

Heinz Kohuts Selvpsykologi

Kapittel 1

Av Sigmund Karterud

Betegnelsen "selvpsykologi" kom i bruk på midten av 1970-tallet om den retning innenfor psykoanalysen som den amerikanske psykoanalytiker Heinz Kohut og hans tilhengere sto for. Kohut, som var en fremtredende analytiker ved det psykoanalytiske instituttet i Chicago, hadde siden 1966 publisert en serie artikler (Kohut 1966, 1968) og bøker (Kohut 1971, 1977, 1984) hvor innholdet etter hvert avvek betydelig fra datidens egopsykologi som hadde en hegemonisk posisjon innenfor psykoanalysen. I det følgende vil jeg kort skissere utviklingen av Kohuts teorier, definere de viktigste begrepene i selvpsykologien og beskrive konsekvenser for klinisk praksis.

Kohut var av jødisk herkomst, født i 1913 i Østerrike og vokste opp i mellomkrigstidens Wien. Hans dannelsesbakgrunn fra gymnastiden var klassisk humanisme med vekt på latin, gresk og historie. I voksen alder erklærer han sin kjærlighet til historiefaget (Kohut 1985) og håper at selvpsykologien også kan bidra til en dypere forståelse av historiske (gruppe-) prosesser. Men etter artium valgte han medisinerstudiet, skjønt han tidlig bestemte seg for å følge i fotsporene til Wiens ruvende intellektuelle skikkelse, Sigmund Freud. I studietiden påbegynte Kohut sin første psykoanalyse med Wieneranalytikeren August Aichhorn. Aichhorn sto på god fot med Freud og forsynte også Kohut med en følelse av nærhet til mesteren. En tidlig identifisering med Freud og en følelse av rett til å forvalte arven fra Freud, hadde utvilsomt betydning for den autoritet Kohut etter hvert utstrålte og som senere skaffet ham betydningsfulle posisjoner innenfor den psykoanalytiske bevegelsen og en betydelig tilhengerskare. På grunn av nazistenes jødeforfølgelser flyktet Kohut fra Østerrike i 1939 og slo seg ned i Chicago der han virket resten av sitt liv som psykiater og psykoanalytiker.

Empati

Det teoretiske grunnlaget for selvpsykologien la Kohut i en artikkel om empati i 1959, "Introspection, empathy and psychoanalysis. An examination of the Relationship between Mode of Observation and Theory". Det tok anslagsvis 10 år før artikkelen ble riktig forstått og verdsatt. Årsaken til dette var artikkelens kontroversielle innhold. Empati ble gjennomgående forstått synonymt med sympati. Foreskrev Kohut en annerledes holdning hos psykoanalytikere? At de skulle bli mer sympatiske? På sett og vis gjorde Kohut det senere i sin karriere. Han argumenterte da for en ledigere og vennligere holdning. Analytisk nøytralitet er ikke ensbetydende med den kunstige, kjølige og reserverte holdning som mange analytikere omgir seg med. Tvert imot oppleves dette ofte krenkende eller som uttrykk for manglende genuin interesse. En psykologisk nøytral holdning i vår kultur er basert på varme, vennlighet og omsorg, ikke påtrengende men uttrykt med en respektfull avstand. Men det var ikke dette som var Kohuts hovedanliggende i 1959. Det var empati i

kunnskapsteoretisk forstand. Og dette var enda mer kontroversielt. Kohut utfordret Freuds naturvitenskapelige fundament for psykoanalysen. Empati, hevdet Kohut, er psykoanalysens viktigste observasjonsmåte. Det er kun gjennom empati og introspeksjon at vi får tilgang til den andres indre verden. Slik sett er empati med på å definere psykoanalysens gjenstand: Komplekse psykologiske konfigurasjoner. Disse er prinsipielt sett tilgjengelige for innlevelse og dernest for teoretisk refleksjon. Beslektede vitenskapsgrener som sosiologi og sosialpsykologi bruker i hovedsak andre observasjonsmåter, såsom adferdsobservasjoner, intervjuer, spørreskjemaundersøkelser o.l. Begreper herfra kan ikke uten videre importeres til psykoanalysen. Det samme gjelder for naturvitenskapene. Biologiske begreper, såsom begrepet om drift, har strengt tatt ingenting i psykoanalysen å gjøre. Det vi kan erfare gjennom empati og introspeksjon er en opplevelse av å være drevet. Psykoanalysen bør tilstrebe et erfaringsnært teoretisk språk.

Denne kunnskapsteoretiske programerklæringen hadde også sine praktiske sider. Ikke som Kohuts kritikere hevdet, at han foreskrev en resept om kjærlighet og sympati, en slags "cure by love". Vektleggingen av empati krevde en empatisk anstrengelse. Denne anstrengelsen henger sammen med det spesielle i den psykoanalytiske situasjon. Også vanlig samtale forutsetter empati om ikke partene totalt skal snakke forbi hverandre. Det spesielle i psykoanalysen er en langvarig empatisk fordypelse. Enhver som forsøker dette vil merke hvor vanskelig det er i praksis. Det krever lang trening og personlige forutsetninger for å fordype seg gjennom lengre tid i den andres subjektive perspektiv og se verden med den andres øyne. Det kan innebære en trussel mot vårt eget perspektiv og forankringen av vårt selv. Ved kritisk selvobservasjon er det lett å merke hvor fort vi vender tilbake til eget perspektiv.

Gjennom hele sitt forfatterskap vendte Kohut tilbake til og utdypet temaene om empati som observasjonsmåte, som forankring for teori og som terapeutisk holdning. Bare gradvis skjønnte hans kolleger hva han snakket om. Og det er først etter Kohuts død at debatten om empati virkelig har skutt fart.

Narsissisme

På 1970-tallet var Kohuts navn først og fremst knyttet til debatten om narsissisme. På den tid var alvorlige personlighetsforstyrrelser en teoretisk og terapeutisk utfordring. Kunne psykoanalysen behandle annet enn såkalte overføringsneuroser? Måtte man i så fall endre teknikk? Hvordan skulle man forstå de åpenbare narsissistiske elementer i mange personlighetsforstyrrelser, og hvordan skulle man forholde seg rent terapeutisk? Gjengs oppfatning innenfor egopsykologien på 1960-tallet var at narsissisme i betydningen selvabsorbent, selvtilstrekkelig selvkjærlighet, var uttrykk for en defensiv posisjon. Narsissisme var i hovedsak en flukt fra en temporært overveldende ødipalkonflikt. Det hadde ingen hensikt å dvele ved en narsissistisk posisjon. Libido måtte vendes bort fra selvet og investeres i analytiker. Det var en gjennomarbeiding av det ambivalente hat/kjærlighetsforholdet til analytiker som var nøkkelen til terapeutisk suksess.

I to viktige artikler på slutten av 1960-tallet, "Forms and Transformation of Narcissism" (Kohut 1966) og "The Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders" (Kohut 1968), brøt Kohut med ovennevnte tradisjonelle oppfatning av narsissisme. Det er sannsynligvis feilaktig, hevdet han, å forestille seg en tidlig psykoseksuell utvikling fra

narsissisme til objektkjærlighet, slik Freud hadde hevdet. Det gir bedre teoretisk mening og det passer bedre med kliniske observasjoner å forestille seg en egen utviklingslinje for narsissismen. En narsissistisk posisjon er således ikke noe vi kvitter oss med når vi blir modne nok. Det er snarere slik at vi utvikler oss fra mer infantil, primitiv eller umoden (i denne boken vil vi bruke uttrykket arkaisk) narsissisme til moden narsissisme. Det er en mangelfull utvikling som preger mange av våre pasienter. Hvis vi anvender en konsekvent empatisk holdning og spør oss hvordan vi blir opplevd med pasientens øyne, vil vi ofte finne at vi åpenbart ikke blir opplevd som atskilte "objekter" som er investert med erotisk og aggressiv driftsenergi. Ofte vil det være vanskelig å forstå hvordan vi blir opplevd. Det er som om vi blir tatt for gitt, som om vi er en del av pasientens eget selv. Til andre tider kan vi oppleves som en hemske for vedkommende, som en kilde til ubehag og plage og til hinder for utforskning og utvikling. Dersom vi gransker denne opplevelsesmessige pendlingen nærmere vil vi finne at det er visse mønstre som gjentar seg. Disse mønstrene lar seg forstå om vi postulerer to grunnleggende narsissistiske behov: Behovet for en idealisert annen og behovet for anerkjennelse av egen grandiositet. Dersom vi slapper av fra kravet om å trekke pasienten ut av en narsissistisk posisjon gjennom tolkninger eller pedagogiske forklaringer, men lytter til hva de narsissistiske behovene har å si oss, vil vi få øye på spesielle overføringskonfigurasjoner som er svært intense, men også svært sårbare og som lett går under jorden om ikke de blir møtt på spesielle måter. Disse overføringene beskrev Kohut som idealiserende og speilende overføring. Disse overføringsfenomenene skulle ikke tolkes for derved å gjennomarbeides for å bane veien for den "egentlige" ødipalkonflikten. De skulle snarere aksepteres som legitime behov. Det var bruddet i overføringen som skulle tolkes. Dvs. når pasienten opplevde at analytiker ikke innfridde narsissistiske overføringsforventninger og reagerte med sinne, tilbaketrekning eller symptomdannelse.

På slutten av 1960-tallet var dette nye og radikale tanker som i hovedsak ble oppfattet som forfriskende. Kohut holdt seg fortsatt til en klassisk språkbruk der han snakket om narsissistisk libido, objektlibido, libidobesetning o.l. I 1971 utga han sin første bok, "The Analysis of the Self". Den er fortsatt en balansegang i forhold til klassisk psykoanalyse. Men den nye narsissismeforståelsen begynte etterhvert å rive og slite i gamle egopsykologiske begreper.

Selvet

I en narsissistisk posisjon er man (tilsynelatende) ikke opptatt av andre, av objekter, men av seg selv. Men hvordan skal dette selvet forstås? Psykoanalysen hadde gjort det ekstra vanskelig for seg da Freuds "das Ich", jeg'et, på engelsk konsekvent ble oversatt til ego. Ego-begrepet fikk imidlertid en sterk teknisk forankring på bekostning av den dagligspråksbetydning som også lå i Freuds "das Ich". Men dermed hadde man ikke noe begrep for det subjektivt samlende og overordnede fenomen som vi vanligvis refererer til med ordet selv. Heinz Hartmann så betydningen av dette og understreket det begrepsmessige skillet i engelskspråklig litteratur mellom "self" og "ego". Men ikke desto mindre ble selvet liggende i skyggen av ego, som et forsømt uekte barn, inntil Kohut løftet det frem i lyset og gjorde det respektabelt og stuerent gjennom "The Analysis of the Self". Det er all grunn til å minne om denne forhistorien ettersom nåtidens litterære smørgåsbord bugner av titler som trekker på selvet: "Self, Mind and Society", "The Sources of the Self", "The Relational Self", "The Narrative Self" o.l.

Hva mente Kohut opprinnelig med begrepet selvet? Til å begynne med var han forsiktig.

Opplevelsesmessig refererer selvet til en følelse av eierskap, opprinnelse og sammenheng av egne emosjoner, tanker og handlinger. I teoretisk forstand, hevdet han, er selvet å forstå som summen av individets selvrepresentasjoner. Dette var en tradisjonell definisjon av selvet, fullt ut forenlig med datidens egopsykologi. Selvrepresentasjonene var å finne i alle instansene, i id, ego og superego, såvel som bevisst og ubevisst. Til sammen utgjorde de et system. Det er den bevisste delen av dette systemet som vi kan oppleve og som vi kaller selvet.

I 1977 reviderte Kohut denne oppfatningen. Debatten i årene mellom 1971 og 1977 hadde overbevist ham om at begrepene selv og id/ego/superego tilhørte to forskjellige teoretiske systemer. Det ene kunne ikke reduseres til det andre, eller påstås å være over- eller underordnet det andre. De var rett og slett forskjellige. Fortsatt holdt Kohut muligheten oppe for at de forskjellige teoretiske systemene, det han nå kalte selvpsykologien, og egopsykologien kunne utfylle hverandre. Dvs. at de var hensiktsmessige analytiske redskaper for forskjellige kliniske fenomener og forskjellige psykopatologiske tilstander. Egopsykologien skulle da fortsatt være relevant for såkalte overføringsneuroser, mens selvpsykologien var relevant for (narsissistiske) personlighetsforstyrrelser. Ettertiden har vist at dette i hovedsak var et politisk motivert synspunkt fra Kohuts side. Kohut ønsket av forskjellige grunner å ta vare på forholdet til egopsykologien. Den psykoanalytiske bevegelsen som gruppe trenger tid til å tenke gjennom og integrere nye synspunkter, hevdet han. Det må opprettholdes en kommunikativ bro. Som det vil gå frem av senere kapitler i denne boken, har ettertiden grundig forkastet Kohuts tanker fra 1977 om en komplementaritet mellom egopsykologi og selvpsykologi. Det er teorien om selvet som et koherent system uavhengig av begrepsdannelsene id/ego/superego og tilhørende driftstenkning, som har blitt stående. Det er teorien om det bipolare og senere, det tripolare selvet. Enkelte representanter for moderne selvpsykologi foretrekker betegnelsen det multidimensjonale selvet (Stolorow, Brandchaft & Atwood 1987, se kapittel 6).

Selvobjekt

Før vi kan utlegge Kohuts teori om det tripolare selvet i all sin kompleksitet, er det nødvendig med en redegjørelse for begrepet selvobjekt. Dette begrepet smuglet Kohut så og si inn i forordet til "The Analysis of the Self", uten særlig pomp og prakt, og ante vel knapt hvilken enorm heuristisk verdi som lå i dette kanskje viktigste begrepet i selvpsykologien. Selvobjektbegrepet henger nøye sammen med empati som observasjonsmåte. Objektbegrepet i psykoanalysen var tidligere brukt om mottakeren for libidinøse og aggressive driftsderivater. Man snakket om indre og ytre objekter i betydningen objekter i den indre og ytre verden. Et ytre objekt kunne således observeres, sees og høres. Et selvobjekt kan imidlertid ikke veies eller måles. Det er helhetlig subjektivt; det er en erfaring som heller ikke nødvendigvis er bevisst. Et selvobjekt er den funksjon og betydning et annet menneske, et dyr, en ting, en kulturmanifestasjon eller en idetradisjon har for opprettholdelse av ens følelse av å være et sammenhengende og meningsfylt selv. Det var de narsissistiske overføringene speiling og idealisering som satte Kohut på sporet av selvobjektfunksjoner. Når disse overføringene fikk lov til å komme til uttrykk og utfolde seg på sitt mest intense, åpenbarte de et enormt behov for at analytiker oppførte seg på spesielle måter, dvs. som idealiserbar eller anerkjennende og bekreftende. Dette behovet kom klarest til uttrykk når analytiker ikke oppførte seg i henhold til de ubevisste forventningene. Behovet viste seg da i svære skuffelsesreaksjoner, tilbaketrekning, (narsissistisk) sinne, uforsonlighet, symptomdannelse o.l. Mens når "alt var som det skulle", ble analytikers idealiserbare eller

bekreftende tilstedeværelse nærmest tatt for gitt og på ingen måte erkjent som en nødvendig forutsetning for pasientens bedre funksjonsmåte. Dette fenomenet var tidligere kjent i psykoanalysen som såkalt "overføringsbedring", men tenkningen om overføringsbedring var hemmet av teorien om analytiker som mottaker for driftsimpulser. Hos Kohut får overføringsbedring en helt annen betydning. Analytikers empatiske og inntonende nærvær ses på som en funksjon som så og si "forsyner" selvet med en manglende kapasitet og som fremmer en følelse av større helhet og selvsammenheng.

Gradvis forlot Kohut terminologien om narssistiske overføringer og brukte istedet benevnelsen selvobjektoverføringer. Når en selvobjektoverføring er etablert, sammenligner Kohut det med en fullført elektrisk tilkobling. Man er på et vis "pluggert inn". Og når selvobjekttilknytningen er på sitt mest intense og prekære, kan atskillelse fra analytiker oppleves som uutholdelig. Helgene kan oppleves som tomme og ulidelige. Ofte vil denne slags separasjonsubehag være første tegn på at en selvobjektoverføring er etablert. Selvobjektfunksjoner er ikke noe terapeuter har monopol på. Det er snakk om behov man tar med seg fra vuggen til graven. Det er ikke noe man vokser ut av eller kan frigjøre seg fra. Visstnok kan man oppnå selvstendighet, men selvstendighet er ikke ensbetydende med solipsisme, sosial isolasjon eller urelaterthet. Selvstendighet innebærer en frihet til å kunne velge selvobjekter, men ikke å velge dem bort. Kohut uttrykker det slik at selvobjekter er som oksygenet i den luften vi puster i. Vi kan ikke klare oss uten. Likevel har vi ikke noen fornemmelse av oksygenets tilstedeværelse. Det bare er der. Vi tar det for gitt. Behovet for oksygen blir klart for oss når det er for lite av det. Den biologiske organismen "forventer" at det er oksygen tilstede i et menneskelig miljø. På samme måte "forventer" det umodne selvet at selvobjektfunksjoner er tilgjengelige. Det er en forutsetning for selvets vekst og modning. Det er mangel, fravær, inadekvat respons, psykologisk og fysisk misbruk og mishandling som hindrer selvet i å utvikle seg til et modent selvregulerende system. Til syvende og sist er det en slik utviklingsmessig blokade som ligger til grunn for all karakterpatologi.

For å dekke til og kompensere for utviklingsdefekten vil det danne seg defensive karakterstrukturer. Slik sett vil selvet kunne romme sterke motsetninger og konflikter. Men det er ikke konfliktbearbeiding som er analysens hovedoppgave. Det er selvutvikling. Det er dette som er pasientenes dypeste prosjekt. Men det er samtidig et prosjekt som er uendelig sårbart, skamfullt og risikobetont. En dyperegående psykoterapi innebærer en ny mulighet. Vil det denne gangen lykkes meg å fullføre noe som gikk galt for mange mange år siden? Vil isen i meg kunne smelte, vil varmen komme til meg innenfra, vil tomheten kunne fylles med mening og glede, vil det døde kunne få liv? Denne slags metaforer er relevante for hva jeg søker etter når jeg legger ut på en lang psykoterapeutisk reise. Det verste som kan skje, den dypeste frykt, er ikke at analytiker skal fremtre som et overveldende kasterende monster, men at han eller hun skal svikte meg slik jeg tidligere har blitt sviktet. Det er frykten for retraumatisering i overføringen. Denne frykten kan være så dyp at jeg ikke tør la selvobjektoverføringen folde seg ut i all sin primitivitet. For lar jeg det stå til, risikerer jeg å bli så uendelig sårbar. Det er gjenoppvekkelsen av tidlige utviklingsbehov som forsyner den analytiske selvobjektoverføringen med slik intensitet og alt-eller-intet-karakter og som skiller den fra selvobjektfunksjoner som utøves av mennesker, dyr, ting og kulturfenomener i vår hverdag.

Sistnevnte selvobjektfunksjoner har mer med vedlikeholdelse og reparasjon av selvet å gjøre enn det slumrende utviklingsbehov som kan ligge dypt begravd i det ubevisste. "The Restoration of the Self" kalte Kohut sin annen bok som kom i 1977. Tittelen gjenspeiler

utviklingen i hans tanker siden "The Analysis of the Self" fra 1971. Selvet skal ikke bare analyseres, det skal restaureres!

Selvobjektsvikt

Når det infantile selvobjektbehovet vekkes til live i overføringen, fører det med seg absolutistiske krav som er svangre med svik og skuffelser. Om enn hvor mye vi anstrenger oss, hvor empatiske vi enn måtte være som terapeuter, så vil vi med nødvendighet ofte svikte den andres intense behov for å bli eksakt forstått, besvart og tatt hensyn til. Vi tar ferier, avlyser timer, blir selv syke og indisponerte, er uoppmerksomme og dårlig opplagte, misforstår og forledes av vår motoverføring. Selv når vi er på vårt beste som kreative og årvåkne terapeuter, kan vi stå overfor materiale av en kompleksitet som er så innfløkt, at vår beste hermeneutiske anstrengelse ikke er nok. Fra pasientens side oppleves dette som selvobjektsvikt. Pasientenes reaksjoner på selvobjektsvikt kan variere fra en knapt merkbar dreining av tema til stormende bebreidelser. Vektlegging og håndtering av selvobjektsvikt er kanskje det som skiller selvpsykologisk psykoterapi mest fra andre psykoterapiformer. De synspunkter som er sammenlignbare med andre psykoterapiformer er at selvobjektsvikt kan true alliansen, lede til negativ terapeutisk reaksjon og eventuelt føre til brudd i behandlingen. I tillegg hadde Kohut en teori om at riktig håndtert selvobjektsvikt førte til såkalt forvandlende internalisering. Forvandlende internalisering, hevdet Kohut, trer i kraft ved optimal frustrasjon. Dersom selvobjektoverføringen er godt etablert og pasienten opplever en ikke overveldende skuffelse i forhold til forventet selvobjektfunksjon, vil han/hun kunne ta inn (internalisere) deler av den forventede funksjon og gjøre den til sin egen. Et illustrerende eksempel kan være det lille barnet som er vant med at mor leser en liten stutt hver kveld før barnet sovner. En kveld er mor borte. Første reaksjon er forvirring, uro og rop etter mor. Etter en stund tar så barnet opp boken og begynner å lesepludre for seg selv. Det er på denne måten psykisk struktur bygges opp. I prinsippet er det likeartede prosesser som foregår i barndommen som i en strukturbyggende psykoterapi. Teorien om forvandlende internalisering hang nøye sammen med narsissismeteorien antakelser om at det narsissistisk investerte (selv-)objekt var fullkomment og inneholdt alt det individet trengte. Ved forvandlende internalisering ble en del av dette "hentet tilbake" og gjort til en (varig) del av pasientens selvstruktur. Som det vil fremgå av senere kapitler i denne boken, har det etter Kohut død vært ført en intens debatt om temaet selvobjektsvikt, optimal frustrering og forvandlende internalisering (se spesielt kapittel 2).

Drifter

Allerede i selvpsykologiens empatisk-teoretiske utgangspunkt slås det fast at en psykoanalytisk teori om selvet ikke kan bygges på et naturvitenskapelig driftsfundament der dynamikken knyttes til energibesatte partikler som stoves opp, forskyves og lades ut. Under hele 1970-tallet var Kohut engasjert i en debatt om Freuds driftsteoretiske utgangspunkt, hvilke konsekvenser dette hadde for klinisk praksis og nødvendigheten av en teoretisk fornyelse. For Freud var lystsøking individets grunnleggende motivasjon. Dette var igjen uttrykk for det psykiske apparats streben etter spenningsreduksjon. For Kohut var den grunnleggende motivasjon individets streben etter fylde, helhet, vitalitet og harmoni. Dette var uttrykk for selvets forutsetninger for å kunne fungere optimalt. En svekkelse eller delvis fragmentering av selvet, vil opplevelsesmessig komme til uttrykk som et diffust ubehag som vil motivere en til selvreparasjonsforsøk. Seksuell utagering er derfor ikke nødvendigvis et

resultat av et "overskudd av libido", men kan være et desperat forsøk på å stimulere et mangelfullt sammenhengende selv som gir opphav til opplevelser av tomhet og livløshet. Kohuts argumentasjon mot driftsteorien innebærer ingen avstandtagen fra seksualdriften som sådan, men vedrører den grunnleggende betydning Freud tilskrev den for organisering av det "psykiske apparat". Også Kohut ser seksualitet som en viktig motivasjonell faktor og at gryende seksualitet hos barn er et viktig element i ødipalperioden.

Kohut tar imidlertid avstand fra teorien om aggresjon som drift. Det finnes to former for aggresjon som ikke må sammenblandes, hevder han. Den ene er koblet til sunn selvhevdelse og kommer til syne når man hindres i å forfølge vesentlige formål. Den andre omtales som narsissistisk raseri og dekker de fenomener det vanligvis refereres til når man argumenterer for aggresjon som drift. De forskjellige former for narsissistisk raseri kjennetegnes ved en særskilt psykologisk valør som skiller dem fra andre former for menneskelig aggresjon:

"Behovet for hevn, for å rette opp en urett, for å omgjøre en krenkelse med hvilke midler det enn skulle være og en dypt forankret tvangsmessig stahet i måten dette følges opp på, som tillater ingen hvile for den som har lidd en alvorlig narsissistisk krenkelse - dette er karakteristiske trekk ved alle former for narsissistisk raseri, og dette skiller dem fra andre former for aggresjon" (Kohut 1972, s.638).

Narsissistisk raseri er særlig knyttet til det grandiose selvet. La oss derfor ta for oss Kohuts selvteori på en mer sammenhengende måte.

Det tripolare selvet

I sin siste bok, "How does Analysis Cure?" (Kohut 1984), beskriver Kohut selvet som et dynamisk system med tre "poler": Det grandiose selvet, det tvillingsøkende selvet og det idealsøkende selvet. Disse tre polene er forankret i dybden i det han kaller kjerneselvet ("the nuclear self"). Kjerneselvet er det "sentrum" i en selv som opplevelsesmessig ligger til grunn for at jeg overhodet kan snakke om et selv i betydningen, meg selv, mitt selv, som noe distinkt, særegent, atskilt fra andre, som har en enestående historie og et enestående perspektiv på verden. Kjerneselvet er ikke noe som er der fra begynnelsen av, men det har sine røtter eller forløpere. På et eller annet tidspunkt i tidlig barndom (ca 1 år?) smelter det sammen og fra da av er de mest grunnleggende utviklingsbetingelser i mennesket gitt. Det er dannet et enestående perspektiv på verden og det er svangert med et utviklingspotensiale som allerede har fått en retning. Kohut snakker i denne forbindelse om selvets "design" og dets "nuclear program". Vi må formode at Kohut her sikter til både det allmenne og det individuelt spesifikke. Eksempelvis er barnets evne til språklæring preprogrammert. Dette medfødte "programmet" folder seg ut i midten av annet leveår. Dette er allment og gjelder for alle barn. Men i tillegg har barn medfødte anlegg som er forskjellige. Det gjelder såvel temperament som mer ferdighetsbetonte egenskaper som visuell, auditiv og motorisk legning. Via et forenende og samlende ("unifying") selvobjektmiljø vil dette spesifikke kjerneselvet nedfelle seg som en grunnleggende psykisk struktur.

Ifølge Kohut, har personer med kroniske funksjonelle psykosier og personlighetsforstyrrelser av det slag vi i dag vil kalle schizotypal personlighetsforstyrrelse, en defekt i kjerneselvet. Hos disse pasientene vil det derfor reaktiveres svært vanskelig håndterbare og til dels bisarre selvobjektbehov om de utsettes for psykoanalytisk behandling. De er ikke analyserbare i

dette ordets sedvanlige forstand. Senere modifiserte han denne påstanden og hevdet at oppgaven ikke var umulig rent prinsipielt, men at den var svært vanskelig og at vi foreløpig hadde for dårlige kunnskaper og terapeutiske ferdigheter. Når alt kommer til alt, har vi bare såvidt begynt å skrape på den psykiske overflaten, hevdet han.

Men gitt et intakt kjerneselv og et rimelig empatisk kompetent selvobjektmiljø, vil utviklingen forløpe som en tredimensjonal utbygging og differensiering av selvet: Det grandiose selvet er i sin arkaiske form, som verdens midtpunkt, sultent på oppmerksomhet og avhengig av bekræftende svar fra omgivelsene på det det har å vise frem og har et beredskap for narsissistisk raseri om det blir tråkket på og ydmyket. Gradvis blir dette sentret for individets ambisjoner og får sin unike utforming hos hver enkelt. Dersom det inntreffer en svikt i modningen av det grandiose selvet, forblir arkaiske former stående med sine absolutistiske krav om spesiell og hengiven oppmerksomhet overfor prosjekter som i voksenalder kan fortone seg som urealistiske og på siden av det som miljøet oppfatter som relevant. Grandiositeten kan enten fortrenses og tappe individet for energi og målrettede ambisjoner, eller den kan gjøre seg gjeldende på en måte som individet ikke tar fullt ut ansvar for og som ikke er integrert med resten av personligheten. Dette siste fenomenet kalte Kohut "vertikal splitt". Når det grandiose selvet remobiliseres i overføringen ledsages det ofte av en betydelig skam og en tvil om retten til å huse slike "tåpelige følelser og fantasier". Bak denne overføringsmotstanden ligger en latent speilende overføring. Speilende overføring er hos Kohut en samlebetegnelse på en klasse av ønsket og forventet respons som har å gjøre med å bli gjenkjent, akseptert, sett, verdsatt, anerkjent, forstått, beundret o.l.

Det idealiserende selvet utgjør den andre polen av selvet. Det inkluderer følelsen av å bli holdt, holdt oppe av noe større enn en selv, trygghet og tillit, kunne stole på, lene seg til en annen som forvalter kunnskap og visdom samt forvissning om at egne normer og idealer er forankret i en personlig overbevisning som har med ens identitet å gjøre. I moden form fremtrer det idealiserende selvet som etikkens personlige forankring. I arkaisk form fremtrer det som et intenst savn etter å bli holdt, etter å ha noen å lene seg til og søken etter ytre verdimeslige forankringspunkter som kan tjene til å orientere en i en verden der alskens forvirrende indre og ytre krefter påkaller en. I samfunnet vil religiøse og misjonerende grupper av alskens slag appellere til personer med sterke idealiserende behov. I psykoterapi vil terapeuter ofte kunne føle seg svært uvel når de blir grenseløst beundret og lovprist. Det aktiverer terapeutens grandiose selv med tilhørende kompleks av skam, fortrent raseri, hypoman tilbøyelighet o.l. Av denne grunn og fordi tradisjonen sier så, har det vært vanlig å håndtere idealiserende overføring som et forsvar, dvs. som noe som i bunn og grunn er uønsket, som bør påpekes og tolkes for å kunne "gjennomarbeides" og derved fjernes. Kohut råder annerledes: Aksepter overføringen! Ta den imot som et legitimt behov og la den få utfolde seg i all sin "primitivitet". Ta imot pasientens oppfatning av terapeuten som sammenlignbar med gud og helt sikkert en av landets beste terapeuter, om ikke den beste. Det vil komme rikelig med anledninger for deidealisering gjennom fremtidige eksempler på selvobjektsvikt. Kohuts teknikk er slik sett omvendt den som mange bruker. Mange vil dempe en idealisering gjennom påpekninger og tolkninger og på annen måte hindre dens fulle oppblomstring, samtidig som de neglisjerer betydningen av et nitid psykoterapeutisk arbeid med selvobjektsvikt. Kohut anbefaler altså det motsatte: La idealiseringen få folde seg ut, men bruk samtidig selvobjektsvikt for alt det er verdt.

I "The Restoration of the Self" konseptualiserte Kohut selvet som et bipolar selv bestående av det grandiose og det idealiserende selvet med tilhørende behov for speilende og

idealisererte selvobjekter. "Mellom" disse to polene forestilte han seg et område for talenter og ferdigheter. Han forestilte seg videre en slags spenningsbue mellom den grandiose og den idealiserende polen. En person i dynamisk likevekt vil "drives" av sine ambisjoner, "ledes" av sin idealer og aktualisere sine spesielle talenter. Man kan legge merke til at Kohut nokså konsekvent bruker batterimetaphorer. Han snakker om at en selvobjektoverføring oppleves som å bli "pluggert inn". Selvet har flere "poler". Det eksisterer en "spenningsbue" mellom polene. Denne språkbruken har blitt kritisert av moderne selvpsykologi.

En tredje pol, det tvillingsøkende selvet, var noe Kohut innførte på slutten av sin siste bok "How does Analysis Cure?". Tvillingoverføring, eller alter ego-overføring, var noe han tidligere hadde betraktet som en spesiell variant av speilende overføring. Tvillingoverføring gjenspeiler behovet for en tilsvarende annen som bekrefter en med sin likhet. Gjennom denne andre like, forankres viktige deler av meg selv. Vi kan dele det grunnleggende faktum at vi tilhører den menneskelige rase og derved har noe genuint menneskelig felles. Vi kan dele felles språk og kulturarv og tenke og føle likt om en rekke fenomener. I dagliglivet er tette bestevenner, kjæledyr og fantasiledsagere vanlige eksempler på alter ego selvobjekter. I overføringen kommer dette til uttrykk i overbevisninger om at terapeut og pasient er grunnleggende like, at det ikke er nødvendig å si så mye og forklare alt, at bare det å være sammen kan lege en indre disharmoni o.l. Kohut knyttet det tvillingsøkende selvet til området for talenter og ferdigheter. Argumentene for dette er imidlertid lite overbevisende. Boken "How does Analysis Cure" ble utgitt 3 år etter Kohuts død i 1981. Dette innebar at Kohuts medarbeidere og tilhengere fikk liten anledning til å diskutere den tredje polen av selvet. Derfor vil man i litteraturen kunne se at moderne selvpsykologiske forfattere fortsatt omtaler Kohuts selvteori som teorien om det bipolare selvet, og ikke det tripolare selvet.

Innsikt og relasjonserfaring

Dersom terapeuter følger selvpsykologiske retningslinjer vil terapien ta en noe annen kurs enn tidligere. Pasientens historie vil bli forstått noe annerledes. Eller for å si det med mer moderne språkbruk, pasientens selvforståelse blir annerledes fordi den nye fortellingen om pasientens liv, som pasient og terapeut sammen skaper, blir annerledes. Et godt eksempel på dette er Kohuts artikkel "The Two Analyses of Mr.Z" (Kohut 1979). Her redegjøres det for to påfølgende analyser som Kohut utførte overfor en og samme person. Den første analysen foregikk tidlig i Kohuts karriere og ble utført etter egopsykologiske retningslinjer. Den andre analysen ble utført en del år senere etter selvpsykologiske retningslinjer. Noe av det mest iøynefallende er hvilken annerledes fortelling som kommer ut av analyse nummer to. På Kohuts tid var ikke det narrative perspektivet på psykoterapi så fremherskende som det er i dag. Fremdeles snakket man om innsikt og var opptatt av en debatt om betydningen av innsikt versus relasjonserfaring. Kohut inntok et mellomstandpunkt. Tolkninger i betydningen forklaringer var analytikers viktigste virkemiddel. En forutsetning for tolkninger effekt var at de var grunnlagt på en forutgående opplevelse hos pasienten av å være forstått. I en forstand ga tolkninger innsikt. Men samtidig hadde de en effekt som ledd i konstruksjonen av en omfattende livshistorie og dermed som ledetråd for analysens påfølgende utvikling. Videre var tolkninger betydningsfulle for å bane veien for selvobjektoverføringer og ikke minst for å gjennomarbeide selvobjektsvikt. Men selv om alt dette formidles via tolkninger, innebærer det ikke at innsikt var analysens mål. Analysens mål var en restaurering av selvet i den forstand at individet prerefleksivt, dvs. uten omveien av innsikt, kunne oppleve og handle konstruktivt annerledes på områder der det tidligere var

hemmet av frykt og selvsikkerhet. I hovedsak skyldtes dette relasjonserfaringer, hevdet Kohut. Disse relasjonserfaringene sto imidlertid i et indre forhold (Østerberg 1966) til analytikers tolkninger, til pasientens innsikt i betydningen forståelse av disse tolkningene, og til den nye livshistorien som sammen ble skapt av analytiker og pasient.

Terapeutiske mål

Når det gjelder analysens mål, la Kohut i sin "narsissistiske periode" (1966-1971) vekt på utvikling og modning av den lidende "narsissistiske sektor" av personligheten. Foruten symptomlindring og økt generell livskvalitet, fremhevet han spesielt en utvikling av evnen til kreativitet, empati, humor og visdom samt akseptering av dødens uomgjengelighet. Alle disse elementene hadde nær sammenheng med narsissismen. Kreativitet kunne frigjøres om ambisjonene ble mer realistiske, mer forbundet med ubesværet lek og løsrevet fra det potensial av skam som er knyttet til arkaisk ekshibisjonisme. En økt evne til empati innebærer at man rett og slett forstår mer av seg selv og andre mennesker og hva som foregår i komplekse mellommenneskelige interaksjoner. Humor innebærer en frigjøring fra det grandiose gravalvoret, en desentrering av eget livsperspektiv og en evne til å se seg selv og andre fra overraskende nye og forsonende synsvinkler. Visdom er nært knyttet til humoristisk sans og akseptering av dødens uomgjengelighet. Visdom innebærer en overskridelse av grandiositetens benektelse av dødens realitet, at man er uerstattelig og at ens eget perspektiv er det eneste som teller. Senere la Kohut til at et vesentlig kjennetegn ved psykisk helse er evne til å omgi seg med nærende selvobjekter og holde på dem. Et mangfoldig samfunn er fullt av potensielle menneskelige og kulturelle selvobjekter. Det tragiske ved personer med alvorlige personlighetsforstyrrelser er at deres intense selvobjektbehov medfører en enveistrafikk som fører til at andre mennesker fort blir "brukt opp". Det oppstår et misforhold mellom å få og gi og grunnlaget for langvarige og konstruktive mellommenneskelige forhold smuldrer opp.

Oppsummering

I det foregående har jeg redegjort for selvpsykologiens mest sentrale begreper på en svært kortfattet og forenklet måte. Det har dreid seg om empati som holdning og teoretisk rettesnor, narsissisme, forkastelse av Freuds driftsteori, en langvarig polemikk med egopsykologien, en ny definisjon av selvet, kjerneselvet og det tripolare selvet, om selvobjektfunksjoner, selvobjektoverføringer, opplevd fragmentering versus selvsammenheng som overordnet motivasjonell faktor, om terapien som ny mulighet til å gjenoppta stanset selvutvikling, betydningen av selvobjektsvikt, forståelse og tolkning, kreativitet og evne til å nyttiggjøre seg samfunnets iboende selvobjektpotensial.

Slik selvpsykologien forelå fra Kohuts hånd da han døde i 1981, var den uferdig som teoretisk og terapeutisk system. Men den var omfattende nok til å kunne utkonkurrere egopsykologien med hensyn til forklaringsstyrke og den hadde en betydelig intellektuell og emosjonell appell som utkast til en verdensanskelse. Kohuts tidlige død, han ble 68 år gammel, kom som et sjokk på hans tilhengere. Han var den ubestridte leder for en ny og svært ung og uferdig psykoanalytisk bevegelse. Hva skjedde etter hans død? Hvem forvaltet arven etter Kohut og på hvilken måte? Var selvpsykologien avhengig av Kohuts karismatiske og lett idealiserbare personlighet? Ville Kohuts teoretisk system bestå skytset fra egopsykologien og en økende kritisk granskning fra egne rekker? Ville bevegelsen

splittes eller ville den evne å fungere som en kreativ møteplass? Hvilket utviklingspotensiale hadde selvpsykologien? Kunne den ta opp i seg den betydelig utviklingen som fant sted på 1980-tallet med hensyn til utviklingspsykologi, motivasjonsteori, affektteori og tekstanalyse? I den fremstillingen som følger har vi lagt vekt på å klargjøre posisjoner, motsetninger og utviklingslinjer innenfor det komplekse historiske, sosiale og teoretiske feltet som selvpsykologien befant seg i i 15-årsperioden 1981 - 1996. Det er viktig å ha klart for seg at Kohuts selvpsykologiske forfatterskap ikke strakte seg over mer enn en periode på ca. ti år (ca. 1971 - 1981). Ja, noen vil si kortere. At Kohut ikke var selvpsykolog før et stykke ut på 1970-tallet. Uansett dreide det seg om en kort og hektisk periode i psykoanalysens historie. Kohut snudde en del grunnstener og la noen nye på plass. Men han rakk ikke å polere alle, og hverken grunnmur eller reisverk var ferdig fra hans hånd da han døde. Han etterlot seg inspirerende og utfordrende tekster om menneskets situasjon og muligheter for forandring gjennom dialog. Samtidig var hans livsverk ufullstendig. Det var mange temaer av stor relevans for psykoanalytisk psykoterapi som Kohut bare berørte overflatisk eller ikke drøftet i det hele tatt. Tekstene hans var heller ikke motsetningsfrie og flere har påpekt at de er preget av en større grad av driftstenkning enn det Kohut selv ville innrømme. Erttertiden har vist at åpenheten og det uferdige i Kohuts verk i hovedsak har hatt en stimulerende funksjon for den generasjon som kom etter ham. Selvpsykologien har i den perioden som denne boken handler om, 1981 - 1996, gjennomgått en rik og fascinerende utvikling. Vi ønsker å ta leseren med på en reise gjennom denne utviklingen. Ved veis ende er det å håpe at leseren har oppnådd et overblikk som gjør ham/henne i stand til bedre å orientere seg i det landskapet som moderne selvpsykologi tegner. Dette landskapet setter mange av premissene for den debatt og praksis som vil prege psykoanalytisk psykoterapi i årene som kommer.
