



Rune Fardal, psykologi student

Personlighetsforstyrrelser med hovedvekt på narsissistisk problematikk i relasjon til barn
<http://www.sakkyndig.com> mail: rune@fardal.no

Implisitt og eksplisitt selvfølelse : Grunnlaget for de 2 typer narsissister

10 Mai, 2012, Oppdatert 20.05.2012

Utskrift : <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artikler/impexp.pdf>

Grunnproblemet for narsissister er den store avstand mellom implisitt selvfølelse og eksplisitt selvfølelse.

Litteraturen beskriver 2 hovedtyper av narsissister. Den ene er den overt, utadvendte og den andre er den covert, innadvendte. Begge med udekte behov for bekreftelse. Hva er det som skiller disse og hvordan kan man forstå deres opprinnelse?

I narsissistens hatefulle vold er hensikten å påføre smerte og skade, altså projeksjonen av **skammen**. Dette skiller seg for eksempel fra psykopatens instrumentelle vold som også påfører skade, men der hensikten er å oppnå et **mål**. Forskjellen ligger i *hensikten, i motivet*, ikke i handlingen. Narsissistens problem er et ødelagt Selv, deres mest typiske trekk er problemene rundt *skam og grandiositet*.

Den *covert type* har fått dette ødelagt fordi barnet ble bortskjemt, fikk aldri bekreftet mestring gjennom egen adferd, men ble heller lært opp til å tro at det var "så" fantastisk. En adferdsbeskrivelse som ikke har dekning i barnets fungering. Andre (omsorgspersonen) mestret for det, og "stjeler" omgivelsenes beundrende blikk. Slike voksne gir barnet inntrykk av at mestringen skyltes den voksnes handlinger og ikke barnets. Barnet får ikke beholde mestringsfølelsen for den aktuelle adferd.

Dette er typisk for kontrollerende foreldre uten empati med barnets behov. Et slikt barn har aldri utviklet prøving og feiling og fått erfaring med nederlag og seire som det lærer av. I for stor grad beholder slike barn opplevelsen når nederlag inntreffer, for slike foreldre fraskriver seg ansvar ved nederlag. De projiserer det ut. Dermed

tar barnets negative opplevelser overdrevet stor plass i dets opplevelsesrepertoar. De får ikke balansert nederlag med seire. De utvikler et negativt selvbilde, de blir sårbare for kritikk, de utvikler angst. De får ikke utviklet evne til å fatte beslutninger som krever noe av dem. De viker unna alt som gir assosiasjoner om tap og nederlag. Dette er resultatet av å vokse opp i narsissistisk dynamikk.

I møte med virkeligheten feiler mestring. Deres indre selvbilde blir grandios, deres ytre fungering svikter. De er tutet ørene fulle av at de er "så" flikke, men har egentlig aldri ytet. Deres selvfølelse og selvbilde hviler på et luftslott. De tror de er perfekte, for det har de blitt fortalt, men klarer ikke sette denne fantasi ut i livet. I møte med livets utfordringer kan dette fremstå i form av at de ikke klarer arbeide, ikke klarer fullføre skole osv. De blir ekstremt sårbare for krenkelser.

La oss ta et eksempel. Et sandslott: Dersom forelderens bygger slottet, men så til omgivelsene fremstiller det som om det er barnet som har bygget sandslottet, så vil barnet tilsynelatende motta skryt for dette. Problemet er at barnet selv vet at det er den voksne som har bygget sandslottet. Dermed lærer barnet til å tro at det kan bygge et fint slott, bygget på de positive tilbakemeldinger det får etter foreldrenes skryt og fra omgivelsenes skryt. Barnet lærer en falsk grandiositet. Når barnet så skal bygge et slikt slott selv, og da ut i fra en antagelse om egen mestringsevne bygget på omgivelsenes skryt, finner barnet ut at det ikke klarer en slik mestring. Avstanden mellom en tillært falsk grandiositet og tro på mestring, og den faktiske mestring er stor. Det skaper en indre visshet om udugelighet. **De ble ikke devaluert, de ble idealisert.**



I den andre ytterkant har vi barnet som faktisk klarer å bygge et fint sandslott, men der forelderens stjeler omgivelsenes beundrende blick. "Han hadde ikke klart det uten hjelp fra meg"! Barnet får ikke beholde skrytet for egen mestring. Det fører til

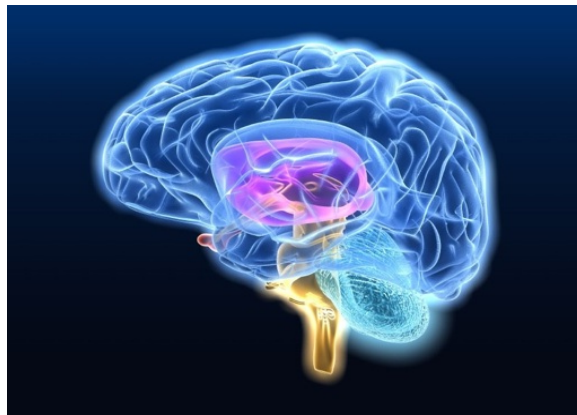
en utvikling der barnet faktisk mester men har lært at egen mestring stjeles av tilknytningspersonen. Og denne person er så viktig for et barn at barnet ikke legger seg ut med denne personen av frykt for å miste den livsviktige tilknytningen alle barn er avhengige av for å utvikles normalt. Resultatet er et barn som faktisk mestrer, men som aldri får oppleve bekräftelsen på egen mestring. Denne bekräftelsen fra omgivelsene "stjeler" den voksne for å dekke *sine* behov for bekräftelse. Barnet lærer at dets innsats egentlig ikke betyr noe. Behovet som utvikles blir å vise for alle at det faktisk mestrer. Dermed har vi den andre typen narsissist, den *overt* type.

Den *overt type* ble altså for det motsatte av den *covert type*, omsorgssvikt, vold og traumer. **De ble ikke idealisert, de ble devaluert.** Deres barndomsutfordringer var større enn deres kapasitet til å håndtere det stress det medførte. De fikk ikke høre hvor fantastiske de var, bare opplevelsen av en underordnet betydning. Deres indre selvbilde og selvfølelse ble dårlig, deres ytre selvbilde en reaksjonsdannelse av dette, der de fremstår som bedre enn hva de ble fortalt de var. De mestrer tilsynelatende i arbeid og relasjoner, men mangler empatien og den indre trygghet på egen mestring som preger det trygge barnet.

Noen sentrale begrep

Selvfølelse er en holdning den enkelte har om seg selv, en vurdering av ens elskbarhet og kompetanse. Denne selvholdningen påvirkes både av implisitte og eksplisitte prosesser.

Implisitt selvfølelse (automatisk, ukontrollerbar, spontan, ubevist, upåvirket av høyere kognitive prosesser) Dette er hukommelse lagret i de mer primitive deler av hjernen, som amygdala, og hjernestammens komponenter. Dette er i stor grad affekt og emosjonsbasert hukommelse.



Gul : Primitive hjernen Lilla : Limbiske system Blå : Høyere hjernedeler

Eksplisitt selvfølelse (bevist, kontrollerbar selvrefleksjon, påvirket av kognitive verbaliserte prosesser) Dette er hukommelseslagre som finnes i de høyere hjernedeler, der assosiasjoner og beviste tankeprosesser skjer.

Selv om mål på implisitt og eksplisitt selvfølelse bygger på samme underliggende begrep, korrelerer de i liten grad.

Epsteins (1990) *Cognitive experiential self theory (CEST)*

I følge CEST karakteriseres menneskelig informasjons prosessering av 2 separate system. Det evolusjonært eldre *opplevelsesbaserte (experiential)* system opererer automatisk og intuitivt og er tilpasset umiddelbar handling. Dette i kontrast til det yngre *kognitive* system som opererer bevist og er tilpasset rasjonell beslutningstaking og forsinket handling.

Disse system opererer samtidig for å gi personen 2 ulike måter å kjenne indre emosjonelle stimuli (Selvet) og ytre stimuli fra omgivelsene. Mennesket utvikler implisitt oppfatning av Selvet via ubeviste assosiative læreprosesser som klassisk og operant betinging samt andre emosjons baserte opplevelser.

De utvikler eksplisitt oppfatning av Selvet via logisk, rasjonell analyse av Selv relevante opplevelser. Merk at den type prosessering som skjer, opplevelsesbasert versus kognitiv kan avhenge av trekk ved den informasjonen som blir prosessert, for eksempel om den er affektladet eller affektfri, verbal eller nonverbal, samt trekk ved personen som utfører prosesseringen.

Subtile ikke verbale avvísninger fra en primær omsorgsperson kan få et barn til å utvikle negativ implisitt selvfølelse. I kronisk form vil dette kunne konsolidere den kognitive affektive nervestruktur.

Implisitt selvstrukturer utvikles tidligere enn eksplisitte strukturer fordi sistnevnte er språkbasert, krever Selv oppmerksomhet og avledes fra beviste analyser av selvrelevant utkomme og kan dermed ikke utvikles før barnet har nådd visse utviklingsmessige stadier. Implisitte strukturer er imidlertid på plass fra fødsel. Derfor lagrer barnet emosjonelle og affektive hukommelsesspor, men ikke språket for å gjenfortelle dette.

Kognitiv attribusjons stil

Ihht Levis (1992) kognitive attribusjonsteori, oppstår selvbevisste emosjoner fra attribusjonsprosesser der et individ gjør en indre attribusjon (for eksempel tar personlig ansvar) for *Selv relevant* utfall. Et Selv relevant utfall er en vurdering av ens adferd med hensyn til en internalisert personlig standard eller mål.

Den spesifikke Selv-beviste emosjon man føler, bestemmes av ytterligere to kognitive prosesser:

- 1) en vurdering av Selv-relevant utfall som enten suksess eller feil og
- 2) en attribusjon til enten
 - a. global og stabil årsak eller
 - b. spesifikk og ustabil årsak.

Om et utfall blir lavere enn ens standard, vil negative emosjoner inntre i form av enten skam eller skyldfølelse. Skam er knyttet til Selvet, og rammer hele Selvet. Skyld er knyttet til en negativ evaluering av en spesifikk adferd. Skam er en viktig emosjon ved depresjon og ved skam er de fysiologiske reaksjoner som rødming, svetting og tårer større enn ved skyld (Lewis, 1987). I skam lever individet sitt liv ut ifra andres syn, som noe mindre og verdiløst. Attribusjon til en global stabil årsak vil resultere i selvbevisste emosjoner som omfatter hele selvet, det er skam og arrogant stolthet.

Alternativet, attribusjon til en spesifikk, ustabil årsak vil skape Selv-beviste emosjoner, som skyld og autentisk stolthet, som impliserer ens adferd i en spesiell kontekst heller enn å gjelde ens adferd i alle kontekster.

Skam og arrogant stolthet oppstår i barn med høy implisitt selvfølelse som opplever gjentatte nederlag og attribuerer disse til **indre, globale og stabile** årsaker. De grandiose forventninger av overevaluerende foreldre fostrer et mønster av skuffelser som blir vanskelige og tillegge **eksterne, spesifikke og ustabile** årsaker. Dermed blir barn som har høy implisitt selvfølelse sårbare for å utvikle en skamfremmende attribusjonsstil. Denne kan være vanskelig å avsløre, fordi slike utad gjennom reaksjonsdannelse fremstår med en grandios mestringssevne.

Forskning har dokumentert en link mellom tendensen til å gjøre indre, globale og stabile attribusjoner for negative selvrelevante utfall, og en kronisk tilbøyelighet til skam. Dermed oppstår en følelse av ydmykelse og verdiløshet. Veien til depressive trekk blir kort. Når skam oppstår kan individet beskytte seg ved å eksternalisere ansvaret for den skamfrembrakte hendelse (projeksjon), samtidig som de søker muligheter for selvforsterkning på bekostning av andre (utnyttelse).

I den grad folk reagerer kronisk på negativt utfall med skam, vil de gradvis (i det minste eksplisitt) se på seg selv som mindre elskbare, kompetente og med redusert verdi. Implisitt selvfølelse derimot, fordi det er overlært og vanskelig å kontrollere, blir mindre påvirket ved gjentatte opplevelser av å mislykkes. **Barn med høy implisitt/lav eksplisitt selvfølelse vil stå i fare for å utvikle covert narsissisme.**

Den narsissistiske personlighet

Avviket mellom Implisitt og Eksplisitt selvfølelse oppstår når barnet opplever ekstreme (emosjonelle) inntrykk om deres selv-verdi tidlig i livet fra omsorgspersoner, samtidig som de opplever gjentatte tilbakemeldinger fra omgivelsene som utfordrer troverdigheten i disse inntrykk. Foreldres idealiserte Selvopplevelse kolliderer i møte med omgivelsenes realistiske krav.

Underevalueringmodell

Inadekvat og ufølsom omsorg får noen barn til å assosiere Selvet med negativ affekt. For å beskytte seg mot slike negative Selv-relevante affekter, vil barnet konstruere ekstremt positive Selv-oppfatninger som de opprettholder gjennom ulike psykologiske forsvarsmekanismer. I relasjon til både seg selv men også til omgivelsene. Dermed vil narsissistens grandiose adferd reflektere en streben etter å beskytte et skadet underliggende Selv, preget av underlegenhet og skam, påført av omsorgsviktende foreldre.

Overevalueringmodell

Denne knytter omsorg til overbeskyttende idealisering. Slike foreldre lærer barna at deres ord er lov og de behøver ikke gi for å få noe som helst. Slike barn lærer å assosiere Selvet med positive affekter og utvikler en ekstremt positiv implisitte Selv-oppfatning. Skryt er ikke problematisk når det er fortjent, problemet oppstår når et slikt "oppskrytt" barn møter virkelighetens krav og den falske følelse av mestring avsløres.

Når barn som har fått alt i hendene uten egeninnsats møter krav om å yte for å få bekreftelse, går det galt. Resultatet blir personlige feil, ydmykelse, svakhet og en følelse av verdiløshet, som underminerer personens eksplisitte selvfølelse. Fra slike settinger oppstår behovet om berettigelse (entitlement) og utnyttelse som utrykk for den oppblåste implisitte forventninger foreldrene lærte dem opp til. Deres tendens til skamfølelse reflekterer den kroniske persepsjon av dem selv som stadig å komme til kort i sine forventninger og mestringsforsøk.

Foreldres under evaluering og devaluering driver overt narsissisme, mens foreldres over evaluering og idealisering driver covert narsissisme. Begge disse omsorgsstrategier er et uttrykk for forelderens psykologiske forsvarsmekanisme, *splitting!* Det å se verden som svart hvit, enten eller.

Barn som opplever ufølsom omsorg vil utvikle lav implisitt selvfølelse, men etterfølgende suksess vil kunne overbevise dem om, i det minste eksplisitt, at de er elskbare og kompetente. Slike vil dermed inneha lav implisitt selvfølelse og høy eksplisitt selvfølelse. Motsatt vil barn hvis foreldre som skjemmer barna bort, utvikle høy implisitt selvfølelse mens deres egen opplevelse av mestringsvikt lærer dem at de ikke er så spesielle som det deres foreldre fikk dem til å tro. Slike vil

derfor ha en kombinasjon av høy implisitt selvfølelse og lav eksplisitt selvfølelse og vil fungere ved å utnytte og manipulere andre.

Forenklet kan vi si at den overt narsissist bygger luftslott på "dårlig" grunnmur, mens den covert narsissist bygger rønne på "sterk" grunnmur!



Felles for begge er at det implisitte fundamentet ikke står i stil med det eksplisitte byggverk. Selvet som faktisk rommer den overte narsissists grandiose luftslott er fragmentert og ustabil. De mestrer men hensynsløst, egoistisk og uten empati.

Mens Selvet som bærer den covert narsissists mislykkede mestringsforsøk tilsynelatende er sterkt, men ikke realitetsforankret. Barnet ble tidlig manipulert til å tro det var så fantastisk, mens det i realiteten ikke fungerer i det hele tatt! Det mestrer ikke. Avstanden mellom innbilt mestring og faktisk mestring fører til skam og en følelse av udugelighet. Egosentrisme og empatimangel blir synlig. Dystymi og depresjon samt angstproblematikk blir ofte resultatet. Nederlag på nederlag sementerer en verdiløs egenoppfatning i strid med et omnipotent Selv. Hjelpesløshet preger individet. De tyr til parasittisk livsstil. Lever ut sine drømmer i partners vellykkethet. Speiler seg i glansen fra objektet.

NPI - Narcissistis Personality Inventory

NPI skår korrelerer negativt med skamtilbøyeligheter, depresjon, angst og nevrotiske trekk, men positivt med selvfølelse og et kongruent idealselv. Høytskårende på NPI karakteriseres da også av lav implisitt selvfølelse og høy eksplisitt selvfølelse og blir et uttrykk for overt narsissisme.

En faktoranalyse (Emmons 1984) av NPI viste 4 ulike faktorer. Av disse synes Exploitativeness/Entitlement (EE) å dekke covert narsissisme. De andre 3, Leadership/Authority (LA), Superiority/Arrogance (SA) og Self-Absorption/Self-Admiration (SS), syntes være dekkende for overt narsissisme. EE narsissisme korrelerer positivt med tendensen til skam og depresjon.

Overt narsissist - den *grandios* drevne narsissist

Flere teoretikere legger til grunn at en slik narsissistisk selvregulering reflekterer individets kontinuerlige kamp med å opprettholde et *positivt eksplisitt selvbilde* i en tilstand av *negativt implisitt selvfølelse*, som skyldes en tidlig devaluering fra omsorgspersoner. Disse individer prøver kompensere for sin dårlige implisitte selvfølelse. De mestrer tilsynelatende, men uten et sunt indre fundament. Deres mestring er et luftslott uten grunnmur. De kommer tilsynelatende i mål, men vet at de har jukset hele veien, og i den problematikk oppstår den overdrevne sykelige grandiositet de prøver bevare.

Covert narsissist - den *skam* drevne narsissist.

Forskning viser også at det finnes en narsissistisk problematikk hos individer med *høy implisitt selvfølelse* og *lav eksplisitt selvfølelse*, som skyldes at barnet tidlig utsettes for en urealistisk overevaluering og idealisering av omsorgspersoner. Også deres adferd reflekterer en kontinuerlig kamp med å opprettholde et høy eksplisitt selvbilde. Disse individer prøver kompensere for sin dårlige eksplisitte selvfølelse. De mestrer ikke, til tross for en tilsynelatende høy implisitt selvbilde. Skammen oppstår når denne indre troen på mestring møter virkeligheten. De tror de er verdensmestere, men kommer aldri i mål, og i den problematikk oppstår den sykelige skammen og den arrogante storhet. Et annet trekk ved den covert narsissistiske er den høye moralske standard de fremholder skal gjelde for andre mens de selv er hevet over enhver moral. *Dystymiske plager (kroniske depresjoner), hypokondrisk adferd og vage hemninger er typisk.*

Akhtar (2000) skriver at dette i mange tilfeller først blir synlig for omgivelsene av frustrerte ektefeller. Covert narsissister kan være vanskelige å diagnostisere så lenge bare forsvaret mot narsissistisk grandiositet og skam blir tillagt vekt. Den adferden er stikk motsatt av deres egentlige personlighet.

Begge typer prøver gi inntrykk av en kvalitet på sitt selvbilde som ikke er forankret i et reel selvfølelse. De skaper et falskt selv utad. Den overt narsissistiske bygger hus uten grunnmur, og påstår det er fint. Den covert narsissistiske har en grunnmur, og påstår huset de prøver bygge er fint, men klarer ikke bygge huset!

Begge typer vil fremstille seg som perfekte omsorgspersoner for barn, men den overt narsissistiske vil kopiere andres handlinger og blir dermed ikke autentisk, de vet ikke hvorfor, bare at andre gjør det slik. Denne mangel på emosjonalitet eller

mangel på personlighet, som Kohut utalte, merker et barn. Den covert narsissistiske tror de er feilfrie, men gjør grove feil hele tiden!

Av de to typer narsissister er covert narsissist den mest patologiske, den med de mest grunnleggende patologiske trekk. Begge typer opplever hverdagen som tom, som et liv de aldri klarer fyller med mestringsens selvbekreftelse. Det virker som om de nervestrukturer normale barn får fylt opp og utviklet i sin sosiale relasjon med normale omsorgspersoner, lukkes på et visst tidspunkt og senere ikke kan utvikles. Resultatet blir manglende empati og en ekstremt egosentrisk personlighet der alt dreier seg om å søke fyller behovet for selvbekreftelse og dermed positiv selvfølelse.

Der normale barn har fått utviklet en indre ro og balanse i sitt nervesystem, der sliter narsissisten med uro og ulikevekt som aldri blir tilfredsstilt. Utad fremstår de med et falskt selv som ofte blir tatt for mestringsfungering, innad er det kaos og behov for primitive psykologisk forsvarsmekanismer.

Attribusjonsstil

Når covert narsissister kommer til kort i forhold til sine oppblåste forventninger og de attribuerer sine feil til et inadekvat Selv, opplever de en varig skam. Tendensen til å gjøre *indre, stabile og globale* attribusjoner for feil predikerer skam (Bosson 2007). Likeledes er den arrogante stolthet som følger positive utfall assosiert med tendensen til indre, globale og stabile attribusjoner for feil. Den arrogante stolthet oppstår i et forsvar mot skambaserte følelser assosiert med feil. Høy tendens til skam korrelerte med høy arrogant stolthet.

For å beskytte seg mot denne skamfølelsen, undertrykkes skammen samtidig som den gjennom reaksjonsdannelse omgjøres til en *arrogant stolthet*, en altoverskyggende følelse av overlegenhet som skiller seg fra en mer autentisk og mestringsbegrunnede stolthet. Den arrogante stolthet er skammens motsetning. Det er forskjell på de som er stolte av en reell bragd og de som er stolte av en fantasibragd. Den covert narsissistiske "stolthet" bygger ikke på reell mestring, men på fantasien om mestring, eller objektets mestring som narsissisten så soler seg i glansen av.

Selv om den arrogante stolthet gir en god følelsesmessig tilstand, så beskytter den ikke fra de skadelige effekter av kronisk skam. Dermed forsterkes gapet mellom høy implisitt selvfølelse og lav eksplisitt selvfølelse. Dette kommer til uttrykk i de covert narsissistiske tendenser ved følelsen av berettigelse (entitlement) og utnyttning.

Mennesker med høy implisitt selvfølelse som gjør indre, globale og stabile attribusjoner for feil, fremviser relativt lav eksplisitt selvfølelse. Disse skårer også høyest på covert narsissisme og tenderer også mot høyere skam og arrogant

stolthet. Mye tyder på at arrogant stolthet er et forsvar for skam. Det er vanskelig i korte øyeblikk å forstå at narsissister er så skampreget som de er, grunnet det forsvaret de setter opp.

Foreldres underevaluering kan skape urealistisk lav implisitt selvfølelse som gir en grandios, skamløs narsissisme og foreldres overevaluering kan skape urealistisk høy implisitt selvfølelse som skaper sårbar, skampreget narsissisme.

Kilder:

Akhtar (2000): <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artvit/akhtar2000.pdf>

Bosson (200) : <http://www.sakkyndig.com/psykologi/artvit/bosson2007-2.pdf>