



Tilknytning og tilknytningsforstyrrelser hos barn og ungdom

Kompetanseheving
vedr. omsorgsvikt og seksuelle overgrep
1.samling
Bergen 23.09.2011

Arnt Ove Englien
Psykologspesialist
Fosterhjemstjenesten i Stavanger

Oversikt over foredraget

- Generelt om tilknytning
 - Hva gjør at en trygg tilknytning utvikles?
 - Tilknytningsatferd og hva som utløser dette
 - Hva som trengs fra foreldrene
- De ulike tilknytningsmønstrene
 - Trygg
 - Engstelig/unnvikende
 - Engstelig/ambivalent
 - Engstelig/desorganisert

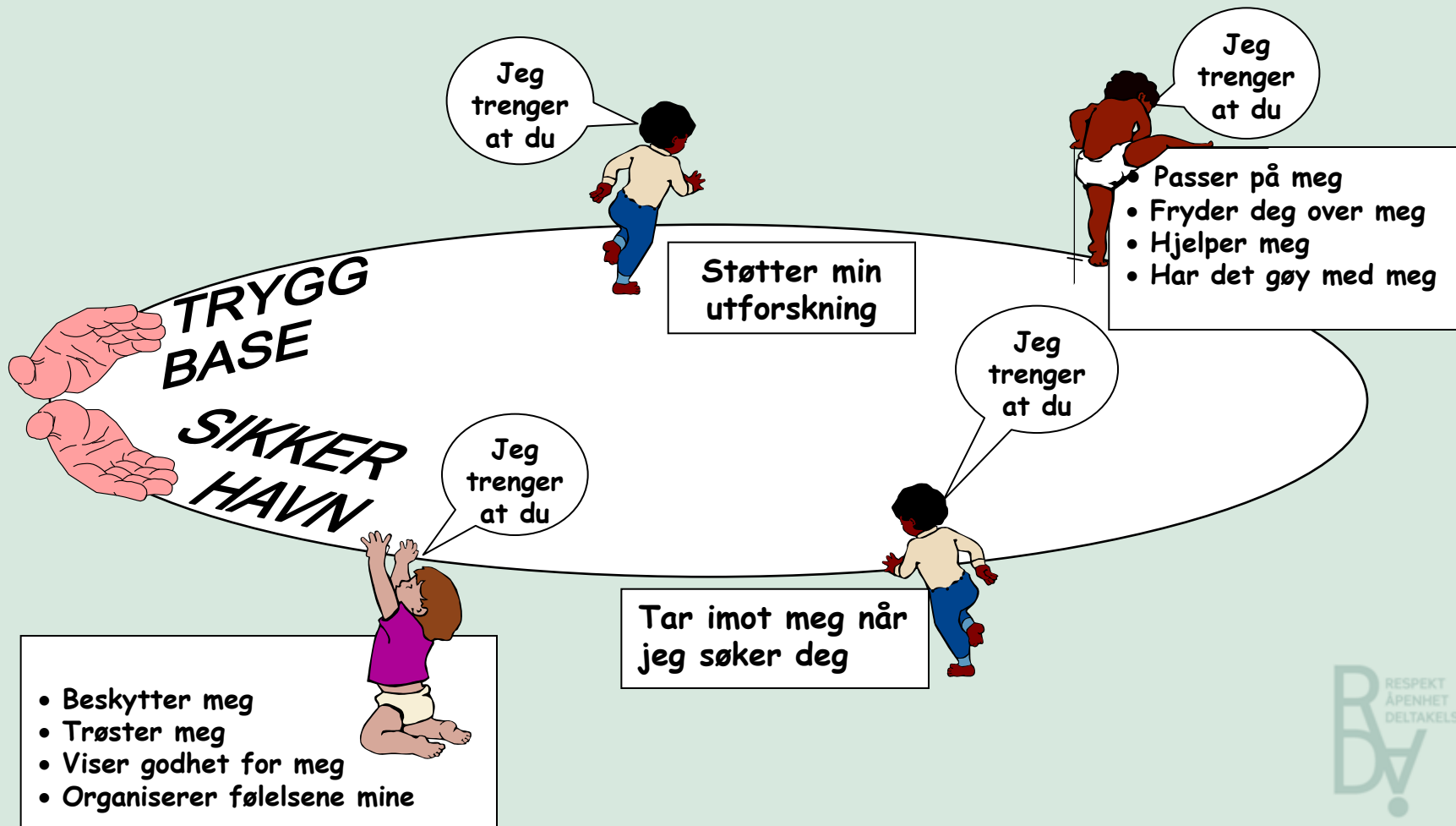
Oversikt over foredraget

- Hva slags foreldreatferd skaper de forskjellige utrygge tilknytningsmønstrene?
- Hva slags hjelp trenger disse barna?

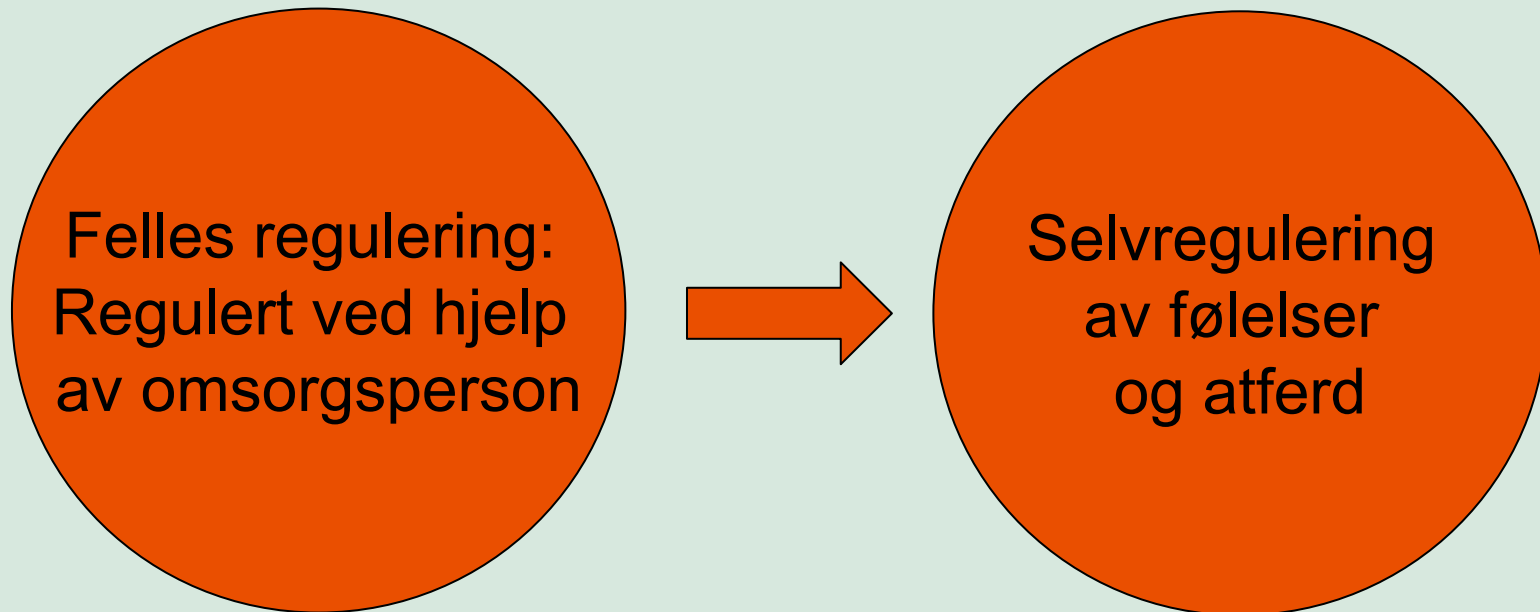
Trygghetssirkelen

Foreldre med fokus på barnets behov

© Cooper, Hoffman, Marvin, & Powell, 1999



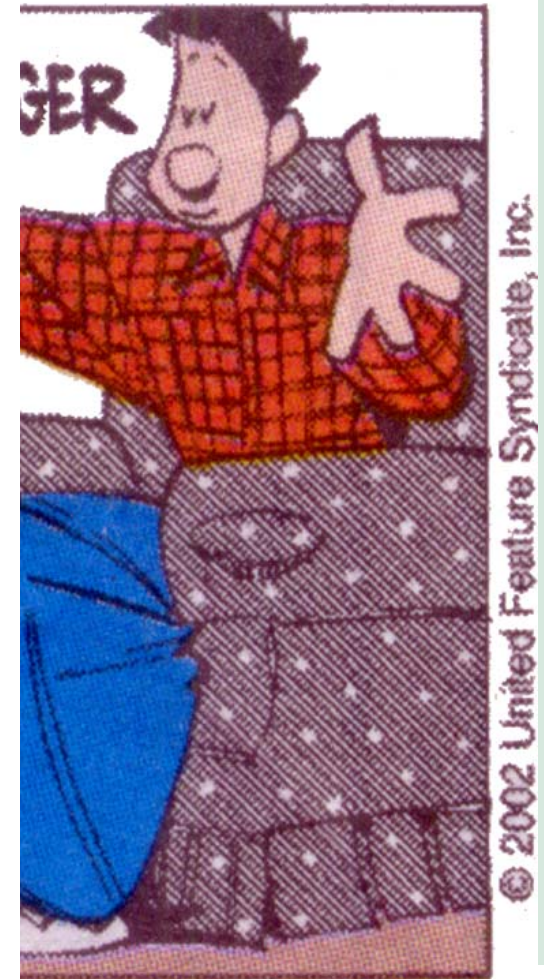
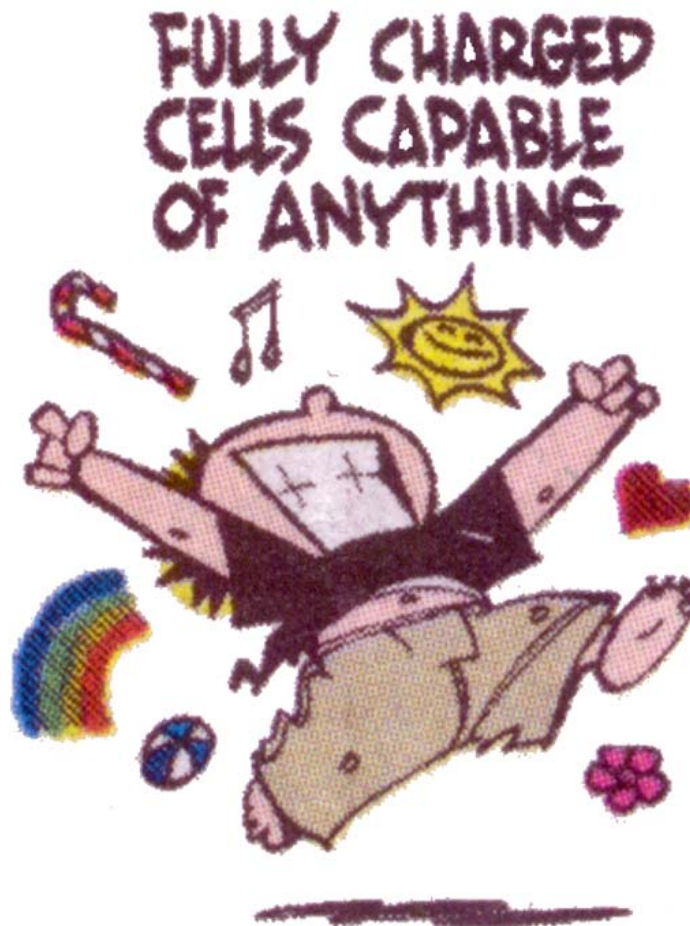
Følelses- og atferdsregulering i barnets utvikling



TILKNYTNING I HVERDAGEN

Rose is Rose

Pat Brady



(Nesten) alt man trenger å vite for å være forelder kan sies med mindre enn 20 ord

- Alltid: Vær STØRRE, STERKERE, KLOKERE – og GOD
- Når det er mulig: Følg barnets behov
- Når det er nødvendig: Ta styring

Tilknytningsmønstre

- Fremmedromsituasjonen (Mary Ainsworth)
 - Tre typer tilknytning
 - A. Engstelig/unnvikende (15%)
 - B. Trygg (60-65%)
 - C. Engstelig/ambivalent (5-10%)
 - Mary Main la senere til en fjerde type
 - D. Engstelig/desorganisert (15%)

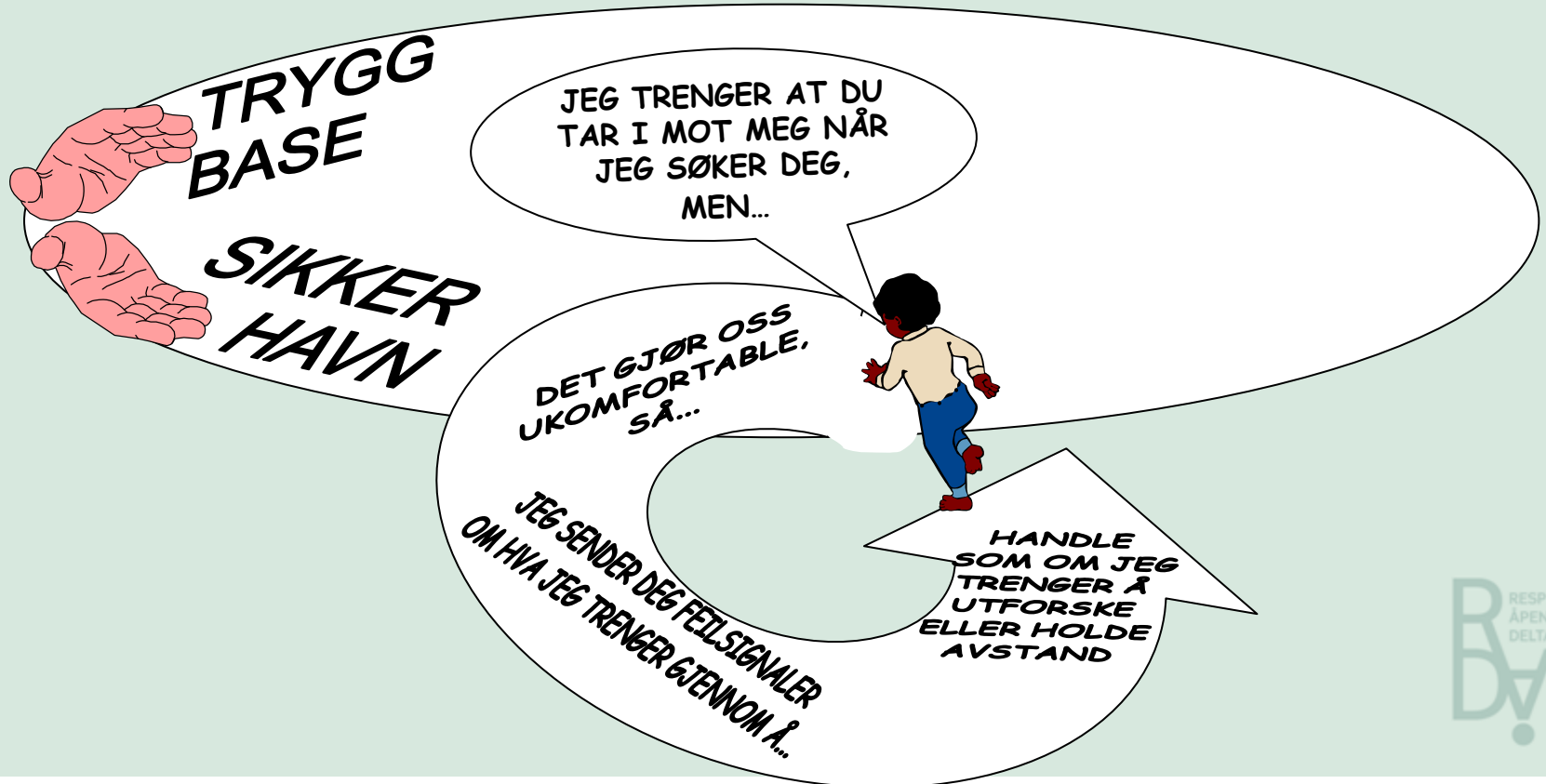
B. Trygg tilknytning

- Barnet har evne til adekvat følelsesregulering. Omsorgspersonene er sensitive, de overstimulerer sjelden, og de hjelper barna til å regulere følelser som blir så sterke at barnet mister kontrollen.
- Barnet har en god balanse mellom tanker og følelser.

BEGRENSET TRYGGHETSSIRKEL

Barnet feilsignaliserer

© Cooper, Hoffman, Marvin, & Powell, 1999



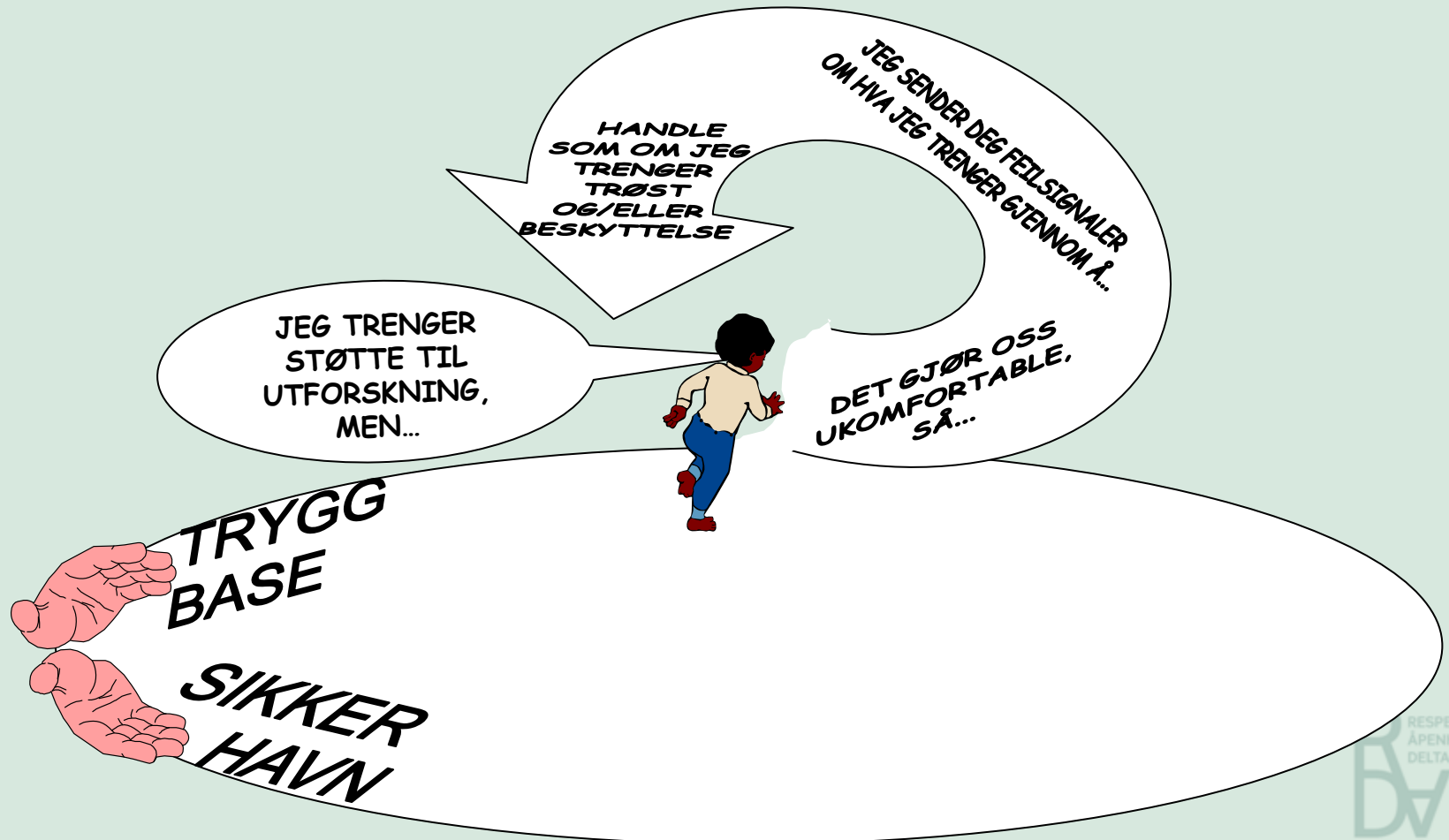
A. Utrygg/unnvikende tilknytning

- Barnet nedregulerer følelsene sine og trekker seg unna.
- Omsorgspersonene er insensitive, viser lite følelser og har lite fysisk kontakt med barnet.
- Foreldrene har vært konsekvent avvisende.
- Tydelige følelsesuttrykk fra barnet blir avvist av foreldrene – særlig de negative.
- Strategien blir undertrykking av følelser og minimalisering av tilknytningsbehov.
- Strategien er smart, for den hindrer foreldrene i å forsvinne helt – det er dette som må til fra barnets side for å beholde foreldrene nær!

BEGRENSET TRYGGHETSSIRKEL

Barnet feilsignaliserer

© Cooper, Hoffman, Marvin, & Powell, 1999



C. Utrygg/ambivalent tilknytning

- Barnet pleier å underregulere egne følelser (altså ikke regulere dem) for å få respons fra foreldrene.
- De må ofte skru volumknappen på maks styrke for å få foreldrene til å reagere.
- Foreldrene er i sin tur uforutsigbare og vekslende i sin responsivitet (mangel på svar).
- Foreldrenes svar er inkonsistent med de behovene som barnet signaliserer (feil svar).
- Barnet blir svært opptatt av relasjoner, og reagerer veldig sterkt følelsesmessig – uten å klare å tenke fornuftig rundt dette.
- Barnet blir klamrende, men vanskelige å roe. Dette er en smart strategi for barn som har foreldre som ofte ikke er der for dem – hvis de klamrer seg fast, kan ikke foreldrene forsvinne.

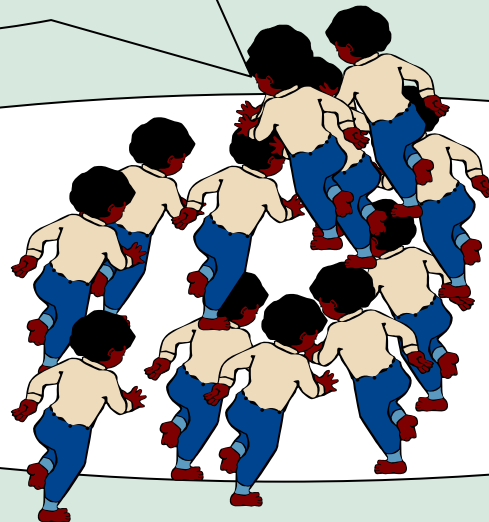
DESORGANISERT SIRKEL

Spedbarnsalder

-

© 1999 - Cooper, Hoffman, Marvin & Powell

Jeg trenger deg, men du er så skremmende eller skremt at jeg ikke har noen å støtte meg til, og jeg vet ikke hva jeg skal gjøre.



D. Desorganisert tilknytning

- Omsorgspersonene er uforutsigbare, skremmende eller skremte og har sannsynligvis ikke gjennomarbeidet egne traumer eller tap.
- Barnet føler derfor mye frykt.
 - Frykt uten løsning.
- Dette stiller barnet overfor et uløselig dilemma; hun er i situasjoner hvor hun er redd, og trenger derfor å søke nærhet, omsorg og trøst hos foreldrene sine – men samtidig er det foreldrene som faktisk gjør henne redd! Den som skal beskytte, er den som utgjør fare.
- Vi kan også se et D-mønster ift. én av foreldrene, men ikke den andre. Disse barna kan klare seg fint.
- Vi må også huske at foreldre ofte kan skremme eller være skremte overfor barn, uten at de blir desorganiserte. Forskjellen er *reparasjonen*.

D. Desorganisert tilknytning

- Når barnets tilknytningssystem er slått på, vil ikke foreldrene bidra til å få slått det av igjen
 - I stedet for å reparere og roe ned tilknytningssystemet, vil disse foreldrene øke eller til og med forårsake barnets stress
- Barnet blir sittende igjen med følelsene av å være redd, sårbar og hjelpeløs – det finnes ingen løsning
- De vil om foreldrene anta at de ikke kan beskytte dem, og ikke hjelpe dem til å få det bra igjen
- Tilknytningsfiguren er på samme tid kilden til og løsningen på barnets stress. Dette paradokset fører til at barnets forsøk på å utvikle en organisert tilknytningsstrategi til forelderen kolliderer
- Men husk undertypene – et desorganisert barn vil som regel passe inn i en av typene A, B eller C – og vi kan da tenke på desorganisert tilknytning som en kollaps av det organiserte tilknytningsmønsteret til barnet
 - Moderat skremte foreldre som ikke skremmer (fryktsomme / ikke fiendtlig tilbaketrekning) får ofte barn som er D / trygge
 - Skremmende og svært skremte foreldre får barn som er D / utrygg – jo mer skremmende, jo høyere andel D / utrygge

DESORGANISERT SIRKEL

Førskole og oppover - © 1999 - Cooper, Hoffman, Marvin & Powell

Jeg trenger deg, men du er så skremmende eller skremt at jeg ikke har noen å støtte meg til... MEN NÅ VET JEG HVA JEG KAN GJØRE...



D. Desorganisert tilknytning

- To typer:
 - Kontrollerende/straffende
 - Når barnet oppsøker foreldrene med sterke følelser svarer foreldrene med åpent og direkte sinne i stedet for å beskytte barnet mot dette – disse foreldrene blir selv overveldet av følelser og forteller om konfrontasjoner, skriking, kasting av ting, og ingen nøling ift å gå i kamp med barnet.
 - Disse foreldrene modellerer fiendtlighet og konfrontasjon som svar på konflikter i relasjoner.
 - Barna deres bruker sitt eget sinne for å fange foreldrenes oppmerksomhet og kontrollere deres atferd. De kan tvinge, angripe og ydmyke foreldrene.
 - Disse barna blir ofte overveldet av egne følelser (slik også foreldrene blir) når de skal lage historier med dukker eller fullføre fortellinger. Leken/fortellingene er ofte kaotisk, hoppende og lite sammenhengende, og har ofte katastrofetema. Barnas stress i disse situasjonene er åpenbart.

D. Desorganisert tilknytning

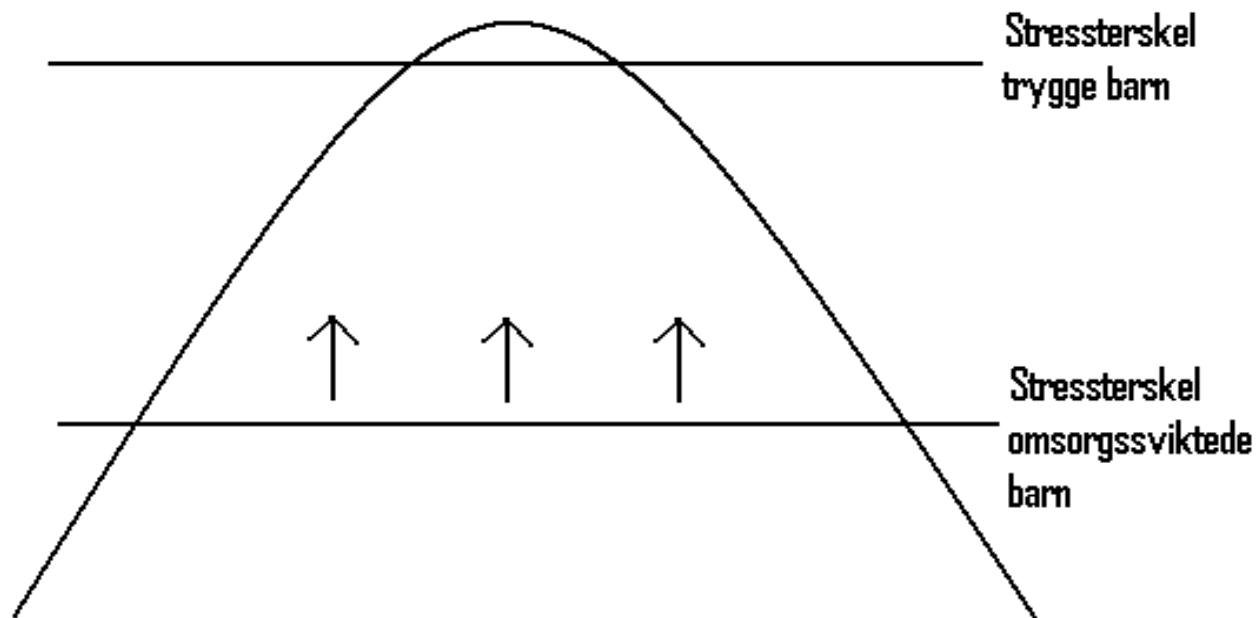
– Kontrollerende/omsorgsgivende

- Når barnet har sterke og vanskelige følelser og trenger foreldrene, vil de ha en sterk tendens til å gå fra barnet, både fysisk og psykologisk, for å beholde en skjør kontroll over egen atferd.
- Paradoksalt nok; i deres forsøk på å beskytte barnet, truer de barnet med å bli forlatt gjennom å gå sin vei midt i situasjonen.
- Denne atferden krever at barnet legger en kraftig demper på sine intense følelser for å få lov til å komme nær mor igjen.
- Disse barna kjennetegnes av at de på fryktsomt vis passer på at foreldrene har det bra; de setter foreldrenes behov for å ha det bra fremfor sine egne behov for trygghet. De prøver å underholde, styre, organisere og berolige foreldrene.
- Disse barna har en tendens til å være veldig begrensede i lek og fantasi; de vil ofte ikke kunne lage en historie med dukker, eller avslutte fortellinger – og de blir tydelig stresset av dette. Dette likner på foreldrenes begrensede evne til å regulere følelser og gå inn i situasjoner hvor barnet har det vanskelig.

D. Desorganisert tilknytning

- ”Når jeg er redd, er min jobb å organisere mor!”
- For et paradoks for et barn
- De organiserer altså mor gjennom å være kontrollerende/straffende eller kontrollerende/omsorgsfulle

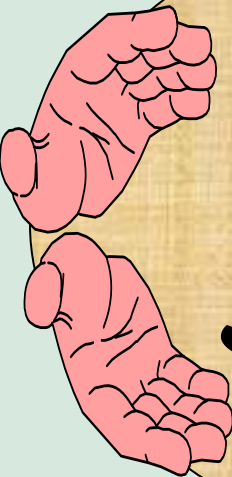
Sammenhengen mellom stress og desorganisert atferd



Hva er det realistisk å kunne oppnå?

- Vi har to skiller:
 - Trygg / utrygg
 - Organisert / desorganisert
- Vi har lykket i å hjelpe barna til et bedre liv straks de har tilegnet seg organiserte strategier for trøst, beskyttelse og omsorg!
- Selv om de ikke er helt trygt tilknyttet, vil en organisert strategi allikevel gi dem et mye bedre liv.
- Det viktigste for å hjelpe dem til en organisert strategi, er å hjelpe dem med å bli kvitt frykten.
 - Forutsigbarhet
 - Sette ord på det de frykter – forklare at det ikke er slik her

Mamma, når jeg blir vanskelig (frustrert, krevende, opprørt, ute av kontroll):



**TRYGG
BASE**

**SIKKER
HAVN**

Atferden min betyr faktisk at jeg trenger at du:

- ◆ Tar styring
- ◆ Er snill
- ◆ Trøster meg
- ◆ Blir med meg helt til vi begge forstår denne følelsen som virker for stor for meg alene
- ◆ Hjelper meg å gå tilbake til det jeg holdt på med, med et nytt alternativ

"Jeg vet ikke hva jeg skal gjøre med hvordan jeg føler meg."



REPARASJONSSIRKELEN

Hjelper mitt barn til å stole på at vårt trygge forhold (nesten) alltid gjør at alt blir bra igjen

© 2000 - Cooper, Hoffman, Marvin & Powell

Oppskriften (eller i alle fall de viktigste ingrediensene)

- Alltid: Vær STØRRE, STERKERE, KLOKERE – og GOD
- Når det er mulig: Følg barnets behov
- Når det er nødvendig: Ta styring