. Denne undersøgelse førte til en karakteristik, som jeg nedfældede på skift og delte med Max. På det tidspunkt var der mere presserende emner for Max, så stemmerne blev ikke omdrejningspunkt for vore samtaler. Vore efterfølgende samtaler udgjorde i stedet en udforskning af Max' livshistorie og de livsomstændigheder og krav den involverede, og hvilken slags person dette liv havde krævet, at han skulle være. Han var vokset op, og levede fortsat, i en verden fuld af vold. Han led af angst, følelsesmæssig kulde, aggressive impulser, voldelig adfærd, syns- og hørelshallucinationer, selvskade og selvmordsforsøg. Vores samtaler havde på det tidspunkt fokus på muligheden for at modsætte sig denne voldelige virkelighed og at være en anden version af Max, at håndtere angst, selvskade og aggressive impulser, men også at blive i stand til at føle varme og kunne have gode følelser i forbindelse med at gøre gode ting. Han ønskede en ændring i sit liv, og det indebar at ophøre med at være sådan en slags person som vold havde gjort ham til. Han ville blive i stand til *"at føle mig tilfreds og kunne være stolt og glæde mig over den, jeg er – at have et smil på læben"*.

Vold og kriminalitet var normen igennem Max' barndom og helt op til det tidspunkt, hvor jeg mødte ham. Hans tidligste erindring var om at stille sig imellem sin far og mor i et forsøg på at forhindre sin far i at slå sin mor. Som barn bar han kniv i skolen for at kunne forsvare sig. Han huskede en bemærkelsesværdig hændelse, hvor moderen til en skolekammerat gav ham et knus. Hendes handling var uforståelig for Max, og denne kvinde havde ikke vidst, at han faktisk holdt sig klar til at stikke hende med kniven i selvforsvar, da hun nærmede sig for at omfavne ham. Max ønsker ikke at give yderligere detaljer fra sin historie her, men jeg kan forsikre læseren om, at de ting, Max har gennemlevet, med rette kan benævnes som tortur. Jeg vil også gerne fortælle læseren, at selvom dette er foruroligende oplysninger, så ønsker Max og jeg ikke at vække ubehag med det. Det er dog vigtigt at vide for at kunne fornemme betydningen af de opdagelser og den udvikling, vi her vil beskrive.

Jeg tror, jeg ville kalde det, Max begav sig ud i, en bestræbelse efter at erhverve sig en anden identitet end den, han var blevet hvervet til i den verden, han voksede op i. Disse samtaler var en hjælp for ham. Efter nogen tid skiltes vores veje dog, da Max flyttede.

Her er brevet, jeg delte med Max, som karakteriserer stemmerne:

Hej Max.

Tak for samtalen. Vi talte lidt mere indgående om stemmerne og deres rolle i dit liv i dag. Det var muligt at have en forholdsvis rolig samtale, på trods af at stemmerne ivrigt modsætter sig ethvert forsøg fra din side på at opnå noget godt. Her er en foreløbig karakteristik af stemmerne på baggrund af vores første par samtaler:

Der er tre stemmer:

- 1) Militant, kommanderende, beordrende mandestemme. Er den, der er mest tilstede, og er nedværdigende og beordrer dig til selvskade.
- 2) En mere afdæmpet mandestemme, som sammen med den Militante observerer dig og bedømmer dig. Bedømmelserne er negative.
- 3) En kvindestemme, som skriger et rædselskrig. Dette sker, når du har det meget dårligt.

Dagsorden

Stemmernes mål med dig er at få dig til at isolere dig derhjemme og sidde at skære i dig selv med en kniv. De ønsker, at du nægter dig selv alt godt, og at du skal være ond mod dig selv.

Begrundelse

Stemmerne mener, at du ikke fortjener at have det godt. Vi kom ind på, at det måske er forbundet med en opfattelse af, at man skal "betale" for det gode i livet med smerte og lidelse. Der tegner sig et billede af, at stemmerne tager sig meget godt "betalt" her, for hvis du skærer dig overfladisk, får du kun fred for deres ydmygelser, mens du skærer. Engang skar du meget dybt, indtil du kunne se knoglen. For det gav stemmerne dig to dages fred. Hvad er det stemmerne er ude på her? Hvilken opfattelse af dig kan de have, som gør det rimeligt for dem, at du skal betale så meget for så lidt?

Metoder

Med hvilke midler sikrer stemmerne sig dit samarbejde og fremmer deres dagsorden?

- Tale grimt, nedladende og nedværdigende om dig og andre. Er her tale om en slags forsøg på at overtale dig til at lade være med at gøre bestemte ting? Fx hvis det er rigtigt, at jeg er en kvaksalver, så er der jo ingen grund til at spille tid med at tale med mig. Skal det have den effekt at forhindre dig i at gøre dig forhåbninger og forhindre dig i at tro på noget som strider mod deres dagsorden?
- Vedvarende at være ubehagelige (mildt sagt) og forstyrrende for at forhindre dig i at koncentrere dig om noget som helst. For derved at forhindre dig i at engagere dig i noget meningsfuldt eller givende, dvs. en slags sabotage.
- Selve det at vedblive med ovennævnte med henblik på at udmatte dig som en strategi i sig selv.

Jeg kommer i øvrigt til at tænke på, om deres tilstedeværelse gennem hele dit liv har haft indflydelse på din selvopfattelse? Og hvilke konsekvenser det i så fald har haft?

Stemmernes indflydelse har ikke været konstant. Først fra du var i starten af 20erne, blev de i stand til at få dig til at udføre selvskadende handlinger. Fra du var barn, og indtil du i starten af 20erne fik kroniske smerter, har du arbejdet alt det du kunne. Det forekommer, at det har været en måde at undgå stemmernes indflydelse på, og at engagement og travlhed måske gjorde din arbejdskraft utilgængelig for stemmerne. Men det ændrede sig da du blev sengeliggende. Men på det seneste har der været eksempler på, at stemmerne ikke formår at få deres dagsorden igennem altid. Fx kan de ikke længere få dig til at skære dig. Og måske formåede de ikke at få dig til at tage piller i sidste uge?

Venlig hilsen, Christoffer.

Et nyt liv og en ny ide

Omkring to og et halvt år efter disse samtaler var afsluttet, bad Max om at tale med mig igen. Jeg kunne ikke have forberedt mig på de fantastiske nyheder han havde at fortælle. Han bevægede sig væk fra sit gamle liv, og var hurtigt ved at blive del af en nyt og anderledes liv. Et liv med varme, omsorg, medfølelse og ikke-vold. Disse forandringer var overvældende for ham. Vore samtaler fandt et omdrejningspunkt omkring en ide om at overgå fra en virkelighed og identitet til en ny. Dette hang sammen med det forhold, at siden sidst vi talte sammen, var Max blevet forelsket og var flyttet sammen med Joan, som senere ville blive hans hustru. Det betød, at Max blev stedfar for hendes tre børn, som til hans store overraskelse og forundring hurtigt tog godt imod ham og kom til at holde af ham. Disse forandringer var overvældende for ham. Det var ganske tydeligt for folk omkring Max, og også for mig, at han på imponerende vis var en omsorgsfuld partner for Joan og også som stedfar. Men selvom Max formåede at fungere inden for denne meget anderledes verden, følte hans sig stadig som en fremmed, der var kastet i vandet i den dybe ende. Vores samtaler drejede sig nu om en ide om overgang fra én virkelighed og identitet til en anden.

Vi trak på ideer om kulturchok, introduktion til nye, anderledes skikke, erhvervelsen af de nødvendige færdigheder for at leve en bestemt livsstil og behovet for tid og assistance til at vænne sig til sådan en ny livsform. Jeg må tilstå, at jeg var forundret over, hvor tydeligt det forekom mig, at Max var i stand til at have de følelser, der hører til at være del af et omsorgsfuldt og kærligt familieliv, på trods af hvor uvante den slags følelser var for ham. Vi prøvede at forestille os, hvad det ville indebære, hvis et menneske pludselig sættes ind i en fremmedartet kultur. Hvordan lærer man, hvad eksotiske ting betyder? Hvordan lærer man at opføre sig passende? Hvilke følelser og tænkemåder skal der til? Vi talte om at gøre sig observationer og

få information fra kompetente medlemmer af sådan en fremmed kultur. Og om hvordan Max kunne forsøge at imitere andre og modtage vejledning og få forklaringer, høre historier, der giver eksempler på gældende normer, tilegne sig færdigheder og øve sig i dem for at opnå kompetence og siden blive helt vanemæssige. Dette involverede færdigheder, følelser, vanemæssige reaktionsmønstre, tolkning af andre samt undertrykkelse af gamle reaktionsmønstre. Dette var voldsomt krævende for Max, men jeg var i sandhed imponeret over, hvor hurtigt han lærte, og over hans evne til at tilbageholde reaktioner, som ellers af ren nødvendighed var blevet så stærkt indlært, at de føltes naturlige.

Stemmerne voldte ham meget besvær i denne periode. De havde svært ved at acceptere, hvad der foregik i Max' liv, og de overvældede ham jævnligt med nedgørende påstande om hans uværdighed til den kærlighed og accept, han nu modtog fra Joan og børnene. De forsøgte at intensivere hans egen tvivl og kom med påstande om, at folk omkring ham ikke var oprigtige og ikke til at stole på. Dette var alt sammen ekstremt pinefuldt. Til tider kunne Max ikke gøre andet end at sidde helt lammet, mens stemmerne hældte alt dette ud over ham. Han forsøgte at komme med modpåstande, diskutere med dem eller påpege fejl og mangler i deres argumentation. Dette kunne til tider forstyrre stemmerne, men de slog hurtigt igen og straffede den slags modstand.

En dag sad Max og jeg og spekulerede over, hvordan i alverden man kunne håndtere disse stemmer. Hvordan kunne Max få en pause og mulighed for at gå videre med at blive del af sit nye liv og blive en anden Max? Så mindede Max mig om noget. Jeg husker, at han engang, mod enden af vores sidste samtaleforløb, havde nævnt noget: Han havde engang overvejet om stemmerne måske havde gode hensigter bag deres handlinger, selvom det ikke umiddelbart virker indlysende. Ideen var, at måske havde stemmerne faktisk bidraget til Max' overlevelse i den verden af vold, som han levede i som barn og indtil for nogle år siden. Vi spekulerede – ”er det muligt at disse stemmer forsøger at beskytte Max? Er det muligt, at det, de gør lige nu, er et forsøg på beskyttelse, men ud fra den tankegang, man er nødt til at have i en verden af vold?” Måske ser stemmerne på udviklingen i Max' liv, men uden at kunne forstå forskellen på en verden af vold og en verden af kærlighed? Og hvis stemmerne faktisk kerer sig om Max' overlevelse, men har svært ved at tilpasse sig en virkelighed, der er gennemgribende forskellig fra Max' tidligere liv, ville vi så kunne appellere til dem? Hvad hvis vi holdt op med at forsøge at snyde dem eller slå igen, men i stedet anerkendte dem for deres hensigter og tilbød at opdatere dem på Max' liv?

Med Max' tilladelse begyndte jeg at tiltale stemmerne højt mens jeg så ud i luften og ikke på Max. Imens skulle han bare lytte til mig og lytte efter stemmernes reaktion. Jeg talte direkte til stemmerne og fortalte dem om de forudgående overvejelser mellem Max og mig, hvor vi var nået frem til, at deres hensigter måske havde været

velmenende med henblik på at sikre Max' overlevelse frem til nuværende tidspunkt. Jeg forsikrede dem om min respekt for de tiltag, de havde gjort på Max' vegne.

Jeg fortalte dem også om Max' nye liv som en elsket partner og afholdt stedfar, og hvordan han og jeg mente, at en anderledes tilgang var påkrævet fra stemmernes side for at fremme denne udvikling og derved fortsat beskytte Max. Jeg talte til dem med en forventning om, at de fortsat ville være interesserede i at bidrage til Max' overlevelse. Han fortalte mig, at dette straks havde en mærkbar virkning. Havde vi overhalet dem indenom? Var de blevet forvirrede? Stemmerne reagerede ikke på deres sædvanlige facon. Vi spekulerede på, om det var en forvirrende, men interessant oplevelse for dem at blive adresseret på denne måde. Max opfordrede mig til at skrive mine ord ned til ham, hvilket jeg straks gjorde. Dette er mit brev til ham:

Et brev til Max og stemmerne

Hej Max.

Stemmerne er modtagelige for ting, du siger til dem. Det har også været muligt nogle enkelte gange at ramme dem. Men de griber til meget ubehagelige midler, når de møder modstand.

Måske er det muligt at tale med dem på en anden måde? Den måde, de behandler dig på, er meget ubehagelig, men måske ligger der nogle hensigter bag, som er forståelige, og som kunne give fælles fodslag?

Hvorfor gør stemmerne, som de gør?

Måske for at beskytte dig. Måske er de en del af den måde, du har overlevet på i et univers af vold. I sådan en sammenhæng er der eksempler, der peger på, at de er ude på at hjælpe dig. Og en del af den hjælp er måske at lukke dig ned følelsesmæssigt som led i at overleve ekstreme situationer¹. Men de ting, stemmerne gør ud fra deres hensigt om at beskytte dig, passer dårligt til den virkelighed, du lever i nu. Sådan som det er nu, er effekten af stemmernes velmenende indsats destruktiv.

Kunne man forholde sig til stemmerne ud fra sådan en forståelse? En måde at forholde sig til dem på, som ikke handler om at udmanøvrere, snyde eller slå igen. Men som måske i stedet giver dem respekt for deres hensigter:

"Tak, stemmer, for jeres bestræbelse på at beskytte og hjælpe Max under de ekstreme vilkår, han har levet under. I har bidraget til at gøre Max i stand til at overleve i et univers af vold. Et univers, der krævede en vis ufølsomhed, kølig handlekraft,

¹ At blive 'lukket ned' henviser til, at stemmerne overvældede Max med deres ordrer og ydmygelser i en grad, hvor han blev følelsesmæssig kold og mistede kontrollen og blev indlagt, hvorved han blev fjernet fra den situation, som lagde pres på ham – en tilsyneladende grusomhed, som ikke desto mindre ser ud til at have bidraget til hans overlevelse.

² Bastøy fængsel nær Oslo i Norge.

<https://www.theguardian.com/society/2013/feb/25/norwegian-prison-inmates-treated-like-people>

upåvirkelighed – og måske nogle gange krævede, at Max blev 'lukket ned'. Jeg kan godt se den gode hensigt og den omsorg for Max, der ligger bag jeres handlinger. Tak for dette bidrag til Max' overlevelse. Jeg vil samtidig gerne fortælle jer, at Max' liv nu foregår i en anden virkelighed. Jeg håber, at I vil fortsætte med jeres bestræbelse på at beskytte Max i den nye virkelighed. Jeg vil gerne fortælle jer, at der er brug for, at I gør det på en måde, der passer godt ind i den virkelighed, Max lever i nu. Jeg vil gerne opfordre jer til at lægge mærke til de måder, Max' liv har ændret sig på. Og lægge mærke til, at Max har nogle mennesker og en kærlighed i sit liv nu, som det er meget vigtigt for ham at beholde. Det er det bedste, der nogensinde er sket for ham! Jeg vil sætte stor pris på, at I bidrog til at beskytte det liv, Max har nu. Jeg er overbevist om, at Max vil være jer taknemmelig for sådan en hjælp.

Tak for jeres opmærksomhed. ”

Venlig hilsen, Christoffer

Max' beskrivelse af effekterne af dette brev

Næste gang vi talte sammen, spurgte jeg Max, om brevet havde været hjælpsomt for ham, og han sagde at det havde det. Faktisk rapporterede han, at *”det er sindssygt, så hjælpsomt det er!”* Det var dog først på et senere tidspunkt, at vi talte mere indgående om, hvad der skete den dag.

Dette er et resumé af den samtale: Hvad betød det for Max at høre mig sige disse ting den dag og at læse sådan et brev til stemmerne? Og hvordan havde stemmerne selv reageret på det? Jeg spurgte ham og blev ganske overrasket! I den samtale, efter at vi havde overvejet muligheden for, at stemmerne havde gode hensigter, havde jeg foreslået Max, at jeg skulle tale direkte til stemmerne. Max sagde det ikke den dag, men han havde faktisk tænkt for sig selv *”årh, hold nu kæft, din kvaksalver! Du kan ikke tale til en sygdom. Det er en sygdom, og det kan du ikke bare tale til!?”* Han havde virkelig tænkt for sig selv, at jeg var ved at kaste mig ud i noget vanvittigt og umuligt. Det sagde han heldigvis ikke til mig den dag. Så jeg gik videre med at sige noget i retning af det, jeg senere skrev ned i brevet. Hvordan var det for Max at lytte til? Det viste sig faktisk, at stemmerne hørte efter! De lyttede og reagerede på det, jeg sagde. *”De blev ikke vrede over det, for de havde oplevelsen af at blive anerkendt og respekteret og holdt ansvarlige på en positiv måde. Det krævede, at de genovervejede deres handlinger og hvad deres hensigter var”.* Dette var en total overraskelse for Max. Han fortalte mig yderligere, at det var meget vigtigt, at vi havde forberedt os før jeg talte til stemmerne. Det, at vi havde udviklet en klar ide sammen om, hvordan stemmerne kunne være noget andet, end hvad de så ud til, og at det kunne være værd at tale til dem med respekt og anerkendelse.

Hvad så med brevet? Hvad skete der, da Max fik brevet og læste det? *"Jeg hentede brevet i postkassen og læste det, og det gav en eksplosion i mit hoved! Jeg stod helt anspændt og rystede". Stemmerne blev provokeret af det og blev vrede. Men der var ikke nogen de kunne rette deres vrede i mod, for det var jo bare et brev. Et stykke papir. Det værste, de kunne gøre, var at få mig til at krølle det sammen, men det, der stod, var jo stadigvæk blevet sagt. Stemmernes vrede var rettet mod dig og mod et stykke papir, men ikke mod mig. Der var ikke en skid, de kunne gøre ved det. De var sure over det i omkring fem minutter, men så gik de over til bare at mumle".*

Max grinede for sig selv, mens han sagde:

"Det gav mig et våben. Jeg kunne læse det igen og igen. Det er så pænt skrevet, at de ikke rigtig kan blive sure over det. Provokerende, men sødt. Der er ikke noget, de kan gøre ved det".

Max gik med brevet på sig, foldet sammen i lommen, indtil det bogstavelig talt faldt fra hinanden af slid, hvorefter jeg fornyede det. Jeg spurgte Max om virkningerne af dette. Hvad gjorde det?

"Det gav mig fred, og det gav mig magten tilbage, og mit liv. Mit liv. For første gang har jeg et våben, der virker overfor stemmerne".

Herefter opstod et nyt mønster: Stemmerne kunne blive vrede over noget og blive hidsige. Men det varede kun omkring fem minutter, og så var der ro igen.

Dertil kunne Max fortælle mig, at det var betydningsfuldt at jeg havde talt til stemmerne og var den, der sagde disse pæne og respektfulde ting til dem. Noget, Max havde lært fra sine forsøg på at være smartere end stemmerne eller snyde dem, var, at han aldrig kunne vinde på den måde. For stemmerne vidste altid alt, hvad han selv vidste, og derfor vidste de også, hvad han ville sige.

"De ved alt. Det måtte være en anden, der talte til dem, ligesom du gjorde".

Var Max overrasket over virkningerne af at tale sådan til stemmerne og skrive et brev til dem?

"Det var et kæmpe chok for mig. Jeg vidste, det havde en effekt for mig. Jeg vidste, det havde en effekt, for det påvirkede dem, da du talte til dem. Men jeg vidste ikke, at det ville have så stor en effekt. Jeg kunne bruge brevene, når jeg var derhjemme, og påvirke stemmernes adfærdsmønster. Det havde jeg ikke regnet med. Jeg har kunnet bruge brevet når som helst. Fx når jeg stod i storcentret, der var fyldt med mennesker, og stemmerne bare blev værre og værre. Så kunne jeg tage det frem og læse det. De må have en respekt for Christoffer, ligesom jeg har. Jeg har brevene liggende og kan hive dem frem igen, hvis jeg får brug for dem. De er mellem nogle bøger på reolen, så de stikker lidt frem og er lette at finde".

Andet brev til stemmerne

Et halvt års tid senere havde stemmerne igen vanskeligt ved udviklingen i Max' liv. De havde den opfattelse, at det ikke var fair med alle de gode ting, der skete for ham, på grund af de ting han havde gjort, dengang han levede i en verden af vold. Det førte os til at overveje spørgsmål om retfærdighed og det fælles gode, og hvad det gode egentlig vil sige i forhold til forbrydelse og forbedring. Det fik mig til at tænke på et tv-program, jeg engang havde set, om en usædvanlig form for fængselsstraf i Norge. Vi diskuterede disse emner og besluttede igen at skrive vore overvejelser ned og adressere det til stemmerne på en respektfuld måde og ud fra en antagelse om, at stemmerne var dedikeret til at hjælpe Max, selvom deres forståelse af, hvad det indebar, var meget forskellig fra min:

Jeg vil gerne takke jer igen, stemmer, for den beskyttelse, I har givet Max igennem en del af hans liv. Jeg tror, at jeres ønske om at bidrage til Max' overlevelse stadig er tilstede. Jeg vil også gerne fortælle jer, at som I måske har lagt mærke til, så er der sket store forandringer i Max' liv. Det er forandringer, der har gjort det muligt for Max at bevæge sig et nyt sted hen. At være en anden version af Max. Og den bevægelse sker faktisk. Den er synlig og mærkbar for mennesker, der kender Max. De tror næsten ikke deres egne øjne, for de havde ikke forestillet sig, at det var muligt.

Det kan også være svært at tro for Max selv. Og måske også for jer? Det virker måske uretfærdigt, at så god en udvikling i Max' liv sker, når man tænker på hans historie. Jeg vil gerne invitere jer, stemmer, til at overveje, hvad det gode og det retfærdige her er.

Når mennesker gør noget forkert, så har vi for skik at straffe dem ud fra den forståelse, at man skal betale for den lidelse, man har påført andre, ved selv at lide. Derfor lader vi forbrydere lide afsavn. Men det har vist sig, at den slags straf ikke nødvendigvis fører til bedre mennesker i den anden ende. Man bliver ikke nødvendigvis et bedre menneske af straf og smerte og stempling og eksklusion. Desværre vender mange fængselsindsatte tilbage igen og igen. Men jeg vil gerne fortælle jer, at i Norge har man oprettet en fængselsø² hvor de indsatte kan bevæge sig ret frit, og hvor omgivelserne er behagelige og ligner et rart liv. Og her lærer de "indsatte" den slags færdigheder og måder at omgås andre på, som fremmer et godt og lovlydigt liv. Folk, der har været "indsat" på denne ø, er ikke tilbøjelige til at dukke op i fængselsvæsnet igen!³ Vi må spørge os selv: Hvad bidrager til at skabe mennesker, som ikke begår forbrydelser? Som ikke er voldelige? Men som er kærlige og bidrager til samfundet og andre menneskers liv?

² Bastøy fængsel nær Oslo i Norge.

<https://www.theguardian.com/society/2013/feb/25/norwegian-prison-inmates-treated-like-people>
<http://edition.cnn.com/2012/05/24/world/europe/norway-prison-bastoy-nicest/index.html>

³ Det rapporteres at 16% dukker op i systemet igen, sammenlignet med et europæisk gennemsnit på 70%
<https://www.theguardian.com/society/2013/sep/04/bastoy-norwegian-prison-works>

Man kan synes, at Max fortjener lidelse. Men se, hvad resultaterne af det liv han lever nu, faktisk er. Han er en omsorgsfuld mand, som har en stor plads i sin kærestes og hendes børns hjerter. Han er rolig og besindig. Han gør ingen fortræd. Han fjerner sig fra det voldelige liv med så stor fart, at det er svært for ham selv at følge med. Så hvad vil vi foretrække? 1) En Max som skal lide for sine fejl og fastholdes i en verden af smerte og kulde? 2) Eller en Max, som elsker og er elsket, og som ingen gør fortræd? Vil vi have hævn, eller vil vi have et fredeligere og tryggere samfund? Jeg tror, den udvikling, der er sket med Max' liv, er i alles interesse. Og det betyder, at der er et andet hensyn at tage end blot retfærdighed. Jeg synes, resultaterne taler for sig selv.

Det håber jeg, I vil tage i betragtning.

Venlig hilsen Christoffer.

Max' beskrivelse af virkningerne af det andet brev

Virkningerne af dette brev var vanskelige for Max at beskrive. Han forsøgte at nærme sig en måde at forklare det på:

"Det var, som om indholdet af det brev skød med spredehagl ud over det hele. Det gjorde noget ved ALT. Ting i min barndom ændrede sig i lyset af det brev".

Jeg var forundret! Hvad var det, Max særligt så i det brev? Han fortalte, at han især havde hæftet sig ved det med de gode resultater fra Bastøys fængsel og den sidste del af brevet om, hvad vi ville foretrække for en som Max, og hvad der ville være det største gode for os alle.

"Da jeg fik det andet brev, kan jeg huske, at jeg lagde mig ned med det og læste det, og så holdt jeg det bare ind til kroppen. Så hørte jeg en hulken og tænkte 'hvem i alverden er det? Men der var ikke nogen andre hjemme, som det kunne komme fra. De vil hade, at jeg siger det her, men jeg tror det var stemmerne"⁴.

Brevet handlede om nogle emner, som Max senere kunne fortælle mig var helt centrale for ham. Spørgsmålet om forbrydelse og retfærdighed var det helt centrale spørgsmål for ham i hans grundlæggende syn på sit liv:

"Forbrydelse, det VAR MIG fra barnsben. Det var normalt. Det var bare sådan, det var".

Med det nye liv, Max var blevet en del af og understøttet med dette perspektiv på forbrydelse og retfærdighed, kunne Max se en anden virkelighed omkring sig:

⁴ Jeg vil gerne tilføje her, af hensyn til stemmerne: Jeg vil gerne fortælle jer stemmer, at det Max her fortæller om jer, det synes jeg er bevægende. Det får ikke mig til at tænke mindre om jer, eller miste respekt for jer. Tværtimod! Jeg følte varme ved det, da Max fortalte mig det. En varme over for jer, stemmer. Det fik mig til at synes mere om jer og blive mere interesseret i at kende jer. Jeg håber, at I vil tillade, at det får lov at stå i denne artikel. Jeg synes det gør jer ære. På forhånd tak. De bedste hilsner, Christoffer.

”Jeg ser kærlighed, tryghed og nærvær over det hele omkring mig. Og jeg er selv med til at skabe det”.

En ny stemme

Nogle få måneder senere fortalte Max mig om en overraskende udvikling: Der var dukket en ny stemme op! Den var dog meget forskellig fra de andre. Denne stemme var vældig rar. Den talte på en behagelig og respektfuld måde og var helt klart positivt indstillet over for Max. Den var meget snakkesalig. Lidt for snakkesalig, faktisk, og meget nysgerrig. Fx fortalte Max mig, at under vores samtale kommenterede stemmen på alt muligt på mit kontor. Den hæftede sig fx ved de instantkaffeglas jeg havde stående, og det at et af dem var forskelligt fra de andre. ”Foretrækker psykologen en bestemt kaffe, men skifter alligevel til et andet mærke en gang i mellem?” og mere af den slags. Jeg sørgede for at give stemmen en forklaring. Faktisk stammede det andet mærke fra en psykologistuderende, der havde været i praktik her. Dette var alt sammen meget bemærkelsesværdigt. Max vidste ikke, hvordan eller hvorfor denne stemme var kommet, men pludselig var den der. Jeg var nysgerrig på, hvilken slags person denne stemme var, og da jeg spurgte Max, hvad stemmen virkede interesseret i, og hvad den eventuelt var optaget af, forklarede han, at stemmen generelt opfordrede ham til at holde sig tæt på sine elskede og blive hjemme, og holde sig fra steder han ikke kendte. Det gav os et indtryk af, at stemmen var optaget af Max’ sikkerhed, og at den så en værdi i de vigtige relationer i Max’ liv. Max og jeg var enige om, at dette var velkomment. Stemmen var dog meget, meget nysgerrig. Som et begejstret barns nysgerrighed eller som et væsen fra en anden verden, som var yderst fascineret af, hvad der foregik i Max’ liv. Det var svært for ham at ignorere den, fordi den havde sådan en behagelig og venlig stemme. Han kunne ofte ikke lade være med at svare den og tale med den, men i visse sammenhænge kunne det se mærkeligt ud i andres øjne, og det kunne også gøre det svært for ham at koncentrere sig og holde fokus nogle gange. Max havde brug for plads og stilletid. Og han havde brug for at kunne fokusere og opføre sig på en måde, som ikke så mærkelig ud. Vi besluttede os for at give stemmen en velkomst og henvende os til den som et nyt bekendtskab og en gæst i Max’ liv. Og som en gæst i Max’ liv syntes vi, at det var rimeligt at opstille nogle husregler. Vi forfattede et brev til dette formål:

Hej Max’ nye stemme.

Som en, der har det privilegium at kende Max, vil jeg gerne henvende mig til dig. Max har gjort mig opmærksom på, at du er dukket op. På Max’ vegne vil jeg gerne byde dig velkommen som gæst i Max’ liv. Jeg kan høre på Max, at du er et venligt væsen og er interesseret i hans liv. Det vil jeg gerne takke dig for.

Som ny gæst i Max' liv vil jeg gerne fortælle dig lidt om din værts liv. Max kommer fra et meget vanskeligt liv og har nogle stemmer med fra det liv. Og han er i fuld gang med at bevæge sig væk fra det liv, han kom fra. Han er blevet del af en kærlig familie med Joan og hendes børn, som elsker Max højt. Dette nye liv kan være overvældende for ham og nogle gange forvirrende. Det tager tid at vænne sig til en virkelighed, der er anderledes end det, man kender. Men jeg tør godt fortælle dig, at Max finder indpas i denne nye virkelighed med imponerende fart. Det har flere mennesker omkring ham lagt mærke til. Denne udvikling har overordentlig stor betydning for ham. I den sammenhæng vil jeg også bede dig at lægge mærke til det liv, du nu er nyankommen gæst i, og respektere og bidrage til det, mens du er der.

Der er nogle bestemte ting, som Max især vil værdsætte at du viser hensyn til:

- Når Max er sammen med børnene, vil han sætte pris på, at du undlader at tale til ham. Det er, fordi dit venlige væsen og klare tale giver ham lyst til at svare. Men hvis han gør det, ser det mærkeligt ud for børnene. Derfor vil det være rart, hvis du undlad at tale til Max, når han er sammen med børnene.
- Når Max er til vigtige samtaler, vil det ligeledes være rart, hvis du forholdt dig stille. Ellers er det svært for Max at koncentrere sig om samtalen.
- Max sætter pris på gode råd og beskyttelse. Men nogle gange har han ikke brug for det. Nogle gange vil han gerne bare have ro. Mange ting har han selv styr på. Derfor ville det være rart, hvis du vil indvilge i at forholde dig stille, hvis Max beder om det. Nogle gange har han bare brug for ro.

Jeg vil gerne takke dig for din venlige facon og det, der ser ud til at være en bestræbelse på at passe på Max. Så vidt jeg kan se, er du optaget af, at Max er de steder, hvor han er tryk, og sammen med de mennesker, han holder af. Det glæder mig meget, at du kan se, at disse ting betyder noget for Max. Og det glæder mig, at du støtter op om det, der betyder noget for ham.

Venlig hilsen, Christoffer

Da jeg mødtes med Max en måneds tid efter, kunne han fortælle mig, at den nye stemme havde udvist en evne til at lytte og tilpasse sig. Den havde faktisk lært at være stille, når Max var til vigtige samtaler. Selvom stemmen var venlig og støttende, håbede han, at den på et tidspunkt ville tage videre og ikke blive i hans liv. Max forsøgte at gøre det klart ved ikke at blive for venskabelig med stemmen ved at omtale den som 'den' og ikke 'han', og ved at understrege, at den var en gæst. Efter nogen tid forsvandt denne nye stemme faktisk igen, og det var således kun for en kort tid, at den var hos Max.

Evaluering af forandring på psykiatriske kriterier

Max blev første gang indlagt på et psykiatrisk sygehus i 2010 i forbindelse med flere selvmordsforsøg. Fra dengang og frem til vores første samtaler i 2013 var han indlagt 27 gange, hvilket i reglen indebar tvangstilbageholdelse og bæltefiksering pga. farlig og voldelig adfærd. Vores første række samtaler bestod af 16 møder og sluttede i 2014, da han flyttede til en anden by. Han blev fortsat ofte indlagt på det lokale psykiatriske sygehus, men ikke længere ved tvangsindlæggelse. Mens han boede der, blev han frivilligt indlagt efter eget ønske. I modsætning til tidligere var der ganske lidt magtanvendelse. Han kunne stadig blive bæltefikseret, men nu var det, fordi han bad om det for sin egen sikkerheds skyld. Han blev fortsat indlagt flere gange om året gennem 2015 og også i starten af 2016. Vi begyndte at have samtaler igen mod slutningen af 2016, og det var efter blot nogle få samtaler, at vi i december 2016 formulerede det første respektfulde brev til stemmerne. Det andet respektfulde brev til stemmerne blev skrevet i sommeren 2017, næsten nøjagtig 6 måneder efter det første. I skrivende stund er det efteråret 2018, og Max har ikke været indlagt siden tidligt 2016. Max har fået antipsykotisk medicin siden 2010, men ifølge ham selv har det aldrig virket på stemmerne. På trods af megen stress, kroniske smerter, arbejde med at lære at leve et almindeligt familieliv og at kunne høre stemmer er Max ikke blevet indlagt de sidste to et halvt år, i skarp kontrast til de mange, ofte ufrivillige indlæggelser mellem 2010 og 2016. Han er nu først i trediveerne.

Jeg spurgte Max, om han ser en sammenhæng mellem vores samarbejde og indlæggelse:

”På grund af brevene til stemmerne er jeg i stand til at lære nu. Jeg kan lære at være et menneske. Før var jeg ekstremt paranoid, men det at kunne håndtere stemmerne ved hjælp af brevene har taget meget af den paranoia væk. Det er det, der har betydet mest af alt. Ved hjælp af brevene kan jeg fungere inden for et normalt liv. Det skubber alt det psykiatriske mere på afstand. Nu er jeg i stand til at bruge børnenes feedback til at kunne opføre mig korrekt. Deres feedback er altid fuldstændig ærlig og umiddelbar. Jeg har fået et liv pga. af de skide breve. De virker fandme bare. Og ikke bare i to uger eller sådan noget. De virkede med det samme, og de bliver ved med at virke. Jeg har ikke været indlagt siden. Jeg læser brevene til stemmerne i stedet for.”

Refleksioner

Der var nogle ting i dette, som Max hæftede sig ved:

- *”Det, at Christoffer nogle gange fortalte om sig selv og kunne sige skøre ting, gjorde, at han blev så meget mere menneskelig. Ikke en rolle. Ikke en funktion. Det har givet ham en stor autoritet i mine øjne og den respekt, som bliver nævnt ovenfor. Det er vigtigt, at det personlige skinner igennem.”*

- *"Det at dreje tingene om og vende dem på hovedet. Jeg tror på karma, og pga. den måde, mit liv har været på, mente jeg ikke, at jeg fortjente noget godt. Men så sagde Christoffer en dag, at "hvis karma betyder, at man får som fortjent, betyder det så, at de gode ting, du har, dem fortjener du?" Jeg synes, det er så irriterende sagt, men logikken er rigtig. Det er en stor hjælp. Det virker. Og med stemmerne vendte vi også tingene rundt: Vi behandlede stemmerne med respekt, selvom man har lyst til at give dem igen og være modbydelig over for dem, ligesom de er modbydelige. Men vi vendte situationen på hovedet."*
- *"Jeg kan faktisk huske, at stemmerne guidede mig som barn. Som voksne til et barn. Løftede pegefingre og skældud. Og der var visse ting, de forhindrede mig i at rode mig ud i. Nogle ting fik stemmerne til at flegne helt ud, hvis jeg bare tænkte på det. Det var beskyttelse og har faktisk bidraget til min overlevelse."*
- *"Jeg har genfundet noget af det, jeg havde, da jeg kom til verden, men som ikke eksisterede i min opvækst: Varme, følelser, omsorg. Det er der et budskab i: Du kan godt genfinde disse ting. Det er ikke gået tabt, bare fordi du aldrig har haft det i din opvækst."*

Der var også ting, som Christoffer hæftede sig ved i Max' historie og den tilgang, vi havde til stemmerne:

- Vi forholdt os i højere grad til stemmerne som selvstændige personer end som symptomer.
- Vi engagerede os i stemmerne ud fra en interesse i etik frem for at involvere os i konflikt eller forsøg på helbredelse.
- Vi bestræbte os på at bevæge os i retning af respekt og accept, hellere end afvisning og fordømmelse.
- En anden end den, som hørte stemmerne, talte og skrev til dem og tiltalte dem direkte i anden person.
- Den tilgang, vi tog til stemmerne virkede, selvom Max ikke forventede det. Han syntes, det lød skørt og umuligt at appellere til stemmerne, men ikke desto mindre virkede det øjeblikkeligt og frem til i dag.
- Vi skabte en situation, hvor stemmernes sædvanlige angrebstaktik ikke virkede.
- Vi udødeliggjorde budskabet til stemmerne gennem breve.
- Vi forholdt os i høj grad til spørgsmål om social retfærdighed og så problemerne i forhold til et moralsk univers.

Tak

Fra Max:

"Jeg vil gerne takke Christoffer, for uden ham var det her ikke sket. Og tak til David Epston fordi han forholdt sig til min historie, som han gjorde. Christoffer har fortalt mig,

at han samarbejder med en anden, som finder inspiration i min historie. Den person vil jeg også gerne takke. Det har stor betydning for mig, at andre kan finde håb og inspiration i mine erfaringer. Det gør det hele meningsfuldt og er grunden til, at jeg ønsker at gøre min historie tilgængelig for andre. Og jeg vil gerne takke min hustru for kærlighed og støtte og tålmodighed.”

Fra Christoffer:

Jeg vil gerne nævne to unavngivne personer med insider-viden om at forholde sig etisk til problemer, som har spillet en betydelig rolle i at hjælpe mig med at forstå vigtigheden af respektfulde og omsorgsfulde relationer med problemer, som måske umiddelbart fremstår frastødende og ondsksfulde. Jeg tror, at deres eksempler har bidraget til at forberede mig til at forholde mig til Max' stemmer, sådan som jeg gjorde. Tak for jeres visdom!

Tak til Rune Hjarnø Rasmussen, religionshistoriker ved Uppsala Universitet, for at introducere mig til den seneste udvikling inden for antropologi og religionsvidenskab. Tak til David Epston for feedback og forslag til denne tekst og hans bidrag til Max' liv.

Og selvfølgelig tak til Max for et fantastisk samarbejde og et inspirerende bekendtskab. Og også tak til Max' stemmer for den beskyttelse, de har ydet Max tidligere i hans liv, og for den respekt de måske har for mig.

Samtykke

Navnet 'Max' er et pseudonym. Personen bag pseudonymet har igennem arbejdet med at formulere denne tekst været fuldt informeret om min interesse i at publicere hans historie og har givet sit samtykke til at skrive den og givet udtryk for sit ønske om, at hans historie kan blive gjort tilgængelig for andre og inspirere dem til at finde måder at have med stemmer at gøre på. Max har bidraget direkte til denne artikel i form af kommentarer og rettelser, og han er også direkte citeret i teksten. Max har læst og accepteret denne tekst forud for indsendelse og publicering og har givet sit samtykke på skrift til publicering i et tidsskrift.

Litteratur:

Beavan, V. & Read, J. (2010): Hearing Voices and Listening to What They Say – The Importance of Voice Content in Understanding and Working With Distressing Voices. In *The Journal of Nervous and Mental Disease* 198: 201-205. Lippincott Williams & Wilkins

Bird-David, N. (1999): "Animism" Re-visited: Personhood, Environment, and Relational Epistemology. In *Current Anthropology*, Vol. 40, No. S1, Special Issue Culture – A Second Chance? (February 1999), pp. S67-S91.

The University of Chicago Press and The Wenner-Gren Foundation for Anthropological Research.

Corstens, D., Escher, S. & Romme, M. (2008): *Accepting and Working with Voices: The Maastricht Approach*. In *Psychosis, Trauma and Dissociation*. Moskowitz, A., Schäfer, I. and Dorahy, M. J. (eds.) John Wiley & Sons, Ltd.

Corstens, D., Longden, E., McCarthy-Jones, S., Waddingham, R. & Thomas, N. (2014): *Emerging Perspectives From the Hearing Voices Movement: Implications for Research and Practice*. In *Schizophrenia Bulletin* vol. 40 suppl. No. 4 pp. S285-S294.

Harvey, G. (2006): *Animals, Animists, and Academics*. In *Zygon*, vol. 41, no. 1 (March 2006).

Harvey, G. (2017): *Animism – Respecting the Living World*. Second Edition. C. Hurst & Co. Ltd. London UK.

Jones, S. R., & Fernyhough, C. (2007): *Thought as action: Inner speech, self-monitoring, and auditory verbal hallucinations*. In *Consciousness and Cognition* 16 pp. 391-399.

Larøi, F., Luhrmann, T. M., Bell, V., Christian Jr, W. A., Deshpande, S., Fernyhough, C., Jenkins, J. & Woods, A. (2014): *Culture and Hallucinations: Overview and Future Directions*. In *Schizophrenia Bulletin* vol. 40 suppl. 4 pp. S213-220. Oxford University Press.

Luhrmann, T. M., Padmavati, R., Tharoor, H. & Osei, A. (2015a): *Hearing Voices in Different Cultures: A Social Kindling Hypothesis*. In *Topics in Cognitive Science* 7 (2015) 646-663. Cognitive Science Society, Inc.

Luhrmann, T. M., Padmavati, R., Tharoor, H. & Osei, A. (2015b): *Differences in voice-hearing experiences of people with psychosis in the USA, India and Ghana: interview-based study*. In *The British Journal of Psychiatry* 206, 41-44.

Luhrmann, T. M. (2018): *The Sound of Madness – Can we treat psychosis by listening to the voices in our heads?* In *Harpers Magazine* 2018 Issue. Accessed August 17 2018: <https://harpers.org/archive/2018/06/the-sound-of-madness/>

Read, J. & Bentall, R. P. (2012): *Negative Childhood Experiences and mental health: theoretical, clinical and primary prevention implications*. In *The British Journal of Psychiatry* 200, 89-91.

Read, J., van Os, J., Morrison, A. P. & Ross, C. A. (2005): *Childhood trauma, psychosis and schizophrenia: a literature review with theoretical and clinical implications*. In *Acta Psychiatrica Scandinavica* 112: 330-350.

Viveiros de Castro, E. (2004): *Exchanging Perspectives – The transformation of Objects into Subjects in Amerindian Ontologies*. Symposium: Talking Peace with Gods, Part 1. *Common Knowledge* 10:3. Duke University Press.

Viveiros de Castro, E. (2015): *Who's afraid of the ontological wolf? Some comments on an ongoing anthropological debate*. CUSAS Annual Marilyn Strathern Lecture, 30 May 2014. *Cambridge Anthropology* 33.1: 2-17.



White, M. (1995): Psychotic Experience and Discourse. In *Re-authoring Lives: Interviews & Essays*. Adelaide: Dulwich Centre Pbl.

White, M. (2007): *Maps of Narrative Practice*. New York, NY: Norton.

