



**Annalena Sund Aillet**

Leg. psykolog, leg. psykoterapeut  
Stockholm

## Den bortglömda mentaliserings- teoretikern Pierre Janet

Pierre Janet (1859–1947), filosof och medicinare, blev frontfigur för fransk psykologi och lade till exempel grunden för det franska psykologförbundet. Han nämns trots detta sällan och beskrivs bara i vissa sammanhang som grundare av den dynamiska psykologin, vilket är en position som oftast tillskrivs Freud, som var samtida med den extremt produktive Janet.

Av artikeln framgår att Janet hade flera års försprång på området när Freud skapade sina teorier och begrepp, till exempel begreppet psykoanalys som han utvecklade utifrån Janets begrepp psykologisk analys. Artikeln tar upp några sådana begrepp som kan härledas till Janet samt fokuserar på hans bidrag särskilt i fråga om dissociation och mentalisering. I korthet är artikeln en påminnelse om några av Janets okända eller bortglömda bidrag till vår psykologiska begrepps- och teoriehistoria.

I Frankrike har Pierre Janets insatser och liv förnekats, glömts bort, ja till och med suddats ut (Ellenberger, 1969), trots att han var en front-

figur för psykologins utveckling i sitt hemland i slutet av 1800-talet. Hans verk har negligerats inte bara av massorna utan även av det vetenskapliga etablissemangen, där det dock finns undantag som tvärtom uppfattat honom som en av de mest nyskapande psykiatriska klinikerna och tänkarna under de senaste 200 åren (Nemiah, 1989). Den även utanför Sveriges gränser kände svenske läkaren Ernst Westerlund (1839–1924) ibland kallad ”Mirakeldoktorn”, på grund av sin enastående förmåga att hjälpa ”nervsvaga” patienter, var ointresserad av psykoanalys, men däremot inspirerad av Pierre Janets *l'analyse psychologique*. I den andan

behandlade Westerlund<sup>1</sup> sina patienter på ett sätt som idag närmast kunde beskrivas som inte så olik kognitiv beteendeterapi (Hulter Åsberg, 2010).

Psykologen Per Wallroth tog i sin föreläsning för Ericastiftelsens seminarierier Mentalisering i psykiatriskt arbete med barn, ungdomar och föräldrar på Ericastiftelsen 2010 upp Pierre Janets teori om integrering, syntetisering och realisering. Han beskrev då att begreppet realisering ligger mycket nära mentaliseringsbegreppet. Psykologen Tor Wennerberg, som även han föreläste inom ramen för seminarierien, har i sin bok (2010) om anknytning, trauma och dissociation inkluderat en hel del om Pierre Janets teorier och bekräftar att de tidiga Janet-teorierna till stor del glömts

bort under 1900-talet. Verket *The haunted Self. Structural dissociation and the treatment of chronic traumatization*, som Ellert Nijenhuis skrivit tillsammans med de två andra traumatologerna Steele och van der Hart (2006), innehåller ett imponerande antal Pierre Janet-referenser. En ytterligare källa till

kunskap om Pierre Janet är det år 2004 grundade *Institut Pierre Janet* i Paris, som har till uppgift att tillvarata Janets arv samt verka för hans dynamiska psykologi, till exempel genom utgivningsserien *Janetian studies*. Institutet blev 2006 en del av det franska psykologförbundet *Société Française de Psychologie*, som de facto grundades av Pierre Janet 1901 (som det andra psykologförbundet i världen efter det amerikanska, grundat 1892).

Tänkbara orsaker till att Pierre Janet generellt sett ignoreras och blivit närmast bortglömd sammanfattar Haule (1986) med att Janet var envist övertygad om betydelsen av att göra noggranna vetenskapliga studier, att han inte utbildade någon utrop av lärlingar, som kunde föra vidare hans metoder och principer, samt att han in i det sista var trogen hypnosen som metod. Van der Hart och Friedman (1989) för fram att Pierre Janet primärt strävade efter att inspirera sina elever till självständigt tänkande på basen av empiriska fakta. Därför lämnade han inte heller efter sig någon skola eller ideologisk rörelse. Enligt Ellenberger

(1969) tillskrivs ett stort antal av Pierre Janets upptäckter idag andra teoretiker.

### Pierre Janet från filosof till medicinare till dynamiska psykologins grundare

Pierre Janets mor kom från Alsace (Ellenberger, 1969). På faderns sida fanns en rad framgångsrika franska vetenskapsmän, bland andra en farbror<sup>2</sup> i vars filosofspår Pierre Janet gick fram till dess att han själv specialiserade sig på psykologi, psykiatri och psykoterapi (Saillot, 2006). Pierre Janet föddes 1859 och dog 1947. Han levde en stor del av sitt liv i Paris. Fastigheten på rue de Varenne i Paris, där han bodde i ca 40 år, har så sent som sommaren 2010 av *Institut Pierre Janet* förärats en skylt där detta framgår. På skylten beskrivs Pierre Janet som grundare av den dynamiska psykologin.

Endast 30 år gammal skrev han sin filosofiavhandling *L'automatisme psychologique* (Janet, 1889), som väckte stort samtida intresse. Han erhöll den mest solida filosofiutbildning man kunde tänka sig i Frankrike på den tiden. Han undervisade i ämnet i 12 år och redigerade sex manualer för filosofiundervisning (Ellenberger, 1973). Pierre Janet insåg att han för sina studier av mentala och psykologiska problem behövde ta även en examen i medicin, vilket han gjorde i rekordfart parallellt med att han undervisade i filosofi.

Efter att ha insett betydelsen av Théodule Ribots<sup>3</sup> och Jean-Martin Charcots<sup>4</sup> studier började Janet sin terapeutiska bana med att i Le Havre, där han undervisade i filosofi i 7 år, på sin fritid utan kostnad ta hand om mentalsjuka patienter (Saillot, 2006). Han gjorde sin första medicinpraktik på mentalsjukhuset la Salpêtrière i Paris, dit han 1889 inbjöds av Charcot som var djupt imponerad av Janets avhandling i filosofi. Han forskade och fungerade som terapeut i många år i Charcots laboratorium, som han även fick ta över och leda tills det lades ner.

Janet skapade sina teorier utifrån direkta observationer och terapeutiskt arbete. Han var extremt produktiv och hade en anmärkningsvärd klassificeringsförmåga (Van der Hart & Friedman, 1989). Han skrev till exempel minutiöst detaljerat ner mer än 5000 voluminösa fallberättelser. Ellenberger (1969) beklagar att Janet publicerade sina fall i *Revue de Philosophie* och liknande tidskrifter

På skylten beskrivs  
Pierre Janet som  
grundare av den  
dynamiska psykologin.

med begränsad spridning. Om han istället redan 1893 hade sammanställt sina fall och de huvudsakliga dragen i sin metod, som han kallade psykologisk analys, *l'analyse psychologique*, i mer lättläst och kortfattad form hade hans betydelse inte kunnat ignoreras. Han producerade ett stort antal mångordiga och detaljerade verk. Till exempel utgörs *Les Médications psychologiques* (Janet, 1919) av 1100 sidor i 3 volymer, där han utvecklar sin syntetiska syn på psykoterapi, en egen teori om psykisk dynamik, mental energiekonomi och den terapeutiska betydelsen av att avsluta handlingar.

### Pierre Janet bakom begreppen

När Sigmund Freud och Joseph Breuer publicerade sitt verk om den katarsiska metoden i sin *Communication préliminaire* (1893) hade Pierre Janet sju års försprång på området (Ellenberger, 1969). Han hade redan i tio år sysslat med psykologisk forskning, när Freud publicerade sitt verk om drömtolkning (Haule, 1986). Ännu 1922 beskrevs i ett verk om psykoanalys (Régis & Hesnard, citerade i Ellenberger, 1969) att Freud skapat sina metoder och begrepp utifrån Janet och att han ständigt inspirerades av dennes arbete. Enligt Ellenberger (1969) kan man till exempel se att Janet's begrepp *faiblesse de la fonction de synthèse* (svag syntesfunktion) av psykoanalytikerna kom att kallas *faiblesse de moi* (jagsvagheter) och att hans *fonction du réel* (det reella funktionen), enligt senare psykoanalytisk terminologi, blev *principe de réalité* (realitetsprincipen). Freud använde fortfarande Janet's begrepp *l'analyse psychologique* år 1895, men som för att distansera sig från honom och markera sitt eget system skapade han 1896 ordet *psychoanalyse* (Ellenberger, 1969).

Enligt Ellenberger (1969) tog även Carl Gustav Jung (1875–1961) del av Janet's föreläsningar i Paris under åren 1902–03 och till exempel begreppet *idée fixe subconsciente* omvandlades kort och kärnfullt av Jung till *complexe*. Vissa menar att Janet's teorier kring hypnos ligger till grund för det mesta av dissociationsteorin man kan hitta i Jungs skrifter (Haule, 1986). Enligt Goussot (2009) besöktes Janet's föreläsningar även av Jacques Lacan (1901–1981) och den sovjetiske psykologen Lev Vygotsky (1896–1934) inspirerades starkt av Janet till exempel i fråga om den sociala kommunikationen och det interpsykiska språket.

### Pierre Janet's mentaliseringsbegrepp

Pierre Janet teoretiserade en hel del kring begreppen mental nivå, mental energi och mental effektivitet. Han såg tre möjliga problem kopplade till mental nivå. Dels kan en person ha för låg mental energi, dels otillräcklig mental effektivitet och dels en obalans mellan mental energi och effektivitet (van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006). Enligt Janet (1889) karakteriseras den mentalt friska individen av en solid förmåga att integrera interna och externa upplevelser. Denna integrativa kapacitet förutsätter enligt Janet (1889) två centrala mentala aktiviteter: syntes och realisering. Med syntes menas individens förmåga att länka och differentiera en rad olika interna och externa upplevelser (sensorisk perception, rörelse, tanke, affekt och självkänsla) i tid och rum. Förmågan till syntes varierar beroende på mental nivå. Realisering i sin tur består av två delkapaciteter: presentifikation och personifikation. Presentifikationen kan beskrivas som en förmåga att ta ett här-och-nu-perspektiv (Wennerberg, 2010), att vara fullt närvarande i nuet och kunna integrera då, nu och framtid. Det handlar, enligt van der Hart, Nijenhuis och Steele (2006), om att kunna se det förflutna och framtiden som relaterat till, men skilt från, nuet. Personifikationen i sin tur ligger nära begreppet personligt agentskap: "det har hänt/händer mig" (van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006). Realisering kan, liksom mentalisering (Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2002) betraktas som motsatsen till dissociation. Janet (1928) skrev mycket om tiden, minnet och realiseringsförmågan. Han skiljde på två huvudsakliga uttryck för störningar i tids- och därmed realitetsuppfattningen. Antingen kan man fästa för stor eller för liten vikt vid realiteten (van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006).

### Pierre Janet's dissociationsbegrepp

Själva dissociationsbegreppet introducerades troligtvis av Jacques-Joseph Moreau de Tours<sup>5</sup> 1845 (Van der Hart & Horst, 1989). Janet började använda det för att beskriva det avsmalnade medvetandefält, som han kunde observera hos sina hysteriska patienter. Dissociation förekommer i korthet när olika faktorer stör den integrativa ka-

paciteten. Denna störning leder till splitting eller fördubbling, *dédoublement*, separation och isolering av vissa psykologiska regleringsaktiviteter (van der Hart & Friedman, 1989). Dissociation kan lite förenklat beskrivas som en samtidig utveckling av subpersonligheter med parallella minnen som totalt ignorerar varandra (Wennerberg, 2010). I Janet's studie om hysteri (1907, refererad i van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006) ges en fördjupad beskrivning av att dissociation involverar en uppdelning av system av de idéer och funktioner som utgör personligheten. Författarna har utvecklat en teori om strukturell dissociation utifrån Janet's begreppsvärld. Teorin beskriver hur personligheten på grund av traumatiska upplevelser delas upp i en ANP, *apparently normal part of the personality*, som är engagerad i det dagliga livet, och en eller flera EP, *emotional part of the personality*, som är fast i de traumatiska minnena och som agerar utifrån dem. I relation till tiden/realiteten kan man dra slutsatsen att ANPs upplevelse ofta inte är tillräckligt verklig, medan EPs upplevelse åter ofta är alltför verklig. En dissociativ kvinna med traumatisk övergreppserfarenhet kan till exempel som ANP tro att hon inte har blivit utnyttjad, samtidigt som hon som EP till exempel kan tro att hon fortfarande är i stor fara. Med utgångspunkt i Janet's teorier menar samma författare att tillståndet av strukturell dissociation upprätthålls av fobier för inre mentala handlingar, *mental actions*. Enligt Pierre Janet (1904/1983, 1935; citerad i Van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006) utgörs kärnfobin i traumarelaterad strukturell dissociation av så kallad fobi för traumatiska minnen. Detta innebär undvikande av syntes och full realisering av den traumatiska upplevelsen och dess effekter på individens liv. Behandlingsmetoden vid dissociativ störning eller PTSD som utvecklats utifrån denna teoribild kallas av författarna för fasorienterad behandling. Varje fas inkluderar problemlösande och färdighetsbyggande utifrån en relationell ansats. Faserna innebär stabilisering och symtomreduktion, bearbetning av traumatiska minnen, samt personlighetsintegration och rehabilitering.

### Eftertankar om Pierre Janet

Pierre Janet förefaller ha lämnat tydligast avtryck i trauma- och dissociationsforskningen. Särskilt den

nederländska vidareutvecklingen (van der Hart, Nijenhuis & Steele, 2006) vilar stadigt på Janet's teorier och begrepp, vilka man dock kan sakna i den mentaliseringsbaserade terapilitteraturen. Den enormt omfattande *Affect regulation, mentalization and the development of the self av Fonagy, Gergely, Jurist och Target* (2002) har bland alla sina 932 referenser<sup>6</sup> inte med ett enda verk av Janet, som inte heller nämns någonstans i det 577-sidiga verket. Det hade till exempel passat att ta in Janet på sidan 28 där författarna bara kort skriver "Independently, French psychoanalysts developed a notion of mentalization that was largely formulated from the economic point of view". Ett annat lämpligt ställe hade till exempel varit på sidan 242 där "mental agency" beskrivs. Inte heller Rydén och Wallroth (2008) nämner Janet, som dock skulle ha varit på sin rätta plats till exempel på sidan 196 där depersonalisation och derealisation beskrivs. Det hade även varit intressant att någonstans se till exempel de ofta använda moderna mentaliseringsbegreppen psykisk ekvivalens och låtsasläge kopplade till Janet's begrepp integrativ kapacitet, medvetandefält och realisering.

### Noter

<sup>1</sup> Ernst Westerlund (1839–1924) var läkaren som hade en citronaktigt doftande pelargon, s.k. rosen-geranium, i sitt väntrum. Därav har denna blomma senare kommit att kallas för Dr Westerlunds blomma. Westerlund kan man fördjupa sig i till exempel genom att leta på [www.westerlundssallskapet.se](http://www.westerlundssallskapet.se).

<sup>2</sup> Pierre Janet's farbror Paul Janet (1823–1899) var en betydelsefull fransk filosof verksam på Sorbonne, som till exempel 1897 kom ut med verket *Principes de métaphysique et de psychologie: Leçons professées à la Faculté des lettres de Paris*, 1888–1894.

<sup>3</sup> Théodule Ribot (1839–1916) var en fransk filosof som forskade i experimentalpsykologi, undervisade i detta på Sorbonne och grundade tidskriften *la Revue philosophique de la France et de l'étranger*. Han anade till exempel skillnaden mellan det episodiska och det semantiska minnet, samt mellan den affektiva och rationella logiken, som sedan studerades vidare av till exempel Antonio Damasio (f. 1944).

<sup>4</sup> Jean-Martin Charcot (1825–1893) var en fransk neurolog och professor i patologisk anatomi, en föregångare på psykopatologins område och arbetade länge med hypnos och hysteri på mental-sjukhuset la Salpêtrière i Paris.

<sup>5</sup> Jacques-Joseph Moreau de Tours (1804–1884) var en fransk psykiater som under åren 1836–40 företog en långresa till orienten, vilket gjorde honom till den första läkaren som systematiskt observerade, klassificerade, analyserade och registrerade drogers effekt på centrala nervsystemet, vilket beskrivs i *Du Haschisch et de l'aliénation mentale* (1845).

<sup>6</sup> Här passar jag på att tacka mina tålmodiga söner, som räknat referenser ett helt veckoslut!

## Referenser

- Ellenberger, H. F. (1969). *The discovery of the unconscious: the history and evolution of dynamic psychiatry*. New York: Basic Books.
- Ellenberger, H. F. (1973). *Dialogue*, 12(2). Disponible au centre de documentation du Centre hospitalier Pierre-Janet.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L. & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Karnac.
- Goussot, A. (2009). *L'approche de Pierre Janet à la relation thérapeutique: une contribution méthodologique pour qui intervient dans le domaine de l'éducation et la réhabilitation des handicapés mentaux*. Paris: Janetian Studies. Institut Pierre Janet.
- Haule, J. R. (1986). Pierre Janet and dissociation: The first transference theory and its origins in hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis* 29(2), 86-94.
- Hulter Åsberg, K. (2010). En doktor i den lidande mänsklighetens tjänst. *Läkartidningen*. 107(36), 2109-2111.
- Janet, P. (1889/2005). *L'automatisme psychologique*. Paris: L'Harmattan.
- Janet, P. (1919/2007). *Les Médications psychologiques*. Paris: L'Harmattan.
- Janet, P. (1928/2006). *L'évolution de la mémoire et de la notion du temps*. Paris: L'Harmattan.
- Nemiah, J. S. (1989). Janet redivivus: The centenary of l'automatisme psychologique. *American*

- Journal of Psychiatry*, 146, 1527-1529.
- Rydén, G. & Wallroth, P. (2008). *Mentalisering. Att leka med verkligheten*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Saillot, I. (2006). *Vie et oeuvre de Pierre Janet*. Paris: Janetian Studies. Institut Pierre Janet.
- van der Hart, O. & Friedman, B. (1989). A reader's guide to Pierre Janet: A Neglected Intellectual Heritage. *Dissociation*, 2(1), 3-16.
- van der Hart, O. & Horst, R. (1989). The dissociation theory of Pierre Janet. *Journal of traumatic stress*, 2(4), 1-11.
- van der Hart, O., Nijenhuis, E.R.S. & Steele, K. (2006). *The haunted self. Structural dissociation and the treatment of chronic traumatization*. NW.W. Norton & Company.
- Wennerberg, T. (2010). *Vi är våra relationer. Om anknytning, trauma och dissociation*. Stockholm: Natur & Kultur.

Société Française de Psychologie,  
<http://www.sfpsy.org>

## Abstract

Pierre Janet (1859–1947) was a philosopher and Doctor of Medicine, who became a prominent figure in French psychology and one of the founders of the French Psychological Society. Despite that, he is rarely mentioned and only acknowledged in a few contexts as the founder of dynamic psychology, a position most often ascribed to Freud, who was a contemporary of the extremely productive Janet. This article shows that Janet was several years ahead in the field when Freud created his theories and concepts. For example, his psychoanalysis concept was developed on the basis of Janet's psychological analysis concept. The article mentions some of the concepts derived from Janet and focuses in particular on dissociation and mentalization. In short, the article is a reminder of some of Janet's unknown or forgotten contributions to our psychological history of concepts and theories.

Annalena Sund Aillet is a psychologist and psychotherapist in private clinical practice in Stockholm. Her interest in Pierre Janet arises from a passion for French texts and frequent stays in France. The article was originally an examination paper writ-

ten for a series of seminars called Mentalization in psychiatric work with children, adolescents and parents at the Erica Foundation in Stockholm, in 2010 (15 HE credits).

**Keywords, sökord, søkeord:** Pierre Janet, dissociation, mentalisering, presentifikation, personifikation, syntes, realisering, integration, mental ekonomi.

**Annalena Sund Aillet** är privatpraktiserande psykolog och psykoterapeut med klinisk verksamhet i Stockholm och en faiblesse för franska texter och frekventa vistelser i Frankrike. Därav ämnesvalet. Artikeln skrevs ursprungligen som en examinationsuppgift i anslutning till seminarieserien Mentalisering i psykiatriskt arbete med barn, ungdomar och föräldrar på Ericastiftelsen, år 2010 (15hp).

[annalena.sund@psykolog.net](mailto:annalena.sund@psykolog.net)