

# **DET FALSKA SJÄLVETS BIOLOGI**

*Insikten* nr 3/2007

**Av Tor Wennerberg**

## **1. Inledning**

En intressant utveckling inom psykologin är de pågående försöken att integrera objektrelationsteori med anknytningsteori och modern neurobiologi. Den nyutkomna antologin *The Personality Disorders Through the Lens of Attachment Theory and the Neurobiologic Development of the Self*, redigerad av James Masterson, är ett exempel på denna teoretiska utveckling. Med utgångspunkt i bland annat den boken vill jag här presentera några beröringspunkter mellan dessa olika teoretiska perspektiv. Jag tror att ett bra sätt att göra det är att utgå från begreppet det falska självet. Frågan blir då: vad är det falska självet? Hur uppstår det, och varför kan det beskrivas som falskt? Hur kan det förstås utifrån ett anknytningsperspektiv? Och hur återspeglas det falska självet på neurobiologisk nivå, i hjärnans synaptiska kopplingar?

Anknytningsteorin utgår ju från det generella däggdjursbeteendet för anknytning, som enligt teorins skapare John Bowlby övertrumfar alla andra mänskliga beteendesystem och drifter när det aktiveras. Orsaken till det är att anknytningsbeteendet är en evolutionär överlevnadsstrategi avsedd att skydda barnet mot rovdjur och andra faror. Behovet av överlevnad kan inte, som andra behov eller drifter, trängas bort, skjutas upp eller modifieras.

Moderna neurobiologiska rön, och framför allt den teoretiska modell som formulerats av psykoanalytikern Allan Schore, visar dessutom hur anknytningsrelationen direkt påverkar hjärnans utveckling under dess känsligaste tillväxtfas. Erfarenheterna från barnets första anknytningsrelation präntas in i den högra hjärnhalvans implicita minnessystem. Där ligger de kvar som en lagrad inre arbetsmodell (eller, annorlunda uttryckt, som inre själv- och objektrepresentationer) för beteende i nära relationer.

## **2. Mastersons teori**

Jag utgår från Mastersons distinktion mellan det falska och det verkliga självet, och börjar därför med en kortfattad presentation av hans teori om de tidiga personlighetsstörningarna – borderline, narcissism och schizoid problematik. Masterson är bland annat påverkad av D W Winnicott, som beskrev det falska självets ursprung på följande sätt:

Modern som inte är tillräckligt bra har inte förmåga att göra barnets omnipotens verklig. Gång på gång underlåter hon att möta barnets gest. Hon ersätter den med sin egen gest, som endast får mening genom att spädbarnet anpassar sig. Denna anpassning hos barnet är det falska självets tidigaste stadium, och det är knutet till moderns oförmåga att uppfatta barnets behov (Winnicott, 1993, s. 327).

Masterson betonar separations-individuationsprocessens centrala betydelse för självets utveckling, och menar att tillräckligt goda erfarenheter under de första tre levnadsåren

resulterar i att barnet utvecklar ett verkligt själv. Det verkliga självet kännetecknas, hos den vuxna individen, av bland annat förmåga till intimitet, kreativitet, självaktivering, självhävdelse och emotionell självreglering. Om barnet inte möter tillräcklig förståelse för sitt behov av frigörelse och autonomi, utvecklar det i stället ett falskt själv.

Masterson tog de första stegen mot att utveckla sin teori på 1950-talet, när han som sjukhusläkare började intressera sig för teorin om den ”stormiga adolescensen”. Den gick ut på att tonåringar med psykiska symtom inte behövde någon behandling eftersom de snart skulle växa ur sina problem. Han sökte i litteraturen men hittade ingenting som stödde denna teori. I flera år försökte han sedan – utan större framgång – förstå och behandla ungdomar som agerade självdestruktivt på olika sätt (ungdomar som idag skulle ha fått diagnosen borderline). När ungdomarnas utagerande kontrollerades blev de i stället deprimerade, vilket ledde honom till det första psykodynamiska antagandet: att utagerandet var ett försvar mot en underliggande depression. Men frågan var vad som orsakade depressionen.

Masterson har själv beskrivit hur allting föll på plats när han hittade Margaret Mahlers arbeten om separations-individuationsprocessen. Han tog med sig rönen från varje ny artikel av Mahler till behandlingsrummet för att tillämpa dem, och plötsligt öppnade sig dörrarna till en verksam behandlingsform. Ungdomarnas problem handlade inte, som man först trott, om emancipation och identitetsutveckling i nuet. Det psykoterapeutiska utforskandet sträckte sig i stället allt längre tillbaka i patienternas livshistoria, genom att de började minnas och berätta om tidigt upplevda konflikter kring beroende och oberoende. Efter hand kunde orsaken till deras problem spåras tillbaka till de första levnadsåren, när separations-individuationsprocessen utspelar sig och självet tar form. Det framkom att patienterna hade upplevt en tidig, fundamental övergivenhet till följd av att deras verkliga själv inte hade fått tillräckligt känslomässigt stöd för att utvecklas.

Jag kände med en gång att [Mahlers] arbete svarade mot mitt eget, och som en blodhund kastade jag mig ut i det spår hon dragit upp och följde hennes arbete noggrant. På samma gång som jag studerade hennes arbeten började våra deprimerade tonåringar prata inte om konflikter med sina föräldrar här och nu, utan om tidigare och tidigare separationsupplevelser och slutligen om moderns oförmåga att bekräfta deras framväxande själv (Masterson 1989, s. xv).

Detta ledde honom fram till ”uppfattningen att borderlinestörningen var ett utvecklingsproblem – en fråga om utebliven separation-individuation eller utveckling av självet” (1989, s. xv). Denna teoretiska förståelse av borderlineproblematiken utvidgades senare till att också omfatta de narcissistiska och schizoida personlighetsstörningarna.

Enligt Masterson är alltså tidiga personlighetsstörningar en konsekvens av att barnet inte fått möjlighet att individuera. Det verkliga självet har, på grund av bristande känslomässigt stöd från omgivningen, stannat i utvecklingen under de första levnadsåren. Det bristande stödet för barnets verkliga själv och dess behov resulterar enligt Masterson i en övergivenhetsdepression, ett katastrofalt ”komplex bestående av sex affekter: mordiskt raseri, suicidal depression, panikartad hjälplöshet och hopplöshet, tomhet, meningslöshet och skuld”. ”Vid den tidpunkt då utvecklingsstoppet inträffar, upplever barnet förlusten av moderns stöd som en förlust av en del av sig själv” (Masterson 2000, s. 67).

Hur sker detta tidiga övergivande? Masterson framhåller att tidiga personlighetsstörningar uppstår till följd av en kombination av ”nature, nurture, and fate”, det vill säga: genetiska förutsättningar, brister i det tidiga omhändertagandet och unika, oförutsedda yttre

livshändelser som exempelvis påtvingade långvariga separationer från moderspersonen. Emellertid finns det, menar han, en återkommande orsaksbakgrund till de flesta störningar i självet. Det grundläggande mönstret består i att modern bestraffar barnet genom kärleksförlust och övergivande när det försöker separera och individuera, samtidigt som hon belönar det när det betar sig regressivt och behövande eller på andra sätt uppfyller hennes projektioner. Barnet belönas med andra ord när det, på ett intrapsykiskt plan, undviker att lämna modern.

Moderns beteende beror i regel på att inte heller hon fick möjlighet att separera och individuera som barn; barnets individuationssträvanden rör därför upp hennes egen omedvetna övergivenhetsdepression, och det är dessa känslor hon försvarar sig mot genom att hindra barnet från att lämna henne.

När barnet inte möter bekräftelse och stöd för sina individuationssträvanden utvecklar det i stället ett falskt själv, som kapslar in det verkliga självet. Det falska självet utgör ett försvarssystem mot övergivenhetsdepressionen, och på samma gång en anpassning till den destruktiva dynamiken i moderns inre objektrelationer. Den falska självstrukturen har till främsta uppgift att, i samarbete med ett patologiskt och omoget jag, försvara individen mot övergivenhetsdepressionens affekter genom att förneka och förvränga verkligheten på olika sätt. För barnet som utvecklat ett falskt själv innebär varje steg mot aktivering av det övergivna verkliga självet (individuation) att den underliggande övergivenhetsdepressionen frammanas. För att skydda sig mot ångest och depression ger det därför upp sin egen utveckling.

Samma grundläggande drama som i barndomen utspelar sig också i den psykoteraeutiska behandlingsprocessen. Aktivering av det verkliga självet i terapin leder till övergivenhetsdepression, vilket framkallar försvar mot de outhärdliga känslorna, i form av aktivering av det falska självet. Framsteg i riktning mot ökad individuation innebär därför, i ett första skede, att individen mår sämre. Detta mönster – självaktivering, övergivenhetsdepression, försvar – kallade Masterson borderline-triaden, ett begrepp som senare döptes om till störningar i självet-triaden, eftersom det gäller även för narcissistiska och schizoida störningar.

Psykoterautin syftar till att skapa förutsättningar för genomarbetning av övergivenhetsdepressionen, vilket i sin tur leder till att det verkliga självet åter börjar utvecklas: separations-individuationsprocessen startar på nytt.

### ***3. Neurobiologi och anknytningsteori***

Hur kan man då koppla Mastersons psykoanalytiska synsätt, och Mahlers teori om separations-individuationsprocessen, till moderna neurobiologiska rön och anknytningsteori?

Mahlers teori om separation-individuation kan tyckas skilja sig radikalt från anknytningsteori, med tanke på att ”’anknytning’ utgör själva motsatsen till ’separation’” (Coates 2004, s. 589). Men under ytan finns det betydande likheter mellan de två teorierna, som Susan Coates skriver:

en lättvindig iakttagare skulle kunna anta att Mahler säger att separation är en nödvändig förutsättning för individuation, medan Bowlby betonar att individuation kan ske optimalt endast inom ramen för en trygg anknytning. Men det räcker med ett ögonblicks eftertanke

för att inse att för Mahler utgör separationen från objektet en inre mental process som innefattar att man skiljer ut sig från ett objekt som i övrigt är libidinöst tillgängligt på en kontinuerlig basis. Uttryckt med Bowlbys terminologi är separationen en process som utspelar sig inom anknytningens hölje (2004, ss. 589-90).

I det följande kommer jag att undersöka den otrygga anknytningens centrala betydelse för en förståelse av utebliven separation-individuation.

Människan föds tidigt, långt innan hennes hjärna är färdigutvecklad. Under de första levnadsåren växer hjärnbarken 2,5 gånger i storlek. ”Våra hjärnor är omkring tre gånger för stora för en apa av motsvarande kroppsstorlek”, skriver Steven Pinker. ”Ökningen uppnås genom att hjärnans fosterutveckling förlängs med ett år efter födelsen. Om våra kroppar fortsatte växa lika mycket under samma period skulle vi bli fyra meter långa och väga ett halvt ton” (1997, s. 183). Detta förlängda – med avseende på hjärnan – fosterstadium ligger till grund för människans unika kognitiva förmåga, liksom för rikedom och djupet i hennes personlighet. Men det gör henne samtidigt unikt sårbar för störningar i den tidiga livsmiljön.

Ett annat sätt att beskriva samma sak är att säga att barnet föds som en *subkortikal varelse*: det saknar, i stor utsträckning, de högre hjärnstrukturerna, cortex, som är relativt outvecklade vid födelsen. De högre, kortikala hjärnstrukturernas utveckling sker inom ramen för den dyadiska anknytningsrelationen till ett primärt anknytningsobjekt, som oftast är modern. Barnet är med andra ord helt beroende av moderns kortikala förmåga till reglering av affekter och fysiologiska tillstånd. Den primära omsorgspersonens reglering av barnets affekter är den process som möjliggör utvecklingen av självreglerande funktioner. Det är detta som menas med ”barnets psykiska födelse”, som Mahler skrev om: barnets själv tar form i det affektreglerande samspelet med en självreglerande annan. Förälderns regleringsfunktioner överförs till barnet genom en gradvis skeende internaliseringsprocess.

På neurobiologisk nivå är denna process direkt avläsbar i just den kraftiga tillväxten i hjärnans storlek och synapstäthet under de första levnadsåren.

Minnesforskaren Eric Kandel har beskrivit betydelsen av det tidiga affektreglerande samspelet på följande sätt:

En av de viktigaste första idéer som uppstått ur både kognitiva och neurobiologiska studier av [psykisk] utveckling är att utvecklingen av dessa inre representationer [av objekt och relationer till objekten] endast kan ske under vissa tidiga och kritiska perioder i barnets liv. Under dessa kritiska perioder, och endast under dessa perioder, *måste* barnet (och dess växande hjärna) samspela med en förstående miljö (en ”förväntad genomsnittsmiljö”, för att använda Heinz Hartmanns begrepp) om utvecklingen av hjärnan och personligheten ska fortskrida på ett tillfredsställande sätt (1999, s. 513).

Jag tror att Hartmanns begrepp ”förväntad genomsnittsmiljö” utgör en nyckel till förståelsen av det falska självet som biologiskt fenomen. Det medfödda anknytningsbeteendet har som mål att under det första levnadsåret upprätta en trygg anknytning till den primära omsorgspersonen: den trygga anknytningen kan därför beskrivas just som en biologiskt förväntad livsmiljö i Hartmanns mening, ett omhändertagande som är ”good enough”. Den trygga anknytningen uppstår till följd av att omsorgspersonen empatiskt tonar in barnets affektillstånd och deltar i affektreglerande processer på ett sätt som möjliggör den gradvisa överföringen av regleringsfunktioner från modern till barnet. Föräldern fungerar på detta sätt

som barnets ställföreträdande högre kortikala strukturer.

Styrkan i det biologiska anknytningsmotivet gör samtidigt att barnet går mycket långt för att anpassa sig till anknytningsobjektets förväntningar och krav, som kan vara medvetna eller omedvetna. Behovet av överlevnad kommer före alla andra behov, och barnet är programmerat att till varje pris bevara förbindelsen till moderspersonen. Det är denna medfödda beredskap till psykologisk anpassning som ligger till grund för de olika formerna av otrygg anknytning.

Susan Coates sammanfattar Bowlbys synsätt så här:

... i syfte att bevara förbindelsen med omsorgspersonen (vanligtvis modern), utvecklar barnet organiserade mönster för att handskas med hennes personlighet. [Bowlby] ansåg också att barnet, om det krävs, kommer att gå mycket långt för att bevara förbindelsen till henne, och bland annat åstadkomma betydande kognitiva förvrängningar och göra stora känslomässiga uppoffringar. Han ansåg att "ett barns självmodell påverkas på djupet av hur modern ser på och behandlar honom; det som hon inte kan se hos honom kommer han förmodligen inte att kunna se hos sig själv"... Det kontinuerliga samspelet mellan mor och barn leder med andra ord till speciella affektregleringsstilar, liksom till defensiva strategier för att utestänga negativa känslor, i synnerhet ångest och ilska, vilka sammantagna bildar den grundval på vilken barnets personlighet kommer att utvecklas (2004, s. 580).

När bristerna i det tidiga omhändertagandet är alltför stora leder det till att barnet inte lyckas upprätta en trygg anknytning. Om modern inte förmår att empatiskt tona in på barnets verkliga själv, dess verkliga behov och medfödda strävan mot separation-individuation, så kommer hon i stället att bekräfta det falska själv, barnets anpassning till hennes egna affektstillstånd. Den otrygga anknytning som då blir resultatet delas in i tre olika övergripande mönster: otryggt-ambivalent, otryggt-undvikande och desorganiserad anknytning. Dessa otrygga anknytningsmönster ligger också till grund för de tidiga personlighetsstörningar som objektrelationsteorin beskriver.

Kopplingen mellan Mastersons perspektiv och anknytningsteori sammanfattas på följande sätt av Donald Roberts: "Störningar i själv, utgör i grunden anknytningsstörningar... som omöjliggör en sund separationsprocess; både förmågan till anknytning och förmågan till separation är skadade. Dessa störningar i själv återspeglar således ett *otryggt anknytningssystem*" (Masterson et al., 2005, s. 109).

Den inre arbetsmodell som skapas på grundval av erfarenheterna från anknytningsrelationen finns representerad i den högra hjärnhalvan, som är dominant under de första tre levnadsåren. Den förblir omedveten och oåtkomlig för den vänstra hjärnhalvans medvetna, språkliga funktioner. Uppdelningen mellan medvetet och omedvetet har sin motsvarighet i människans två olika övergripande minnessystem, det ena explicit och det andra implicit. Det explicita, eller deklarativa, minnet omfattar minnen som är tillgängliga för medvetandet, och som antingen rör självupplevda händelser eller fakta om världen. Det implicita, eller procedurrella, minnet handlar om sådant som människan gör, det vill säga *procedurer* eller handlingsätt.

"Det är värt att notera", skriver Kandel, "att under de första 2-3 levnadsåren, när barnets samspel med modern är särskilt viktigt, så förlitar sig barnet huvudsakligen på sitt procedurrella minnessystem... det deklarativa minnet utvecklas senare." Barndomsamnesin, det faktum att mycket få tidiga barndomsminnen är tillgängliga för medvetandet, "uppstår

förmodligen inte på grund av den kraftfulla bortträngningen av minnen i samband med lösningen av oedipuskomplexet utan på grund av att det deklarativa minnessystemet utvecklas långsamt” (1999, s. 513).

Anknytningsforskaren Karlen Lyons-Ruth har myntat begreppet ”implicit *relationellt* minne”. Med detta menas att barnet lär sig, genom inprägling i implicita minnessystem, hur det ska bete sig för att bevara förbindelsen till anknytningsobjektet. Detta implicita relationella minne motsvarar den inre arbetsmodellen för dyadiska relationer, eller barnets inre objektvärld. Det består av generaliserade representationer av anknytningserfarenheter med den primära omsorgspersonen och utgör ”ett preverbalt, förbegreppsligt, prereflektivt och förmedvetet inre schema för hur man knyter an, hur man relaterar, till andra” (Roberts, i Masterson et al., 2005, s. 106).

Detta inre schema aktiveras reflexmässigt, utom räckhåll för medvetandet; det bildades långt innan medvetandets funktioner hade mognat. ”Dessa minnen – det som vi numera kallar procedurellt eller implicit minne – är helt omedvetna och uppenbarar sig enbart i utförda handlingar snarare än i medvetet återkallande” (Kandel, 1999, s. 508).

Barnet kommer till världen inställt på verklighet, på aktivering och utveckling av sitt framväxande verkliga själv. Roberts konstaterar att i en trygg anknytningsrelation blir ”det verkliga självet implicit präglad att aktivera sig. Det vill säga: detta barns implicita relationella kunskap omfattar tillvägagångssätt som stödjer det verkliga självets erfarenheter och uttryck” (Masterson et al., 2005, s. 108).

I en otrygg anknytningsrelation, som kännetecknas av bristande intoning på barnets verkliga själv, urskiljer barnet däremot bestämda villkor för anknytningen. Dessa villkor kan till exempel handla om att barnet ska vara beroende och hjälplöst, att det ska spegla föräldrarna eller prestera för dem, eller att det ska vara osynligt eller utgöra ett problem. Villkoren för anknytning bildar grundvalen för den falska självstrukturen, som också den präntas in i det implicita relationella minnet. Det falska självet utgör således, skriver Roberts, ”en sammansättning av implicita relationella procedurer avsedda att upprätthålla anknytningen till objektet till varje pris” och därigenom undvika att den underliggande övergivenhetsdepressionen rörs upp (s. 110).

Den psykoterapeutiska behandlingen syftar, med anknytningsteoriens begrepp, till att uppnå en omstrukturering av den inre arbetsmodellen genom det som kallas ”förvärvad trygghet” (*earned security*). Denna förvärvade trygghet bygger på den implicita relationella inlärning som sker i den terapeutiska relationen i och med att terapeuten erbjuder sig som ett tryggt anknytningsobjekt.

#### **4. Schores modell**

Enligt Allan Schores teoretiska modell finns det implicita relationella minnet, den inre arbetsmodellen eller objektvärlden, representerat i ett specifikt affektregleringssystem i den högra hjärnhalvan. Detta system för anknytnings- och affektregleringsfunktioner är lokaliserat till den högra hjärnhalvans orbitofrontala cortex (den nedersta delen av prefrontala cortex, ovanför ögonhålorna) och dess reciproka synaptiska förbindelser med limbiska känslöcentra som främre cingulum och amygdala. Orbitofrontala cortex har också förbindelser, via hypotalamus, med de båda grenarna av det autonoma nervsystemet, som ger upphov till de

somatiska aspekterna av känslor.

Människans personlighet utvecklas inom ramen för ett dynamiskt växelspel mellan arv och miljö. ”Under en period av kritisk tillväxt i ett av hjärnans områden uttrycks genetiska faktorer först i en överproduktion av synapser. Detta följs av en process som är miljöstyrd, och består i beskärning och bevarande av synaptiska förbindelser och organisering av funktionella kretsar” (Schore 2003, s. 204). Den senare, erfarenhetsstyrda utvecklingen har också kallats ”neural darwinism”; detta uttryck syftar på att synapser som används tenderar att bli bestående medan synapser som inte används förtvinar och försvinner (”use it or lose it”).

Den trygga anknytningen utgör en optimal miljö för hjärnans erfarenhetsstyrda utveckling. Ett ”tillräckligt bra” affektreglerande samspel leder till att barnets orbitofrontala bark når full kapacitet, och till att de synaptiska förbindelserna med limbiska strukturer utvecklas fullt ut. Så småningom blir de kortikala strukturerna dominerande, och förmår reglera de känslomässiga reaktionerna i lägre, subkortikala strukturer: barnet utvecklar förmåga till emotionell självreglering, en av det verkliga självets centrala funktioner.

På motsvarande sätt kommer också en otrygg anknytning att avspeglas i hjärnans strukturer. ”Det växande spädbarnet är maximalt sårbart för ickeoptimala och tillväxthämmande miljöhändelser under den period då hjärnan växer som snabbast”, konstaterar Schore. ”Under dessa kritiska perioder av intensiv synapsbildning är organismen känslig för förhållanden i den yttre miljön, och om dessa ligger utanför den normala spännvidden så inträffar ett permanent utvecklingsstopp” (2003, s. 200). Det orbitofrontala området har sin kritiska tillväxtperiod när barnet är mellan nio och arton månader, det vill säga under samma period som den inre arbetsmodellen skapas och befästs.

Långvariga negativa affekttillstånd, som inte regleras av en självreglerande annan, organiserar de neurala systemen och omvandlas till bestående drag i det växande barnets personlighet. Detta sker genom att de oreglerade negativa affekttillstånden skapar en toxisk kemisk miljö i hjärnan, vilket leder till en kraftigt förhöjd beskärning av synaptiska kopplingar (*overpruning*) och intensifiering av den programmerade celledöden. Förlusten av synaptiska förbindelser mellan orbitofrontala cortex och limbiska strukturer medför reducerad förmåga att på egen hand reglera affekttillstånd. Den dysreglerande livsmiljön, och barnets primitiva försvar mot den, präntas in i hjärnan som strukturella och funktionella brister.

De otrygga och desorganiserade anknytningsmönstren motsvaras enligt Schore av specifika bristmönster i den högra hjärnhalvans affektregleringssystem. Hans modell beskriver två olika kortikolimbiska neurala kretsar, den ena excitatorisk och den andra inhibitorisk. Den excitatoriska kretsen reglerar det sympatiska nervsystemet och de sympatisk-dominerade affekterna, som till exempel skräck, raseri, upphetsning och glädje. Den inhibitoriska kretsen reglerar parasympatiskt dominerade affekter som skam, avsmak och hopplös förtvivlan. I de organiserade otrygga anknytningsmönstren (det undvikande respektive det ambivalenta mönstret) är det bara den ena av dessa två kretsar som präglas av strukturella brister.

Det otryggt undvikande mönstret svarar mot ett strukturellt synapsunderskott i den excitatoriska kretsen: detta resulterar i minskad förmåga att uppleva positiva affekttillstånd och sårbarhet för depression. Hos det otryggt ambivalenta barnet är det i stället den inhibitoriska kretsen som präglas av strukturella brister: barnet får svårigheter att reglera stressfyllda sympatisk-dominerade affekttillstånd som skräck och raseri. Båda dessa anknytningsmönster innebär emellertid att barnet utvecklar en sammanhängande strategi för

anknytningsbeteende. ”Tillgången till en enkretsstrategi är begränsande, men den möjliggör en organiserad om än begränsad copingmekanism” (Schores, 2003, s. 231). Så är inte fallet med barn som, till följd av svåra interpersonella trauman tidigt i livet, utvecklar en desorganiserad anknytning. Hos dem är båda de kortikolimbiska kretsarna överbeskurna, och de lyckas inte utveckla någon sammanhållen strategi för beteende i dyadiska relationer.

Övergivningsdepressionen, med dess konstellation av till synes outhärdligt smärtsamma affekter, svarar mot Schores beskrivning av en inre mental modell, inkodad i den högra hjärnhalvans implicita minnessystem, bestående av ”ett-dysreglerat-självi-interaktion-med-en-felintonande-annan”. När denna dysfunktionella inre arbetsmodell förändras i en terapeutisk process, avspeglas denna ”reparation av självet” i nya eller återupprättade synaptiska förbindelser: ”dyadiska affektiva transaktioner inom ramen för arbetsalliansen skapar ett intersubjektivt sammanhang som möjliggör en strukturell expansion i patientens orbitofrontala system och dess kortikala och subkortikala förbindelser” (Schores 2003b, s. 264).

### **5. Det falska självet som biologiskt fenomen**

När barnets hjärna utvecklas under de första levnadsåren bildas synapser på två olika sätt: antingen som ett svar på ”förväntade erfarenheter” eller som ett svar på unika, oförutsedda erfarenheter.

*Förväntade erfarenheter [Experience expectant]* innebär att den synaptiska utvecklingen beror på förekomsten av vissa sensoriska erfarenheter som styr organiseringen av kortikala kretsar... Det generella mönstret för dessa synapser antas vara gemensamt för alla medlemmar av en art – förutsatt att de individuella medlemmarna får göra de tillämpliga erfarenheterna. *Erfarenhetsberoende [Experience dependent]* syftar på bildandet av synapser som är unika för en enskild organism, eftersom de produceras som svar på erfarenheter som är unika och personliga (Kolb & Whishaw 2003, s. 617).

Barnets medfödda, instinktiva anknytningsbeteende har som mål att upprätta en trygg anknytning till moderspersonen under det första levnadsåret. Den trygga anknytningen skulle därför kunna beskrivas som en ”förväntad erfarenhet” för synapsbildning i de kortikolimbiska kretsar som bär upp barnets anknytningsbeteende och affektreglering.

Om den trygga anknytningen kan sägas utgöra en ”biologiskt förväntad livsmiljö” i denna mening så innebär det att det också finns en ”förväntad” omfattning på den erfarenhetsstyrda synapsbeskränning som bidrar till att forma det växande barnets personlighet. Den genetiskt styrda överproduktionen av synapser åtföljs i den trygga anknytningsmiljön av en synapsreduktion som befinner sig inom det normala, eller förväntade, spannet. Detta kan också beskrivas som att synapsreduktionen är ”good enough”: de kvarvarande synaptiska förbindelserna mellan orbitofrontala cortex och subkortikala limbiska strukturer ligger på en nivå som innebär att barnets själv och personlighet har utvecklats i enlighet med sina genetiska förutsättningar (eftersom den förväntade livsmiljön också ingår i dessa förutsättningar). Barnet befinner sig inom det spann av förväntade utvecklingslinjer som representerar det verkliga självet.

På liknande sätt är ju till exempel människans synsinne genetiskt kodat från början, men för att det ska utvecklas i enlighet med det medfödda programmet måste barnet, under kritiska perioder, möta förväntade visuella stimuli – exempelvis lodräta och horisontella streck – som



möjliggör de synaptiska kopplingar som strukturerar synförmågan.

De barn som inte får uppleva en trygg anknytning tvingas till olika slags kompenserande strategier, som visserligen också påverkas av genetiska inflytanden men som ändå innebär en snedvridning av den förväntade utvecklingen. När barnets affektregleringsstilar och defensiva strategier avviker tillräckligt mycket från den självmodell som det skulle ha utvecklat i en trygg anknytningsrelation, kan barnet i stället sägas ha utvecklat ett falskt själv.

Synapsbeskrivningen överstiger då den neuralt inprogrammerade förväntan, och barnet knuffas bort från sin förväntade utvecklingslinje. Den avbrutna personlighetsutvecklingen – det som Masterson beskriver som den inställda eller uppdämda separationen-individuationen – avspeglas i ett strukturellt synapsunderskott i de neurobiologiska strukturer som bär upp det verkliga självets anknytnings- och affektregleringsfunktioner.

Det falska självet kan därför beskrivas som ett resultat av organismens möte med en icke förväntad livsmiljö. Dess ”falskhet” utgör ett mått på den tidiga livsmiljöns avvikelser från den biologiskt förväntade, och därmed på individens påtvingade avvikelser från sin medfödda strävan mot individuation. Det verkliga självet, som stannat i utvecklingen, kan emellertid tänkas finnas kvar inom människan som en inneboende potential, just därför att hon från början hade en medfödd förväntan på sin livsmiljö. Denna ursprungliga förväntan ligger i så fall kvar inom henne som ett kvardröjande implicit biologiskt ”minne” av hur den tidiga livsmiljön borde ha sett ut.

Det är denna ursprungliga förväntan om en trygg anknytning som gör att det falska självet kan beskrivas som falskt, och det är också den som ligger till grund för den möjliga insikten om att separations-individuationsprocessen är ofullbordad och att det verkliga självet, i sitt inkapslade tillstånd, inom sig bär på orealiserade möjligheter.

### **Referenser:**

- Coates, Susan W** (2004). ”John Bowlby and Margaret S. Mahler: Their Lives and Theories”, *Journal of the American Psychoanalytic Association*, vol. 52, no 1, ss. 571-601.
- Kandel, Eric R** (1999). ”Biology and the Future of Psychoanalysis: A New Intellectual Framework for Psychiatry Revisited”, *American Journal of Psychiatry* 156:4, ss. 505-524.
- Masterson, James F** (1989). ”Prologue: Evolution”. I Masterson, James F och Klein, Ralph (red), *Psychotherapy of the Disorders of the Self: The Masterson Approach*, ss. xi-xx. New York. Brunner/Mazel.
- Masterson, James F** (2000). *The Personality Disorders: A New Look at the Developmental Self and Object Relations Approach*. New York. Zeig, Tucker & Co.
- Masterson, James F** (red) (2005). *The Personality Disorders Through the Lens of Attachment Theory and the Neurobiologic Development of the Self*. New York. Zeig, Tucker & Theisen.
- Pinker, Steven** (1997). *How the Mind Works*. London. Penguin Books.
- Schore, Allan N** (2003a). *Affect Dysregulation and Disorders of the Self*. New York. W.W. Norton.
- Schore, Allan N** (2003b). *Affect Regulation and the Repair of the Self*. New York. W.W. Norton.
- Winnicott, Donald W** (1993). *Den skapande impulsen*. Stockholm. Natur och Kultur.