**Alain Ehrenberg – Det udmattede selv**

Den franske sociolog Alain Ehrenbergs teori om ”det udmattede selv” beskæftiger sig med en af de mest fremtrædende problemstillinger i det senmoderne samfund – nemlig mentalt helbred og depressionens stadig større fremvækst. Ehrenbergs teori kobler således depression og senmodernitet sammen. Depression betegnes her som ”bagsiden” af det senmoderne, senkapitalistiske samfund, der stiller konstante krav til individet om at præsentere et ”autentisk selv”. Dette gælder ikke mindst i konkurrencen om job på et usikkert arbejdsmarked, men også i selve identitetsdannelsen. Dette konstante krav fører dels til en udmattelse hos den enkelte, som ikke længere ’orker at være med’, dels til at udmattelsestilstanden, fordi den afviger fra normen om præstation og handlekraft, kategoriseres som uacceptabel.

Ehrenberg beskriver det deprimerede individ som ”i stykker”. I stykker, da individet ikke kan:

»[…] optimere de præstations- og handlingsressourcer, der skal til for at realisere det autentiske selv. Nutidens autentiske selvrealisering kræver nemlig en vedvarende aktivitetsopladning, som den deprimerede ikke magter at foretage […]: Batteriet er dødt. Det ser på den baggrund ud til, at depression ikke blot beskriver en tilstand, hvor selvet er stødt på grund, men en tilstand, hvor det er godt i gang med at synke.

Således er depression en negativ spejling af det senmodernes normkrav. Et samfund der skriger på omstillingsparate, succesfulde, lykkelige mennesker, der er i gang med en konstant selvudvikling, hvilket får folk til at føle sig utilstrækkelige. Så utilstrækkelige, at de må tage anti-depressiv medicin for at kunne præstere bedre.

Herigennem viser Ehrenberg, at de løbende forandringer i identitetsdannelsen også har præget karakteren af psykiske lidelser. Forståelsen af depression hænger sammen med de sociale normer, der hersker i samfundet. Et ”normalt” og rask individ i vores tid er et handlende, initiativrigt, aktivt og fleksibelt individ. Ifølge Ehrenberg karakteriserer det vestlige samfund som præget af

“sociale forventninger og normative krav om selvrealisering, autonomi og personligt ansvar” (Ehrenberg 2010: 11).

Ifølge Ehrenberg, promoverer samfundet et normativt lighedsideal, hvori det forventes, at alle kan blive til noget særligt, samt at individet er eneansvarlig for at lykkes i livet – altså sin egen autoritet. Hvor det tidligere var lydighed, disciplin som var de herskende normer, er det i dag blandt andet fleksibilitet og omstillingsparathed, der forventes af individet. Det moderne samfund fordrer derved aktive initiativrige individer, der forventes at kunne mestre deres egen selvrealisering - men det lykkedes ikke altid (Ehrenberg 2010: 273ff).

Teksten er baseret på følgende kilder:

<https://www.information.dk/kultur/anmeldelse/2010/05/kan-behandles-intet-kan-helbredes>

<https://vbn.aau.dk/en/publications/alain-ehrenberg-selvrealisering-autonomi-og-personligt-ansvar>