

Psykoanalysen mangler emosjoner

Sigmund Karterud
 MD, PhD, professor i psykiatri, Institutt for mentalisering
 wkarteru@online.no

Etter 100 år skulle man tro at teorien om libido enten ville være verifisert eller falsifisert. Problemet er imidlertid at toneangivende psykoanalytikere motsetter seg empirisk testing av sine teorier.



Faksimile fra septemberutgaven av Psykologtidsskriftet, som var det andre av to temanumre om psykoanalyse.

PSYKOANALYSEN

TIDSSKRIFT FOR NORSK psykologforening skal ha honnør for sine to interessante spesialnumre om psykoanalytisk orientert psykoterapi. Psykoanalysen er, av mange gode grunner, omstridt. Ikke minst på grunn av sitt problematiske forhold til empiri i vanlig akademisk forstand. I nevnte spesialnumre kommer bredden i psykoanalytiske tilnærminger godt frem. Imidlertid savnet jeg flere kritiske røster. Den tydeligste kritiske stemmen kom faktisk fra psykoanalysens grand old lady i Norge, Siri Gullestad, som i en litt refsende stil i artikkelen «Seksualitet i et psykoanalytisk perspektiv» rettet pekefingeren mot den «relasjonelle vending», som, ifølge Gullestad (2018), bærer i seg en «teoretisk svekkelse av driftsperspektivet» og dermed et «tap av kompleksitet på teoretisk så vel som på klinisk nivå».

Det er noe klassisk psykoanalytisk, nærmest arkaisk, ved Gullestads artikkel som jeg vil kommentere ettersom det anskueliggjør sentrale dilemmaer i psykoanalytisk teoridannelse. Derne

vil jeg gi Gullestad anerkjennelse for hennes kritiske kommentarer, men samtidig peke på en annen vei enn «retour à Freud».

Mangel på empirisk testing

Hovedproblemet med Gullestads tekst er den innelukkede diskursstilen, som utelukkende refererer til andre psykoanalytiske forfattere, hvorav Freud selvsagt inntar en sentral posisjon. Det hele blir svært eksegetisk; jeg får sterke assosiasjoner til bibelfortolkninger. Spørsmål om sant eller galt underordnes en drøfting av hvordan Freud og hans etterfølgere kan tolkes, og «teoretiske spenninger» mellom drift og objekt i Freuds forfatterskap opphøyes til et overordnet tema. Dette er kjente problemer hos mange psykoanalytiske teoretikere. Man avviser utfordringen om *empirisk testing* av egne påstander (Green, 2000). I dette tilfellet er de viktigste påstandene at Freuds driftsteori i hovedsak er gyldig, og at klinikere som ikke inkorporerer denne i sin forståelse og kliniske praksis, er overflatiske, underforstått at en driftsbasert psykoanalyse er «dypere». Jeg merker meg også at polemikken mot «de relasjonelle» er referanseløs. Det er ingen spesifiserte forfattere det oppones mot, og det refereres heller ikke til noen empiriske undersøkelser som faktisk kan vise at relasjonelle terapeuter er mer «overflatiske».

La oss ta påstanden om gyldigheten av Freuds driftsteori først. Inkludert noen modifikasjoner er denne teorien nå omtrent 100 år gammel. Teorien er kompleks og inneholder mange elementer. Viktigste premiss er elementet om libido som en grunnleggende søken etter lyst, en driftsbasert psykoseksualitet, som på avgjørende måter vil prege vår personlighetsutvikling. Libido vil med nødvendighet drive barnet inn i en ødipalkonflikt med incestønsker overfor mor og dødsønsker overfor far. En skulle tro at etter 100 år ville denne teorien enten være verifisert eller falsifisert. Problemet er imidlertid at toneangivende psykoanalytikere motsetter seg vanlige regler og prosedyrer for hypotesetesting. For dem er det ikke noe problem at ingen hittil har funnet libido som noen målbar størrelse som er lokalisert til bestemte deler av hjernen, og som har sin egen nevrokjemi. For libido skal være noe annet enn den seksualdriften som vekkes i puberteten, og som er knyttet til testosteron. Sistnevnte utgjør ifølge Gullestad et naivt syn på seksualitet, noe som Freud nettopp utfordret, ja «snudde på hodet». Problemet er imidlertid at dette «naive» synet, som sterkt nedtoner betydningen av barneseksualitet, står langt sterkere vitenskapelig enn libidoteorien. Det er heller ingen empiriske holdepunkter for at incestønsker overfor mor og dødsønsker overfor far er viktige og allmenne problemer for barn (M.N. Eagle, 2018). Det *kan* være vesentlige problemstillinger for *noen* barn, men da skyldes det gjerne foreldrenes adferd. Det som derimot *er* vesentlige problemstillinger hos alle barn, er at foreldrene er trygge som tilknytningspersoner, at de beskytter, tar vare på, respekterer og interesserer seg for og stimulerer barnets opplevelsesverden.

Barnets lystsøking blir seksualisert i unødvendig grad

De ovenfor nevnte argumentene er selvsagt ikke nye for Gullestad. Hun har støtt på dem utallige ganger før. De går nettopp på *begrunnelsene* for hvorfor «relasjonelle teoretikere» har forkastet driftsteorien: 1) Teorien om libido som drift har ingen forankring i virkeligheten, 2) de fleste barn strever ikke med incest- og dødsønsker, 3) alle barn strever imidlertid med å forstå andre og seg selv og trives best i trygge tilknytningsforhold, og 4) ovennevnte har stor betydning for psykodynamisk teori og praksis. Problemet er at Gullestad ikke argumenterer empirisk for hvorfor «de relasjonelle» tar feil når de forkaster hennes driftsteori. Selv vil hun ha «både drift og relasjon», men har ingen nye empiriske argumenter for hvorfor drift er viktig, annet enn å appellere til Freud og løse påstander om

at driftsløs teori og praksis blir «overflatisk». Selv antyder Gullestad mer sosialpsykologiske grunner til at driftsperspektivet er svekket i moderne psykoanalyse, for eksempel at analytikere nå har økt kunnskap om tidlig samspill, og at de har litt annerledes («sykere») klienter. Men hun unngår sakens kjerne: Hvorvidt seksualteorien bør forkastes fordi den rett og slett ikke er sann.

Det ubevisste

Som neste punkt vil jeg nettopp kommentere påstandene om det «overflatiske» og det ubevisste. Det er påstander en ofte hører fra psykoanalytisk hold, og som gjerne handler om at psykoanalysen «går dypere» fordi den henvender seg til «det ubevisste», der driftskreftene herjer (Gullestad, s. 816: «... de ubevisste driftsønsker er kjernen i det dynamisk ubevisste»). Men denne oppfatningen av det ubevisste inngår også i kritikken fra relasjonelle teoretikere (M.E. Eagle, 2018). Det er ikke slik at klassisk psykoanalyse har monopol på det ubevisste. En moderne forståelse av det dynamiske ubevisste handler om emosjonelt ladete relasjonskonflikter som individet ikke har oversikt over, og som driver individet og forvirrer det, snarere enn en indre, nærmest psykotisk kjerne, der ubevisste og driftsbaserte incest- og dødsønsker herjer. Å gjøre det ubevisste bevisst i moderne relasjonell psykoterapi handler derfor mer om en (felles) utforskning av «how your mind works» enn av bevisstgjøring av driftsderivater. Å hevde at slik utforskning er «overflatisk», får stå for Gullestads egen regning. Jeg er selv lærer og veileder for en «relasjonell» psykoterapiretning, mentaliseringsbasert terapi (MBT). Hvert år ser jeg godt over 100 borderlinepasienter i videobasert veiledning. Det er ikke spesielt overflatisk det vi er vitne til der. Tvert om, det handler ofte om hjerteskjærende psykisk smerte som er på grensen til det som er mulig å holde ut. Og denne smerten skyldes ikke seksualdriften, men tidlige traumer, overgrep, neglisjering, vold og løgn. Det er heller ikke manglende innsikt i driftsproblematikk som er problemet for terapeutene. Som sikkert også Gullestad vil være enig i, handler det mer om terapeutenes vansker med å tenke fordi deres mentaliseringsevne blir satt på strekk (motoverføring) på grunn av det overveldende og ofte kaotiske emosjonelle feltet de blir trukket inn i.

Men jeg skal gi Gullestad medhold i ett anliggende: dette at mennesket «drives» av noe. En gyldig personlighetsteori må ha et begrep om energi (Karterud, 2017). Freud/Gullestad legger dette inn i libidobegrepet. I den grad «relasjonelle» teoretikere har et energibegrep om hva som driver oss, vil mange si at driften nettopp er relasjonell eller «objektsøkende» (Fairbairn, 1952). John Bowlby, som mange i vår tid vil se på som en samlende skikkelse som har lagt grunnlaget for en slags allmenn objektrelasjonsteori, snakket om tilknytning som et instinktivt «autonomt adferdssystem» (Bowlby, 1969). Vi drives, på en nærmest driftsmessig måte, til å søke tilknytning til andre mennesker. Vi har «primære relasjonsbehov», og Bowlby ga disse en evolusjonær forankring. I og for seg var dette et fremskritt, men jeg er enig med Gullestad i at dersom dette går på bekostning av seksualdriften, har vi et problem. Jeg vil imidlertid legge til at problemet er større enn som så fordi det handler om mer enn seksualdriften, det handler om motivasjonelle drivkrefter i sin alminnelighet, og det handler spesielt om psykoanalysens mangel på en gyldig emosjonsteori.

Siri Gullestad ønsker seg tilbake til Freud. Dessverre er det et blindspor

Drift eller emosjoner?

Det *kan* være et problem for relasjonelle teoretikere om de slår seg til ro med «primære relasjonsbehov» som den ytterste motivasjonskilde. Den relasjonelle retningen jeg kjenner best til, er selvpsykologien (Karterud & Monsen, 1997). Ifølge Kohut (1977) er speiling et klart «primært relasjonsbehov». Hos Kohut ligger det ingenting «bakenfor» dette. Om det likevel *skulle* være noe «bakenfor», er da svaret å gå tilbake til Freud, slik Gullestad gjør? Nei! Et bedre alternativ er å dekonstruere «relasjonsbehov». Hva består de av? Med referanse til moderne personlighetsteori (Karterud, 2017) vil jeg hevde at *menneskets natur* er relasjonell. Emosjonene er relasjonelle i sitt vesen, de er evolvert for å håndtere andre levende organismer; tilknytningen er selvsagt relasjonell, og selvbevisstheten bygger på internalisering av språkliggjorte relasjonelle erfaringer. Men dette betyr ikke nødvendigvis at mennesker i utgangspunktet søker mennesker på driftsmessig vis, at vi av natur er «objektsøkende». En alternativ og bedre forklaring, i pakt med affektiv nevrovitenskap, finner vi i moderne emosjonsteori (Panksepp & Biven, 2012). Ja, mennesker (og spedbarn) søker ut over seg selv fordi de er drevet av utforskingstrang (SØKING, «SEEKING», forventningsglede; her skrevet i VERSALER, som er Panksepps uttrykksmåte). De søker mat, bryst, sex, opplevelser, makt, kontroll, med mer. Når små barn blir FRYKT-aktiverte og utsatt for SEPARASJONSANGST, gir de uttrykk for «distress calls», som påkaller tilknytningspersonens OMSORGS-system, og partene bindes til hverandre alt etter som hvordan de lykkes i sitt samspill. Som oftest blir denne tilknytningen trygg, og på grunnlag av denne «working model of the mind» (Bowlby, 1973) bygges det ut indre objektrelasjoner som tjener som ledetråder for å håndtere en kompleks sosial verden. Med moderne emosjonsteori vil vi si at «relasjonsbehov» *ikke er årsak til tilknytning, men et resultat av den*. Spedbarn søker ikke noe «objekt», idet de ikke har noen forestilling eller representasjon av noe objekt. Spedbarn drives av sult og tørst og primitive primære emosjoner, og gjennom positive tilknytningserfaringer blir representasjoner av tilknytningspersoner ladet med forbindelser til nevrosystemene for oxytocin, vasopressin og endogene opioider. På sett og vis blir barnet «addicted» til sine tilknytningspersoner (Insel, 2003). Dermed blir det *etablert* «relasjonsbehov». I en videre forstand kan en si at barnet har relasjonsbehov fordi det er avhengig av å bli forstått, bekreftet, stimulert, ikke minst for å utvikle intersubjektiv kompetanse. Men dette er heller ikke basert i noen drift.

I tillegg til ovennevnte primære emosjoner har vi også SINNE, LEK (glede) og seksuell LYST. Ettersom psykoanalysen ikke har akseptert denne differensieringen, får den problemer med seksualitetens vesen. Barnets lystsøking blir seksualisert i unødvendig grad. Det at barn søker lyst, er ingen sensasjon i vår tid. Det gjør vi alle. Vi er alle drevet av SØKING, og vi tilbringer oftest mer tid i selve forventningsgleden enn i selve tilfredsstillelsen. SØKING er faktisk den primære emosjonen som empirisk kommer tettest på Freuds begrep om libido (Panksepp & Biven, 2012). Det er imidlertid god grunn til å benytte begrepet SØKING fremfor libido ettersom en da unngår den uheldige barneseksualiseringen. Det innebærer ikke at seksualiteten er over og ut. På ingen måte. Den kommer for full kraft, som drift, i puberteten, når seksuallhormonene våkner. Slik sett har den «naive» seksualteorien rett.

Det finnes altså et mangfold av motivasjonelle krefter som setter preg på våre relasjoner, innenfra. Disse emosjonene inngår i (til dels gamle) relasjonelle scenarier, og delvis har de driftskarakter og dels har de det ikke. De spiller seg ut på måter vi ikke har oversikt over, og på den måten er de ubevisste. Psykoanalysen, den klassiske og den relasjonelle, vil stå seg på å sortere disse kreftene i tråd med moderne vitenskap. Siri Gullestad ønsker seg tilbake til Freud. Dessverre er det et blindspor. «Seksualitet i et psykoanalytisk perspektiv» viser dette ganske tydelig.

Referanser

- Bowlby, J. (1969). *Attachment. Vol. 1, Attachment and Loss*. London: The Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment. Vo. 2, Anxiety and Anger*. London: The Hogarth Press.
- Eagle, M.E. (2018b). *Core concepts in contemporary psychoanalysis*. London: Routledge.
- Eagle, M.N. (2018a). *Core concepts in classical psychoanalysis*. London: Routledge.
- Fairbairn, W.D. (1952). *Psychoanalytic studies of the personality*. London: Tavistock.
- Green, A. (2000). Science and science fiction in infant research. I J. Sandler, A.M. Sandler, & R. Davies (red.), *Clinical and observational psychoanalytic research* (s. 41–73). London: Karnac Boks.
- Gullestad, S. (2018). Seksualitet i et psykoanalytisk perspektiv. Et forsvar for drift og begjær. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, (55), 9: 806–821.
- Insel, T.R. (2003). Is social attachment an addictive disorder? *Physiology & Behavior* (62), 213–218.
- Karterud, S. (2017). *Personlighet*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Karterud, S., Monsen, J. (red.) (1997). *Selvpsykologi. Utviklingen etter Kohut*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Panksepp, J., & Biven, L. (2012). *The Archaeology of Mind: Neuroevolutionary Origins of Human Emotions*. New York: W.W. Norton & Company.