

Skam i den tidlige udvikling & dens konsekvenser

Kandidat Speciale

**Aalborg Universitet
28. maj 2014**

Specialets samlede antal tegn: 298.058
Svarende til normalsider: 124,2

Udarbejdet af:

Sarah Overgaard Henriksen
Studienr.: 20092449

Charlotte Rieber-Mohn
Studienr.: 20092470

Vejleder: Mette Thuesen

Abstract

The current master thesis involves a psychological theoretical exploration of shame as an underlying organising construct in psychological life. Shame is viewed as an affect intimately linked with its experiential element. The central theoretical model of this thesis is Intersubjectivity theory which proposes that psychological life is forged within the child-caregiver system. Furthermore, the unfolding of psychological life is viewed as arising solely from lived experiences, in which connection affects are rated as the motivating capacity. Based on this accentuation of affects, in the unfolding of subjective life, this current thesis asks how shame influences the individual when it occurs early in life. In order to further investigate this question, a synthesis was drawn between Allan Schore's neuroaffective perspective, Gershen Kaufman's affect theory and Andrew Morrison's self-psychology. Collectively, these models contributed to an understanding of the function of shame in early life as adaptive with regard to the development of the central nervous system and the affect regulatory system. It is proposed that shame functions as an adaptive socialising inhibitor of increased levels of arousal. Furthermore, this thesis argues that shame can adopt a maladaptive function in early life. The quality of the crucial child-caregiver system determines which of the two functions comes to hold the dominant position. Shame is considered maladaptive, as the child repeatedly is left feeling shameful without the primary caregiver's help to regulate this state. As a result of this, the child deduces that it is worthless. Hence, shame will gradually constitute the individual's experience of itself and organise its future experiences in life. Thus, an underlying construct of shame emerges. Hereafter, the thesis sets forth an investigation of the individual's difficulties generated by unregulated shame and its accompanying underlying construct and, furthermore, possible parallels to established psychiatric diagnoses. In considering the latter issue, it became evident that the difficulties caused by unregulated shame in early childhood have clear parallels with the diagnoses narcissistic personality disorder, depression, and eating disorders. As such, it was concluded that unregulated shame in early life has a mediating role in the development of psychopathology. The authors stress that difficulties caused by unregulated shame are viewed as debilitating, regardless of the diagnostic criteria are met. Finally, this thesis aims to explore how shame based difficulties could give rise to specific challenges in a therapy. Several relevant challenges with regard to the therapist work

were highlighted. This includes: challenges linked to approaching the painful subjective truth, establishing and sustaining a secure therapeutic relationship and the therapist remaining emotional available when the individual, due to childlike expectations, places extensive demands on the therapist. These challenges become particularly salient when taking into consideration that the therapist has natural human limitations. Furthermore, a number of challenges are put forth in connection to attuning to and working with an impaired nervous system. Overall, this thesis presents a theoretical model explaining the underlying construct of shame's influence in human life, mental disorders and therapy.

Indholdsfortegnelse

INDLEDNING	1
PROBLEMFOMULERING.....	2
PRÆCISERING AF PROBLEMFOMULERINGEN	2
OPGAVENS OPBYGNING	4
OPGAVENS INTERSUBJEKTIVE FORSTÅELESERAMME	5
DET PSYKOLOGISKE LIV I ET INTERSUBJEKTIVT PERSPEKTIV	6
<i>Udviklingssyn</i>	7
INTERSUBJEKTIV EPISTEMOLOGI OG ONTOLOGI.....	8
EN TILNÆRMELSE TIL FÆNOMENET SKAM	10
AFFEKTEN SKAMS FORMGIVENDE ROLLE	10
SKAMS FÆNOMENOLOGISKE DYBDE.....	12
NÆRLIGGENDE FÆNOMENER	14
<i>Skyld</i>	15
AKTIVERING AF SKAM	16
VALG AF TEORI	18
SELVPSYKOLOGI.....	18
AFFEKTTEORI	19
NEUROAFFEKTIV TEORI.....	20
EN KRITISK DISKUSSION AF TEORIERNES EMPIRISKE GRUNDLAG	20
DEL 1; SKAMS FORMGIVENDE ROLLE	23
1.1 SKAMS ADAPTIVE ROLLE	24
1.1.1 <i>Den socialiserende skamfølelse</i>	25
1.1.1.1 Morens rolle som socialiseringsagent.....	26
1.1.1.2 Morens inducering af skam.....	27
1.1.1.3 Skams betydning for udviklingen af nervesystemet	29
1.1.2 <i>Regulering af skam</i>	31
1.1.2.1 En adaptiv regulering af skam	31
1.1.2.2 Manglende regulering af skam.....	33
1.1.3 <i>Konsekvenser af omsorgspersonens evne til at afstemme og regulere</i>	34
1.1.3.1 Udviklingen af et reguleringssystem	34
1.1.4 <i>Selvregulering</i>	36
1.2 OPSUMMERING	36
1.3 SKAM OG DEN MALADAPTIVE FORMGIVNING AF SELVOPLEVELSEN	37
1.3.1 <i>Den uregulerede skams maladaptive indvirkning på selvoplevelsen</i>	37
1.3.2 <i>Introduktion til syntesen mellem selvpsykologi og affektteori</i>	38

1.3.2.1 Kaufmans affektteoretiske perspektiv.....	39
1.3.2.2 Morrisons selvpsykologiske perspektiv.....	42
1.3.3 <i>Det affektteoretiske- og det selvpsykologiske perspektivs samlede bidrag</i>	47
1.3.4 <i>Diskussion af syntesen</i>	49
DELKONKLUSION 1	52
DEL 2; PSYKOPATOLOGI SOM KONSEKVENNS AF SKAM I DEN TIDLIGE UDVIKLING	54
2.1 UDFOLDELSE AF INDIVIDETS VANSKELIGHEDER.....	55
2.1.1 <i>Det skambundne individs livsverden</i>	55
2.1.1.1 En begrænset livsudfoldelse	55
2.1.1.2 En skamfuld sandhed	57
2.1.1.3 En svækket evne til at affektregulere.....	57
2.1.2 <i>Skammens virkning – ad flere veje</i>	58
2.1.2.1 Den tidlige skams virkning – med udgangspunkt i en inkonsistent afstemning.....	59
2.1.2.2 Opsummering.....	62
2.1.2.3 Den tidlige skams virkning – med udgangspunkt i en kronisk manglende afstemning.....	63
2.1.2.4 Opsummering.....	66
2.1.3 <i>Bevidsthed omkring den formgivende skam</i>	66
2.1.3.1 Bevidsthed om skam hos det inkonsistent afstemte individ	67
2.1.3.2 Bevidsthed om skam hos det kronisk mangelfuldt afstemte individ	68
2.2 OPSUMMERING	69
2.3 DE LIDELSESFULDE VANSKELIGHEDER.....	70
2.4 DEN MEDIERENDE ROLLE I PSYKOPATOLOGISK UDVIKLING ILLUSTRERET VED DIAGNOSER	70
2.4.1 <i>Narcissistisk personlighedsforstyrrelse</i>	71
2.4.1.1 De diagnostiske kriterier.....	71
2.4.1.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder.....	72
2.4.2 <i>Opsummering</i>	75
2.4.3 <i>Depression</i>	76
2.4.3.1 Diagnostiske kriterier.....	76
2.4.3.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder.....	76
2.4.4 <i>Opsummering</i>	79
2.4.5 <i>Spiseforstyrrelser</i>	79
2.4.5.1 De diagnostiske kriterier.....	80
2.4.5.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder.....	80
2.4.5.2.1 Anoreksi	80
2.4.5.2.2 Bulimi	83
2.4.6 <i>Opsummering</i>	84
2.5 OPSAMLING: SKAMS MEDIERENDE ROLLE I UDVIKLINGEN AF PSYKOPATOLOGI.....	85
2.6 EN ATEORETISK OG EN TEORETISK FORSTÅELESRAMME.....	86
DELKONKLUSION 2	89
DEL 3: UDFORDRINGER I PSYKOTERAPI	91

3.1 AT FÅ ØJE PÅ SKAM	92
3.2 AT ITALESÆTTE SKAM	93
3.3 AT FÅ MULIGHED FOR AT HJÆLPE.....	96
3.3.1 <i>Den for individet uvante trygge relation</i>	96
3.3.1.1 Tilvejebringelsen af en god relation	97
3.3.1.2 Opsummering.....	100
3.3.2 <i>Det empatiske møde</i>	100
3.3.2.1 Krav om forældreomsorg.....	101
3.3.2.2 Afhængighed af relationen.....	102
3.3.2.3 Afslutning af behandlingen.....	105
3.3.3 <i>Terapeuten som et fejlbarligt menneske</i>	105
3.3.3.1 Terapeutens udfordringer med egne behov.....	106
3.4 AT DANSE MED ET MANGELFULDT UDVIKLET NERVESYSTEM.....	111
3.4.1 <i>At søge den rigtige intervention</i>	112
3.4.1.1 At arbejde med de nonverbale faktorer.....	113
3.4.2 <i>At søge den rigtige aktivering</i>	116
3.4.3 <i>Regulering ikke annullering</i>	117
DELKONKLUSION 3	120
KONKLUSION	124
REFERENCELISTE.....	127

Indledning

Menneskets natur indebærer en nødvendig stræben efter at harmonisere selvoplevelsen. Mennesket søger således at opfatte sig selv som en sammenhængende enhed. Noget der kan siges at være en udfordring, da der uden for viljens rækkevidde eksisterer tavse, skjulte og ubevidste kræfter, der påvirker menneskets liv. Sverker Belin påpeger i denne sammenhæng, at disse kræfter danner en underliggende dynamik, der påvirker menneskets navigering i verden (2010, pp.18f). I forlængelse heraf påpeger han, at disse især spiller en rolle i psykiske lidelser, hvor disse dynamikker gør individet ufrit og ufleksibelt. Overses den betydning, som de underliggende dynamikker har, angiver Belin, at terapeutiske processer kan forekomme at være uden virkning (ibid.). I denne forbindelse skriver Helen Block Lewis for eksempel om sine oplevelser med tilsyneladende vellykkede behandlingsforløb, hvor patienten, efter endt terapiforløb, vender tilbage med lidelse af endda højere intensitet (Lewis, 1987b, pp.94ff). Med baggrund i disse erfaringer blev Lewis opmærksom på, at skam var en central underliggende problematik i hendes patienters lidelse (ibid.). Disse erfaringer er i samklang med Lars J. Sørensens opfattelse af, at skam udgør en underliggende baggrund i al psykisk lidelse (2013, pp.171ff). Finn Skårderud påpeger ligeledes, at skam er en grundlæggende og stadig tilbagevendende affekt, som danner baggrund for psykiske lidelser (2001a, p.1614). Ud fra ovenstående synes der at være argument for, at skam kan betragtes som en central underliggende dynamik i psykiske lidelser.

Lewis pegede i 1987 på, at skam var en overset faktor inden for psykologiske kredse og i den forbindelse benævnte hun skammen som *"the "sleeper" in psychopathology"* (Lewis, 1987a, p.1). Siden er der kommet mere fokus på netop skams centrale rolle i psykopatologi. Denne opgave ønsker at bidrage til at kaste lys over skam som en underliggende dynamik i psykiske lidelser. Nærværende forfatterne er af den opfattelse, at det er formålstjenligt at være oplyst om en problematik for netop at kunne identificere den – især når problematikken har en skjult karakter, hvilket er tilfældet ved skam. I denne sammenhæng trækker vi på Belins betragtning om, at et teoretisk fundament og en forståelsesramme er centralt for især at kunne forstå en indre skjult dynamik (Belin, 2010, p.18). Netop en forståelse for skam synes relevant for nærvæ-

rende forfatteres kommende praksis, eftersom der kan argumenteres for, at dette kan give indblik i skammens centrale rolle i psykisk lidelse. En viden som kan tænkes at være relevant for alle, der arbejder i klinisk praksis. I forhold til vores egne hidtidige praktiske erfaringer kan en retrospektiv refleksion være, at en forståelse for underliggende skamproblematikker muligvis kunne have givet andre facetter i mødet med patienter.

Med henblik på at skabe forståelse for skam som en underliggende dynamik i psykiske lidelser, anlægges der i nærværende opgave et udviklingsperspektiv. Et udviklingsperspektiv synes netop at indfange det faktum, at en underliggende dynamik dannes og gives form gennem individets udviklingsproces. I forlængelse heraf anlægger vi et særligt fokus på de tidlige leveår, eftersom vi anser dette tidspunkt i individets liv som der, hvor denne underliggende dynamik især tager form. Ergo foreligger der den forståelse, at skam vil spille en særlig indflydelsesrig rolle i individets tidlige leveår. Herudover ønsker vi i nærværende opgave at undersøge sammenhængen mellem tilstedeværelsen af skam som en underliggende dynamik og forekomsten af psykiske lidelser, hvilket blandt andre Lewis, Sørensen og Skårderud fremhæver. Afslutningsvis, med henblik på at bruge denne viden i klinisk praksis, ønsker vi at se nærmere på implikationer, som den tidligt erhvervede dynamik kan sætte i spil i psykoterapi. Med afsæt i disse problemstillinger udformes følgende problemformulering;

Problemformulering

Hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individet? Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi? Og i forlængelse heraf, hvilke udfordringer kan skam medføre i psykoterapi?

Præcisering af problemformuleringen

I dette afsnit præciseres problemformuleringen. Overordnet lægger problemformuleringen grundlag for en progressiv eksplorativ undersøgelse. Det vil sige, at den sigter mod at udvikle forståelse og viden. I denne sammenhæng bygger vi på den opfattelse, at skam er central og vores undersøgelse sigter dermed mod at opnå større forstå-

else for, hvordan den er central. Vi beskæftiger os således ikke direkte med, hvorvidt skam er central eller ej. Problemformuleringens opbygning kan siges at afspejle netop undersøgelsens progressive opbygning.

Problemformuleringen består af tre spørgsmål og i forlængelse heraf består opgaven i tre hoveddele, hvor hver del er dedikeret til at besvare ét spørgsmål i problemformuleringen. Hvert led bidrager således til en progressiv tilvejebringelse af viden; ved besvarelsen af ét spørgsmål genereres viden, der bidrager til besvarelsen af det næste spørgsmål. Med det første spørgsmål: *(1) Hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individet?*, efterspørges der en undersøgelse af, på hvilke måder og med hvilke konsekvenser skam påvirker individet. *Tidligt i udviklingen* henleder til individets første leveår. I denne forbindelse foreligger der ingen tidsmæssig ramme, da vi mener en skarp aldersangivelse kan være en uhensigtsmæssig begrænsning. For præciseringens skyld vil vi dog angive, at vi med de tidlige leveår lægger hovedvægten på de første to-tre år i barnets liv. Med det næste spørgsmål: *(2) Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi?*, efterspørges en undersøgelse af, om konsekvenserne af skam i den tidlige udvikling (udledt ved besvarelsen af spørgsmål 1) kan knyttes til udviklingen af psykopatologi. *Denne skam* henviser således til den tidlige skam og konsekvenserne forårsaget af skam i den tidlige udvikling. *Medierende rolle i udviklingen* henviser til den forbindelse skam kan skabe til psykopatologi gennem dens konsekvenser i den tidlige udvikling. *Psykopatologi* henviser til symptomer, der kendetegner psykiske lidelser. Med det sidste spørgsmål: *(3) Og i forlængelse heraf, hvilke udfordringer kan skam medføre i psykoterapi?*, efterspørges en undersøgelse af, de udfordringer der knytter sig til skam og dets konsekvenser i behandlingsøjemed. Det skal afslutningsvis præciseres, at eftersom vores undersøgelse er progressiv eksplorativ, vil hver del lægge ud med en uddybelse af det led i problemformuleringen, der står for besvarelse. Med denne uddybelse tages der højde for den viden, der er blevet genereret i de foregående dele af opgaven. Således vil der, i begyndelsen af hver del, ske en integration, mellem den viden der indtil da er frembragt og det spørgsmål den videre undersøgelse står ovenfor.

I forhold til at afklare hvordan nærværende forfattere betragter *skam*, er der dedikeret en del af opgaven til dette formål (se En tilnærmelse til fænomenet skam). I samme

ombæring ledes læseren ind i opgavens problemfelt. Før vi kommer til dette, vil vi i næste afsnit give læseren et overblik over opgavens opbygning.

Opgavens opbygning

I dette afsnit vil vi introducere læseren for strukturen i nærværende opgave med henblik på at besvare problemformuleringen. Først vil *Opgavens intersubjektive forståelsesramme* blive præsenteret, hvilket vil sige opgavens videnskabsteoretiske ståsted og udgangspunktet for den videre undersøgelse. Derefter gives *En tilnærmelse til fænomenet skam*. Før vi går i gang med at besvare problemformuleringen, præsenteres *Valg af teori*. Heri ligger en begrundelse for valget af teori til belysning af problemformuleringen, samt en diskussion af det vidensgrundlag besvarelsen hermed baseres på. Med *Del 1: Skams formgivende rolle*, påbegyndes besvarelsen af problemformuleringen. I denne del er første spørgsmål i problemformuleringen omdrejningspunktet. I denne forbindelse ses nærmere på den adaptive såvel maladaptive formgivning, som skam kan foranledige i den tidlige udvikling. I *Del 2: Psykopatologi som konsekvens af skam i den tidlige udvikling* rettes fokus på besvarelsen af det andet spørgsmål i problemformuleringen. Her udfoldes de lidelsesfulde vanskeligheder, der er en konsekvens af den maladaptive formgivning. Herefter sammenstilles de med relevante anerkendte psykiatriske diagnoser fremsat ved ICD-10 og DSM-V for at undersøge, om der kan siges at være en udviklingsmæssig sammenhæng mellem skam i den tidlige udvikling og psykopatologi. Med *Del 3: Udfordringer i psykoterapi* er der fokus på besvarelsen af det tredje spørgsmål i problemformuleringen. Her diskuteres psykoterapeutiske udfordringer, der kan tænkes at opstå i terapi med individet, som netop kæmper med lidelsesfulde vanskeligheder knyttet til skam. I denne forbindelse vil der inddrages et ekspertinterview med chefspsykolog Lars J. Sørensen¹ som et supplement til at besvare problemformuleringen.

¹ Interviewet fandt sted den 7. maj 2014 ved Distriktspsykiatrien i Odsherred. Der vil blive refereret til interviewet som personlig kommunikation.

Opgavens intersubjektive forståelsesramme

I dette afsnit vil vi introducere læseren for opgavens grundlag for den videre beskæftigelse og besvarelse af problemformuleringen. Dette indebærer en redegørelse for opgavens videnskabsteoretiske ståsted: en intersubjektiv forståelsesramme.

Opgavens intersubjektive standpunkt tager afsæt i Robert D. Stolorow, Bernard Brandchaft og George E. Atwoods² konceptualisering heraf. Overordnet er det intersubjektive standpunkt situeret indenfor det psykoanalytiske spektrum, hvortil Stolorow og Atwood klarificerer, at blandt andet perspektivets epistemologiske ståsted er en revurdering af den psykoanalytiske tankegang. De henviser her særligt til psykoanalysens fundamentale grundpiller såsom begrebet det ubevidste og traumbegrebet, forståelsen af fantasi, samt forståelsen af relationen mellem krop og psyke. Herudover retter de en central kritik mod den traditionelle psykoanalytiske fremlæggelse af menneskets sind som individuel og isoleret (Stolorow & Atwood, 1992, p.4). Det intersubjektive koncept kan til en vis grad beskrives som et modsvar på dette sidstnævnte forhold, der i deres øjne er en uheldig tendens inden for klassisk psykoanalyse til at anskue psykopatologi som forbundet med processer og mekanismer isoleret i individet (Stolorow, Brandchaft & Atwood, 1987, p.3). Stolorow, Brandchaft og Atwood formulerer et intersubjektivt ståsted karakteriseret ved tre tæt relaterede aspekter *"It is phenomenological — its focus is on worlds of emotional experience. It is hermeneutic — it seeks interpretively to illuminate the structures of meaning that organize worlds of experience. And it is contextual — it grasps experience and its horizons as being constituted, both developmentally and in the psychoanalytic situation, within formative contextual systems"* (Stolorow, 2006, p.594). I forhold til det intersubjektive standpunkts kontekstuelle reformulering af den traditionelle psykoanalytiske tankegang fremhæver Stolorow, at de hermed ikke eliminerer denne tankegangs traditionelle fokus på det intrapsyke; de kontekstualiserer blot det intrapsyke (Orange et al., 1997, pp.67-6 if. Stolorow, 1998, p.426).

² Disse forfattere har skrevet artikler omkring det intersubjektive standpunkt, samlet, parvis og hver for sig. I det følgende betragtes disse bidrag som repræsenterende for et fælles bidrag.

Flere bøger er dedikeret til at belyse netop de intersubjektive reformuleringer af den traditionelle psykoanalytiske tankegang (se Atwood & Stolorow, 1984; Stolorow et al., 1987; Stolorow & Atwood, 1992), og i det følgende vil nogle relevante reformuleringer blive fremhævet. Nu vil vi vende os mod at redegøre for principperne i den intersubjektive forståelse af menneskets psykologiske liv. Den forståelse som netop udgør fundamentet for nærværende opgave.

Det psykologiske liv i et intersubjektivt perspektiv

Atwood og Stolorow (1984, p.64) fremhæver, at psykologisk liv ikke kan forstås adskilt fra den intersubjektive kontekst, hvori det gives form. Stolorow trækker i denne sammenhæng på Heideggers hermeneutisk-fænomenologiske beskrivelser af mennesket i verden; *being-in*, som betegnelse for menneskets væren som allerede i sin oprindelighed at tage del i og være midt i verden (Stolorow, 2006, pp.599f). Her til tilføjer han med reference til Heidegger, at denne væren i verden ikke bare er fikseret på noget helt og aldeles *present-at-hand*³. "*Being-in-the-world, as concern, is fascinated by the world with which it is concerned*" (Heidegger, 1927/1962, p. 88 if. Stolorow, 2006, p.600). I tråd med dette betragtes hvert individ som at indehave unikke livsverdener. Dette udgør et centralt punkt, hvor det intersubjektive tager kraftigt afstand fra den klassiske psykoanalytiske universelle og upersonlige definition af mennesket (Atwood & Stolorow, 2012, p.270).

Stolorow og Atwood beskriver, at den intersubjektive kontekst udgøres af et system dannet af et reciprok samspil mellem to (eller flere) subjektive verdener⁴ (Stolorow & Atwood, 1992, p.3), hvor det som interagerer betragtes som oplevelsesverdener. Hermed viser Stolorow og Atwood ligeledes bredden i deres perspektiv, eftersom det gælder uanset hvilket udviklingsniveau de subjektive verdener, der interagerer, er

³ Engelsk udtryk, kan tilnærmelsesvis oversættes til det som er fysisk tilstedeværende.

⁴ Stolorow og Atwood foretrækker at beskrive individets subjektivitet i kraft af en *subjektiv verden* frem for et *selv*, da de mener denne betegnelse indfanger et større oplevelsesmæssigt territorium (Stolorow & Atwood, 1992, p. 4).

organiseret på (ibid.). Morens⁵ og barnets subjektivitet vil for eksempel være forskelligt organiseret, ligesom terapeutens og patientens subjektivitet vil være forskelligt organiseret.

Udviklingssyn

Det intersubjektive system anses for det, der giver form til barnets oplevelsesverden (ibid., p. 22). Stolorow og Atwood henviser her til, at flere forfattere synes at beskrive den formgivende rolle som den intersubjektive kommunikation har i udviklingssystemet (ibid., p. 24). Som eksempel fremhæves Sanders (1985; 1987; 1991 if. ibid., p. 23) beskrivelser af, hvordan mor-barn systemet regulerer og organiserer barnets indre oplevelser, samt endvidere at oplevelsen af agens og unikt særpræg opstår og opretholdes i en synkron tilpasning mellem barnets skiftende emotionelle tilstande og morens evne til at genkende disse. Hertil tilføjes det, at dette system kan facilitere såvel som vanskeliggøre barnets udviklingsforløb (Atwood & Stolorow, 1984, p.65). Når barnets udfoldende verden af personlig oplevelse faciliteres, sker det netop gennem artikulering og validering i det synkront samstemte samspil (Stolorow, Atwood, Brandchaft, 1992, pp.25ff; Stolorow & Atwood, 1992, p.27). Det er deres opfattelse, at barnets oplevelse af sig selv ikke opstår som resultat af mødet med en ydre objektiv verden og de frustrationer sådant et møde medfører (som er en klassisk freudiansk teoretisk forståelse). Derimod opstår de igennem en validerende samstemning med den omsorgsfulde kontekst. En samstemning som ydes til hele spektret af affektive intense, negative og positive oplevelser – *”Reality thus crystalizes at the interface of interacting, affectively attuned subjectivities”* (Stolorow & Atwood, 1992, p.27). Hertil må det understreges, at den intersubjektive kontekst vedrører hele udviklingsspektret. Valideringen af barnets udfoldende verden strækker sig således fra tidlige sensorimotoriske præverbale former til i stigende omfang at indebære symbolsk kommunikation og til at involvere barnets bevidsthed om andre som adskilte subjektiviteter (ibid.). Udviklingsmæssige afsporinger kan ligeledes opstå i alle faser, når samstemningen i samspillet er helt fraværende (ibid., p.28). Atwood og Stolorow betegner en sådan massiv invalidering af barnets oplevelsesverden som et *epistemo-*

⁵ Barnets primære omsorgsperson benævnes i denne opgave konsekvent som ”mor”, dette skal dog kun forstås kategorielt. Vi vedkender således, at den primære omsorgsperson også kan være faren, såvel som en anden person i barnets liv.

logisk traume (2012, pp.276ff). Der er ikke blevet givet mulighed for udfoldelsen af barnets perspektiv på eller oplevelse af noget. I forlængelse heraf beskriver de, at de af barnets oplevelser, der møder gentagen afvisning eller ignorering som konsekvens heraf, vil forblive ubevidste for barnet (Stolorow et al., 1992, p.27). Bevidsthed bliver således udfoldet i det intersubjektive samspil og i tråd hermed opfattes grænsen mellem det bevidste og ubevidste som flydende og skiftende, da denne er formgivet af kontekstens vekslende responser på dele af barnets oplevelse. Dette gælder ligeledes gennem livet, hvor den vil svinge i forhold til den omgivende konteksts (for eksempel terapeutens) modtagelighed og samstemning med individets oplevelse (ibid., p.28). Denne opfattelse af grænsen mellem det ubevidste og det bevidste står i stærk kontrast til den klassiske psykoanalytiske opfattelse af grænsen til det ubevidste som en fastsat intrapsykisk struktur (ibid.).

Centralt i den intersubjektive forståelse af oplevelsesverdenen er, at denne organiseres gennem tilbagevendende mønstre af intersubjektive udvekslinger i udviklingssystemet (Stolorow & Atwood, 1992, p.24). Disse organiserende mønstre etablerer sig i invariante principper, som udgør byggestenene i udviklingen af individets personlighed (ibid.). Når der her tales om personlighed, henvises der til, at disse principper danner grundlaget for den måde individet efterfølgende vil opleve verdenen. Strukturering af den subjektive verden karakteriseres som *præreflektivt ubevidst* (prereflectively unconscious) (Stolorow et al., 1992, pp.25f), hvilket vil sige, at individet vil træde ind i enhver situation med et etableret sæt af organiserende principper. Hertil, i tråd med ovenstående fremhævnin g af kontekstens modtagelighed og samstemnings betydning for tilgængeligheden af det ubevidste materiale, kan det tilføjes, at det er konteksten som er afgørende for, hvilke organiserende principper der opfordres til at organisere oplevelsen; ”*Experience becomes organized by a particular invariant principle only when there is a situation that lends itself to being so organized*” (Stolorow & Atwood, 1992, p.24). Organiseringen af oplevelsen er altså gensidigt determineret (ibid.).

Intersubjektiv epistemologi og ontologi

Med afsæt i det ovenstående kan det erkendelsesteoretiske ståsted beskrives som en subjektiv perspektivering, hvormed erkendelsen af verdenen altid vil tage afsæt i

individets prærefleksive organiserende principper samt den givne situation. I forlængelse heraf findes der således ikke et objektivt eller neutralt individ, ej heller ulastelige perceptioner (Atwood & Stolorow, 2012, p.271). Stolorow understreger hermed, at de tager afstand fra den objektive epistemologiske tankegang, som ligger i psykoanalysen, hvor ” ... *one isolated mind, the analyst, is claimed to make objective observations of another isolated mind, the patient*” (ibid., p.270). Endvidere påpeger de, at den virkelighed, som krystalliseres i terapi, er en intersubjektiv virkelighed (Stolorow et al., 1987, p.7). Med afsæt i ovenstående kan en række implikationer for terapi fremhæves. I dette perspektiv forefindes der således ikke en objektiv sandhed eller virkelighed, som terapeuten kan genfinde eller for den sags skyld gendanne, der er underforstået i Sigmund Freuds arkæologiske metafor for den analytiske proces (1913 if. Stolorow et al., 1987, p.7). Det som udtrykkes i terapi er en subjektiv virkelighed, der udtrykkes gennem en intersubjektiv dialog, hvor terapeuten bidrager med sin empatiske forståelse (ibid.), ”*[a]ll that can be known psychoanalytically is subjective reality – the patient’s, the analyst’s, and the evolving, ever-shifting intersubjective field created by the interplay between them*” (ibid., p.8). Stolorow et al. understreger, at dette på den anden side ikke indebærer, at virkeligheden skabes eller konstrueres på ny i behandlingen (ibid., p.7). Overordnet påpeger de, at ”*[t]here is no danger of solipsism or of relativism here, only a contextual, perspectival, and fallibilistic epistemology*” (Stolorow, 1998, p.425). Et epistemologisk perspektiv, som Stolorow et al. understreger, udvider vores horisont til at omfavne flere meningsmuligheder (Orange et al., 1997, p.89 if. ibid.). Ontologisk set afviser de i tråd hermed ikke eksistensen af en objektiv virkelighed, men tydeliggør deres holdning; at den objektive virkelighed er uerkendelig ved den psykoanalytiske metode, ”*which investigates only subjective reality as it crystallizes within the intersubjective field of an analysis*” (Stolorow, 1998, p.425). I forlængelse heraf kan der afslutningsvis falde en bemærkning i forhold til det intersubjektive perspektiv på psykoterapeutiske mål. Den optimale terapeutiske ændring fordres i dette perspektiv ved, at terapeuten faciliterer etableringen og konsolideringen af alternative principper og dermed udvider individets oplevelsesmæssige repertoire. Dette gøres ved at tilbyde individet nye relationelle oplevelser samtidig med at denne forstærker individets refleksive selvbevidsthed (Stolorow & Atwood, 1992, p.25).

En tilnærmelse til fænomenet skam

Formålet for nærværende afsnit er at præsentere opgavens perspektiv på skam – et begreb der indledningsvist blev beskrevet som vanskelig at tilnærme sig, men som det alligevel synes nødvendigt og endvidere gavnligt at gøre et forsøg på at indramme; både med tanke på nærværende opgave, men også mere generelt, med tanke på klinisk praksis. Vi ønsker at forholde os ydmyge overfor skams diffuse natur og i tråd hermed, til trods for vores teoretiske indgangsvinkel, at værne om skammens fænomenologiske dybde. Med dette klargjort, vil vi begive os i gang med vores forsøg på at klarificere opgavens forståelse af skam. Først vil vi præsentere det centrale forhold, at skam i nærværende opgave betragtes som en affekt. I denne forbindelse præsenteres opgavens forståelse af affekter som den primære motivationsfaktor i menneskets udvikling. Herefter vil vi introducere læseren til den fænomenologiske dybde, som er karakteristisk for skam, og endvidere skelne mellem skam og nærliggende fænomener; især skyld, da dette fænomen ofte forveksles med, såvel som overskygger skam i daglig tale. Aktivering af skam beskrives herefter, hvorunder opgavens særlige fokus på dens rolle i den tidlige udvikling uddybes.

Affekten skams formgivende rolle

I dette afsnit vil vi, i forlængelse af den ovenfor præsenterede intersubjektive forståelsesramme, uddybe og tydeliggøre affekternes centrale betydning for individets oplevelsesverden. I denne forbindelse stilles især skarpt på affekten skam, som netop udgør det centrale affektive omdrejningspunkt i opgavens problemformulering.

I den intersubjektive forståelsesramme betragtes affekter som helt centrale bestanddele, her tildeles affekter en central rolle i udfoldelsen af individets oplevelsesverden. Affekter er i dette perspektiv tæt forbundet med oplevelsesdimensionen. Hvor drifterne i den klassiske psykoanalytiske teori betragtes som den primære motivationskilde, betragtes affekter som den primære kilde til motivation i den intersubjektive optik (Stolorow & Atwood, 1992, p.26). *Affektivitet* er ud fra det intersubjektive ståsted altså ikke et produkt af isolerede intrapsykiske mekanismer, men derimod en egenskab der kendetegner de gensidig regulerende mor-barn samspil (Sander, 1985;

Rogawski, 1987, Vemos 1988, if. Stolorow & Atwood, 1992, p.26), hvori netop individets psykologiske liv gives form. Gennem de intersubjektive samspil og den gensidig affektafstemning mellem mor og barn reguleres de affektive oplevelser, og med baggrund i disse processer dannes barnets affektive subjektive verden gradvis (Stolorow & Atwood, 1992, p.26). I denne sammenhæng lægges der vægt på den afgørende betydning af en forståelsesfuld menneskelig kontekst, hvor følelsesmæssige oplevelser kan blive valideret, dvæles ved og integreres (Atwood & Stolorow, 2012, pp.271f).

Med afsæt i denne forståelse er det tydeligt, hvordan affekterne er centrale i udformningen af barnets subjektive verden. Det beskrives for eksempel, at når barnets affektive oplevelser ikke mødes af forståelse og validering, kan affekter, især de smertefulde eller skræmmende, vanskelig tolereres, rummes eller integreres i barnet. I afsnittet *Opgavens intersubjektive forståelsesramme* blev det beskrevet, at denne empathiske undladelse eller svigt medfører et epistemologisk traume for barnet. Dette bevirker, at den emotionelle oplevelse efterfølgende bliver uudholdelige for individet og ifølge Atwood & Stolorow (2012, p.271f) gør dræbende dissociative forsvar nødvendige. I modsætning hertil vil følelser, der mødes med medmenneskelig forståelse og responsivitet, kunne blive til dybtføjte, grundlæggende kilder til emotionel livfuldhed og autencitet. Den måde individets følelser mødes på i samspillet med omgivelserne kan opsummerende siges at være afgørende for, hvorvidt individets oplevelse af sig selv kan karakteriseres ved enten emotionel udslættelse og dødhedsførmelse eller livlighed og vitalitet (ibid.).

Som det ovenfor er blevet beskrevet er affekter helt centrale indenfor den intersubjektive forståelsesramme, hvor affekter netop organiserer individets oplevelse af verden og dermed giver form hertil. I denne opgave har vi fokus på affekten skam og det er derfor dennes formgivende rolle vi herefter ønsker at undersøge. I forlængelse af vores intersubjektive standpunkt betragtes skam som en affekt på linje med andre affekter som glæde og tristhed. Affekter kendetegnes ved at være kropsligt forankret. I tråd hermed beskriver Silvan Tomkins (1987, p.137), hvordan affekter netop aktiverer kropslige responser, her primært ansigtsudtryk. Herudover beskriver han affekter som medfødte anlæg, "*one does not learn to be afraid or to cry or to startle, any more than one learns to feel pain or to gasp for air*" (ibid.). Gerschen Kaufman

(1989, p.14) påpeger at skam, i modsætning til for eksempel affekten glæde eller tristhed, ikke kan betragtes som en selvstændig affekt, da denne altid vil være tæt forbundet med andre affekter. Det beskrives således, at affekten skam som udgangspunkt optræder i forbindelse med uventede afbrydelser af affekter, hvor afbrydelsen i tillæg til at være uventet er uønsket (ibid., p.31). Skam er en hjælpeaffekt (affect auxiliary), der tilhører de to primære affekter interesse og glæde, hvor skam tjener det formål at hæmme disse affekter efter, de er blevet aktiveret (ibid., p.14).

Opsummerende betragtes skam altså i nærværende opgave som en affekt og i tråd med den intersubjektive forståelse af affekter betragtes skam som at udgøre en formgivende rolle for individets oplevelse af verden og sig selv. I forhold til problemformuleringen ”*Hvordan kan skam tidligt i udviklingen påvirke individets selvoplevelse?*” betyder dette, at skams påvirkning kan betragtes som formgivende. *Del 1* i denne opgave er dedikeret til en nærmere undersøgelse heraf.

Skams fænomenologiske dybde

I dette afsnit vil vi gøre et forsøg på at belyse skams fænomenologiske natur. Dette med øje for, at netop denne natur gør den vanskelig at indfange og beskrive fyldestgørende og præcist gennem sprog.

Skam kan beskrives som en følelse, der melder sig, når individets sårbare og betydningsfulde sider eksponeres, både ovenfor sig selv og ovenfor andre (Kaufman, 1989, p.17). Dette medfører ofte akut rødmen, forøget hjerterytme og sveden (Lewis, 1987b, p.108). Det skamfulde individ vil kunne kendetegnes ved et hængende hovedet og et nedslået blik – et nedslået blik der sørger for, at skamfølelsen ikke udstilles i en eventuel øjenkontakt. Sørensen påpeger, at der opstår en følelse af, at det er nødvendigt at gemme sig, hvorfor individet forsøger at skjule ansigtet og gøre sig mindre (Sørensen, 2013, p.68). Som Sørensen (ibid., p.42) så malende beskriver; ”*Intens skam levendegøres af en krop, der tilsyneladende er på vej til at kravle ind i sig selv og lukke sig om sig selv, som i fosterstilling*”. Hertil er skam forbundet med tavshed, da det at tale om sin skam aktiverer den (Skårderud, 2001a, p.1613).

Lewis (1987b, p.107) beskriver, hvorledes skam knytter sig til en oplevelse af hele selvet, det indebærer en forøget selvbevidsthed og en række billedlige forestillinger. Det kan siges, at skam medfører en dobbeltoplevelse af selvet, forstået ved at skam fremkalder individets egen oplevelse eller visualisering af sig selv, samtidig med at individet livagtigt visualiserer, hvorledes selvet betragtes i andres øjne (Lewis, 1987b, p.107). Det forekommer således, at skam involverer andre individer, men det er reelt set kun individets egen vikarierende oplevelse af den andens bebrejdelse, der gør sig gældende (Lewis, 1987a, p.15). Skam fortæller individet, hvem det er og vedrører således hele individets væren. Skam kan i forlængelse heraf beskrives som en stilstand: en global oplevelse, hvor der stilles spørgsmålstejn til individets selvbillede, hvorfor individet fanges i selvtvivl (Sørensen, 2013, p.71). Sørensen beskriver i denne forbindelse, skam som en undergravende proces der, når den først er vakt, ikke kan falde til ro igen (ibid., p.73). Netop fordi skammen sætter hele selvet på spil, vækkes angsten for afvisning, forkastelse og isolation (Frølund, 1999, p.140).

Som det er blevet påpeget og som dette afsnit gerne skulle afspejle, er skam en fænomenologisk størrelse. Oplevelsen af skam er tæt knyttet til affekten skam, og de kan siges at være to sider af samme mønt. I tråd hermed kan der argumenteres for, at oplevelsen er den mere diffuse side, som indebærer mange individuelle udformninger. Det kan således forekomme vanskeligt at angive en beskrivelse af, hvordan skam opleves. Andrew Morrison giver et værdifuldt bud på en mulig beskrivelse;

”I think of shame as the feeling of self-castigation which arises when we are convinced that there is something about ourselves that is wrong, inferior, flawed, weak, or dirty. Shame is fundamentally a feeling of loathing against ourselves, a hateful vision of ourselves through our own eyes – although this vision may be determined by how we expect or believe other people are experiencing us. Generally speaking, this self-vision is accompanied by self-consciousness, and by conviction of important failure that often generates a wish to hide or conceal. A common reaction to shame may be expressed as ”I could have sunk into the ground” or, analogously, ”I could have died!” The reference to death brings to mind

a common synonym of shame – mortification” (Morrison, 1996, p.13)⁶

Med denne beskrivelse fremhæves den indre oplevelse af at indeholde fejl eller defekter, at føle afsky og væmmelse ovenfor en selv og at have forventninger eller tanker om, hvad andre kunne tænke om en. Den rummer endvidere skammens selvbevidsthed og ønsket om at gemme sig, forsvinde eller synke i jorden. Når vi gennem opgaven omtaler oplevelsen af skam, refereres der til denne fænomenologisk tilnærmelse til skamoplevelsen.

Nærliggende fænomener

Sørensen betegner skam som den tungeste oplevelsesmæssige tilstand blandt et register af skamrelaterede følelser (Sørensen, 2013, pp.41-43). Da andre benævnelser ofte i dagligtalen og ligeledes i det terapeutiske rum forveksles eller benyttes synonymt med skam, måske grundet skammens relative tyngde, synes det værdifuldt at være bevidst om mulige nærliggende fænomener. Sørensen beskriver, hvorledes de beslægtede følelser placerer sig langs et kontinuum, hvor følelser som ydmygelse, krænkelser, vanære og tab af selvfølelse ofte benyttes i sammenhæng med voldsomme skamfulde oplevelser, hvor eksponering har været uundgåelig. På den anden side findes mildere skamfulde følelser som blufærdighed, generthed, pinlighed, flovhed og forlegenhed; følelser der også medfører ubehag, men som føles lettere at bære (ibid.). Hertil påpeges det af blandt andre Allan Schore (1994, p.457), at patienter sjældent bruger ordet skam, men nærmere tale om at føle sig dum, åndssvag, patetisk, ubetydelig eller værdiløs.

Et fænomen, der ofte forveksles og knyttes sammen med skam, er skyld. Lewis beskriver for eksempel, hvordan skyld let oplevelsesmæssigt fusionerer med skam (1987a, p.18), hvilket medfører, at de to følelsetilstande kan forekomme vanskelige at differentiere for individet selv (ibid.). Med denne tætte relation mellem skyld og skam synes det relevant at tydeliggøre, på hvilken måde skam adskiller sig fra fænomenet skyld.

⁶ Understregningerne repræsenterer Morrisons egen kursivering

Skyld

Fænomenerne skam og skyld nævnes ofte samlet under ét, hvormed de kan fremstå som synonyme, og rigtignok har de flere fællestræk. Et karakteristika ved dem begge er, at de ofte er skjulte følelser både med tanke på deres fremtrædelsesforme og tilstedeværelse (Sørensen, 2013, p.67). Desuden er de begge afgørende socialiseringsfølelser, som samarbejder synkront med at udvikle barnets opmærksomhed på sig selv og som i sidste ende er afgørende for selvets dannelse (ibid.). Både skam og skyld kan i denne sammenhæng betegnes som selvets følelser, der indebærer pinagtige vurderinger af selvet og smertefulde selvbevidste følelser (ibid., p.75). Endvidere beskriver Lewis (1987b, p.109), hvordan begge følelser er involveret i forsøget på at opretholde emotionelle bånd til vigtige tilknytningspersoner. Skam og skyld er altså tæt sammenvoksede ved på én gang at være selvets følelser og socialiseringsfølelser, men ved nærmere eftersyn er de også vidt forskellige (Sørensen, 2013, pp.68f).

Sørensen påpeger, at der er en betydelig oplevelsesmæssig distinktion mellem skyld og skam. Både skyld og skam knytter sig til individets oplevelse af selvet. Skam knytter sig, som ovenfor beskrevet, til en global oplevelse af selvet, hvorimod skyldfølelsen afgrænser sig til at referere til selvet i relation til dets handlinger. I forbindelse med skyldfølelsen sættes der altså kun spørgsmålstegn ved ét aspekt ved selvet, som er begrænset til en bestemt handling i modsætning til skammens globale vurdering. Når skyldfølelsen kun retter sig mod dele af selvet opleves selvet derfor som fremdeles at være intakt (Frølund, 1999, p.139). Hvor skyldfølelsen vækker angst for straf for ens forkerte handling (såvel som mangel på handling), vil skamfølelsen derimod vække angst for afvisning, forkastelse og isolation (ibid., p.140). Skamfølelsens mere globale og diffuse selvforankring gør den altså mere smertefuld for individet. Endvidere medfører denne diffuse selvforankring, at skammen ikke kan sones og gøres bod på, ligeledes som ved skyldfølelsen. For ved skyldfølelse kan individet undskylde sig eller kæmpe for sin uskyld (Sørensen, 2013, pp.70,78).

Der synes altså at være en klar distinktion mellem skyld og skam, da skam vedrører hele selvet, mens skyld nærmere er knyttet til bestemte dele af selvet i relation til dets handlinger. I forlængelse heraf relaterer de to følelser forskelligt til individets væren-i-verden (ibid., p.70). Hvor skyldens specificitet fordrer handling og diskussi-

on af selvet og dets ansvar i forhold til bestemte ydre forhold, vedrører skam hele ens væren.

Med den ovenstående præcisering af skam som affekt og som et fænomenologisk fænomen, vil vi nu vende os mod at kaste lys over, hvornår skam indtræffer.

Aktivering af skam

I dette afsnit vil vi se nærmere på aktiveringen af skam. Med ordet aktivering stiller vi skarpt på det førnævnte forhold, at skam ikke er en selvstændig følelse og derfor altid vil optræde i forbindelse med andre affekter (jf. Affekten skams formgivende rolle).

Det er således blevet beskrevet, at aktiveringen af affekten skam hæmmer udtrykket af andre affekter. Dette synes ligeledes støttet af den fænomenologiske beskrivelse af skam. Her beskrives det for eksempel, at skam er en følelse som melder sig, når individet er overbevidst om, at noget ved dem selv er forkert, og endvidere i en selvbevidst sammenhæng (jf. Skams fænomenologiske dybde). I Morrisons fænomenologiske beskrivelse af skam står den hæmmende funktion tydeligt frem. Skam er altså en smertefuld hæmmende oplevelse, der opleves i forbindelse med udtryk af andre affekter. Qua smerten forbundet med skam synes det utænkeligt, at den er aktiveret (oprindeligt) af individet selv. I tråd med opgavens intersubjektive forståelsesramme vil skam være en affekt, der aktiveres i samspil med andre (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme). Det er netop de andre som responderer på individets affektive udtryk og oplevelser, og som beskrevet vil kontekstens accept af disse udtryk og oplevelser fordrer, at de bliver udfoldet, mens manglende accept vil hæmme udtrykket. Den isolerende oplevelsesmæssige dimension ved skam kan i tråd hermed siges at henvise netop til aktiveringsøjeblikket, nemlig den smertefulde oplevelse af alenehed som følger empatiske brud i samspillet med omgivelserne. I tråd med opgavens intersubjektive menneskesyn *er* individet ikke alene, det *føler* sig alene. Sørensen (2013, p.65) beskriver, hvordan skam netop aktiveres, når individet afvises eller afbrydes i sit nærvær med omverdenen. På samme måde beskriver Skårderud, hvordan skam aktiveres, når individet afvises i sin kærlighed til oververdenen; *"jeg er ikke elsk-værdig"* (Skårderud, 2001a, p.1615).

Formålet for denne opgave er at undersøge skams påvirkning, når den aktiveres i individets tidlige udvikling. Vi vil i denne sammenhæng gøre opmærksom på, at skam ud fra et intersubjektivt perspektiv kan aktiveres i alle livets faser og på alle udviklingsniveauer. Dette fordi individet hele livet igennem vil indgå i en kontekst, hvor dets oplevelsesverden vil interagere med andre individer, herunder deres subjektive oplevelsesverdener. Som beskrevet i indledningen synes det dog særligt relevant at undersøge skammens implikationer i den helt tidlige udvikling, da det kan antages, at det er her den primære formgivning af individets subjektive oplevelsesverden finder sted.

I dette afsnit har vi introduceret læseren til vores forståelse af skam, som en formgivende affekt i udviklingen af menneskets oplevelsesverden og i forlængelse heraf forsøgt at formidle netop skams oplevelsesmæssige natur. Sidst har vi set nærmere på aktiveringen af skam. Med disse betragtninger synes vi nu parate til at tage fat på besvarelsen af problemformuleringen. Inden den egentlige besvarelse påbegyndes, vil vi i det næste afsnit introducere læseren til opgavens valg af teori.

Valg af teori

I dette afsnit vil vi initialt præsentere valg af teorier. Formålet med denne opgave er at undersøge fænomenet skam ud fra et udviklingsperspektiv (jf. indledning). Nedenfor fremsættes argumentation for, at netop udviklingsteoriene selvpsykologi, affektteori og neuroaffektiv teori synes særlig egnet herfor. Herefter vil der fremsættes en kritisk diskussion af det vidensgrundlag, der med valget af disse teorier, vil danne baggrunden for besvarelsen af problemformuleringen.

Selvpsykologi

Eftersom affekten skam er så centralt forbundet med selvoplevelsen (jf. Skam som fænomenologisk fænomen), synes en teori om selvet nødvendig for at opnå en god forståelse for skams formgivende rolle (Skårderud, 2001b, p.53). Det skal her påpeges, at trods det faktum at Stolorow og kollegaer foretrækker betegnelsen subjektiv verden frem for selvet, synes betegnelsen passende i den videre opgave, eftersom selvet synes at referere på et mindre generelt niveau til individets oplevelsesorganisering (Stolorow & Atwood, 1992, p.418). Med anvendelse af begrebet selvet refereres således ikke til den forståelse, at kun ens eget jeg eksisterer (Berthelsen, 2001, p.2). Der tages fortsat højde for oplevelsens intersubjektive kontekstualisering, hvor selv blot refererer til individet i konteksten (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme). Selvpsykologien er oprindeligt udarbejdet af Heinz Kohut (1990; 2000). Stolorow og kollegaer, der repræsenterer opgavens forståelsesramme, placerer netop selvpsykologien som en relevant udviklingsteori i sammenhæng med deres intersubjektive perspektiv (Stolorow et al., 1987, pp.15f). De tillægger Kohut stor anerkendelse for netop, med fremsættelsen af selvpsykologien, at tage det store skridt; at omfortolke psykoanalysen som en uafhængig videnskab omkring den menneskelige oplevelse, det vil sige, en dybdepsykologi med fokus på menneskets subjektivitet (Atwood & Stolorow, 1984, if. Stolorow et al., 1987, p.16). Dog påpeger de, at Kohuts selvpsykologiske perspektiv ikke i tilstrækkelig grad adresserer det teoretiske skift, der naturlig følger denne omfortolkning; at den primære motivation flyttes fra drifter til affekter og affektive oplevelser (Stolorow et al., 1987, p.16). I denne sammenhæng fremhæver Stolorow et al. for eksempel Kohuts teoretiske konceptualisering af

det bipolare selv, hvor netop spændingsfeltet mellem disse udgør motivationskilden. Stolorow et al., påpeger, at dette spændingsfelt synes at repræsentere et tilbageskridt til netop den mekaniske tankegang, der udgør den klassiske driftsteori (ibid., p.20). De påpeger, at selvpsykologiens begreber idealer og ambitioner (aspekter ved de to poler) kan konceptualiseres som affektive meningssystemer, der i sig selv er motivationsgivende (ibid.) Netop dette fokus på affektive meningssystemer præsenterer Morrison i hans modificerede form for selvpsykologi, hvor netop det intersubjektive møde mellem subjektive verdener er essentielt. Artikulationen, valideringen og integreringen af affekter placeres centralt i Morrisons perspektiv på udviklingen af selvoplevelsen. Endvidere har Morrison i modsætning til Kohut dedikeret et direkte fokus på skam som undersiden af selvoplevelsen (Morrison, 1989). Nærværende opgave bygger derfor på selvpsykologien som fremlagt af Morrison.

Affektteori

En teori om affekter synes ligeledes nødvendig for at opnå en god forståelse for affekten skams påvirkning på individet (Skårderud, 2001b, p.53). Ovenfor i afsnittet *Affekten skams formgivende rolle* blev det tydeliggjort, at affekter har stor værdi som menneskets motivationssystem. Med valget af affektteorien stilles der netop skarpt på dette og dermed, hvordan affekter danner og organiserer menneskets erfaringer (ibid., p.62). Affektteorien udgør hermed et godt supplement til det selvpsykologiske perspektiv. Oprindeligt er affektteorien fremsat af Tomkins (1963). Tomkins forsøgte med affektteorien at forklare mekanismerne ved blandt andet affekten skam. Francis J. Broucek påpeger, at Tomkins beskrivelser reflekterer netop en forståelse for den intersubjektive kontekst, hvori skam opstår. Det beskrives således, hvordan skamaffekten udløses i intersubjektive brud udgjort ved fraværelsen af komplementaritet i samspillet (Broucek, 1997, pp.47f). Nærværende opgave vælger at tage udgangspunkt i Kaufmans affektteoretiske perspektiv, som bygger på Tomkins affektteori. Dette eftersom Kaufman dedikerer et særligt fokus på skam og synes i sit forfatterskab at anlægge et mere primært fokus på den intersubjektive kontekst, hvori skam opstår, og mindre fokus på de biologiske mekanismer ved affekter generelt. Dette ses for eksempel ved hans fremsættelse af den centrale term interpersonelle bro til at beskrive interaktionen i den intersubjektive kontekst. Hertil har Kaufman særligt fokus på netop at beskrive skam fænomenologisk (1989, p.25).

Neuroaffektiv teori

Den neuroaffektive teori inddrages til at beskrive affektivitetens neurologiske formgivning i den intersubjektive kontekst. Selv om Stolorow og kollegaer betragter den mest gyldige tilnærmelse til at forstå en subjektiv verden som værende via en oplevelsesnær empatisk-introspektiv undersøgelse af denne (Stolorow et al., 1987, p.6), synes nærværende forfattere, at det at kaste lys over også de neurologiske sammenhænge bidrager til forståelsen af individets organiserende strukturer og dets oplevelsesverden. Med dette perspektiv mener vi altså ikke, at vi fjerner os fra den fænomenologiske verdensforståelse, eftersom vi ikke betragter de neurologiske konsekvenser som adskilte fra de fænomenologiske konsekvenser individet oplever, det er blot en anden indgangsvinkel til, hvordan skam påvirker individets oplevelsesverden. Nærværende opgave tager udgangspunkt i Schores neuroaffektive perspektiv på skam. Schores observationer baseres netop på en intersubjektiv forståelse af den mellem-menneskelige kommunikation.

En kritisk diskussion af teoriernes empiriske grundlag

I dette afsnit vil vi diskutere det empiriske grundlag, som de ovenfor fremsatte teorier bygger på. Selvpsykologen Morrison (1996, p.2ff) beskriver, hvordan både kliniske observationer fra hans arbejde i klinisk praksis, samt introspektion omkring hans egen barndom og nutidige liv, har bidraget til hans forståelse af skam. Kaufman (1989, pp.viii; 27) trækker, som Morrison, på egne observationer fra klinisk praksis. Endvidere læner han sig op ad Tomkins eksperimentelle studier og børneobservationer knyttet til de medfødte primæraffekter (Nathanson, 1992, p.56ff). Schore (1994, p.xxx) trækker på en række empiriske studier; både psykologisk forankrede studier der undersøger de betydningsfulde interaktive erfaringer, som påvirker udvikling af socioemotionelle funktioner, samt neurobiologiske studier der belyser udviklingen af de postnatale hjernestrukturer, som regulerer netop disse socioemotionelle funktionerne.

Det empiriske grundlag for de valgte teorier består hovedsageligt af kliniske observationer, da både Kaufman og Morrison i stor grad trækker på egne erfaringer fra klini-

ske praksis. Overordnet set er sådanne kliniske observationer oftest baseret på voksne klienter, hvilket udgør en fare for, at der i Kaufman & Morrisons teoretiske bidrag bliver draget deduktive slutninger fra en voksenpopulation, omkring forhold i den tidlige barndom. Dog skal der påpeges, som beskrevet ovenfor, at Kaufman trækker på Tomkins observationer af børn, og Morrison på introspektion omkring egen barndom og efterfølgende liv, hvilket synes at give et bredere empirisk grundlag for begge teoretikere.

Ud fra et klassisk videnskabeligt grundsyn, anses observationer som et vidensgrundlag karakteriseret ved lav validitet (Cooligan, 2009, p.145; Zachariae, 2007, pp.18f). Imidlertid mener nærværende forfattere, at netop observationer kan argumenteres for at bidrage til et relevant validitetsniveau, eftersom at observationer er gjort i netop den kliniske sammenhæng, hvor den genererede viden senere skal applikeres. Videnskabelig indgreb for netop at sikre reliabilitet og validitet kan altså, set fra et ståsted i klinisk praksis, antages paradoksalt at nedsætte validiteten af den genererede viden. Stolorow et al. (, 1987, p.16), påpeger i denne sammenhæng, at når det der undersøges er subjektive oplevelser og disses organisering synes empatisk-introspektion i praksis at være den bedste metodiske tilnærmelse. Hermed refereres til en tilnærmelse til individets forståelsesramme fra et indefra og ud perspektiv snarere end fra et udefra og ind perspektiv (ibid., p.15).

Med dette fokus på at tilstræbe en så oplevelsesnær viden som mulig, kan det faktum, at der fremsættes teorier på baggrund af observationer, forekomme modstridende. Sørensen (2013, p.57) afspejler ligeledes det vanskelige i at beholde den oplevelsesnære dimension ved en teoretisk tilnærmelse. Trods denne begrænsning anser nærværende forfattere den teoretiske tilnærmelse som værdifuldt. I indledningen blev det for eksempel tydeliggjort, hvorledes vi betragter et teoretisk videnskabeligt fundament som nødvendigt, hvis vi skal sikre os, at vi som klinikere kan opfange indflydelsesrige skjulte dynamikker. En teori omkring fænomenet kan således siges at være bedre end ingen teori, så længe terapeuten er opmærksom på den begrænsning, der foreligger heri. Vi vurderer dog, at det er relevant for nærværende opgave at imødekomme den fænomenologisk begrænsning, da opgavens formål netop er at skabe forståelse for den dynamik, der knytter sig til skam. Vi har derfor valgt at ind-

drage et ekspertinterview med chefpsykolog Lars J. Sørensen, som et perspektiv der netop belyser skams fænomenologiske dybde.

Med hensyn til Schores teori og undersøgelser bygger disse på et bredt empirisk grundlag. Hans egne undersøgelser tager udgangspunkt i studier af hjernescanninger, biologiske studier af elefanter, samt egne kliniske erfaringer. Herudover inkluderer Schore empiriske data fra en række forskellige videnskaber, der benytter en række forskellige metoder. Her kan nævnes blandt andet neurobiologi, adfærds neurologi, udviklingsneurokemi, sociobiologi, evolutionær biologi, udviklingspsykologi, udviklingspsykoanalyse og spædbørns psykiatri (Grotstein, 1994, p.xxi). Brouceck (1997, p.48) kritiserer Schore for, at han i denne forbindelse muligvis er for ambitiøs i sit forsøg på at syntetisere psykoanalytiske perspektiver som Sigmund Freuds, Margaret Mahlers, Kohuts med Tomkins affektteori, samt endvidere at sammenholde dette med neurobiologisk udviklingsteori. Dette har medført en flersproget teoretisk fremstilling til trods for, at omdrejningspunktet er knyttet til affektteoretikernes forståelse af skam som en hjælpeaffekt, der inhiberer de positive affekter. Nærværende forfattere ser ligeledes denne problematik, men vurderer, at Schores ambitiøse syntese udgør et værdifuldt bidrag til forståelsen af skam.

Opsummerende kan det samlede empiriske grundlag, hvorpå opgavens besvarelse bygger, siges at være bredt funderet. Schore bidrager med en række empiriske fund knyttet til individets tidlige udvikling og dermed en forståelse af de helt tidlige mor-barn interaktioner. Morrison og Kaufman bidrager til nærværende opgaves undersøgelse af skam gennem deres oplevelsesnære perspektiv. Deres tilgang til individet, som subjekt gennem introspektion og empati, synes netop at være af særlig relevans, da skam er en oplevelsesmæssig størrelse, og derfor vanskeligt kan undersøges uden at have dette for øje. Hertil har vi inddraget et ekspertinterview med Sørensen, som supplement til den teoretiske undersøgelse, der bidrager med et aktuelt klinisk indtryk.

Del 1; Skams formgivende rolle

I denne del af opgaven vil vi behandle det første led i problemformuleringen; *hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individet?* I de ovenstående afsnit er det blevet tydeligt, at skam er tæt knyttet til individets selvoplevelse (jf. En tilnærmelse til fænomenet skam), og med afsæt i vores intersubjektive forståelsesramme kan selvoplevelse eller den bredere betegnelse herfor; subjektiv verden, ydermere betragtes som centrum for individets psykiske liv. Selvoplevelsen udgør altså samlingspunkt for udviklingsmæssige påvirkninger og erfaringer (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme). Samlet set kan skam antages at have en særlig formgivende rolle i udviklingen af selvoplevelsen, hvorfor vi retter et særligt fokus på individets selvoplevelse i vores undersøgelse af, hvordan skam i den tidlige udvikling påvirker individet.

Initialt vil vi påpege, at de valgte teoretikere har forskellige syn på, hvordan skam formgiver individets selvoplevelse. Schore og Kaufman forstår skams formgivende rolle som adaptiv. Det vil sige, de behandler affekten skams adaptive hæmmende funktion (jf. Affekten skams formgivende rolle). Kaufman beskriver, hvordan skam i sin natur er en universel dynamik i selvets udvikling, hvor det udgør et oplevelsesmæssigt grundlag, hvorudfra bevidstheden og identiteten udspringer (ibid., p.7). Schore beskriver, hvordan skam i en adaptiv forstand socialiserer individet (1998, p.71). Morrison i samarbejde med Stolorow, betragter derimod skam som udelukkende en oplevelsesmæssig reaktion på fejl i opvækstmiljøet (Morrison & Stolorow, 1997, pp.78f). Morrison beskriver, hvordan skam opstår, når moren for eksempel ikke møder barnet i dets opstemthed. I hans optik begrænses barnets udtryk snarere end, at dette udtryk reguleres i et socialiseringsøjemed, som netop er Schores pointe. Skam betragtes altså udelukkende som morens svigt i denne proces (Morrison, 1994, pp.25f), hvormed fokus i dette perspektiv kan siges at være primært på skams maladaptive formgivning. Med denne forskel in mente vil vi i det følgende forsøge at syntetisere de teoretiske perspektiver for at belyse, hvordan såvel de adaptive formgivende funktioner som de maladaptive formgivende funktioner har betydning for netop individets selvoplevelse.

I kommende afsnit vil vi tage fat på undersøgelsen af skams formgivende rolle ved først at beskæftige os med Schore og Kaufman, som tager udgangspunkt i de adaptive formgivende funktioner ved skam i udviklingen. Herefter i forhold til skams maladaptive formgivende funktion inddrages Morrison, som netop har dedikeret et stort fokus på denne type formgivning. I denne forbindelse inddrages ligeledes Kaufman, der også beskæftiger sig med den maladaptive side af skam i udviklingen. Schore er også opmærksom på, at skams rolle i udviklingen kan have skadelige konsekvenser, men han beskæftiger sig ikke indgående med, hvordan dette konstituerer sig i individets selvoplevelse. I denne sammenhæng mener vi, der kan argumenteres for, at Schores mere neurobiologiske vinkling på affekters formgivende rolle når sine begrænsninger i forhold til Morrisons og Kaufmans fænomenologiske tilnærmelse til at beskrive formgivningen af selvoplevelsen. Med andre ord betragtes Schores bidrag som af særlig værdi til at beskrive omstændigheder og konsekvenserne i det øjeblik, hvor skammen induceres, men mindre indsigtsgivende i forhold til skams længerevarende fænomenologiske effekt på netop selvoplevelsen. Afslutningsvis skal det påpeges, at den adaptive og den maladaptive formgivning beskriver to mulige overordnede udviklingsretninger, hvormed nærværende forfattere ønsker at gøre opmærksom på, at udviklingsforløb tager mange individuelle veje (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme).

1.1 Skams adaptive rolle

I dette første afsnit af *Del 1* vil vi, som ovenfor nævnt, vende os mod at undersøge skams adaptive funktion. Der vil her især tages udgangspunkt i Schores undersøgelser af det øjeblik, hvor skammen induceres, samt de omstændigheder og konsekvenser, der er knyttet hertil. Skamfølelsen har ifølge Schore (1998, p.71) en adaptiv funktion, da den giver individet mulighed for at hæmme og regulere sig selv i overensstemmelse med ændrede signaler fra omgivelserne – heri ligger den socialiserende funktion. Izard (1971, if. Schore, 1994, p.361) samstemmer med denne forståelse, i det hun ser skam som afgørende i reguleringen af alle emotionelle udtryk. Den regulering, som skam aktiverer, kan beskrives som en passiv, energibesparende mestringsstrategi til at håndtere socialt relationelt stress i kontrast til en aktiv fight-flight respons (Schore, 1998, pp.69, 71f). Nathanson (1992, p.140) betoner, hvordan skamaffekten kan forstås som adaptiv, i den forstand at den beskytter individet mod at

forblive i interaktion med et andet individ, der ikke vil etablere et samstemt samspil, da et skamfuldt individ netop trækker sig fra samspillet. Andre er optaget af skammens rolle i differentieringen mellem en selv og andre; *"in small, unavoidable 'doses', shame may enhance self and object differentiation and assist the individuation process because it involves acute awareness of one's separateness from the important other"* (Broucek, 1982, p.371). Endvidere kan skam siges at beskytte individet mod at tabe egne selvgrænser (H. B. Lewis, 1971, if. Schore, 1994, p.360). Dette kan måske sammenholdes med Sørensen (2013, pp.44f) og Farstads (2011, pp.39f) beskrivelser af den adaptive milde skam; blufærdighedsfølelsen, der ifølge Sørensen beskytter individet mod at gå ud over egne selvgrænser. Skam synes med andre ord at have flere adaptive funktioner i socialiseringsøjemed.

1.1.1 Den socialiserende skamfølelse

I løbet af det første leveår er interaktionerne mellem mor og barn, under normale omstændigheder, præget af samstemte samspil, der medfører oprettelsen af et tilknytningsbånd imellem dem (Schore, 1991, p.192). De tidlige samspil kan siges, at udgøre et komplekst dynamisk system af gensidig reciprok indflydelse (Schore 1998, p.58). Gensidig fordi begge parter har en interesse for hinanden og reciprok, fordi de påvirker hinanden indbyrdes – en beskrivelse der vækker genklang i den intersubjektive forståelsesramme som indledningsvis er belyst. Synssansen spiller en central rolle i disse tidlige interaktioner; observationer viser i denne forbindelse, at barnet har en intens interesse for morens ansigt, især hendes øjne. Kaufman, der samstemmer med Schores vægtning af blikket, omtaler i denne forbindelse øjnene som *"sjælens vindue"* (Kaufman, 1989, pp.33,113). De intense blikudvekslinger tjener som en interpersonel kanal for overføring af reciprokke påvirkninger, der medierer en dialog mellem mor og barn, når de interagerer i socialt samspil og leg. Denne dialog bliver efterhånden til en organiseret dialog, hvor deres affektive udtryk og tilstande synkroniseres (Schore, 1998, p.60). Både mor og barns opmærksomhed, stimulering og accelererende *arousal*⁷ justeres gennem samspillet, og der opstår et match mellem deres ansigtsudtryk og indre psykofysiologiske tilstande (Schore, 1998, pp.58ff). Barnet får altså, under normale omstændigheder, gennem samspil med moren i løbet

⁷ Her benyttes det engelske begreb *arousal*, som tilnærmelsesvis kan oversættes til aktiveringstilstand, eller til energiniveau som Hart & Schwartz (2008, p.179) oversætter det til.

af det første leveår, hjælp til at tolerere og regulere sine positive affekter og tilhørende arousalniveau (Schoore, 1994, p.73).

På baggrund af de tidlige synkroniserede og samstemte samspil vil barnet omkring overgangen til det andet leveår være i stand til at udholde og opleve længerevarende særdeles høje niveauer af opstemthed, begejstring og glæde (Schoore, 1998, pp.58, 64). De interaktive mekanismer, der genererer positiv affekt, vil være særdeles effektive på dette tidspunkt, hvilket sammenfalder med det tidspunkt, barnet er nået et udviklingsniveau, hvor det selv er begyndt at bevæge sig rundt (ibid.). Studier viser i denne forbindelse, at der er en signifikant øgning i positive emotioner i perioden mellem 10 og 13,5 måneder (Rothbart, Taylor & Tucker, 1989, p.678). I denne periode beskrives barnet som omnipotent og opstemt, og dets narcissisme siges at være nået dets højeste punkt (Mahler, Pine & Bergman, 1975, p.71). Ifølge Schoore er det her skam spiller en helt central rolle i individets socioemotionelle udvikling, da den benyttes i socialiseringsøjemed for at begrænse barnets omnipotens, opstemthed og narcissisme (Schoore, 1994, p.240). Schoore tidfæster skammens indtræden til omkring begyndelsen af det andet leveår (10-12 til 16-18 måneders alder), hvor den indtræffer som resultat af en forstyrrelse i de interpersonelle samstemte samspil, der, indtil dette tidspunkt i udviklingen, har præget relationen mellem mor og barn (Schoore, 1991, p.192).

1.1.1.1 Morens rolle som socialiseringsagent

I spædbarnets første leveår, har morens hovedopgave været at agere som omsorgsperson for barnet. Den samstemte og stærke mor har i denne periode givet barnet lov til at smelte sammen med hende, og barnet synes dermed at have en oplevelse af at være omnipotent (Schoore, 1991, p.195). Gennem det harmoniske samspil har barnets interesse for omverdenen kunnet vokse frem (Bell, 1970, if. Schoore, 1991, p.197). Studier viser, at ved 10 måneders alder består de moderlige aktiviteter hovedsagelig i hengivenhed, leg og omsorg. Der sker dog en omvæltning i samspillet mellem mor og barn, i det morens rolle ændres mod at skulle være en socialiseringsagent. Dette indtræffer på det tidspunkt, barnet har nået 13-17 måneders alderen, hvor moren især er beskæftiget med at lægge begrænsninger på barnets frie udfoldelse i aktiviteter (Schoore, 1998, p.64). Observationsstudier gennemført af Fagot og Kavanaugh (1993,

if. Schore, 1994, p.200) støtter disse observationer, idet de bemærkede, hvordan 12 måneder gamle børn hovedsagelig modtager positive responser fra sin mor, mens 18 måneder gamle børn derimod modtog flere instruktioner, ordrer og anvisninger fra begge forældre. Et studie, udført af Power og Chapieski (1986, if. Schore, 1994, p.200), peger i denne forbindelse på, at mødre retter store krav til impuls kontrol mod sine børn i alderen mellem 11 og 17 måneder, da de i gennemsnit giver udtryk for et forbud hvert niende minut i denne periode. Med baggrund i disse studier bliver det klart, at der optræder et glidende skift fra morens rolle som omsorgsperson til socialiseringsagent og det er affekten skam, der spiller den afgørende medierende rolle med hensyn til den socialiserende funktion (Schore, 1994, p.203). Skams indtræden i forbindelse med socialiseringen synes at bidrage til at begrænse barnets selvcentrerede og narcissisme, og den spiller således en vigtig rolle i barnets socioemotionelle udvikling (ibid., p.240).

1.1.1.2 Morens inducering af skam

Det er, som beskrevet ovenfor, især fra begyndelsen af det andet leveår, når barnet er blevet i stand til at bevæge sig ved at kravle og gå, at socialiseringsprocessen tiltager. Barnet er nu i stand til at undersøge de sociale og fysiske omgivelser på egen hånd og vil ofte bringe de ting det undersøger tilbage til moren. Heri ligger en forventning om en positiv reaktion af interesse og glæde, der er samstemt med barnets emotionelle tilstand, sådan som barnet har været vant til at opleve i ansigt-til-ansigt interaktionen med moren gennem det første leveår (Schore, 1998, p.65). Når skam aktiveres, skyldes dette, at barnet i stedet, uden at være forberedt på det, oplever at blive mødt med det Kohut har beskrevet som "*unexpected noncooperation of the mirroring object*" (Kohut, 1972, p.395; Kohut, 1978a, p.655 if. Schore, 1991, p.201). Barnets ønske og søgen efter en gensidig blikkontakt frustreres altså, gennem den manglende nonverbale anerkendelse, som det havde forventet fra moren (Schore, 1991, p.202). Dette er i tråd med Kaufmans (1989, p.17) beskrivelse af, hvordan skam aktiveres, når barnet afbrydes og hindres i videre kommunikation med sin omsorgsgiver. Han omtaler dette som brud på *den interpersonelle bro*; en bro af reciprok interesse i relationen og en delt oplevelse af tillid (ibid., p.34). En forskel mellem Schore og Kaufmans forståelser af skam kan nævnes i denne forbindelse. Schore forstår skam som en affekt, der indtræffer, når barnet er i en tilstand af opstemthed. Kaufman, der lige-

som Schore, knytter skam til afbrydelser af de positive affekter, interesse og glæde, mener at brud på den interpersonelle bro, og dermed aktiveringen af skam, også kan ske, når barnet er i andre sindsstemninger, for eksempel hvis det ikke bliver mødt i sit behov for trøst (ibid., p.17).

Hovedsagligt induceres skam i barnet gennem morens ansigtsudtryk; det socialiserende ansigtsudtryk formidler stress-inducerende skamtransaktioner, der medfører en fejlafstemning i relationen (Schore, 1994, p.200). Socialiseringsprocessen er i Schores øjne med andre ord noget, der overføres affektivt fra mor til barn, og den sætter det positivt ladede emotionelle klima i dyaden på prøve, da socialiseringen begrænser barnets narcissisme (Schore, 1991, p.210; 1994, p.200). Dette er ifølge Schore i tråd med barnets udviklingsbehov. Den optimale mor i det andet leveår, hvor moren skal kunne udholde at frustrere sit eget barn i socialiseringsøjemed, er med andre ord en ganske anden, end den optimale mor i det første leveår, hvor moren skal lade barnets affekt udfolde sig, og hvor hun først griber trøstende og regulerende ind for at hindre at barnet overvældes (Schore, 1994, p.209). I stedet for at blive mødt og få sine positive følelser forstærket, oplever barnet altså i tiltagende grad i løbet af det andet leveår, at møde et afvisende ansigt, der ikke er afstemt med dets indre emotionelle tilstand. Det kan for eksempel dreje sig om et ansigt præget af en følelse af flovhed, af afsky eller af foragt hos omsorgspersonen (Schore, 1998, pp.204,206f). Ifølge Broucek kan dette uventede og for barnet ukendte ansigt være uigenkendeligt; et "*strange face*" (Broucek, 1982, p.370). Når den visio-affektive kommunikation hermed brydes, brydes ligeledes tilknytningsbåndet, og barnet oplever en chokinduceret sænkning af positiv affekt. Dette brud medfører en stresstilstand i barnet, da situationen er forandret til det ugenkendelige, og kræver, at barnet tilpasser sig (Schore, 2003, p.160). Denne stresstilstand kan barnet ikke mestre, eller på egen hånd regulere på dette tidspunkt (Schore, 1998, p.65).

Det pludselige skift fra den positive energiske sindstilstand til en negativ hæmmet sindstilstand, repræsenterer ifølge Schore (2003, p.160) selve skammen. Det særdeles lave aktiveringsniveau, som dette skift medfører, er forbundet med negative emotioner og afledet opmærksomhed (i lighed med særdeles høje arousalniveauer) (Malmo, 1959 if. Schore, 2003, p.162). Schore (1998, p.65) beskriver det som, at barnets selv punkteres, tømmes for energi og at barnet trækker sig tilbage og forsøger at forsvinde

fra morens blik. Psykobiologisk sker der et skift fra en aktivering i det sympatiske nervesystem, der genererer energi, til en aktivering i det parasympatiske nervesystem, der er energibesparende. Barnet hæmmes og kommer i en tilbagetrukket tilstand på samme måde som i hjælpeløse og håbløse situationer. Det er af afgørende betydning, hvor intens skammen er, og hvor længe barnet bliver værende i denne stresstilstand – barnet er nemlig afhængig af hjælp fra omsorgspersonen for at reetablere positiv affekt (ibid., pp.66f) og ligeledes den interpersonelle bro (Kaufman, 1989, p.36). Før vi går videre, vil vi i forlængelse af de her beskrevne psykobiologiske skift, stoppe op og undersøge hvilken betydning omsorgspersonens inducering af skam har for udviklingen af barnets hjerne.

1.1.1.3 Skams betydning for udviklingen af nervesystemet⁸

Samspillene mellem mor og barn, der ovenfor er beskrevet, er af afgørende betydning for nervesystemets udvikling. Det første leveårs samstemte interaktioner er afgørende for udviklingen af spædbarnets hjerne, da de fremmer dannelsen af cerebrale kredsløb (Schore, 1998, p.61). Det er i løbet af dette første leveår, det aktiverende autonome sympatiske nervesystem udvikles, gennem samspil med det miljø barnet indgår i (Schore, 1991, p.198). Studier af pattedyr viser, at midten af spædbørnsalderen er præget af en hyperaktiv periode, hvor barnet er i en tilstand af hyperarousal og forhøjet energimetabolisme (Reite, Kaufman, Pauley & Stynes, 1974, if. Schore, 2003, p.157). Dette skyldes, at barnets tidlige udviklede retikulære aktiveringssystem producerer stimulerende aktivering, der ikke er moduleret. Schore beskriver, i forlængelse heraf, hvordan det sympatiske nervesystem, der medfører aktivering, udvikles tidligere end det parasympatiske nervesystem, der er energibesparende og inhiberende (Schore, 2003, p.157). Endvidere påpeger han, hvordan det senere i spædbørnsalderen udvikles frontale inhiberende systemer, der regulerer denne aktivering (ibid.). Således kan nervesystemet siges at udvikles hierarkisk, hvor de lavere funktioner, der ikke er viljestyrede, udvikles først, eksempelvis det autonome nervesystem, hvorefter præfrontale funktioner, der kan styres af viljen og dermed kan hæmme dis-

⁸ Det gøres her opmærksom på, at denne udlægning er en pragmatisk forenkling, i tråd med, hvad der synes relevant for at besvare den aktuelle problemformulering. For mere dybdegående beskrivelser af skammens påvirkning på hjernen, henvises læseren til Schore (1994, 1998). I tråd hermed defineres kun begreber, som vurderes særlig centrale for nærværende opgave.

se lavere funktioner, såsom tænkning og mentalisering, udvikles på et senere tidspunkt (MacLean, 1990 if. Hart, 2012, pp.83f).

Barnets tidlige socioemotionelle udvikling er i høj grad knyttet til en strukturel udvikling, reorganisering og modning i det limbiske system, især i den præfrontale struktur orbitofrontal cortex (Schore, 1994, p.71f). I det første leveår, som er beskrevet ovenfor, er der hovedsagelig tale om en strukturel udvikling i hjernen, mens der i det andet leveår indtræffer anatomiske ændringer og reorganiseringer, hvor miljøets påvirkninger i særlig grad influerer. I denne periode dannes specifikke psykobiologiske mønstre af hormoner og neurotransmittere med baggrund i de socialiserende processer, hvor skam, og den (eventuelle) efterfølgende reparation af det relationelle bruddet i dyaden, spiller ind. Disse biokemiske ændringer påvirker modningen af den orbitofrontale cortex, der er afhængig af ydre stimulering for at udvikle sig (Schore, 1998, p.68). Barnets hjerne er ud fra denne forståelse altså afhængig af at være i interaktion med en anden hjerne for at udvikles (Schore, 1998, p.61), og det er i den intime relation med mor, at denne udvikling normalvis finder sted.

Den orbitofrontale cortex er knyttet til regulering af affekter, der er genereret af subcortikale strukturer, som udvikles i den tidlige spædbarnsalder, sådan som beskrevet ovenfor (ibid., p.69). Den er involveret i mekanismer, der effektivt monitorerer og autoregulerer varigheden, frekvensen og intensiteten af både positive og negative affekter; også de stressinducerende skamtilstande (ibid., p.70). Endvidere er den knyttet til dannelsen af psykologiske repræsentationer af individer (Brothers & Ring, 1992, p.110). De indre repræsentationer spiller ifølge Hofer (1984, p.187f) en afgørende rolle som biologiske regulatorer, der kontrollerer og hæmmer de fysiologiske processer i tråd med ændringer i de sociale omgivelser. Schore (1994, p.210) betoner eksempelvis, hvordan en indre repræsentation af morens fejlsamstemte ansigtsudtryk kan virke nedregulerende på det positivt forhøjede arousalniveau og kan have en inhiberende funktion på barnet, når hun ikke er tilstede.

Som ovenfor beskrevet, induceres skam som resultat af en forstyrrelse i de interpersonelle synkrone processer. Hertil tilføjer Schore, at denne forstyrrelse mellem mor og barn medfører forhøjede niveauer af stresshormonet corticosteroider i spædbarnets hjerne (Schore, 1991, p.192). Ifølge Meyer (1985, if. Schore, 1998, p.68) vil

dette i kritiske perioder, hvor der sker cortical modning, påvirke hjernens vækst. Det vil bevirke, at der sker en neurobiologisk reorganisering af hjernens kredsløb. Når sådanne forstyrrelser, der medfører høje niveauer af negativ affekt, præger det relationelle miljø over længere tid, vil dette virke væksthæmmende på de frontallimbiske systemer, der er knyttet til affektregulerende og socioemotionelle funktioner (Schores, 1996, p.78ff). Der vil elaboreres på de negative konsekvenser, der følger af dette, i den næste del af opgaven. I modsætning hertil, vil kortere episoder med negativ affekt være afgørende for den strukturelle modning af især den højre hemisfæres erfaringsafhængige orbitofrontale cortex (Schores, 1998, p.68). Studier viser, at det er den højre hjernehalvdel, der indeholder et primitivt nonverbalt affektsystem. Dette system modulerer de negative affekter og er involveret i reguleringen af det autonome nervesystems aktivering forbundet med emotionel arousal (ibid., p.70f).

Med andre ord, synes der, med baggrund i Schores studier, at være belæg for, at skam i små mængder er sundt og fremmer modning af hjernen og dens reguleringsfunktioner, hvorimod skam af længere varighed, der ikke nedreguleres, synes at være skadeligt for spædbarnshjernens udvikling.

1.1.2 Regulering af skam

Ifølge både Kaufman (1989, p.18f) og Tomkins (1987, p.144) er skam en ambivalent følelse. Kaufman (1989, p.18f) beskriver, hvordan individet på den én side oplever en trang til at trække sig tilbage og skjule sine defekter og fejl. Det føler sig, efter et brud på den interpersonelle bro, i større og større grad usikker både på sig selv og på sin relation til den anden, og en følelse af ensomhed breder sig i individet. Samtidig længes individet efter igen at blive ét med den, der har induceret skammen (ibid.). Det lille barn, der ikke har udviklet tilstrækkelig sprog endnu, og som ikke selv er i stand til at regulere skamfølelsen, er her afhængig af hjælp fra omsorgspersonen for at genoprette den interpersonelle bro.

1.1.2.1 En adaptiv regulering af skam

Den positive affekt og tilknytningsbåndet kan genetableres, hvis mor og barn kan finde tilbage til det samstemte samspil efter oplevelsen af bruddet på den interpersonelle bro. Her er omsorgspersonens emotionelle tilgængelighed, sensitivitet, respon-

sivitet og initiativtagen til at genoprette blikkontakten og den affektregulerende transaktionen afgørende (Schoe, 1994, p.243). Hvis omsorgspersonen tager dette ansvar, vil skammen metaboliseres og reguleres (Schoe, 1991, pp.208,210), og denne funktion kan med tiden internaliseres i barnet som en livsvarig affektregulerende kapacitet (Schoe, 1994, p.241). Dette kræver dog, at omsorgspersonen selv kan monitorere og regulere egen affekt, da det er gennem dennes egen selvtilstand, at den regulerende funktion kommunikerer affektivt til barnet (Schoe, 1998, p.67). Kaufman (1989, p.36) beskriver i denne forbindelse, hvor vigtig det er, at omsorgspersonen responderer på barnets emotionelle ubehag til trods for eksempelvis egen vrede. Dette formidles gennem fysisk at holde barnet; en nonverbal formidlet regulering og reparation af bruddet på den interpersonelle bro (ibid., pp.36,69). Med andre ord metaboliseres og reguleres skam i barnet, når omsorgspersonen selv er reguleret og i stand til at være emotionelt tilgængelig, sensitiv og responderende på barnets behov for aktivering for at komme ud af skamtstanden (Schoe, 1994, p.243). Efter korterevarende skamepisoder er det som oftest tilstrækkeligt for omsorgspersonen at genetablere den visioaffektive blikudveksling med barnet for at reducere skam, men hvis barnet har været forladt i en langvarig ikke-reguleret stresstilstand, må omsorgspersonen også benytte fysisk trøst og *holding*⁹ (ibid.).

De skam-stress regulerende interventioner, som omsorgspersonen foretager sig, medfører en genantænding af barnets sympatiske nervesystem, og den parasympatiske aktivering dæmpes og undertrykkes (Schoe, 1998, p.67). Dette medfører et skift i barnet fra en passiv til en aktiv mestring og fra et negativt og glædesløst, til et positivt humør (Schoe, 1991, p.211). Når barnet oplever dette mønster af skamtransaktioner gentagne gange igennem den tidlige socialiseringsperiode, vil det med tiden indgå i barnets indre arbejdsmodeller (ibid.). Disse succesfulde regulerende erfaringer medfører, ifølge Tronick (1989, p.116), at der etableres indre repræsentationer i barnet af at være virksomt og dets samspil med andre som positive og mulige at reparere. Endvidere etableres der en indre repræsentation af omsorgspersonen som en, der er til at stole på (ibid.).

⁹ Her refereres der til Winnicotts holding begreb. Holding refererer til morens tilrettelæggelsen af omgivelser, der fremmer barnets vækst, for eksempel det at bære og bearbejde de stærke følelser, som barnet oplever (Gabbard & Wilkinson, 1996, p.86f)

1.1.2.2 Manglende regulering af skam

I de tilfælde, hvor omsorgspersonen ikke tager ansvar for at genoprette den interpersonelle bro, gennem at gøre sig emotionelt tilgængelig, kan dette medføre, at barnet bliver fanget i egen skam (Kaufman, 1989, p.69). Barnet kan endnu ikke selv metabolisere skammen og er derfor afhængig af, at omsorgspersonen tager initiativ til at genoprette blikkontakt og den affektregulerende transaktion. Det er i mange tilfælde sådan, at omsorgspersonen faktisk ikke selv er opmærksom på egen fejlafstemning (Schore, 2003, p.18). Skam induceres dermed i barnet, for eksempel gennem forælders flove ansigtsudtryk, uden, at forælderen selv nødvendigvis er klar over det. Uden selv at være opmærksom på at have udvist flovhed overfor barnet, og dermed have induceret skam gennem det affektive fejlafstemte samspil, er det svært at kunne regulere denne flovhed for derigennem at kunne afhjælpe barnets skam. I andre tilfælde kan der være tale om en omsorgsperson, der ikke er i stand til at kunne regulere egen affekt. Et eksempel kan være, når forælderen bliver vred på barnet, sådan som Kaufman (1989, p.36) beskriver det. En omsorgsperson, der ikke selv kan rumme og regulere egen vrede, vil have svært ved at genoprette den interpersonelle bro og regulere barnets skamfølelse. I mangel på en samstemt omsorgsperson, får barnet altså ikke internaliseret en spejlende og positiv forstærkende funktion i sig selv, der skulle have stammet fra morens samstemte blik, og kommer således til at mangle en evne til selv at genantænde sit sympatiske nervesystem (Schore, 1994, p.361). De konsekvenser, dette kan medføre for individet, vil uddybes i den anden del af denne opgave.

De eksempler, der her er givet på fejlafstemte samspil, synes at kunne være samspil, der indtræffer i større eller mindre grad i alle mor-barn relationer. Der vil altid kunne opstå situationer, hvor omsorgspersonen ikke i tilstrækkelig grad vil kunne samstemme sig med sit barn efter at skam er blevet induceret, eksempelvis grundet uopmærksomhed eller travlhed. I modsætning hertil er de fejlafstemte samspil, i nogle mor-barn relationer, regelen frem for undtagelsen. I disse tilfælde kan omsorgspersonens inducering af skam og efterfølgende mangel på regulering, muligvis siges ikke blot at omhandle socialiseringsprocesser – her kan der være tale om børn der sjældent eller aldrig er blevet afstemt, ej heller i løbet af det første leveår. Jo flere oplevelser barnet har af at blive overladt til sig selv med skamfølelsen, jo vanskeligere vil

det have med at kunne håndtere den. Især når den manglende afstemning sker gentagne gange, vil barnet som indledningsvis nævnt, stå i fare for at blive fanget i skammen, hvilket kan tjene som grundlag for en maladaptiv formgivning af barnets selvoplevelse. Mere om dette i afsnittet *Skam og den maladaptive formgivning af selvoplevelsen*.

1.1.3 Konsekvenser af omsorgspersonens evne til at afstemme og regulere

Det er i de to ovenforstående afsnit blevet klart, at omsorgspersonens evne, til at møde barnet og hjælpe det med at regulere sin skamfølelse, er af afgørende betydning for barnets evne til at håndtere den. Det er altså sådan, at den måde hvorpå skam håndteres og mestres (eller ikke mestres) i den tidlige mor-barn relation internaliseres (Schore, 1991, pp.211, 213). Også Kaufman (1974, p.571) påpeger, at de bestemte skamerfaringsmønstre, der er blevet dannet i en signifikant relation over tid, er betydningsfulde. De gentagne skamtransaktioner tjener med andre ord som en udviklingsmatrix for evnen til at opleve, tolerere og regulere skam (Schore, 1991, p.212). Endvidere er disse tidlige skamtransaktioner med til at udvikle et reguleringssystem i barnet, der gør barnet i stand til at selvregulere.

1.1.3.1 Udviklingen af et reguleringssystem

De affektive oplevelser barnet har med den ydre regulerende omsorgsperson i løbet af de to første leveår, udvikler, ifølge Schore, et indre reguleringssystem situeret i den orbitofrontale cortex og dens forbindelser. Et system der gør barnet i stand til at selvregulere i forhold til dets socioemotionelle omgivelser (Schore, 1994, pp.363,369). Barnet kan ved hjælp af dette system opretholde balance i den autonome aktivering, der er en underliggende komponent i barnets emotionalitet (ibid., p.365). Systemet spiller således en medierende rolle mellem barnets indre oplevelsestilstand og de ydre omgivelser, hvor det modererer, justerer og modificerer emotionelle responser til både hypostimulerende (depriverende) og hyperstimulerende (aktiverende) stimuli (ibid.). Schore fremhæver i denne forbindelse det essentielle ved udviklingen at evnen til at kunne tolerere og regulere netop affekten skam, da denne har en inhiberende funktion på alle emotionelle udtryk (ibid., p.369).

Dette reguleringssystem, som Schore omtaler, har to adskilte komponenter, der regulerer barnet. Den ene komponent er en skamstimulerende komponent, der afbryder tilknytning og hyperarousal, reducerer narcissisme, trækker selvet sammen og formindsker selvværd og interesse. Den påvirker endvidere kognition og medfører parasympatisk passiv mestring og et lavt stemningsleje. Den anden komponent i reguleringssystemet er en skamreducerende komponent, der genaktiverer tilknytning og modulerer skam. Den reducerer skamoplevelsen, negative affektive selvrepræsentationer og det sænkede stemningsleje. Endvidere initierer den selvtrøstende funktioner, der genopretter den sympatiske aktivering, samt de aktive stressmestringsstrategier, hvilket støtter et positivt humør og selvværdsfølelse (ibid., pp.363,369). Den skamstimulerende komponent medfører et parasympatisk aktiveringsniveau, hvor den skamreducerende komponent medfører et sympatisk aktiveringsniveau. Balancen mellem den parasympatiske- og den sympatiske aktivering er en underliggende faktor i individets regulatoriske ækvilibrium, som sørger for at opretholde individets emotionelle funktion (Schore, 1991, p.233). De to komponenter i reguleringssystemet bidrager til at skabe balance mellem at hæmme uhensigtsmæssig adfærd på den ene side, og på den anden side at modulere skamfølelse, hvormed barnet kan trøste sig selv og dermed vende tilbage til positive humørtilstande, der er udviklingsfremmende. Udviklingen af disse komponenter er altså vigtige for barnets selvregulerende kapaciteter, som gør barnet i stand til at balancere mellem nysgerrighed, aktivitet og storhedsfølelse på den ene side og på den anden side en realistisk følelse af sine kompetencer, tilbagetrækning og fordybelse (Hart & Schwartz, 2008, p.195).

Det er den gentagne øvelse med at regulere skam i samspil med omsorgspersonen, der gør barnet i stand til senere at kunne benytte sig af reguleringskomponenterne på egen hånd. Komponenterne bliver i tråd med disse interaktioner modnet sådan, at de på et neurobiologisk niveau fungerer i et reciprok samspil, hvor når den ene komponent aktiveres slukkes der for den anden og omvendt (ibid., p.363). Når omsorgspersonen ikke har fungeret som en ydre affektregulerende instans, udvikles disse affektregulerende resurser ikke tilstrækkelig, og resultatet bliver en dysreguleret hjerne kemi og strukturel deficit (ibid., p.413f). Dette kan medføre en skævhed i individets affektsystem, hvor systemets *set point*¹⁰ enten bliver placeret i retning af den sympa-

¹⁰ Det engelske ord *set point* kan tilnærmelsesvis oversættes til ”nulpunkt”.

tiske eller parasympatiske ende af kontinuummet (ibid., p.400). Balancen mellem den sympatiske og den parasympatiske komponent i affektreguleringsystemet kan altså være forskudt. Med den tilstødende forringede reciprokke kommunikation mellem komponenterne etableres et tilsvarende grundlæggende forskudt stemningsleje i individet (ibid., p.363).

1.1.4 Selvregulering

Ud fra de ovenforstående afsnit er det blevet tydeligt, at barnet er afhængig af omsorgspersonens hjælp til at udvikle evnen til selv at kunne regulere skam. Omsorgspersonen skal være emotionelt tilgængelig, møde barnet og genetablere den interpersonelle bro for at kunne hjælpe og afstemme barnet. Barnets gentagne erfaringer, med at få reguleret sin skam i samstemte samspil med mor, vil med tiden udvikle barnets evne til selv at kunne regulere denne affekt og dens aktivering i det autonome reguleringssystem på en adaptiv måde. Reguleringen af skam kan siges at være en regulering af den øjeblikkelige selvoplevelse. Individet kan med sin evne til at regulere skam i øjeblikket opretholde en balance i sig selv, da det med denne evne kan håndtere emotionelt stressende situationer. Den stressende skamtilstand vil således ikke bringe individet ud af balance mere end kortvarigt. Den kortvarige skampåvirkning kan betragtes netop som adaptiv, da individet, med sin erfaring med dens signaler, kan benytte disse til at regulere sin egen adfærd i forhold til egne og andres grænser. Når regulering af skamfølelsen derimod er udeblevet i den tidlige udvikling, har barnet været overladt i den stressende skamtilstand. Konsekvenserne heraf vil vi se nærmere på i afsnittet *Skam og den maladaptive formgivning af selvoplevelsen*.

1.2 Opsummering

I forhold til nærværende undersøgelse af, hvordan skam tidligt i udviklingen påvirker individets selvoplevelse, vil vi nu kort opsummere på den viden, der ind til videre er generet. Vi har ovenfor belyst, at inducering af skam er en afgørende faktor i udviklingen af individets hjernestrukturer og i socialiseringsøjemed. Det er i denne sammenhæng blevet tydeligt, hvordan håndteringen af skam i mor-barn samspillet er af stor betydning for barnets evne til senere at kunne regulere skam. Endvidere er det blevet belyst, at denne håndtering er særlig betydningsfuld for, hvordan skam kan siges at påvirke individets selvoplevelse, eftersom når skam induceres, og efterføl-

gende afstemmes og reguleres i samspil, medfører det en oplevelse af skam som en midlertidig følelse, der kan mestres og udholdes. Derimod, når skamfølelsen ikke mødes og reguleres, vil barnet opleve sig selv som fanget i et smertefuldt tomrum uden mulighed for at undslippe skamfølelsen. Både den oplevelse, som følger den regulerede skam, og den oplevelse, som følger den uregulerede skam, kan ifølge det intersubjektive perspektiv antages at have en formgivende rolle (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme). Ved den regulerede skam, som er blevet præsenteret ovenfor som udviklingsmæssig optimal, følger en socialiserende formgivning. Oplevelsen givet ved ureguleret skam, som vi i det følgende afsnit vil redegøre for, medfører en dybereliggende maladaptiv formgivning af individets selvoplevelse.

1.3 Skam og den maladaptive formgivning af selvoplevelsen

I ovenstående er det blevet beskrevet, hvordan barnet kan fanges i en fysisk og oplevelsesmæssig skamtilstand, når denne ikke reguleres. I forlængelse heraf postulerede vi, at når individet fanges i en så smertelig og overvældende tilstand, vil dette bevirke en dybereliggende maladaptiv formgivning af individets selvoplevelse. I denne sammenhæng skal det påpeges, at vi betragter dette som en konsekvens, når individet har været efterladt i en skamtilstand gentagne gange. Vi ønsker således at gøre opmærksom på, at det kan forekomme, som nævnt ovenfor, at moren ikke er opmærksom på sin fejlfølelse af barnet og derfor ikke får reguleret barnets skamtilstand, men så længe dette ikke er gentagne gange, betragter vi ikke oplevelsen som udviklingsmæssigt maladaptiv for individet. Dette vil forekomme i alle udviklingsammenhænge, da moren er et menneske. I det følgende vil vi argumentere for, at når barnet efterlades i en skamtilstand gentagne gange, så vil skams formgivning af selvoplevelsen netop antage en maladaptiv form.

1.3.1 Den uregulerede skams maladaptive indvirkning på selvoplevelsen

Det er blevet beskrevet, hvorledes barnet kan blive efterladt i en skamtilstand. Denne uregulerede skamtilstand vil udfordre individet, da den ifølge Kaufman ikke bliver frigivet fra barnet, hvorfor barnet er nødsaget til at internalisere den (Kaufman, 1989,

p.57). Med afsæt i denne betragtning, vil argumentet i det følgende være, at barnet der fanges i det skamfulde tomrum, uden hjælp (eller evne) til at frigøre sig fra den, ikke har andre muligheder end at internaliseres den. Som resultat heraf vil den uregulerede skam forplante sig i selvet. Skamoplevelsen er hermed ikke blot en midlertidig situationsbunden refleksion, den kommer til at indtage en position som en varig sandhed for individet. I det følgende ses nærmere på, hvordan internaliseret skam konstituerer selvoplevelsen.

1.3.2 Introduktion til syntesen mellem selvpsykologi og affektteori

Både Kaufman og Morrison ser en tæt sammenhæng mellem skam og selvoplevelse. Denne sammenhæng afspejler deres opfattelse af affekter som individets primære motivationskilder i udviklingssystemet, hvor netop affekter tillægges hovedrollen i formgivningen af selvoplevelsen (Kaufman, 1989, p.5; Morrison og Stolorow, 1997, p.78). Deres beskrivelser af sammenhængen mellem skam og selvoplevelsen tager afsæt i to vidt forskellige teoretiske terminologier. Kaufman tager afsæt i affektteoriens scriptteori, hvor Morrison og Stolorow tager afsæt i selvpsykologiens teoretiske arbejde med narcissisme¹¹ og selvidealer. Som beskrevet i afsnittet *Valg af teori*, betragter vi de to perspektiver som supplerende bidrag til at beskrive netop, hvordan affekten skam kan formgive selvoplevelsen og i denne forbindelse af særlig interesse i en varig maladaptiv form. Som det gerne skal blive tydeligt i den følgende, bidrager Kaufmans scriptteoretiske med en forståelse af, hvorfor og på hvilken måde affekten skam sammensmelter med selvoplevelsen. Morrisons perspektiv bidrager i forlængelse heraf med en kontekstualiserende forståelse af, hvordan barnets skamfulde oplevelser er tæt forbundet med det omgivende omsorgsmiljø. Perspektiv belyser, hvordan netop barnets afhængighed af omsorgsmiljøet medvirker til, at det er nødsaget til at forstå dets skam som en fejl hos sig selv, som det må kontrollere eller lægge afstand til, da barnet ellers ikke kan accepteres af omgivelserne og derfor risikerer at miste relationen til sine nærmeste. Vi vender os nu mod en udfoldelse af disse kort introducerede udviklingsteoretiske perspektivers bidrag.

¹¹ Selvpsykologernes forståelse af narcissisme har stor lighed med Schores forståelse heraf. En forskel foreligger i, at hvor Schore fremhæver nødvendigheden af en regulering af narcissismen, mener selvpsykologerne, at narcissismen skal udfoldes og værnes omkring.

1.3.2.1 Kaufmans affektteoretiske perspektiv

Når skam sætter sig i selvet, betegner Kaufman selvet som *skambundet* (1989, p. 57). Kaufmans betegnelse afspejler hans direkte fokus på affekten skams forpligtende og styrende natur. Ifølge Kaufman påvirker ureguleret skam selvet dynamisk på to måder. Først gennem en forhøjet intensitet, varighed samt hyppighed af skam - en forstørrelse af skam Kaufman anser som skadeligt for individet¹². Herefter internaliseres skammen således, at selvet bliver i stand til at reproducere den. Der sker altså en internalisering af selve skamresponsen, hvortil Kaufman påpeger, at den internaliserede skam uundgåeligt vil sprede sig til hele selvet (ibid.).

Kaufman dedikerer en nøje gennemgang af netop denne internaliseringsproces og trækker i denne sammenhæng på Tomkins scriptteori. Internalisering af oplevelser tildeles, i denne teori, en central rolle i udviklingen af selvet. Den grundlæggende opfattelse er således, at selvet udfoldes, udvikles og skabes i interaktionen med det interpersonelle miljø og gennem den måde, hvorpå oplevelser herfra lagres, reproduceres, elaboreres og brydes (ibid., pp.58f). Oplevelserne internaliseres, ifølge Kaufman, i selvet igennem en sammenfatning af visuelle, auditive og bevægelsesmæssige dimensioner. Det som internaliseres er altså billeder, eller det der i scriptteoretisk terminologi omtales som scener (ibid.). En *scene* er individets reelle oplevelse af en begivenhed, der qua dets oplevelsesmæssige ophav forstørres af og sammensmelter med affekter (ibid., p. 60). Scener, der eksempelvis omhandler interpersonelle behov, bliver altså præget af affekter i samspillet med omgivelserne og dette lagres i hukommelsen (ibid.). Det er i scenerne individets affektive oplevelser indfanges, hvorfor scenerne, i et affektteoretisk og videre scriptteoretisk perspektiv, anses som de helt tidlige byggesten i personligheden. Kaufman beskriver, at skam oplevet i forbindelse med andre affekter, fysiologiske drifter eller interpersonelle behov, især bidrager til internalisering af den årsag, at disse er essentielle motivationsstrukturer for individet¹³. Ved tilstrækkelige repetitioner, af for eksempel en særlig affekt-skam sekvens såsom vrede-skam, skabes der en internaliseret brist eller såkaldt binding

¹² Hvori det skadelige adskiller sig fra ikke-skadelige niveauer synes i Kaufmans optik at knytte sig til en ikke nærmere specificeret reguleringsbalance i det interpersonelle samspil.

¹³ I denne sammenhæng er det vigtigt at påpege, at Kaufman betragter affekter som individets primære motivationsmekanisme (1989, p.61).

(ibid., p.62). Bindingen med skam skabes i den pludselige udsættelse for skam, der stopper al naturligt flydende selvfunktioner (ibid., p.63). Med de såkaldte skambindinger, især ved multiple bindinger, udøver skam en indirekte kontrol over selvet. Som ved eksemplet ovenfor, vil en internaliseret skam-vrede binding begrænse individets udtryk af vrede, eftersom vrede automatisk vil vække skam ved individet. En så smertelig oplevelse der derfor bevirker, at individet vil undgå eller begrænse sin vrede (ibid., p.62). Det samme princip gælder, når bindingen er knyttet til interpersonelle behov eller drifter.

Scener præget af samme affekt tenderer ifølge Tomkins (1979 if. Kaufman, 1989, p.60) til at fusionere. De kan i denne optik siges at forstørre hinanden og sammensmelte i familier af scener omkring affekten som fællesnævner. Hvis for eksempel individet internaliserer flere scener forbundet med skam, vil en familie af scener baseret på skamaffekten kunne blive dannet (Kaufman, 1989, p.60). Tomkins betegner sådanne sammensmeltninger af scener som en *psykologisk forstørrelse* (1979 if. ibid., p.90). Dette drives af individets iboende evne til at tage initiativ og overtage kontrollen over scenerne for at skabe et system i dem. En almenmenneskelig tilbøjelighed, der afspejler, at mennesket allerede tidligt i livet er skabt til at forsøge at blive en person (Monsen, 2000, p.122). De sammensmeltede scener indtager med deres forstørrede position en styrende rolle i individets liv (Kaufman, 1989, p.90). De udgør det Tomkins kalder *scripts*; stabile mønstre individet organiserer sine oplevelser og erfaringer i. Scripterne refererer hermed til et strukturelt niveau i personligheden (Monsen, 2000, p.122). Det skal i denne sammenhæng påpeges, at ikke alle scener vil føre til dannelsen af scripts. Ifølge Monsens udlægning af scriptteorien, er det, som kvalificerer scenerne til at blive forstørret til scripts, følgende; at affekten knyttet til scenen er intens og vedvarende, at for eksempel denne intensitet opleves som en markant grad af forandring samt at disse affektsekvenser opleves hyppigt (ibid.). Scener, hvor skam er den centrale affekt, fører altså til dannelsen af scripts, når individet hyppigt oplever intens og vedvarende skam. Kaufman påpeger endvidere, at den psykologiske forstørrelse af scener er en fremadskridende proces, hvor sammensmeltningen af scener forbundet med skam gradvist, provokeret ved tilstødende skamoplevelser, vil skabe en kerne af skam i selvet (ibid., p.93). Et såkaldt kernescript, der er betydningsfuld for selvoplevelsen (Monsen, 2000, p.124).

Scripts udgør et højere organiseringsniveau baseret på et samspil mellem affekter og kognition (ibid.). Sproget har en afgørende betydning i udformningen af scripterne. Sproget, forstået som individets tænkende sprog, står for en kontinuerlig bearbejdning af de forstørrede sæt af scener; de bliver skrevet, genskrevet, produceret, kritiseret, og scener fremhæves, hvormed individet oplever sig selv i en bestemt rolle (Tomkins, 1979 if. ibid., p.90). Sproget tillægger altså de forstørrede sæt af scener personlige og bestemte meninger, hvormed deres form fremdeles omskabes. De før isolerede specifikke scener af skam transformeres hermed, hvormed skammen bliver fordybet og udvidet (ibid., p.60; pp.94ff). De forskellige scener bliver således sammensat i fremtrædende sproglige skambaserede oplevelsestilstande eller affektive overbevisninger såsom mangel på selvtillid, at føle sig fremmedgjort, forkastet, ensom, helt uden værdi eller utilstrækkelig (ibid., p.97).

Kaufman påpeger, at de sproglige bearbejdningsprocesser kan fordybe og udvide skammen i forhold til tre strukturelle niveauer i individet. Ved første niveau organiserer de forstørrede sæt af scener sig omkring skammens oprindelige påvirkningskilde: affektive udtryk, drifter, interpersonelle behov samt det som er meningsgivende for det pågældende individ. En organisering omkring for eksempel det interpersonelle behov nærvær, definerer således nærvær, som det der aktiverer skam hos dette individ (Kaufman, 1989, p.97). Det andet niveau organiseres i forhold til mere diffust forstørrede skamkoncepter: skam i forbindelse med kroppen, relationer eller kompetence. Her vil skam knytte sig til for eksempel individets oplevelse af sine kompetencer i bred forstand. Det tredje niveau udgør det dybeste og bredeste niveau; *karacterskam*, her er skammen forstørret til at vedrøre hele individet. Individet er her overbevist om, at det for eksempel ikke kan elskes, er mangelfuldt, forkert eller er en fiasko. Kaufman påpeger, at alle individer vil have en såkaldt skam-profil karakteriseret ved det første niveau. Når skammen derimod forplanter sig på de mere globale højere niveauer, betegner Kaufman individet som skambaseret (ibid.).

Opsummerende karakteriseres den proces, hvormed skam internaliseres, af Kaufman som en triadisk interaktiv proces mellem affekt, billeddannelse og sproget (ibid., p.96) på baggrund af forhøjet intensitet, varighed samt hyppighed af skam. Affekten skam kan i sin uregulerede form antages at miste sin hæmmende adaptive funktion og indtage en maladaptiv form; den bliver en altoverskyggende følelse. Med andre

ord bliver de følelser og oplevelser, som skam aktiveres i forbindelse med, ikke bare hæmmet, de bliver overtaget af skam og denne skam spreder sig, provokeret ved gentagne oplevelser af intens ureguleret skam, til resten af selvoplevelsen.

Med dette affektteoretiske fundament til at forstå, hvorledes skameffekten sammensmelter med hele selvoplevelsen eller dele heraf, vil vi nu vende os mod Morrisons selvpsykologiske perspektiv på, hvordan barnets subjektive verden formgives af skamaffekten. Dette perspektiv har stor værdi, eftersom det både lægger vægt på betydningen af den smerte skam medfører for individet, samt den smerte det medfører at føle sig forkert og ikke accepteret i sin eksistens. I forhold til den intersubjektive konteksts betydning lægges der særligt fokus på morens rolle, da hun er den centrale relation i den tidlige udvikling.

1.3.2.2 Morrisons selvpsykologiske perspektiv

Når skam sammensmelter med selvoplevelsen, beskriver Morrison og Stolorow, at skammen er sivet ind i individets affektive kerne, hvor den udgør en fundamental smerte (Morrison & Stolorow, 1997, p.82). Skams dominerende rolle i individets kerne forhindrer en vellykket selvudvikling. Opgavens intersubjektive forståelsesramme kan hermed siges at blive uddybet ved, at der i det syntetiserede perspektiv mellem Morrison og Kaufman, ikke *bare* sker en epistemologisk begrænsning af selvoplevelsen. Begrænsningen opretholdes og udvides gennem en skambinding af oplevelsen.

I den selvpsykologiske forståelse af udviklingen indgår barnet i relationer, hvori dets narcissisme udfoldes. Barnets relationer, såsom med moren, betegnes i tråd hermed som barnets *selvobjekter*. Hvor Kohuts betegnelse selvobjekt henleder til den forståelse, at moren er et objekt - en funktion for barnets gryende selv og en næringskilde til dets udviklingsbehov, skal det i denne sammenhæng påpeges at moren, i Morrisons optik, ikke forekommer som et udelukkende miljøgivent objekt. Dette er i tråd med opgavens intersubjektive forståelsesramme, hvor udviklingssystemet karakteriseres som et relationelt gensidigt påvirkende system; en smeltedigel udgjort af den vigtige omsorgsgiver-barn relation, hvori barnets affektive oplevelser fra fødslen og frem reguleres eller misreguleres (Morrison og Stolorow, 1997, p.78). Ifølge Morri-

son bevirker individets subjektive oplevelse af et samspil at den anden opleves til dels som et observeret miljøgivent objekt og til dels som en konstrueret forestilling individet har skabt omkring den anden (Morrison, 1994, p.29; Morrison, 2009, p.76). En effekt han betegner ved perspektivet one-and-a-half-person. Ved one-and-a-half-person udgør individet således den ene person (one), og moren den halve miljøgivne person (half), resten formes af individets perciperende selv (Morrison, 1994, p.29). Den konstruerede forestilling skabt omkring moren, formes fremdeles af individets behov for, at moren er på en given måde (Morrison, 1994, p.19; Morrison, 2009, p.77).

Som nævnt, opstår skam ifølge Morrison (1994, p.24) som primær respons på fejlafstemninger i samspillet mellem mor og barn. Nærmere bestemt som respons på narcissistiske forstyrrelser; empatiske brud på barnets egen oplevelse af sig selv og dermed forventet bekræftelse, spejling, accept og sammensmeltning med moren (ibid.). Når barnets narcissisme mod formodning ikke mødes i samspil med moren, beskriver Morrison, at barnet bliver forvirret og at dets selvoplevelse punkteres (ibid.). Morens manglende evne til at imødekomme barnet afspejler, ifølge Morrison, morens egen narcissistiske sårbarhed. I samspillet vil barnet ifølge Morrison naturligt identificere sig med morens oplevelse af det. Når samspillet præges af skaminducerede responser, på grund af morens egen oplevelse af inkompetence og svaghed, vil barnet altså internalisere en oplevelse af sig selv som inkompetent og svagt. Dette eftersom barnet identificerer en sådan oplevelse af sig selv igennem moren (Morrison, 1996, pp.61f). Barnets oplevelse af, hvad som er virkeligt, faciliteres netop i den intersubjektive matrix (Stolorow & Atwood, 1992, p.27). Denne identificering sker samtidig med, at barnet oplever en fejlafstemning med hensyn til dets behov og længsler, hvilket sætter et affektivt stempel i selvet; barnet er ikke værdig til at blive mødt, dets behov er forkerte. Netop i denne sammenhæng lægger Morrison vægt på, at barnets oplevelse af sig selv, som forkert i omverdenens øjne (især moren), er farlige for barnet, da de står i vejen for de nødvendige trivselsbånd til moren. Når barnet efterlades i en skamtilstand, efterlades det derfor ligeledes med formodningen om, at grunden til, at moren ikke relaterer sig til det eller forklejner det, skyldes, at barnet ikke er værdig og utilstrækkelig. De affektive stemplinger, i den tidlige barndom, medfører ifølge Morrison udviklingen en skam sensitivitet; en beredvillighed til, at barnet vil opleve sig selv som ikke-værdig, utilstrækkelig og forkert fremover (1994,

p.25). Skamoplevelserne danner altså organiserende principper i individets subjektive verden (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme). Hvortil Morrison tilføjer, at jo tidligere de skaminducerede interaktioner forekommer, jo stærkere bliver det voksne individs invaliderende skamfølelser (1996, p.60).

Ifølge Morrison avancerer barnets oplevelse af skam i takt med trin i udviklingen. Et afgørende udviklingstrin udgør her fremkomsten af selvbevidsthed (ca. når barnet er 12-15 mdr.) (Morrison, 1996, p.65). I forhold til dette udviklingstrin læner Morrison sig op af Brouceks beskrivelse. Broucek betegner selvbevidsthed som *objektiv selvopmærksomhed*, hvilket dækker over barnets opmærksomhed på sig selv som et objekt andre kan betragte, samt barnets refleksion over sig selv som objekt gennem spejling med de observerende andre (Broucek, 1997, p.37). Skamoplevelser bliver med selvbevidsthed mere aftegnet i kraft af, at barnet begynder at opleve sig selv som objekt (Morrison, 1994, p.26). Hvor barnet før oplevede skam, når det angik morens manglende respons eller en fysisk afbrydelse af glæde, bevirker selvbevidstheden, at båndet mellem barnets skamfølelser og barnets oplevelse af selvet etableres uigenkaldeligt (Morrison, 1996, p.65). Hvor barnet før oplevede skam som en ikke-harmonisk og utilfreds reaktion på sine behov fra omverdenen, vil barnet nu ikke længere have tillid til egne behov, fordi det nu kan sammenkæde sine skamfulde oplevelser med disse behov i samspillet med en oplevelse af sig selv (ibid.). Et selv baseret på tidlig skam kan i denne optik altså betragtes som skrøbelig. Dets struktur er deformt; det har *deficits* (ibid.; Gehrie, 1996, p.177).

Barnets nyerhvervede evne til at betragte sig selv, som var det sit eget publikum, gør barnet i stand til at forstille sig, hvordan det tager sig ud i egne øjne såvel som i andres (Morrison, 1996, p.65). Som følge af dette begynder barnet ligeledes at fantasere om, hvordan det ideelt set gerne ville se ud (for at passe ind) og med afsæt i denne afbildning af det ideelle selv udformes barnets selvidealer - en fantasi om perfektion barnet tilstræber (ibid., p.64).

I forbindelse med denne uigenkaldelige etablering af selvoplevelsen udvikles de indflydelsesrige organiserende principper, der vil påvirke individet gennem livet. Disse principper beskriver Morrison og Stolorow med termen selvideal. *Selvidealet* beskrives som en vigtig kilde til at give livet form og indhold for det enkelte individ. Det

definerer individets fremtidsperspektiv og dets meningsfulde bestræbelser (Morrison, 2009, pp.75f). I dette perspektiv er individets adfærd, udtrykte følelser og værdier altså motiveret og styret af selvidealer, og eftersom selvidealerne gives form i det tidlige affektive udviklingsmiljø, kan individets adfærd, udtrykte følelser og værdier forstås som en respons på dette miljø (Morrison, 1999, p.322). Alle affektive oplevelser i det intersubjektive samspil præger dannelsen af selvidealer. Selvidealer vil ved en vellykket selvudvikling hjælpe individet, mens de vil trælbinde individet ved en ikke vellykket skambaseret selvudvikling (Morrison, 1996, p.71).

I situationer, hvor barnets selvoplevelse er domineret af skamsensitivitet og selvet har deficits, vil idealer, ifølge Morrison, som regel indtage strenge og uopnåelige former. Disse idealer er rigide og krævende, da de afspejler den ikke samstemte mors manglende empati og i nogen tilfælde ligeledes morens egne krav om perfektion, der har forrang over barnets udviklende lyster og evner (ibid., p.70). Morrison beskriver, hvorledes accept og kærlige responser i disse tilfælde vil være afhængig af, hvorvidt barnet klarer at indfri morens behov, hvormed barnet lærer *"If only I were smarter (or better at sports, or more obedient, or less rowdy), then would I be loved"* (ibid., p. 71). I forhold til samspillet med moren, er et andet eksempel, når moren er kronisk passiv i sine responser, som for eksempel den depressive mor er. Her lærer barnet at det ikke er værd at elske, at dets behov derfor er forkerte og at disse behov stiller for store krav til omgivelserne - *hvis jeg holder lav profil, så vækker jeg i det mindste ikke ubehag hos min mor*. Overordnet kan idealer betragtes som barnets forsøg på at løse problemet i samspillet – et problem de ser sig selv som kilden til (ibid.).

Morrison og Stolorow påpeger, hvorledes et selvideal kan udformes som et forsvar, det repræsenterer et selvbillede rensset for de krænkende affekter og behov, som ikke er opfattet som acceptable i omverdenen (moren). I tråd hermed bliver det, at leve op til disse idealer, en central betingelse for at opretholde et harmonisk bånd til moren og for at opretholde tillid til selvet (Morrison & Stolorow, 1997, p.80). Barnet bærer hermed, som Morrison malende beskriver, en byrde; at gøre sig værdig til morens kærlighed (Morrison, 1996, p.71), eller i det mindste ikke gøre hende ked af det. Idealder dannet på dette grundlag tenderer som beskrevet til at være rigide og perfektionistiske, hvorfor de uundgåeligt vil lede til nederlag, skam og fortvivelse (ibid.). Der er således etableret et indre kriterium for skam i individet; kriterier for nederlag

og utilstrækkelighed (Morrison, 1994, p.27). Barnet vil således kæmpe for at dække over eller kompensere for sine oplevede deficits, men lykkes dette ikke, aktiveres skam. Skam aktiveres i denne forstand indefra eftersom, at skam er blevet til en del af selvoplevelsen; individet er skambaseret (Morrison, 1987, p.282). Det beskrives endvidere, hvorledes individet kan reagere med et kraftigt raseri, når det føler sig tvunget til at se sin skam i øjnene. Dette raseri omtales i den selvpsykologiske terminologi som *narcissistisk raseri* (Urnes & Karterud, 2001, pp.175f).

Som nævnt bliver barnet trælunden til sine idealer og livet bliver en ufleksibel kamp. Denne kamp kan siges at knytte sig til det Kohut omtaler som *dissociative processer* (Morrison & Stolorow, 1997, p.79). Disse omhandler, individets forsøg på at beskytte sig mod, de af omgivelserne, ikke acceptable tilstande; følelser og behov. De dissociative processer er således individets forsøg på at forebygge retraumatiseringer ved at hindre de ikke acceptable tilstande. Dette kan foregå ved en komplet fortrængning af de ikke mødte behov, for eksempel nærhed, ved en såkaldt *horisontal splitting*. En anden måde er, at individet grundet smerten forbundet med sine deficits og faren for, at disse ødelægger nødvendige bånd med moren, fornægter ejerskabet til de uacceptable følelser og behov ved en såkaldt *vertikal splitting*. I begge tilfælde er individets selvoplevelse skambaseret. Den vertikale splitting finder sted i de tilfælde, hvor de uacceptable følelser og behov ikke kan rummes i individet, hvorfor den vertikale splitting er et forsøg på at afspalte den defekte del af individets selv. Morrison og Stolorow fremhæver i denne sammenhæng termen *grandios forsvar*. En term som dækker over individets forsvar mod sin afspaltede defekte del af selvet. Udtryksformer forbundet med det grandiose forsvar, er en overdreven og støjende grandiositet; udtrykt foragt, arrogance, berettigelse og overlegenhed (Morrison & Stolorow, 1997, p.80). Den vertikale splitting kan især knyttes til de tilfælde, hvor forældrene udnytter barnets præstationer (Karterud, 2000, p.93), og hvor den i forlængelse heraf repræsenterer en tilpasning til forældrenes narcissistiske brug af barnets kvaliteter og præstationer. En tilpasning analog med det Winnicott omtaler som det falske selv (Morrison & Stolorow, 1997, p.80). I tilfælde, hvor det grandiose forsvar indebærer elementer af omnipotent selvtilstrækkelighed og devaluering af andre, påpeger Morrison og Stolorow, at det afspejler en afstivning af fraspaltningen af de grundlæggende tidlige behov og den punkterede selvoplevelse (ibid.).

Selvidealer, defensive horisontale og vertikale splits er alle strukturer bygget op omkring individets emotionelle sårbarhed, der bunder i oplevelser af skam i mor-barn-interaktionen. De er såkaldte organiserende principper, der tjener som beskyttelseskjold mod forekomsten af sårbarheds- og skamfølelser (Cates, 2011, p.524). Det skambaserede individs bestræbelser i forhold til at indfri sine selvidealer, afspejler en overbevisning om, at dette vil tilendebringe skammen (Morrison, 1996, p.71), eller i det mindste begrænse den. Paradoksalt leder denne bestræbelse i sig selv til skam, eftersom selvidealerne er rigide og urealistiske.

Endvidere påpeger Morrison, at individets strukturer vil afhænge af en idealiseret anden for at opretholde deres funktioner, dette fordi idealerne er baseret på det præmis, at de har været (eller mangler at blive) realiseret af en anden (den idealiserede mor eller far) (Morrison, 1996, pp.74f). Individet har fremover i livet, med andre ord, behov for, at andre samarbejder om at beskytte individet mod dets emotionelle sårbarhed, dets deficits (Gehrie, 1996, p.176). Denne efterspørgsel på objekter som kan idealiseres, og dermed facilitere individets selvtillid i forhold til at håndtere sine strukturer, foregår såvel bevidst som ubevidst (Morrison, 1996, p.76). Dette kan indebære enten behov for beundring eller støttende bekræftelse (Urness & Karterud, 2001, pp.291f). Denne søgen, påpeger Morrison, er et universalpsykologisk behov, men det vil være mere udtalt og presserende hos de individer, hvor en idealiserede anden har været fraværende i opvæksten (Morrison, 1996, pp.76f). For de individer, hvor idealiseringen netop støtter den nødvendige opretholdelse af dets beskyttende strukturer, vil deres grundlæggende skamoplevelse fordufte i sammensmeltningen med den idealiserende anden. Dog vil skammen indtræde igen, så snart den idealiserende anden ikke formår at repræsentere dets idealer. Individet er så nødsaget til at finde en ny helt (ibid., p.77). Generelt vil fejlslagne indfrielse af idealerne, som det skambaserede individ er trælbundet til, vække individets sande jeg – skam (ibid., p.71).

1.3.3 Det affektteoretiske- og det selvpsykologiske perspektivs samlede bidrag

I det ovenstående har vi set nærmere på, hvordan ureguleret skam formgiver selvoplevelsen. Med det affektteoretiske perspektiv blev det tydeligt at gentagne oplevelser

af at være fanget i den ureguleret skamtilstands høje intensitet medfører, at skammen sammensmelter med individets oplevelser af sig selv. Enkeltstående oplevelser med skam forstørres ved en psykologisk forstørrelse – en fordybende samklang med flere skamfulde oplevelse, og endvidere ved kontinuerlige indre bearbejdelser af individets affektive oplevelser. Individets naturlige bestræbelser på at organisere sin selvoplevelse illustrerede netop, hvordan den indre skamoplevelse, provokeret ved flere skamoplevelser, bevirker, at skambindingen uddybes til at omfatte større og større dele af selvoplevelsen. Skammen kan således oversvømme og erstatte andre erfaringer og dermed andre mulige selvoplevelser.

Med det selvpsykologiske perspektiv blev den intersubjektive konteksts betydning tydelig. Her blev det belyst, hvordan individets skamfulde selvoplevelse forekommer som en realitet for individet i kraft af, at den faciliteres i det intersubjektive samspil. Dette individ er skamsensitivt og oplever sig selv som grundlæggende defekt. Det er en subjektiv sandhed for individet, der farver hele dets subjektive verden og således dets navigering i fremtiden. Endvidere er det blevet belyst, hvordan den intersubjektive kontekst ligeledes har indflydelse på individets håndtering af den skamfulde subjektive sandhed. Individet har i det intersubjektive samspil oplevet, at dele af dets oplevelsesverden har været kilden til, at samspillet blev brudt – dette har individet været nødsaget til at påtage sig ansvaret for, da moren ikke har formået dette. Det manglende svar fra moren forklares med egenskaber hos barnet selv, *”det fortjener ikke å bli svart”* (Skårderud, 2001b, p.57). Det er en sandhed for individet, der ikke kan acceptere disse egenskaber ved sig selv, sådan som omgivelserne heller ikke kunnet. Individet betragter derfor disse dele med stærk mistillid. Individet forsvarer sig imod eller skjuler de, for dem, defekte dele, da de synes ubærlige og smertefulde for omgivelserne og derfor udgør en trussel mod individets relationer til omverdenen.

Samlet synes de to perspektiver at forklare, hvordan ureguleret skam sammensmelter med selvoplevelsen og i forlængelse heraf, hvorledes denne selvoplevelse fremstår som en erkendelsesmæssig sandhed for individet, og i den intersubjektive kontekst derfor bliver et spørgsmål om liv og død for individet, de hele tiden må forholde sig til og kæmpe imod.

1.3.4 Diskussion af syntesen

Generelt afspejler de to perspektiver, at internaliseringen af ureguleret skam bevirker en bestemt strukturering af selvet – den uregulerede skam sammensmelter med selvoplevelsen. Kaufman beskriver, hvorledes denne sammensmeltning udmunder i scripts. En betegnelse der dækker over de stabile mønstre individet organiserer sine oplevelser og erfaringer igennem. Scripts kan argumenteres for at være i overensstemmelse med Morrisons beskrivelse af de organiserende principper i individets subjektive verden. Begge koncepter refererer til et strukturelt niveau i personligheden, hvor de præger individets fremtidige oplevelser i verden. Ligeledes synes begge koncepter at referere til en prærefleksiv ubevidst formgivning og tematisering af individets oplevelser (Stolorow et al., 1992, p.28; Kaufman, 1989, p.90). Hvor Kaufman påpeger, at individet kan opleve at have en bestemt rolle, synes Morrison og Stolorow ikke at tage dette i betragtning. I deres optik forbliver denne strukturerende aktivitet ubevidst for individet. Overensstemmelsen mellem de to teoretiske betegnelser; scripts og organiserende principper, synes særlig relevant at fremhæve, da det her er særlig tydeligt, hvordan de to teorier supplerer hinanden. Udformningen af scripts og organiserende principper finder i begge optikker sted i den intersubjektive smeltedigel. Det affektteoretiske perspektiv er særlig værdifuld med netop den detaljerede beskrivelse af, hvordan oplevelser infiltreres af affekter, og hvordan netop affekter kan danne basis for udformningen af styrende scripts eller organiserende principper. Morrisons perspektiv er særlig værdifuld med netop beskrivelserne af det intersubjektive samspils kontinuerlige betydning for formgivningen, som endvidere synes indirekte at opretholde de pågældende scripts eller organiserende principper, da individets selvoplevelse altid vil relatere sig til andre.

Som beskrevet anser både Kaufman og Morrison udviklingen som et produkt af det intersubjektive samspil. Kaufmans affektteoretiske perspektiv behandler for eksempel, hvordan de scener som genskabes og genopleves i selvet har rødder i de tidlige interpersonelle interaktioner med miljøet, hvor netop familien, eller den intersubjektive kontekst, fremhæves som den primære model for udviklingen af selvet. *“Individuals typically learns to treat themselves precisely the way they were treated growing up, because no wish of the child is greater than to be like the loved or needed parent. Internalization is a direct outgrowth of identification”* (ibid., p.105). Dog står

det uklart i Kaufmans beskrivelser, hvorvidt identifikation kan betragtes som en social overlevering af morens narcissistiske sårbarhed, eller med andre ord, om de dele af barnet, der ikke møder accept, skyldes, at morens egen subjektive verden ikke kan acceptere disse dele. Denne uklarhed kan skyldes Kaufmans stærke forankring i den scriptteoretiske terminologi. I dette lys synes Morrisons beskrivelser af, den intersubjektive konteksts bedst til at belyse den intersubjektive dynamik ved den skamfulde selvoplevelse. Morrison lægger nemlig vægt på såvel de smertefulde bevæggrunde som de relationsafhængige bevæggrunde i sin beskrivelse af, hvorfor individet må forsøge at lægge afstand til de ikke accepterede dele af sig selv.

Opsummerende tager det selvpsykologiske perspektiv og det affektteoretiske perspektiv begge udgangspunkt i den intersubjektive kontekst som der, hvor selvoplevelsen formgives. Ovenfor blev det fremhævet, at Morrisons selvpsykologiske perspektiv synes at tage højde for den intersubjektive kontekst i størst udstrækning. Dog synes Kaufman, i modsætning til Morrison, at medregne, at individuelle psykologiske forskelle i udviklingsprocessen gensidigt også påvirker samspillet omkring skam. Han ser for eksempel temperament som af stor betydning for processen (for eksempel et introvert eller ekstrovert temperament), samt særligt individets generelle affektsensitivitet (ibid., pp.96ff). Med dette betoner Kaufman hvordan børn er forskellige, både med hensyn til generelt temperament, men også med hensyn til sensitivitet ovenfor omgivelsernes påvirkning; nogle børn er mere sårbare i møde med disse påvirkninger, og tager derfor nemmere skade. Morrison beskæftiger sig også lidt med, hvordan børn fra fødslen kan have varierende psykologiske temperamenter. Han beskriver for eksempel, hvorledes barnet kan være mere eller mindre aktivt og undersøgende. Morrison lægger i denne sammenhæng vægt på morens evne til at tilpasse sig barnets temperament, hvis dette lykkes, syntes temperamentets påvirkning på mor-barn-samspillet, i modsætning til Kaufmans udlægning heraf, at blive udlignet (Morrison, 1996, pp.61f). Barnets temperament synes dermed, i Morrisons optik, kun at have indflydelse i de tilfælde, hvor moren ikke kan imødekomme og rumme barnet, som det er. Vi betragter Kaufmans øje for individuelle psykologiske forskelle som relevante at have in mente i forhold til at generalisere ovenstående beskrivelse af, hvordan ureguleret skam vil formgive individets selvoplevelse. Det kan altså tænkes, at individers selvoplevelse vil blive mere eller mindre ramt. Dog synes der ingen tvivl om, med reference til Kaufman, at alle individer, der gentagne gange efterlades

i et smertefuldt skamfuldt tomrum, i en eller anden grad vil internalisere denne skam. Det som betragtes som varierende er, i hvilken organiserende udstrækning denne skam vil påvirke individets selvoplevelse.

Afslutningsvis på dette afsnit kan det opsummeres, at når individet efterlades gentagne gange i en skamfuld tilstand uden nogen hjælp (eller evne) til at frigive sig fra denne hæmmende tilstand, vil den uregulerede skamaffekt internaliseres og videre hæmme selvoplevelsen. Det er blevet tydeligt, at dette vil påvirke individets videre bestræbelser i livet. I forhold til, når skam sætter sig i selvet, påpeger Cates, at det er vigtigt at anskue, hvorledes de organiserende principper eller strukturer, der tjener som individets beskyttelse mod den internaliserede skam, følgelig begrænser individet i at udleve emotionelle oplevelser og afskærer den følte tænkning, der gennemsyrrer oplevelsen af at leve med autencitet (Cates, 2011, p.524). På baggrund af hele undersøgelsen i *Del 1*, kan det fremhæves, at skam i en reguleret form kan skabe vitalitet i form af nærvær og mulighed for at indgå i relationer med forståelse og tillid, og i en ureguleret form kan medføre en begrænsning på individets livsudfoldelse.

Delkonklusion 1

Formålet med denne del af opgaven har været at undersøge det første led i problemformuleringen; *hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individets selvoplevelse?* Indledningsvist har vi anvendt Schores neuroaffektive perspektiv til at anskueliggøre skams adaptive rolle i den tidlige udvikling. I en adaptiv forstand betragtes skam som en affekt, der induceres af moren i socialiseringsøjemed, og som er med til at udvikle et reguleringssystem i barnet. I tråd hermed blev det belyst, at skam spiller en central rolle i modningen af nervesystemet. Det er hermed blevet tydeligt, at skam er en nødvendig del af en optimal udvikling. I denne fremstilling blev det endvidere evidenter, at skam i en ureguleret form ikke fordrer en optimal udvikling. Det, den neuroaffektive tilgang især har bidraget med, er en forståelse af de fysiske og neurobiologiske effekter, der er forbundet med affekten skam. Disse kropslige effekter påvirker i vores optik netop individet oplevelsesmæssigt, for eksempel når kroppen opleves som tømt for energi i en parasympatisk aktiveringstilstand. Hvor fokus primært er på affekter i det neuroaffektive perspektiv, kaster dette perspektiv således også lys over det oplevelsesmæssige aspekt ved skam. I forhold til at belyse skams maladaptive formgivning af selvoplevelsen bidrager dette perspektiv ligeledes til at forstå den skamfulde tilstand, som individet efterlades i uden hjælp (eller evne) til at frigive sig fra. Dog synes det neuroaffektive perspektiv, som indledningsvis påpeget, at have sine begrænsninger i forhold til at beskrive skams maladaptive formgivning af selvoplevelsen. Til at beskrive denne formgivning blev Morrison og Kaufmans oplevelsesnære teoretiske perspektiver benyttet. Her blev det tydeligt, at når barnet gentagne gange efterlades i en skamtilstand, vil barnet være nødsaget til at internalisere det manglende tilbagesvars intense skam som et billede på sig selv set igennem morens øjne. Skammen sammensmelter med oplevelsen og bliver en del af barnets subjektive verden - barnets virkelighed. Den uregulerede skam kommer således til at følge individet og organiserer dets fremtidige oplevelser af verden. Da barnets skamfulde oplevelse af sig selv afspejler dele, som den intersubjektive kontekst (moren) ikke har kunnet acceptere, oplever barnet fremdeles sine skamfulde dele af sig selv som uacceptable i fremtidige samspil, hvor netop disse opleves som en trussel. Den maladaptive formgivning grundlægger således en dynamik i individet, som det bærer med sig videre i livet. Opsummerende har denne del af opgaven genereret viden om skam

i den tidlige udviklings påvirkning af individet selvoplevelse. Det er fremkommet, at der er en adaptiv socialiserende påvirkning på individets selvoplevelse, samt en maladaptiv begrænsende påvirkning på individets selvoplevelse.

Del 2; Psykopatologi som konsekvens af skam i den tidlige udvikling

Vi vil i denne del af opgaven vende os mod problemformuleringens andet led; *Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi?* Dette spørgsmål er en naturlig forlængelse af problemformuleringens første led; hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individet, som blev behandlet i *Del 1*. Det centrale omdrejningspunkt for besvarelsen i denne del baseres således på den frembragte viden i *Del 1*. Da vi med spørgsmålet efterspørger en undersøgelse af udviklingen af psykopatologi, vil vi i det følgende lægge fokus på konsekvenserne af den maladaptive formgivning af individets selvoplevelse. Nærværende forfattere ønsker i denne sammenhæng at gøre opmærksom på, at kategoriseringen i en såkaldt optimal og ikke optimal formgivning af selvoplevelsen, som blev beskrevet i *Del 1*, ikke betragtes som en skarp opdeling. Men af pragmatiske grunde vedholder vi denne opdeling og antager i forlængelse heraf, at psykopatologisk udvikling vil knytte sig tæt op af den maladaptive formgivning af selvoplevelsen.

Hermed kan ordet *denne skam* i problemformuleringen uddybes. *Denne skam* henviser til ureguleret skam i den tidlige udvikling og den hermed grundlagde dynamik, som blev præsenteret i *Del 1*. Opsummerende for nærværende del er formålet at undersøge om gentagne tilfælde af ureguleret skam i den tidlige udvikling, med dens maladaptive formgivning af selvoplevelsen, kan indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi. I denne sammenhæng ønsker vi at klargøre, at den medierende rolle betragtes som den udviklingsmæssige forbindelse mellem ureguleret skam i den tidlige udvikling og psykopatologiske følger. I forlængelse heraf skal det påpeges, at vi hermed ikke henviser til en udviklingsforståelse reduceret til kausale påvirkninger. Vi ønsker blot at undersøge, om vanskeligheder, afstedkommet af skam i den tidlige udvikling, kan manifestere sig som psykopatologi.

I det følgende præsenteres en række afsnit. Først udfoldes de vanskeligheder, der gives ved den underliggende skamdynamik, der kan forbindes med ureguleret skam i den tidlige udvikling (jf. Delkonklusion 1). Her vil de udviklingsmæssige conse-

kvenser gradvist blive præsenteret. Herefter sammenlignes vanskelighederne med relevante anerkendte psykiatriske lidelser, sådan som de præsenteres i ICD-10 (WHO, 2011) og DSM-V (APA, 2013), for at illustrere den uregulerede skams medierende rolle i udviklingen af psykopatologi. Efterfølgende diskuteres opgavens forståelse af psykopatologi.

Det skal påpeges, at den følgende undersøgelse af skams medierende rolle i udviklingen af psykopatologi, kan forekomme relativ deterministisk. Dette fremtidsperspektiv anlægges af nærværende forfattere for at understrege de lidelsesfulde vanskeligheder skam i den tidlige udvikling *kan* medføre. Det skal dog tilføjes, at nærværende forfattere, med basis i det intersubjektive perspektiv, i høj grad anser den menneskelige udvikling som formbar i kraft af, at mennesket altid vil indgå i nye og dermed også mulige helende relationer.

2.1 Udfoldelse af individets vanskeligheder

I *Del 1* blev det tydeligt, at ureguleret skam i den tidlige udvikling skaber en underliggende dynamik, der kan medføre vanskeligheder for individet. Disse vanskeligheder synes at vedrøre centrale udviklingsmæssige områder og indtræffer så tidligt i individets liv, at de kan karakteriseres som integreret i individet. Det følgende kan derfor betragtes som en udfoldelse af den udviklingsforståelse, der er præsenteret i *Del 1*.

2.1.1 Det skambundne individs livsverden

I dette afsnit ses nærmere på det forhold, at det skambundne individs vanskeligheder vedrører dets livsverden, hvilket indebærer en begrænset livsudfoldelse, en dominerende subjektiv skamfuld sandhed samt individets svækkede evne til at affektregulere.

2.1.1.1 En begrænset livsudfoldelse

I *Del 1* blev det tydeligt, at skam i den tidlige udvikling har stor indflydelse på individets videre liv, såvel når udviklingen er vellykket som mindre vellykket. Det blev tydeligt, at skam er en naturlig affektiv oplevelse hos barnet, når det ikke bliver mødt i samspillet med moren. I forlængelse heraf blev det evident, at barnet, som gentagne

gange bliver fejlfølelse i samspillet med mor og som efterfølgende ikke får hjælp til at regulere den oplevede skam, er dømt til at skulle kæmpe en konstant kamp med skam gennem livet. Udviklingsteoretikerne Schore, Morrison, Stolorow og Kaufman (jf. Del 1; Opgavens intersubjektive forståelsesramme) siger sig alle enige i, at dette individs væren i verden kan betragtes som mindre fleksibelt som følge heraf; der er mere på spil for det individ, som ikke selv har lært at regulere skam, eller ikke kan afværge skam grundet en samklang med en, for individet, skamfuld sandhed. Den manglende fleksibilitet kan endvidere knyttes til, at den uregulerede skam i den tidlige udvikling har forhindret en solid konsolidering af selvet. Dette ved at dele af selvet ikke er blevet returneret til barnet grundet fejlfølelse fra moren og at barnet derfor har været nødsaget til at internalisere den skam, der opleves som resultat af afvisningen. Dele af individets selv vil som konsekvens heraf være mere eller mindre umulig at forene eller utilgængelige, og i tråd hermed vil individet have det Sørensen (2013, p.26) omtaler som en svigtende selvforståelse. Dette individs selv er skrøbeligt og påkalder sig således individets energi for at bevare sin kontinuitet og opretholdelse. Individet vil af denne grund ikke kunne vende nysgerrighed og interesse mod livets andre facetter. Med reference til Kaufmans teori om internaliserede bindinger vil der yderligere kunne argumenteres for, at nogle facetter ved livet vil være utilgængelige for individet. Dette er tilfældet, da den givne facet er forbundet med skam qua en tidlig gjort erfaring. Kaufman beskriver for eksempel, hvorledes udtryk for seksualitet eller seksuelle drifter, der har været tilstrækkelig skammet i barndommen, vil bindes sammen med skam, således at seksualitet i sig selv senere automatisk vil aktivere skam (Kaufman, 1989, p.64; jf. afsnit 1.3.2.1). Individet vil af denne grund ikke kunne udfolde, ej heller kunne nyde sin seksualitet senere i livet. En anden relevant betragtning knyttet til det skambaserede individs livsverden, omhandler det Sørensen omtaler som individets nærvær. Nærvær dækker i denne sammenhæng over følelsen eller oplevelsen af enhed og samhørighed med andre såvel som med sig selv (2013, p.104). Individet, hvor skam definerer en grundlæggende forkerthedsfølelse, vil have vanskeligt ved at hvile i sig selv; de mangler en indre balance i deres væren, hvorfor nærvær i livet synes umuligt for dette individ (ibid., pp.64f).

2.1.1.2 En skamfuld sandhed

Som følge af de begrænsninger den internaliserede skam medfører for individets livsudfoldelse synes der generelt at være argument for, at individets livsverden vil være præget af skam. Det blev i *Del 1* tydeligt, at internaliseringen af skam kommer til at spille en definerende rolle for individet i form af en subjektiv sandhed om selvet i verden. En sandhed individet ikke kan undsige sig, da den ifølge Morrison og Stolorow er baseret på den grundlæggende identifikation (sandhed) barnet har erfaret i samspillet med moren (jf. afsnit 1.3). Det blev i forlængelse heraf tydeligt, at individets videre orientering i verden og opfattelse af sig selv i verden vil knytte sig til den internaliserede skam. Kaufman (1989, pp.97,104) understreger, at konsekvensen heraf er, at individets dannede scripts gradvist overtager og determinerer individets oplevelser. Der sker en bestemt sortering af fremtidige (såvel fortidige og nutidige) oplevelser (ibid.) Individets interaktion med omverdenen kan i denne forstand siges at være farvet af den indre skam. Individets selvorganisation organiserer i den forstand altså ligeledes individets oplevelse af verden – individets væren i verden.

Det synes således at være en realitet, at dette individs livsverden vil være indhyllet i skam, således at den skambaserede selvoplevelse vedrører såvel fortid, nutid som fremtid. En subjektiv skamfuld sandhed vil udgøre individets kerne og smerten herved vil begrænse dets livsudfoldelser. Denne begrænsning vedrører ligeledes, at individets evner til at navigere i verden og i forhold til egne indre tilstande er indskrænket. Individets svækkede evne til at affektregulere synes i særlig grad at udgøre en begrænsning og medføre vanskeligheder for individet.

2.1.1.3 En svækket evne til at affektregulere

I *Del 1* blev det beskrevet, hvorledes ureguleret skam bevirkede udviklingen af et dysfunktionelt reguleringssystem. Dette indebærer, at individet vil have vanskeligt ved at regulere indre affektive tilstande, grundet en internaliseret overregulering eller underregulering (jf. afsnit 1.1.2). Evnen til at kunne skifte mellem den sympatiske og den parasympatiske aktivering er underudviklet, og individet vil derfor mangle en funktionel evne til at imødekomme emotionelt stressende stimulering på en fleksibel og adaptiv måde (Schore, 1994, p.400, jf. afsnit 1.1.3). Individet vil som følge af dets tidlige ikke-afstemte erfaringer have underudviklede evner til bidirektionelt at auto-

regulere narcissistisk affekt og hypo- og hyper-aktiverede affekter, der iværksættes af stimuli fra omverdenen, sådan at de vender tilbage til et homeostatisk ækvilibrium (Schore, 1994, pp.368, 409). Dette kan eksempelvis komme til udtryk ved, at det kan være svært for individet at regulere den inhibitoriske aktivering, hvilket medfører en langsom tilbagevending til normal adfærd og normale niveauer af stresshormoner, efter et møde med stimuli, der aktiverer skam og som dermed igangsætter den parasympatiske aktivering (Gopelrud & Depue, 1985, if. Schore, 1994, p.408). Individet der tidligt i livet har oplevet hyppig fejlafstemning og manglende efterfølgende skamregulering, vil således opleve problemer gennem hele livet – det vil være mindre fleksibel i emotionelt belastende situationer og vil derfor være tilbøjelig til at forsøge at undgå sådanne situationer, da dette påfører individet stort ubehag.

2.1.2 Skammens virkning – ad flere veje

I det følgende vil vi se nærmere på, hvordan ureguleret skam i den tidlige udvikling kan medføre flere forskellige udviklingsstier. Som argumenteret for i *Del 1* lægger individets tidligste relationelle erfaringer bestemmelser for, hvilken retning dets udvikling vil tage. Et eksempel herpå kan være, hvorledes morens evne til at imødekomme barnet i en skamtilstand er af afgørende betydning. De måder at være i verden på, som individet er vokset op med, vil leve videre og være styrende for udviklingen. For den tidlige udvikling kan samspillet betragtes som en helt central ”rollemodel”. En central opdeling, om end forsimplet, der kan foretages er, hvorvidt individet har gjort sig erfaringer med skam grundet forældre, der på en inkonsistent måde har afstemt barnet, eller om det nærmere har været en kronisk manglende afstemning, der har præget barnets skamoplevelser. Denne opdeling, i typer af fejlafstemte samspil, bygger videre på de prototypiske fejlafstemte samspil, der er beskrevet i *Del 1*. Opdelingen er her gjort af pragmatiske grunde og vi vil i denne sammenhæng påpege, at vi er opmærksomme på, at virkeligheden byder på mere komplekse samspilmønstre, og at der således uundgåeligt vil forekomme overlap. Distinktionen synes dog relevant for at beskrive de karakteristiske forskelle, hvorpå den tidlige uregulerede skam vil påvirke individets liv. En central del af argumentet i det følgende er, at den form for fejlafstemning, der har præget de tidlige samspil, har stor betydning for, hvilke affektregulerende resurser individet vil besidde i livet fremover, samt hvordan barnet forholder sig til den indre skam (Schore, 1994, p.424).

2.1.2.1 Den tidlige skams virkning – med udgangspunkt i en inkonsistent afstemning

Den inkonsistente afstemning karakteriseres ved et samspil mellem mor og barn, hvor kun nogle behov og aspekter ved barnet er blevet mødt. Moren som er inkonsistent i sin afstemning med barnet, kan, ifølge Morrison, karakteriseres som en narcissistisk sårbar omsorgsperson (jf. afsnit 1.3.2.2). Både Schore og Morrison beskriver, hvorledes denne type mor typisk er emotionelt tilgængelig, når barnet er i en, af hende, værdsat grandios tilstand. Da tilstanden afspejler morens egen narcissisme, modulerer hun ikke barnets opstemte tilstand. Schore påpeger, at dette vil kunne medføre, at barnets nervesystem vil indtage et sympatisk aktiveret set point (Schore, 1994, p.426; jf. afsnit 1.3.2.2). Når barnet derimod udviser behov moren ikke værdsætter, er det overladt til sig selv. Dette er tilfældet, da omsorgspersonen grundet sin egen narcissistiske sårbarhed ikke har evnen til at samstemme sig dette behov, hverken med sig selv eller i andre. Morrison påpeger, at dette afspejler en emotionel arv moren hermed videregiver (jf. afsnit 1.3.2.2). Schore (1994, p.426) påpeger, at med sådan en mor vil skam, og den negative aktivering barnet oplever i forbindelse med de afviste behov og følelser, ligeledes ikke blive reguleret. Barnet vil dermed stå alene med håndteringen af disse svære følelsetilstande, hvilket er en umulig opgave for det at klare uden hjælp. Barnet er nødsaget til at konkludere, at det forhold, at dets følelser ikke kan rummes af moren, skyldes, at disse er forkerte og afspejler en svag ved det selv. Barnet skammer sig derfor over at besidde dem og skammen internaliseres i selvet (jf. afsnit 1.3). Skam er således et grundvilkår for dette individ. I tillæg vil dets smertefulde vanskeligheder med at håndtere skam følge det gennem livet. Det er i konstant fare for at mærke skammen i selvet, samtidig med at skam for dette individ vil opleves overvældende, da det ikke kan opregulere sig fra skamtillstande med lav aktivering. Når dette individ oplever skam vil det føles som, at selvet fragmenteres (Schore, 1994, p.426).

Det inkonsistente tidlige samspil spiller en afgørende rolle, for hvilke ressourcer, der er udviklet hos individet og dermed er tilgængelige for det. Individets underudviklede evne til at regulere skam vil for eksempel medføre, at dette individ søger at undgå sådanne smertefulde tilstande (ibid., p.426). Hvad angår individet, der har indgået i et inkonsistent samspil i opvæksten, kan der ud fra ovenstående angives, at nogen af

individets affektive oplevelser er blevet mødt med accept, hvorimod andre affektive oplevelser ikke er blevet mødt. Med reference til *Del 1* kan der argumenteres for, at netop denne inkonsistens i accept af affektive oplevelser leder til organiseringen af et rigid ideal baseret på de affektive oplevelser, der er blevet accepteret i de tidlige samspil. Dette ideal repræsenterer for individet en tilstand, som er værdsat og uovervindelig – idealet står dermed i diametral modsætning til de uacceptable dele af selvet: de skambundne. Når bare individet indfrier idealet, vil skam således ikke være aktuel. Stræben efter idealet kan siges at indebære en flugt fra de svage sider i individet – de dele af selvet som er forbundet med skam, da de ikke har været accepteret eller har vundet genklang i det tidlige samspil med forældrene. At efterleve den rigide selvstruktur er individets eneste mulighed for at undgå den skamfulde ”sandhed” omkring sig selv som grundlæggende defekt og forkert. Den rigide struktur kan i denne sammenhæng betragtes som et nødvendigt stillads, hvorpå individet kan stå. Et stillads som bærer dets identitet. Desværre har dette stillads få bærebjælker (Urnes & Karterud, 2001a, p.175). For individet vil andre perspektiver på selvet og livsverdenen nemlig udgøre varierende grader af trusler mod dets identitet, hvormed det vil opleve en indre forvirring og fremmedartet mangel på retning i relation til andre (ibid.).

Det bliver i det ovenforstående tydeligt, hvor indflydelsesrigt et eksistensgrundlag den rigide struktur udgjort ved idealerne, kan være for individets livsverden. Morrison og Stolorow fremstiller vertikal splitting som en defensiv struktur, der kan forekomme blandt individer opvokset i et inkonsistent samspil (jf. afsnit 1.3.2.2). Når der er tale om en vertikal split omhandler det situationer, hvor barnet har været nødsaget til at tilpasse sig moren, omgivelsernes behov og ønsker på bekostning af egne narcissistiske behov. I tillæg har det været nødvendigt for dette barn at fraspalte sine uopfyldte narcissistiske behov for at kunne beholde tilknytningen til forældrene og endvidere kunne opretholde sit selv (Morrison & Stolorow, 1997, pp.80f; Karterud, 2000, pp.92f). Som beskrevet i *Del 1*, vil splittingen blive opretholdt og afstivet af et grandios forsvar. Denne type forsvar kan, i betragtning af det inkonsistent afstemte individs forskudte sympatiske set point, argumenteres for at afspejle netop de bærebjælker dette individ har at bygge på. Skårderud påpeger, at problemet med det falske spil, som individet påtager sig, er, at det ikke giver tilstrækkelig næring til dets selvfølelse. Dette eftersom, at det er adfærd styret udefra, hvor tilpasningen til moren

(senere idealet) bliver det altafgørende. Videre i livet vil individet udvise grandios adfærd, men uden at det giver glæde eller egentlig tilfredsstillelse – det er baseret på en oplevet tvang. En nødvendighed for at opretholde et selv fri for skam (Skårderud, 2001a, p.1615; jf. afsnit 1.3.2.2).

Til trods for at individet forsøger at undgå skam, er den skamfulde selvoplevelse, som nævnt, et livsvilkår for dette individ. Urnes og Karterud beskriver, hvordan vrede og destruktivitet i form af et voldsomt raseri kan iværksættes af dette individ som et forsvar, når det oplever skam. Dette individ kan ikke tåle skam grundet sin svækkede evne til at regulere denne. Raseriet er således en reaktion på den trussel, der er blevet rettet mod individets psykiske realitet og således et forsøg på at opretholde dets egen identitet (Urnes & Karterud, 2001a, pp.175f). Det narcissistiske raseri, som er den selvpsykologiske betegnelse herfor, vil veksle mellem at være rettet mod andre og individet selv. Ifølge Urnes og Karterud er destruktiviteten knyttet til et behov for genoprejsning af selvet og til at tage hævn over de ødelæggende andre (ibid.). Dette også i tilfælde, hvor de andre ikke har gjort noget egentlig forurettende, eftersom raseriet knyttes til en indre oplevet trussel og dermed ikke nødvendigvis er en virkelig trussel i andres øjne. Hertil skal det tilføjes, at raseriet ikke nødvendigvis er af ekstrem format. Det kan for eksempel være subtilt tilstede og vise sig som en kronisk irritation. Urnes og Karterud påpeger, at raseriet uanset intensitet henviser til et svækket og ustabilt selvs forsøg på at reparere sig selv (ibid.). Individet kan i denne sammenhæng betegnes som at være narcissistisk sårbart. Schore (1994, p.424) beskriver, hvorledes det narcissistiske raseri kan forstås neuroaffektivt. Det ydmygede raseri, som individet oplever, opstår, når skam indtræffer og den parasympatiske og inhiberende regulator aktiveres. Dog vil den sympatiske aktivering i dette tilfælde ikke reduceres som følge af denne parasympatiske aktivering (Berntson et al., 1991 if. Schore, 1994, p.427). Dette skyldes, at der ikke er udarbejdet en reciprok kobling mellem de to komponenter i reguleringssystemet (jf. afsnit 1.1.2.3). Individet bliver således fanget i en ubehagelig tilstand af høje, umodulerede og modstridende affekter (Schore, 1994, p.424).

Som følge af de tidlige inkonsistente afstemte samspil, som er blevet beskrevet i dette afsnit, vil individet ofte udvikle en usikker-afvisende tilknytningsstil. En tilknytningsstil præget af en ambivalens med hensyn til omsorgspersonen (Schore, 1996,

pp.77f). Den usikker-afvisende tilknytningsstil har fungeret som en strategi for individet i samspil med omsorgspersonen for at kunne udholde dennes uforudsigelige emotionelle tilgængelighed og reaktioner på dets behov (Schore, 1996, p.77f); reaktioner der har medført, for barnet, smertelige brud på den interpersonelle bro (jf. afsnit 1.1.2; 1.3). Denne tilknytningsstil medfører en manglende evne hos individet til at kunne søge emotionel støtte i mødet med udfordringer, grundet en oplevelse af ikke at være berettiget til hjælp og trøst fra andre (Schore, 1996, p.79). I individets indre repræsentationer figurerer omsorgspersonen som en, der ikke er til at stole på; en repræsentation der danner et grundelement for individets tryghed i alle dets senere relationer (jf. afsnit 1.1.1.3). Med en usikkerhed omkring, hvorvidt andre er til at stole på, vil et individ med en usikker-afvisende tilknytningsstil, på baggrund af gentagne skamfulde brud på relation i den tidlige barndom, forsøge så vidt muligt at klare sig på egen hånd, hvilket kan synes at afspejles i det tidligere beskrevne grandiose forsvar.

2.1.2.2 Opsummering

Individet, der er vokset op under omstændigheder, hvor der har været en inkonsistent afstemning fra omsorgspersonens side, vil have et forskudt set point i retning af en sympatisk aktivering, og vil, grundet manglende erfaringer med regulering af hypostimulerede tilstande, have svært ved at regulere disse og genoprette homeostasis. Med afsæt i ovenstående kan dette individ betegnes som underreguleret, da det opretholder sympatisk aktiverede tilstande uden at være i stand til at regulere sig selv med skam. Skam vil for dette individ byde på intenst ubehag og er en trussel mod individets psykiske realitet, hvorfor der iværksættes forsvar¹⁴ med det formål at eliminere skam fra dets livsverden. Karakteristisk for dette individ er, at det vil forsøge at lægge afstand til de skamfulde dele, der netop udgør en trussel mod dets psykiske realitet og relation med omverdenen, og dyrke de accepterede sider, som moren har opmuntret. Dette eftersom disse sider repræsenterer den eneste rigtige måde at leve livet på. Desværre udgør dette et snævert fundament for individet. Med denne opsummering, vil vi nu vende os mod at kaste lys over individet, der er opvokset i et samspil, hvor afstemning har været kronisk mangelfuldt.

¹⁴ I denne sammenhæng ønsker vi at påpege, at forsvar ikke skal forstås som en bevidst handling, men som en prærefleksiv ubevidst strukturerings aktivitet (Atwood & Stolorow, 1984, p.36).

2.1.2.3 Den tidlige skams virkning – med udgangspunkt i en kronisk manglende afstemning

Når individet er vokset op med en omsorgsperson, der har udvist kronisk *manglende afstemning* med barnet, påvirker dette individets reguleringsressourcer på en anden måde end opvæksten med den inkonsistente omsorgsperson. Dette opvækstmiljø repræsenterer en understimulering, hvormed barnet generelt mangler spejling og afstemning både med hensyn til positive og negative affekter. Et eksempel på dette kan være barnet, der er opvokset med den emotionelt fraværende deprimerede mor. Schore påpeger, at barnet her, i modsætning til barnet der indgik i det inkonsistente samspil, vil have et forskudt set point karakteriseret ved en primær parasympatisk aktivering i nervesystemet (Schore, 1994, p.427). Dette individ vil altså have problemer med at rykke ud af en parasympatisk og hæmmet aktivering, og kan således sige at være overreguleret (ibid.), hvilket vil have alvorlige konsekvenser for dets resurser i mødet med emotionelle udfordringer gennem livet.

En studie gjort af Barrett og Zahn-Waxler kan demonstrere dette (1987, if. Schore, 1994, p.364), med hensyn til individets evne til at møde emotionelt stressende hændelser på en adaptiv måde. Studiet tager udgangspunkt i observationer af små børn, der leger med et stykke legetøj, der efter kort tid går i stykker. I mødet med denne hændelse viser børnenes evne til at håndtere situationen sig at være særdeles forskellige afhængig af, om de har udviklet en evne til at regulere skam eller ej. Alle børnene reagerer på hændelsen ved at vende blikket væk. De børn, der havde internaliseret en evne til at regulere skam, brugte kort tid på at reaktivere sig selv, rette fokus mod legetøjet og forsøge at reparere det. Børnene hvis evne til at regulere denne oplevelse af skam manglede, forblev inhiberede. Deres kropsholdning faldt sammen og det beskrives, at det virkede til at deres tankeprocesser var gået i stå (ibid.). Dette studie illustrerer, hvordan individets resurser i mødet med en emotionelt stressende stimulering afhænger af, hvorvidt deres affektive reguleringsystem er veludviklet eller er præget af en manglende udvikling. Det faktum, at barnet forbliver inhiberet, kan endvidere siges at afspejle dets parasympatiske grundstemning.

Det kan på baggrund af det ovenstående antages, at en svækket evne til at kunne regulere skam, ved en reaktivering af den skammodulerende sympatiske komponent i

reguleringssystemet, medfører en fare for, at individet forbliver i en overhængende parasympatisk skamtilstand over længere perioder. Den parasympatiske aktivering medfører hjælpeløshed og passivitet (N.K. Morrison, 1985, if. Schore, 1994, p.329).

Individet, der er opvokset med en mor, som ikke har evnet at afstemme det, har ikke oplevet tilstrækkelige livskraftige affekter i spejlingsprocessen med moren, ej heller er dets skamtilstand blevet reguleret. Ifølge Schore (1994, p.427) tegner dette baggrunden for individets lave selvtillid, samt reducerede livskraft og energi, hvilket kommer til udtryk i en tendens til at være genert, hæmmet og undgå opmærksomhed. Kaufman beskriver, hvorledes individets tilbagetrækning kan betragtes som en måde at forsvare sig selv på. Individet trækker sig i denne optik tilbage bag en social maske, i et forsøg på at gemme sig fra skammen, ved at gemme sig dybt inde i sig selv (Kaufman, 1989, p.102). I modsætning til individet, som er opvokset i den inkonsistente samspil, synes dette individ således at mangle egen selvhævdelse. Allan og Gilbert påpeger, at det inhiberede individ ikke skal betragtes som i mangel på selvhævdelse blot grundet en manglende evne til at opretholde sig selv. De betragter den underdanige og ydmyge position som en adaptiv adfærd, der dog desværre ikke bidrager til glæde og en udfyldt selvfølelse (Allan & Gilbert, 1997, p.472). En tilpasning, der med reference til *Del 1* og afsnittet *Opgavens intersubjektive forståelsesramme*, kan betragtes som adaptiv i forhold til den intersubjektive kontekst, som netop faciliterer organiseringen af individets affektive oplevelser. Individet, hvis følelser eller behov generelt ikke bliver mødt af moren, kan betragtes som at have en yderst begrænset oplevelsesverden. Moren har ikke givet mulighed for udfoldelsen af barnets perspektiv på eller oplevelse af noget. Barnets egne følelser og behov forbliver hermed ubevidste for barnet selv og det står tilbage med kun den ene mulighed; at tilpasse sig moren.

Skårderud (2001a, p.1616) beskriver ligeledes, hvordan følelseskapaciteterne hos individet, der kronisk har manglet at blive afstemt, ofte er dårlige, hvorfor deres følelser bliver kropsliggjorte eller somatiserede (ibid.). Dette er i tråd med studier, der viser, at en kronisk parasympatisk aktivering ofte medfører psykosomatiske tilstande (Alexander, 1950; Szasz, 1952 if. Schore, 1994, p.441). Ifølge Schore (1994, p.440) vil disse individer opleve følelsestilstande som primitive, sansemotoriske og udifferentierede kropslige sansninger, når de befinder sig i stressende situationer, da de i

samspillet med moren ikke har fået tilstrækkelig kendskab til sine følelser. På denne måde er følelsetilstandens signalværdi udvisket (ibid., p.472).

Skårderud (2001a, p.1616) beskriver flere karakterer, han har mødt som behandler i klinisk praksis, der synes at kunne illustrere de mulige udtryk, der kan karakterisere det inhiberede individ. Blandt andet beskriver han *den forbeholdende patient*, der nøler, stammer og taler med forbehold og reservationer (ibid.). Denne patient er hæmmet og handlingslammet af sin skam. En anden karakter, er *den deprimerede patient*, der er præget af kontinuerlig lav selvværdsfølelse og en følelse af ikke at leve op til det hun eller han gerne vil være. En sidste karaktertype, er *den følelsesløse patient*, der har svært ved at komme i kontakt med sine følelser, og hvor følelserne er utilgængelige eller ukendte (ibid.). Generelt kan det siges, at dette individ er skjult for sig selv.

Med hensyn til det barn, der ikke har fået responser på egne oplevelser og følelser, kan der, med reference til *Del 1*, argumenteres for, at dette barn ikke har fået tilbudt andre selvoplevelsesmuligheder end, at det ikke er værdigt til sin mors kærlighed. En tilpasning til morens forståelse af barnet, er dets eneste mulighed for relation, og barnet må derfor undgå at udsætte hende for unødvendig smerte. Så udover, at dette individ kan betragtes som at have problemer med at rykke sig ud af en parasympatisk og hæmmet aktivering, kan der i forlængelse heraf argumenteres for, at dette individ ikke kender til andet end den parasympatiske tilstand; den identificerer sig med det skammen fortæller den. I denne overregulerede forstand vil individet forsøge at gøre sig mindre og ikke påkalde sig opmærksomhed.

I denne forbindelse kan det tilføjes, at individet, der er vokset op under vilkår præget af en kronisk manglende afstemning, ifølge Schore (1996, p.76), ofte vil have en usikker-undgående tilknytningsstil. Dette skyldes morens manglende affektudtryk, tilbagesøgning og i nogle tilfælde aversion mod barnet. Schore påpeger i denne sammenhæng, at der foreligger evidens for, at individer med en usikker-undgående tilknytningsstil, til trods for manglende følelsesudtryk, alligevel oplever vrede, blot uden at vise det. Barnet udviser en modvilje for at møde morens blik i frygt for at møde en disorganiserende emotionel kommunikation i morens ansigt (ibid., p.77). Endvidere beskriver han, hvordan et individ med en usikker-undgående tilknytnings-

stil med respekt for den anden, i de dyader de indgår i, vil udvise meget lidt motivation for at opretholde kontakt (ibid.). Dette kan både betragtes som resultat af en selvoplevelse hos barnet af at være afskyeligt og forkert, men kan endvidere også forstås i tråd med Nathansons betragtning om, hvordan skamaffekten kan beskytte individet mod at forblive i interaktion med et andet individ, der ikke vil etablere et samstemt samspil (jf. afsnit 1.1).

2.1.2.4 Opsummering

Individet, der er opvokset under omstændigheder, hvor samspillet med moren har været præget af kronisk manglende afstemninger, kan opsummerende siges at have været emotionelt overladt til sig selv. Dette individ har således, hverken fået udviklet sine affektive kapaciteter, ej heller en evne til at affektregulere. Ligesom individet opvokset i et inkonsistent afstemt samspil, vil dette individ have svært ved at genoprette homeostasis efter møde med udfordringer. Modsat vil det individ, der kronisk har manglet at blive afstemt, være fanget i en parasympatisk aktivering, som det har svært ved at regulere sig ud af frem for at have en sympatisk aktivering. For individ, der har manglet afstemning, vil det parasympatiske system være så dominerende, at det sympatiske system synes utilgængeligt, hvilket afspejler det faktum, at dette individ er overreguleret. Skam vil for dette overregulerede individ ligeledes være lidelsesfuld, men, hvor den hos den inkonsistent afstemte udgjorde en decideret trussel mod individets psykiske realitet, vil det for dette individ nærmere danne samklang med dets i forvejen lave selvfølelse. Individet vil således skamme sig over overhovedet at have vist sig frem.

2.1.3 Bevidsthed omkring den formgivende skam

Ud fra ovenstående er det fremkommet, at ureguleret skam i den tidlige udvikling påvirker, hvilke resurser individet vil have til rådighed i livet og i tråd hermed vil påvirke hele dets livsverden. Individets fortsatte liv vil fremdeles præges af og udforme sig med skam som omdrejningspunkt; skam er blevet et organiserende livsvilkår for individet. Som ovenfor beskrevet kan individets videre liv tage flere retninger. I dette afsnit vil vi reflektere over, i hvilken udstrækning individet er bevidst om skammens tilstedeværelse i deres liv. I det følgende videreføres skellen mellem de to

typer samspil; samspillet med kronisk manglende afstemning og samspillet med inkonsistent afstemning.

2.1.3.1 Bevidsthed om skam hos det inkonsistent afstemte individ

Med hensyn til det individ, der har indgået i et samspil med en mor præget af inkonsistent afstemning, er det en nødvendighed, at individet forsvare sig mod skam, da dets oplevede svaghed og utilstrækkelighed ikke kan accepteres af individet selv. En oplevelse af svaghed og utilstrækkelighed, der beror på morens oprindelige manglende accept af dele af barnets selv. Individet der forsøger at forsvare sig mod skam, kan argumenteres for ikke at være bevidst omkring skammens tilstedeværelse, da den holdes på så lang afstand som mulig. Morrison beskriver for eksempel, med det vertikale split, hvorledes individet i denne situation har set sig nødsaget til at fraspalte sin skamfulde del, således at det kan leve det fuldt grandiose falske spil som forældrene med den inkonsistente spejling har ansporet. Dette er et resultat af det Karterud betegner som forældrenes narcissistiske udnyttelse af barnets selv (2000, pp.92f). Individet lever således med en grandios magisk storhed og kontroloplevelse side om side med en lav selvfølelse og følelse af ikke-kontrol (Skårderud, 2001c, p.60). Disse to siderne er stærkt kontrasterende og er skarpt adskilte. Stolorow og Atwood beskriver det med *et hus* som analogi, at individet, som ikke kan acceptere dele af sig selv, holder disse skamfulde dele i kælderens. I det de betegner som det *dynamisk ubevidste* (the dynamic unconscious) (Stolorow & Atwood, 1992, pp.33ff).

Ud fra ovenstående kan der argumenteres for, at det inkonsistent afstemte individ lever i en illusion, hvor skam ikke eksisterer. De ville måske endda kunne betragtes som skamløse (Sørensen, 2013, p.44). Paradoksalt nok spiller skam en stor styrende rolle i dette individs liv, i det idealer er dannet som modsvar herpå og individet lever i en konstant ufleksibel kamp, netop for at undgå mødet med skammen. I tråd hermed påpeger Urnes og Karterud (2001a, p.176) for eksempel, at individet reagerer med et narcissistisk raseri, når det føler sig tvunget i kontakt med dets skam. Det, at skammen dog forbliver ubevidst for individet synes at kunne, bakkes op af Urnes og Karteruds betragtning, at individet har mistet kontakten med oprindelsen til raseriet (ibid.).

2.1.3.2 Bevidsthed om skam hos det kronisk mangelfuldt afstemte individ

Individet, der har oplevet skam i forbindelse med gentagne manglende afstemninger med moren, kan argumenteres for at have en udbredt bevidsthed omkring skammens tilstedeværelse og plads i dets liv. Ovenfor blev det beskrevet, at dette individ identificerer sig med den. Individet sammensmelter passivt med dets skamfulde selvoplevelse som forkert og utilstrækkelig, da den ikke har fået tilbudt andre muligheder. Med henblik på individets bevidsthed omkring skammen, beskriver Kaufman, hvorledes det konkrete indhold fra de oprindelige skamscener fra barndommen gradvist er udvisket og omfortolket på baggrund af senere oplevelser. Den baggrund, hvorudfra individet danner sine scripter eller organiserende principper, som det perciperer og organiserer verden ud fra, vil således hovedsageligt bestå af oplevelsesmæssige præg for eksempel relationelle skammende dimensioner og internaliserede skammende stemmer (Kaufman, 1989, pp.85f). Individet er således opmærksom på en aktuel oplevelsesmæssig skamtilstand uden nødvendigvis at kunne trække linjer til kilden i den tidlige udvikling. Kaufman tilføjer, at i tilfælde af særlig intense og forlængede skamsekvenser i den tidlige udvikling kan det forekomme, at hele oplevelsen af sekvensen bliver slettet fra bevidstheden (ibid., p.63).

Ud fra ovenstående synes der at være argument for, at individet i en eller anden grad er bevidst omkring dets skamfulde indre. Det skal her tilføjes, at det antageligvis *kun* er en oplevelsesmæssig dimension ved skam, individet i bund og grund kan være bevidst om. Det vil derimod ikke være bevidst om, at dets oplevede deficits og utilstrækkelighed mm. er forbundet med skaminducerede oplevelser. I denne sammenhæng kan det forhold, at skam er en del af individets subjektive verden, inddrages som forklaringsramme; dets deficits, utilstrækkelighed og svaghed er en eksistentiel virkelighed for individet. I tråd med beskrivelsen af skams fænomenologiske karakter (jf. Skams fænomenologiske dybde) er skam så oplevelsesbaseret, at det er vanskeligt for individet selv at sætte fingeren på, hvad det egentlig er det føler. Det individet føler er en forkerthedsfølelse, som det ikke umiddelbart selv kan adskille fra selvet, hvorfor den sproglige abstraktion ”skam” ligeledes er vanskelig for individet at begribe.

Det, som synes ubevidst for individet i denne sammenhæng, er dets uopfyldte grundlæggende narcissistiske behov – det skammen dækker over og retfærdiggør mangelen på. Sørensen påpeger, at ved skam går kontakten til de ydre omstændigheder tabt – skammen er en indre sandhed (2013, p.64). Individet er ikke bevidst om andre mulige perspektiver, da sandheden for individet er, at det er forkert og defekt. Denne tilstand kan betegnes ved den selvpsykologiske betegnelse horisontal splittelse, hvor alle nærende, glædelige affektive oplevelser, der ledsager udviklingsmæssig progression for dette individ, er fortrængt (Morrison & Stolorow, 1997, p.80). Dette er resultatet af, at disse behov og aspekter ved selvet ikke er blevet mødt i samspillet med moren; det har aldrig fået lov til at udfolde sig. Stolorow og Atwood har dedikeret en egen ubevidsthedskategori til netop de oplevelser, som ikke er blevet udtrykt, fordi de aldrig har vundet fornøden validerende respons fra omgivelserne. Dette er det *ikke-validerede ubevidste* (the unvalidated unconscious) (Stolorow & Atwood, 1992, p.33). Igen kan deres analogi; huset, inddrages til at illustrere dette. Stolorow og Atwood fører her en analog tråd mellem de oplevelser, som aldrig er blevet udtrykt og integreret i bevidsthedsstrukturen, til løse mursten, tømmer og andet ubrugt materiale, der er blevet efterladt rundt omkring huset og i kælderen. Disse materialer er aldrig blevet anvendt i konstruktionen af huset, om end de kunne have været (ibid., p.35).

2.2 Opsummering

Opsummerende synes de to opdeltede samspilstyper og videre udviklingsveje at indebære en bevidsthedsmæssig forskel. Individet, der har oplevet inkonsistent afstemning i samspillet, modarbejder enhver bevidsthed, eftersom dette er for smertefuldt og ikke kan accepteres af individet. I modsætning hertil står individet, som har oplevet kronisk manglende afstemning i samspillet, der er oplevelsesmæssigt bevidst omkring skammen – den beskriver selve individet. Denne bevidsthedsforskel synes Schore ligeledes at påpege (1994, p.430). I tillæg peger Morrison og Stolorow på, hvorledes fornægtelse af dele af selvet beskrevet ved det vertikale split afspejler en mere patologisk udstrækning (Morrison & Stolorow, 1997, p.83). Hvormed det inkonsistente afstemte individ synes mere ramt og skrøbelig end det manglende afstemte individ. En betragtning der er relevant at have in mente i klinisk øjemed.

2.3 De lidelsesfulde vanskeligheder

Ovenfor er det blevet udfoldet, hvordan ureguleret skam i den tidlige udvikling og den følgende maladaptive formgivning af individets selvoplevelse, kan medføre vanskeligheder for individet. Med en subjektiv oplevelsesverden præget af skam, begrænses individets livsudfoldelse samt dets affektive fundament, og det er som følge heraf mindre fleksibelt, da det er tvunget til at bruge meget af dets energi for at bevare kontinuitet og opretholde selvet. Dette gøres gennem at benytte defensive strukturer, der holder både individet selv og andre på afstand fra dets virkelige selvforståelse, det skamfulde indre. Også individets nutidige selvorganisering påvirkes, sådan at både fortid, nutid og fremtid farves af denne ”skamfulde sandhed”. Ud over individets skamfulde selvoplevelse medfører den tidlige uregulerede skam vanskeligheder knyttet til at kunne affektregulere. Manglende fleksibilitet i nervesystemets reguleringskapacitet medfører en forringet evne til at kunne håndtere emotionelt belastende situationer. Hertil følger en usikker tilknytningsstil, der vanskeliggør individets mulighed for at indgå i relation til andre. Den tidlige uregulerede skam kan således siges at medføre lidelsesfulde vanskeligheder og en vedvarende ensomhed i individet.

Som her opsummeret, synes der at være argument for, at den tidlige uregulerede skam og den hermed grundlagde skamdynamik kan medføre lidelsesfulde vanskeligheder for individet. Lidelsesfulde vanskeligheder der, i det følgende vil argumenteres for, kan udgøre psykopatologi.

2.4 Den medierende rolle i psykopatologisk udvikling illustreret ved diagnoser

Ud fra ovenstående er det blevet evident, at ureguleret skam tidligt i udviklingen medfører en række lidelsesfulde vanskeligheder for individet. I det følgende vil vi argumentere for, at den uregulerede skam og de tilhørende lidelsesfulde vanskeligheder kan forbindes med diagnosticerede former for psykopatologi. Hermed begrundes besvarelsen af problemformuleringens anden del. Som beskrevet indledningsvis vil vi illustrere denne sammenhæng ved at sammenstille vanskelighederne med relevante anerkendte psykiatriske diagnoser givet ved klassifikationssystemerne ICD-10 (WHO, 2011) og DSM-V (APA, 2013). Det må i denne sammenhæng bemærkes, at

vi qua opgavens formål: at belyse netop *den medierende rolle* i udviklingen af psykopatologi, ikke vil efterstræbe at afdække al relevant psykopatologisk udvikling. Med henblik på at illustrere den medierende rolle udvælges derfor i det følgende nogle relevante diagnoser blandt mange mulige.

Schore (1994, p.248) påpeger, at de tidlige oplevelser med ureguleret skam udgør kernen i flere udviklingspatologier. Dette for eksempel på baggrund af de strukturelle og fysiologiske skader i hjernen, som den uregulerede skam foranlediger, når den finder sted i de tidlige stadier af udviklingen. Disse skader kan ifølge Schore anses som risikofaktorer for udviklingen af lidelser langs det narcissistiske kontinuum (Rinsley, 1989, if. Schore, 1991, p.236). Et kontinuum der, ifølge Kohut, dækker over ”*anxious grandiosity and excitement on the one hand to mild embarrassment and self conciousness or severe shame, hypochondria, and depression on the other*” (Kohut, 1971, p.200 if. Schore, 1991, p.224). Både Morrison og Kaufman ser også individer, hvis liv er dybt påvirket af ureguleret skam, som i risikozonen for at udvikle blandt andet disse lidelsesformer. Vi vil i det følgende inddrage narcissistisk personlighedsforstyrrelse og depression som eksempler på lidelser, hvor den tidlige uregulerede skam og den hermed grundlagde skamdynamik synes at spille en central medierende rolle. Endvidere vil vi inddrage spiseforstyrrelser; lidelser, hvor individets tidlige skam og den tilhørende dynamik, ifølge blandt andre Kaufman (1989) og Skårderud (2001a), spiller en central rolle.

2.4.1 Narcissistisk personlighedsforstyrrelse

I dette afsnit vil vi diskutere, hvorledes den narcissistiske personlighedsforstyrrelse kan betragtes som en psykopatologi, hvor den tidlige uregulerede skam og den hermed grundlagde dynamik spiller en medierende rolle i udviklingen heraf. I denne sammenhæng præsenteres først det diagnostiske billede af lidelsen, fremsat ved ICD-10 (WHO, 2011) og DSM-V (APA, 2013), for dernæst at diskutere sammenhængen med de ovenfor beskrevne vanskeligheder.

2.4.1.1 De diagnostiske kriterier

Den narcissistiske personlighedsforstyrrelse er i ICD-10 placeret under den uspecifikke diagnostiske klassificering ”*anden specifik forstyrrelse af personlighedsstruk-*

turen” med henvisning til det amerikanske diagnosesystem DSM for nærmere beskrivelser (WHO, 2011, p.142). Hertil kan det tilføjes, at netop DSM betragtes som internationalt styrende med hensyn til personlighedsforstyrrelser (Karterud & Wilberg, 2001, p.34). Med afsæt i den diagnostiske beskrivelse af lidelsen beskrives den narcissistiske personlighedsforstyrrelses hovedtræk som grandiositet i fantasi og adfærd (Dahl, 2010, p.556). Endvidere beskrives en forventning hos individet om at blive opfattet som speciel og betydningsfuld, og i tråd hermed et behov for andres beundring. I forlængelse heraf beskrives det, at individet kan have en fornemmelse af at være berettiget en særbehandling og kan komme til at udnytte interpersonelle relationer (APA, 2013, pp.669f). Et forhold som bevirker vanskeligheder med at opretholde relationer til andre (ibid., p.671). Endvidere beskrives individet, der har en narcissistisk personlighedsforstyrrelse, som at udvise typisk arrogant og hovmodig adfærd (ibid., p. 670), mangle empati samt at være præget af misundelse (ibid., pp.669f). I tillæg beskrives en sårbar selvværdsfølelse hos dette individ, der gør det sensitiv ovenfor kritik (ibid., p.671). I forlængelse heraf påpeges det i DSM-V, at personer med narcissistisk personlighedsforstyrrelse gerne forsøger at undgå eksponering som person, eftersom dette kan medføre en risiko for at blive slået af en konkurrent, eksempelvis i erhvervsmæssig sammenhæng. Nederlag, der medfører langvarige følelse af skam og ydmygelse, kan føre til social tilbagetrækning og depressive tilstande (APA, 2013, p.671).

2.4.1.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder

Med baggrund i den ovenfor givne diagnostiske karakterisering af den narcissistiske personlighedsforstyrrelse synes der at fremkomme flere fællestræk med de lidelsesfulde vanskeligheder, som denne opgave har belyst (jf. afsnit 2.1). Henledes opmærksomheden først til det diagnostiske forhold, at individet med narcissistisk personlighedsforstyrrelse karakteristisk set er *grandios i fantasi og adfærd*, kan dette betragtes som i overensstemmelse med ovenstående beskrivelse af det inkonsistent afstemte individs vanskeligheder (jf. afsnit 2.1.2.1). Her blev det beskrevet, at dette individ har et sympatisk forskudt set point, hvormed individet kan forstås som at være fikseret i en ureguleret infantil grandiositet. Sammenkobles dette med det i DSM-V beskrevne forhold, at individet har *behov for at blive betragtet som speciel*

og *betydningsfuld*, samt at dette individ *fremhæver sig selv og sine kvaliteter*, kan dette siges at harmonere med det inkonsistent afstemte individs vanskeligheder, der beror på, at kun de sider af dem, som omsorgspersonen værdsætter, er blevet afstemt og accepteret i det tidlige samspil. Som beskrevet er individets selvoplevelse, som en konsekvens heraf, opbygget på disse accepterede dele (jf. afsnit 2.1.2.1) I betragtning af, at dette individ kun har et spinkelt accepteret grundlag, der er præget af grandiositet, synes individets fremhævelse af sig selv og sine kvaliteter nødvendig. Der kan argumenteres for, at dette afspejler det ovenfor beskrevne forsøg på at klamre sig til det acceptable ståsted, der opleves som en ø af accept i en ellers skamfuld livsverden (ibid.). Denne klamren, til de trygge og acceptable dele af dem selv, afspejler ligeledes et forsøg på at holde de skamfulde dele af dem selv på afstand, både ovenfor sig selv og andre. Gennem brug af et grandiositets forsvar opretholdes afstanden til de fraspaltede dele af selvet (jf. afsnit 2.1.2.1; 2.1.3.1; 1.3.2.2). Der kan argumenteres for, at diagnosens fremhævelse af typisk *arrogant og hovmodig adfærd* som forbundet med den narcissistiske personlighedsforstyrrelse, kan forstås i tråd hermed. Et forhold som kan underbygges yderligere, hvis det inkonsistent afstemte individs tilknytningsstil inddrages; en tilknytningsstil der er af usikker-afvisende karakter, hvilket indebærer, at dette individ vil forsøge, så vidt muligt, at klare sig på egen hånd (jf. afsnit 2.1.2.1).

Den diagnostiske fremhævelse af, at individet med narcissistisk personlighedsforstyrrelse har et *behov for at blive beundret af andre*, samt tendens til at *udnytte relationer*, grundet en overbevisning om, at det er *berettiget særbehandling*, kan ligeledes argumenteres for at kunne knyttes til den ovenstående beskrivelse af den inkonsistent afstemte individs spinkle accepterede eksistensgrundlag (jf. afsnit 2.1.2.1). I ovenstående blev det beskrevet, at individet, hvis identitet balancerer på få bærebjælker, er afhængig af ydre strukturers samarbejde for at kunne opretholde dets funktion på et tåleligt niveau (jf. afsnit 2.1.2.1). Endvidere kan det antages at afspejle det beskrevne forhold, at individets søgen efter en ydre bekræftelse kan blive så stærk, at den antager en udnyttende karakter. En eventualitet der hænger sammen med individets afhængighed af en idealiseret anden, der kan beskytte det mod dets emotionelle sårbarhed og de underliggende deficits, gennem dets beundring og ros af individet (jf. afsnit 1.3.2.2). I forlængelse heraf kan det diagnostiske kriterium *manglende empati* og *præget af misundelse* nævnes. Det inkonsistent afstemte individ er så afhængig af, at

andre konformerer med deres verdensbillede og støtter dette, at de ikke har overskuddet (muligvis heller ikke evnen til) at sætte sig ind i andres forståelser og oplevelser. Faktisk udgør andres forståelser og oplevelser en trussel for dette individ (jf. 2.1.3.1). Endvidere kan det inkonsistent afstemte individ ikke bære, at det ikke er det mest specielle eller betydningsfulde, hvorfor misundelse over andre vil præge en stor del af deres adfærd – her kan den hovmodige og arrogante adfærd tænkes at komme i spil. Opsummerende kan den krævende adfærd over for omgivelserne antages at hænge sammen med, at dette individ har *vanskeligt ved at opretholde relationer*.

Den *lave selvværdsfølelse*, der beskrives som et karakteristisk diagnostisk træk ved den narcissistiske personlighedsforstyrrelse, har stor samklang med den lave selvfølelse, der er beskrevet som dominerende hos både det inkonsistent afstemte individ, som ved det individ, der kronisk har manglet afstemning (jf. 2.1.1; 2.1.2). Det forhold, at den diagnostiske fremlægning endvidere fremhæver en *sensitivitet ovenfor kritik* som karakteristisk, synes ligeledes at kunne betragtes såvel ved det inkonsistent afstemte individ, som ved det individ, der kronisk har manglet afstemning. I det ovenstående blev det beskrevet, hvorledes kritik for dette individ udløser skam, som vækker samklang med den indre skam, hvorfor det resulterer i en yderst smertefuld tilstand. En tilstand der medfører en forventning om disintegration af selvet, da individet ikke har internaliseret en skammodulerende komponent i sit nervesystem (jf. afsnit 1.1.2.3.1). Der kan argumenteres for, at det inkonsistent afstemte individ er mest sensitiv over for kritik, da der står mest på spil for dette individ. Det har et spinkelt eksistensgrundlag som står på spil, hvor det kronisk mangelfuldt afstemte individ ikke i samme grad har noget på spil (jf. 2.1.2.3). Dette afspejles for eksempel ved, som det blev beskrevet i uddybningen af det inkonsistent afstemte individs vanskeligheder, at et stærkt raseri vil kunne blive udløst ved kritik; et sidste forsøg på at forsvare sig, at opretholde barrikaderne og undgå at selvet fragmenteres (jf. afsnit 2.1.2.1). Dette påpeger Dahl også i sine beskrivelser, hvor han netop påpeger, at individet med det oppustede selvbillede er sårbart ovenfor andres vurderinger og derfor reagerer kraftig med raseriudbrud, skamfølelse eller ydmygelse (Dahl, 2010, p.556). I tråd hermed kan den diagnostiske beskrivelse, at individet, med en narcissistisk personlighedsforstyrrelse, *helst undgår konkurrencer*, nævnes. Igen afspejler dette det inkonsistent afstemte individs risiko for at miste sit spinkle eksistensgrundlag. I den diagnostiske beskrivelse bliver det påpeget at skulle det ske, at individet led et

konkurrencemæssigt nederlag, ville dette medføre en langvarig følelse af skam og ydmygelse, der kan føre til social tilbagetrækning og depressive tilstande. Dette kan afspejle, at netop nederlag, for det inkonsistent afstemte individ, vil betyde, at individet skal se sine skamfulde afspaltede dele i øjnene - en underliggende depressiv og diffus tilstand (Karterud, 2000, p. 92).

2.4.2 Opsummering

Ud fra ovenstående kan der opsummerende siges at være argument for, at de lidelsesfulde vanskeligheder individet har, som resultat af ureguleret skam i den tidlige udvikling, har stor lighed med de karakteristiske vanskeligheder og udtryk, der diagnostisk set knyttes til lidelsen narcissistisk personlighedsforstyrrelse. Vi har i det ovenstående især fremhævet de vanskeligheder, som er karakteristiske for individet opvokset i et inkonsistent afstemt samspil. Med henblik på vores tidligere fremførte pointe, at samspil ofte vil være mere komplekst sammensat, og at de to typer samspil derfor ikke gensidigt ekskluderer hinanden, vil vi her ligeledes fremhæve, at individer opvokset med kronisk manglende afstemte samspil ikke skal betragtes som irrelevant i denne sammenhæng. Flere teoretikere beskriver, at der udover den grandiose karakteristisk ved narcissistisk personlighedsforstyrrelse også eksisterer en mere tilbagetrukket type ofte omtalt som "*covert narcissist*" (Schore, 1994, p.427; Kohut, 1990). Schore påpeger netop, at denne type ofte vil have sit udgangspunkt i tidlige samspil, der i større grad er præget af tidlig manglende afstemning (Schore, 1994, p.427), og vil, som følge heraf, i større grad være præget af at være overreguleret (jf. afsnit 2.1.2.3) i modsætning til den grandioses underregulerede dynamik (jf. 2.1.2.1). Schore (1994, p.427) beskriver, hvordan den coverte type kan siges at gemme sin grandiositet bag en genert facade. Den coverte type synes ikke direkte sammenlignelig med den diagnostisk beskrevne narcissistiske personlighedsforstyrrelse. Dette kan muligvis antages at afspejle en mindre synlighed, samt klinisk aktualitet af netop denne mere tilbagetrukne gruppe individer.

Den ovenstående udpegning af ligheden, mellem diagnosen narcissistiske personlighedsforstyrrelse og det inkonsistent afstemte individs vanskeligheder, synes ligeledes at blive understøttet af flere teoretikere (se Kaufman, 1989; Schore, 1994; Morrison, 1996). I tillæg sammenkæder de skam med udviklingen af den narcissistiske person-

lighedsforstyrrelse. Kaufman beskriver for eksempel skam som central komponent i udviklingen (1989, pp.114f). Karterud karakteriserer individer med narcissistisk personlighedsforstyrrelses væremåde som skambelagte (2001, p.51). Schore beskriver den narcissistiske personlighedsforstyrrelse som manifesteret ved det skambaserede individs vanskeligheder (Schore, 1991, p.222) og Morrison beskriver, hvorledes det skamfulde individs oplevelse af selvet som defekt danner basis for den narcissistiske personlighedsforstyrrelse (Morrison, 1984, p.480). Det synes hermed relevant at antage, at de vanskeligheder skam, i den tidlige udvikling, medfører for individet, har en medierende rolle i udviklingen af narcissistisk personlighedsforstyrrelse, især for det inkonsistent afstemte individ.

2.4.3 Depression

I dette afsnit vil vi diskutere, hvorledes depression kan betragtes som en psykopatologi, hvor den tidlige uregulerede skam og den hermed grundlagte dynamik, spiller en medierende rolle i udviklingen heraf. Her gør samme procedure, som ovenfor, sig gældende; først præsenteres det diagnostiske billede af lidelsen, fremsat ved ICD-10, for dernæst at diskutere sammenhængen med de ovenfor beskrevne lidelsesfulde vanskeligheder.

2.4.3.1 Diagnostiske kriterier

Depression klassificeres i ICD-10 ved symptomer såsom sænket stemningsleje, nedsat energiniveau og aktivitetsniveau, samt en manglende evne til at føle glæde eller interesse (WHO, 2011, p.86). Herudover indgår en forringet selvfølelse og selvtillid, samt en svækket koncentrationsevne. Depression sammenkobles endvidere med forøget træthed og formindsket appetit (ibid.).

2.4.3.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder

Ovenfor blev det beskrevet, hvorledes diagnosen depression karakteriseres af et *sænket stemningsleje, samt nedsat energi- og aktivitetsniveau*. Dette synes at have stor lighed med de karakteristika, der knytter sig til individet med en parasympatisk aktivering, der skyldes en kronisk manglende afstemning (jf. afsnit 2.1.2.3). Ovenfor blev det beskrevet, hvorledes dette individ, qua et forskudt set point i et parasym-

tisk aktiveringsniveau, risikerer at forblive inaktivt og isoleret i en hæmmet tilbagetrækning over længere perioder, da det for dette individ er vanskelig at forlade den stærkt hypoaktiverede tilstand. Kaufman (1989, p.139) beskriver i denne forbindelse, hvorledes skam og lidelse, oplevet over længere perioder, netop fører til et varigt sænket stemningsleje; en oplevelse af at have et sænket humør. Gilbert pointerer hertil, at den kroniske parasympatiske aktivering medfører risiko netop for at blive fanget i det, han omtaler som ”*the black hole of shame*” (Gilbert, 1992, p.172), hvor individet er stærkt inhiberet, og hvor det er svært at fokusere, tænke og tale (ibid.). Hvilket endvidere synes at være i tråd med diagnosens beskrevne forbindelse mellem depression og *en svækket koncentrationsevne. Manglende appetit og træthed* er ligeledes en del af det diagnostiske billede af individet med depression. Disse symptomer synes at være i forlængelse af individets nedsatte energiniveau og dermed det parasympatisk hæmmede individ. Hertil kan tilføjes, at Morrison påpeger, at depression og skam er en sammenkædet dans som bevæger sig mod tilbagetrækning, skjul og nogle gange selvdestruktion (Morrison, 1996, p. 181).

Det diagnostiske billede fremhæver ligeledes *forringet selvtillid og selvfølelse*. Dette kan argumenteres for at være i overensstemmelse med det ovenfor beskrevne individs grundlæggende oplevelse af selvet som skamfuldt. Selvet opleves her netop som utilstrækkeligt, defekt, en fiasko, uelskværdig, mm. Morrison tilføjer hertil, at depression er den indadvendte skam rettet mod selvoplevelsen (ibid., p.178). I forlængelse heraf synes en lav selvfølelse, forstået som en forringet evne til at takle eller tåle følelser såsom utilstrækkelighed, særlig aktuell hos det ovenfor beskrevne skambaserede individ, for eksempel med henblik på dets manglende evne til at affektregulere. Denne tendens viser sig tydelig i eksemplet, hvor børn der ikke har lært at håndtere skamfølelsen, har svært ved at håndtere det emotionelt stressende stimuli – at deres legetøj går i stykker (jf. afsnit 2.1.2.3). Med en svækket evne til at tåle emotionelle udfordringer kan det, for disse individer synes nemmere at holde sig i baggrunden og ikke vække unødigt opmærksomhed. Wolf sammenkæder i denne sammenhæng depression med individer, der ikke udviser selvhævdelse, men nærmere er underdanige (1988 if. Gilbert, 1992, p.314). Disse individer kan argumenteres for at være sammenlignelige med de ovenfor beskrevne mangelfuldt afstemte individer, der netop identificerer sig med skammen, som ikke kender til andet og ikke føler, at de har fortjent bedre – de har en grundlæggende forringet selvfølelse. Wolf bemærker,

at disse individer aldrig rigtig har fejlet, fordi de heller aldrig rigtig har turdet at prøve. Wolf beskriver disse individer som i risikozonen for kroniske depressive forstyrrelser (1988 if. Gilbert, 1992, p. 314).

Endvidere påpeger den diagnostiske fremstilling af depression ligeledes *en manglende evne til at føle glæde og interesse*. Som det er blevet beskrevet i afsnittet *Affekten skams formgivende rolle*, betragtes skam som en inhibitor af positive affekter såsom glæde og interesse, hvilket kan siges at pege i retning af en sammenhæng mellem skam og depression. Som påpeget i forbindelse med betragtningerne omkring det individ, der kronisk har manglet afstemning i samspil med omsorgspersonen, vil dette individ, ifølge Schore, være præget af en overregulering, hvor den inhiberende skaminducerende komponent er dominerende i individets reguleringssystem, og derfor hæmmer individet en for høj grad i dets samspil med omverdenen (jf. afsnit 2.1.2.3). Denne regulering kan have været hensigtsmæssig i de tidlige samspil med eksempelvis en deprimeret mor, men den bliver lidelsesfuld for individet i længden, da dets livsglæde er fortrængt (jf. afsnit 2.1.3.2). Endvidere er individets organiserende principper påvirket af et sådant samspil, hvilket betyder, at dets perception og fortolkning af både fortid, nutid og fremtid vil præges af et skamfuldt baggrundstæppe (jf. afsnit 2.1.2.3). Denne betragtning kan sammenstilles med Alford og Becks (1997, p.16) begreb ”den kognitive triade”, der netop beskriver, hvordan et individ med depression vil opfatte både fortid, nutid og fremtid negativt. Når individets livsglæde er fortrængt og dets subjektive oplevelsesverden er præget af en negativ perception og fortolkning, synes manglende glæde at være en klar følgevirkning. Med hensyn til manglende interesse har individet, der kronisk har manglet at blive afstemt, ofte en usikker-undgående tilknytningsstil, der kendetegnes ved en manglende interesse og motivation til at opretholde samspil med andre. Den manglende interesse skyldes en frygt for nye disorganiserende ikke-afstemte samspil (jf. afsnit 2.1.2.3). På baggrund af de her præsenterede sammenstillinger, er det blevet tydeligt, at hæmmelsen af de positive affekter kan antages at være en dominerende dynamik hos det skamfulde individ, og der synes at foreligge en klar forbindelse mellem diagnosen depression og individet, hvis livsverden er præget af skam.

En afrundende bemærkning, med hensyn til denne sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier for depression og de lidelsesfulde vanskeligheder, er, at vi her har

trukket på de beskrivelser, der tilhører et individ, der kronisk har manglet afstemning. I denne sammenhæng skal det bemærkes, at også individer, der har vokset op under forhold præget af en inkonsistent afstemning, kan antages at kunne opleve en depression. Depressionen kan siges at gøre sig gældende for disse individer, når deres kamp, for at leve op til de rigide idealer, netop for at udslette skammen, ikke lykkes. Morrison beskriver i denne sammenhæng, hvordan depression kan betragtes som et resultat af, at individet oplever at føle sig tømt for energi i forhold til at indfri det typisk urealistiske ideal (Morrison, 1984 if. Gilbert, 1992, p. 314; jf. afsnit 1.3.2.2; 2.1.3.1). Endvidere er det vigtigt at huske, at den opdeling vi har foretaget, med hensyn til typer af lidelsesfulde vanskeligheder, er en forsimpning af en kompleks virkelighed, og at individets dynamik derfor ofte vil kunne karakteriseres som en blanding heraf.

2.4.4 Opsummering

Ud fra ovenstående kan der opsummerende siges at være argument for, at de lidelsesfulde vanskeligheder, individet har som resultat af ureguleret skam i den tidlige udvikling, har stor lighed med de karakteristiske vanskeligheder og udtryk, der diagnostisk set knyttes til lidelsen depression. Især er det individet, der er vokset op under omstændigheder præget af kronisk manglende afstemning, der tilskriver sig denne diagnostiske kategori. Der er flere teoretikere, der tillægger skam en central rolle i depression både hos voksne og børn (Izard & Schwartz, 1986; Gilbert, 1992a; H. B. Lewis, 1987, Nathanson, 1987a, if. Schore, 1994, p.407). Et studie gjort af Allan og Gilbert (1997, p.482) støtter denne sammenhæng med sit resultat, der viser signifikante korrelationer mellem en hæmmet, tilbagetrukket og underdanig ageren (altså en skamfuld ageren) og klinisk depression. Herudover mener Morrison, at den meste mødte form for depression i klinisk praksis bundet i en skamfuld selvoplevelse (Morrison, 1996, p.182). Det synes hermed relevant at antage, at der er argument for, at de vanskeligheder, som skam i den tidlige udvikling medfører for individet, har en medierende rolle i udviklingen af depression.

2.4.5 Spiseforstyrrelser

I dette afsnit vil vi diskutere, hvorvidt spiseforstyrrelser kan betragtes som psykopatologi, hvor den tidlige uregulerede skam og den hermed grundlagte dynamik, spiller

en medierende rolle i udviklingen heraf. Her gør samme procedure som ovenfor sig gældende; først præsenteres det diagnostiske billede af lidelsen, fremsat ved ICD-10 (WHO, 2011), for dernæst at diskutere sammenhængen med de ovenfor beskrevne lidelsesfulde vanskeligheder.

2.4.5.1 De diagnostiske kriterier

Spiseforstyrrelser er en fællesbetegnelse for lidelser, der karakteriseres ved forstyrret spisning og forvrænget kropsopfattelse (Rokkedal, 2009, p.519). I ICD-10 beskrives anoreksi (anoreksia nervosa) som en lidelse, der karakteriseres ved vægttab, der er fremkaldt og vedligeholdt af patienten selv (WHO, 2011, p.125). Hertil beskrives en forvrænget opfattelse af egen krop, samt en frygt for at tage på. I forlængelse heraf beskrives det, at individet, der lider af anoreksi, vil forsøge at undgå vægtøgning gennem eksempelvis at begrænse sit næringsindtag, bedrive overdreven træning, fremkalde opkastning og benytte sig af afføringsmidler (ibid.). Ved bulimi (bulimia nervosa) beskrives individet, som i tilfældet med anoreksi, som at være overdreven optagethed af udseende og vægtkontrol (WHO, 2011, p.126). I forhold til den diagnostiske beskrivelse af bulimi, er et centralt kriterium tilbagevendende spiseanfald, med efterfølgende opkastning eller indtagelse af afføringsmidler (ibid.).

2.4.5.2 Sammenstilling mellem de diagnostiske kriterier og de lidelsesfulde vanskeligheder

2.4.5.2.1 Anoreksi

Det beskrives ovenfor i forbindelse med diagnosekriterierne fra ICD-10, at individet med anoreksi vil *fremkalde og vedligeholde vægttab*, og i den forbindelse vil have en *frygt for at tage på*. Dette kan betragtes som en streng vægtkontrol. Et sådan krav om kontrol synes at kunne sammenlignes med det inkonsistent afstemte individs dynamik. For dette individ er perfektionisme nødvendigt og kan forstås som en efterlevelse af rigide idealer, der er blevet internaliseret i barndommen. En opvækst med en mor (kontekst), der kun har accepteret de sider ved barnet, der synes acceptable i hendes øjne (jf. afsnit 1.3.2.2; 2.1.2.1). De rigide idealer, som dannes på baggrund af disse samspil, kan altså antages at repræsentere idealer, som individet med anoreksi klamrer sig til for ikke at komme i kontakt med den internaliserede skam (jf. 1.3.2.2;

2.1.2.1; 2.1.3.1). I denne forbindelse påpeger Rokkedal (2009, p.523), at et familjemiljø, der gennem opvæksten har været præget af høje ambitioner på barnets vegne, i nogle tilfælde spiller en afgørende rolle i spiseforstyrrelsens ætiologi.

Den strenge vægtkontrol som individet med anoreksi udøver, kan forstås som et forsøg på at regulere skammen. Individet opvokset i et inkonsistent afstemt miljø har netop ikke udviklet essentielle indre resurser til at regulere skam, hvorfor individet benytter ydre regulator (jf. afsnit 1.1.2). Individet, som lider af anoreksi, benytter mad som sin ydre regulator. Det at kunne undvære mad tjener således som en regulator; en måde at beholde kontrol, der opretholder den tilsyneladende positive selvfølelse hos individet, i mangel på et indre reguleringssystem, der kan regulere skamfølelsen (ibid.). Rokkedal (2009, p.522) støtter denne forståelse, i det hun beskriver, hvordan individet gennem kontrol over mad opnår en stærk identitetsfølelse præget af positivt selvværd og en følelse af kontrol. Med sammenligning med det inkonsistent afstemte individ, så er det at efterleve de rigide kropsidealer en kontinuerlig stræben efter at regulere skam. Et forsøger på at annullere skammen eller gøre den ubetydelig (jf. 2.1.2.1). Bevægelsen fra skam til stolthed, gennem brug af kontrol over madindtag, udgør ifølge Troop, Allan, Serpell & Treasure (2008, p.481) en skam-stolthed cirkel hos individet med anoreksi, hvor skammens negative forstærkning og stolthedens positive forstærkning til sammen medfører en opretholdelse af symptomerne.

I forbindelse med individets fremkaldelse og vedligeholdelse af vægttab, følger der ifølge diagnosekriterierne, en række kriterier omkring *overdreven træning, fremkaldelse af opkastning eller brug af afføringsmidler, samt begrænsning af næringsindtag*. Disse kriterier kan alle siges at tilhøre det overordnede kriterium; iværksættelse og opretholdelse af vægttab. I det følgende vil vi uddybe i forhold til kriteriet *begrænsning af næringsindtaget*.

Det inkonsistent afstemte individ kan, som beskrevet, karakteriseres ved en usikker-afvisende tilknytningsstil (jf. afsnit 2.1.2.1). Med en sådan tilknytningsstil, vil individet holde afstand til andre og ikke udvise behov for andres hjælp, eftersom individet, som barn, har været udsat for gentagen inkonsistent afstemning (ibid.). Den afvisning individet har vist ovenfor ”at tage moren ind” gennem det tidlige samspil,

kan antages at udgøre netop den underliggende dynamik i individets modstand mod at indtage næring. Det begrænsede næringsindtag, kan i denne sammenhæng symbolisere individets stræben efter at ville klare sig på egen hånd, dette som en del af individets grandiose forsvar (jf. afsnit 2.1.2.1; 2.1.3.1). Rokkedal (2009, p.521) påpeger i denne forbindelse, at individets beskæftigelse med sin anoreksi og med at begrænse næringsindtaget, ofte vil være så omfattende, at den vil erstatte individets sociale relationer. Det stærkt kontrollerede individ med anoreksi, vil i sin selvtilstrækkelige tilstand, skyde andre på afstand; hun eller han kan klare sig selv uden nogen eller noget (at spise) (Skårderud, 2001a, p.1616). Ifølge Skårderud symboliserer forestillingen om at kunne klare sig helt uden at indtage næring (eller uden relation til andre mennesker) en af de mest tænkelige grandiose forestillinger; at kunne klare sig uden noget, lige som en gud. Dog skal der på et tidspunkt spises og med dette følger en tillægsskam; en skam over at have været så hovmodig (ibid.).

Et sidste diagnostisk kriterium i ICD-10, knyttet til lidelsen anoreksi, er *en vedvarende forvrænget opfattelse af egen krop*. Dette kropsbillede kan spores til at have baggrund i den grundlæggende forkerthed; individets subjektive sandhed, grundet den tidlige manglende afstemning og accept. Endvidere kan skammen have knyttet sig til kroppen, gennem opståede bindinger, sådan som Kaufman beskriver det (jf. afsnit 1.3.2.1). Her kan individets subjektive oplevelse af morens reaktioner på det og dets krop have forbundet skam med eget kropsbillede. Endvidere påpeger Kaufman, hvordan skam gennem psykologisk forstørrelse kan udvide sig til en omfattende og diffus organisere i forhold til kroppen (ibid.). Individets oplevelse af skam vil således knyttes til hele kroppen og kan på den måde muligvis medføre et forvrænget kropsbillede.

Det synes tydeligt, at nogle af de lidelsesfulde vanskeligheder, der skyldes ureguleret skam i den tidlige udvikling, gør sig gældende i forbindelse med lidelsen anoreksi. I Kaufmans (1989, pp.133-136) optik er den strenge vægtkontrol som udøves af individet der har anoreksi et forsøg på at kontrollere den internaliserede skam, der ligger som en kilde i selvet; en oplevelse af at være gennemgående utilstrækkelig, modbydelig og værdiløs. Ligeledes omtaler Skårderud (2001c, p.42) skam som selve grundfølelsen i den anorektiske lidelse, hvor selvformindskelse er den helt konkrete aktivitet, der benyttes for at kontrollere skammen. Den dybe internaliserede skam forsky-

des ifølge Kaufman (1989, pp.135f) over på maden, og kan hermed kontrolleres ved at kontrollere vægt og madindtag.

2.4.5.2.2 *Bulimi*

Som beskrevet indledningsvis, har individet, der lider af bulimi, en *overdreven optagethed af vægtkontrol og udseende*, ligesom ved anoreksi. Individet med bulimi adskiller sig dog især ved *tilbagevendende spiseanfald, efterfulgt af opkastning eller brug af afføringsmidler*. Det er disse sidstnævnte kriterier vi vil se nærmere på herunder.

De skamfulde bindinger, der blev beskrevet i forbindelse med anoreksi, kan argumenteres for også at gøre sig gældende ved bulimi. Ifølge Kaufman (1989, p.133) er det i tilfælde af bulimi, individets interpersonelle behov, der er blevet gjort skambundne. Med dette udgangspunkt for at forstå individets dynamik kan det individ, der lider af bulimi, sit forhold til mad siges at repræsentere og videre erstatte de skambundne uacceptable interpersonelle behov og de tilhørende længsler efter at være ønsket, beundret, respekteret og elsket (ibid.). Dette individ er som lille blevet afvist i sin kærlighed ovenfor omsorgspersonen, og således dets ønske om kærlighed, beundring og sammensmeltning (jf. afsnit 2.1.2.3). I denne sammenhæng kan der have været tale om en mor, der har udvist afsky overfor barnet, hvilket som det beskrives i forbindelse med den kronisk manglende afstemning, ofte vil medføre en usikker-undgående tilknytningsstil (ibid.). Sammenlignes den diagnostiske fremhævelse af spiseanfald med denne tilknytningsstil, kan der siges at være argument for at regulerer sine narcissistiske behov (for eksempel ønske om kærlighed) gennem at spise. Med andre ord, forsøger individet at dække for eksempel sit behov for kærlighed igennem indtagelsen af mad. Ved at spise forskydes individets dybe internaliserede skam fra sin kilde i selvet over til spisningen. Maden vil dog aldrig kunne dække de interpersonelle behov. Individet vil altså trods sit indtag af mad fortsat mærke sin indre skam. I tillæg forøger overspisningen gradvist skammen. Da skamfølelsen er så smertefuld og ubærlig og individet ikke har den indre evne til at regulere den, er individet nødsaget til at bruge andre metoder til at regulere skammen på. Ved bulimi er opkast individet regulering. Opkast beskrives som den ultimative forstørrelse af skam, som giver en umiddelbar frigivelse af skammen (Kaufman, 1989, p.134). Opkast er således individets eneste mulighed for at aflade den indre skam. Kaufman

beskriver, hvordan det at forstørre skams intensitet ved at kaste op, vil udløse et følelsesudbrud, der netop vil reducere skamfølelsen. Ved at kaste op kan individet på denne måde fremkalde en emotionel renselse, ”*that occurs if one literally bathes in shame*” (ibid.).

Troop et al. (2008, p.481) beskriver den bulimiske adfærd som at udgøre en skam-skam cirkel. Individet overspiser i forsøget på at regulere sin indre skam, dog lindrer maden ikke skammen, tværtimod. Individet er derfor nødsaget til at udløse skammen ved den skamforstørrende aktivitet at kaste op. Desværre fører både overspisningen og det at kaste op til yderligere skam, hvilket forstærker behovet for at igen at skulle regulere den indre skam (ibid.).

2.4.6 Opsummering

Ud fra ovenstående synes der at være argument for, at de vanskeligheder, der følger i kølvandet af den uregulerede skam i den tidlige udvikling, kan sammenstilles med det diagnostiske billede af lidelserne anoreksi og bulimi. Hvor individet med anoreksi synes at opstille en facade, gennem brug af et grandiost forsvar, for at skjule sin skamfulde sandhed, synes individet med bulimi i større grad at være nedsunken i skam; de er fanget i en skam-skam cirkel. Fællestrækket for begge lidelser er, at de begge afspejler en dynamik knyttet til en indre skam, som individet er nødsaget til at regulere med alternative metoder, da de ikke har udviklet en evne til at regulere den i sit indre. Flere teoretikere og forskere synes at kunne understøtte forståelsen af, at skam spiller en central rolle ved spiseforstyrrelserne anoreksi og bulimi (bl.a. Kaufman, 1989; Skårderud, 2001; Grabhorn, Stenner, Stangier & Kaufhold, 2006; Troop, et al., 2008). Et studie udført af Grabhorn et al. (2006, p.16) viser, at der i spiseforstyrrelserne bulimi og anoreksi er høje niveauer af internaliseret skam sammenlignet med flere andre kliniske populationer. Endvidere viser et studie gjort af Troop et al. (2008, p.484), at patientens grad af skamfølelse var en afgørende prædikator med hensyn til alvorlighedsgrad af både bulimi og anoreksi. Det, at skamfølelse er tilstedeværende i disse lidelser, kan argumenteres for, at afspejle det individ, hvis selvoplevelse er sammensmeltet med skam og ikke kan regulere denne tilstand. Kaufman (1989, pp.133-136) påpeger, at der kan trækkes en klar linje mellem den tidlige internaliserede skam og udviklingen af spiseforstyrrelser. Opsummerende kan der siges at være

argument for, at den tidlige uregulerede skam spiller en medierende rolle med hensyn til udviklingen af psykopatologi.

2.5 Opsamling: Skams medierende rolle i udviklingen af psykopatologi

I den første del af *Del 2* blev individets vanskeligheder, som resultat af ureguleret skam i den tidlige udvikling, udfoldet. På baggrund heraf blev det angivet, at netop disse vanskeligheder kan betragtes som lidelsesfulde, samt begrænsende for individets livsudfoldelse. Efterfølgende har vi, ved sammenstillingen af disse lidelsesfulde vanskeligheder med anerkendte diagnostiske klassifikationer, konstateret, at der forekommer stor lighed mellem, de i opgaven belyste, vanskeligheder og de diagnostisk beskrevne psykopatologier; narcissistisk personlighedsforstyrrelse, depression og spiseforstyrrelser. Sørensen påpeger, at de diagnostiske symptombeskrivelser afspejler en ubalance hos individet (Sørensen 2013, p.151). Vi kan med andre ord således sige, at vi i det ovenstående har påvist, at den diagnosticerede ubalance kan betragtes som den samme ubalance, der udgøres ved individets lidelsesfulde vanskeligheder, som skyldes den tidlige uregulerede skam. Vi vil, i forlængelse heraf, argumentere for, at den diagnosticerede ubalance, individets lidelse, kan antages at forblive opretholdt så længe den underliggende dynamik, individets vanskeligheder med skam, eksisterer.

Det er som nævnt ikke formålet med nærværende opgave at redegøre for, i hvilken udstrækning skam har en rolle i psykopatologi. Formålet for nærværende opgave er derimod at undersøge, om ureguleret skam i den tidlige udvikling og de lidelsesfulde vanskeligheder, der følger heraf, kan siges at have en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi. Ud fra ovenstående synes der at være argument for, at ureguleret skam og dens følger har en medierende rolle i psykopatologier såsom narcissistisk personlighedsforstyrrelse, depression og spiseforstyrrelser. Dette udgør et tilstrækkeligt fundament for at fremsætte et bekræftende svar på problemformuleringens anden del; *Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi.* En naturlig forlængelse heraf, der desværre ligger uden for denne opgavens tidsmæssige ramme, vil være at undersøge flere psykopatologiers mulige sammenhænge med ureguleret skam og dens følgevirkninger for dermed at tilnærme et bredere og mere

generelt billede på skams indflydelse på psykopatologi. Eftersom skam er en grundlæggende dynamik, som optræder så tidligt i barndommen, kan det tænkes, at skam har en central rolle i flere psykopatologier.

2.6 En ateoretisk og en teoretisk forståelsesramme

I det ovenstående har vi valgt at tage udgangspunkt i anerkendte diagnoser som illustrationer på psykopatologi, hvormed besvarelsen af problemformuleringens anden del støttes af et diagnostisk perspektiv. I forhold til dette synes det relevant at påpege, at diagnosesystemet ikke udgør en endelig liste, der afspejler en sandhed om verden (Karterud, 2001, p.24). Diagnosesystemet repræsenterer dog en relevant og anerkendt inddeling af typer af psykopatologi. Psykopatologi, defineret ud fra denne ramme, udgør altså ikke en endelig størrelse i form af de psykiatriske diagnoser, men disse afspejler den nutidige fælles opfattelse af psykopatologi (ibid.). Vores valg, at benytte diagnoser i det ovenstående, afspejler altså den bedst mulige validitet for nærværende opgaves argumentationsgrundlag.

De diagnostiske klassifikationssystemer tilstræber generelt ateoretiske beskrivelser som fundament for lidelserne, fordi de sigter mod at fremstille så objektiv en sandhed som mulig omkring lidelserne (WHO, 2011, p.9). Som vores anvendelse af dette ateoretiske udgangspunkt afspejler og anerkender vi beskrivelsen af lidelserne, således at vi som klinikere har en fælles referenceramme, der sikrer validitet indenfor den psykiatriske praksis. Dog skal det understreges, at vi ligeledes ser en stor værdi i at rette fokus netop mod de teoretiske forståelsesrammer for psykopatologi, hvilket i høj grad afspejler sig i udformningen af denne opgave, hvis formål netop er at opsætte en teoretisk forståelsesramme for den underliggende dynamik skam. En dynamik vi ovenfor har sammenkoblet med de ateoretiske beskrivelser af psykopatologi, men som ud fra et ateoretisk perspektiv ikke var blevet afspejlet og således ikke havde fanget klinikerens opmærksomhed. Det er nærværende forfatteres indtryk, at det teoretiske billede er mere fyldestgørende end det ateoretiske, eftersom det netop informerer omkring, hvad som er på spil for individet. Dette er i tråd med Allens (2013, pp.125f) opfattelse af, at en ateoretisk forståelse er en opstilling, der muligvis vil gå på kompromis med kompleksiteten ved individets lidelse. Lidelsen gives gennem en teoretisk forståelsesramme et menneskeligt udtryk og i tråd hermed får kliniker en

mulighed for, at forstå det pågældende individ. Belin påpeger ligeledes, at ”...diagnosen siger i virkeligheden ikke særlig meget om, hvordan vi derefter skal modtage, hjælpe og behandle klienterne” (Belin, 2010, p.16). I denne sammenhæng pointerer Sørensen (2013, p.173), at det er gavnligt at bestræbe sig på at forstå, hvordan psykiske lidelser har en fælles traumatisk baggrund. Med fremsættelsen af disse betragtninger, vil vi nu introducere nærværende forfatteres dimensionale lidelsesforståelse. En lidelsesforståelse som repræsenterer nærværende forfatteres forståelse af psykopatologi.

Begrebet *dimensional lidelsesforståelse*, henviser til en forståelse af psykiatriske lidelser som en uafgrænset del af et kontinuum (Parmas, Kragh-Sørensen & Mors, 2009, p.36). Dette indebærer en forståelse af psykiatriske lidelser, der anerkender dybder og forskelligheder i lidelse, og tager udgangspunkt i det enkelte individs oplevelse af lidelsen. Fremfor at klassificere et individ i strengt afgrænsede diagnostiske kategorier, på baggrund af bestemte grupperinger af symptomer, vil individet ud fra den dimensionale lidelsesforståelse, på baggrund af dets udtalte vanskeligheder, placere sig på et kontinuum, hvor der er en glidende overgang mellem det normale og det patologiske, og hvor der eksisterer forskellige psykopatologiske profiler (ibid.).

Med denne lidelsesforståelse understreger nærværende forfattere, at det i deres optik ikke synes afgørende, at de ovenfor beskrevne lidelsesfulde vanskeligheder (jf. afsnit 2.1) kan opfanges af det kategorielle diagnosesystem for, at der kan skabes enighed om at disse vanskeligheder er lidelsesfulde for det pågældende individ. Skam synes at kunne udgøre en smertefuld størrelse, langt ud over det diagnoserne kan indkapsle. Skam anses således som lidelsesfuldt, uafhængig af, hvilket symptombillede, der udvises.

Ovenfor påpegede nærværende forfattere, at med den tætte kobling mellem den diagnosticerede lidelse og de lidelsesfulde vanskeligheder, som er blevet belyst i denne opgave, kan det antages, at individets lidelse vil forblive opretholdt så længe den underliggende dynamik, der beror på individets vanskeligheder, eksisterer. Med dette for øje, forekommer det os, at et fokus på den komplekse underliggende dynamik er nødvendigt for at kunne hjælpe dette individ. Et perspektiv vi ligeledes introducerede

i indledningen til denne opgave. Her refererede vi til Lewis, som påpeger, hvordan patienter synes at komme igen efter endt psykoterapi, ofte mere lidelsesprægede, da netop den underliggende skamproblematik ikke er blevet taget hånd om (jf. Indledning).

Opsummerende kan nærværende forfatteres dimensionale lidelsesforståelse siges at nuancere besvarelsen af problemformuleringen, eftersom at *psykopatologi* hermed anses som at kunne række ud over de diagnostisk anførte diagnostiske symptombeskrivelser. Med andre ord; et individ kan godt kæmpe med en lidelsesfuld skam, uanset om individet er berettiget end diagnose eller ej.

Delkonklusion 2

Formålet med denne del af opgaven har været at besvare det andet spørgsmål i problemformuleringen; *Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi?* Indledningsvist blev der givet en uddybning af de vanskeligheder, som følger af ureguleret skam i den tidlige udvikling og dennes maladaptive formgivning af selvoplevelsen. Det er blevet belyst, hvordan individet med denne baggrund vil have vanskeligheder med at kunne navigere fleksibelt i verden, grundet en skamfuld selvoplevelse der begrænser livsudfoldelsen. Endvidere er det blevet påpeget, hvordan individet vil have vanskeligt ved at håndtere emotionelle belastninger, da dets affektive reguleringsystem er forringet. Det er blevet evident, at disse vanskeligheder kan afspejle en ubalance i individet og endvidere kan antage en lidelsesfuld karakter, der kan sammenstilles med flere psykiatriske diagnoser. Dette er blevet illustreret gennem inddragelsen af diagnoserne narcissistisk personlighedsforstyrrelse, depression, samt spiseforstyrrelser. Med baggrund i den undersøgelse, der er gjort i denne del af opgaven, kan problemformuleringen besvares på bekræftende vis; denne skam *kan* indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi.

I takt med vores beskæftigelse med at forstå skam som en underliggende dynamik i psykopatologi, synes vi at blive opmærksomme på, at der foreligger en risiko i vores bestræbelse på, at se netop skam som den centrale underliggende dynamik. For umiddelbart kan denne jagt på en fællesnævner for alle lidelser risikere at give en forsimplet forståelse og dermed udelukke andre mulige forståelser. Med denne refleksion in mente ønsker vi at tydeliggøre vores forståelse af skam som én af flere veje til psykiske lidelse. Dog synes vi med udgangspunkt i den ovenstående undersøgelse, at der er argument for, at vanskeligheder knyttet til skam er centrale i psykiske lidelser og udgør en aktiv rolle i vedligeholdelsen heraf. I tråd hermed kan der antages at være argument for, at hvis disse lidelser skal afhjælpes optimalt, er det vigtigt at have fokus på denne underliggende problematik i terapi.

I denne del af opgaven, har vi benyttet os af de anerkendte diagnostiske systemer ICD-10 og DSM-V, som repræsenterer samtidens fælles forståelse af psykopatologi. Nærværende forfattere anerkender den værdi det ateoretiske diagnosesystem har, i

det den klassificerer psykopatologi og dermed bidrager til et fælles sprog og en fælles lidelsesforståelse. Nærværende forfattere har samtidig fremhævet værdien ved den teoretiske forståelse af lidelse, som opgaven bidrager med. Der er i denne sammenhæng blevet argumenteret for værdien af en dimensional lidelsesforståelse, da et individ kan kæmpe med en lidelsesfuld skam, uanset om individet er berettiget end diagnose eller ej. En lidelsesfuld tilstand, som ved hjælp af en teoretisk forståelsesramme gives et menneskeligt udtryk og en mulighed til at forstå dynamikken, der er på spil.

Del 3: Udfordringer i psykoterapi¹⁵

I denne sidste del af opgaven vil vi kaste lys over problemformuleringens tredje og sidste led; *hvilke udfordringer kan skam medføre i psykoterapi?* Denne del bygger i høj grad på den teoretiske forståelsesramme, opgaven hidtil har tilvejebragt. I tråd med opgavens fokus på sammenhængen mellem ureguleret skam i den tidlige udvikling og psykopatologiske følger heraf, refererer *skam* til den internaliserede uregulerede skam og de hertil knyttede vanskeligheder. Det som efterspørges er således en undersøgelse af, hvilke udfordringer den internaliserede skam og hertil knyttede vanskeligheder kan medføre i psykoterapi.

I det følgende vil fokus være på udfordringer *i* behandlingen, foranlediget af individets vanskeligheder med skam, som stiller krav til terapeuten i sit arbejde med individet. Implicit heri ligger den centrale filosofi; at for at kunne hjælpe individet optimalt må terapeuten tage hånd om de aspekter, som opretholder lidelsen og som vanskeliggør behandlingen. I forhold til at kaste lys over udfordringerne trækkes der på de teoretiske perspektiver vi gennem opgaven har brugt til at danne forståelse for vanskelighederne. Endvidere vil der i denne del af opgaven trækkes på viden fra ekspertinterviewet med Lars J. Sørensen¹⁶, der er inddraget med tanke på at bibeholde nærheden til skammens fænomenologiske dybde i terapeutisk øjemed (jf. Valg af teori).

Den følgende undersøgelse sigter mod at fremhæve og diskutere udfordringer terapeuten vil møde i arbejdet med individet, hvis selvforståelse er præget af skam og som generelt har vanskeligt ved at håndtere skam. Hertil skal det tilføjes, at disse udfordringer ikke skal betragtes som repræsentative for alle udfordringer, der kan knyttes til skam i terapi. Med henblik på at besvare problemformuleringens sidste led, vil vi diskutere nogle fremtrædende udfordringer, der kan tænkes at være repræ-

¹⁵ I denne del af opgaven vil betegnelsen patient optræde, da vi her beskæftiger os med en behandlingsmæssig kontekst.

¹⁶ Af pragmatiske grunde og med hensyn til læservenlighed vil vi i det følgende referere til vores interview med Lars J. Sørensen, dateret til d. 07.05.14, som (Sørensen, 2014).

sentative og dermed bidrage til generelle refleksioner i forhold til psykoterapeutiske situationer, hvor skam er et centralt tema.

De kommende afsnit er bygget op omkring nogle centrale udfordringer og tilstøden- de problemstillinger. Den første udfordring vi vender os mod er udfordringen; at få øje på skam.

3.1 At få øje på skam

I afsnittet *Skams fænomenologiske dybde* blev det tydeligt, at skam er et skjult fæ- nomen. Dette fordi skam har en oplevelsesmæssig karakter for individet, men i høj grad også, fordi skammen i sig selv synes at være skamfuld. Som beskrevet i opgavens *Indledning*, er det et centralt formål for opgaven at rette fokus på skam som et skjult fænomen i terapi ved at oplyse om dens eksistens og natur. Ligeledes blev det præsenteret, at vi i vores fremtidige virke som psykologer, netop er vigtig, at vi vil være i stand til at få øje på skammens tilstedeværelse i den kliniske praksis. Det at få øje på skams tilstedeværelse i terapi, mener vi kan antages at være tæt knyttet til te- rapeutens evne til bevidst at ræsonnere over muligheden for, at skam spiller en rolle i individets lidelse. Med dette forholder vi os til den risiko, der ligger i terapeutiske referencerammer og personlige ræsonnementer, som enten kan åbne eller lukke tera- peutens øjne for skam i terapi. I interviewet med Sørensen spurgte vi ham, hvad det var som satte ham på sporet af skam i terapi. Hertil svarede han, at lige så snart han møder et individ, som på et eller andet plan gemmer sig, så ved han at skam er invol- veret. Dette indikerer for Sørensen, at individet ikke kan være tilstede og i tråd her- med, at individets selvforståelse er ramt (Sørensen, 2014). Sørensen påpegede ligele- des, hvorledes kroppen røber individets emotionelle tilstand. Individet som præges af forkerthedsfølelsen har ofte det karakteristiske udtryk; at de forsøger at gøre sig min- dre, når de fortæller om sig selv og ikke kan have blikkontakt med terapeuten (ibid.). Denne beskrivelse synes i stor overensstemmelse med vores beskrivelser af det kro- nisk mangelfuld afstemte individ, der netop rent adaptivt søger at gøre sig selv min- dre, da forkerthedsfølelsen minder individet om, at det ikke er værdigt til nogens opmærksomhed (jf. afsnit 2.1.2.3). I forhold til de individer, som håndterer sin indre skam ved at opblæse et grandiost forsvar, er Sørensen enig i, at forsøget på at gøre sig større ligeledes kan indikere skam. Men han tilføjer, at det er hans erfaring, at

færre har dette udtryk (Sørensen, 2014). Kroppens centrale rolle i at kommunikere skammen, og det dertilhørende fokus på kropstegn, vil vi komme ind på senere (se afsnit 3.4.1). Nu vil vi vende os mod en udfordring som indtræffer umiddelbart i forlængelse af udfordringen at få øje på skam – udfordringen ved at italesætte skam i terapi.

3.2 At italesætte skam

Skårderud (2001a, p.1613) beskriver, at skammens primære udtryksform er tavshed. Med dette in mente kan en central udfordring være at finde en udtryksform, der gør det muligt at arbejde psykoterapeutisk med disse vanskeligheder. Ydermere synes det tydeligt, ud fra vores beskrivelser af individet, hvis subjektive verden er præget af skam, at skammen er dybt personlig, og at den afspejler et såret individ. Skårderud påpeger, at det at tale om skammen medfører risiko for retraumatisering og der stilles derfor store krav til terapeutens blufærdighedsfølelse (2001c, p.51). Den dybe skam er altså svær at sætte ord på og at tale om, og måske endnu sværere at tale sig ud af, da den er en subjektiv sandhed for individet (jf. afsnit 2.11; 2.13). Skårderud påpeger endvidere, at skam er en udfordrende størrelse at arbejde med i terapi, fordi terapisituationen i realiteten i sig selv er en skamsituation (2001a, pp.1616f). Dette fordi relationen mellem terapeut og patient er asymmetrisk. Der ligger en forventning om, at patienten skal åbne op og blottlægge sig for terapeuten, mens der modsat ikke ligger nogen forventning om, at terapeuten skal gøre det samme. Dette kan siges at vedrøre alle psykoterapeutiske konstellationer, men i situationer, hvor individet bærer på en skamfuld selvpoplevelse, må terapeuten være ekstra opmærksom på dette (Skårderud, 2001c, p.51). At italesætte individets skam kan overordnet siges at vedrøre et spørgsmål om etik (ibid.). Individ forsøger at beskytte sig selv (og andre) mod sin indre skam (jf. afsnit 1.3.2.2; 2.1.3), og terapeuten beder, med sit fokus på skammen, individet om at stoppe op og fornemme den. Et forhold der er stærkt smertefuldt for individet, hvilket blev klart i *Del 2* i forbindelse med udfoldelsen af vanskelighederne knyttet til netop at bære på en internaliseret skam. Sidst kan det nævnes, at dette individs erfaringer med sit skamfulde indre er at blive mødt med foragt, hvorfor individet kan tænkes at forvente den samme reaktion herpå i den terapeutiske situation (jf. afsnit 2.1.2; 2.1.3; Skårderud, 2001a, p.1613). Opsummerende kan udfordringen siges at bestå i; hvordan kan skammen italesættes, når skammen er tavs i

sin natur, når individet forsøger at skjule sig i frygt for terapeutens reaktion på deres defekte indre, og når terapien i sig selv vækker skam?

I vores interview med Sørensen påpegede han, at, i hans optik, er der ikke nogen terapeutisk vinding ved at afdække hele individets skam (Sørensen, 2014). Hermed forstået, at det at opfordre individet til at se direkte på skammen er for smertefuldt for dette individ, og som nævnt ovenfor foreligger der her en risiko for retraumatisering. Der kan altså komme et for stort fokus på individets subjektive oplevelse af sig selv som forkert, ikke værdigt og defekt. I gennem opgaven har vi belyst, at skam er lidelsesfuld for individet, men det er ligeledes blevet klart, at skammen ikke står alene. I sin natur er skam en hjælpeaffekt (jf. Affekten skams formgivende rolle) og, som der gennem opgaven er kastet lys over, kan den, netop i sin uregulerede form, isolere individet og forhindre adgang til dets andre affekter og oplevelser frem for at tilpasse dem, hvilket er skams adaptive funktion i udviklingsprocessen (jf. afsnit 1.1; 1.3). Det faktum, at skam netop forhindrer og isolerer, kan henlede opmærksomheden på, at det at tilnærme sig skam kan betragtes som et spørgsmål om, hvordan vi åbner op til det ubevidste. Med reference til den intersubjektive forståelse af det ubevidste som at have flydende og skiftende grænser (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme), kan der argumenteres for, at netop en empatisk forståelsesvinkel, som søger at forstå, hvorfor individet har denne subjektive oplevelse af verden, vil kunne flytte grænsen gradvist, og gøre det muligt for individet at tilnærme sig de undertrykte sider af sig selv og låse op for skammen, som binder dem. I forlængelse heraf kan der argumenteres for at fokuserer terapeuten udelukkende på skammen, og søger at isolere denne som årsag til lidelsen, kan det antages, at terapeuten risikerer at gentage fejlafstemninger af individets tidlige oplevelser ved ikke at øjne deres eksistens. Behovene som netop skammen dækker over og hæmmer (jf. afsnit 2.1.3). Med dette fokus på skammen kan der altså antages at foreligge en risiko for, at den bliver uhensigtsmæssigt forstærket. I forlængelse heraf kan terapeutens stræben efter at afdække skammen, selv om det er nænsomt, tænkes at blive misforstået af et individ, hvis organiserende strukturer er opmærksomme på, at netop dette aspekt af dem vækker foragt i andre mennesker (jf. afsnit 2.1.2; 2.1.3). Individet vil kunne opfatte terapeutens iver efter at få skammen frem i lyset, som et udtryk for at behovene rent faktisk er skamfulde. I det ekstreme kan det endda forstås som, at terapeutens iver er

i forhold til at slippe af med individet – individet som det er uudholdelig at være sammen med.

Det er skamfuldt at skamme sig (Skårderud, 2001c, p.50). Hvortil Schore påpeger, at et studie påviser, at blot ordet skam i sig selv påvirker aktiveringen i den højre hemisfære (Van Strien & Morpugo, 1992, if. Schore, 1994, p.456), der indeholder et primitivt nonverbalt affektsystem (jf. afsnit 1.1.1.3). Det er nødvendigt at finde frem til et fælles sprog for skammen, der kan benyttes i den terapeutiske relation, for at kunne arbejde med den. Sørensen påpeger i denne sammenhæng, vigtigheden af, at terapeuten møder individet i vedkommendes sproglige udtryk for skam. Hans erfaring er, at det ofte er nemmere at tale om individets forkerthedsfølelse frem for skam, da forkerthedsfølelsen vækker en mere begribelig samklang i individet, som individet kan relatere til (Sørensen, 2014). Schore (1994, pp.456f) fremhæver i denne forbindelse andre måder, hvorpå individer omtaler skam på, gennem udtryk som at føle sig dum, patetisk, ubetydelig, værdiløs eller det at føle sig eksponeret. Disse måder at omtale skammen på benyttes ofte frem for det værdiladede og truende ord skam (ibid.). Ud fra disse betragtninger kan det antages, at det ikke er ordet skam, som er nøglen, snarere tværtimod. Der kan argumenteres for, at det centrale er, at terapeuten sætter fokus på det individet føler, hvorfor det at benytte selve ordet skam ikke synes væsentlig i denne sammenhæng.

Ud fra ovenstående fremkommer det, at skam ikke skal italesættes frem for alt, det skal følge individets tilstand og dets oplevelser. At tale om skam kan være gavnligt, for at vise individet, at skammen er accepteret i denne relation. Her kan det være hjælpsomt, hvis individets egne ord for skammen benyttes, så det ikke føles som et overgreb på dets selvforståelse, men at selvforståelsen i stedet gives plads. Således vil individet føle sig mødt og ikke udstillet. Det kan antages, at i forhold til det inkonsistent afstemte individs deciderede afspaltning af den skamfulde del af deres selvoplevelse, vil det være særligt vanskeligt at få italesat skammen (jf. afsnit 2.1.3.1). Her er det ikke ”blot” et spørgsmål om etisk takt, men terapeuten risikerer voldsomme raserianfald som reaktion på dens tilnærmelse til den underliggende skam. Afslutningsvis kan det påpeges, at etableringen af en tryk relation er en nødvendighed for, som Skårderud (2001a, p.1617) påpeger; i takt med, at relationen udvikles, vokser modet frem; modet til at sætte ord på og i større grad vise, hvem man

er. Med denne betragtning vil vi nu vende os mod relationen, der er nøglen til at få lov at hjælpe det skambunde individ.

3.3 At få mulighed for at hjælpe

Ovenstående viste, at det er vanskeligt at berøre skam sammen med individet, hvis selvoplevelse er tæt sammensmeltet med skammen. Med baggrund i den forståelse, at skam netop holder liv i lidelsen, synes det dog for nærværende forfattere nødvendigt at tilnærme sig skammen. Skammen må altså tilnærmes for egentlig at kunne hjælpe individet. Som antydnet ovenfor synes muligheden for at berøre individets dybtføjte skam at være forbundet med at danne en tryk relation. En relation, der kan antages at være en udfordring at etablere, når individets selvoplevelse er blevet formet af henholdsvis en inkonsistent eller en kronisk manglende afstemning i den tidlige barndom, hvor relationerne netop har været ustabile og utrygge. De har i barndommen ikke fået gode tillidsfulde erfaringer med det at indgå i relationer med andre, som de senere kan trække på i forhold til at indgå i den terapeutiske relation, eller relationer i det hele taget. Disse individer er på vagt og deres erfaringer giver ikke nogen grund til at tro, terapeuten vil det noget godt. Belin påpeger i denne sammenhæng, at tilknytningen til terapeuten er en veldokumenteret faktor indenfor psykoterapeutisk forskning med hensyn til at kunne hjælpe individet (Adler & Buie, 1979; Chu, 1998; Gunderson, 1996; Janet, 1897-98; Steele & Van der Hart, 1997, if. Belin, 2010, p.109). Med relationen som en vigtig terapeutisk faktor i al psykoterapi, fremhæver Morrison, at relationen især er af betydning for at afhjælpe skam, fordi *"shame is first experienced in relationship"* (Morrison, 1996, p.108). Fra et selvpsykologisk synspunkt er det relationen, der i sig selv er det helende element. Mere om dette senere. I det følgende vil fokus være rettet mod den udfordring, der ligger i at danne relation med individet, der er begrænset i sit nærvær og som modarbejder at indgå i relation med terapeuten.

3.3.1 Den for individet uvante trykke relation

Individet, der er vokset op under omstændigheder præget af kronisk manglende eller inkonsistente samspil, er ofte mistroisk, når det står ovenfor nye relationer; mistroisk i forhold til om den anden virkelig vil ham eller hende noget godt. Derfor kan det være svært for terapeuten at få mulighed til at hjælpe. Belin omtaler dette som et

resultat af individets manglende evne til at genkende gode hjælpere (2010, p.100). Da individet ikke har internaliseret gode og varige hjælpende objekter i dets barndom, føles det særdeles fremmed at blive mødt af en person, der vil hjælpe, som er engageret og som ønsker at opretholde kontakten (ibid.). Endvidere bevirker denne mangel på internaliserede gode og varig hjælpende objekter ifølge Belin, at individet mangler evnen til at fastholde en terapeutisk relation i sit indre, når der opstår en pause i kontakten. Det vil sige, at selve oplevelsen af relationen med terapeuten ikke fastholdes indtil næste gang, de ses. Med tabet af den indre relation, mister det, der er blevet talt om eller bearbejdet betydning for individet. Dette vilkår kan betragtes som en negativ terapeutisk reaktion (ibid., p.101). Morrison påpeger netop vigtigheden af at hjælpen, det være sig accepten og bekræftelsen, tages ind og integreres i selvoplevelsen. *"Just as the negative judgments leading to shame were internalized during childhood, so too must the antidote of acceptance be internalized if the shame is to be healed"* (Morrison, 1996, p.112). Men selv ved individets accept af relationen synes hjælpen, der foreligger i relationen, at prelle af, da individet ikke evner at bruge relationen. Belin betoner, at terapeuten med tid og en vedvarende indsats kan påpege individets isolerende mønster og derigennem hjælpe det til at blive bedre til at genkende og opretholde gode relationer (ibid.). Dog synes det terapeutiske arbejde først og fremmest at kræve, at der tilrettelægges en god relation mellem terapeut og patient.

3.3.1.1 Tilvejebringelsen af en god relation

Ud fra ovenstående fremkom det, at relationen spiller en afgørende rolle i at lindre individets forkerthedsfølelse. Ligeledes blev det tydeligt, at et individ, der har manglet eller været inkonsistent afstemt, ikke har erfaringer med tilstrækkelig pålidelige relationer. Et nødvendigt terapeutisk arbejde synes dermed at bestå i at hjælpe dette individ til at kunne indgå i gode relationer. Et forhold Belin påpeger ikke kun bidrager til, at terapeuten kan komme til at hjælpe individet, men ligeledes at patienten kan komme til at hjælpe sig selv, eftersom han eller hun bliver i stand til at indgå i andre relationer (Belin, 2010, pp.111ff)

Det kan antages, at i situationer, hvor individet ikke har nogen indre repræsentationer af en god pålidelig relation, må terapeuten fungere som forbillede herfor. Dette er

dog langt fra enkelt. Belin beskriver typiske selvbeskyttelsesstrategier som individer, der er opvokset med en usikker tilknytning til omsorgspersonen, kan udvikle og som terapeuten vil støde på, når hun eller han forsøger at skabe tilknytning til personen. Både det individ, der er blevet inkonsistent afstemt og det der kronisk har manglet afstemning, er ikke blevet mødt, ej heller set, som den de er, og deres tilknytningsproces synes stærkt tilsidesat i opvækstmiljøet (ibid., p.112). Én strategi synes særlig relevant at inddrage i denne forbindelse. Denne strategi omhandler en mere eller mindre destruktiv uafhængighed af andre (ibid., p.110). Belin omtaler den som en konsekvent gennemført antitilknytningsstrategi, hvormed individet aldrig tillader, at der opstår en tryk relation til et andet individ eller konsekvent ødelægger sådanne relationer (ibid.). Kaufman kan i denne forbindelse kaste lys over, hvorledes dette kan udspille sig i psykoterapi, og dermed udgør en central udfordring i arbejdet med individet med underliggende skamproblematik, idet han påpeger, at disse individer, ofte vil udvise modstand i form af et forsøg på at neutralisere betydningen af den terapeutiske relation (Kaufman, 1989, p.201). De udviser altså netop modstand mod at danne en tryk relation. Dette kan for eksempel komme til udtryk gennem individets udsagn om, at terapi blot er en vare; en byttehandel af terapi for penge, eller at terapeuten blot gør sit påkrævede arbejde (ibid.). Individet modsætter sig, grundet en frygt for ikke at blive mødt, altså den mulighed, der er afgørende for at kunne komme til at acceptere flere sider af sig selv og dermed udvide sin selvforståelse. Modstanden mod at se den terapeutiske relation som betydningsfuld kan have baggrund i individets forsøg på at beskytte sig selv mod den smerte, der er forbundet med tidligere oplevelser af nær kontakt med andre. Erfaringer, der ligger til grund for individets organiserende principper og som er præget af omsorgspersonens afstandstagen, manglende empati og respons (jf. afsnit 2.1.2). Nye mulige nederlag i form af fejlafstemninger undgås derfor, da det igen vil kunne bringe individet i kontakt med den uregulerede og smertefulde skamfølelse. Denne frygt for at give sig til kende som sig selv, i relation til en anden, medfører en grundlæggende mistillid ovenfor andre (jf. ibid.). Ifølge Kaufman (1989, p.164) må denne grundlæggende mistillid hos individet imødekommes og valideres for at opbygge tillid i den terapeutiske relation.

Antitilknytningsstrategien, der decideret sigter mod at ødelægge tilknytningsprocesser til alt og alle, forbindes af Belin med alvorlige psykiatriske tilfælde. Her nedvurderer individet tilknytningen som forsvar (Belin, 2010, pp.111f), en tendens som kan

antages især at kunne gøre sig gældende for det inkonsistente afstemte individ, da tilknytning udgør en trussel mod dets skrøbelige selvstændige og selvtilstrækkelige identitetsgrundlag. For individet, der kronisk har manglet afstemning i opvæksten, kan dette siges at udgøre en mindre trussel, men individet søger dog ligeledes at være uafhængig af andre, da tilknytning for dette individ er forbundet med smertefulde erfaringer. Endvidere kan det antages, at dette individ ikke føler sig værdig til en god relation og dermed ikke føler, det fortjener det.

I mødet med individet der har udviklet en antitilknytningsstrategi, påpeger Belin, at det kan være vanskeligt for terapeuten at forstå, at dette individ har opgivet håbet på det gode og ligeledes det at stræbe efter tilknytning (ibid., p.112). Hertil tilføjer han, at det kræver stor udholdenhed, tålmodighed og generelt hårdt arbejde for terapeutisk at føre dette individ frem til en tryk relation og i forlængelse heraf, et mere helt liv (ibid.) Sørensen er enig heri, og tilføjer, at terapeuten må være opmærksom på at blive i mødesøjeblikket¹⁷ sammen med individet og således ikke bakke ud, da dette kan bekræfte dets forkerthedsfølelse (Sørensen, 2014) og endvidere dets manglende tro på relationer. Belin (2010, p.22) fremhæver i denne forbindelse, at dannelsen af en emotionel tilknytning mellem patient og terapeut er en forudsætning for, at denne defensive strategi kan aftage.

Det at begynde en tilknytningsproces vil for det her omtalte individ vække en forventning om at blive svigtet, baseret på individets tidligere erfaringer (ibid., p.112). Tilknytning er særligt sårbart for dette individ. Hertil påpeger Belin, at individet har investeret så meget i sin følelsesmæssige selvstændighed, at det terapeutiske arbejde med at fremme afhængighed, og dermed kontakten med individets sårbarhed, kan opleves som skræmmende for individet og som et nærmest umuligt projekt (ibid., p.113). Belin tilføjer, at individets reaktion på terapeutens forsøg på at hjælpe, i nogle tilfælde kan være meget afvisende og fjendtlig. Dette stemmer godt overens med det inkonsistent afstemte individs karakteristiske vanskeligheder, hvor et central bil-

¹⁷ Ifølge Stern er mødesøjeblikket et afgørende psykoterapeutisk forandringsøjeblik; et øjeblik hvor terapeut og patient danner en autentisk personlig forbindelse, der udvikler og ændrer deres relation (Stern et al., 2006, if. Sørensen, 2012, p.406). De erfaringer og oplevelser, som parterne i mødesøjeblikket gør sig sammen, medfører en tavs relationel indlæring, der erstatter, omformer eller reviderer tidligere erfaringer (Stern, 2004, if. Sørensen, 2012, p.405).

lede herpå er, at dette individ klamrer sig til nogle få bærebjælker, der opleves som den eneste sikre grund. At træde ned fra dette sikre punkt kan sammenlignes med at træde ind et angstprovokerende ensomt sted, hvor den smertefulde forkerthedsfølelse hersker (jf. afsnit 2.1.2.1; 2.1.3.1). Denne billeddannelse bidrager til forståelse af, at en almindelig komplikation i behandlingen vil være, at næsten alle skridt mod en tryggere relation vil skabe nye behandlingsmæssige tilbagefald (Belin, 2010, p.113). Hvortil Belin tilføjer, at disse i bedste fald bare er midlertidige (ibid.).

3.3.1.2 Opsummering

Vi har i det ovenstående fremhævet, at tilvejebringelsen af en relation er en nødvendighed for at kunne lindre individets forkerthedsfølelse, da den opretholdes i isolation og lindres i relation (Sørensen, 2014). Ydermere fordrer en tryk varig relationsoplevelse en (bedre) integration af bearbejdede temaer i terapien. Det er blevet tydeligt, at det er udfordrende for terapeuten at skabe en god tilknytning med individet, og at det kræver udholdenhed, tålmodighed og hårdt arbejde. Belin tilføjer, at en bonus ved arbejdet med udviklingen af den trygge varige relation er, at det ligeledes hjælper individet til at kunne leve et mere givtigt liv. Individet løsrives således fra dets eneste alternativ; at overleve uden nogen, og får nu muligheden for at kunne leve et liv (Belin, 2010, p.110). Hele denne proces kan med reference til opgavens syn på mennesket, som i bund og grund er socialt og relationelt forbundet med verden, siges at bringe individet nærmere dets natur (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme).

3.3.2 Det empatiske møde

I interviewet med Sørensen, påpeger han, at det er netop mødesøjeblikke med individet, der for ham er det vigtigste element i behandlingen. Det handler altså om at kunne være sammen med individet, i det vedkommende oplever og føler nu og her (Sørensen, 2014). Det drejer sig for Sørensen altså ikke så meget om, hvorvidt man vælger at støtte eller konfrontere patienten, hvilket er en kendt psykoterapeutisk overvejelse og følgelig diskussion (se Killingmo, 1989; Pine, 1985). Sørensen påpeger, at han gør begge dele, men at dette er en intuitiv, situationsbestemt og i høj grad empatiske afgørelse. Hans fokus ligger nærmere på at møde individet i øjeblikket. Ved at tilbyde individet en genuin relation, gives der således plads til, at forkerthedsfølelsen

kan blive mødt, set og accepteret (Sørensen, 2014). At møde individet genuint, kan eksempelvis bestå i at bemærke ovenfor individet, at *"når du fortæller mig dette, ved jeg ikke, hvad jeg skal sige. Men hvis jeg ikke siger noget, virker det som om, jeg ikke har hørt, hvad du siger"* (Sørensen, 2014). Dette empatiske møde er betydningsfuldt, da individet, der har oplevet en inkonsistent eller kronisk manglende afstemning i barndommen, aldrig er blevet mødt, set eller accepteret som sig, hvilket netop har resulteret i den maladaptive formgivning, hvor skamfølelsen har sammensmeltet med selvoplevelsen (jf. afsnit 1.3). Morrison og Stolorow er enige heri. Ifølge dem giver det empatiske møde plads til, at selvet kan komme frem (Morrison & Stolorow, 1997, p.81). Endvidere påpeger de, at dette empatiske møde gør eventuelle forsvar gradvist unødvendige for individet. Individets selvforståelse smidiggøres i kontakten med den anden, og der fordres således fleksibilitet i den ellers forsvarsprægede rigide struktur, som det skamfulde individ synes at være afhængig af. Morrison beskriver denne fleksibilitet som: *"... a greater openness, a new willingness to be observed as we are instead of as we would like to be"* (Morrison, 1996, p.112). Med Sørensens ord fremmes individets nærvær og muligheden for dyrebare mødeøjeblikke med et andet menneske (Sørensen, 2013, p.28f). Belin beskriver hertil, hvordan dette medfører en reel livsførelse frem for kun ren overlevelse for individet (Belin, 2010, p.110). I til-læg påpeger Morrison, at det i denne sammenhæng er en behandlingsmæssig opgave, at hjælpe individet til at opdage og generere idealer (Morrison, 1996, p.151). Dette eftersom idealer er en vigtig kilde til at give livet form og indhold for det enkelte individ (jf. afsnit 1.3.2.2). Da for eksempel det inkonsistente afstemte individ har været fanget i en evig kamp med rigide idealer, der ikke har nærret deres selvoplevelse (jf. afsnit 1.3.2.2; 2.1.2.1), er det vigtigt at finde frem til individets egne meningsfulde idealer, der netop kan give næring til selvfølelsen.

3.3.2.1 Krav om forældreomsorg

Som nævnt er den skambunde selvoplevelse og individets dertilhørende vanskeligheder et resultat af vedvarende manglende empatiske respons i den tidlige barndom. Det er ligeledes blevet beskrevet, at individet, som følge heraf, vil have vanskeligt ved at turde indgå i relation. Hvis individet alligevel accepterer en behandlingsrelation, vil terapeuten i mange tilfælde blive mødt med omfattende barnlige behov for omsorg og tryghed. Belin påpeger, at disse individer kan have svært ved at håndtere andet

end det, de opfatter som reel forældreomsorg – den omsorg de aldrig har fået (Belin, 2010, p.23). En behandlingskontakt kan således for dette individ opfattes som langt fra tilstrækkeligt omfattende og langvarig, hvorfor den føles meningsløs (ibid.). Belin (ibid., pp.23f) beskriver i forlængelse heraf, hvorledes terapeuten kan blive udfordret af individets idealiserede forventninger. Forventninger til terapeuten, såvel som en intens overvågning af mulige afvigelser fra terapeutens side, der kan siges at afspejle endnu et niveau i individets nødvendige selvbeskyttelse. Som det vil uddybes senere i forbindelse med nonverbale faktorer i terapi, er de skambundne individer særligt observante i forhold til signaler, der kan hentyde til afvigelser hos terapeuten, som bryder med deres idealiserende forventninger. Dette eftersom at individet oplever sig sårbar og urolig i den uvante tilknytningsrelation. I denne forbindelse synes terapeutens tålmodighed at være en vigtig faktor for at kunne udholde individets voldsomme krav til terapeuten og dennes tilstedeværelse; et barnligt krav på en sikkerhed omkring terapeutens engagement i relationen (ibid., p.24). Individets årvågenhed kan være en belastende selvbeskyttelsesstrategi at håndtere for terapeuten, hvorfor Belin påpeger, at god supervision og kollegial støtte er nødvendigt for, at terapeuten kan bevare sin empati og sindsro i relationen (ibid.). Overordnet indebærer tilknytningen mellem terapeut og patient i denne fase et altomsluttende krav på terapeuten og en afhængighed af tryghed i relationen. I hvilken forbindelse Kaufman (1989, p.202) påpeger, at det er vigtigt at lade individet være afhængig og at give individet lov til at identificere sig med en som terapeut, fordi det i sidste ende vil fremme deres differentieringsproces.

3.3.2.2 Afhængighed af relationen

Morrison og Stolorow fremsætter en bekymring i forhold til, at individet blot risikerer at blive afhængig af terapeutens empatiske spejlinger og responser. De påpeger, at empatiske spejlinger ikke altid er hensigtsmæssige eftersom, at terapeuten hermed risikerer at gå i ubevidst sammensværgelse med individets forsvarsstrukturer (Morrison & Stolorow, 1997, p.81). De fremfører denne bekymring som et resultat af, hvad de ser som en ukritisk skildring i Kohuts konceptualisering af narcissistiske problemstillinger, hvilket netop ligger til grund for den fejlagtige kliniske slutning; at alle tilstande, inklusiv individets grandiose forsvar, gavner af at blive spejlet empatisk (ibid.). Deres bekymring kan antages at være af stor aktualitet, hvis empatiske spej-

linger forstås som en ukritisk og i givet fald en ikke-genuin måde at forholde sig til individet, hvor terapeuten konkret opfylder alle individets selvobjektbehov og længsler. I denne forbindelse understreger Stolorow og Atwood netop, at den empatisk analytiske holdning skal forstås som en eksplorativ aktivitet sammen med individet af dets ubevidste organiserende principper (Stolorow & Atwood, 1992, p.33). Så selv om individet, som beskrevet ovenfor, har store længsler og behov opfyldes disse ikke ukritisk. De mødes empatisk og med forståelse for, at netop dette individ er såret samtidig med, at terapeuten holder øje med "*opportunities to make contact with the painful affect walled off*" (Morrison & Stolorow, 1997, p.81). Mødesøjeblikke med opgavens beskrevne individer kan antages at være få, eftersom at de er blevet dygtige til netop at beskytte sig mod sådanne sårbare øjeblikke (jf. afsnit 2.1). Det kan således synes endnu mere vigtigt, som Sørensen pointerer, at terapeuten er tålmodig og tør blive i mødet med individet og undersøge den smerte det oplever, når øjeblikket dukker op. Terapeutens bekymring for om individet muligvis er for afhængig af vedkommende eller, kan risikere at blive det, kan tænkes at stå i vejen for, at terapeuten kan øjne disse mulige mødesøjeblikke, og endvidere give rum for dem. Mulighederne skabes netop i den essentielle relation. Det kan antages, at terapeuten ikke vil kunne være genuint tilstede, hvis denne er bekymret om, hvorvidt individet nu er kommet for tæt på eller kræver for meget. En sådant tvivlsspørgsmål hos terapeuten, om end kortvarigt, kan antages at have store konsekvenser i arbejdet med det skambundne individ. Individet, der netop er ekstra på vagt overfor tegn på afvisninger, og derfor hurtigt vil opfange, hvis terapeuten ikke er genuint tilstede, eftersom de allerede tidligt har lært at være på vagt overfor disse signaler.

I tråd hermed kan en anden udfordring nævnes. Denne udfordring kan være bekymringen for at gå i sammensværgelse med individets forsvar, og dermed for, at individet bliver afhængig af relationen. En sådan bekymring kan bevirke, at terapeuten bliver forsigtig og selektivt vurderer, hvad der skal spejles, støttes og accepteres og hvad der ikke skal. Denne teoretiske overvejelse i behandlingssituationen kan igen argumenteres for at medføre, at terapeuten ikke kan optræde genuint og empatisk i mødet med patienten. Et forhold også Morrison (1996, p.159) påpeger. En sådan distancering i behandlingen bevirker, som også nævnt ovenfor, at terapeuten ikke kan møde individet i mødesøjeblikket, hvorfor terapeuten risikerer at bekræfte individets

forkerthedsfølelse og dets trang til at isolere sig. Et forhold som ydermere sætter den essentielle relation i fare.

Ud fra ovenstående kan der argumenteres for, at frem for en bekymring om uhen-sigtsmæssig afhængighed forligger det i højere grad nødvendigt, at terapeuten holder det for øje, at den er genuint tilstede i de mødesøjeblikke, som byder sig og ikke lader sig skræmme af individets omsorgshungrende udtryk. I samme ombæring kan en frygt for eller accept af de mulige fjendtlige og selvtilstrækkelige udtryk fremhæves. Individet i et grandios forsvar tager netop afstand til sin sårbarhed, sit genuine selv, ved at fremstille sig selv som selvtilstrækkelig (jf. afsnit 2.1.2.1; 2.1.3.1). Belin påpeger at disse udtryk kan udfordre terapeuten; ”*Man kan fristes til at tro, at den selvbevidste, afvisende og opblæste holdning kan være holdbar på længere sigt. Men [...] hvis en ægte helbredelsesproces skal kunne finde sted, er det nødvendigt at skabe plads til personens mere sunde sider - de sider, der erkender den gode tilknytning*” (Rosenfeld, 1987 if. Belin, 2010, p.127). Hertil kan en betragtning fra beskrivelsen af det skambundne individs vanskeligheder i *Del 2* fremhæves, det vedrører det faktum, at forsvarsstrukturen er styret af det, som sker omkring individet, hvorfor individet aldrig vil opnå rigtig glæde eller god selvfølelse gennem denne adfærd (jf. afsnit 2.1.2).

Opsummerende synes det evident, at det er af stor betydning, at den terapeutiske relation er genuin. Et genuint møde kræver begge parter tilstedeværelse, hvorfor terapeuten må være sig bevidst om mulige udfordringer, der kan hindre, at sådanne møder gøres mulige for individet. Dette er i tråd med, at det er gennem mødesøjeblikkenes accept og bekræftelse af individet, at dets skamfulde selvforståelse frigøres. I forhold til bekymringen om individets afhængighed kan det siges, at det er vigtigt terapeuten har sig for øje, at terapeuten ikke hjælper individet ved at støtte det ukritisk eller bliver skræmt. I denne forbindelse påpeger Morrison, at terapeuten skal være opmærksom på, at vedkommende ikke bliver en idealiserende anden, som helt fjerner skammen, da dette kun vil være en midlertidig lindring (Morrison, 1996, p.77; afsnit 1.3.2.2). Overordnet betragtes afhængighed i relationen som en nødvendig og naturlig del af behandlingen såvel som i livet (Belin, 2010, p.107). Et forhold som terapeuten må kunne bære for at hjælpe dette individ, som mangler en livgivende relation med sig selv og andre. Belin tilføjer en betragtning, som synes relevant at

fremhæve i denne sammenhæng. Han beskriver, hvordan normale former for afhængighed tilmed mellem børn og voksne i dag ofte mødes med fobiske holdninger. Dette fordi værdisystemet i dagens samfund forbinder afhængighed med blandt andet svaghed, mangel på karakter og selvished (ibid.). En tendens vi som terapeuter skal være påpasselige med ikke at tage med ind i terapilokalet.

3.3.2.3 Afslutning af behandlingen

I forbindelse med oparbejdelsen af en genuin terapeutisk relation kan der tilføjes nogle refleksioner i forbindelse med afslutning af behandlingen. Disse refleksioner omhandler tilknytningsprocessens efterstræbelse af kontinuitet, stabilitet og en bæredygtig relation (Belin, 2010, p.17), men at denne relation trods dens genuinitet er af behandlingsmæssig karakter og derfor på et tidspunkt skal afsluttes. Individet, hvis primære relationelle erfaring er at blive svigtet og overladt til sig selv, kan antages at være særlig følsom overfor at blive forladt igen. Til dette tilføjer Belin, at det er vigtigt at hjælpe individet lidt efter lidt med denne afslutning (ibid., p.57). Kaufman beskriver i denne forbindelse, hvordan separation kan gøres gradvist og fremhæver vigtigheden i, at individet forlader terapien på den måde, vedkommende har brug for. I den sammenhæng påpeger han, hvorledes regelmæssig kontakt samt mulighed for kontakt efter terapiens afslutning kan være hensigtsmæssig (Kaufman, 1989, pp.203ff). Kaufman tilføjer, at selve separationen fra terapeuten efter endt behandling kan betragtes som behandlingsmæssigt gavnlig for individet (ibid.). I tråd med ovenstående kan der endvidere argumenteres for vigtigheden af, at en bekymring om en nærstående afslutning ikke flytter terapeuten fra at være sammen med individet, eller at terapeuten kommer til at trække sig fra relationen før individet er klar.

3.3.3 Terapeuten som et fejlbarligt menneske

Af ovenstående fremkommer det, at terapeuten skal indleve sig empatisk og indtage en genuin rolle i relation til individet. Bedringen fordres af, at individet får plads til og møder accept af skamfulde følelser og sider af sig selv i relationen. Bacal og Thomsen påpeger i denne sammenhæng, at en empatisk resonans¹⁸ mellem terapeut

¹⁸ Empatisk resonans beskrives af Bacal og Thomsen som at terapeuten gennemgår en kontrolleret regression sammen med patienten *"I know how you feel because I have had, or am having, similar experiences of my own"* (Bacal & Thomsen, 1996, pp.20f)

og patient fremmer effekten af terapien, da dette bevirker en optimal respons på patientens følelsesmæssige tilstand (Bacal & Thomsen, 1996, p.21). Hvor Bacal og Thomsen peger på anvendelsen af kontrolleret regression og vikarierende introspektion som måder at opnå en god samstemning med patienten (ibid.), påpeger Sørensen, med henblik på skamfølelsen, at det nærmere handler om at turde være tilstede sammen med individet og at evne at levere individets overførte materiale tilbage med en empatisk markeret spejling. Han betoner, at det handler om at sætte sig ind i patientens situation, men at det ikke er nødvendigt at være i emotionel resonans med individet for at kunne spejle individets følelse. I Sørensens optik kan dette udgøre en aktuel risiko for, at følelsetilstanden vil kunne opleves som smittende i relationen mellem terapeut og patient, hvilket vil være skræmmende, og muligvis også bekræfte individets forkerthedsfølelse (Sørensen, 2014). Det synes i begge tilfælde tydeligt, at terapeuten må bruge sine empatiske evner. I det følgende vil vi se nærmere på den udfordring, der ligger i, at terapeuten empatiske evner vil have begrænsninger, og at der derfor vil foreligge stor sandsynlighed for, at terapeuten ikke ubetinget kan dække det skamfulde individs store behov for at blive mødt og accepteret.

Det første vilkår, der vedrører at terapeuten empatiske evner vil være begrænsede, er en ekstraktion af, at også terapeuten er et menneske og således aldrig vil have direkte tilgang til andres subjektive liv (Urnes & Karterud, 2001b, pp.400ff). Det andet vilkår udspringer af det første; at terapeuten også er et menneske. Bacal og Thomsen påpeger, at den ”passive” spejlende funktion er udfordrende for terapeuten, dette fordi terapeuten som menneske også har egne behov (1994, p.18).

3.3.3.1 Terapeutens udfordringer med egne behov

Urnes og Karterud påpeger, at den typiske terapeut har en forventning om at blive bekræftet som kompetent og i stand til at få individet til at føle sig bedre og mere sammenhængende (2001b, p.400). Disse forventninger beror på terapeuten egne selvobjektbehov (ibid.). Bacal og Thomsen tilføjer:

”...as therapists we must surely assume that we are made of the same psychological stuff as our patients. That is, we therapists, too, bring a relational history, a cumulative representation of our lived experience of interaction to the analytic situation. This puts us in a

psychological position not unlike that of our patients, despite the difference in our roles” (Bacal & Thomsen, 1996, p.18)

Som beskrevet ovenfor, påpeger Sørensen, at det i hans øjne ikke er hensigtsmæssigt at bruge egne lignende subjektive oplevelsestilstande til at samstemme sig med individets emotionelle tilstand (Sørensen, 2014). Med afsæt i ovenstående kan der argumenteres for, at den terapeutiske situation dog uundgåeligt vil vække følelser i terapeuten selv. Bacal og Thomsen foreslår, at terapeutens selv opretholdes eller sågar ernæres gennem individets (selvobjekt) responser, hvortil de argumenterer for, at terapeutens terapeutiske funktion vil blive forstyrret i betydelig grad, hvis dennes selvobjektbehov frustreres tilstrækkeligt (ibid., p.19). Hertil må det understreges, at bekræftelse og spejling er et universelt menneskeligt behov (Kinder, 1991 if. Bacal & Thomsen, 1996, p.18).

Det påpeges altså, at terapeutens egne følelser og behov kan forstyrre dennes terapeutiske funktion. Bacal beskriver, hvorledes selvobjektbehov opsætter forhåndsbetinger for terapeutens responser, såvel som for terapeutens forventninger til individets responser, i det terapeutiske samspil (1994 if. Bacal & Thomsen, 1996, p.20). Når disse forventninger ikke indfries, hvis individet for eksempel ikke spejler terapeuten i dennes egen opfattelse af at være omsorgsgivende, påpeger Bacal og Thomsen, at dette hindrer en optimal samstemning og respons fra terapeutens side (ibid., p.21). Med reference til begrebet modoverføring går det *mod* individets *overføringsbehov* (ibid., p.22). Terapeutens selvobjektbehov forhindrer, med Sørensens ord, terapeuten i at være sammen med og møde individet der, hvor vedkommende er. Et eksempel på et samspil, der kan frustrere terapeuten, kan i denne sammenhæng være det grandiose individs selvtilstrækkelige ydre (jf. afsnit 2.1.2.1; 2.1.3.1), der tager afstand fra at bekræfte terapeuten i dennes egen opfattelse af sig selv som omsorgsgivende og det tilhørende ønske om at blive bekræftet af andre i denne opfattelse.

Terapeutens egne behov kan, med det ovenstående in mente, siges at risikere at stå i vejen for en optimal samstemning med individet, eller i givet fald afspore den terapeutiske proces (Bacal & Thomsen, 1996, p.21). Frustreres terapeuten tilstrækkeligt, foreligger der en risiko for, at behovet vil øge i intensitet, og at terapeuten vil udspille dem over for vedkommende som frustrerede ham eller hende – netop patienten.

(ibid., p.30). Omvendt påpeger Bacal og Thomsen, at hvis terapeuten skjuler sine behov overfor sig selv og skammer sig over at besidde disse, vil dette paradoksalt også begrænse den terapeutiske funktion, eftersom terapeuten således ikke kan ræsonnere empatisk og respondere optimalt på den skamfulde individs tilsvarende afspaltede behov (ibid.; afsnit 2.1.3.1). Dette fordi terapeuten hermed vil fralægge sig *"...the very needs that he help his patients to acknowledge and satisfy"* (Moraitis 1993, p.343 if. Bacal & Thomsen, 1996, p.32). Denne udfordring med at håndtere egne behov og følelser, ved enten ikke at anerkende deres tilstedeværelse eller forsøge at skjule dem overfor sig selv, synes altså at påkalde uhensigtsmæssige konsekvenser i terapien.

Bacal og Thomsen stiller spørgsmålstejn ved om selvpsykologerne¹⁹ generelt stiller for store krav til terapeuten; krav om at opretholde den empatiske holdning (empathic stance) (1996, pp.31f). Det, at terapeuten omtales som og positioneres som selvobjekt, henleder til den forståelse, at terapeuten skal fungere som objekt for patienten (jf. afsnit 1.3.2.2) og terapeuten fremstilles således som et individ fri for egne behov i relationen med patienten. I denne sammenhæng kan Harts betragtning inddrages; *"det drejer sig ikke om at tilfredsstille klientens behov, men om at forstå dem og være sammen med dem"* (Hart, 2012, p.97).

Netop tilfredsstillelse af patientens behov synes at kunne betragtes som det primære mål blandt selvpsykologerne. Løbende i denne opgave har vi fremhævet, at det centrale i behandlingen er at være sammen med individet og give plads til dennes behov og selv. Dette er sandt nok noget individets forældre ikke magtede, men for Sørensen, handler det ikke om "at reparere" eller "kompensere for det forældrene ikke gav dem". Det handler derimod om at give individet en ny god relation med plads til at udfolde selvet og opnå en bedre selvoplevelse og selvforståelse (Sørensen, 2014). Umiddelbart synes selvpsykologernes og Sørensens perspektiver ikke at være i direkte uoverensstemmelse; den forskel som kan spores skyldes muligvis divergerende teoretiske bevæggrunde.

¹⁹ I denne forbindelse ønsker vi at gøre opmærksom på, at den følgende kritik rettet mod selvpsykologerne er en generel kritik. Denne kritik vedrører således ikke direkte Morrison, der netop imødekommer aspekter af kritikken med sine teoretiske modifikationer.

Sørensen betragter det som afgørende at muliggøre nye relationelle erfaringer for individet og med sit fokus på autencitet i denne sammenhæng, synes han ligeledes at lægge vægt på, at de relationelle erfaringer dannes i et menneskeligt møde. Et møde der for det skamfulde individ er betydningsfuldt, da det her kan blive set og mødt af et andet menneske. Med denne indgangsvinkel synes det at være uhensigtsmæssigt, hvis terapeuten fraspalter sine egne behov og optræder objektivt. Dette er ej heller muligt, eftersom terapeuten er et menneske. I tråd hermed kan der argumenteres for, at netop de menneskelige fejl og følelser, som også terapeuten besidder, vil være gavnlige for individet at møde (i moderat grad). Dette møde kan netop betragtes som genuint, hvilket synes at kunne frembringe bedring i et individ, der aldrig har indgået i genuine gode relationer.

I det ovenstående blev der argumenteret for, at terapeutens menneskelighed skal have plads i terapisituationen, hvormed relationen kan betragtes som genuin. Videre blev det antaget, at dette også vil styrke effekten af terapien. Når dette er sagt, skal det understreges, at det er individet som er i terapi, og det behandlingsmæssige mål er at give plads til individets behov og følelser. Det er altså ikke sådan, at terapeutens egne følelser og behov skal udspille sig på den terapeutiske relations hovedscene, og udgøre terapiens omdrejningspunkt, da dette som påpeget ovenfor, vil udstikke retningslinjer for, hvilken relation individet kan indgå i med terapeuten. Bacal og Thomsen argumenterer i denne sammenhæng for, at legitimiteten af terapeutens behov og følelser accepteres. Hermed ophæves opfattelsen af terapeutens behov og følelser som usunde i terapirummet (Bacal & Thomsen, 1996, pp.19,30). De påpeger endvidere, at dette vil muliggøre, at terapeuten kan arbejde med sine behov og følelser (ibid.). Urnes og Karterud fremhæver i tråd med dette, at terapeutens funktion bedres, når dennes behov erkendes og følelserne knyttet hertil kan udtrykkes. Dette skal dog ikke foregå i terapien, men derimod i supervision eller i andre kollegiale møder (Urnes & Karterud, 2001b, p.400). Bacal og Thomsen tilføjer:

”We regularly find that, as a result of these exchanges, we have less propensity to feel ashamed of our ”failures” [...] In effect, the discovery that these experiences are indeed universal appears to be es-

pecially helpful in enabling therapists to become freer to respond optimally to their patients” (Bacal & Thomsen, 1996, p.31).

Gennem accept af egne behov peger Bacal og Thomsen på, at terapeuten kan lære sig at bruge intensiteten af disse behov i terapien som alarmklokker for, når der sker en uhensigtsmæssige afsporing af den terapeutiske proces (ibid., p.21). Urnes og Karterud fremhæver for eksempel kedsomhed som et tegn på, at terapeuten ikke selv føler stor nok spejling eller stimulering af egne behov (Urnes og Karterud, 2001b, pp.399ff). Øges terapeutens opmærksomhed på og forståelse af, hvorledes egne psykologiske behov og sårbarheder kan organisere sig i deres professionelle arbejde, vil terapeuten blive mere bevidst om egne begrænsninger med hensyn til at give optimal respons til sine patienter (Bacal & Thomsen, 1996, p.23). Hermed øges chancen for, at terapeuten kan acceptere, at individet ikke stimulerer disse behov i samspillet, hvilket medfører, at terapeuten kan tilsidesætte sine behov og dermed kan møde individet der, hvor det er (ibid., p.25). Når terapeuten lader sig vildlede af egne behov i den terapeutiske situation, kan det antages at være sammenlignelig med det, selvpsykologerne omtaler som et *selvobjektsvigt*²⁰; et empatisk svigt i relationen (Urnes & Karterud, 2001c, p.406). Trods forbehold ved positionering af terapeuten som selvobjekt, synes de relationelle betragtninger gjort i denne sammenhæng af stor værdi. Urnes og Karterud beskriver, at det er vigtigt, at disse svigt identificeres og repareres, da dette har stor betydning for individets selvforståelse og selvregulering. Ved at bekræfte individets oplevelse af hændelsen uden, at terapeuten forsvarer egne handlinger eller udsagn, men tydeligt tager sin del af ansvaret for selvobjektsvigtet, bekræftes individets ret til at føle og ret til at eje egne følelser (ibid., pp.409f).

Afslutningsvis kan det fremhæves, at terapeuten vil være lige så tilbøjelig til at opleve skam og de hertil knyttede forsvarsformer (Bacal & Thomsen, 1996, p.30). Hertil tilføjer Bacal og Thomsen, at disse oplevelser vil byde på muligheder for ny selvran-sagelse, selvforståelse og accept (ibid.). Hvortil der opsummerende kan tilføjes, at

²⁰ Begrebet selvobjektsvigt har gennemgået reformuleringer indenfor den selvpsykologiske teoritradition. I den oprindelige beskrivelse af begrebet selvobjekt var en tingsliggørelse af omsorgspersonen. Med nærværende opgaves intersubjektive forståelsesramme fremhæves både individets indre oplevelsesverden, samtidig med at der tages højde for dennes situerethed i omverdenen, blandt andre oplevelsesverdener (Stolorow & Atwood, 1992, p. 18).

terapeuten altid vil være udfordret af egne behov, men at udfordringen kan imødegås med målrettet arbejde rettet mod at lære at forstå og acceptere ens egne behov. En biefekt af dette arbejde er, at terapeutens eget selv styrkes (ibid., p.31). Vi vil nu vende os mod at diskutere nogle udfordringer, der knytter sig til det at arbejde terapeutisk med et individ, hvis nervesystem er mangelfuldt udviklet.

3.4 At danse med et mangelfuldt udviklet nervesystem

Som belyst i *Del 1* udvikles individets nervesystemet i stor grad i løbet af de første leveår gennem samspil med omgivelserne. Nervesystemet modnes og gøres mere fleksibelt ved tidlige skaminduceringer eksempelvis i socialiseringsøjemed, som omsorgspersonen efterfølgende hjælper barnet med at regulere. Individets nervesystem udvikles hierarkisk på denne måde; fra de lave autonome funktioner til de højere viljestyrede funktioner (jf. afsnit 1.1.1.3). I tråd med denne udvikling vil det psykiske system have flere potentialer til rådighed ved højere udviklingsniveauer, og hermed, et stort repertoire af selvbeskyttelsesstrategier. I modsætning hertil, vil et nervesystem, der er mangelfuldt udviklet, grundet manglende regulering i de tidlige samspil, have færre strenge at spille på (Hart, 2012, pp.85f). Det mangelfuldt udviklede nervesystem kan siges netop at karakterisere individet, der har vanskeligheder med skam, som vi har belyst i gennem denne opgave. Det mangelfuldt udviklede nervesystem vil endvidere have en lav kapacitet til at gøre adaptive skift mellem parasympatisk og sympatisk aktivering, der følger de eksterne stimuli (jf. afsnit 1.1.2.3, 2.1.1.3). Dette medfører en reduceret evne til adaptivt at tilpasse sig stressfulde belastninger, da individets aktivering eller hæmning opretholdes til trods for, at dette ikke er hensigtsmæssig i en given situation (Schore, 1994, p.413). En vanskelighed som i gennemgangen af individets lidelsesfulde vanskeligheder knyttet til den uregulerede skam og dens underliggende dynamik ligeledes syntes fremtrædende (jf. afsnit 2.1).

I mødet med individet med et sådant ufleksibelt nervesystem, vil en udfordring i det terapeutiske arbejde være at opretholde en balance med hensyn til, hvilken grad af emotionel belastning individet kan tåle. I forhold til skamproblematikker kan dette antages at være en særlig udfordring. Dette eftersom at selve terapisisituationen, som

tidligere nævnt, fremavler skam (jf. afsnit 3.2), og dermed i sig selv igangsætter en aktivering af nervesystemet. Samt med tanke på, at individet med en underliggende skamproblematik er særlig sensitiv og sårbar ovenfor skam (jf. afsnit 2.1). Det kan siges at være en central terapeutisk udfordring med alle patienter, men måske især med dette individ, at sørge for et terapeutisk miljø, der er tilstrækkelig trygt sådan, at arousalintensiteten er på et niveau, som individets nervesystem kan håndtere (Hart, 2012, p.101). Dette kan yderligere siges at være en forudsætning for, at en forandringsproces overhovedet kan finde sted. Gennem at sørge for en afbalanceret terapeutisk setting præget af en synkroniseret, tryk og empatisk relation, bidrager terapeuten til at skabe en tilstrækkelig balance i individets nervesystem (Hart & Kæreby, 2012, p.257). En balance som netop muliggør nærvær og lægger til rette for indlæring hos individet. I modsætning hertil vil individet, med forhøjede niveauer af arousal, have en reduceret kapacitet til at indlære nye responsmønstre (Schoore, 1996, p.77). Endvidere vil en meget høj aktivering i individets nervesystem, enten der er tale om en sympatisk eller parasympatisk aktivering, medføre vanskeligheder med hensyn til at indgå i empatisk resonans med terapeuten (Hart & Kæreby, 2012, p.246). Dette betyder, at individet ikke vil kunne drage nytte af den spejling, som terapeuten bidrager med, og afstemme sig i forhold til denne. En for høj aktivering hos en patient i terapi er altså problematisk både med hensyn til indlæring og med hensyn til nærvær.

3.4.1 At søge den rigtige intervention

I tråd med det ovenstående synes der altså at være argument for fordelagtigheden i, at have individets umodne nervesystem in mente, når man arbejder terapeutisk, da denne manglende udvikling medfører bestemte psykoterapeutiske begrænsninger. I denne forbindelse er det en udfordring for terapeuten at intervenere på en måde, der er i overensstemmelse med det mentale organiseringsniveau i individets nervesystem, bestemt i henhold til modningen af de hierarkiske hjernestrukturer. Bentzen & Hart (2012, p.147) påpeger i denne sammenhæng, at dette er en særlig udfordring grundet det faktum, at terapeutens personlighedsmodning ofte vil befinde sig på et andet niveau end sin patient. I denne sammenhæng vil vi dog, med reference til de ovenstående fremførte betragtninger i forhold til, at *Terapeuten er et fejlbarligt menneske*, understrege, at i vores optik kan det siges mere generelt at omhandle det, at terapeu-

ten aldrig vil have fuld tilgang til individets subjektive verden og derfor må føle sig frem. Ifølge Hart vil den mest effektive intervention være en intervention, der ligger indenfor individets nærmeste udviklingszone (ibid., p.101). Udfordringen for terapeuten ligger altså endvidere i at finde frem til det rigtige interventionsniveau og efterfølgende arbejde på netop dette bestemte niveau. Det vil således være uhen- sigtmæssigt at arbejde med fortolkninger med en patient, hvis præfrontale cortex ikke er tilstrækkelig modnet. Dette synes at være en særlig relevant betragtning i forhold til at skulle arbejde med individet med en alvorlig underliggende skampro- blematik²¹ (jf. afsnit 1.1.2.3; 2.1), der, som ovenfor påpeget, netop har et lavt udvik- let mentalt organiseringsniveau. Et eksempel kan i denne forbindelse være, at for et individ der er vokset op i et kronisk mangelfuldt afstemt miljø, og derfor har vanske- ligheder med at komme i kontakt med sine følelser, kan fortolkningsarbejde synes uhen- sigtmæssigt, hvis ikke umuligt. Bentzen & Hart (2012, p.113) påpeger, at i for- hold til sådan et individ kan der arbejdes på at ”smelte” den dybe parasympatiske selvbeskyttelse i det autonome nervesystem. Et arbejde der indebærer at spejle og afstemme emotionelle ændringer i individets oplevelsesverden og derigennem bringe individet i bedre kontakt med sin livfuldhed. Hermed sigtes der mod at bringe indivi- det ud af dets overregulerede tilstand, og bidrage til en forøget fleksibilitet med hen- syn til reaktioner, relationer og handlingsmuligheder.

3.4.1.1 At arbejde med de nonverbale faktorer

Det kan forekomme problematisk, at individet, der har vanskeligheder med skam, ikke kan nå psykoterapeutisk via det præfrontale cortex, da dette er underudviklet hos dette individ. For hvordan behandler man så, når psykoterapeutisk behandling har sit udgangspunkt i psykoanalysen, der af Breuer (1893) blev omtalt som ”*the talking cure*”. Generelt kan der siges at være stærkt fokus på det talte ord i terapeuti- ske sammenhænge. Denne opfattelse synes at støttes af blandt andre Greenberg, i det han skriver; ”*The field has yet to play adequate attention to implicit and relational processes of regulation*” (Greenberg, 2007, p.414, if. Schore, 2011, p.79).

²¹ Det skal her gøres opmærksom på, at det selvfølgelig er tale om forskellige vanskelighedsgrader af skamproblematik, og i forlængelse heraf også forskellige grader af strukturelle mangler i den præfron- tale cortex.

Kaufman (1989, pp.177f) påpeger, at terapeuten sprogligt kan bidrage til at returnere skammen til dens interpersonelle kilde og dermed give individet forståelsen for, hvorfor tingene er blevet som de er, og at dets måde at forholde sig til verden på er forståelig nok. Nærværende forfattere vil argumentere for, at i forhold til de skambundne individer, vil dette først være muligt at arbejde med, når individets selvrefleksivitet er blevet styrket (jf. Opgavens intersubjektive forståelsesramme), det vil sige et stykke henne i terapiforløbet. For når individet starter i terapi vil skammen være vanskelig tilnærmelig og ydermere udgøre en subjektiv sandhed, hvorfor fortolkninger herpå kan antages at virke som en direkte fejlafstemning af individets selvoplevelse (jf. 3.2). Dette individ har vanskelig ved at forholde sig til sin skam og, som nævnt ovenfor, vil tolkninger være mindre virksomme hos individet, hvis mentale organiseringsniveau er på et autonomt og dermed ikke viljepåvirkeligt plan.

Ved netop skammens maladaptive formgivning tidligt i livet kan der argumenteres for, at individets oplevelser og følelser er blevet forhindret i sin udfoldelse, allerede før individets symbolske kapacitet er blevet udviklet (Stolorow & Atwood, 1992, p.33), hvorfor de skamfulde oplevelser i forbindelse med at blive afvist eller ikke mødt er præverbalt lagret. Grundlaget for individets organiserende strukturer er således ikke verbalt tilgængelige for individet. Schore (1994, p.458) påpeger, at udfordringerne knyttet til netop dette nonverbale udgangspunkt i terapi, især gør sig gældende i mødet med individet, der har udviklet karakterpatologi i dets tidlige udvikling. Det skambundne individ vil ofte tage imod eller afvise terapeuten's tolkninger og udsagn på baggrund af den måde terapeuten taler på frem for indholdet i det, der bliver sagt. Dette skyldes en ekstrem sensitivitet ovenfor variationer i prosodiske komponenter i sproget, som eksempelvis tonefald, rytme og tempo (ibid.). Denne overdrevne sensitivitet kan forstås i forlængelse af individets helt tidlige samspil med omsorgspersonen, hvor det netop har været blikkontakt, kropssprog og stemmeføring, der har udgjort kommunikationen, og som så ofte har medført en ubehagelig oplevelse af ureguleret skam. En ureguleret skam som individet derfor vil beskytte sig imod.

I Sørensen's optik er det centrale ikke nødvendigvis at sætte ord på følelser i terapi (Sørensen, 2013, p.140). Det er nærmere den tavse relationelle viden, der formidles parallelt med den verbale udveksling i terapi, der er af betydning (Sørensen, 2012,

p.439). Der kan for eksempel være tale om individets oplevelse af, at det sammen med den rolige terapeut er muligt at nærme sig ubehagelige temaer, der vækker ubehagelige kropslige tilstande, for derefter at vende tilbage til et tryggere ståsted (Bentzen & Hart, 2012, p.119). Dette giver individet en mestringsoplevelse, og ved gentagne lignende relationelle erfaringer, bliver det med tiden mindre skræmmende at vende tilbage til de ubehagelige tilstande.

I tråd med denne optik, lægger Schore (1994, pp.448-453, 463) vægt på betydningen af det, han omtaler som *right-brain-to-right-brain kommunikation* i møde med individet, der er blevet emotionelt skadet tidligt. Denne implicite kommunikation kan sammenholdes med overføringssspillet; interaktionerne mellem patienten og terapeutens ubevidste primærprocesser (Schore, 2011, p.78). Ifølge Dorpat (2001, p.451 if. Schore, 2011, p.78) sker denne kommunikation i stor grad gennem kropslig bevægelse, positur, ansigtsudtryk, gestikulation og stemmeføring. Gennem denne implicite kommunikationsform udspiller individet sine ordløse tilknytningshistorier og tidlige emotionelle oplevelser, der ligger gemt som autobiografiske minder i den højre hemisfære, i relation til terapeuten (Schore, 2011, p.83). Derfor er det af afgørende betydning, at terapeuten er sensitiv ovenfor denne implicite nonverbale kommunikation, der vil påvirke relationen. Samtidig påpeges det, at terapeuten i denne sammenhæng, udover at være opmærksom på den historie individet udspiller, skal være opmærksom på egen implicit kommunikation, da terapeuten selv kan komme til at afvise individet gennem denne nonverbale implicite kommunikation (ibid., p.86). Terapeuten må altså tilstræbe at være opmærksom på både individets og egen nonverbale kommunikation. Sørensen synes, ligeledes Schore, at lægge vægt på de implicite erfaringer, der sker i mødet mellem terapeut og patient, i det han skriver, at den relationelle behandling er virksom netop, fordi individet føler sig berørt i sin essens og føler sig set som det menneske, det er (Sørensen, 2013, p.149). Det er med andre ord noget relationelt, der er på spil og som skal fungere for, at helingsprocessen kan finde sted.

Opsummerende for den nonverbale kommunikation, kan siges, at det synes at være relationen og de erfaringer, der deles i dette genuine mellemmenneskelige møde, der er afgørende for, at det individ, der lider under en internaliseret skam, vil kunne opleve bedring. Det er derfor vigtig ikke blot at have øje for den verbale udveksling i

terapi, men også at rette fokus mod den tavse relationelle viden, der parallelt udveksles og udvikles (Sørensen, 2012, p.439). Som Hart så fint skriver;

”Erfaringen deles samtidig med, at den opstår, og måden at være sammen med hinanden på foregår i nuet, inden erfaringen er blevet overført eller reformuleret igennem ord. Forandringer bygger på oplevet erfaring. Nervesystemet udvikler sig gennem den subjektive erfaring, mens den foregår, og ikke når den senere genskabes”
(Hart, 2012, p.97).

3.4.2 At søge den rigtige aktivering

Som nævnt indledningsvis, med hensyn til udfordringer i arbejdet med individer med et mangelfuldt udviklet nervesystem, er det at ramme et rigtig aktiveringsniveau i terapien, der ikke udfordrer individets nervesystem i for stor grad, af afgørende betydning. Det handler om at finde og opretholde en nærværende fælles bølgelængde, eftersom individet, der oplever intens skam, ofte mest af alt har lyst til at flygte eller synke i jorden (Sørensen, 2013, p.152). Inspirationen til en sådan tankegang kan findes helt tilbage til blandt andre Sandor Ferenczi, der påpegede, hvordan den tilbageholdende neutrale terapeutiske stil, kunne medføre uhensigtsmæssigt intense regressioner hos patienterne (Jacobsen & Mortensen, 2013, p.60). Ifølge Kaufman (1989, p.169) vil en sådan terapeutisk distance netop reproducere skam og gøre individet endnu mere usikker på sig selv. Det er altså vigtigt, at terapeuten er opmærksom på, ikke at vække unødvendig skam i terapien. Ud over regression er en anden overhængende fare, at individet, ved for store emotionelle udfordringer i terapi, vil dissociere i mangel på andre måder at kunne håndtere situationen på. Dissociationen er *”organismens instinktive nødværge, når belastende situationer vækker indre stemninger, som krop og nervesystem ikke kan rumme”* (Sørensen, 2013, p.152). I tråd hermed betegner Schore dissociation som individets sidste handlemulighed *”the bottom-line defense”* (Schore, 2011, p.81). Sørensen beskriver, hvordan individet, der dissocierer, fordi noget er ubærligt, vil ophøre i dets nærvær og dets bevidsthedstilstand forstyrres (ibid.), hvilket betyder, at individet vil befinde sig udenfor terapeutisk rækkevidde. I *Del 2* beskrev vi, hvordan begge vanskelighedsbilleder er karakteriseret ved, at individet har vanskeligt ved at regulere sig ud af skam, hvorfor skam for dette in-

divid er en overvældende tilstand, de bliver fanget i. At dissociere virker derfor som en naturligt instinktiv reaktion for dette individ (ibid.).

Hvis muligt, bør terapien, ifølge Bentzen og Hart (2012, p.117), tage sit udgangspunkt i behagstilstande, hvor der er en passende sympatisk eller parasympatisk aktivering. I et langsomt tempo kan, de stærkere sympatiske og parasympatiske aktiveringer med tiden, nærmes skridt for skridt, og terapeut og patient kan således siges at ”danse med nervesystemet” gennem en pendlende bevægelse mellem behagelige og ubehagelige tilstande. En dans der vil øge responsevnen og som udvikler selvbeskyttelsesstrategier, der beskytter mod overvældelse og medfører en bedret stresshåndtering i individet (ibid.). Disse terapeutiske interaktioner kan minde om de sunde helt tidlige mor-barn interaktioner, hvor moren først hjælper barnet med at kunne håndtere de behagelige oplevelser for derefter gradvis at kunne håndtere mere og mere ubehagelige tilstande. Når disse interaktioner lykkes, lærer barnet at kunne udvikle og fastholde regulerende samspil med andre, hvilket bidrager til en forøget resiliens (jf. afsnit 1.1). Disse regulerende samspil, som individer med underliggende skamproblematik har manglet, genskabes altså i terapi og gennem den terapeutiske relation og de regulerende samspil, der udspiller sig heri, får individet mulighed for at udarbejde forbedrede selvreguleringskompetencer. Dette synes at være i tråd med Kaufmans (1989, p.160) forståelse af, at det der gør terapi virksomt, er dens afspejling af den proces, der danner selvet i den tidlige udvikling. I hans optik bør der derfor lægges vægt på at arbejde med afsæt i en forståelse af, hvordan selvet udvikles, fungerer og ændres (ibid.). Denne tanke om, at terapi bidrager gennem at ”genspille” de tidlige interaktioner, blot med et mere heldigt og reguleret udfald, synes at være i tråd med en tankegang om at ”reparere” den tidlige fejludvikling.

3.4.3 Regulering ikke annullering

I forlængelse af de ovenstående betragtninger omkring udfordringer knyttet til arbejdet med individer med et umodent nervesystem, grundet tidlig uregulerede skamoplevelser, synes det afslutningsvis relevant at inddrage yderligere et perspektiv; spørgsmålet om hvorvidt målet er at fjerne skammen helt. For som vi i *Del 1* argumenterer for, så er skam ikke problemet i sig selv. Skam har flere adaptive og hensigtsmæssige funktioner. Skam kan betragtes som en smertesensor, der har den funk-

tion, at den fortæller individet at noget betydningsfuldt er på spil (Sørensen, 2014). Individet der har vanskeligheder med skam kan antages at have en oversensitiv sensor, som begrænser individet, men at "fjerne" skammen helt fra individet kan ligeledes betragtes som uhensigtsmæssigt, det vil være det samme som at "fjerne" angst. I denne sammenhæng beskriver Sørensen, at hvis angst er alarmsignalet, der fortæller om trusler på den psykofysiske organismes grænser og integritet, fortæller skam om smerten, når grænseoverskridelsen har fundet sted, og selvforståelsen er brudt sammen (Sørensen, 2013, p.54).

Sørensen påpeger altså, at arbejdet med at justere og genoptræne individets blufærdige sansninger i terapi er vigtigt. Blufærdigheden er i hans optik en mild skamfølelse, der værner om alt det, der er værdifuldt, betydningsfuldt og vedkommende for individet, og hvis individet kan benytte sig af blufærdigheden som sensor, kan den beskytte individet mod at blive ramt af den dybe skam; den skamfølelse der gør det svært både at tænke og at føle (Sørensen, 2013, p.44). I tråd med ovenstående er skamfølelsen altså ikke noget, der i Sørensens optik skal fjernes, men nærmere en følelse som der skal optrænes respekt for og som skal justeres. For når skamfølelsen tager en patologisk form, skyldes det, at den er fejljusteret (ibid., pp.51,139). Individet trænes altså med andre ord i at bruge skammen til at genkende dets signaler og opfange, at nu er der ved at ske et overtrædelse af det, som er værdifuldt for dem.

Det skal påpeges, at dette arbejde kan antages først at kunne finde sted, når individet har fået en vis form for fortrolighed med skammen, og ubehaget ved at arbejde med den i terapien, er betydeligt aftaget. Arbejdet med at genkende skammens signaler og bruge den som smertesensor, sker gennem at oparbejde opmærksomhed rettet mod de kropslige sansninger, sådan at disse sansningers signalværdi kan benyttes. Dette arbejde kan argumenteres for at bidrage til øget selvforståelse. Individet lærer, at skam kan fortælle, hvornår noget betydningsfuldt står på spil. For individet handler det altså om at opnå en (selv)forståelse af, *"hvad de følelser jeg mærker, siger om mig i denne givne situation"* (Sørensen, 2014). Gennem støtte fra en nærværende terapeut vil individet kunne koble kropslige sansninger, følelsesmæssig indhold og mening til den aktuelle situation – en forståelse som individet i ensomhed ville have forsøgt at beskytte sig i mod eller undgå at komme i kontakt med (Sørensen, 2012, p.411). Når individet oplever at kunne blive rummet i sin helhed, som det er, med

sine indre stemninger og følelsesmæssige reaktioner og blive spejlet heri af terapeuten, bidrager dette til at give mening til dets sansninger og selvoplevelse (ibid., pp.414f). Når individets blufærdige sansninger mødes af terapeuten med en afbalanceret respekt, virker dette bekræftende både på selvfølelsen og selvrespekten (Sørensen, 2013, p.44). Individets skamfølelse, der signalerer, hvad der er betydningsfuldt og sårbart for vedkommende, vil kunne heles, hvis individet i nuet bliver mødt i sin skamfølelse, afstemmes og bliver set med kærlige øjne (ibid., p.152). Dette kærlige blik giver plads og accept til dele af individet, der ikke tidligere er blevet anerkendt eller værdsat. Således frigøres følelser og sider af individet, der er blevet opfattet som værende uheldige og forkerte, og hvis tilstedeværelse har været oplevet som smertelig forbudt og besværlige at leve med (ibid., p.51).

Delkonklusion 3

I denne del af opgaven har formålet været at besvare problemformuleringens tredje led: *hvilke udfordringer kan skam medføre i psykoterapi?* Med henblik på at besvare dette spørgsmål, har vi i nærværende del undersøgt og diskuteret fremtrædende udfordringer som den internaliserede skam, og de hertil knyttede vanskeligheder kan medføre i psykoterapi. I denne forbindelse vil vi igen gøre opmærksom på, at den ovenstående diskussion ikke skal forstås som udtømmende med henblik på de udfordringer, der kan opstå i forbindelse med skam i psykoterapi. Den givne diskussion af udvalgte udfordringer kan argumenteres for at bidrage med generelle refleksioner i forhold til psykoterapeutiske situationer, hvor skam er et centralt tema. I det følgende samles der op på den viden, der er genereret med henblik på at besvare den sidste del af problemformuleringen.

Indledningsvist fremhævede vi udfordringen at få øje på skam, som netop er et skjult fænomen. I denne forbindelse blev terapeutens evne til at reflektere over, hvorvidt skam er tilstede påpeget som vigtig. Dernæst blev udfordringen knyttet til at italesætte skam præsenteret. I denne sammenhæng blev det evident, at der kræves en fin blufærdighedsfølelse hos terapeuten, hvormed denne taktfuldt kan nærme sig individets sårbare og skamfulde indre; med tanke for, at det er skamfuldt i sig selv at tale om skammen. Det er her blevet belyst, at det, at benytte individets eget sprog for den indre oplevede skam, kan være en hjælp til at nærme sig den, da ordet skam i sig selv, vækker skammens inhiberende lave aktivering. Endvidere blev det belyst, at en tryk terapeutisk relation er afgørende, eftersom relationen kan betragtes som selve det afgørende element i arbejdet med skamfulde patienter. I denne forbindelse blev det tydeligt, at det især kan være udfordrende at få denne relation i stand, da individet gennem sin tidlige barndom har erhvervet smertefulde erfaringer med at være i relation med andre mennesker og derfor vil være mistroisk i forhold til at knytte sig til terapeuten. Endvidere blev det belyst, at individet som konsekvens heraf kan have svært ved at fastholde den terapeutiske relation i sit indre, hvorfor progression i terapien kan gå tabt mellem sessionerne. Det blev understreget at tilvejebringelsen af en god terapeutisk relation derfor både vil være tidskrævende og udfordrende for terapeuten. I belysningen af denne udfordring, kom det frem at det skamfulde individ

kan iværksætte en antitilknytningsstrategi for at beskytte sig mod at indgå i relationen. Modstanden mod etableringen af en terapeutisk relation kan forhindre individets mulighed for bedring. Bedring forstås i denne sammenhæng som fordret ved, at individet får mulighed for at udfolde sin selvoplevelse, og dermed udvide dets selvforståelse. For at imødegå individet og skabe tillid i den terapeutiske relation blev det understreget, at individets mistro må valideres, samt at terapeuten må være tålmodig og emotionelt tilgængelig; klar til at indgå i mødesøjeblikke med individet. Det blev tydeligt, at netop de genuine mellem menneskelige mødesøjeblikke formidler tavs, relationel viden omkring det at blive mødt, set og accepteret, hvilket over tid medfører, at individet kan sænke forsvarsbarrikaderne.

Med udgangspunkt i de her omtalte genuine møder mellem terapeut og patient er yderligere en udfordring blevet belyst; at individet højst sandsynligt vil blive afhængig af og krævende ovenfor terapeuten, da vedkommende ikke tidligere er blevet mødt i sine barnlige behov og derfor føler sig sårbar i tilknytningen til terapeuten. Dette kan skabe grobund for idealiserende forventninger rettet mod terapeuten, samt en årvågenhed med hensyn til signaler om eventuelle svigt i denne forbindelse. I denne sammenhæng blev det yderligere beskrevet, hvordan terapeuten kan blive udfordret af egne bekymringer. Dette være sig bekymringer over, hvorvidt terapeuten spejler uhensigtsmæssige sider ved individet og om individets afhængighed af vedkommende er sund. Vi argumenterede her for, at bekymringerne kan opleves reelle nok, men pegede herefter på, at disse bekymringer i sig selv kan antages at være netop det mest problematiske forhold. Dette fordi bekymringerne kan antages at distrahere terapeuten. I samspil med et individ, der er særlig sensitiv overfor svigt, vil dette kunne misforstås som en distancering i relationen. Det blev tydeligt at distraktionen kan antages at vanskeliggøre terapeutens fulde tilstedeværelse i relationen, som netop giver mulighed for genuine mødesøjeblikke. En yderligere risiko der blev forbundet med terapeutens distraktion, er, at den medfølgende, om end kortvarige, distancering vil kunne risikere at bekræfte det skambunde individs følelse af at være forkert – sådan som morens distancering til barnets oplevelser gjorde. For det andet kan patientens afhængighed, gøre afslutning af behandlingsforløbet til et særligt ømt punkt, hvor det vil være nødvendigt at tage hensyn til individets behov i denne forbindelse.

Det er i denne del af opgaven endvidere blevet tydeligt, at der stilles mange krav til en terapeut, der arbejder med et skambundet individ. Men som det er blevet belyst, er terapeutens empatiske evner begrænsede, da terapeuten, ligesom patienten, blot er et menneske. Terapeuten kan derfor også udfordres af egne følelser og behov. Her blev et typisk behov hos terapeuten fremhævet; behovet for at blive bekræftet i at være kompetent og omsorgsfuld. Det blev anskueliggjort, at dette kan vanskeliggøre terapeutens optimale stræben efter at være emotionelt tilgængelig for individet i terapien, og det er derfor vigtigt, at terapeuten, udover arbejdet knyttet til individets behov og følelser, arbejder med at få kendskab til egne behov og følelser.

Det er i denne del af opgaven videre blevet belyst, hvordan det kan byde på udfordringer at udøve terapi med individer, der som følge af ureguleret skam i den tidlige udvikling har et ufleksibelt og mangelfuldt udviklet nervesystem. Disse udfordringer knytter sig til både at finde det rigtige interventionsniveau, samt at ramme et passende aktiveringsniveau for individets nervesystem i terapien. Med andre ord et arousal-niveau som individet kan håndtere. Det er i denne forbindelse blevet belyst, med tanke for, at finde det rigtige interventionsniveau, at terapeuten må forsøge at lokalisere individets mentale organiseringsniveau, og intervenere herefter. Her blev det eksempelvis tydeligt, at fortolkninger kan være uhensigtsmæssige med et individ, hvis præfrontale cortex ikke er tilstrækkelig udviklet, fordi individet som følge af dette befinder sig på et lavere mentalt organiseringsniveau. Det er yderligere blevet understreget, at det er af afgørende betydning at ramme et passende aktiveringsniveau hos patienten der er i terapi. Hvis dette ikke lykkes, står individet i overhængende fare for at blive skubbet ud over grænsen for, hvad dets nervesystem kan håndtere. Hvis dette sker, vil individet regrediere og benytte sig af umodne primitive selvbeskyttelsesstrategier, hvor dissociation betragtes som den yderste konsekvens. I denne forbindelse blev det tydeligt, at individet i en dissociativ tilstand vil befinde sig udenfor terapeutisk rækkevidde. Terapeutens udfordring ligger hermed i at kunne ”danse med individets nervesystem”, altså svinge mellem parasympatiske og sympatiske aktiveringer, men samtidig holde sig indenfor grænserne for, hvad individets nervesystem kan tåle. Ifølge Sørensen handler dette endvidere om at genoptræne individets blufærdige sansninger sådan, at skammens adaptive sensorfunktion kan genoprettes og dermed kan beskytte individet mod den dybe maladaptive skam.

Det er i denne del af opgaven blevet evident, at verbal kommunikation omkring individets skam, i det hele taget synes udfordrende; både da det at tale om skam, vækker skam, men også fordi de tidlige skamoplevelser ofte er præverbal formgivet, som ligger udenfor individets kognitive rækkevidde. Da verbal kommunikation omkring skam ofte er udfordrende, blev det understreget, at det derfor er vigtigt at have øje for den parallelle nonverbale kommunikation, der er på spil i terapien. En kommunikation der udveksles implicit gennem blandt andet kropssprog, stemmeføring, tonefald og ansigtsudtryk hos både patient og terapeut. I denne forbindelse blev det fremhævet, at det er af stor betydning, at terapeuten er opmærksom på egen nonverbal kommunikation, da skambundne individer netop er særlig sensitive ovenfor tegn, der kan aktivere skam, for eksempel i forhold til om terapeuten vil forlade eller afvise vedkommende. Endvidere blev det belyst, at individets nonverbale kommunikation implicit formidler vedkommendes tidligere relationelle erfaringer, når disse kommer i spil i terapien. Gennem den nonverbale kommunikation bliver tavs relationel viden således udvekslet og endvidere udviklet i den nye afstemte relation.

Konklusion

I nærværende opgave er skam blevet undersøgt som en underliggende dynamik, der påvirker menneskets liv. Med den givne teoretiske undersøgelse af tilstedeværelsen af skam i individets tidlige udvikling kan det bekræftes, at skam formes som en underliggende dynamik gennem interaktionerne med omverdenen og vil påvirke individet videre i livet. I nærværende opgave er skam blevet betragtet som en affekt, hvis funktion er at hæmme andre affekter ved forhøjede niveauer. Endvidere er skam karakteriseret som tæt forbundet med sin oplevelsesmæssig dimension. I indledning antog vi, at skam ville spille en særlig indflydelsesrig rolle i individets tidlige leveår og i tråd hermed udformede vi problemformuleringens første led; *Hvordan påvirker skam tidligt i udviklingen individet?* Med det intersubjektive perspektiv som opgavens videnskabsteoretiske baggrundstæppe, har vi undersøgt skam som en affekt, der indtræffer ved empathiske brud på delte kommunikation mellem mor og barn, og som formgiver individets subjektive verden. I denne sammenhæng belyste vi såvel skams adaptive som maladaptive formgivning af individets selvoplevelse, ved en syntetisering af Schores neuroaffektive teori, Kaufmans affektteori, samt Morrisons selvpsykologi. Det blev konkluderet, at skam er en nødvendig del af den menneskelige udvikling. Adaptivt vil skam udvikle nervesystemet, samt et indre reguleringssystem som individet vil drage stor nytte af gennem livet. Denne vellykkede udvikling kræver dog, at moren indgår i et empatisk reciprok samspil, hvor skam induceres og reguleres. I tilfælde, hvor sådanne samspil mangler i opvæksten, vil skam induceres og hæmme barnets udtryk, men qua morens manglende engagement i at regulere den inducerede skam vil barnet efterlades hjælpeløs i den smertefulde skamtilstand. Ved gentagne tilfælde vil barnets selvoplevelse gradvist sammensmelte med skammen. Morens manglende engagement opfatter barnet som et billede på det selv som grundlæggende forkert. Denne subjektiv sandhed vil organisere individets videre liv. Den uregulerede skam grundlægger således en maladaptiv underliggende dynamik i individet. Med afsæt i opgavens progressive eksplorative opbygning blev den, uregulerede skam og den hermed grundlagte dynamik, herefter sat for nærmere undersøgelse. I indledningen blev det beskrevet at underliggende dynamikker, herunder skam, kan betragtes som centrale i psykiske lidelser. I forhold til at undersøge, hvorvidt skam i den tidlige udvikling kan forbindes med psykiske lidelser, udformede vi det næste

led i problemformuleringen; *Og kan denne skam indtage en medierende rolle i udviklingen af psykopatologi?* I denne sammenhæng blev de vanskeligheder individet kan få som følge af deres underliggende skamdynamik, udfoldet. Her blev det tydeligt, at vanskelighederne afspejlede den tidlige samspilsdynamik individet havde indgået i. Overordnet vedrørte individets vanskeligheder en ufleksibel selvoplevelse, en begrænset livsudfoldelse, samt vanskeligheder med at håndtere skam og andre emotionelle belastninger. Det blev ved denne undersøgelse evident, at disse vanskeligheder afspejler en ubalance i individet og endvidere kan antage en lidelsesfuld karakter, der kan sammenstilles med de psykiatriske diagnoser; narcissistisk personlighedsforstyrrelse, depression og spiseforstyrrelser. Ved denne undersøgelse af individets videre liv med en underliggende maladaptiv skamdynamik blev det tydeligt, at individet kan kæmpe med en lidelsesfuld skam, uanset om individet er berettiget en diagnose eller ej. Med øje for at skam i den tidlige udvikling kan medføre behandlingskrævende lidelsesfulde tilstande, udformede vi det sidste led i problemformuleringen; *Og i forlængelse heraf, hvilke udfordringer kan skam medføre i psykoterapi?* Med udgangspunkt i netop individets underliggende maladaptive skamdynamik og de vanskeligheder dette giver i relation til omverdenen, blev der her stillet skarpt på, at dette vil kunne udfordre terapeuten i sit forsøg på at hjælpe det skambundne individ. Følgende udfordringer blev diskuteret. Udfordringer knyttet til det at få øje på skammen og italesætte den. Dertil udfordringerne knyttet til at danne og opretholde en tryk terapeutisk relation. Endvidere udfordringer knyttet til at være emotionelt tilgængelig ovenfor individet; både med hensyn til individets barnlige og idealiserende forventninger, samt med hensyn til terapeutens egne begrænsninger. Herefter blev udfordringer knyttet til det, at ”danse med individets nervesystem”, diskuteret. Først med tanke på udfordringen knyttet til at finde passende interventioner i forhold til individets mentale organiseringsniveau, herunder også terapeutens udfordringer knyttet til nonverbal kommunikation. Derefter udfordringen knyttet til at ramme et aktiveringsniveau, der ikke skubber individet nervesystem ud over, hvad det kan holde til. Afslutningsvis i denne sammenhæng blev det understreget det gavnlige i at genoptræne skamsensitiviteten i terapien, netop med tanke for, at det skambundne individ aldrig har fået gavn af skammens adaptive udviklingsfunktion. Overordnet bidrager opgaven med en teoretisk forståelsesramme for en relevant underliggende dynamik. En dynamik, der medfører lidelsesfulde vanskeligheder, begrænser individets liv og kan være behandlingskrævende. Denne opgave bidrager således til en forståelse for

skamproblematikker og deres natur, hvilket giver et teoretisk fundament, der kan betragtes som essentielt i behandlingen af lidelser, hvor en underliggende skamdynamik hersker. Afslutningsvis kan der gøres nogle perspektiverende refleksioner. Ud fra opgavens belysning af skams formgivende rolle allerede i de helt tidlige leveår, kan det overvejes, om skamdynamikken er et almenpsykologisk fænomen. Endvidere kan det overvejes, om ikke skamdynamikken derfor vil være tilstede i alle former for psykopatologi. Dog synes skam kun lidt omtalt i den psykologiske litteratur. Med baggrund i disse refleksioner kunne en undersøgelse af den eksisterende litteraturs betragtninger i forhold til det helt tidlige samspil synes interessant. For måske foreligger der viden om selv samme dynamik, blot omtalt med andre ord.

Referenceliste

- Alford, B.A. & Beck, A.T. (1997). *The integrative power of cognitive therapy*. New York: The Guildford Press.
- Allan, S. & Gilbert, P. (1997). Submissiv behavior and psychopathology. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 467-488
- Allen, J. G. (2013). *Restoring mentalizing in attachment relationships. Treating trauma with plain old therapy*. Arlington: American Psychiatric Publishing
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 5th ed*. Arlington: American Psychiatric Association.
- Atwood, G. & Stolorow, R. (1984). Structures of subjectivity: explorations in psychoanalytic phenomenology. Hillsdale: The Analytical Press
- Atwood, G.E & Stolorow R.D. (2012). The demons of phenomenological contextualism. *Psychoanalytical Review*, 99 (2), 267-286
- Bacal, H.A. & Thomson P.G. (1994). The Psychoanalyst's selfobject needs and the effect of their frustration on the treatment: A new view of countertransference (pp. 3-16) In Goldberg A. (Ed.) *Basic ideas reconsidered progress in self psychology vol 12*. Hillsdale: Analytical Press.
- Belin, S. (2010). *Relation før metode*. Nakke, B. (Transl.) København: Akademisk Forlag.
- Bentzen, M. & Hart, S. (2012). Jegets fundament: den neuroaffektive udviklings første vækstbølge og de neuroaffektive kompasser (pp.105-148). Hart, S. (Ed.). *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*. København: Hans Reitzels Forlag
- Berthelsen, P. (2001) Selvet, Psykologisk Institut Aarhus Universitet. Nedtaget d.26.05.14 from:
http://psy.au.dk/fileadmin/Psykologi/Forskning/Preben_Bertelsen/selvet.pdf
- Breuer, J. (1893). Fräulein anna o, case histories from studies on hysteria. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume II (1893-1895): Studies on Hysteria*, 19-47
- Brothers, L. & Ring, B. (1992). A neuroethological framework for the representation of minds. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 4(2) 107-118
- Broucek, F.J. (1982). Shame and its relationship to early narcissistic developments. *International Journal of Psycho-Analysis*, 63, 369-378.

- Broucek, F. J. (1997). Shame: early developmental issues In. Lansky, M. R. & Morrison, A. P. (Eds.), *The widening scope of shame*. London: The Analytic Press, Inc.
- Cates, L.B. (2011) Nonverbal affective phenomena revisited, *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 6, 510-530.
- Cooligan H. (2009). *Research methods and statistics in psychology* (5 ed.). London: Hodder Education
- Dahl, A. (2010). Psykiatriens teoretiske fundament: sygdomsbegreb, klassifikation og diagnostik: Personlighedsforstyrrelser og seksuelle afvigelser (pp.531-574) In Kragh-Sørensen P. & Parnas J. & Mors O. (Eds.) *Klinisk Psykiatri*. København: Forfatterne og Munksgaard Danmark.
- Farstad, M. (2011). *Skammens spor, avtrykk i identitet og relasjoner*. Oslo: Conflux forlag.
- Frølund, L. (1999). Det psykoanalytiske skambegreb. *Nordisk psykologi*, 51(2) 135-150.
- Gabbard, G. O. & Wilkinson S.M. (1996) *Borderline -behandling og modoverføring*. Sørensen L.W. (Transl.) Gylling: Hans Reitzels Forlag
- Gehrie, M.J. (1996). Empathy in broader perspective: A technical approach to the consequences of the negative selfobject in early character formation. (pp. 141-158) In Goldberg A. (Ed.) *Basic ideas reconsidered progress in self psychology vol 12*. Hillsdale: Analytical Press.
- Gilbert, P. (1992). *Counseling for depression* (2.ed.). UK: Sage Publications Ltd.
- Grabhorn, R., Stenner, H., Stangier, U. & Kaufhold, J. (2006). Social anxiety in anorexia and bulimia nervosa: the mediating role of shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 12-19.
- Grotstein, J. S. (1994) Foreword In. Schore, A. N. *Affect regulation and the origin of the self. The neurobiology of emotional development*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Publishers
- Hart, S. & Schwartz R. (2008). *Fra interaktion til relation, tilknytning hos Winnicott Bowlby Stern Schore & Fonagy*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Hart, S. (2012). Neuroaffektiv psykoterapi (pp.79-104) In. Hart, S. (Ed.). *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*. København: Hans Reitzels Forlag
- Hart, S. & Kæreby, F. (2012). Dialogen med det autonome nervesystem i den psykoterapeutiske proces: at støtte resiliens og afhjælpe traumatisk stress i lyset af

- arousalregulering (pp.243-264) In. Hart, S. (Ed.). *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*. København: Hans Reitzels Forlag
- Hofer, M. A. (1984). Relationships as regulators: A psychobiologic perspective on bereavement. *Psychosomatic Medicine*, 46, 183-197.
- Jacobsen, C. H. & Mortensen, K. V. (2013). *Psykoterapeutisk praksis på psykodynamisk grundlag*. København: Hans Reitzels forlag
- Karterud, S. (2000). *Fra Narcissisme til selvpsykologi – en indføring i Heinz Kohuts forfatterskab*. Haxthausen T. (Transl.) Århus: Forlaget Klim
- Karterud, S. (2001). Et historisk perspektiv og en drøfting av sentrale begreper. (pp.19-33) In Karterud, S. & Urnes, Ø. Pedersen, G. (Eds.) *Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling*. Oslo: Pax Forlag A/S
- Karterud, S. & Wilberg, T. (2001). Diagnostikk (DSM-IV akse II) og forekomst. (pp.34-59) In Karterud, S. & Urnes, Ø. Pedersen, G. (Eds.) *Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling*. Oslo: Pax Forlag A/S
- Kaufman, G. (1974). The meaning of shame: Toward a self-affirming identity. *Journal of Counseling Psychology*, 21(6), 568-578
- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame: theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer Publishing Company.
- Killingmo, B. (1989). Conflict and deficit: Implications for technique. *International Journal of Psycho-Analysis*, 70, 65-79.
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *Psychoanalytic Study of the Child*, 27, 360-400.
- Kohut, H. (1990). *Selvets Psykologi*. København: Hans Reitzels Forlag
- Kohut, H. (2000). *Analysen af selvet*. Frediksberg: Det Lille Forlag
- Kohut, H. & Wolf, E. S. (1978). The disorders of the self and their treatment: An Outline. *International Journal of Psycho-Analysis*, 59, 413-425
- Kragh-Sørensen, P. & Prans J. & Mors O. (2009). Psykiatriens teoretiske fundament: sygdomsbegreb, klassifikation og diagnostik (pp.29-76). In Kragh-Sørensen P. & Parnas J. & Mors O. (Eds.) *Klinisk Psykatri*. København: Forfatterne og Munksgaard Danmark.

- Lewis, H. B. (1987a). Introduction: Shame – the "sleeper" in psychopathology (pp. 1-28) In Lewis H.B (Ed.) *The role of shame in symptom formation*. New Jersey: Hillsdale.
- Lewis, H. B. (1987b). Shame and the narcissistic personality (pp. 93-132). In Nathanson D.L. (Ed.) *The Many Faces of Shame*. New York: The Guilford Press.
- Mahler, M. S. Pine, F. & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books.
- Monsen, J. T. (2000). Selvpsykologi og nyere affektteori (pp. 95-139). In Karterud, S. & Monsen, J. T. (Eds.) *Selvpsykologi udviklingen efter Kohut*. Mikal Arboe (Transl.) København: Hans Reitzels Forlag
- Morrison, A. P. (1987). The shame experience: By Susan Miller. Hillsdale: The Analytical Press 1985 pp. 180. *International Journal of Psycho-Analysis* 68, 307-310
- Morrison, A. P. (1989). *Shame: The underside of narcissism*. Hillsdale: Analytical Press
- Morrison, A. P. (1994). The breadth and boundaries of a self-psychological immersion in shame: A one-and-a-half-person perspective, *Psychoanalytic Dialogues*, 4, 19-35
- Morrison, A. P. (1996). *The culture of shame*. New Jersey: The Ballantine publishing group.
- Morrison, A. P. (1999). Walking taller, though still wounded: A discussion of "wounded but still walking: One man's effort to move out of shame" *Psychoanalytic Inquiry*, 19, 320-331
- Morrison, A. P. (2009). On ideas and idealization, *Annals of the New York Academy of Sciences*. 1159, 75-85.
- Morrison, A. P & Stolorow R. D. (1997). Shame, narcissism, and intersubjectivity. (pp. 63-88) In Lansky M.R. & Morrison A.P (Eds.). *The widening scope of shame*. Hillsdale: The Analytical Press Inc.
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and pride. Affect, sex and the birth of the self*. New York: Norton & Company, Inc.
- Pine, F. (1985) *Development theory and clinical process*. London: Yale University Press.

- Rokkedahl, K. (2009). Spiseforstyrrelser (pp.519-530). In Kragh-Sørensen P. & Parnas J. & Mors O. (Eds) *Klinisk Psykiatri*. København: Forfatterne og Munksgaard Danmark.
- Rothbart, M. K., Taylor, S. B. & Tucker, D. M. (1989). Right-sided facial asymmetry in infant emotional expression. *Neuropsychologia*, 27 (5), 675-687.
- Schore, A. N. (1991). Early superego development: the emergence of shame and narcissistic affect regulation in the practicing period. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 14 (2), 187-250
- Schore, A. N. (1994). *Affect regulation and the origin of the self. The Neurobiology of emotional development*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Publishers
- Schore, A. N. (1996). The experience-dependent maturation of a regulatory system in the orbital prefrontal cortex and the origin of developmental psychopathology, *Development and Psychopathology*, 8, 59-87
- Schore, A. N. (1998). Early shame experiences and infant brain development (pp.57-77). In Gilbert, P. & Andrews, B. (Eds.) *Shame. Interpersonal behavior, psychopathology, and culture*. New York: Oxford University Press
- Schore, A. N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York: Norton & Company, Inc.
- Schore, A. N. (2011). The right brain implicit self lies at the core of psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 21, 75-100.
- Skårderud, F. (2001a). Skammens stemmer – om taushet, veltalenhet og raseri i behandlingsrommet. *Tidsskriftet for Den norske legeforening*, 121(13), 1613-1617.
- Skårderud, F. (2001b). Det tragiske mennesket. Introduksjon til en skampsykologi II teori. (pp.53-68) In. Wyller, T. (Ed.). *Skam – Perspektiver på skam, ære og skamløshet i det moderne*. Bergen: Fagbokforlaget
- Skårderud, F. (2001c). Tapte ansikter – Introduksjon til en skampsykologi I. Beskrivelser (pp.37-53) In. Wyller, T. (Ed.). *Skam – Perspektiver på skam, ære og skamløshet i det moderne*. Bergen: Fagbokforlaget
- Stolorow, R.D. & Brandchaft B. & Atwood G.E. (1987). *The Psychoanalytic treatment an intersubjective approach*. Hillsdale: The Analytic Press
- Stolorow, R.D. (1998). Clarifying the Intersubjective Perspective: A Reply to George Frank. *Psychoanalytic Psychology*, 15, 424-427.

- Stolorow, R. D. & Atwood, G. E. (1992). *The context of being. The intersubjective foundations of psychological life*. Hillsdale: The Analytic Press
- Stolorow, R.D. & Atwood, G.E & Branchaft, B. (1992). Three Realms of the unconscious and their therapeutic transformation. *The Psychoanalytic Review*, 79, 25-30.
- Stolorow, R.D. (2006). Heidegger's investigative method in being and time. *Psychoanalysis Psychology*, 23, 594-602.
- Sørensen, L. J. (2012). Dansen med nervesystemet: på sporet af de nonspecifikke psykoterapeutiske faktorer? (pp.405-442) In. Hart, S. (Ed.). *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*. København: Hans Reitzels Forlag
- Sørensen, L. J. (2013). *Skam – medfødt eller tillært. Når skam fører til sjælemord*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, consciousness vol. 2: The negative affects*. New York: Springer
- Tomkins, S. S. (1987). Shame (pp.133-161). In Nathanson, D. (Ed.) *The many faces of shame*. New York: The Guilford Press
- Tronick, E. Z. (1989). Emotions and emotional communication in infants. *American Psychologist*, 44, 112-119.
- Troop, N. A., Allan, S., Serpell, L. & Treasure, J. L. (2008). Shame in women with a history of eating disorders. *European eating disorders review*, 16, 480-488.
- Urnes, Ø. & Karterud, S. (2001a). Psykodynamiske teorier for personlighetsforstyrrelser. (pp. 119-185) In Karterud, S. & Urnes, Ø. Pedersen, G. (Eds). *Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling*. Oslo: Pax Forlag A/S
- Urnes, Ø. & Karterud, S. (2001b). Motoverføring (pp. 392-405). In Karterud, S. & Urnes, Ø. Pedersen, G. (Eds.) *Personlighetsforstyrrelser forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling*. Oslo: Pax Forlag A/S
- Urnes, Ø. & Karterud, S. (2001c). Håndtering av selvobjektsvikt (pp.406-412). In Karterud, S. & Urnes, Ø. Pedersen, G. (Eds.) *Personlighetsforstyrrelser. Forståelse, evaluering, kombinert gruppebehandling*. Oslo: Pax Forlag A/S
- World Health Organization (2011). *ICD-10 Psykiske lidelser og adfærdsmæssige forstyrrelser: klassifikation og diagnostiske kriterier*. København: Munksgaard Danmark

Zachariae, B. (2007). Evidensbaseret psykologisk praksis. *Psykolog Nyt*, 12 (7), 16-25