

KÆRLIGHEDSLIVETS PSYKOLOGI I EKSISTENTIEL BELYSNING

Bo Jacobsen

I artiklen beskrives fænomenet kærlighed med særligt henblik på dets rolle i den voksnes liv og udvikling. Med udgangspunkt i den eksistentielle og humanistiske psykologi beskrives kærligheden som en afgørende form for menneskelig livsudfoldelse. Kærlighedens centrale kerne indkredses og dens mere perifere repræsentationer omtales ligesom dens opblanding med andre livsudtryk. Også kærligheden som kulturfænomen beskrives, og spørgsmålet om, hvorvidt vort nuværende samfund er tilstrækkeligt kærlighedsrigt, rejses. Til sidst føres artiklens analyse over i en udpegning af, hvilke muligheder det voksne individ har for at fremme sin egen kærlighed gennem sin voksenudvikling, og hvilke muligheder vi som psykologer har for at hjælpe i denne proces.

Hvad er kærlighed? Hvad er det for et fænomen? Hvordan kan vi kende kærligheden, når vi møder den? Hvordan kan vi adskille den fra de nabofænomener, konkurrerende fænomener og som-om-fænomener, der giver sig ud for kærlighed uden at være det? Og hvordan kan vi udvikle og fremme den i vores egen livsudfoldelse og i verden uden for os selv?

Kærlighed er i eksistentiel forstand en bestemt form for livsudfoldelse, hvor et menneske strækker sig ud mod noget i omverdenen. Lad os først betragte kærlighedens lokalisering: Hvor udfolder kærligheden sig?

Kærlighed er både en bestemt følelse, som et menneske kan nære og rette mod et andet menneske (eller et andet objekt), en til denne følelse svarende væremåde og udfoldelsesmåde samt en dertil svarende tilstand eller stemning, der kan eksistere mellem mennesker. Med denne definition bør kærligheden både inden i individet og i det mellemmenneskelige felt. Kærligheden har således i hvert fald to bosteder eller adresser, men det er kun i teorien, vi kan skille dem. I praksis følges de ad, og kærlighedsfænomenet tager plads samtidigt såvel inden i individet som mellem individet og dets omverden. Man kan ud over et elskende eller kærlighedsfuldt individ og et elskende og kærlighedsfuldt par, tillige tale om et kærligt hjem, en kærlig familie og en

Bo Jacobsen er psykolog og professor, dr. phil ved Københavns Universitet, Center for Forskning i Eksistens og Samfund, samt tillige ved Amternes og Kommunernes Forskningsinstitut. Han er derudover specialist i psykoterapi og supervision med speciale i eksistentiel terapi.

kærlig gruppe, præget af rummelighed, stimulans og gensidig anerkendelse. Med denne sprogbrug understreges, at kærligheden er lokaliseret såvel inden i individet som uden for.

Endvidere kan kærlighed ses som et træk ved en bestemt kultur. Vi kan tale om kærlighedsfattige og kærlighedsfulde kulturer eller kulturtilstande, tænk f.eks. på den ukærlige folkestemning under en krig eller et jerndiktatur eller på den mere hjertevarme folkestemning, hvis en befolkning hjælper hinanden over en national katastrofe. Og endelig vil nogle forfattere derudover hævde, at kærlighed også findes i naturen, i universet eller som guddommeligt princip, og at den individuelle kærlighed skal forstås som et nedslag af den universelle.

Så sammenfattende kan vi sige: Hvor *bor* kærligheden? Den bor (i) inden i individet, (ii) lige omkring individet, både mellem to elskende og i individets nærmiljø. Derudover kan man sige, at den bor i (iii) kulturen, Og endelig kan vi (iv) tale om at den bor i universet eller verden. Kærlighedens bosteder virker ind på hinanden, og særlig de to første står i tæt forbindelse

Kærlighedens centrale kerne

Lad os nu prøve at indkredse den centrale kerne i fænomenet kærlighed, kærlighedens indhold. I en vis forstand er det en umulig opgave. Kærlighed skal opleves eller erfares og kan ikke rigtig beskrives, og hvis den kan da bedst af digtere. De intense eller på anden måde stærke følelser, der karakteriserer kærlighed, er det næsten umuligt at gengive i sagprosa som her. Alligevel må vi gøre et forsøg.

Som udgangspunkt for beskrivelsen kikker vi på kærligheden mellem to elskende eller mellem forældre og barn. Et centralt træk i disse former for kærlighed er, at der eksisterer en bestemt relation mellem de to parter, karakteriseret ved nær eller intim kontakt, gensidig tilknytning og en meget stærk følelse af samhørighed og forbundethed. Der er intense, varme positive følelser, der ofte opfattes som kommende fra hjertet eller på anden måde havende en hjertelig karakter. Desuden ses en markant tilbøjelighed til gerne at ville være sammen og en udpræget følen sig hjemme eller virkelig godt tilpas i hinandens selskab.

I denne relation udveksles nu symbolske eller reelle gaver: parterne giver og modtager. De betragter ikke blot hinanden. De udveksler goder på en aktiv måde. Man kan spørge, hvad der er vigtigst i denne relation, at give eller at modtage. Folk oplever ofte nu til dags, at de selv trænger til kærlighed og omsorg, hvilket peger hen til en modtagefunktion. Alligevel må givefunktionen anses for primær for et kærlighedsforhold. Følelsen af kærlighed afføder en trang til at give til den anden, gøre godt for den anden, være for den anden. Modtagelsen af kærlighedsgaven afføder trang til gengæld, gengen. Blandt elskende udveksles kærtegn, blomster, smykker, mad, musik,

bøger oma., men måske først og fremmest selve ens tilstedeværen. Når folk vokser og kommer til live ved at være i en kærlighedsrelation, hænger det sammen med noget andet, der udveksles: Den ene ser, bekræfter og anerkender den andens eksistens i og med sin kærlighed. At blive set, bekræftet og anerkendt i eksistensen er en grundforudsætning for livsudfoldelse. Ifølge Jürg Willi er det oven i købet sådan mellem forelskede, at den ene kan få noget frem i den anden, som ikke er der i forvejen ved at se et potentiale i den anden og få det i vækst (Willi, 1993: 32ff).

Kærligheden indebærer også evnen til at lade den anden være, den kvalitet, de tyske daseinanalytikere så træffende kalder *seinlassen*. I det at kunne lade den anden være sig selv, og være forskellig fra mig, selv om jeg er vild med den anden, ligger en vældig respekt for den andens autonomi, som måske også er kærlighedens prøvesten. Dog findes også besættende former for kærlighed, hvor dette træk ikke er klart til stede, fx når jalousien gnaver, så ideen om *seinlassen* skal måske mest opfattes som et ideal.

Et sidste centralt træk er påpeget af blandt andet eksistensfilosofferne Martin Buber (1992) og Otto Bollnow (1976): Kærlighed er ikke noget, der kan kommanderes og planlægges frem. Den indtræffer. Jeg kan ikke tvinge mig selv til at elske et andet menneske, hvis jeg ikke gør det. Men forholder jeg mig åbent og modtageligt til verden, og går jeg rundt med åbent sind, kan jeg komme ud for, at kærligheden til et andet menneske indtræffer, indfinder sig, overvælder mig. Hermed er ikke sagt, at man ikke kan gøre noget, hvis kærligheden til en anden er ved at tynde ud – det kan man bestemt godt. Men man kan ikke tvinge en kærlighed frem på kommando.

Sammenfattende kan det centrale i kærligheden således beskrives som (i) en relation præget af en helt særlig forbundethed, nærhed og hjertelighed, (ii) hvor parterne giver og modtager, dvs. symbolsk eller reelt udveksler gaver, (iii) hvor relationen er præget af evnen til at lade den anden være (*seinlassen*) og (iv) præget af at være et møde mellem parter, der åbner sig for hinanden som en begivenhed, der indtræffer og overvælder.

Kærlighedens naboer

En række fænomener minder om kærlighed uden at være det. De kan dog indgå i blandingsformer med kærligheden. Seksualitet er ikke i sig selv kærlighed, hvilket viser sig ved, at der findes kærlighedsløs sex. I visse tilfælde bliver de følelser, der rejser sig i forbindelse med seksuelle handlinger, så stærke, at personerne tror, der er tale om kærlighed. Men at det ikke er tilfældet, viser sig i disse tilfælde ved, at følelserne meget hurtigt forsvinder igen, når akten er overstået.

Kærlighed og sex kan dog også smelte sammen i en sublim helhed. Det er vanskeligt at sige, hvor almindelig denne sammensmeltning i en højere enhed er. Den findes. Men måske er det mere almindeligt i vor tid, at en

relation er præget af enten en høj seksuel tiltrækning kombineret med et vist mål kærlighed eller også af en høj grad af kærlighed forstået som psykisk samhørighed suppleret med en vis grad af seksuel tiltrækning.

I visse kulturer og subkulturer kan sex og kærlighed smelte sammen med en religiøs hengivenhed. Denne treenighed er nok noget nær den stærkeste sammenbinding mellem eller forening af to mennesker.

En til sex tilgrænsende kategori er forelskelse. Forelskelse er ikke identisk med kærlighed, sådan som vi her har defineret den, men den kan være en for-form til kærligheden, et indledningsstadium, der senere fører over i kærlighed, og den kan også fusionere med kærlighed som erotisk kærlighed. Måske er forelskelse en betingelse for, at der senere kan udvikles varig kærlighed. Forelskelsen har tidligere af Freud været karakteriseret som en slags neurose, hvor den ramte person er forblændet og realitetsfornægtende, men Jürg Willi (1993) rehabiliterer forelskelsen og beskriver dens mange positive og udviklende potentialer. Som bekendt har mange danske ægteskaber holdbarhedsproblemer, og mange har filosoferet over årsagerne hertil. I Jürg Willis optik kunne en af årsagerne være, at ægteskaberne ikke forudgås af en tilstrækkelig intens og besættende/opslugende forelskelse. Ægteskaberne indgås nu til dags ofte efter, at folk er færdigdannede som individer, og særdeles bevidste om deres egne behov og krav. Derfor bliver den totale parsammensmeltning vanskeliggjort, og basen for et varigt fællesskab bliver for tynd. Fællesskabet uderoderes, før det rigtigt er dannet.

I naboområdet til kærlighed bor også følelseparrat omsorg og taknemmelighed. Begge følelser inkluderes som hovedregel i kærlighedsrelationen: Man ønsker at tage sig af den elskede, og man føler glæde og taknemmelighed over at tage imod, dvs. glæde og taknemmelighed over, at man har haft held til at møde eller finde den anden, og over, at den anden kaster sin kærlighed på en eller gengælder den kærlighed, man kaster på ham eller hende.

Endelig er der et naboområde, der fremstår som af samme art som kærlighed, men mindre intenst. Det er fænomenet venskab og følelsen at holde af. »Elsker du din ægtefælle?« spørger venner af og til hinanden. »Nej, sådan vil jeg ikke udtrykke det«, lyder svaret måske, »men jeg holder da meget af ham/hende«. Her står vi over for en svækket kærlighedsrelation, der er blevet til venskab. (For fuldstændigheds skyld nævner jeg, at andre vil svare »Nej, jeg hader ham« eller »Nej, jeg er dødtræt af hende« eller lignende, men den slags lige så almindelige følelser er ikke emnet i dette essay, hvor vi samler os om kærligheden og dens slægtninge)

Sammenfattende er de almindeligste naboområder til kærlighed: sex, religiøs forening og forelskelse. Hertil kommer omsorg, taknemmelighed samt venskab. For alle seks fænomener gælder, at de godt kan være en del af og fusionere med kærlighed (hvilket kan føre til sublime helhedsdannelser), men at de ikke er identiske med den og derfor heller ikke bør sammenblendes med den, hvilket jævnlige ses.

Kærlighedens perifere zone

Kærlighed udfolder sig på en lang række andre områder, end det før nævnte centrale område: parforhold og familieskab. Et eksempel er næstekærlighed (samt de dermed beslægtede søstersolidaritet og broderskab). Mennesker kan have en generelt kærlighedsfuld holdning til deres medmennesker, være venlige, opmuntrende, konstruktive, hjertelige, godgørende, benevolente og generøse. Dette træk mødes af og til hos religiøse mennesker, hos arbejdskolleger og hos mennesker på gaden. Sådanne mennesker kan karakteriseres som kærlige eller næstekærlige. De er ofte altruister, snarere end egoister. De modsatte typer ses måske lige så tit: de uvenlige, nedgørende, destruktive, ondsindede, nærige, karrige og egofikserede mennesker, som vi tilsvarende kan betegne som ukærlige.

Men kærlighed kan også rette sig mod andet end ens medmennesker. Den kan f.eks. rette sig mod musik, mod digtning og billedkunst, mod naturen (skoven, fjeldene, havet), mod dyr og planter samt mod bestemte aktivitetsformer som sport, musikudøvelse o.m.a. (»jeg elsker at løbe, vandre, spille guitar, sejle, læse osv.«). Den kan også rette sig mod verden eller mod menneskeheden som sådan. Eller mod Gud, hvorved det bliver til religiøs kærlighed.

En særlig form for kærlighed er terapeutisk og pædagogisk kærlighed. Irvin Yalom og Rollo May skriver om terapeutens »caritas« (omsorgskærlighed) som særlig afgørende i den terapeutiske relation (Yalom, 2002). Og tyske pædagoger som Klafki, Nohl og Flitner har i mange år opereret med begrebet »pädagogische Liebe« som en særlig ønskelig egenskab hos læreren, når han eller hun skal føre eleverne ind i fagenes verden (Klafki, 1970: 63).

Kærlighed og ekstreme oplevelser

En opsigtsvækkende begivenhed er den, at et menneske pludseligt bliver mere kærlighedsfuldt og generøst end før og tilsvarende mindre småligt, grådigt og egoistisk. Sådanne pludselige ændringer er beskrevet i faglitteraturen, ligesom vi alle kan støde ind i dem. I Tolstojs lille perle »Ivan Illich's død« beskrives en sådan forvandling, der finder sted i livets sidste timer hos en hidtil ubønhørligt hård og egoistisk mand.

Hvad er det nu, der kan bevirke et sådant pludseligt omslag til en mere kærlighedsfuld tilstand? Det er mødet med døden eller konfrontationen med noget større. Et særlig godt eksempel, der ofte rummer begge disse momenter er de såkaldte nærdødsoplevelser. Mange mennesker har været på dødens rand, men er vendt tilbage til livet. Raymond A. Moody har interviewet over tusind mennesker, der har haft en nærdødsoplevelse (Moody,

1988) Beslægtede undersøgelser er udført af en række andre forskere og forfattere (Jacobsen, 1998:96ff).

Ved en nærdødsoplevelse forstås en persons intense oplevelse af at være et andet sted, samtidig med at personens krop er døende eller klinisk død. Nærdødsoplevelser synes ganske hyppigt forekommende ved trafik- og drukneulykker, hjerteslag, hospitalsoperationer, krigshandlinger og andre pludselige, livstruende begivenheder. Én undersøgelse angav, at hver tyvende voksen skulle kende hertil. Blot foretrækker de fleste at holde den slags oplevelser for sig selv. Flere forskere understreger, at det at have været udsat for en nærdødsoplevelse ofte fører til en dybtgående ændring af den pågældendes personlighed og værdier. En nærdødsoplevelse føles som en afgørende livsbegivenhed. Den sidder lysende i sindet resten af livet (Jacobsen, 1998:108).

Moody nævner bestemte personlighedsændringer, der hyppigt ses som eftervirkning af nærdødsoplevelsen: personen er ikke længere bange for døden; personen nedprioriterer det materielle; personen kommer til at lægge mere vægt på kærlighed og venlighed og på selv at være kærlig og venlig; personen opprioriterer viden og indsigt; personen føler altings sammenhæng; personen bliver åbnet mod det religiøse og spirituelle. Opprioriteringen af kærlighed og opprioriteringen af viden anføres som helt centrale træk ved eftervirkningen af en nærdødsoplevelse.

En anden forsker, Kenneth Ring, anfører disse eftervirkninger af at have været nær ved at dø: livet værdsættes mere, livets mening står klarere frem, personligheden styrkes, der udvises en mere omsorgsfuld og kærlig holdning til andre. Hertil kommer øget religiøsitet, mindre dødsangst og større tro på et liv efter døden. Det skal tilføjes, at der er en række forskningsmetodiske svagheder i de nævnte undersøgelser. Omfanget og intensiteten af de nævnte virkninger kan således ikke anses for klarlagt, men at disse virkninger forekommer, synes rimeligt godtgjort.

Kærlighed som kulturfænomen

Kærlighed har som alle andre humanfænomener en forskellig udgave og udformning i forskellige kulturer og epoker. Nogle vil sige, at det er et totalt socialt konstrueret fænomen, men dette moderne synspunkt har den ulempe, at det gør os blinde for det biologiske og antropologiske naturgrundlag, der ligger under de kulturelle fænomener, vi kan iagttage, og som udgør de kulturelle fænomeners formningsmateriale. Der er to spørgsmål, som det er særlig centralt at stille vedrørende kærlighed som kulturfænomen.

Det ene lyder: Hvad er det særlige ved kærligheden i sin moderne vestlige udgave? Det andet: Er der i vor tid og vort samfund en særlig mangel på kærlighed, hvad kan denne i givet fald hænge sammen med, og hvordan ville den kunne udbedres?

I det senmoderne Vesten er kærligheden – ultrakort skitseret – bundet til individer, der lever i en flygtig, forbrugeristisk, materialistisk, selvcentreret og delvis areligiøs kultur. Vores kærlighedsopfattelse er udsprunget af romantikken, der skiller kærlighed ud som noget, der primært handler om individers følelser for hinanden. Går vi tilbage til middelalderen, finder vi helt andre opfattelser af kærlighed. På samme måde har begrebet moderkærlighed også undergået markante forandringer gennem nogle århundreder.

Som kulturkritik må vi rejse det nævnte spørgsmål 2: Er der tilstrækkeligt med kærlighed, eller er der en mangel på kærlighed i den senmoderne verden? Og i verden som helhed?

Erich Fromm (1957) leverede for allerede halvtreds år siden en indgående argumentation for, at en række individualiserende, konkurrenceprægede og konsumdyrkende strukturer i vores samfundsform er kærlighedsfjendske. Og hvis man betragter det moderne vestlige individ haste af sted på gaderne i Vestens storbyer eller hører disse individer snerre ad hinanden i trafikken, på arbejdspladser og i familierne, kan man da let få den tanke: Her er mangel på varme og kærlighed. Her er egoisme, grådighed og kulde mellem mennesker. Det vil imidlertid kræve nogle ret indgående komparative og antropologiske undersøgelser at afgøre, om dette indtryk er korrekt, og at man med rette kan hævde, at der er kærlighedsfattigt i det moderne Vesten. Men det er en hypotese, der er værd at undersøge nærmere. Og under alle omstændigheder synes det påtrængende med en refleksion over, på hvilken måde det er muligt at udvikle mere hjertevarme i de senmoderne samfund.

Afsluttende karakteristik af fænomenet kærlighed

Hvad er så kærlighed? Fra et eksistentielt perspektiv er kærlighed et mangedimensionelt fænomen, som er fuldstændig centralt i vores tilværelse, hvad enten vi erfarer den eller savner den. Det er vigtigt, at vi prøver at indkredse og tale om kærlighed, bl.a. for at fastholde dens betydning for vores dagligliv. Men det må ske med respekt for dens mangfoldighed, uden reduktion og simplificering.

Kærlighed er en tilstand, en sjælelig og kulturel tilstand, men det er også en handling, en aktivitet og et forløb, en væren. Denne væren er til stede både inden i og uden for individet. Det giver også mening at sige, den er til stede i kulturen og i verden.

Hvad *er* så denne kærlighed? Det er en måde at være til stede i verden på, en eksistensudfoldelse for mennesker. Det er nærmere bestemt den konsekvente realisering af menneskets medfødte mulighed for medværen. Dets mulighed for at være til for andre og for verden. På den måde afspejler og udtrykker kærlighed et væsensprincip, en ontologisk givet mulighed, hvis indløsning vi mennesker er sat her på jorden for at indfri.

Kan vi psykologer fremme kærligheden?

Af den ovenstående analyse fremgår, at kærligheden, dvs. det kærlige liv og også det kærlige samfundsliv er stærkt ønskelige tilstande. Hermed rejses to spørgsmål: Hvad kan den enkelte gøre for gennem sin voksenudvikling at komme til at leve et kærlighedsfuldt liv? Og hvad kan vi som psykologer gøre for at fremme denne proces?

Lad os nærme os emnet ved at spørge, hvad en psykolog kan sige til en klient (eller en psykologilærer til en studerende/elev), hvis klienten klager over at leve et liv, der er for kærlighedsfattigt. I forlængelse af den foregående analyse bør psykologen sige eller tænke omtrent dette: Ja, det er principielt muligt for os alle at komme til at leve et mere kærlighedsfuldt liv end det, vi lever lige nu. Faktisk kan man meget vel anse det for et væsentligt led i voksenudviklingsforløbet at nærme sig stadigt mere kærlighedsfulde tilstande. Flere af de klassiske voksenudviklingspsykologer anfører dette som et centralt tema i voksenudviklingen. Således opfatter Erik Erikson det som en væsentlig udfordring og et væsentligt udviklingsdilemma i voksenalderen at nærme sig først en udvikling af egenskaben generativitet, dernæst en udvikling af integritet (Erikson, 1959). Både generativiteten og integriteten rummer, som Erikson beskriver dem, væsentlige kærlighedsdimensioner. Jung opfatter tilsvarende individuationsprocessen som en proces, hvor ikke-realiserede livsmuligheder i personligheden vokser frem og fører til den anden livshalvdels mere spirituelt orienterede og menneskekærlighedsorienterede livsform (Jacobi, 1983). Og hos Charlotte Bühler finder vi som et gennemgående tema, at mennesker op gennem livsforløbet tager omfanget af deres kærlighedsudøvelse og kærlighedsmodtagelse op til revision, måske gentagne gange, og så sent som i deres alderdom markant vender tilbage til dette spørgsmål og spørger sig selv, om de har levet et godt liv, og om de har levet på den rigtige måde, hvad angår kærligheden (Bühler, 1961; Jacobsen, 1976: 57 ff.).

Dette var psykologens eller psykologilærerens indledningsbemærkning (hvad enten den siges direkte, eller som oftest hos terapeuter kommunikerer indirekte). Hvad kan man nu sige mere? Man kan måske – jf. den forrige analyses omtale af nærdødsoplevelser – prøve at henlede sin klients eller elevs opmærksomhed på dennes *memento mori* (husk at du skal dø en dag). Tanken om livets endeligt, der til tider er et centralt omdrejningspunkt i eksistentiel terapi, kan i nogle tilfælde instituere livets alvor hos personen, dvs. tilskynde personen til at tænke: OK, det er jo rigtigt, at mit liv har et endepunkt, så må jeg hellere se at få fundet ud af, hvad der virkelig betyder noget, mens jeg er her på jorden. En sådan anledning kan med andre ord stimulere personen til at prioritere mellem det vigtige og det mindre vigtige i livets mange gøremål. Og for næsten alle hører kærligheden til det mere vigtige.

En tredje dimension skal også nævnes: Det spiller en rolle, hvordan psykologen eller psykologilæreren selv demonstrerer sin verdensopfattelse i sin personlige adfærd. Kan klienten eller eleven mærke, at det ligger psykologen eller læreren på sinde, at det går mig godt. Kan han eller hun mærke, at der fra psykologen eller læreren udstråler en klar vilje til, at klienten eller eleven skal befinde sig godt og udvikle sig godt? Eller fornemmer klienten og eleven snarere egoisme, selvoptagethed og pralelyst hos psykologen og læreren. Det er dette punkt, som Irvin Yalom som før nævnt omtaler som terapeutens *caritas* (Yalom, 2002). Og naturligvis indser vi straks, at vi her kommer til en grænse hos psykologen og psykologilæreren, for man kan naturligvis ikke være eller demonstrere noget, man ikke er. Og det bedste man kan gøre, for ikke at mystificere sin omverden, er at vise sig som den, man er. Men når det er sagt, må der tilføjes endnu en betragtning: Selv om psykologen eller psykologilæreren på et givet tidspunkt i sin egen voksenudvikling er en selvoptaget egoist med stor pralelyst, står det jo ikke skrevet nogen steder, at dette mønster skal fortsætte resten af vedkommendes eget voksenliv. På dette punkt bliver så psykologen og psykologilæreren selv klient og elev. Og det må fastholdes, at denne egenudvikling er væsentlig for de mange kommende klienter og elever. Psykologens og psykologilæreren modelskabende effekt, dvs. virkningen af den måde, hvormed han eller hun i sin egen dybt personlige væremåde demonstrerer, på hvilken måde og i hvilket omfang han eller hun selv har integreret de faglige indsigter om medværen og medmenneskelighed, kan næppe overvurderes.

LITTERATUR

- BOLLNOW, O.F. (1976): *Eksistensfilosofi og pedagogikk*. København: Christian Ejlers Forlag.
- BUBER, M. (1992): *Jeg og du*. København: Hans Reitzels Forlag.
- BÜHLER, C. (1961): Old age and fulfillment of life with considerations of use of time in old age. *Vita Humana*, 4, 129-133.
- ERIKSON, E. (1959): Growth and crisis of the healthy personality. *Psychological Issues*, 1, 50-100.
- FROMM, E. (1957): *The Art of Loving*. London: Allen & Unwin.
- JACOBI, J. (1983): *The Way of Individuation*. N.Y.: New American Library.
- JACOBSEN, B. (1976): *Menneskers livsløb. Nogle udviklingsproblemer i psykologisk belysning*. Kbh.: Gyldendal.
- JACOBSEN, B. (1998): *Eksistensens psykologi. En introduktion*. Hans Reitzels Forlag.
- KLAFKI, W. et al. (1970): *Erziehungswissenschaft, 1. Eine Einführung*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- MOODY, R.A. (1988): *Lyset fra den anden side*. Kbh.: Borgen.
- YALOM, I. (2002): *The Gift of Therapy Reflections on Being a Therapist*. London: Piatkus.
- WILLI, J. (1993): *Hvad holder par sammen? Samlivsprocessen i psyko-økologisk perspektiv*. København: Hans Reitzels Forlag.