



Rune Fardal, studerer psykologi

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

## *Primær og sekundær prosessering*

04 Oktober, 2013, Oppdatert 04.10.2013

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

**Primær og sekundær prosessering er to svært forskjellige måter og beskrive seg selv og sine omgivelser på. En primitiv, umoden, og en utviklet og moden. Ofte benyttes de delvis overlappende. Fra fødselen er vi utstyrt med mulighetene for primærprosessering. Da handler alt om egen behov. Fra førskolealder, 4-5 år, begynner barn i større grad med sekundærprosessering, da handler det om å fungere i relasjon til andre.**

**En slik form for prosessering er altså avhengig av en viss utvikling av hjernens kognitive deler. Mens primærprosessering er medfødt egenskap, er sekundærprosessering en egenskap som utvikler seg i relasjon til omgivelsene og omsorgspersonene. Den er avhengig av stimulering. Det betyr at negative miljøer hemmer en slik utvikling, positive stimulerer slik utvikling. Psykisk syke foreldre med depresjon, personlighetsforstyrrelser og angstlidelser kan hemme barnets utvikling av sekundærprosessering. Derfor er slike foreldre skadelige for barn. I møte med slike foreldre utvikler barnet strategier som ikke er tjenlige i normale relasjoner.**

### **Primærprosessering**

I primærprosessering er det assosiasjoner og fantasi som råder, ikke realitetsprinsippet eller logikk. Assosiasjoner baseres ofte på likhet, kontraster, nærhet i rom eller i tid. Med andre ord, endimensjonale

størrelser. Spesielt assosiasjoner ved kontrast er fremtredende i primærprosessering, da ord og symboler blir snudd opp ned. Da kan overgriperen fremstille seg som et offer, svakhet kan betraktes som styrke, usikkerhet blir fremstilt og oppfattet i form av skråsikkerhet, det umulige som mulig, det fordreide som det riktige osv. Dette blir reaksjonsdannelse i praksis.

I Freuds psykoanalytiske personlighetsteori virker primærprosessering til å løse spenninger startet av nytelsesprinsippet som er den drivende kraft i det han kalte ID, det ubevisste i vår psyke. Her kreves umiddelbar behovstilfredstillelse av alle behov. Nytelsesprinsippet sliter med å oppfylle våre mest basale og primitive behov som sult, tørst, sinne og sex. Når disse behov ikke blir tilfredstilt vil resultatet være en tilstand av angst og spenning. ID kan konstruere et mentalt bilde (objektrepresentasjon) av et begjært objekt som erstatning for et behov for å redusere spenning og angst. Dette mentale bilde kan ta form av en drøm, halisunasjoner, fantasi eller illusjoner. For eksempel hvis du er sulten kan du danne et bilde av en pizza eller sandwich.

Problemet er at primærprosessering ikke klarer skille mellom fantasi og virkelighet. Slik prosessering virker derfor bare på kort sikt. Bildet av en pizza virker bare en kort stund, så er behovet tilbake. Hos personlighetsforstyrrede vil dette nødvendigvis resultere i primitivt psykologisk forsvar. Ansvar projiseres ut på andre, årsak ligger alltid utenfor subjektet.

Den ubeviste delen i mennesker har vansker med å forholde seg til negasjoner (ordet "ikke" ) og man vil lett kutte ut ordet "ikke". Eks: I "*Nå skal jeg ikke bli nervøs*" vil det ubevisst kutte vekk ordet "ikke" og beskjednen man gir seg selv blir stikk motsatt av intensjonen.

Dobbele negasjoner blir spesielt kompliserte: "Jeg skal ikke, ikke gå til butikken". På samme måten eksisterer ikke ordet "ikke" i primærprosessering. Primærprosessering er altså en tilstand og en utviklingsfase som domineres av fantasier, drømmer og magisk tenkning. Tenkning uten realitetsprinsipets grenser. En kan si denne formen for tenkning og prosessering er grenseløs i tid og rom.

Tidsdimensjonen er fraværende eller dårlig utviklet i denne typen prosessering på dette utviklingstrinn. Det betyr at alt som er av betydning og som har fokus blir **nåtid**. Slik tenkning er her og nå orientert. Det er umiddelbare behov som skal tilfredstilles uavhengig av logikk og faktum.

Impulser leves ut uten stor gjennomtenkning. Realitetsprinsippet viker for behovstilfredsstillelse.

Avveininger skjer ikke utfra hva som er hensiktsmessig eller riktig eller logisk. Det handler om en primitiv behovstilfredsstillelse grunnet fraværet av tidsdimensjonen. Å vente på noe blir ensbetydende med å miste eller aldri få. Utenfor "her og nå" eksisterer ingen virkelighet. Utsettelse av behovstilfredsstillelse er ikke et trekk ved primærprosessering. Det er nå eller aldri. Når det å utsette oppfattes som å aldri få, vil mye energi settes inn på å få umiddelbart. Tidsdimensjonen er fraværende. Tilstanden minner om Freuds begrep ID. Det irrasjonelles umiddelbare krav uten tanke på egne eller andres omkostninger.

Typisk er et barn i trassalderen som slår seg vrang når det ikke får viljen sin. Alle foreldre med små barn vet hva dette vil si i butikken når barnet ikke får viljen sin. Det er sterke emosjoner i sving for å få sjokoladen. De klarer ikke utsette en slikt behov. Det er nå eller aldri. Dette er typisk primærprosessering. Vi ser mye av det samme ved depresjoner, jeg klarer ikke, jeg duger ikke, jeg er verdiløs. Alt skjer her og nå, ingen fremtid, omgivelser eksisterer ikke. De har med andre ord svak emosjonsregulering. Et slikt raseri lar seg ikke avlede med at de skal få godteri til helgen, for de har ikke noe begrep om tid som kan roe ned slike emosjoner.

Emosjoner i primærprosessering er rå, ubevisste, usminkede, sterke og omskiftelige. De styres av hjernes mer primitive ubeviste deler der rasjonalitet, analyse og logikk ikke eksisterer, der alt går på det autonome nervesystemets autopilot. Er man sint avregerer man på den nærmeste uten å tenke særlig på berettigelse eller rettferdighet. Det viktigste er å få utløp for egen frustrasjon, ikke hvordan, hvor eller ovenfor hvem de tas ut. Faktorer blandes, så der emosjoner oppstår der plasseres skylden. Dermed legges skylden ofte på utenforliggende forhold, det er andre som får en til å handle, til å reagere osv. Projektiv identifikasjon blir synlig, problemet er ikke meg, det er der ute. Primærprosessering preges av få nyanser, og blir ofte enten eller, svart/hvit. Splitting blir typisk. Skyldfordelig godtas sjelden og ansvar for det gale projiseres ut for å redusere egen dissonans. Dette er eksternealisering i praksis.

Å beklage eller be om unnskyldning er sjelden et alternativ. Det krever både empati og selvinnsikt. Størrelser fjernt fra primærprosessering. Benekting inntreffer for å komme seg unna ansvar og skyld. Blånekting er ytpisk. Et barn med munnen full av sjokolade har ikke tatt noe sjokolade. Ansvar for negative utfall pålegges andre, mens æren for det som går bra

tillegges egen person. Dette er den fundamentale attribusjonsfeil i praksis. Egne feil skyldes miljøet, andres feil skyldes den andres personlighet. Livet oppleves som uforutsigbart, det gode og det onde er ukontrollerbart, det bare skjer. Det handler om flaks og uflaks.

Primærprosessering er en primitiv fungering som koster mindre psykisk energi enn sekundærprosessering. Prisen man betaler blir rigiditet, lite fleksibilitet og dårlig tilpasningsevne. Det blir *my way or the high way*. Primærprosessering er knyttet til primitive psykologiske forsvarsmekanismer slik man ofte finner ved personlighetsforstyrrelser.

## **Sekundærprosessering**

Sekundærprosessering tar til når hjernens utvikling er kommet så langt at dens fremre deler kan behandle mer avanserte kognisjoner. Når nevroner er konblot opp i tilstrekkelig antall, til tilsterkelige steder. Dette skjer rundt slutten av førskolealder, 5-6 års alder. Da går barnet fra å være egosentrisk til å bli mer samhandlende i sosiale relasjoner. Med sekundærprosessen etableres tidsdimensjonen. Det gjør at behovstilfredstillelse kan utsettes, den oppleves ikke så truende. *"Godteri er til lørdag, så vi må vite til da"*. Fremtid blir en mer håndgripelig dimensjon. Erfaring viser at behov kan tilfredstilles på et senere tidspunkt. Man holder ut ved å ty til trøstefantasier, stagge emosjoner ved å bruke logikk osv. Sekundærprosessering forutsetter en viss kognitiv modenhet. En utvikling fra her-og-nå til økt forståelse av fremtid og fortid. Det fordrer at hjernen har et erfaringsgrunnlag, selvopplevde hendelser.

Fra 3-4 års alder begynner barn få begreper om hva som er reversible og irreversible hendelser og at tid ikke opphever alt som skjer, men at ting og emosjoner kan utsettes. De forstår at en forelder som går ut, vil komme tilbake, fordi de har erfart dette allerede. En realistisk forståelse øker. Logikk benyttes fremfor assosiasjoner og fantasi. Saklighet, nøkternhet, det veloverveide og gjennomtenkte og det analytiske preger sekundærprosessering.

I 4 års alder søker barnet erstatte magisk tenkning med logisk analytisk tenkning. Det søker forstå årsakskjeder. Planlegging går foran impuls respons. I mindre og mindre grad er det tilfeldigheter som råder. Sekundærprosessering er derfor et viktig steg i utviklingen av *selvregulering*. Barnet forstår mer og mer at det kan påvirke sin egen behovsdekning.

Sekundærprosessering fører til mer fleksibel, hensiktsmessig og moden tenkning. Modne forsvarsmekanismer preger i større grad adferd. Ukontrollert bruk av primærprosessering vil virke uforutsigbart, mens sekundærprosessering fremstår mer forutsigbart og gjennomtenkt. Å ha kontroll på primærprosessering er et tegn på mental modenhet, man lar ikke følelsene ta overhånd, man innser at det er fordelaktig å utsette behovsdekning.

Sekundærprosessering er avhengig av ekstern stimulering for å utvikles. Foreldre med godt utviklet sekundærprosessering er langt mer utviklingsstøttende for sitt barn enn foreldre med mer primærprosessering. Foreldre med svakt utviklet sekundærprosessering har vanskelig for å støtte slik utvikling hos barnet. Dette kan forklare hvorfor vansker går i arv over flere generasjoner.

Eksempel på primærprosessering:

*"Siljes mor, Kari ringer stadig til barneskolens lærer og fremsetter sine bekymringer. Silje bor med sin far etter skilsmissen. Lærer ser ingen grunn til bekymring for Silje og underer seg over disse telefonene flere ganger i uken. Dette fortsetter på ungdomskolen og i videregående skole. Mor fremstår som veldig bekymret. Kari er ivirig i å søke råd hos lærere og barnevern, som hun stadig er i kontakt med. Ingen har meldt noen bekymring, men fanges i mors bekymring. Men de rådene hun får følger hun skjelden. Hun er mer opptatt av at råd andre gis blir fulgt, og blir de ikke det klandres andre raskt. Det virker som om det å ringe mange og snakke og snakke virker beroligende på henne. Kari fremstår som hjelpsøkende, men bryr seg ikke om rådene når det krever at hun selv må forandre på sin adferd eller yte i relasjon til Silje. Etter hvert lurer stadig flere på om hun reelt er interessert i råd eller om det er andre motiver som ligger til grunn for en slik frenetisk kontaktsøking."*

Det skulle snart vise seg hva som var årsak til denne frenetiske bekymring fra mor. Hun gikk gjentatte ganger til sak for omsorgen for Silje og i tingretten vitnet lærer om mors "bekymring"! Ingen andre hadde sett eller beskrevet noen bekymring rundt Silje og fars omsorg. Lærer på barneskolen mistolket mors bekymring som et uttrykk for reell bekymring. Det endte med at Silje måtte flytte til sin mor begrunnet med påståtte

bekymringer. Først etter flyttingen blir bekymringene reelle, for i mors omsorg ble Silje gnag på gnag henvist til BUP!

Det ingen forsto var at bekymringene var et uttrykk for proaktiv identifikasjon fra mor. Hun projiserte sin egen omsorgsvikt over på en objektrepresentasjon av far og klandret så far som om den var forårsaket av far. En rekke negative karakteristikk fra mor om far, ble grunnlaget for omsorgsovertakelse. Deretter fulgte år med sabotering av samvær mellom Silje og far. Den samme sabotering hun urettmessig anklaget far for.

Ingen forsto at man hadde med en *covert narsissistisk* mor å gjøre. Bekymringer ble oppfattet som genuin bekymring fra mor, uten at noen andre hadde observert noe som helst bekymringsverdig ved fars omsorgsevne. "*Ingen røk uten ild*" førte til antagelse fra sakkyndige og dommere at det måtte være "noe". Ingen forsto at dette "noe" var mors egen omsorgsvikt projisert over på far! Det er gjerne slik med primærprosesserende, virkelyheten blir snudd på hodet, logikken opphører. Vanlige folk er ikke i stand til å forstå denne kognitive galskap, fordi fasaden er så perfekt ved observasjon.

Et psykisk liv er regulert av ballansen mellom disse typer prosessering. Forstyrrede faller lett inn i primærprosessering. Det blir umulig forholde seg til slike.

### **Behovet for forutsigbarhet**

Fordi selvreguleringen hos slike er dårlig må den roes av andre. ***Behovet for betryggelse og noen som fremstår som sterke, handlekraftige og snille blir ekstremt sterkt.*** Man ser svært ofte at slike personligheter nettopp finner en partner som kan dekke disse behov. En som kan balansere usikkerhet med sikkerhet, utrygghet med trygghet, beslutningsvegring med beslutningsdyktighet, svakhet med styrke, sosial tilbaketrukkethet med sosial utadvendthet osv.

Å ikke få tilfredstillt umiddelbar frustrasjon og forventning oppleves av slike som om alt rakner. Problemer som i utgangspunktet er spesifikke til tid og situasjon blir globale og altdekkende. Utelatelse av umiddelbart støtte og hjelp oppleves som ingen hjelp. Igjen, tidsperspektivet forsvinner.

Tidsdimensjonen og logikk er svakt utviklet hos slike. Dermed blir forholdet mellom intensjon – handling – resultat forstyrret. "Frem i tid" blir ubegripelig og uforståelig. Planlegging blir her og nå, ikke for fremtiden.

Uventede korreksjoner og forandringer på planlegging blir til uoverkommelige frustrasjoner. Hverdagne må være forutsigbar, men blir egentlig rigid og lite fleksibel for livets mange påvirkninger. Stress og konflikt blir resultatet. Å leve med slike er en vandring i ulogiske og usammenhengende uvirkeligheter.

Slike preges ofte av magisk tenkning, drømmer og fantasi, der alle problemer opphører. Forutsigbarhet blir viktigere enn realitet. Når stresset reduseres har de ikke behov for bistand, for da er alt godt igjen og vil, fordi tidsdimensjonen er svekket, alltid være godt. Fremtid bygger på ønsketenkning, fordi den er ikke truende som virkeligheten. Når man tar opp at uventede ting kan skje igjen, avviser de dette, fordi fremtidsfantasiene ikke rommer slike avvik. Hvis her og nå er i likevekt, vil fremtiden også oppfattes være i likevekt, fordi alt vurderes ut i fra her og nå. Rasjonalitet og analyser erstattes av magisk tenkning og fantasi. Igjen, forutsigbarhet blir viktigere enn virkelighet.

Det virker som om stress øker regresjon, tilbakefart til en mer umoden fungering. Primitive forsvarsmekanismer blir typiske. Jo mer umoden personen er, jo raskere og kraftigere blir det primitive forsvar. Terskelen for at slike tar over er lave hos primærprosesserende. Årsaken til primærprosessering ved stress er at sekundærprosessering krever mer energi. Psykisk energi er det man tappes for ved stress og kriser. All egergi fokuseres på her og nå.

Primærprosessering gjør at kvaliteten på realitetsvurdringer går drastisk ned. En psykisk sterk voksen vil tross belastning holde fast på logikk fremfor assosiasjon og fantasi, man holder fast ved tidsdimensjonen og kan ha perspektiver ut over øyeblikkets situasjon. Man realitetstester sine egne behov og hvordan de kan best dekkes. Man ser at tiden kan være til hjelp. Dette ser ikke mer umodne personligheter. For dem er det her og nå eller aldri. Rigiditet styrer.

Mangelfull tidsdimensjonering gjør at man blander momenter og endog begynnelse med slutt, man får så livlige fantasier at de virker reelle. Påbegynte setninger avbrytes, man hopper til andre tema, forså fortsette den avbrutte setning i en helt annen sammenheng. Likheten med psykoser er påfallende.

Behovet for andres bistand kan bli enormt, men samtidig avvist. Dette skaper kaos i eget liv og ubehag for andre. Når og i hvilket omfang en person bruker primitive forsvarsmekanismer regnes som klare

indikasjoner på hvor psykisk og sosialt velfungerende en person er. Jo oftere primitive forsvar benyttes jo mer benyttes primærprosessering i personens psykiske fungering. Å lytte etter primær og sekundær prosessering er derfor viktig i samtaler med slike personer. Slik vurdering av prosesseringskvalitet forutsetter selvsagt at man ikke selv sliter med primærprosessering.

Fagpersoner med lite utviklet sekundærprosessering har som konsekvens en kvalitativt dårligere mentalisering og derved forringet selvinnsikt og grunne vurderinger av andre. Primærprosessering leder nemlig til det som kalles billedfordreie, altså en fordreining av hva andre gjør, er, sier og mener.

Det vil forhindre dem fra å gjøre nyanserte og realistiske vurderinger av andre. Barnevernansatte med slike problemer vil selvfølgelig ikke evne beskrive foreldre på en god måte, men fordreie observasjon til å passe med egen fantasi og magisk tenkning. Eksemplene på slike fagfolk er utallige. Sakkyndige psykologers rapporter viser slik adferd i hundretall. Virekligheten søkes tilpasset den primærprosseserendes fantasi og assosiasjoner. Utad blir forutintatte hypoteser søkt bekreftet, mens falsifikasjon glimrer med sitt fravær. Evne til mentalisering er nært knyttet til evne til sekundærprosessering. Menatlisering handler om å se seg selv utenfra og andre innenfra.

### **Viktige punkter for å vurdere personlighetsfungering**

Primær- og sekundærprossesering er måter å vurdere personlighetsfungering på. Det finnes en rekke andre trekk man også kan se etter i en slik vurdering.

1. Ansvarsfølelsen for seg selv og andre og modenheten i de moralske vurderingene som ligger bak de valg man tar.
2. Evnen til å utnytte evner og anlegg og ikke hemme seg selv i utfoldelsen av evner, anlegg og talenter, eller å skusle bort muligheten for viktig selvrealisering.
3. Frustrasjonsterskel, hvor lett man blir frustrert, skuffet, oppgitt eller sint.
4. Identitet, å oppleve seg som en enhet man kan styre, slik at man ikke opplever seg primært styrt av ytre forhold. Eksempler på identitetsfølelse ved personlighetsforstyrrelser er usikkerhet på hvem man er, om man holder mål ut fra sine egne og andres forventninger og standarder, samt skiftende væremåter.



5. Impulskontroll, hvor godt man kontrollerer impulser som vekkes i en.
6. Klarhet i oppfattelse av uttrykksformer, detaljrikdom uten å bli snirklete og spissfindig, klare istedenfor diffuse oppfatninger og fokus på om det foreligger innholdsfattige formuleringer.
7. Kontaktbehov og kontaktevne, i hvilken grad personen er interesert i kontakt med andre, eller trives best alene eller isolert seg. Kontaktevne handler om i hvilken grad personen makter å inngå i langvarige, gjensidige og positive relasjoner til andre som partner, barn, slekt, kolleger og lignende.
8. Kontrollbehov versus evne til å la andre styre krenkbarhet, hvor lett personen blir fornærmet, såret, sint, skuffet, skamfull og lignende.
9. Måltrettethet og strategivalg, klare gode valg og evne til å gjennomføre, fremfor virring og uproduktivitet.
10. Selvpptatthet versus andre- felleskapsorientering. Spørsmål man kan stille seg selv etter å ha samtalt med personer, er om de makter å ha en sunn regulering mellom å dominere og å slippe til andre, mellom å kreve for seg selv og gi andre sosial støtte og omsorg, anse seg for å ha spesielle rettigheter eller innordne seg seg det som gjelder for folk flest. Psykiske sunne mennesker ballanserer godt mellom selvstendighet og å tilhøre et sosialt felleskap.
11. Stabilitet i følelseslivet, spesielt viktig å avdekke store humørsvingninger og emosjonsmessige svingninger.
12. Stabilitet i relasjon til andre, hvor langvarige relasjoner man makter skape.
13. Tillit versus misstillit til omverden, der vurdert fremfor ukritisk tillit er indikasjon på sunn personlighetsutforming, mens overveiende mistenksomhet er indikasjoner på psykiske lidelser, variasjon av, grad av egnethet og styrken i emosjonsuttrykk.

Kilde : Kvello (2010) Barn i risiko