

Schema för dagen

- ❖ 09.00-15.30
- ❖ Fika 10.30-11.00
- ❖ Lunch 12.45-13.30
- ❖ Bensträckare – fruktstund 14.30

- ❖ www.famos.se
- ❖ www.sfft.se

Anknytningsteori - betydelsen av nära känslomässiga relationer

1. Anknytningsteori en snabbgenomgång

Anders.Broberg@psy.gu.se
Psykologiska Institutionen,
Göteborgs Universitet

Behovet av någon att ty sig till

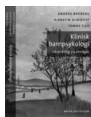


Presentationen

- ❖ Anknytningsteori – en snabbkurs
- ❖ Omvårdnad/omsorgsvikt
- ❖ Anknytning och psykoterapi
- ❖ Anknytning och våld i familjen

Referenser (alla Natur och Kultur)

Broberg, A., Almqvist, K. & Tjus, T. (2003). *Klinisk barnpsykologi -- utveckling på avvägar*.



Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T. & Risholm Mothander, P. (2006). *Anknytningsteori -- betydelsen av nära känslomässiga relationer*.



Broberg, A., Risholm Mothander, P., Granqvist, P., & Ivarsson, T. (2008). *Anknytning i praktiken -- tillämpningar av anknytningsteorin* (utkommer i september)



Kunskapen om de första levnadsårens betydelse manar till handling

1. *Hjärnans utveckling*
 - Under fosterstadiet
 - Under de första levnadsåren
2. *Känslomässig regleringsförmåga*
 - "Mjuk" reglering via god omvårdnad
 - "Hård" reglering via hormon- och neurotransmittorer
3. *Den tidiga utvecklingen begränsar hjärnans framtida flexibilitet*
 - Biologisk anpassning till miljöer som är samma som den tidiga miljön
4. *Erfarenheter av tidigt samspel formar senare samspel*

Pionjärerna

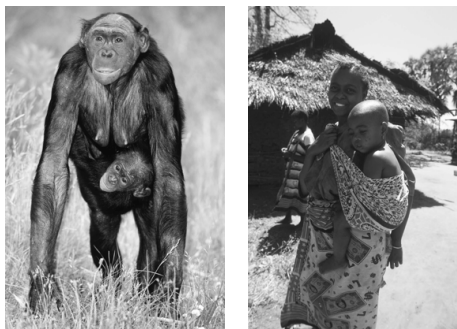


WHO-rapporten 1951

"For the moment it is sufficient to say that what is believed to be essential for mental health is that an infant and young child should experience a warm, intimate, and continuous relation with one person who steadily "mothers" him/her, in which both find satisfaction and enjoyment."

"Ett samhälle som bryr sig om sina barn måste värda sig om deras föräldrar"

*Kroppskontakt betyder så mycket.
Nomader är vana vid att bli burna*



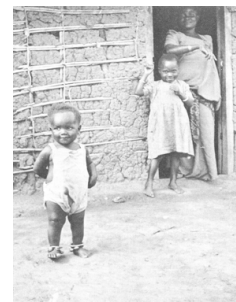
Studier av barn på sjukhus och barnhem visade på de negativa effekterna av separation i synnerhet för barn i åldern 1/2 - 3 år



Separationsreaktioner och sorg

- ❖ **Protest** -- Vart tog du vägen?? Kom hit!!
- ❖ **Förtvivlan** -- Jag saknar dig, jag är ledsen och ensam. Jag klarar mig inte..
- ❖ **Losskoppling** -- Jag måste klara mig och för att kunna ty mig till nya anknytningspersoner måste jag koppla loss från dig.

Mary Ainsworths studier av samspelet mellan mor och barn i Uganda på 1950-talet la grunden för kunskapen om betydelsen av föräldrars lyhördhet för barns signaler



Teorin lämnar oss inte oberörda

Han är naken. Han skriker. Han kan inte vända sig om. Han kan inte få in sina fingrar i munnen. Ett spädbarn i min famn. Och i ett slag negerar detta spädbarn vårt samhälles allra heligaste ideal. Han är nämligen fullständigt hjälplös. Inte som ett misstag, utan i sin helt normala natur. Han är helt enkelt beroende. Inte för att det har blivit fel, utan för att det har blivit rätt. Det är just så vi är. Det är så vi alla har varit. Överallt. I alla tider. Hjälplösa, beroende, utelämnade, oförmögna att klara oss själva. (Nina Björk, Söndagskolumnen, DN 2005-03-20)

Omvårdnad och anknytning



Två sidor av samma mynt

Anknytning inte bara mamma och barn

BABIES NEED FATHERS TOO



En unge er ingen lykkelig unge når den ikke har en mor, det sier alle, men en unge er heller ikke lykkelig uten far – det glemmer alle å si, det synes jeg er dumt.



Knyter alle barn an?

- ❖ Ja nästan!
- ❖ Att knyta an är inte det samma som att anknytningen är långsiktigt hälsosam för barnet
- ❖ Viktigt att skilja mellan anknytning och anknytningskvalitet
- ❖ Att ett barn knutit an är därmed inte heller i sig något argument mot t ex omhändertagande och placering av barnet

Vilka barn är det som INTE knyter an

- ❖ De som inte får chansen
- ❖ Man bör få chansen före 2 - 2 1/2 års ålder
- ❖ ERA-studierna och de nya studierna från Rumänien är skrämmande men mycket viktiga!

Närhet – utforskande - omvårdnad

- ❖ Anknytningssystemet; en termostat som:
 - aktiveras vid rädsla, behov av närhet och skydd
 - försätts i viloläge, när allt är lugnt för att ge utrymme för utforskande på avstånd
 - kan aktiveras väldigt snabbt och då förhindras allt utforskande
- ❖ Den vuxnes uppgift är att i omvårdnaden skapa utrymme för och balansera trygghetssökande & utforskande till barnets bästa

Utveckling av anknytning

De första tre levnadsåren (Fas I-III)

- Från odiskriminerande signalering till alltmer selektiv orientering mot välbekanta människor.
- Gradvis bättre reglering av beteendestystemen baserad på allt bättre minnesfunktioner.
- Från behov av närhet till en balans mellan närhet och utforskande
- Inre arbetsmodeller (IAM) byggs upp. Anknytningens kvalitet befästs.
- Förälderns roll förändras från att vara en dold reglerare av barnets fysiologiska behov till att bli en samspelspartner.

Olika typer av anknytning i åldern 12 - 18 månader

- ❖ **Organiserad** -- samspelet mellan barn och förälder har varit rimligt konsekvent och barnet har lärt sig vad det kan förvänta sig i relationen till föräldern
 - **TRYGG** -- barnet kan använda föräldern som 'trygg bas' och 'trygg hamn'
 - **UNDVIKANDE** -- barnet begränsar sin känslomässiga kontakt med föräldern av rädsla för att bli avvisad
 - **AMBIVALENT** -- barnet söker föräldern men är osäker på dennes tillgänglighet
- ❖ **Desorganiserad** -- Samspelet mellan barn och förälder har innehållit element av rädsla. Spädbarnets bristande kognitiva kapacitet gör det omöjligt för barnet att organisera en sammanhållen representation av samspelet med föräldern

Inre arbetsmodeller

- ❖ Baserat på barnets samspel med anknytningspersonen utvecklas IAM av sig själv och andra. IAM återspeglar alltså faktiska erfarenheter, ej fantasier.
- ❖ IAM bygger på både omedvetna förspråkliga och medvetna språkliga minnen
- ❖ Besvarar frågor som: "*Finns andra tillgängliga när jag behöver skydd? Får jag vara "i fred" när jag behöver det?*"

Om svaren är nej -

Barnet har en "otrygg" anknytning

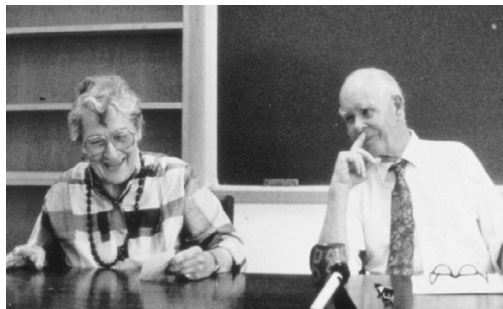
Multipla inkoherenta IAM aktiverar försvar

- **Defensivt uteslutande** - information om omvårdarens otillgänglighet utesluts som skydd mot ångest. Barnet är upptaget av relationen men kan inte "använda" sig av erfarenheten. Symboliseringsvärigheter.
- **Defensiv förskjutning av uppmärksamhet** - från närhet till avstånd. Barnet fokuserar instrumentella handlingar och saker.

Trygg/otrygg anknytning

- ❖ Metaanalyser visar att i västvärlden
 - 60 - 70 % trygg anknytning
 - 30 - 40 % otrygg anknytning
 - kulturell variation mellan förekomst av A och C
- ❖ Otrygg organiserad anknytning är en riskfaktor för utveckling av relations-svårigheter, inte psykopatologi!

Så långt pionjärerna



Mentaliseringsförmåga

I anknytningsrelationer tränar vi förmågan att

- ❖ föreställa oss vad andra tänker och känner
- ❖ reflektera över våra egna känslor och drivkrafter
- ❖ Barn, och vuxna, med **trygg** anknytning tycker att det är spännande att vara en "psykologisk varelse", och ser det som en positiv utmaning att förstå sig själv och andra

25

Fas IV: Målinriktat partnerskap

(2 resp 4-åringen i snabbköpet)

- ❖ att förstå att anknytningspersonen (AP) har egna känslor, önskningar och behov
- ❖ att skilja mellan det egna perspektivet och APs, i synnerhet när dessa skiljer sig åt
- ❖ att dra slutsatser angående vad som styr AP's planer och beteenden
- ❖ att göra en rimlig skattning av hur väl det egna och APs perspektiv stämmer överens och vari skillnaderna består
- ❖ att påverka APs mål och beteende utifrån sin kunskap om dennes mål

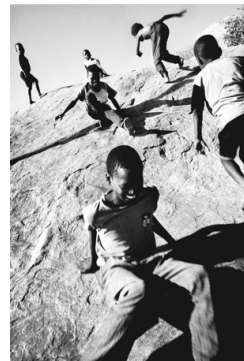
26

Anknytning i fas IV -- upplevd trygghet

- ❖ Trygg anknytning i fas IV innebär
 - en inre övertygelse hos barnet om att barnet och föräldern delar en plan för hur närhet ska uppnås när den behövs
 - att barnet "vet" att
 - att föräldern är tillgänglig för barnet
 - föräldern informerar barnet om vart han/hon tar vägen och hur barnet kan nå honom/henne om så skulle behövas
 - "bandet" till föräldern utgörs av en varaktig relation, som inte är beroende av fysisk närhet annat än "när det bränner till"
- ❖ Barn som vuxit upp i "låg-risk-miljöer" har i allmänhet uppnått fas IV när de fyllt 4 år

27

Ju äldre vi blir desto mer formas självbilden av hur
Vi fungerar tillsammans med jämnåriga



Fas IV frigör barnet

- ❖ Barnets behov av närhet till föräldern i vardagliga situationer sjunker kraftigt
- ❖ Barnet får därmed större möjligheter än tidigare att med kraft och energi ägna sig åt andra typer av relationer som också är väldigt viktiga för den fortsatta utvecklingen
 - kamrater
 - lärare
 - andra vuxna

29

Anknytning -- "personlighetsdrag" hos barnet

- ❖ Under förskoleåren är anknytningen relations-specifik och knuten till föräldrarna och någon/några andra
- ❖ Som en förberedelse för frigörelsen under tonåren behöver anknytningen bli en del av barnet "som person"
- ❖ Barnet interagerar med fler personer (jämnåriga & vuxna) på egen hand
- ❖ Anknytningen utvecklas mot en "generaliserad förväntan" på vad barnet kan vänta sig av nära känslomässiga relationer

30

Anknytningsrelevanta situationer under mellanbarndomen

- ❖ I och med att barnet interagerar alltmer med barn och vuxna utanför familjen aktiveras anknytningen alltmer av sociala stimuli
 - att bli utesluten, bortvald, utskrattad, mobbad etc.
 - självkänslan blir mer beroende av social acceptans utanför familjen
 - AP's uppgift blir i högre utsträckning en fråga om att vara lyhörd för barnets ev. svårigheter i dessa avseenden
- ❖ I takt med barnets ökande mognad kommer färre situationer att utlösa anknytningsbeteenden, MEN när de utlöses är anknytningen lika viktig som tidigare

31