

Skisse til en moderne personlighetsteori



En moderne personlighetsteori må funderes på teorier om temperament, tilknytning og mentalisering.

TEKST

Sigmund Karterud

Mickey T. Kongerslev

ILLUSTRASJON

Andrea Ferkingstad

PUBLISERT 1. november 2019

EMNER

personlighet

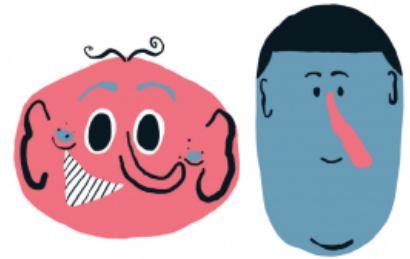
tilknytning

mentalisering

temperament

Personlighetsforstyrrelser er blant samtidens største utfordringer for psykisk helse. Forekomsten er høy (ca. 12% i befolkningen; Volkert, Gablonski, & Rabung, 2018), lidelsestrykket er stort, ledsagende symptomlidelser er mange, belastningen på familier og samfunn er betydelig, og leveutsiktene er dårlige (Karterud, Wilberg, & Urnes, 2017; Kongerslev & Simonsen, 2017; Simonsen, Meisner, Bach, & Kongerslev, 2018). Men også i befolkningen for øvrig spiller personlighet en større rolle enn tidligere for livsløpet. Når betydningen av faktorer som etnisitet, kjønn, religion, familie og klasse blir mindre, øker betydningen av personlige egenskaper for hvordan det går en i livet. Det gjelder for svært mange områder, slik som utdanning, økonomi, psykisk og fysisk helse, arbeidsførhet, livskvalitet og levelengde (Chapman et al., 2019; Hülür, 2017; Millon & Grossman, 2005).

Det er vår tese at psykologien ikke har fanget opp dette på en god nok måte. Videre at dette er mer et teoretisk enn et empirisk problem: Vi lider ikke under mangel på forskningsdata om personlighet, men samtiden savner en overordnet teori som kan forsyne (fragmenterte) data med mening. Vi mistenker deler av psykologien for fortsatt å være bærer av den postmodernistiske smitte som sier at tiden for de store, overordnede teoriene eller fortellingene («grand theories») er ute, og at det beste vi kan håpe på, er delsannheter innenfor avgrensede områder (Lyotard, 1984; Polkinghorne, 1992).



Psykologien burde ikke være fornøyd med en slik beskjeden rolle. Den burde ha ambisjoner om å plassere seg i sentrum for sosialvitenskapene og «life sciences» (Karterud & Kongerslev, 2019a; Katzenelson, 1989; Millon, 1990). Det krever i så fall en ambisiøs personlighetsteori som søker svar på grunnleggende egenskaper ved det å være menneske, slik som selvbevissthet (Karterud, 2017).

Den psykoanalytiske personlighetsteorien har historisk sett vært den mest ambisiøse. Femfaktormodellen («Big Five») er nyere og bedre empirisk begrunnet, men den gir ikke svar på «de store spørsmålene». I det følgende vil vi kritisk vurdere disse to teoriene (men gir 835

avkall på å kommentere en lang rekke andre teorier på grunn av plassmangel), etter først å ha sagt noe om hva slags krav vi bør stille til en gyldig personlighetsteori, og deretter kort skissere hva vi mener bør være hovedelementene i en moderne teori.

En gyldig personlighetsteori

Kravene til en gyldig personlighetsteori henger selvsagt sammen med hvordan man definerer personlighet, men selv med en begrenset definisjon som «individuelle forskjeller i tenkning, følelser og adferd» kommer man ikke unna å ta standpunkt til nettopp «tenkning/kognisjon» og «følelser» slik at man heller ikke her slipper unna det vi mener er det første og viktigste kravet – at teorien er forankret i en mer overordnet evolusjonsteori. I erkjennelse av at også (sosiale) dyr har personlighet, i den forstand at det er individuelle forskjeller mellom dem med hensyn til kognisjon og emosjoner, kreves det en særskilt begrunnelse for det spesifikt menneskelige ved et begrep som personlighet. I vår tid er det rimelig stor enighet om at det spesifikt menneskelige har med selvbevissthet å gjøre. Det innebærer at en personlighetsteori må inkludere en teori om så vel selvet som bevisstheten (Karterud, 2017; Karterud & Kongerslev, 2019a). Når i evolusjonshistorien oppstår bevissthet, hvilke dyr har dette, hva kjennetegner kjerneselvet («core self»), når oppstår «self awareness» og endelig selvbevissthet?

Evolusjonsperspektivet er også nødvendig for å redegjøre for arvelighet. Grovt regnet er rundt 50 % av variansen i viktige personlighetsegenskaper betinget av arv (Bouchard & McGue, 2003). Men hva er det som arves? Evolusjonsperspektivet er per definisjon knyttet til biologi, og det setter nevrobiologien på dagsorden: Hvilke nevrobiologiske mekanismer styrer hvilke personlighetsegenskaper? En gyldig personlighetsteori må

styres av evolusjonsteori, men samtidig overskride den. Når selvbevisstheten først er kommet inn i verden, oppstår komplekse språkbaserte samfunn med akkumulering av regler og kunnskap, noe som igjen kommer til å prege ontogenesen til nye generasjoner. Utviklingspsykologien blir derfor møteplassen mellom biologiske forutsetninger og samfunnsmessige krav til hvert enkelt individ. Her møtes natur og kultur, og værensbetingelsene endrer seg. Utviklingspsykologi vil derfor være en sentral del av en gyldig personlighetsteori.

I komplekse samfunn vil etter hvert sosiokulturelle prosesser leve sitt eget liv og være tema for sosiologi og statsvitenskap. Men til syvende og sist bygger disse teoriene på en psykologisk «theory of man», jevnfør for eksempel en av vår tids fremste statsvitere, Francis Fukuyama, som begrunner sin statsteori i en tese om at mennesker med nødvendighet vil la seg prege av slektskapsaltruisme og derfor drifte mot nepotisme (Fukuyama, 2011). Derfor nødvendigheten av demokratiske prosesser, rettsstat og «checks and balances», det vil si at makt korrupperer, og at den derfor må kontrolleres.

Vi vil også fremheve at en gyldig personlighetsteori bør være dekkende for «normalpsykologien» så vel som for psykopatologien (Karterud & Kongerslev, 2019a).

Tre tilnærminger

«Når betydningen av faktorer som etnisitet, kjønn, religion, familie og klasse blir mindre, øker betydningen av personlige egenskaper for hvordan det går en i livet»

Personlighetsteori har en turbulent historie. Som moderne akademisk disiplin begynner den først på slutten av 1800-tallet. Pervin (2008) fremhever at det skjer relativt simultant i form av tre forskjellige tilnærminger:

1) klinisk/psykodynamisk, 2) korrelasjonelt/ trekk og 3) eksperimentelt/sosial-kognitivt. På bakgrunn av forskjellige oppfatninger om menneskets natur og hva som teller for vitenskapelighet, samt forskjellige preferanser for metoder og testinstrumenter, har det opp gjennom fagets historie vært mye innbyrdes kiv og strid mellom disse retningene (Block, 1995; Mayer, 2005; McAdams & Pals, 2006; Mischel & Shoda, 1994). I det følgende vil vi kort kommentere tre av disse tilnærmingene og deres forhold til grunnelementene i vår egen teori, som handler om temperament, tilknytning (attachment) og mentalisering (TAM) (Karterud, 2017; Karterud & Kongerslev, 2019a, 2019b).

Først trekk-tilnærmingen

Først trekk-tilnærmingen ettersom den har vært dominerende innenfor feltet i mange år. Det skyldes ikke minst femfaktormodellen (FFM) (McCrae & Costa, 2003).

Trekkmodeller, så som FFM, er typisk deskriptive og non-kausale (Block, 1995). Trekkforskningen har bidratt med et vell av empiriske studier som tilbyr en forståelse av personlighetens struktur/ organisasjon i form av brede trekk (ofte fem) med underliggende fasetter. FFM har fremvist imponerende psykometriske egenskaper samt prediktive sammenhenger med viktige utfallsmål (Roberts, Kuncel, Shiner, Caspi, & Goldberg, 2007). Femfaktormodellen har uten tvil vært den hittil viktigste metoden for kartlegging av de mer temperamentsmessige sidene ved personligheten. Samtidig er det grunn til å stille spørsmål om modellens validitet (Block, 1995). Saken er at fire av faktorene – nevrotisisme, ekstroversjon, åpenhet for opplevelser og medmenneskelighet – korrelerer høyt med primære emosjoner (Davis & Panksepp, 2018; Karterud, 2017). Faktorene kan derfor forstås som epifenomener til primære emosjoner. Samvittighetsfullhet synes å være et unntak (Davis & Panksepp, 2018), noe vi også har tatt hensyn til i vår teori (Karterud, 2017; Karterud & Kongerslev, 2019a). Det store problemet med FFM ut over dette er særlig hva den ikke dekker. Den er ikke en fullverdig personlighetsteori. FFM har eksempelvis ingen teori om bevissthet, selv, selvutvikling og tenkning. Den sier ingenting om intersubjektivitet, kommunikasjon og dialog og er derfor ikke særlig egnet som redskap for behandling av personlighetsproblemer.

Femfaktormodellen (Big Five) er et produkt av statistiske analyser av språklige ord og uttrykk, grunnet i den såkalte leksikalske hypotesen, der en antar at personlighetsmessige egenskaper opp gjennom historien har fått sitt språklige uttrykk (Block, 1995). Post hoc har man forsøkt å gi den en evolusjonær begrunnelse, men en slik «top-down»-teori kan dårlig konkurrere med teorier som tar temperament (emosjoner) hos dyr som utgangspunkt og byggestein for en «bottom-up»-teori.

Psykoanalyse

Psykoanalyse i moderne tid er en bred «familie» av beslektede teorier og praksiser, og det eksisterer ingen kanonisert psykoanalytisk personlighetsteori. I kjølvannet av psykoanalysens «relasjonelle vending» rundt årtusenskiftet gir det likevel mening å snakke om en slags mainstream psychoanalysis som bygger på grunnleggende antakelser om personlighetens struktur. Siden Sigmund Freud har det vært en utvikling fra en vektlegging av ubevisste versus bevisste konflikter (lystprinsippet versus realitetsprinsippet), via strukturkonflikter (id, ego, superego) over mot relasjonelle behov og konflikter. Styrken i moderne psykoanalytisk personlighetsteori er at den tar menneskets (desentrerte) subjektivitet på alvor, og at den kan redegjøre for typiske relasjonelle scenarier som har sitt utspring i individets utviklingshistorie; en utviklingshistorie som er preget av ubevisste krefter, som spiller seg ut i dagliglivet, og som vil prege forholdet til betydningsfulle personer, inkludert terapeuten (overføring). John Bowlbys teorier om tilknytningsbånd, tilknytningsmønster og «indre arbeidsmodeller» har lagt grunnlaget for en mer generell og interpersonlig objektrelasjonsteori. Vår egen teori (TAM) er sterkt påvirket av denne tradisjonen og dens mer moderne oppfatning av det dynamisk ubevisste enn det Freud opprinnelig sto for (Eagle, 2010). Det dynamiske ubevisste kan bedre forstås som emosjonelt ladete

relasjonskonflikter som individet ikke har oversikt over, enn som en indre, nærmest psykotisk kjerne herjet av ubevisste og driftsbaserte incest- og dødsønsker. TAM-teorien fører videre den psykoanalytiske forståelsen av et desentrert subjekt – at mangt og mye av det vi mennesker tenker, føler og gjør, pågår automatisk/prerefleksivt, og at de «egentlige» grunnene til dette sjelden lar seg fullstendig avdekke, noe også moderne forskning har påvist (Bargh, 2018; Lieberman, 2007)



Slik vi ser det, er det flere alvorlige problemer forbundet med psykoanalytisk personlighetsteori: 1) Det er ingen enighet om en grunnleggende affekt- eller emosjonsteori. Mange psykoanalytiske teoretikere vektlegger fortsatt aggresjon og seksualitet, forstått som drifter, noe debatten mellom Siri Gullestad (2018, 2019) og Sigmund Karterud (2018, 2019) her i Psykologtidsskriftet illustrerer. Flere av Jaak Panksepps (1998) primære emosjoner neglisjeres, og dette får konsekvenser for forklaringskraften. Det innebærer også at psykoanalysen har dårlige begreper for den konstitusjonelle (temperamentsmessige) delen av personligheten og dermed vanskelig kan forklare arvets betydning. 2) Psykoanalysen er heller ikke forenet i en teori om selvbevissthet som overbevisende kan knyttes til en evolusjonær forståelse av opphavet til bevissthet og tenkning – noe som var en av Freuds store ambisjoner. 3) Generelt sett er den evolusjonære forankringen spinkel. Det kan henge sammen med psykoanalysens ambivalente forhold til empiri. Det kan også henge sammen med at Freud (1913/2001) førte psykoanalysen på avveier gjennom boken Totem and Tabu, der han forsøkte å gi ødipalkonflikten en evolusjonær forankring, men falt ned på en lamarckistisk forklaringsmodell (at ervervede egenskaper kan arves), som er stikk i strid med Darwin og moderne evolusjonsteori. 4) Psykoanalytisk utviklingsteori henger fortsatt fast i empirisk svake teorier om tidlig splitting (f.eks. Kernberg, 2016) og tenderer til å neglisjere betydningen av kognitiv utvikling.

Den sosial-kognitive tilnærmingen

Den sosial-kognitive tilnærmingen til utforskning av personligheten har fokus på de dynamiske prosessene som skaper konsistens og koherens i personers handel og vandel, og spesielt interaksjonen mellom en persons kognisjon (herunder skjema og emosjoner) og situasjon (Caprara & Cervone, 2000). Historisk er det røtter tilbake til Kurt Lewins feltteori, og navn som Albert Bandura og Julian Rotter forbindes ofte med denne tilnærmingen. Men det er særlig Walter Mischel og kolleger som har hatt stor betydning for feltet, ikke minst den såkalte person–situasjon (eller state–trait)-debatten som Mischel reiste for flere årtier siden (Karterud & Kongerslev, 2019a). Den sosial-kognitive tilnærming er blitt kritisert for å mangle en samlende teori som kan integrere de forskjellige eksperimenter og variabler, samt at flere av de variabler som den beskjeftiger seg med, kan være vanskelige å operasjonalisere. Man har også etterlyst en utviklingspsykologisk dimensjon. Likevel er vår TAM-teori tydelig inspirert av sosial-kognitive teori, ikke minst under området mentalisering.

Skisse til en moderne personlighetsteori

Som svar på ovennevnte problemer har vi i en serie artikler og bøker redegjort for det vi mener bør være fundamentet i en moderne personlighetsteori (Karterud, 2011; Karterud, 2017; Karterud, Folmo, & Kongerslev, 2019; Karterud & Kongerslev, 2019a, 2019b). Hvor intet annet fremgår, følger vi disse utgivelsene ganske tett i det som følger. Vårt forslag (se Karterud & Kongerslev, 2019a) til en definisjon av personlighet er:

Personlighet er et individs unike variasjon over den menneskelige naturs generelle evolusjonære utforming, tilknytningsmønster og selvreflekterende evne. Den kommer til uttrykk som et utviklende mønster av disponerende trekk, karakteristiske tilpasninger, interpersonlige relasjoner og integrative livshistorier som er innvevd i en kulturell matrix.

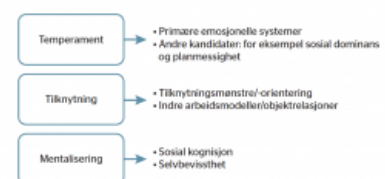
«Vi mistenker deler av psykologien for fortsatt å være bærer av den postmodernistiske smitte som sier at tiden for de store, overordnede teoriene eller fortellingene er ute»

Med dette defineres personlighet med referanse til tre hovedområder innenfor livsvitenskap, psykologi og filosofi: 1) evolusjon (temperament) (Darwin, 1859/2011; Panksepp, 1998), 2) tilknytning / interpersonlige relasjoner (Bowlby, 1997; Leary, 1957) og 3) selvbevissthet (tenkning) (Fonagy, Gergely, Jurist, & Target, 2005; Kohut, 2009; Ricoeur, 1995). Videre har definisjonen referanse til personlighetstrekk (Allport, 1937), narrativ teori (McAdams & Pals, 2006) og psykodynamisk teori og gruppeanalyse (Foulkes, 1990). Vesentlig, for å tilfredsstille krav til en god teori, er det at kjernebegrepene henger sammen i kraft av en begrunnet årsakskjede.

Personlighetens tre grunnleggende pilarer er illustrert i figur 1.

Temperament

Temperament har en flere tusen års historie i forskning og tenkning om personlighet, og vi slutter oss til denne. Selv om definisjoner av temperament spriker, er de fleste enige om at emosjoner, deres styrke og regulering, utgjør det viktigste innholdet i temperamentsbegrepet (Allport, 1937; Clark & Watson, 2008; Simonsen & Kongerslev, 2017). Dette bringer affektiv nevrovitenskap inn som en grunnlagsdisiplin for temperamentsforskning og dermed teorien om primære emosjonelle systemer, som kan påvises hos alle pattedyr. Vi minner om at emosjoner er motivasjonelle systemer som påvirker organismen som helhet når de blir aktivert, og at dette innebærer et handlingsmønster så vel som mentale tilstander (Panksepp, 1998).



FIGUR 1 Personlighetens tre pilarer

Ifølge Karterud (2017; se også Karterud & Kongerslev, 2019a, 2019b) kan de syv primære emosjonelle systemer kort beskrives som følger:

- **SØKING** (Panksepps terminologi med STORT) er vårt mest grunnleggende primære emosjonelle system. Andre konseptualiseringer som ligger nær opptil, er for eksempel «exploratory behavior», «behavioral activation system», «libido» eller «the reward system of the brain». Søking er det som gjør at vi beveger oss nysgjerrig og målrettet rundt i verden. Subjektivt oppleves søking som forventningsglede og er nevrokjemisk hovedsakelig betinget av nevrotransmitteren dopamin.
- **FRYKT** har en tydelig hjerneorganisk lokalisasjon («periaqueductus grey» (PAG) og amygdala) og et dominerende nevrotransmittersystem som også gjør at vi medikamentelt kan dempe frykt (benzodiazepiner).
- **SINNE** er et emosjonelt system som høyerestående dyr ikke kan klare seg uten. Uten å kunne forsvare seg vil en ikke overleve i en verden der en konkurrerer med andre. Sinne er ingen drift, men reaktivt i forhold til omgivelsene. Hos homo sapiens kan imidlertid sinne anta «driftskaracter», for eksempel som svar på overgrep og krenkelser, som «chronic narcissistic rage» (Kohut, 1972).
- **LYST** (seksuell) er selvsagt evolusjonært nedlagt for å sikre arters overlevelse. Lyst har driftskaracter i den forstand at den er uttrykk for et «indre press» og i mindre grad er reaktiv i forhold til omgivelsene. Lyst er da også mer hormonelt drevet (f.eks. testosteron) enn gjennom reaktive nevrotransmittere.
- **OMSORG** er grunnlaget for tilknytning, vennskap og gruppefelleskap. Empati er en del av omsorg. Den subjektive opplevelsen av omsorg er kjærlighet og følelsen av å bry seg om, og resiprokt, en følelse av å falle til ro gjennom omsorgsfull kjærlighet. Omsorg er betinget av «sosiale hormoner» som oxytocin, vasopressin og endogene opioider.
Temperament Tilknytning Mentalisering • Primære emosjonelle systemer • Andre kandidater: for eksempel sosial dominans og planmessighet • Tilknytningsmønstre/-orientering • Indre arbeidsmodeller/objektrelasjoner • Sosial kognisjon • Selvbevissthet
- **SEPARASJONSANGST** aktiveres når en er skilt fra betydningsfulle andre, og gjør at små barn reagerer med såkalte distress calls for å påkalle omsorgsgiver. Fall i konsentrasjonen av endogene opioider, oxytocin og prolactin og økning av glutamat og adrenokortikotrop hormon, ACTH, gir sterkt subjektivt ubehag hos mennesker (fortvilelse og tristhet) og utløser distress calls hos barn. Omvendt vil gjenforening, formidlet gjennom omsorg, fylle en med velvære.
- **LEK** har sin prototypiske form i boltrelek i oppveksten, mens den modne versjonen fyller mye av fritiden hos voksne. Subjektivt er lek ledsaget av glede. Lek stimuleres først og fremst av små doser endogene opioider og hemmes av frykt. Lek er en sensitiv indikator for hvordan man har det. Når dyreunger er friske og velopplagte, vil de omtrent alltid leke med hverandre om de får sjansen.

Panksepps syv emosjonelle systemer er ikke uttømmende for menneskelig temperament, og det er derfor gode grunner til å søke flere temperamentskomponenter.

Om vi går tilbake til en pioner som Raymond Cattell, finner vi flere kandidater, og av de som har holdt stand gjennom senere års forskning, vil vi spesielt fremheve sosial dominans (van der Westhuizen & Solms, 2015). I tillegg er det gode argumenter for at planmessighet («conscientiousness») fra femfaktormodellen både fanger opp egenskaper som ikke dekkes av primære emosjoner (se også Karterud et al., 2017) og selvkontroll (inkludert eksekutive funksjoner) (Karterud & Kongerslev, 2019a).

Personlighetsteorier handler om grunnleggende egenskaper som innebærer forskjeller mellom individer. Det er store forskjeller med hensyn til primære emosjoner, som dels er betinget av arv, dels av læring. Problemer med emosjonsbevissthet gjør folk sårbare for psykiske lidelser.

Tilknytning

Tilknytning er den andre hovedpilaren i vår personlighetsdefinisjon (Karterud, 2017; Karterud & Kongerslev, 2019a, 2019b). Det er viktig å fremheve sammenhengen mellom temperament og tilknytning. Vi hevder at tilknytning bygger på primære emosjoner. Som nevnt er dette en omstridt påstand ettersom Bowlby (1997) og hans etterfølgere antok at tilknytningsadferd handlet om et «autonomt adferdssystem». I litteraturen støter en derfor hyppig på uttrykk som «aktivering», «hyperaktivering» eller «deaktivering» av «tilknytningssystemet» (Mikulincer & Shaver, 2018). Vi mener denne forståelsesmåten må ses i et historisk perspektiv. Da Bowlby utarbeidet tilknytningsteorien, var det en sterk debatt innenfor psykoanalysen om hvorvidt menneskets primære drifter var seksualitet og aggresjon, eller hvorvidt driften var «objektsøkende» (Eagle, 2010). Bowlby hevdet med styrke sistnevnte oppfatning og kunne nyansere dette som utslag av en biologisk egenskap som var delt av mange dyrearter. Vi hevder at «tilknytningssystemet» er en altfor grov kategori, som inneholder for mange tendenser og detaljer til at det kan regnes som et «autonomt adferdssystem» som baserer seg på genetisk seleksjon. En mer nøktern og vitenskapelig fundert posisjon er å dekonstruere «tilknytningssystemet» til et sinnrikt samspill mellom de primære emosjonene FRYKT, SEPARASJONSANGST og OMSORG. En slik forståelse fanger opp Bowlbys (og andre tilknytningsforskeres) observasjoner og redegjør godt for det som er dynamikken i tilknytningsforskningens eksperimentelle kronjuvel, «Strange Situation Test» (Ainsworth & Bell, 1970). Dette punktet er svært viktig teoretisk sett fordi en kan hevde at når mer moderne (relasjonell) psykoanalyse holder fast ved mennesket som grunnleggende «objektsøkende», kan det tapes en interesse for hva som ligger bak denne «objektsøken», og dermed en svekket interesse for primære emosjoner som grunnleggende drivkrefter for menneskets subjektive liv og samkvem.

Avgjørende for at tilknytning tilkjennes denne betydningen for personlighetsteori, er at folk er forskjellige med hensyn til tilknytningsmønster, og at deres mønster (trygt versus utrygt/disorganisert) vil prege livsløpet og sårbarhet for psykiske lidelser.

Mentalisering

Mentalisering er den tredje hovedpilaren (Karterud, 2017). Med mentalisering mener vi evnen til å oppfange og fortolke mentale tilstander, spesielt hvilke intensjoner som ligger bak (andres og egne) handlinger, slik som følelser, behov, ønsker, løgn, forstillelse m.m. (Fonagy et al., 2005). Denne tradisjonelle definisjonen overlapper med mange andre begreper i litteraturen, slik som sosial kognisjon (Kongerslev, Simonsen, & Bo, 2015), og kan gi opphav til en kognitiv overbetoning. Vi foretrekker derfor det «franske sporet» i mentaliseringstradisjonen, som handler om selve symboliseringsevnen, spesielt evnen til å sette ord på egne fornemmelser der følelser spiller en avgjørende rolle (Lecours & Bouchard, 1997). Helt grunnleggende er det at «sosial kognisjon» setter sitt avtrykk i selvets kjerne: De ord og begreper som jeg forstår meg selv med, og som danner grunnlaget for min identitet (eller mangel på sådan), er hentet fra det «bibliotek» som er opparbeidet av lokal familie, kultur og sivilisasjon. Som nevnt i innledningen, forutsetter dette et skille mellom kjernebevissthet og selvbevissthet. Kjernebevissthet er en egenskap som følger med det å være et hvirveldyr (med sentralnervesystem og hjerne (Feinberg & Mallatt, 2016)), mens selvbevissthet er en egenskap som følger av tilknytningserfaringer innenfor en selvreflekterende kultur. Selvbevissthet er «å mentalisere seg selv». Denne evnen er grunnet i en dialektikk der en blir bevisst seg selv gjennom et intersubjektivt samspill av anerkjennelse og erkjennelse (Bogdan, 2000; Katzenelson, 2000; Mead, 1967). Selvbevissthet er igjen en forutsetning for autobiografisk bevissthet (Damasio, 2000) eller narrativ identitet (McAdams & Pals, 2006). Denne utlevertheten, denne intersubjektive avhengigheten av «being minded» for selv å kunne tenke om seg selv og andre (Bogdan, 2000; Fonagy et al., 2005), er samtidig menneskets sosiale styrke og akilleshæl. Det gjør en sårbar for manglende anerkjennelse, neglisjering, feiltolkning av egen mental tilstand, løgn om egen mentale tilstand, mental overkjøring, vold og utbytting, ambivalens, manglende grenser mellom selv og andre, manglende omsorg. I det hele tatt et enormt spekter av mer eller mindre kroniske negative livshendelser som har negative konsekvenser for personlighetsutviklingen. Forskning viser at mentaliseringsevnen er betinget av ens tilknytningserfaringer, at individer er forskjellige, at den har stor betydning for livsløpet, og at den er knyttet til psykisk helse (Fonagy & Luyten, 2016; Fonagy, Luyten, Allison, & Campbell, 2017; Kashdan & Rottenberg, 2010).

Syntese

Slik henger temperament, tilknytning og mentalisering sammen: Primære emosjoner kommer først, i evolusjonen som i ontogenesen. Det er egenskaper som har vært gjenstand for genetisk seleksjon, og som derfor utgjør den sterkeste arvelige komponenten av personligheten. Tilknytning bygger på primære emosjoner, men individets unike tilknytningsmønster skyldes i hovedsak levde relasjonelle erfaringer. Mentalisering (og selvbevissthet) har tilknytning som sin forutsetning og utgjør den evnen som tillater sivilisasjonen å ta bolig i hvert enkelt individ.

**«TAM-teorien innbyr til
selvbesinnelse, og den minner**

om vår plass i kosmos»

Det gjelder for alle hovedpilarene at de er svar på livsviktige utfordringer for alle mennesker. Det handler om menneskets natur, og at mennesker er forskjellige i disse egenskapene. Teorien tar med seg det beste fra femfaktormodellen, det vil si temperament, men med sterkere (og riktigere!) fokus på emosjoner, og det beste fra psykoanalysen, det vil si tilknytning, intersubjektivitet og identitetsdannelse, men med sterkere vekt på sosial kognisjon, og fremfor alt betydningen av selvbevissthet.

Bruksverdi og tidsånden

Litt høystemt kunne det avslutningsvis lyde: Tiden kaller som aldri før på en integrerende personlighetspsykologi.^[1] Vår befolkning ligger på lykketoppen i verden, men er samtidig mer polarisert enn før. Store personlighetsproblemer gir utenforskap. Vi andre står i fare for å bite på «fake news». Også om oss selv. En integrerende teori må tilby å samle den fragmenterte empiriske kunnskapen fra de forskjellige deler av personlighetspsykologien, samtidig med at den også tilbyr personer en modell for selvforståelse. Og ikke en vilkårlig modell – vel å merke – men en modell som minner oss om hvordan vi nok kan tenke oss selv som hva som helst, men allikevel ikke kan være hva som helst. Dette fordi noe er oss gitt (vårt temperament) og noe er tillært (tilknytningsmønstre og mentalisering). Og det som er oss gitt, er jo vår natur, og her blir den evolusjonære forankring viktig. Evolusjonstenkning minner oss om at vi er en del av verden, vi deler primære emosjonelle systemer med andre pattedyr. Vi er blott en liten del av universet, og klimakrisen roper på besinnelse og handling. Og, kakofonien av diskurser individet utsettes for i vår tid, kan også være overveldende og true med å oversvømme individet med mer eller mindre motstridende informasjoner – så det er lett å miste sig selv. TAM-teorien innbyr til selvbesinnelse, og den minner om vår plass i kosmos og gir plass til så vel essens som eksistens.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 56, nummer 11, 2019, side 834-843

TEKST

Sigmund Karterud, MD, PhD, professor i psykiatri, Institutt for mentalisering
Mickey T. Kongerslev

ILLUSTRASJON

Andrea Ferkingstad

+ [Vis referanser](#)

Ainsworth, M.D., & Bell, S.M. (1970). Attachment, exploration, and separation illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41, 49-67.

Allport, G.W. (1937). *Personality: A Psychological Interpretation*. New York: Holt.

- Bargh, J. (2018). *Before You Know It: The Unconscious Reasons We Do What We Do*. London: William Heinemann.
- Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin*, 117(2), 187-215.
- Bogdan, R. J. (2000). *Minding Minds*. Cambridge: MIT Press.
- Bouchard, T.J., Jr., & McGue, M. (2003). Genetic and environmental influences on human psychological differences. *Journal of Neurobiology*, 54(1), 4-45.
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. London: Vintage.
- Caprara, G.V., & Cervone, D. (2000). *Personality: Determinants, Dynamics, and Potentials*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Chapman, B.P., Huang, A., Horner, E., Peters, K., Sempeles, E., Roberts, B., & Lapham, S. (2019). High school personality traits and 48-year all-cause mortality risk: results from a national sample of 26 845 baby boomers. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 73(2), 106-110.
- Clark, L.A., & Watson, D. (2008). Temperament: an organizing paradigm for trait psychology. I O. P. John, R.W. Robins, & L.A. Pervin (red.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed., s. 265-286). New York: Guilford.
- Damasio, A. (2000). *The Feeling of What Happens*. London: Vintage.
- Darwin, C. (2011). *Origin of the Species*. London: William Collins.
- Davis, K.L., & Panksepp, J. (2018). *The Emotional Foundations of Personality*. New York: Norton.
- Eagle, M.N. (2010). *From Classical to Contemporary Psychoanalysis*. New York: Routledge.
- Feinberg, T.W., & Mallatt, J.M. (2016). *The Ancient Origins of Consciousness*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L., & Target, M. (2005). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York: Other Books.
- Fonagy, P., & Luyten, P. (2016). A multilevel perspective on the development of borderline personality disorder. I D. Cicchetti (red.), *Developmental psychopathology: Maladaptation and psychopathology* (3rd ed., Vol. III, s. 726-791). New York: Wiley.
- Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E., & Campbell, C. (2017). What we have changed our minds about: Part 1. Borderline personality disorder as a limitation of resilience. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 4, 11.
- Foulkes, S.H. (1990). The group as matrix of the individual's mental life. I E. Foulkes (red.), S.H. Foulkes *Selected Papers* (s. 223-234). London: Karnac Books.
- Freud, S. (2001). *Totem and Taboo* (2nd ed.). London: Routledge.
- Fukuyama, F. (2011). *The Origins of Political Order*. London: Profile Books.
- Gullestad, S.E. (2018). Psykoseksualitet er et grunnmotiv. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 55(12), 1138-1141.
- Gullestad, S.E. (2019). Ingen omkamp. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 56(2), 112-113.
- Hülür, G. (2017). Cohort differences in personality. I J. Specht (red.), *Personality Development Across the Lifespan* (s. 519-536). London: Academic Press.
- Karterud, S. (2011). Constructing and Mentalizing the Matrix. *Group Analysis*, 44(4), 357-373.
- Karterud, S. (2017). *Personlighet*. Oslo: Gyldendal.
- Karterud, S. (2018). Psykoanalysen mangler emosjoner. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 56(11), 1034-1037.
- Karterud, S. (2019). Omkamp om libidoteorien? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 56(1), 44-46.

- Karterud, S., Folmo, E., & Kongerslev, M.T. (2019). Personality and the group matrix. *Group Analysis*. Advance online publication. doi:<https://doi.org/10.1177/0533316418824210>
- Karterud, S., & Kongerslev, M.T. (2019b). Case formulations in mentalization-based treatment (MBT) for patients with borderline personality disorder. I U. Kramer (red.), *Case Formulation for Personality Disorders: Tailoring Psychotherapy to the Individual Client* (s. 41-60). London: Academic Press.
- Karterud, S., Wilberg, T., & Urnes, Ø. (2017). *Personlighetspsykiatri* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Karterud, S.W., & Kongerslev, M.T. (2019a). A Temperament-Attachment-Mentalization-Based (TAM) Theory of Personality and Its Disorders. *Frontiers in Psychology*, 10: 518. doi:[10.3389/fpsyg.2019.00518](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00518)
- Kashdan, T.B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865-878. doi:[10.1016/j.cpr.2010.03.001](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001)
- Katzenelson, B. (1989). *Psykens verden, i verden*. Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.
- Katzenelson, B. (2000). Sindets besindelse: Selvet som selvforholdet hos Søren Kierkegaard. I B. Katzenelson (red.), *Psykologiske indblik* (s. 151-172). København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Kernberg, O.F. (2016). What is personality? *Journal of Personality Disorders*, 30(2), 145-156. doi:[10.1521/pedi.2106.30.2.145](https://doi.org/10.1521/pedi.2106.30.2.145)
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 27(1), 360-400.
- Kohut, H. (2009). *The analysis of the self*. Chicago: Chicago University Press.
- Kongerslev, M., Simonsen, S., & Bo, S. (2015). The quest for tailored treatments: a meta-discussion of six social cognitive therapies. *Clinical Psychology*, 71, 188-198.
- Kongerslev, M.T., & Simonsen, E. (2017). Personlighedens psykopatologi. Psykiatrisk klassifikation, klinisk fremtræden og diagnostisk udredning. I E. Simonsen & B.B. Mathiesen (red.), *Personlighed og personlighedsforstyrrelser* (s. 175-221). København: Hans Reitzels Forlag.
- Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: Ronald.
- Lecours, S., & Bouchard, M. (1997). Dimensions of mentalisation: Outlining levels of psychic transformation. *International Journal of Psychoanalysis*, 78, 855-875.
- Lieberman, M.D. (2007). Social cognitive neuroscience: a review of core processes. *Annual Review of Psychology*, 58, 259-289. doi:[10.1146/annurev.psych.58.110405.085654](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085654)
- Lyotard, J.F. (1984). *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Mayer, J.D. (2005). A tale of two visions: can a new view of personality help integrate psychology? *American Psychologist*, 60(4), 294-307. doi:[10.1037/0003-066X.60.4.294](https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.4.294)
- McAdams, D.P., & Pals, J.L. (2006). A new Big Five: fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, 61(3), 204-217.
- McCrae, R.R., & Costa, P.T. (2003). *Personality in Adulthood: A Five Factor Theory Perspective*. New York: Guilford Press.
- Mead, G.H. (1967). *Mind, Self, and Society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2018). *Attachment in Adulthood* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Millon, T. (1990). *Toward a New Personology: An Evolutionary Model*. New York: Wiley.
- Millon, T., & Grossman, S.D. (2005). Sociocultural factors. I J.M. Oldham, A.E. Skodol, & D. Bender (red.), *The American Psychiatric Publishing Textbook of Personality Disorders* (s. 223-235). Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.
- Mischel, W., & Shoda, Y. (1994). Personality psychology has two goals: Must it be two fields? *Psychological Inquiry*, 5(2), 156-158.
- Panksepp, J. (1998). *Affective Neuroscience*. Oxford: Oxford University Press.

- Pervin, L. (2008). *Personality Psychology: Current Status and Prospects For the Future*. *Polish Psychological Bulletin*, 39(4), 171-177.
- Polkinghorne, D.E. (1992). Postmodern epistemology of practice. I S. Kvale (red.), *Psychology and Postmodernism* (s. 146-165). London: Sage.
- Ricoeur, P. (1995). *Oneself as Another*. Chicago: University of Chicago Press.
- Roberts, B.W., Kuncel, N.R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L.R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 313-345.
- Simonsen, E., & Kongerslev, M.T. (2017). Personlighed og psykopatologi - set i Millons perspektiv. I E. Simonsen & B.B. Mathiesen (red.), *Personlighed og personlighedsforstyrrelser* (s. 19-76). København: Hans Reitzels Forlag.
- Simonsen, E., Meisner, M.W., Bach, B., & Kongerslev, M. (2018). Diagnostik og behandling af personlighedsforstyrrelser. *Ugeskrift for læger*, 180, 2-5.
- van der Westhuizen, D., & Solms, M. (2015). Social dominance and the Affective Neuroscience Personality Scales. *Conscious Cogn*, 33, 90-111.
- Volkert, J., Gablonski, T.C., & Rabung, S. (2018). Prevalence of personality disorders in the general adult population in Western countries: systematic review and meta-analysis. *British Journal of Psychiatry*, 213(6), 709-715.