

Relasjonsorientert karakteranalyse: En posisjon i dagens psykoanalyse

Bjørn Killingmo

Relasjonsorientert karakteranalyse: En posisjon i dagens psykoanalyse

Karakterbegrepet fanger opp de mer stabile sidene ved personligheten, mens relasjonsbegrepet peker mot de bevegelige og dynamiske sidene. Lar de to tankeretningene seg kombinere i ett sammenhengende psykoanalytisk perspektiv?

Innledning

I denne artikkelen skal jeg drøfte en posisjon i dagens psykoanalyse som kan kalles *relasjonsorientert karakteranalyse*. Betegnelsen ble lansert i boken *Underteksten* (Gullestad & Killingmo, 2005).

I uttrykket «posisjon» ligger at ett eller flere begreper er gitt en fremskutt plass i analytikerens teori. De kan kalles analytikerens «favorittbegreper». Dette er begreper som i særlig grad styrer analytikerens oppfatning og organisering av det kliniske materialet, og som setter sitt preg så vel på den terapeutiske holdningen som på teknikken. I den posisjonen som jeg skal diskutere her, er det to begreper som er løftet opp og gitt slik «favoritt»-status, nemlig «relasjon» og «karakter».

Disse to begrepene hører hjemme i ulike psykoanalytiske tradisjoner og står på mange måter i kontrast til hverandre. Grunnleggende sett peker begrepet relasjon mot de bevegelige og dynamiske sidene ved personligheten, mens begrepet karakter er rettet mot de mer stabile og uforanderlige sidene. Problemstillingen i denne artikkelen er: Lar de to tankeretningene seg kombinere i ett sammenhengende psykoanalytisk perspektiv, og hvilke følger får dette for analytikerens kliniske arbeidsmåte?

I det følgende skal jeg først redegjøre for de to begrepene hver for seg. Så skal jeg drøfte hvordan de kan kobles teoretisk. Deretter skal jeg beskrive noen konsekvenser for analytisk holdning og teknikk. Til slutt skal jeg peke på likheter og forskjeller mellom relasjonsorientert karakteranalyse og enkelte andre retninger i dagens brokete psykoanalytiske landskap.

Karakterbegrepet

I en klassisk artikkel, *The autonomy of the ego*, skriver den kjente egopsykologen David Rapaport: «Uten å ta i betraktning, og uten teknisk dyktighet i å utforske, psykisk struktur er kunnskap om drifter og konflikt ikke i stand til å gi et avrundet bilde av personligheten. En psykologisk teori som bare bygger på energibegreper, uten strukturbegreper, utgjør ingen psykologi» (Rapaport, 1951, s.

361, min oversettelse). Overført til psykoanalytisk behandling betyr dette at analytikeren, så vel i teori som i teknikk, må innreflektere både de bevegelige og de stabile sidene ved pasientens personlighet. Det synet som Rapaport gjør seg til talsmann for, er en hjørnestein i den psykoanalytiske posisjonen som kaller seg relasjonsorientert karakteranalyse.

Karakterbegrepet kan sies å være prototypen på et strukturbegrep. Når vi sier at et psykologisk fenomen er en struktur, eller at det er strukturalisert, betyr det at fenomenet er relativt stabilt. Det forandrer seg bare langsomt. En struktur kjennetegnes ved at den er relativt fri for konfliktspenning og påtrengende affekter. Dette gjør at mange psykiske fenomener som er strukturalisert, får preg av redskaper som står til rådighet for individet over tid, for eksempel språk og forsvarsmekanismer. Når vi snakker om en persons karaktertrekk, har vi også i tankene et relativt stabilt mønster som preger store deler av personligheten, som selvoppfatning, kontaktform, tenkningsmåte, affektregulering, stil og allmenn væremåte. Karakterbegrepet er med andre ord en global observasjonsenhet.

Karakter er et normalpsykologisk begrep. Men klinisk erfaring viser oss at det også er et nyttig begrep i patologiforståelse og i terapeutisk sammenheng. Enhver kliniker kan bli slått av hvor bevegelig og foranderlig pasienten kan være. Temaer og følelser skifter fra time til time, også innenfor den enkelte time. Med en viss rett kan vi si at hver time er ny. Samtidig kan vi, hvis vi har øynene med oss, bli slått av hvor uforanderlig pasienten kan være. Riktignok dukker stadig nye temaer opp. Innholdet i historien utvider seg. Men i stil, språk og væremåte er pasienten den samme fra time til time. Særlig synlig blir dette i psykoanalyse og intensiv psykoterapi som går over lang tid. Tross omskiftelighet og bevegelse kan pasienten i påfallende grad forbli uforandret og repeterende.

Det er nettopp slike observasjoner som karakterbegrepet fanger opp, og som viser hvor klinisk nyttig det er. Freud selv utarbeidet ikke denne siden av det kliniske materialet. Hans perspektiv var først og fremst rettet mot de ubevisste driftsønskene og hvordan disse i kondensert, forskjøvet og symbolisert form kom til uttrykk i feilhandlinger, symptomer, frie assosiasjoner og i drømmemateriale. En kunne ligne dette perspektivet med å løse gåter eller å få bitene i et puslespill på plass. Theodor Reik beretter følgende historie fra Wiens Psykoanalytiske Forening i mellomkrigstiden. En av de unge analytikerne hadde holdt foredrag om behandling av karakteren, et tema som strekker seg utover det vi kan kalle gåtens psykologi. Da man etter foredraget utesket Freuds mening om emnet, svarte han at han for sin del hadde interessert seg for mer begrensede områder, men at den nye generasjon ville komme til å utforske fjernere strøk. Med hans egne

ord: «Selv har jeg alltid seilt på innsjøer. Men jeg ønsker dem lykke til som gir seg ut på det åpne havet.» (etter Sjöbäck & Westerlund, 1977). Den som må tildeles æren av å ha løftet karakterbegrepet frem innenfor psykoanalysen og gjort det til fokus i analytisk teknikk, er Reich (1933). Også Fenichel (1941) og Schjelderup (1941) har betonet hvor viktig det er å inkludere karakteren i det analytiske arbeidet.

Det karakteranalytiske perspektivet har tre grunntanker som kan sies å være av særlig betydning for klinisk praksis:

- 1. Derivater av infantile konflikter og deprivasjonserfaringer nedfeller seg like mye i personligheten som helhet, dvs. i karakterdrag, som i avgrensede symptomer. Analytikeren kommer derfor ikke utenom å oppspore og konfrontere karakterdragene dersom dypere strukturendringer skal finne sted.
- 2. Karakteren kan fungere som forsvar mot driftsimpulser og andre påtrengende behov. I ekstrem form kan den stivne til i et panser som holder enhver opplevelse av følelser borte. Analysen blir da ikke stort annet enn en intellektuell diskurs, og pasienten betaler en høy pris som fange i sitt selvlagde fengsel.
- 3. Karakteren kan fungere som motstand i analysen. Fordi karakterdragene er ego-syntone og utløses automatisk, blir de fort til effektive bremsere både når det gjelder prosessen selv og når det gjelder tilknytning til analytikeren.

Disse tre tankeretningene: karakterpatologi, karakterforsvar og karaktermotstand, er velkjente for mange norske psykoanalytikere. Det kan neppe være tvil om at den karakteranalytiske tenkemåten har preget det norske analytiske miljøet i langt sterkere grad enn miljøene i våre skandinaviske naboland.

Karakterdragene kommer til uttrykk i pasientens form, og de er der hele tiden. Men de er ikke alltid så lette å få øye på. Innholdet i pasientens historier, assosiasjoner og fantasier har en tendens til å okkupere analytikerens oppmerksomhet i timen. Som terapeuter kan vi lett fanges av dagens «story». De narrative sidene av materialet ligger i forgrunnen. De strukturelle aspektene, derimot, er i bakgrunnen. De ligger innvevd i egos finmaskede kontrollsystemer, i persepsjonen, i den affektive uttrykksmåten, i tenkningens form, i kommunikasjons- og væremåte og i mimikk og kroppsholdning. Det kreves større grad av tilbaketilt betraktning fra analytikerens side for at de skal bli synlige for

ham/henne. Analytikeren må så å si motstå fascinasjonen av temaet for å bli i stand til å gripe subtile nyanser i formen, for så, gjennom abstraksjon, å løfte frem den iboende organiserende strukturen.

Som en foreløpig konklusjon kan vi slå fast at det karakteranalytiske perspektivet forutsetter at analytikeren er bredspektret i sin lyttemåte og samtidig tonet inn mot de mest subtile nyansene i pasientens språk og stil (Gullestad & Killingmo, 2002).

Relasjon

Begrepet relasjon brukes her synonymt med objektrelasjon. Antakelig vil de fleste psykoanalytikere i dag oppfatte seg selv som tilhengere av objektrelasjonsteori i en eller annen variant. All den stund det ikke finnes *en* alminnelig godtatt definisjon av dette begrepet, skal jeg nøye meg med å fremheve fire synsmåter som kjennetegner det objektrelasjonsbegrepet som er relevant i den aktuelle sammenhengen.

- 1. Alle menneskelige ytringer, det være seg drifter, behov, følelser eller tanker, er knyttet til, eller vevd inn i, forestillinger om et objekt, dvs. et annet menneske. Denne tanken kan kortfattet uttrykkes slik Freud gjør: «In the individual's mental life someone else is invariably involved» (Freud, 1921, s. 69). Ethvert driftsønske eller relasjonsbehov er rettet mot en annen og inneholder forestillingen om et forventet gjensvar fra den andre. I individet foregår uavbrutt, bevisst eller ubevisst, en indre dialog med et objekt. I denne dialogen kommer affekt inn som den avgjørende variabel. Affekten forteller om spenningen i relasjonen til objektet. Ved dette rykker affekt frem som et psykologisk motiv i første rekke, overordnet andre dynamiske faktorer.
- 2. Når vi i psykoanalytisk sammenheng bruker begrepene «selv» og «objekt», menes ikke ytre observerbare personer, men indre representasjoner, dvs. *forestillinger* om selvet, om objektet og om relasjonen mellom dem. Disse forestillingene kan ta form av relativt stabile og organiserte mønstre som ubevisst preger individets kontaktform. Et slikt mønster kan kalles et indre relasjonsscenario og utgjør analyseenheten i klinisk praksis (Gullestad & Killingmo, 2005).
- 3. Med selv-objekt-scenarier som analyseenhet får «selvet» en fremskutt plass i teorien. Selvet kan sees i to sammenhenger, dels som et teoretisk begrep som uttrykker en indre representasjon

av en selv, og dels som uttrykk for et subjektivt opplevende selv. Begge hører med i det analytiske perspektivet.

- 4. Barnet internaliserer relasjoner mellom seg selv og primærobjektene og danner infantile relasjonsscenarier. Psykopatologi kan best forstås og behandles som uttrykk for forstyrrede, internaliserte relasjonserfaringer. De tidlige erfaringene er tatt inn og lagret slik de engang fortonte seg, sett med barnets øyne, ut fra barnets logikk og språkform. I den psykiske realitet er de forblitt lagret i sin barnlige form. Senere er de reorganisert og «nachträglich» fortolket og lar seg ikke gjenkalle i sin opprinnelige form i den voksnes språk og begreper. De infantile scenariene fortsetter å operere som en slags urscener bak den voksnes relasjonsmønstre og aktiveres emosjonelt i overføringen til analytikeren. Men de er ikke «kopier» av de opprinnelige primærobjektene. De utgjør fortolkede og fantaserte forestillinger. Det er i lys av dette vi bedre kan forstå de demoniske, tilintetgjørende og nådeløse kvaliteter som de infantile objektrepresentasjonene og scenariene kan være ladet med.

Disse fire punktene kan oppsummeres slik: Alle temaer som aktiveres i terapitimen, hører emosjonelt hjemme i – eller er uttrykk for – underliggende relasjonsscenarier. I denne sammenhengen blir pasienten ikke å betrakte som et passivt offer, men som en som aktivt, gjennom subtile manøvre, prøver å trekke analytikeren inn som medspiller i gamle scenarier. Slik sett opererer pasienten ubevisst som en iscenesetter og gestalter både sin egen og terapeutens rolle i dramaet. Dette utelukker ikke at pasienten kan ha vært et offer i fortiden, men i analysesituasjonen er han/hun en strateg. I denne dynamikken mellom de to partene består det analytiske arbeidet i å få pasienten til å erfare hvordan han/hun ubevisst bidrar til å opprettholde sitt eget lidelsesmønster, det vi kan kalle egenandelen.

Kobling av to tankeretninger

Jeg har til nå omtalt begrepene karakter og objektrelasjon. Hver for seg er de bærere av ulike tankeretninger. Karakterbegrepet fanger opp de mer stabile sidene ved personligheten, de vi kaller strukturer, mens relasjonsbegrepet peker mot de bevegelige og dynamiske sidene, de Rapaport kalte energiene. Jeg skal nå drøfte hvordan de to kan samordnes. Først er det nødvendig å slå fast at det at de to begrepene er stilt sammen i *en* betegnelse, ikke betyr at de utgjør likeverdige bidrag. Målet er å

innordne strukturbegrepet under relasjonsbegrepet. Relasjon er stilt foran karakter. Dette signaliserer at objektrelasjonsbegrepet er overordnet. Slik var det ikke for Freud. For ham var driften overordnet. Den var utgangspunktet for all psykisk aktivitet. Driften var innenfrakommende og helt uavhengig av relasjonserfaringer. Driften sto a priori i motsetning til kulturen. Denne grunntanken er også utgangspunktet for den klassiske en-person-psykologien.

Objektrelasjonsperspektivet setter imidlertid et spørsmålstegn ved dette utgangspunktet. For det første innebærer det at menneskebarnet fra starten av er objektrettet. Dernest antar stadig flere analytikere at drift ikke kan sees isolert fra de aller tidligste objekterfaringene. Driften uttrykker det kraftfulle og imperative i menneskets ønsker og begjær, men er i seg selv et hypotetisk begrep mellom det somatiske og det psykologiske domene. Driften, eller rettere sagt driftskvaliteten, er bare observerbar via affekt og representasjoner, og disse er uløselig knyttet til objekterfaringer. De tidlige objekterfaringene blir organisert i personligheten som affektladete indre representasjoner av selv–objekt-relasjoner. Disse utgjør de motivasjonelle enhetene i personligheten (Kernberg, 2004), og de har både et innhold og en form.

I kjølvannet av objektrelasjonsteorien har psykoanalysens analyseenhet skiftet fra id–ego-konflikter til selv–objekt-relasjoner. Psykoanalysen har tatt spranget fra en-person-psykologi til to-person-psykologi. Dette betyr imidlertid ikke at de tradisjonelle strukturbegrepene, id, ego og superego, forsvinner fra psykoanalysens vokabular. Men det betyr at vi må innreflektere at alle tre instanser har opprinnelse i tidlige relasjonserfaringer. Dette innebærer også at intrapsykisk konflikt må forstås på en utvidet måte. Det dreier seg om *en type* internaliserte selv–objekt-relasjoner som er i konflikt med en *annen type*. Vi må operere med selv–objekt-relasjoner både på impulsiden og på forsvarssiden av konflikten. Gjennom denne reformuleringen er den klassiske konfliktmodellen overført til en overordnet relasjonsteori. De driftslignende og kraftfulle sidene ved seksualitet og aggresjon kan uten vanskelighet innarbeides i relasjonsscenarienes innhold og affektladning, mens strukturperspektivet ivaretas gjennom scenarienes form og organisering. Relasjonsspråket gir rom for å uttrykke ulike konflikttyper, som ødipalkonflikter og separasjonskonflikter. Dessuten er dette språket spesielt egnet til å formulere ulike lidelsestilstander med rot i tidlig mangel og objektdeprivasjon. I prinsippet gjør reformuleringen det mulig å kombinere relasjonstenkning og strukturtenkning i ett og samme teoretiske språk.

Riktig nok er karakterbegrepet historisk sett forankret i en-person-psykologien. Hos Reich utgjør de defensive karaktertrekkene statiske mentale endeprodukter, uten objektrettet intensjon. De

er ensidig rettet mot å opprettholde intrapsykisk balanse. I klinisk praksis er derfor strategibegrepet å foretrekke fremfor karakterbegrepet. En strategi kan defineres som en internalisert måte å forhandle med objektet på som barnet, i samspill med omgivelsene, har erfart som den mest tjenlige for å oppnå noe eller for å unngå noe. En strategi kan være strukturalisert, dvs være relativt stabil og generalisert, og kan i så måte tjene både som forsvar og motstand på linje med karakterbegrepet. Men i tillegg har en strategi en innebygd hensikt overfor objektet. Strategibegrepet er således mer dynamisk og relasjonelt enn karakterbegrepet (Killingmo, 2001). Når det her likevel snakkes om «karakteranalyse», er det fordi dette begrepet er bærer av en tradisjon som det er ønskelig å markere og videreføre.

Hvordan stemmer den teoretiske posisjonen som jeg har skissert, med essensen i klassisk psykoanalytisk teori? I 1923 uttalte Freud: «Antagelsen av ubevisste sjelelige prosesser, anerkjennelse av læren om motstand og fortrenkning, godtakelsen av seksualiteten og ødipuskomplekset er hovedinnholdet i psykoanalysen og grunnlaget for dens teori, og den som ikke kan akseptere alle disse ting, bør ikke regne seg som psykoanalytiker» (s. 247, min oversettelse). Den relasjonsorienterte karakteranalysen bryter ikke på noe punkt med disse betingelsene, men den søker å innlemme det klassiske tankegods i et overordnet objektrelasjonsperspektiv. I den pluralistiske fasen psykoanalysen befinner seg i. burde, etter min mening, alle retninger eller posisjoner som regner seg som «psykoanalytiske», avklare sitt slektskap med Freuds formulering. Dersom slektskapet blir *for* uttynnet, bør det overveies om betegnelsen *psykoanalyse* er berettiget.

Terapeutisk holdning og teknikk

Hvilken betydning har den teoretiske profilen som fremkommer ved å koble *relasjon* og *karakter*, for analytisk praksis? Hvordan påvirker den analytikerens holdning og måte å intervensere på i timen? Her er det nødvendig å skyte inn en mer generell betraktning. I analytisk praksis er det ikke slik at tekniske «grep» alltid følger direkte av teori. Ulike psykoanalytiske retninger kan anvende samme teknikk, men ut fra forskjellig teoretisk bakgrunn. Kort sagt, det er ikke et en-til-en-forhold mellom teori og teknikk. Når det gjelder de tekniske grepene som er angitt nedenfor, har de det til felles at de gir rom for å kombinere relasjonsperspektivet og karakterperspektivet. De kan samles i fem punkter: 1. Her og nå, 2. Alltid fra overflaten, 3. Fokus på motstand, 4. Fokus på det «negative», 5. Fokus på form.

Her og nå

Det første spørsmålet analytikerens må stille seg, er: Hva *føler* pasienten og jeg selv her og nå?

Som pekt på tidligere utgjør affekt det primære motivasjonelle systemet i menneskets selv–objekt-relasjoner. Hvis ikke analytikerens kliniske «radar» i utgangspunktet er rettet mot pasientens aktuelle følelsestilstand, risikerer han/hun at dialogen som settes i gang, ikke treffer der pasienten emosjonelt befinner seg. Dialogen går over hodet på pasienten, eller rettere sagt *bare* i hodet. Det kan derfor være fruktbart at analytikerens er avventende, særlig i begynnelsen av timen, synker innover i seg selv og søker etter undertonen i pasientens tale. Den høres best i stemmeleie og intonasjon, men også i pust og holdning. Selv om pasientens beretning har et dramatisk innhold, kan det være en fordel ikke umiddelbart å gripe fatt i dette. For uansett er pasientens emosjonelle forhold til analytikerens mer avgjørende enn dramatikken i dagens «story». Alle beretninger er silt gjennom overføringens filter.

Det kan i denne sammenhengen være nyttig å skille mellom den affekten som ligger i historiens innhold, og den affekten som aktualiseres her og nå, i forholdet til analytikerens. Den første kan vi kalle «strukturalisert» affekt, den andre «overføringsaffekt». Den første, den strukturaliserte, er affekt som allerede er kodet i språk og narrativ sammenheng. Den kan berettes om. Overføringsaffekten, derimot, er ennå ikke tatt inn i språk eller innordnet i sammenheng. Når overføringsaffekten fokuseres, trer analytikerens i direkte samspill med følelseskvantiteter som stammer fra gamle relasjonsscenarioer. Partene i dialogen snakker ikke *om* en gammel dialog, de *er* i en dialog fra fortiden! Dialogen utvikler seg da ut fra sin iboende spenning. Verken pasient eller analytiker kjenner neste skritt. Begge befinner seg i «åpent terreng». Det er utfordrende og ofte provoserende for analytikerens å befinne seg ubeskyttet i overføringsspenningen. Det er selvsagt ikke en regel at det analytiske arbeidet *skal* foregå bare i en slik modus, men hvis overføringsspenningen aldri fokuseres direkte, kan resultatet bli en analyse som ensidig er rettet mot å rekonstruere en sammenhengende historie uten at affektive erfaringer fra infantile scenarier er blitt aktivert. Analysen blir opplevelsesmessig grunnere.

Nok et spørsmål som analytikerens bør stille seg, er: Hvilket objekt representerer jeg for pasienten her og nå, og hvilket scenario søker han/hun ubevisst å få meg som medspiller i? Ved hjelp av subtile strategier øver pasienten et press på analytikerens for å få ham/henne til å handle på bestemte måter. Det er disse strategiene som skal lokaliseres, påpekes og til sist tolkes. Uten å ha dette perspektivet klart for seg, og uten å trekke inn egen motoverføring som hjelpemiddel, vil analytikerens

lett kunne bli forført til å delta i et spill hvor pasienten er ekspert og analytikeren taper sin analytiske posisjon.

Alltid fra overflaten

Denne anvisningen stemmer overens med Freuds anbefaling om å ta utgangspunkt i den nåværende overflate, *die jeweilige Oberfläche*. Samtidig er det ikke alltid klart hva som er mest overflatisk i det manifeste materialet. La oss som eksempel ta det vi kan kalle «den tydelige stemmen», den mest høyrøstete, den vi alle hører. Men pasienter taler som oftest med flere stemmer, noen mer lavmælte, noen neppe hørbare og noen ennå ikke formulert. Likevel er de der alle i overflaten. En slik stemmemetafor kan være nyttig. Den minner terapeuten om at måten å lytte på må være sensitiv og bredspektret. Alle stemmene må få sjansen til å bli hørt.

En kort klinisk illustrasjon: P kommer heseblesende til timen, slenger seg på benken og utbryter: «Jeg har sånn hastverk.» (etter en kort pause): «Jeg ville ikke komme for sent til timen i dag. Vi snakket om det i går. Jeg så at du ikke likte det, at jeg kom for sent.» Her er flere ting å gripe fatt i. Den tydelige stemmen er klar: «Jeg så at du ikke likte at jeg kom for sent.» Det er rimelig at analytikeren fanger opp den og kommenterer: «Du tenker kanskje at jeg er irritert på deg.» Denne kommentaren har til hensikt å innkretse hva slags objektrepresentasjon pasienten ubevisst overfører på analytikeren. Videre kunne den ha ledet i retning av et infantilt scenario med ulydighet og angst for straff. Men analytikeren kunne også ha valgt et annet alternativ. Han kunne latt den tydelige stemmen forblitt ukommentert foreløpig og i stedet svart: «Du startet i dag med å si at du har sånn hastverk.» Analytikeren løfter frem formuleringen «hastverk». Han går så å si tilbake og starter med starten. Analytikeren intervensjonerer ut fra den tanken at pasientens selvbeskrivelse, «Jeg har sånn hastverk», peker i retning av et mer omfattende tema. Det handler om et menneske som aldri har ro. Begrunnelsen for analytikerens valg ligger i at dette temaet er mer i overflaten enn dagens «komme for sent»-tema fordi det er der *alltid* og derfor bør tas først. Om dette ville ha vært et produktivt innspill fra analytikeren der og da, skal være usagt. Men eksemplet illustrerer poenget med å starte fra overflaten for å få med materialet i videst mulig sammenheng. Dessuten markerer analytikeren med sin intervensjon at han ikke har latt seg trekke inn i pasientens hastverksstil, noe pasienten kanskje har et ubevisst motiv for å gjøre for derved å ta kontroll over relasjonen. Han er jo nettopp «spesialist» på denne stilen.

Det å starte fra overflaten innebærer også at det analytiske arbeidet beveger seg fra overflaten mot dypere lag, trinn for trinn, med analytikeren taktfullt bak. Denne fremgangsmåten er stikk motsatt

den «gammelkleinianske» direkte tolkning av arkaisk materiale – uten å gå veien om konfliktenes avleiring på ulike nivåer og i ulike overføringsmønstre. Pasienten må få sjansen til å kunne følge med, både emosjonelt og kognitivt i hvert tolkningstrinn. For å oppnå dette må analytikeren klargjøre for pasienten hvilke observasjoner tolkningene bygger på.

Fokus på motstand

I psykoanalysens terapiteori refererer begrepet motstand til faktorer som hindrer progresjon i terapiprosessen. En rekke av de fenomenene som utspiller seg i terapirelasjonen, for eksempel overføring, kan sees også i et motstandsperspektiv. Av særlig betydning som motstand er «de *organiserte* (min utheving) løsninger som pasienten har formet gjennom sin utvikling for å holde seg sammen og for å forsvare seg mot overveldende og truende opplevelser»(Sandler & Sandler, 1994, s. 436). Slik sett er det innlysende at det alltid vil være et element av reservasjon hos pasienten mot å knytte seg emosjonelt til analytikeren og mot det å gi seg hen til den analytiske prosessen. Det er alltid noe pasienten ikke vil se – eller innse. Pasienten vil ikke føle for hvem han/hun føler hva. Relasjonsorientert karakteranalyse har vedvarende fokus på disse organiserte løsningene som også kan kalles strukturalisert motstand (Killingmo, 2001). Påpeking og analyse av slik motstand er et av de fremste kjennetegn ved den analytiske praksis som diskuteres her. Men det dreier seg ikke om karakterpåpeking slik den ofte forbindes med Reich. For ham var karaktermotstanden nærmest som et festningsverk som skulle brytes ned. Strategibegrepet som jeg nevnte tidligere, har trukket motstandsbegrepet inn i dynamikk. En strategi kan fungere som motstand i terapien. Samtidig inneholder den et relasjonelt budskap. Motstand kan derved også sees som en kronisk melding fra pasientens ubevisste, og dette anropet må analytikeren ta imot med sensitiv lydhørhet, ofte over lang tid, før pasienten selv hører de innebygde meldingene i sin egen stil. I denne sammenhengen blir motstand ikke å betrakte som en upersonlig mekanisme, og «påpeking» får en langt mykere klang enn den som vanligvis legges i dette ordet.

Fokus på det negative

I den analytiske prosessen vil analytikeren uvegerlig trekkes inn i pasientens internaliserte relasjoner til primærobjektene. Pasienten overfører ubevisst til analytikeren emosjonelle kvaliteter hentet fra den «indre» mor og den «indre» far. De infantile relasjonsmønstrene er så å si alltid ambivalente. Dette tilsier at analytikeren er spesielt rettet mot den «negative» polen i disse, dvs. pasientens opplevelse av de indre objektenes aggresjon rettet mot eget selv og av egen protest og opprør rettet mot objektene. Det er avgjørende at pasientens underliggende oppfatning av analytikeren som en kritisk, dømmende,

devaluerende eller moraliserende objektrepresentasjon blir fanget opp og tolket. Hvis slike latente negative holdninger ikke bringes frem og analyseres, kan de lett overdekkes av en avvergende idealiserende overføring, og analysen når ikke ned til den infantile kvalitet, verken i pasientens nederlagsfølelse eller raseri.

Fokus på form

Det å analysere form er ikke nytt i psykoanalysen. Allerede i 1940-årene rådet Fenichel (1941) analytikeren til å tolke egoaspektet av materialet før idaspektet. Det karakteranalytiske perspektivet innebærer at analytikeren vedvarende har fokus på formen i alle dens uttrykk. Formen representerer selvets ytterste «frontlinje» mot objektene. Det er gjennom formen selvets relasjon til objektene reguleres, og det er gjennom formen at pasienten umiddelbart justerer dialogen med analytikeren.

Affekt er drivkraften i den terapeutiske dialogen, men dialogen kan gå tom for dynamikk. Den kan lett spore av og stagnere i intellektuelle betraktninger *om* følelser uten at noe føles. I denne sammenhengen kan det være nyttig for analytikeren å legge særlig vekt på språk og språkføring. Jeg skal nevne to eksempler. Det første er bruk av den substantiviske form. Mange analytikere vil gjenkjenne pasienten som snakker om «min angst», «min utilstrekkelighetsfølelse», «min aggresjon» og «min skyldfølelse». Pasienten sier ikke «Jeg er redd», «Jeg føler meg utilstrekkelig», «Jeg er sint», «Jeg føler skyld.». Ved den substantiviske formuleringen trer pasienten i betrakterforhold til sin egen følelse. Selvet som subjekt trekkes ut av språket, og affektoplevelsen blir borte. Igjen står bare kategorier av følelser. Hvis analytikeren svarer i samme språkform og snakker om «angsten» din, «skyldfølelsen» din osv., har de to i virkeligheten gått i allianse om å holde følelser borte fra dialogen. Et annet eksempel er pasienten som stadig skyter inn småord eller talemåter som ikke er nødvendige for meningen i setningen, som: «for så vidt», «på en måte», «nemlig», «sånn sett», «for eksempel», «likksom». De representerer «skritt» ut av meningsforløpet og skaper psykologiske «hull» i teksten. Derved brytes sammenheng, og affekt blir skilt fra kognitiv representasjon. Begge eksemplene viser hvordan en isoleringsmekanisme kan ligge innvevd i språket og kan anta form av en permanent stil.

Relasjon til andre psykoanalytiske posisjoner

Jeg har i det foregående trukket frem fem synsvinkler av teknisk art. Mange analytikere vil nikke gjenkjennende til disse, og noen vil arbeide mer og mindre langs de samme linjer. I det følgende skal jeg kort peke på likheter og forskjeller mellom relasjonsorientert karakteranalyse, som jeg her skal

kalle den «nye» karakteranalysen, og noen andre retninger i dagens mangfoldige psykoanalytiske landskap.

Først og fremst har den nye karakteranalysen klare fellestrekk både med *the contemporary Freudian approach* i London representert ved Sandler og Sandler (1998) og med såkalt egopsykologisk objektreasjonsteori representert ved Otto Kernberg (2004). Sandler (1976) tanker om ubevisst rolletildeling, rollemottakelighet og aktualisering i overførings–motoverførings-samspeillet er inkludert i scenariobegrepet. Men karakteranalysen synes å gå lenger enn Sandler i å fremheve pasientens egosyntone forsvarsmåter og motstand og understreker sterkere nødvendigheten av å påpeke dem. Når det gjelder Kernberg, er det sammenfallende holdning til driftsbegrepet. Drift kan ikke sees uavhengig av objekterfaringer. Den nye karakteranalysen opprettholder også, slik som Kernberg, seksualitet og aggresjon som kraftfulle motivsystemer. Men til forskjell fra ham opererer karakteranalysen også med relasjonsbehov som et eget sentralt motivasjonssystem. Ubevisste relasjonsønsker gjør seg gjeldende gjennom pasientens forsøk på å engasjere analytikerens i spesifikke relasjonsscenarioer. I klinisk praksis vil som regel alle motivsystemene være aktive, innvevd i hverandre. Når det gjelder klassisk kleiniansk teori og teknikk, er det neppe noe felles utover hovedtanken, det å internalisere et godt og trygt objekt. Når det imidlertid gjelder de såkalte *Contemporary Kleinians of London* (Schafer, 1997), er det åpenbart flere tekniske elementer felles, så som analyse av her-og-nå, analyse av den totale overføringen (Joseph, 1985) samt analyse av mer karakterutformede posisjoner (*pathological organizations*) (Steiner, 1985). Med de retningene som med en samlebetegnelse kan kalles relasjonell psykoanalyse, har den nye karakteranalysen felles base i tanken om pasientens og terapeutens gjensidige påvirkning, ikke minst ubevisst. En tanke om analytikerens som en uavhengig observatør kan ikke opprettholdes. Samtidig avgrenser karakteranalysen seg mot en ytterliggående intersubjektivitet. Den står fast på at det er mulig og nødvendig for analytikerens å være til stede i relasjonen som observatør samtidig som han/hun er deltaker i overførings–motoverførings-dynamikken. Det vil si at analytikerens, gjennom selvrefleksjon, kan opprettholde tilstrekkelig observerende distanse til å avgrense og å tolke pasientens forsøk på å ta kontroll over relasjonen (Gullestad & Killingmo, 2005).

Selv–objekt-relasjoner er den sentrale analyseenheten i den nye karakteranalysen. Ved dette bringes selvbegrepet langt sterkere inn i teorien enn det som har vært vanlig i klassisk psykoanalyse. Karakteranalysen og selvpsykologien synes å ha et møtepunkt i det forholdet at begge legger avgjørende vekt på den subjektive synsvinkelen. Innenfor karakteranalysen betyr dette at pasientens

selvfølelse, selvoppfatning og selvets opplevde værenstilstand til enhver tid er med i analytikerens lytteperspektiv. Derved blir selvproblematikk et hyppig tema i den terapeutiske dialogen. Når pasientens selvopplevelse er fragmentert og preget av manglende meningsfylthet, skifter den karakteranalytiske teknikken fra en tolkende til en bekreftende strategi (Killingmo, 1995, 2006). Det som trolig utgjør en viktig forskjell, er den vekt karakteranalysen legger på å tolke internaliserte aggressive objektrelasjoner og på å påpeke disse slik de kommer til uttrykk i negativ overføring.

Avslutning

Jeg innledet med å sitere Rapaport (1951), som hevdet at hvis en teori om personligheten skal være fullstendig, så må den være i stand til å begrepslegge både de bevegelige og de stabile sidene ved psykiske fenomener. Ved å koble sammen begrepene *karakter* og *relasjon* er Rapaports tese forsøkt videreført i nyere psykoanalytisk språkdrakt. På denne bakgrunn kan essensen i relasjonsorientert karakteranalyse sammenfattes slik:

Det er en analytisk praksis som i særlig grad fokuserer pasientens internaliserte relasjonsstrategier mellom selvrepresentasjoner og objektrepresentasjoner slik de utspiller seg i overføringen i den terapeutiske dialogen. Om denne analytiske posisjonen er tilstrekkelig avgrenset til å fortjene en egen betegnelse, eller om den representerer en mer løselig sammenstilling av elementer fra ulike retninger, er åpent for diskusjon. Uansett, hovedtanken er å integrere det stabile i det bevegelige.

Bjørn Killingmo
Psykologisk institutt
Universitetet i Oslo
Pb. 1094 Blindern, 0317 Oslo
E-post bjorn.killingmo@psykologi.uio.no

Referanser

Fenichel, O. (1941). *Problems of psychoanalytic technique*. New York: The Psychoanalytic Quarterly.

- Freud, S. (1921). Group psychology and the analysis of the ego. *Standard Edition*, 18, 69–143. London: Hogarth Press, 1955.
- Freud, S. (1923a) [1922]. Two encyclopedia articles. *Standard Edition*, 18, 235–259. London: Hogarth Press, 1955.
- Gullestad, S. E. & Killingmo, B. (2002). Dybdeintervjuet. Dialogen bak dialogen. I A. L. von der Lippe & M. H. Rønnestad (red.), *Det kliniske intervju* (ss. 123–147). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Gullestad, S. E. & Killingmo, B. (2005). *Underteksten. Psykoanalytisk terapi i praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Joseph, B. (1985). Transference: The total situation. *International Journal of Psychoanalysis*, 66, 447–454.
- Kernberg, O. F. (2004). *Contemporary controversies in psychoanalytic theory, techniques, and their applications*. New Haven: Yale Universities Press.
- Killingmo, B. (1995). Affirmation in psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 76, 503–518.
- Killingmo, B. (2001). Trenger vi strukturbegreper? Egopsykologi i nytt hus. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 38, 1030–1041.
- Killingmo, B. (2006). A plea for affirmation. Relating to states of unmentalised affects. *Scandinavian Psychoanalytic Review*, 29, 13–21.
- Rapaport, D. (1951). The autonomy of the ego. I M. M. Gill (Ed.), *The collected papers of David Rapaport*. New York: Basic Books.
- Reich, W. (1933). *Character-Analysis*. New York: Orgone Institute Press, 1949.
- Sandler, J. (1976). Countertransference and role-responsiveness. *The International Review of Psychoanalysis*, 3, 43–47.
- Sandler, J. & Sandler, A.-M. (1994). Theoretical and technical comments on regression and anti-regression. *International Journal of Psychoanalysis*, 75, 431–441.
- Sandler, A.-M. & Sandler, J. (1998). *Internal objects revisited*. London: Karnac.
- Schafer, R. (Ed.). (1997). *The contemporary Kleinians of London*. Madison: International Universities Press.
- Schjelderup, H. (1941). *Nevrosene og den nevrotiske karakter*. Oslo: Universitetsforlaget, 1988.

Sjöbäck, H. & Westerlundh, B. (1977). *Sigmund Freud. Liv och personlighet. Ögonvittnen berättar*.
Bo Cavefors Bokförlag AB.

Steiner, J. (1985). The interplay between pathological organizations and the paranoid-schizoid and depressive positions. I R. Schafer (Ed.), (1997). *The contemporary Kleinians of London* (ss. 195–219). Madison: International Universities Press.