

ANDERS BROBERG
PEHR GRANQVIST
TORD IVARSSON
PIA RISHOLM MOTHANDER

Anknytningsteori

Betydelsen av nära
känslomässiga relationer



NATUR &
KULTUR

1.

Inledning – med biografier över John Bowlby och Mary Ainsworth

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, utlämnade, oförmögna att klara oss själva. (Nina Björk, 2005)

I *NATIONALENCYKLOPEDIN* definieras *anknytning* som att stå i förbindelse med någon större helhet. Till exempel har busslinjen mellan Skene och Göteborg anknytning till järnvägen mellan Göteborg och Stockholm. När begreppet används inom utvecklingspsykologin är det en svensk översättning av det engelska begreppet *attachment*, med betoning just på betydelsen av något mindre och svagare som hänger ihop med något större och starkare. Anknytningsteorin syftar till att förklara den process vars resultat är ett psykologiskt "band" mellan barnet och dess närmaste vårdare. Teorin beskriver också hur anknytningen utvecklas till mentala representationer (*inre arbetsmodeller*) hos barnet – av barnet självt, viktiga närstående och samspelet dem emellan. I och med att anknytningen på så sätt "präntas in" i barnets hjärna blir den också till en viktig beståndsdel i personlighetsutvecklingen och får därigenom betydelse för människan under hela hennes levnad:

Även om anknytningsbeteendet är särskilt tydligt under den tidiga barn-
domen är det kännetecknande för människans hela levnad, från vaggan till
graven. Det finns inte något barnligt eller sjukligt i sig med det beteendet.
(Bowlby, 1973)

Psykologiska teorier är "barn av sin tid", de växer fram som svar på
viktiga samhällsfrågor, och formuleras av personer som har en stark
drivkraft att utforska just dessa frågor. Så var det i hög grad när an-
knytningsteorin växte fram i skuggan av andra världskriget, med
alla de omflyttningar och separationer av mer eller mindre varaktigt
slag som drabbat människor under krigstillståndet. I dag anses an-
knytningsteorin allmänt vara en av de viktigaste psykologiska teo-
rierna när det gäller kunskapen om hur människor förhåller sig till
närhet, beskydd och omsorg å ena sidan; och självständighet, upp-
täckarglädje och betoning av egen styrka och förmåga å den andra.
Anknytning handlar om vårt behov av – och hur vi fungerar i –
nära relationer. Teorin griper alltså in i det som vi alla lever i till var-
dags, till exempel relationen mellan barn och förälder eller den mel-
lan två parter i ett kärleksförhållande.

Därmed har den också varit kontroversiell, och är det i viss mån
fortfarande. Anknytningsteorins förgrundsfigur, John Bowlby, hade
dessutom bestämda personliga uppfattningar i en rad samhällsfrågor,
som han inte drog sig för att torgföra, vilket skapade konflikter bland
annat med den framväxande kvinnorörelsen under 1960- och 70-
talet. Anknytningsteorin sågs av en del som ett oblygt försök att i ve-
tenskaplig förklädning utbasunera den manliga önskedrömmen att
kvinnor passar bäst hemma vid spisen där de kan ta hand om barnen
och förbereda maten till dess att maken kommer hem. Argument för
sin sak kunde de bland annat hämta i det faktum att Bowlby själv
levde ett högst traditionellt liv när det gällde uppdelningen av sysslor
i hemmet, med en hemsittande hustru som tog hand om parets
fyra barn. Vi som skrivit den här boken är övertygade om att teorin
inte hade fått sådant genomslag om den verkligen varit politisk ide-
ologi i vetenskaplig förklädning. Vi ser det som vår främsta uppgift att
bidra med kunskap om vad teorin säger, och vad de på teorin grun-
dade forskningsresultaten visar, så att du kan bilda dig en egen upp-
fattning om teorins och forskningens styrkor och svagheter. I bokens
avslutande kapitel återkommer vi till en diskussion om anknytnings-
teori ur ett jämställdhetsperspektiv.

kare inte bidrar till att befästa denna tingens ordning, även om vi inte kan ta på oss ansvaret för att det är som det är.

Populärpsykologi, i synnerhet sådan som handlar om relationer, fokuserar gärna på könsskillnader, som i bästsäljaren *Män är från Mars, kvinnor är från Venus*. Inom anknytningsteoretisk forskning har man funnit väldigt få könsskillnader; **de egenskaper och förhållningssätt som utmärker bra mammor verkar i allt väsentligt vara desamma som utmärker bra pappor**. Därför har vi tagit oss vissa friheter i den här boken. Vi har till exempel i många fall använt begreppet förälder även om undersökningen som vi refererar till enbart undersökt mammor, helt enkelt därför att det inte finns något rimligt skäl att anta att undersökningens resultat skulle ha blivit annorlunda om även pappor studerats. I de fall där forskningen antyder att förälderns kön kan ha betydelse har vi naturligtvis angett det.

Primär vårdnadshavare

Ett angränsande problem rör begreppet *primär vårdnadshavare*. En av de mer kontroversiella ståndpunkterna som Bowlby förde fram var att barn under sitt första levnadsår börjar med att knyta an till en person, och att barnet därefter under loppet av sitt andra levnadsår utökar skaran med ytterligare några anknytningspersoner. Den person som barnet enligt Bowlby först knyter an till, i allmänhet barnets biologiska mamma, kallade han för barnets primära vårdnadshavare. Senare forskning har, som vi beskriver i boken, snarare betonat **att barn utvecklar olika anknytningsrelationer parallellt under de första levnadsåren, på basis av varje relations specifika förutsättningar**. Utifrån barnets perspektiv ligger det ändå uppenbarligen något i begreppet. Mammor tenderar, genom den tid och det engagemang som de lägger på sina barn, att i större utsträckning än pappor vara den fasta punkten i små barns liv. De kommer följaktligen i större utsträckning att bli sina barns primära vårdnadshavare. **Det är viktigt att inte på grund av detta dra slutsatsen att mammor genom sitt biologiska kön är viktigare för små barn än vad pappor är**. Visserligen pågår det spännande biologisk forskning rörande olika hormoner och signalsubstanser i hjärnan, som bland annat studerar om det finns biologiskt grundlagda skillnader mellan könen som påverkar föräldraförmågan, något vi återkommer till i avslutnings-

kapitlet. Så långt om genusperspektivet tills vidare. Ett annat tvisteämne gäller de tidiga barndomserfarenheternas betydelse för den fortsatta utvecklingen.

Föräldrarnas och de första levnadsårens betydelse

Barndomen är broddens tid, den är åren mellan uppvaknandet och stråskjutningen ... Vad man under dessa växtår måste undvara kan man inte senare förvärva, lika litet som man kan mista, vad man under denna tid har vunnit ... Således befinner man sig själv på en plats på vår jord som man icke själv har utvalt. Växtmylla, omgivning, klimat, skötsel eller vanskötsel – allt detta är redan givet. Allt detta, som skall gripa så djupt in i vår levnad, finns där en gång för alla vår vilja förutan. (Moberg, 1968)

Den tidiga uppväxtens betydelse för den fortsatta utvecklingen har behandlats väldigt olika inom psykologin, från **ren determinism** (att våra tidiga upplevelser formar våra liv oberoende av vad som sker när vi blir äldre) till att vare sig de tidiga åren eller våra föräldrar har någon större inverkan på våra liv (hur vi utvecklas beror i stället på våra gener och på de jämnåriga vi umgås med). Anknytningsteorins utgångspunkt är en annan, den bygger på en modell enligt vilken utvecklingen i varje ögonblick bygger vidare på tidigare erfarenheter, men där också varje ny erfarenhet har möjlighet att omforma de tidigare. **Från och med befruktningsögonblicket är vi en produkt av arv och miljö i form av ett ständigt pågående utbyte mellan den individ vi på grund av vår historia är i ett givet ögonblick, och den miljö vi i samma ögonblick befinner oss i.** Vi påverkas hela tiden, men är inte dömda av vad vi varit med om tidigare i livet. Den särställning som vi i vissa avseenden tillmäter de tidiga åren har att göra med att våra erfarenheter då kan starta en utveckling som, om den får pågå under längre tid, tenderar att bli självgenererande. **Våra tidiga erfarenheter får oss att handskas med senare relationer så att dessa kommer att bekräfta våra förväntningar och därigenom förstärka dessa.** Begreppen transaktionell modell, utvecklingslinje och utvecklingsuppgift är centrala för att förstå hur utvecklingen beskrivs inom anknytningsteorin, och den läsare som inte känner sig hemma med de begreppen hänvisas till boken *Klinisk barnpsykologi* (Broberg, Almqvist & Tjus, 2003) eller *Utvecklingspsykologi* (Havnesköld & Risholm Mothander, 2002) för en närmare beskrivning.

Ronald Fairbairn, Harry Guntrip och Michael Balint. Som empiriker, med intellektuell fostran från Cambridge, hade Bowlby liten förståelse för de "religiösa", för att inte säga sektaristiska, inslagen i kampen mellan Anna Freud och Melanie Klein. Han ansåg inte att vetenskapliga texter var något som skulle uttolkas av "överstepräster", eller som han något sarkastiskt uttryckte det: "Anna Freud dyrkade den helige Sankt Sigmund, Klein den heliga Sankt Melanie" (Grosskurth, 1987, s 325). Striden mellan de två lägren fördes i allt väsentligt genom olika, på patientmaterial baserade, teoretiska fördragningar vid mötena i brittiska psykoanalytiska sällskapet. I det oförsonliga och revirhävande klimat som rådde var det säkerligen inte lätt att presentera nya idéer, i synnerhet inte sådana som angrep vissa av psykoanalysens grundvalar. Bowlby var inte heller någon ödmjuk presentatör av nya idéer (minns smeknamnet Admiral Mr. Nosey Know-All). Vad handlade striden mellan Bowlby och hans samtida psykoanalytiska kolleger om?

Bowlby skrev i en av sina senare kommentarer rörande psykoanalysen (1989) att Freud och Adolf Meyer (en av Freuds samtida) båda betonade barndomens betydelse för senare psykisk hälsa men att de valde olika vägar för sitt fortsatta arbete. Medan Freud övergav tanken på verkliga övergrepp och i stället betonade fantasins inflytande i sin teori, höll Meyer fast vid sin övertygelse om verkliga händelsers betydelse. Trots Freuds ställningstagande har hans tankar om upplevda trauman under barndomen och deras konsekvenser för den senare utvecklingen inspirerat mycket av den senare traumaforskningen. Bowlby menade därför att man måste bekräfta både Meyers bidrag till förståelsen för verkliga händelsers inflytande på utvecklingen och Freuds betydelse för beaktandet av individens tankeliv, känsloliv, och sätt att uppfatta, skapa och strukturera de upplevelser han eller hon har. Det var alltså ingen tvekan om att Bowlby uppskattade Freud för dennes banbrytande insatser, men därmed inte sagt att han accepterade teorin. Själva begreppet psykoanalytisk teori är ju problematiskt eftersom det är en samlingsbeteckning, men oavsett om man beskriver Sigmund Freuds olika versioner av sin egen teori eller senare efterföljares (jagpsykologi, objektrelationsteori, självpsykologi etc.) innefattar psykoanalytisk teori tre aspekter: *metapsykologisk teori*, det vill säga de grundläggande utgångspunkterna i teorisystemet; *utvecklingsteori*, det vill säga teori om den normala utvecklingen och om uppkomsten av stör-

ningar; samt *klinisk teori*, det vill säga hur teorin kan användas för att förstå den psykoterapeutiska processen och olika typer av interventioner (Havnesköld & Risholm Mothander, 2002).

Den psykoanalytiska metateorin brukar beskrivas utifrån fem grundantaganden (Rapaport & Gill, 1959): *det genetiska* (utvecklingen beskriven i termer av olika faser), *det strukturella* (uppdelningen av psyket i olika strukturer: det, jag och överjag), *det adaptiva* (intra-psykiska förändringar som anpassning till den rådande miljön), *det ekonomiska* (styrkeförhållandet mellan primär- och sekundärprocess och mellan olika energier, till exempel lust och olust) och *det dynamiska* (de driftsmässiga energikällorna, det vill säga sexualdrift och aggressivitet). I inledningen till första delen av sin anknytningstriologi diskuterar Bowlby (1969) ingående likheter och skillnader mellan sitt eget och Freuds sätt att närma sig studiet av det mänskliga psyket. Han tar där också explicit upp de metateoretiska principerna (s 13–14). Av dessa accepterade Bowlby i omstöpt skick de tre första medan han tog uttryckligt avstånd från de två senare.

En avgörande skillnad mellan den teori som Bowlby utvecklade och gängse psykoanalytisk teori var att Bowlbys fokus var mycket smalare. Det var anknytningssystemet, det vill säga motivationen bakom och utvecklingen av nära känslomässiga relationer som han var intresserad av att beskriva och förstå. Bowlby hävdade aldrig att detta var det enda intressanta beteendesystemet, och Ainsworth beklagade sig sent i livet över att hon och Bowlby började forska så sent att de aldrig hann ”ta sig an” sexualitet och aggression – två andra viktiga beteendesystem. Anknytningsteorin som klinisk teori, alltså hur den kan användas för att informera och kanske reformera psykoterapi med föräldrar, barn, ungdomar och vuxna, återkommer vi till i *Anknytning i praktiken*.

Hade det bara varit för oenigheten om metapsykologin hade Bowlby säkert kunnat fortsätta som de övriga engelska objektrelationsteoretikerna, genom att jämkä och tona ner de aspekter av teorin som de var mest obekväma med. Bowlby var aldrig intresserad av en sådan lösning. Målet för honom var i stället att blåsa nytt liv i psykoanalysen genom att återföra den till den vetenskapliga huvudfaran, vilket innebar att betrakta psykoanalysen som en teori som kunde utsättas för samma typ av vetenskaplig prövning som andra teorier. Bowlby menade också att den psykoanalytiska teorins antaganden måste vara förenliga med vetenskapliga landvinningar

inom angränsande områden, till exempel evolutionsbiologi och kognitiv psykologi. Allt detta uppfattades som "kätterskt" av de allra flesta inom det psykoanalytiska sällskapet. Det innebar också att man uppfattade Bowlby som reduktionist. Han ansågs vara beredd att offra centrala intrapsykiska processer (infantila fantasier, regression/fixering, sexualitet m.m.) för det som var observerbart, nämligen effekten av separation mellan barn och förälder på barnets framtida beteenden, främst asocialitet.

Bowlby placerade förvisso de avgörande krafterna bakom barnets känslomässiga utveckling utanför snarare än inom barnet. Peter Fonagy beskriver skillnaden mellan anknytningsteori och psykoanalytisk teori med hjälp av en ordlek som är svår att översätta till svenska: "Bowlby's interest in the representation of the real, rather than the reality of the representation, ruled him out of bounds for all but the most unorthodox of psychoanalysts" (2001, s 4). Det var betoningen på betydelsen av verkliga händelser i barns liv, och önskan att applicera empiriska undersökningsmetoder på samspelet mellan förälder och barn som mer än något annat kom att skapa klyftan mellan Bowlby och hans samtid.* Anknytningsteorins betoning av miljöns betydelse för barns utveckling, som grundades bland annat på evolutionsbiologi, ledde paradoxalt nog till att teorin under många år avfärdades som alltför biologisk!

Som kommer att framgå av denna bok och *Anknytning i praktiken* har den forskningslinje som Bowlby startade visat sig oerhört framgångsrik, inte bara när det gäller att förstå barns asociala beteenden och samspelet mellan barn och föräldrar, utan också för att förstå vad som rör sig inne i barns och vuxnas huvuden. Men det Bowlby tog itu med först, och fick så stark kritik för, var hur barn i åldern ett till tre år påverkas av separation från den primära vårdnadshavaren.

Anknytning och separation

Bowlbys medvetna intresse för effekterna av brutna barn-föräldrarrelationer började, som vi beskrev i förra kapitlet, när han endast

* För den som är intresserad av att tränga djupare in i anknytningsteorins förhållande till psykoanalytisk teori rekommenderas *John Bowlby & Attachment theory* (Holmes, 1993) och *Attachment theory and psychoanalysis* (Fonagy, 2001).

21 år gammal fick arbete som lärare på en skola för barn med olika typer av problem, varav de flesta var barn som med den tidens språkbruk kallades **vanartiga**. Det var särskilt två pojkars öden som Bowlby fäste sig vid. Bägge hade att göra med tidiga förluster och bristande stabilitet beträffande barnens primära vårdnadshavare. Intresset för de vanartiga barnen och deras familjebakgrund fördjupades när Bowlby fick arbete på en barnpsykiatrisk mottagning i London. Bowlby samlade fallbeskrivningar som så småningom bland annat resulterade i skriften "Forty-four juvenile thieves: Their characters and home life" (1944). I denna jämförde Bowlby familjebakgrunden hos 44 barn och ungdomar som behandlades på grund av asocialt beteende, med lika många barn och ungdomar som behandlades på grund av andra bekymmer, såsom oro, ångest och depression. **Den mest slående skillnaden var att de vanartiga barnen hade varit med om betydligt fler förluster och separationer från sin huvudsakliga vårdare (oftast mamman) jämfört med de andra barnen.** Bowlby blev alltmer övertygad om att **långvariga avbrott i den tidiga mor-barn-relationen påverkade små barn negativt både på kort och på lång sikt.** Därmed blev det viktigt att försöka förstå och beskriva denna relations förutsättningar och speciella roll i människans utveckling.

Bowlbys tankar om de olyckliga konsekvenserna av förluster och separationer tidigt i livet fick också näring av en undersökning som Anna Freud och hennes kollega Dorothy Burlingham genomförde. För att rädda barnen i London undan krigets fasa när tyskarna utsatte London för intensiva bombningar 1940, startades ett program som gick ut på att familjer på den engelska landsbygden tog hand om barn från huvudstaden. En del av dessa barn kom senare att gå i den förskola som Burlingham och Freud drev, och därmed blev det möjligt att jämföra utvecklingen hos barn som separerats från sina föräldrar men sluppit flygbombningarna, med utvecklingen för barn som blivit kvar hos sina föräldrar men tvingats uppleva ett antal nätter i rädsla och ovisshet i skyddsrummen i London. **Undersökningen visade, till undersökarnas förvåning, att barnen som slapp separation klarade sig bättre än de barn som slapp flygbombningarna, vilket var särskilt tydligt bland de yngsta barnen.** "Vi upprörs över blotta tanken på spädbarn som måste uppleva farliga lufträder och tvingas sova under jord ... Men barnen från London blev på det hela taget mycket mindre oroade av själva bomb-

ningarna än av att bli evakuerade till landsbygden för att skyddas från dem.” (Freud & Burlingham, 1943, s 37 och 44)

År 1950 kontaktades Bowlby av Världshälsoorganisationen (WHO) med anledning av att man önskade en sammanställning av tillgänglig kunskap rörande faktorer som påverkar små barns psykiska hälsa, och särskilt effekter av separation. Anledningen var naturligtvis situationen runt om i världen efter andra världskriget. Mängder med barn hade förlorat sina föräldrar i kriget och andra hade varit separerade från dem under längre tid. I Sverige hade vi Finlandsbarnen som exempel på långvarig separation från föräldrarna.

WHO-rapporten

De två första åren på 1950-talet reste Bowlby runt i Europa (bland annat i Sverige) och USA och intervjuade forskare och kliniker, och han läste också så mycket han kunde av den tillgängliga vetenskapliga litteraturen. Sammanställningen och slutsatserna publicerades först i *WHO-rapporten Maternal Care and Mental Health* (Bowlby, 1951) och sedan i en populärversion *Child Care and the Growth of Love* (Bowlby, 1953/1965). Kärnan i rapporten kan sammanfattas med Bowlbys egna ord från inledningen:

Spädbarnet och det lilla barnet bör få uppleva ett varmt, intimt och obrutet förhållande till sin mamma (eller ett permanent moderssubstitut – en person som ständigt ”är som en mor” för honom), ett förhållande som skänker båda parter tillfredsställelse och njutning. Det är detta komplexa, rika och givande förhållande till modern under de tidiga levnadsåren, vilket varierar på oräkneliga sätt i relationer till fadern liksom till bröder och systrar, som av barnpsykiatrer och många andra numera anses ligga till grund för utvecklingen av personligheten och den psykiska hälsan. (Bowlby, 1953/1965, s 13)

Bowlbys engagemang för att få ut sitt budskap, och medverka till att samhällen runt om i västvärlden skulle ta sig an utmaningen att främja barns psykiska hälsa, och begränsa överföringen av psykisk ohälsa från generation till generation, blir allra tydligast i slutsatserna på bokens sista sidor:

På samma sätt som förebyggande metoder har minskat förekomsten av dessa [infektions-] sjukdomar så att den blivit försumbar, så kan ett beslut- samt handlande kraftigt minska antalet socialt eftersatta barn mitt ibland oss, och därmed det framtida antalet vuxna med en benägenhet att producera fler sådana barn. (ibid., s 239)

Det är lätt att tänka tillbaka på den artonårige Bowlbys brev till mamman när han bestämde sig för att hoppa av en lovande karriär som sjöofficer, eftersom det inte gav tillräckliga utsikter för att förbättra världen. WHO-rapporten fick över lag ett positivt mottagande, även om den också möttes med stark kritik från vissa håll. Rapporten översattes snabbt till många olika språk och **spreds i fler exemplar än någon WHO-rapport före den**. I ett slag var Bowlbys namn känt och aktat runt om i västvärlden.

I arbetet med rapporten fann Bowlby att också andra forskare och kliniker menade att det fanns starka indicier på långsiktigt negativa effekter av separation. Därmed var det dags att ta nästa steg – att försöka skaffa handfasta empiriska belägg för det som hittills hade beskrivits mer anekdotiskt. Bowlby lyckades knyta till sig några medarbetare, som startade var sin banbrytande forskningslinje. Dels var det socialarbetaren James Robertson och hans fru Joyce, och dels Mary Ainsworth, vars biografi vi skisserade i förra kapitlet. Ainsworths arbete, som kom att få en enorm betydelse både för teoriutvecklingen och då det gällde att etablera anknytningsteorin som bas för empirisk utvecklingspsykologisk forskning i USA, återkommer vi till senare i kapitlet. I början på 1950-talet var det dock makarna Robertsons arbete rörande effekterna av separation av små barn från deras primära vårdnadshavare som låg Bowlby varmast om hjärtat.

Makarna Robertsons studier av separation och dess effekter på små barn

Bowlby hade lärt känna James Robertson då denne, på grund av vapenvägran, arbetade som vaktmästare och skötte värmepannan på Hampsteadkliniken. Så fort Bowlby blivit chef på Tavistockkliniken och tagit emot ett mindre forskningsanslag rekryterade han Robertson som assistent.

Bowlby valde att inrikta sin forskning på separationers effekt på barns utveckling, eftersom han ansåg sig ha goda kliniska belägg för

de risker som var förenade härmed. Men separation var också av andra skäl ett bra forskningsparadigm:

1. Det var relativt enkelt att, också i efterhand, konstatera om en viss separation inträffat i ett barns liv eller ej.
2. De flesta separationer som skedde i små barns liv vid den här tiden (till exempel sjukhusvistelser) var samhällets, och alltså inte föräldrarnas, ”fel”. Föräldrarna lämnade inte bort barnen för att de ville bli av med dem, och forskningen behövde alltså inte skuldbelägga föräldrarna om den skulle visa att separationen skadat barnet.
3. Barn separerades från sina mammor av olika skäl, varav många inte alls hade att göra med att mamman var en ”dålig mor”, vars barn behövde omhändertas och placeras på institution på grund av exempelvis vanvård. ”Separationsparadigmet” erbjöd alltså ett så kallat naturligt experiment av en typ som det skulle ha varit etiskt oförsvarligt att iscensätta av rena forskningsskäl.

Makarna Robertson införskaffade en 16 mm filmkamera och kontaktade några sjukhus och barnhem i London. Under fyra års tid (1948–1952) filmades ett antal barn i åldern ett till fyra år före, under och efter vistelsen på sjukhus eller barnhem i en vecka eller mer (Robertson, 1962). **Filmerna demonstrerade med plågsam tydlighet hur barnen led av att vara separerade från sin mamma, och att skötas om av främmande personer enligt ett rullande schema. Filmerna visade också att barnen under tiden som separationen varade genomgick olika faser och att dessa faser visade stora likheter med vuxnas sorgereaktioner i samband med förlusten av en nära anhörig.** (Vi beskriver dessa faser i kapitel 9.)

När filmerna, som har blivit klassiska (till exempel ”John 17 månader”), så småningom visades i olika professionella sammanhang vållade de stor uppståndelse, och makarna Robertson och Bowlby fick utstå stark kritik. Man ansåg att filmerna var manipulerade och inte gav en rättvisande bild av verkligheten. I USA påstod forskare och kliniker att barn i Europa möjligen kunde reagera på det sätt som filmerna visade, men att detta inte alls gällde för barn i USA! Varför blev filmerna så provocerande?

Omvårdnadsideologin på barnsjukhus runt om i västvärlden, såväl som på barnhem och sociala barnvårdsinrättningar av olika

slag, betonade vid den här tiden vikten av rutiner, fysisk omvårdnad, renlighet, prydlighet och social skötsamhet långt före det känslomässiga bandet mellan spädbarnet och dess vårdare. Så länge barnet blev väl omskött, spelade det ingen roll *vem* som skötte om barnet. Det var därför föräldrar uppmuntrades att hälsa på sina barn på sjukhus eller institution så lite som möjligt eftersom detta ansågs öka infektionsrisken, störa sjukhusrutinerna och göra barnen mer svårhanterliga. Betoningen på renlighet, prydlighet och social skötsamhet, för att inte tala om kvinnans nedtryckta ställning, gjorde det också möjligt att tvångsomhändertaga spädbarn sedan deras unga mammor fått amma dem i sex månader. Dessa kvinnor hade ju blivit gravida på grund av "slarv", och de saknade utbildning och möjlighet att försörja sig. Bättre då att barnen placerades i rekorderliga hem, där de kunde få en god uppfostran! Mot denna rådande ideologi satte Bowlby något helt annat:

... den tjänst mammor och pappor vanemässigt gör sina barn tas i så hög grad för given att dess betydelse glöms bort. Det finns ingen annan relation i vilken människor så förbehållslöst och så konstant står till en annan människas förfogande. Detta gäller även för dåliga föräldrar – ett faktum som alltför lätt glöms bort av dem som kritiserar dessa föräldrar, i synnerhet kritiker som aldrig har tagit hand om egna barn. Att vara mamma åt ett barn är inte något som kan schemaläggas; det är en levande mänsklig relation som förändrar bägge parter personlighet. (Karen, 1994, s 66)

Tack vare Bowlbys och makarna Robertsons arbete skedde, med början under slutet av 1950-talet, en revolution av barnsjukvården. Den startade i England och USA, och spred sig också till bland annat Sverige. Föräldrar välkomnades att tillbringa så mycket tid som möjligt på sjukhus när barn låg inne, det skapades övernattningsrum för föräldrar och så småningom byggdes det till och med särskilda föräldrahotell (till exempel Ronald McDonald Hus) i anslutning till barnsjukhus i större städer. En av dem som först introducerade Bowlbys idéer i Sverige var Bertil Söderling (1967) – barnläkare i Borås och legendarisk radiodoktor.

Parallellt med förändrade sjukhusrutiner omstöptes också den sociala barnvården. I dag undviker man i allt större utsträckning långvariga barnhemsplaceringar. Större barnhem med många avdelningar har lagts ner, och de har efter hand ersatts av små distrikts-

barnhem och kontrakterade jourfosterhem. En del av den här utvecklingen hade säkert med tiden ändå kommit till stånd, men det är ingen tvekan om att Bowlbys och makarna Robertsons arbete blev startskottet för en radikal förändring av praxis. Hur var det då med de strikt vetenskapliga landvinningarna?

När filmerna spelades upp i olika professionella sammanhang blev effekten stark och mottagandet minst sagt blandat. Inte minst fick Bowlby utstå hård kritik från sina kolleger inom det brittiska psykoanalytiska sällskapet som ansåg att han överdrev betydelsen av separationen på bekostnad av andra tänkbara orsaker (till exempel avund riktad mot ett nytt syskon). Genom uppföljningar av barn som separerats från sin primära vårdnadshavare under två och upp till tjugo veckor kunde andra medarbetare till Bowlby (Heinicke & Westheimer, 1966) senare dokumentera de långsiktiga, i värsta fall permanenta, effekterna av separation. Dessa visade sig främst i form av en oförmåga hos barnen att utveckla djupa och varaktiga känslomässiga relationer (något som vi återkommer till i kapitel 6).

Medan Bowlbys medarbetare skaffade belägg för hur små barn påverkades av separationer fortsatte han själv att utveckla sina tankar om varför barn reagerade som de gjorde.

Anknytningsteori och evolutionsbiologi

Enligt evolutionsbiologin har olika beteendesystem vuxit fram därför att de varit förknippade med selektiva fördelar (t.ex. Hinde, 1966/1970), där enskilda beteenden regleras av någon form av kontrollsystem (se kap. 3). Dessa tankar blev viktiga när Bowlby sökte förstå hur den tidiga relationen mellan förälder och barn utvecklades. Ett resultat av det "kändisskap" som WHO-rapporten förskaffat honom var att han med stöd från den engelska vetenskapsakademien fick möjlighet att starta en seminarierie med deltagare som träffades under en vecka per år under ett flertal år. Bowlby förberedde frågor som behandlades på respektive seminarium. De inbjudna deltagarna var framstående representanter för bland annat biologi, psykiatri, psykologi, sociologi och socialantropologi. Atmosfären var öppen och tillåtande och diskussionens vågor gick ibland höga. Gruppen kom att bli mycket betydelsefull för Bowlby. I den fick han intellektuell stimulans och det bollplank för sina idéer som han saknade inom psykoanalytiska sällskapet. En av deltagarna var

Masters, 1970). I båda fallen var alltså barnets anknytningsbeteende att betrakta som ett derivat av mer primära drifter eller förstärkare. Bowlby var, i likhet med Winnicott och Fairbairn, inte tillfreds med förklaringen bland annat eftersom det fanns tydliga belägg för att spädbarn utvecklar en speciell relation också till närstående personer som inte kan amma dem, till exempel pappor.

Genom biologen Julian Huxley kom Bowlby 1952 över ett exemplar av Konrad Lorenz bok *King Solomon's ring*, i vilken denne beskrev sin och Tinbergens etologiska forskning. Bowlby blev entusiastisk och insåg möjligheterna att förklara små barns relation till föräldern med hjälp av etologi.

Prägling

Nobelpristagaren Konrad Lorenz gick till vetenskapshistorien främst för sina studier av prägling hos olika fågelarter. Han beskrev redan 1935 den process varigenom en fågelunge börjar röra sig efter det objekt, vanligtvis mamman, som det präglats på. **Lorenz visade att han, genom att imitera artspecifika drag (till exempel flaxande med armarna eller vissa ljud) som förekommer naturligt hos fågelmödrar när fågelungarna är nyfödda, kunde prägla ungarna på honom i stället.** Eftersom processen är oåterkallelig blev han därefter inte kvitt dem; de följde honom troget varthelst han gick. Ur Bowlbys synpunkt var det intressanta att gässlingar präglas att följa sin mamma så fort de kläckts ur ägget, trots att de redan som nyfödda är fullt kapabla att själva skaffa sig föda. Beteendet att hålla sig nära fågelmamman var alltså inte sekundär till att hon gav ungen mat.

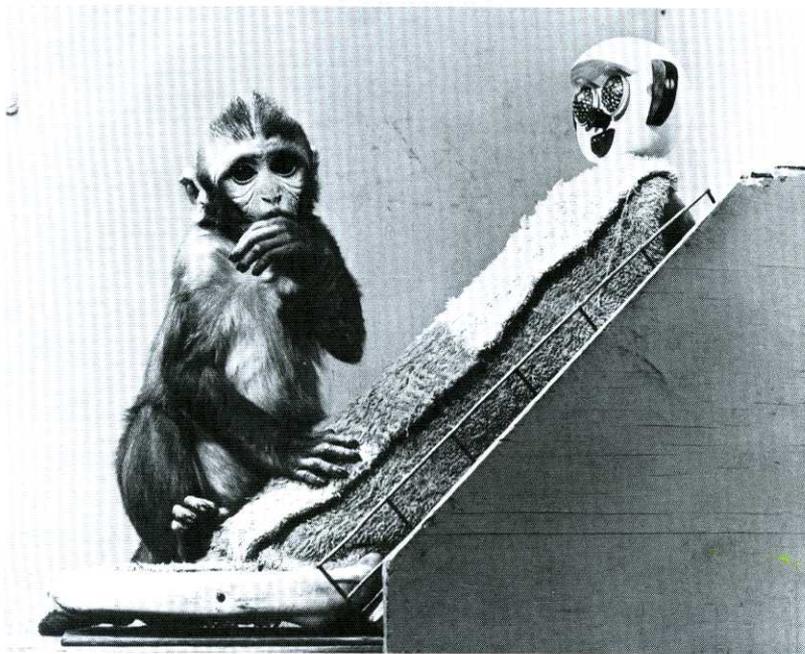
Men steget från gäss till människor är trots allt betydande. Det var här djurpsykologen Harlows studier kom så lägligt.

Surrogatmammor

Vid University of Wisconsin i USA gjorde Harlow en serie banbrytande försök med rhesusapor. Försöken rymde många komplikationer, inte minst av etiskt slag, och blev häftigt debatterade bland vetenskapsmän och djurrättsaktivister* (för en diskussion se t.ex.

* Bowlby besökte Harlow, som han ju delade intressen med. Som en av få forskare vid den tidpunkten ifrågasatte Bowlby explicit Harlows metoder och ungarnas laboratorieförhållanden (se Singer, 1975, för mer detaljer).

kunde dia ifrån, och ett fyrkantigt huvud. Den andra var av trä och överdragen med olika material (som mer eller mindre liknade päls), den kunde vara uppvärmd (för att efterlikna mammans kroppsvärme) och den kunde gunga lite fram och tillbaka. **Försöken visade med skrämmande tydlighet rhesusungarnas behov av att utveckla en relation till sin surrogatmamma, och att relationen i huvudsak styrdes av beröringskontakten dem emellan.** Surrogatmammans fungerade bäst om den hade päls (av teddy), var uppvärmd och kunde gunga. Huruvida den kunde ge di eller inte var däremot av underordnad betydelse. Slutsatsen var tydlig för alla som såg Harlows filmer – **relationen var inte beroende av föda.** Som av en händelse visade försöken också på betydelsen av visuell stimulering för ungens anknytning. Den första surrogatmammans ansikte var blankt, forskarna hade glömt att rita dit ögon, näsa och mun. När de så småningom insåg sitt misstag och ritade dit ansiktsdetaljerna, reagerade ungen prompt med att vrida mammans huvud 180° så att baksidan, som var blank, kom fram!



Apunge med sin surrogatmamma i Harlows laboratorium. © Hulton-Deutsch Collection/CORBIS

För att testa om ungaras anknytningsbeteenden kunde ”släckas ut”, vilket de borde kunna enligt behaviorismens förklaring, lät Harlow några surrogatmammor, med varierande tidsintervall, skicka ut spikar från sin kropp mot den apunge som klängde på henne. Inte heller här kunde de behavioristiska inlärningsprinciperna förklara utfallet. Apungarna fortsatte, trots den grymma bestraffning som filtmamman (dvs. forskarna) utsatte dem för, att klänga på henne (återigen oberoende av föda). Denna behandling är tyvärr en tydlig parallell till människobarns anknytning; även de fortsätter att rikta anknytningsbeteenden mot föräldrar, eller andra omvårdnads-personer, som utsätter dem för övergrepp och vanvård (se vidare *Anknytning i praktiken*).

Harlows resultat underminerade effektivt trovärdigheten i de gängse förklaringarna till varför avkomman utvecklar anknytning till sin omvårdare. Om relationen mellan barnet och dess vårdare inte är en effekt av mat, vad handlar den då om? Bowlby fann svaret i Darwins teori om det naturliga urvalet – **relationen ökar normalt sett barnets möjlighet att överleva i en farlig värld:**

Man har ofta tänkt sig att djuren från början skapades sociala och att de därför vantrivs då de är åtskilda från varandra och känner sig tillfreds då de är tillsammans. Det är emellertid sannolikare att dessa känslor först utvecklades för att de djur som tjänade på att leva i sällskap med varandra skulle lockas att göra detta. ... Hos de djur som gynnades av att leva nära varandra skulle nämligen de individer som trivdes bäst i sällskap med andra ha lättast att undgå olika faror, medan de som brydde sig minst om sina kamrater och levde i ensamhet skulle gå under i större antal. (Darwin 1871, vol 1, s 80, översättning av Nils Uddenberg)

På så vis är anknytningen att betrakta som en primär biologisk funktion som är fristående från till exempel näringstillförsel. Bowlby fick med hjälp av Harlows studier starkt empiriskt belägg för sin teori att hos nomadiserande arter är **relationen mellan däggdjurs-ungar och deras mödrar resultatet av ett oberoende motivations-system – anknytning!**

Mary Ainsworths studier av mamma–barn–relationen

Anställningen hos Bowlby 1950 innebar att Ainsworth fick arbeta med de uppgifter som makarna Robertson samlade in, men det var inte detta hon var mest intresserad av. Hon hade, till skillnad från Bowlby och hans psykoanalytiska kolleger, bara personlig erfarenhet av psykoterapi. Hennes kliniska bakgrund låg helt och hållet inom akademisk utvecklings- och personlighetspsykologi. Hon var främst intresserad av normalpsykologiska frågeställningar, som hur det lilla barnet utvecklas kognitivt och känslomässigt i samspelet med sina närmaste vårdare. Ainsworth ville särskilt gärna förstå vad det är som sker i relationen mellan mor och barn som gör att vissa barn kan utveckla en inre otrygghet trots ytligt sett goda förutsättningar. Hon bestämde sig för att så snart som hon fick möjlighet påbörja ett eget projekt om mor–barn–relationens utveckling. Hon var djupt imponerad av den etologiskt inspirerade observationsmetodik som makarna Robertson använde sig av och beslöt sig för att använda denna.

När Ainsworth 1954 flyttade till Uganda fick hon kontakt med familjer i sex byar utanför Kampala, och hon lärde sig tillräckligt mycket av det lokala språket för att kunna småprata med mammorna och förklara för hövdingarna vad hon ville göra. Därmed kunde hon påbörja sina undersökningar. Som ersättning erbjöds familjerna som deltog i studien regelbundna transporter till närmaste klinik för hälsoundersökningar och sjukvård, och hon sålde också torr mjölk till dem för en billig penning. Först var det inte så många som anmälde sig, men efter hand som studien pågick fick hon fler anmälningar om att delta än vad hon kunde ta emot. Hon besökte varje familj för en två timmar lång observation varannan vecka under barnets första nio månader, och intervjuade dessutom mammorna med hjälp av tolk.

När Ainsworth efter några år flyttade till Baltimore, önskade hon jämföra observationerna av mor–barn–samspel i amerikanska medelklassfamiljer, med det hon sett i Uganda. Återigen använde hon samma minutiösa observationsmetodik, med allt som allt 72 timmars observationer per mor–barn–par under det första levnadsåret. Fyra observatörer följde 26 familjer från tiden innan barnet föddes tills det blev ett år gammalt. I kapitel 7 presenterar vi de viktigaste resultaten av den här studien, här nöjer vi oss med att konstatera att

Ainsworth och hennes medarbetare fann att likheterna mellan anknytningsutvecklingen i Uganda och USA var slående, trots de stora kulturella skillnaderna. De observationer hon gjorde i Uganda (Ainsworth, 1967) och senare i Baltimore (Ainsworth, Bell & Stayton, 1971; Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978) korresponderade och samtalade hon flitigt med Bowlby om. Han tog tacksamt emot hennes oerhört noggranna observationer och utvecklade på basis av dem en beskrivning av anknytningsutvecklingen under de första levnadsåren. Det är i allt väsentligt Ainsworths och hennes medarbetares observationer som ligger till grund för vår kunskap om samspelet mellan omvårdnad och anknytning under de första åren i livet (vi redogör mer detaljerat för Ainsworths studier och senare resultat i kapitel 5, 6 och 7). Ainsworth beskrev:

1. vilken typ av omvårdnad under det första levnadsåret som är förknippad med att barnet kan använda föräldern som en trygg bas för att utforska världen under det andra levnadsåret
2. betydelsen av att det råder balans mellan barnets anknytnings- och utforskandesystem
3. anknytningen i form av faser
4. individuella skillnader i anknytning baserade på olika omvårdnadserfarenheter.

Det mest nyskapande med Ainsworths forskning var att hon dels följde en grupp barn och deras mödrar med upprepade observationer under hela det första levnadsåret, dels att hon använde en för utvecklingspsykologin ny observationsmetod – noggranna observationer av barnet i dess naturliga miljö. Bowlby skrev i sin sista bok om anknytning, som han tillägnade Ainsworth: "Om iakttagarna inte varit närvarande och kunnat se och höra vad som pågick utan i stället hade litat på vad mödrarna berättade för dem, skulle de i många fall ha fått en helt felaktig bild ..." (Bowlby, 1988a, s 49). Det är värt att poängtera att Ainsworths främsta bidrag var dessa naturalistiska observationer, eftersom det hon blivit mest berömd och under en period även hånad för, är en "konstlad" laboratoriesituation i vilken samspelet mellan barn och förälder kan studeras.

Utvecklingen av Främmandesituationen*

När Ainsworth i Baltimore skulle upprepa den studie hon tidigare gjort i Uganda stod hon inför ett problem. Så länge barnen var små var det inga stora problem att göra samma typ av observationer i hemmiljö, men när barnen kom upp i ettårsåldern uppstod det svårigheter. Barnen i Uganda var vana vid en mycket mera kontinuerlig och fysisk kontakt med sina mammor jämfört med de amerikanska barnen, och de var också mindre vana vid främlingar av olika slag. Därför aktiverades deras anknytningssystem lättare när en främmande person kom på besök i hemmet, och mamman tillfälligt lämnade barnet med denne. För att höja stressnivån för de amerikanska barnen något, så att anknytningssystemet aktiverades och relationen till mamman skulle gå att studera, konstruerade Ainsworth Främmandesituationen (SSP), på basis av sina intensiva observationer av mödrar och spädbarn. Idén fick hon från sin kollega Jean Arsenian som 1943 hade skrivit artikeln "Young children in an insecure situation". I SSP kan anknytningsrelationen mellan barn i åldern tolv till arton månader och dess omvårdnadsperson studeras (Ainsworth m.fl., 1978). Metoden används numera inom den utvecklingspsykologiska forskningen runt om i världen, och det var den som mer än något annat fick anknytningsforskningen att "lyfta". Metoden beskrivs utförligt i *Anknytning i praktiken*, men en kortfattad beskrivning är på sin plats redan här.

Under loppet av cirka tjugo minuter observeras barn i ett- till tvåårsåldern tillsammans med sin anknytningsperson i en för dem okänd miljö. Miljön är ett trevligt rum möblerat med två fåtöljer och med en stor fri lekyta samt ett antal åldersadekvata leksaker. Barnet får bekanta sig med rummet tillsammans med sin förälder och därefter kommer en person som barnet aldrig träffat in i rummet. Under observationens gång lämnas barnet av föräldern en kort stund vid två olika tillfällen. Hela observationen videoinspelas för senare kodning. **Avsikten med observationen är att kunna se:**

1. barnets balans mellan utforskande och trygghetssökande och
2. barnets förmåga att använda sig av föräldern som en trygg bas.

*Vi har genomgående undvikit engelska termer, och i stället översatt dem eller skapat lämpliga svenska termer. Främmandesituationen säger, precis som Strange Situation, vad det handlar om, nämligen en främmande situation, och en främmande person. Vi har dock valt att behålla den engelska förkortningen SSP (Strange Situation Procedure), som återkommer vid upprepade tillfällen i boken.

Fram till dess att Ainsworth publicerade sina första data, och andra forskare senare replikerat och utvidgat dem, var Bowlbys namn, och anknytningsteorin, helt förknippad med frågan om tidiga separationer och deras effekt på små barns utveckling. Bowlby (1944) var dock redan tidigt i sin karriär inne på att det var föräldrarnas attityd till, och sätt att ta hand om, sitt barn som var avgörande för barnets känslomässiga utveckling. Problemet för Bowlby var att detta område inte var tillgängligt för vetenskapliga studier eftersom det inte fanns någon lämplig metodik. Det som fanns var i stället fallbeskrivningar liknande dem han själv hade gjort på barnen vid sin barnpsykiatriska mottagning, och andra mer eller mindre systematiska kliniska observationer. Det var dessa metodologiska svårigheter, inte att han förringade det som utspelade sig i barn-föräldra-relationen, som gjorde att Bowlby bestämde sig för att studera separationer och deras effekter. I och med SSP förändrades situationen radikalt, äntligen gick det att använda allmänt accepterad vetenskaplig metodik för att studera betydelsen av föräldrars vardagliga omvårdnadsbeteende på barns känslomässiga utveckling! Därmed inleddes på allvar en på anknytningsteori grundad utvecklingspsykologisk forskning.

Ett av de viktigaste skälen till Baltimorestudiens stora betydelse var Ainsworths forskningsinriktning. Psykologisk forskning är i allt väsentligt kvantitativ, och måste så vara om undersökningens resultaten ska bli generaliserbara. Ett stort problem med kvantitativ och variabelbaserad psykologisk forskning är dock att medelvärden kan dölja intressanta skillnader mellan undergrupper. Ainsworth vägrade publicera resultaten av studien innan hon nått fram till en modell som kunde förklara inte bara varför de flesta barnen uppförde sig på ett visst sätt, utan också varför vissa barn *inte* gjorde det. De 72 timmarnas noggranna observationer av varje mor-barn-par gjorde det möjligt för Ainsworth att göra just detta. Som alltid i vetenskapliga sammanhang blev det då viktigt att replikera resultaten, det vill säga att studera nya grupper med samma metoder och samma frågeställningar. Detta blev en viktig uppgift för hennes doktorander (Inge Bretherton, Mary Main, Everett Waters med flera) och andra (Alan Sroufe, Dante Cicchetti med flera). Som vi ska se i kommande kapitel finns det i dag en solid kunskap om hur omvårdnaden av barnet under det första levnadsåret är förknippad med skillnader i anknytningsmönster under det andra året och att dessa skillna-

att upprätta och upprätthålla fysisk närhet till föräldern; till exempel leenden, gråt eller att krypa till föräldern. Å andra sidan har vi begreppet *anknytningssystem* som avser hur olika enskilda beteenden samordnas för att fylla sin evolutionära funktion; att underlätta för barnet att upprätta/upprätthålla fysisk närhet till föräldern och utforska världen under rimligt säkra betingelser. Anknytningsbeteenden och anknytningssystemet har sina motsvarigheter hos föräldern, som svarar på dem med omvårdnadsbeteenden och sitt omvårdnadssystem. Slutligen har vi begreppet *anknytning*, som avser en varaktig inre representation av relationen till föräldern vilken inbegriper en stark tendens att söka dennes närhet vid stress. Att vara anknuten till någon är alltså något mer än att bara söka närhet undan faror, det är en av våra starkaste känslomässiga relationer. Ainsworth påpekade att med tiden blir anknytningen en del av vår personlighet, av hur vi som individ organiserar vårt inre liv (1989, s 711).

Anknytning och andra känslomässiga band

Anknytningen beskrevs av Ainsworth och Bowlby som ett specialfall inom en större grupp av *känslomässiga band*. Gemensamt för sådana band är att de:

1. har varaktighet över tid
2. riktas mot en specifik individ som inte är utbytbar
3. har känslomässig relevans för individen
4. kännetecknas av att personerna söker varandras närhet
5. innebär att personerna upplever obehag vid ofrivillig separation från den andre.

(Tillägget, som gör relationen till en anknytningsrelation är):

6. att den som är anknuten söker trygghet, tröst och beskydd hos sin anknytningsperson.

Om individen får trygghet och beskydd när den söker den andres närhet kallas anknytningen *trygg*, medan den kallas *otrygg* om närhetssökandet inte leder till ökad känsla av trygghet och beskydd. Denna definition av anknytning gör det viktigt att skilja barnets relation till föräldern från föräldrarnas relation till barnet (se sidan 57).

Man kan alltså inte tala om att barn och förälder är anknutna till varandra. Definitionen gör det också viktigt att inte karakterisera anknytningen som stark eller svag. Det viktiga är om barnets sökande efter trygghet, tröst och beskydd leder till att barnet får vad det behöver, alltså om anknytningen är trygg eller otrygg. Ett barn kan klänga vildsint på föräldern och samtidigt skrika i högan sky. Det ger då förvisso uttryck för starka anknytningssignaler, men föräldrarnas sätt att besvara signalerna (nu och tidigare) kanske inte får avsedd effekt, det vill säga att barnet lugnar ner sig efter en stund. Då är det inte meningsfullt att beskriva anknytningen som stark, däremot kanske ytterligare undersökningar visar att den är otrygg. Ett annat sätt att beskriva anknytningens betydelse är med hjälp av begreppet *penetration* (Hinde, 1979). Begreppet avser att belysa hur central anknytningen är i en given relation eller för en viss person vid en given tidpunkt. För det lilla barnet är, åtminstone i relation till en person, anknytningen den centrala aspekten av relationen. Ju äldre barnet blir, och ju större socialt nätverk barnet skaffar sig, desto mindre central blir anknytningen till föräldern, vilket inte betyder att den har blivit svagare eller mindre betydelsefull när den behövs. Det är helt enkelt så att den inte behövs lika ofta, den penetrerar med andra ord inte relationen i lika hög grad som tidigare.

Därmed också sagt att anknytning endast är en aspekt av barnets relation till föräldern. Som förälder har man också till uppgift att vara barnets lekkamrat, lärare och uppfostrare. De här rollerna står inte i motsättning till varandra och samma förälder kan fylla alla rollerna. Om barnet självt får välja kan man se att en del barn föredrar den ena föräldern som lekkamrat men den andre i stunder av hot eller fara, det vill säga som anknytningsperson. För att begreppet anknytning ska kunna fortsätta att ha det förklaringsvärde som det hittills haft, är det viktigt att skilja ut de olika aspekterna av en nära relation. Annars tunnans anknytningsbegreppet ut till att bli en sorts samlingsbeteckning för allt trevligt som försiggår i nära relationer.

En eller flera anknytningar

En av de aspekter av anknytningsteorin som vållat mest debatt är frågan om hur många personer som man kan ha en anknytning till och hur dessa relationer utvecklas. Men det faktum att ett litet barn

riktar anknytningsbeteenden mot en vuxen, eller ett annat barn för den delen, betyder inte att barnet nödvändigtvis har en anknytningsrelation till den personen. I hotfulla situationer är det rimligt att rikta anknytningsbeteenden mot den som finns till hands, oavsett om man utvecklat en relation till den personen som uppfyller de sex kriterier på anknytning som räknades upp ovan eller inte. Barn kan alltså visa anknytningsbeteenden mot en rad personer inom och utom familjen (till exempel pedagoger i förskolan) utan att för den skull sägas ha en anknytning till dessa. Bowlby menade att de flesta barn under sina första två levnadsår utvecklar anknytningsrelationer till en mindre grupp på tre till fem personer. Det rör sig oftast om mamma, pappa, ett storsyskon, någon mor- eller farförälder och kanske en förskolepedagog. För att en anknytning ska utvecklas krävs, som vi beskriver i kapitel 7, tid, engagemang och kontinuitet i kontakten med den personen.

Det faktum att barnet har flera anknytningsrelationer innebär dock inte att dessa är lika viktiga för barnet enligt Bowlby. Han använde begreppet *monotropi* (1958) för att beskriva barnets tendens att bland olika möjliga anknytningspersoner välja ut en som den centrala anknytningspersonen. Denna person kallade Bowlby sedan för barnets primära omvårdnadsperson.

Anknytning och andra beteendesystem

Som framgick ovan, betonade Bowlby att anknytningsteorin handlar om en begränsad aspekt av människan som biopsykosocial varelse. Det innebär att anknytningsystemet måste kunna kopplas ihop med, men också särskiljas från, andra viktiga beteendesystem.

Omvårdnadssystemet. Bowlby poängterade tidigt (1956) att det fanns en hel del att lära sig om anknytningssystemet genom att beskriva mammans band till sitt barn. Som vi redogör för i kapitel 7 beskrivs anknytning och omvårdnad som två distinkta beteendesystem, det ena hos barnet och det andra hos föräldern. Båda är genetiskt förprogrammerade. Barnet signalerar sitt behov av närhet, tröst och beskydd och föräldern svarar på barnets signaler genom ett eller flera omvårdnadsbeteenden (tala lugnande till barnet, lyfta upp barnet, krama barnet etc.). Anknytnings–omvårdnads–relationen är alltså per definition en ojämlig relation: barnet får och föräldern ger. Denna

definition av anknytnings- och omvårdnadssystemen förklarar varför det är så viktigt att inte beskriva föräldrarnas varma känslor för barnet som att föräldern har knutit an till sitt barn. Föräldrarnas band till barnet är av ett helt annat slag än barnets band till föräldern. När vi blir vuxna och ingår en kärleksrelation blir det lite annorlunda. I kapitel 9 redogör vi för hur viktigt det är att ett par kan förhandla fram en balans mellan anknytnings- och omvårdnadssystemen, så att det blir möjligt både att ha en ojämlik relation i stunden (den ene ger och den andre får), och en jämlik relation i det långa loppet (man turas om med att vara den som ger respektive får).

Rädslosystemet. Anknytningsystemet bygger vidare på, men är skiljt ifrån, rädslosystemet. Det senare har utvecklats under miljoner år för att skydda oss och för att vi ska överleva farofyllda situationer. Det finns inprogrammerat i äldre, djupt liggande, delar av vår hjärna. Rädslosystemet innefattar reaktioner och beteenden som till exempel den vi kallar kamp/flykt, men också plötslig "frysning" av all rörelse, att stoppa handen i munnen (som för att tysta ett skrik som skulle kunna avslöja var man är) för att nämna några. Hos nomadiserande djurarter, som till exempel människan och de stora aporna, samarbetar rädslosystemet med anknytningsystemet. När det lilla barnet utsätts för det Bowlby kallade naturliga "ledtrådar" om att fara är på färde aktiveras anknytningsystemet och barnet söker upp föräldern. Bland sådana naturliga ledtrådar märks mörker, höga ljud, ensamhet och plötsligt framdykande objekt. För att de två systemen ska fungera väl tillsammans krävs det att ledtråden om fara inte emanerar från föräldern, för i så fall blir ju barnet räddare ju närmre föräldern det kommer. Hur det kan gå då beskriver vi i kapitlet om desorganiserad anknytning i *Anknytning i praktiken*.

Sällskaplighet (sociabilitet). Det är viktigt att skilja den specifika känslomässiga relation som anknytningsystemet tjänar (fysisk och/eller psykologisk närhet till en anknytningsperson) från det mer allmänna behovet av, och önskan att ingå i relation med, andra människor. På engelska brukar det senare kallas *affiliation* och sällskaplighet är kanske den bästa svenska översättningen. Bowlby refererade till Murray (1938) och beskrev skillnaden så här:

Sällskaplighet [innefattar] alla slags uttryck för vänskaplighet och sympati, för önskan om att göra saker tillsammans med andra. Det är således ett mycket vidare begrepp än anknytning och det är inte avsett att omfatta beteenden som riktar sig mot en eller ett fåtal särskilda personer, vilket är utmärkande för anknytningsbeteende. (Bowlby, 1969, s 229)

Sällskaplighet handlar alltså om det grundläggande faktum att människan är ett socialt djur, som levt i grupp med 15–60 andra människor under större delen av sin tid på jorden. För att fungera väl i sådana grupper krävs det att man trivs med att vara tillsammans med andra och att man lär sig den sociala samvarons underförstådda regelsystem. Sällskapligheten gör att barnet blir intresserat av att umgås med jämnåriga, och med andra vuxna förutom anknytningspersonerna. Sällskapligheten breddar på så sätt barnets sociala värld betydligt och underlättar inläringen av en rad nya förmågor. Precis som när det gäller utforskandesystemet förhåller sig sällskapligheten till anknytningsystemet som kommunicerande kär. **Ju säkrare barnet är på anknytningspersonens tillgänglighet, desto sällskapligare blir barnet, och när något går snett i umgänget med andra aktiveras anknytningsystemet och barnet söker sin förälder.**

Anknytning sågs av både Bowlby och Ainsworth som en normal och hälsosam aspekt av den mänskliga naturen under hela livscykel, inte som något barnsligt beroende som vi bör växa ifrån. Det är denna aspekt av anknytningen som på senare år gjort den till ett så viktigt begrepp inom utvecklingspsykologi, personlighetspsykologi, socialpsykologi och klinisk psykologi. Med de viktigaste byggstenarna på plats – anknytningsystemet, dess funktion och relation till andra beteendesystem – har det blivit dags att ta nästa steg i teoriutvecklingen, att relatera anknytningsbegreppet till psykologin i övrigt.

Ett närmande till den kognitiva psykologin

Bowlby var inte alls tillfreds med hur barnets kognitiva funktioner beskrevs i psykoanalytisk teori. **Han delade visserligen Kleins uppfattning om det första levnadsårets betydelse för den fortsatta utvecklingen,** men kunde inte acceptera de begrepp hon använde för att beskriva hur spädbarnet lagrade sina erfarenheter. För att komma vidare bjöd han in Jean Piaget och dennes medarbetare Barbara

som hade argumenterat för att djur som erövrat förmågan att skapa aktiva mentala representationer av verkligheten gynnats av evolutionen. Med sådana mentala representationer får djuret möjlighet att utföra tankeexperiment och behöver inte förlita sig helt och hållet på potentiellt riskfyllda experiment i verkligheten (så kallat "försök och misslyckande"). En råtta som tränats att hitta från punkt X till punkt Y i en labyrint bygger upp en mental representation (eller karta) av labyrinten som gör att råtten kan gå sträckan omvänd väg utan "försök och misslyckande"-inlärning av den omvända sträckan (Tolman, 1948). Förmågan att skapa en mental representation av labyrinten har stor överlevnadsfördel för den råtta som sedermera jagas av en katt genom labyrinten!

Skälet till överlevnadsfördelen är att förmågan att konstruera och använda arbetsmodeller resulterar i mer flexibla och adaptiva beteenden i förhållande till omgivningen. En förutsättning för att detta skulle ge överlevnadsfördelar var att de mentala modellerna överensstämde relativt väl med verkligheten, det vill säga den omgivande miljön. Craik tänkte sig alltså att arbetsmodeller är analoga till viktiga aspekter av verkligheten, som representerats och "arbetar" inom organismen.

Bowlby föredrog Craiks metafor arbetsmodeller framför de mer statistiska begrepp som fanns i bruk (till exempel schema, objektrepresentation, kognitiv karta). Skälet till detta var att såväl "arbets-" som "modell" innehållsmässigt avslöjade att representationen inte enbart registrerar verkligheten, utan är aktiv och förmögen att förutsäga den. Bowlby menade också att för att modellerna ska vara brukbara i nya situationer måste de täcka potentiella och inte endast upplevda verkligheter.

Inre arbetsmodeller, som vi beskriver utförligt i kapitel 5, låter sig inte observeras i praktiken, de är teoretiska konstruktioner. De rör det som tilldrar sig i hjärnan, den "svarta låda" som många psykologer (t.ex. Skinner, 1953) under anknytningsteorins tillkomsttid inte gärna ville spekulera kring. Den kognitiva revolutionen inom psykologi och neurovetenskap som sedermera kom till stånd har emellertid indikerat att denna typ av begrepp inte endast är teoretiskt brukbara utan faktiskt också praktiskt nödvändiga för att förstå länken mellan den tidigare miljön och de senare förväntningar och beteendedispositioner som individen utvecklar.

Senare utveckling inom den kognitiva psykologin, som Tulvings

(1972) uppdelning av det deklarativa minnet i semantiskt och episodiskt (se *Anknytning i praktiken* och Broberg m.fl., 2003) och Kihlstroms (1987) beskrivning av det kognitivt omedvetna hade också stor betydelse för Bowlby och för anknytningsteorins senare utveckling. Bowlbys förmåga att fånga upp och använda sig av den kognitiva psykologins landvinningar betydde dock inte att han uppfattade känslor som oviktiga.

Känsla, emotion och affekt

Oavsett vilket ursprung ansiktets och kroppens uttrycksrörelser kan ha är de i sig själva mycket betydelsefulla för vårt välmående. De fungerar som ett första kommunikationsmedel mellan modern och hennes barn; hon ler bekräftande och detta uppmuntrar hennes barn att fortsätta på den rätta vägen, eller så rynkar hon på ögonbrynen för att markera ogillande. Rörelseuttrycken gör våra talade ord livliga och energiska. De avslöjar andra människors tankar och avsikter på ett mer sanningsenligt sätt än ord, som kan vara vilseledande... Dessa resultat är delvis en följd av den nära förbindelse som existerar mellan nästan alla emotionerna och deras yttre manifestationer. (Darwin, 1872)

Bowlby inleder kapitlet om känslor i anknytningstrilogins första del med ovanstående citat från Darwin, och han betonar själv upprepade gånger känslornas betydelse, som i boken *The making and breaking of affectional bonds* (1979), där han bland annat skriver att många av människans starkaste känslor uppstår inom ramen för anknytningsrelationen: Att forma en anknytningsrelation är som att bli förälskad, bibehållandet av en anknytningsrelation är kärlek, och att förlora sin anknytningsperson är förenat med stor sorg. Hot om förlust av anknytningspersonen medför slutligen känslor av oro, ångest och ilska medan upprätthållandet av en anknytningsrelation är förknippat med glädje och förnöjsamhet (1979, s 130). **Känslor har i Bowlbys teori tre viktiga uppgifter:**

1. bistå vid utvärderingen av signaler från omgivningen och inifrån oss själva och därigenom bilda underlag för handling
2. informera oss själva som förnimmande varelser om hur vi mår
3. kommunicera med andra.

Det lilla barnet tittar upp när föräldern reser sig ur stolen, föräldern ser på barnet och säger kanske något som barnet ännu är för litet för att förstå. Föräldrarnas sätt att via sitt ansiktsuttryck signalera till barnet, snarare än vad föräldern säger, avgör barnets nästa steg: börja skrika och krypa närmare föräldern, eller le och fortsätta leka. **Barnets tolkning av vad föräldern ska företa sig är inte rent kognitiv, den är i stället känslomässigt färgad av minnen från tidigare situationer av samma slag.** Barnets inre arbetsmodeller innehåller alltså redan från början såväl kognitiv som känslomässig information vilken kan vara både medveten och omedveten.

Utifrån systemteoretiska utgångspunkter var Bowlby dock motståndare till att ange känslor som orsak till beteenden. Att säga att Tom slår sin lillasyster för att han är avundsjuk på henne är felaktigt, eftersom Tom har flera alternativa sätt att hantera sin avundsjuka. De flesta barn blir avundsjuka på sina småsyskon från och till, men endast en del barn omsätter känslan i form av aggression. Bowlby påpekade (1969, s 113) att begreppet emotion kommer av det latinska *emovere* vilket betyder avsaknad av rörelse, emotion kan alltså beskrivas som att känna utan att omsätta känslan i handling. I dag har emotionsbegreppet dock fått en vidare tolkning och inkluderar, till skillnad från begreppet känsla, ibland även beteenden.

Bowlby var också, utifrån systemteoretiska och biologiska aspekter, motståndare till förtingligandet av känslor. Hans diskussion av begreppen känsla, affekt och emotion illustrerar detta: "I det följande används ordet känsla ... i stället för både affekt och emotion eftersom det är det enda av dessa tre ord som härstammar från ett verb (att känna) som har exakt samma innebörd som ordet självt." (1969, s 105)

Att känna är en process hos något, inte något i sig själv. När järn upphettas blir det rött, rödheten är en aspekt av järnet, inte något tillstånd i sig. På samma sätt menade Bowlby, i likhet med flera äldre emotionsteoretiker, att den upplevda känslan av till exempel ilska, de fysiologiska reaktionerna i vår kropp (hjärtfrekvens, blodtryck etc.) och de synliga resultaten i form av förändrat ansiktsuttryck och ansiktsfärg, är olika sidor av samma mynt. Bowlby ifrågasatte dualismens tanke – känsla, kropp och själ, och den förhärskande synen på psykosomatiska sjukdomar.

Bowlby var uppenbarligen bekant med Tomkins arbeten om grundläggande affekter, vilka ju bygger vidare på Darwin (se Hav-

av företrädarna för kognitiv psykoterapi som tidigt insåg möjligheterna att kombinera Bowlbys begrepp inre arbetsmodell med de begrepp som användes inom kognitiv psykoterapi.

Sammanfattning

Betoningen på betydelsen av verkliga händelser i barns liv, och önskan att applicera empiriska undersökningsmetoder på samspelet mellan förälder och barn kom mer än något annat att skapa en klyfta mellan John Bowlby och hans samtida psykoanalytiska kolleger. Bowlby studerade effekten av separation på små barn, och två av hans medarbetare filmade barn på sjukhus och barnhem. Filmerna visade hur barnen led av att vara separerade från sina föräldrar. Bowlby la fram teorin att anknytning är att betrakta som en primär biologisk funktion som syftar till att öka chansen till överlevnad hos nomadiserande däggdjursungar.

Mary Ainsworth beskrev genom observation av mammor och barn i Uganda och i USA:

1. vilken typ av omvårdnad under det första levnadsåret som är förknippad med att barnet kan använda föräldern som en trygg bas för att utforska världen under det andra levnadsåret
2. betydelsen av att det råder balans mellan barnets anknytnings- och utforskandesystem
3. anknytningen i form av faser
4. individuella skillnader i anknytning baserade på olika omvårdnadsfarenheter.

I det fortsatta arbetet beskrev Ainsworth och Bowlby anknytningen som en relation som:

1. har varaktighet över tid
2. riktas mot en specifik individ som inte är utbytbar
3. har känslomässig relevans för individen
4. kännetecknas av att personerna söker varandras närhet
5. innebär att personerna upplever obehag vid ofrivillig separation från den andre
6. innebär att den som är anknuten söker trygghet, tröst och beskydd hos sin anknytningsperson.

den bara ”hängar med”, och kan senare få nya användningsområden. Som påpekats av bland andra Stephen Gould (1991) och Panksepp och Panksepp (2000), är det ohållbart att diskutera merparten av olika mänskliga beteenden med utgångspunkt från ett perspektiv enligt vilket specifika beteenden kan förklaras utifrån en specifik evolutionär mekanism. Dessa forskare menar att det är rimligare att tänka sig att framväxten av den stora mänskliga hjärnan har möjliggjort flexibla nya användningar av tidigare anlagda funktioner.

Frågan om hur evolutionen arbetar är i själva verket ännu mer komplicerad eftersom uppdelningen i arv respektive miljö i sig är konstlad. Man kan ställa saken på sin spets genom att formulera det som att vi ärver inte bara gener, vi ärver också en för vår art typisk miljö!

Ett systemteoretiskt perspektiv

Genom framväxten av systemteoretiska och transaktionella modeller (Darwin, 1859; Gottlieb, Wahlsten, & Lickliter, 1998; Sameroff, 1995) har det blivit lättare att beskriva utvecklingen på ett sätt som ger utrymme för såväl arv som miljö, och det komplicerade samspelen dem emellan. Det är i dag allmänt accepterat inom utvecklingspsykologin att barnet och dess omgivande miljö påverkar varandra i en *transaktionell process*. I linje med den allmänna systemteoriens principer, utvecklas organismen (barnet) som resultat av ett ständigt utbyte mellan olika system, där utbytet i varje ögonblick bildar basen för vilka utbyten som blir möjliga i nästa stund. I en transaktionell process blir därför tiden en viktig faktor. I konceptionsögonblicket bestäms barnets genupsättning utifrån den information som finns lagrad i mammans och pappans kromosomer. Så fort celledelningen börjar sker utvecklingen som ett resultat av ett utbyte mellan fostrets genupsättning och den omgivande miljön i livmodern. Denna miljö är i hög grad påverkad av den havande kvinnans livssituation. Redan i livmodern är det också så att det växande fostret påverkar sina blivande föräldrar och därmed på sikt sin egen uppväxtmiljö (se Broberg m.fl., 2003, och Havnesköld & Risholm Mothander, 2002, för en uttömmande beskrivning av transaktionella processer).

En konsekvens av den transaktionella processen är att gener uttrycker sig olika, beroende på vilken miljö som processen skapat

(Rutter, Moffitt & Caspi, 2006). Olika områden i det nyfödda barnets hjärna är förberedda för att bearbeta specifika typer av information, till exempel språk. Därför lär sig barn språk i en hastighet som inte går att förklara enbart med hjälp av vanliga inlärningsprinciper. En förutsättning för att detta ska ske är dock att spädbarnet växer upp i en miljö som i avgörande avseenden liknar den där egenskapen utvecklades. Uttryckt på ett annat sätt: generna har utvecklats för att individen ska fungera optimalt i en viss miljö, nämligen den miljö som individen "ärvt" tillsammans med sina gener. David Bjorklund och Anthony Pellegrini (2002) uttrycker det på följande sätt:

Enligt den gängse uppfattningen definieras evolution som förändringar i genfrekvenser över generationerna. Det är gener som utvecklas, och den som ifrågasätter denna ståndpunkt måste ha haft huvudet nedgrävt i sanden under det senaste halvseklet. Organismer ärver emellertid också miljöer, såväl inre som yttre, och det är inom dessa miljöer som gener uttrycks och fenotyper bildas. Det som utvecklas enligt detta perspektiv är olika utvecklingssystem, som innefattar gener men också de varierade och interagerande miljöer i vilka gener existerar.

Vi börjar närma oss slutet på den här genomgången av grundläggande evolutionsteoretiska begrepp. Det viktigaste återstår dock – en beskrivning av den miljö vi levt i, det vill säga vad karakteriserade den miljö som människan "ärvde" under miljoner år och som evolutionens selektionstryck anpassade våra gener till?

Människans härkomst

Det första steget i den cirka sju miljoner år långa vandringen från apa till människa togs av de första hominiderna. Nästa avgörande steg, som Lasse Berg (2005) beskriver i den fascinerande boken *Gryning över Kalahari*, togs för knappt två miljoner år sedan. Då framträdde *Homo Erectus* på scenen, och från och med då finns det belegg för ett flertal egenskaper som vi brukar kalla mänskliga. Hos *Homo Erectus* är båda könen ungefär lika stora. Hannarna har inte några hemska hörntänder att skrämmas med, och kanske uppstod då en ny relation mellan könen som gör att det är relevant att börja tala om kvinnor och män snarare än om honor och hannar. Tack

Anknytningsteorin förklarar alltså, utifrån ett evolutionsteoretiskt perspektiv:

1. varför långsiktiga känslomässiga band mellan barn och föräldrar utvecklas och vidmakthålls
2. hur det kan komma sig att det finns en variation, det vill säga att barn utvecklar olika typer av anknytning
3. vilka aspekter av samspelet mellan barn och förälder som reglerar barnets anknytning till föräldern.

Det är intressant och på sitt sätt förvånande att man inom anknytningsforskningen sett så lite av könsskillnader. I så kallad evolutionär psykologi är annars skillnader mellan könen oftast mycket påtagliga. Orsaken till att anknytningen verkar vara mer könsneutral är, tänker vi oss, att det för både flickor och pojkar funnits samma överlevnadsvärde i att utveckla ett system för säkerställande av närhet till sina närmaste vårdare. Även när det gäller utvecklingen av föräldrabetenden (omvårdningsförmåga) verkar likheterna mellan könen större än vad man ser hos andra besläktade däggdjursarter. Detta kan tolkas som att de grundläggande kraven på god föräldraomsorg är mer lika för mammor och pappor jämfört med till exempel bonobos, schimpanser, gorillor och orangutanger. En förklaring till detta skulle, som vi beskrev ovan, kunna vara att det nyfödda människobarnets extra stora sårbarhet ställt särskilt höga krav på föräldraomsorg och därmed på två engagerade föräldrar.

Hur anknytningen mellan barn och förälder uppstår, utvecklas och vidmakthålls kommer vi att beskriva mer i detalj i kapitel 6, här nöjer vi oss med en kort sammanfattning. Nästan precis vid den ålder då barn börjar kunna krypa på allvar, och därmed har möjlighet att förflytta sig bort från föräldern, träder anknytningsmekanismen in. Separationsångslan och rädslan för främmande personer medför att barnet föredrar att hålla sig nära sin anknytningsperson. Lite senare utvecklar barn rädslor för sådant som varit förenat med reell fara i vårt förflutna (till exempel ormar, höjder, öppna platser och mörker). Dessa rädslor gör också att barnet föredrar att hålla sig nära sin förälder. Anknytning handlar i grund och botten om just detta – vårt behov av och tillgång till någon ”större och starkare” i situationer som upplevs som farofyllda. Efter ungefär tre års ålder förändras anknytningsrelationen mellan barn och förälder. I takt med

Känsliga faser och kritiska perioder

Innan vi diskuterar anknätningsystemet och dess utveckling är det på sin plats att förklara begreppen *känsliga faser* och *kritiska perioder* för utveckling. Även om de flesta system under statistiskt normala förhållanden löper den kurs som skisserats gör de det inte med nödvändighet. Ofta krävs att det i barnets miljö finns möjlighet att göra vissa erfarenheter för att ett givet system ska utvecklas på ett effektivt sätt.* Utöver att organismen måste göra vissa erfarenheter för att ett system ska utvecklas effektivt är det ibland också nödvändigt att dessa erfarenheter görs under en viss, ofta tidig, period av barnets utveckling. Om man ska lära sig ett språk "flytande" krävs det till exempel att man regelbundet kommer i kontakt med just det språket under barndomen.

Man brukar skilja mellan kritisk period och känslig fas för utvecklingen av vissa färdigheter. Kritisk period innebär att ett visst beteende inte utvecklas över huvud taget om inte viss stimulering sker under en viss, väl avgränsad, tidsperiod. Det är mycket sällan som sådana kritiska perioder föreligger, i synnerhet för komplexa beteenden. Numera är det mer vanligt att man talar om förekomsten av känsliga faser, vilket är mindre strikt och brukar avse att möjligheten för att ett visst beteende ska utvecklas minskar om inte en viss stimulering sker under en, ofta lite mer flytande, tidsperiod. Det är lätt att man missar betydelsen av sådana känsliga faser eftersom de flesta miljöer är organiserade på ett sådant sätt att organismen naturligt kommer i kontakt med de nödvändiga erfarenheterna.

Ett annat sätt att uttrycka samma sak är att de flesta miljöer i de allra viktigaste avseendena är tillräckligt lika de miljöer vilka vi som art evolutionärt utvecklades i, för att beteendesystemen ska följa den förprogrammerade utvecklingskursen (se Hauser, 2000, s 71–72 för intressanta exempel rörande fåglars förmåga att navigera över stora avstånd). Med dessa grundläggande principer och distinktioner som bakgrund beskriver vi nu anknätningsystemet, dess utveckling, de faktorer som slår på och slår av systemet samt systemets biologiska funktion.

*Tidigare exemplifierade vi detta med att barn i alla kulturer lär sig tala, men skälet till detta är inte bara att språkssystemet är genetiskt förprogrammerat utan också att barn i alla kulturer under sin tidiga utveckling faktiskt kommer i kontakt med talat språk. Om så inte hade skett hade barnet varken talat den kulturens språk eller något språk över huvud taget.

Anknytningssystemet

Vi är vana vid att se små djurungar i omedelbar närhet av sin förälder; hundvalparna som ligger intill mammans kropp i hundkorngen, eller and- eller svanungarna som bildar ett följe på vattnet omedelbart efter mamman. På samma sätt förhåller det sig med spädbarn. Närhelst det lilla barnet finns på en plats finns också föräldern där. Synen är så välbekant att man nästan glömmer bort att fråga sig vad det är för ”band” som håller barnet i närheten av föräldern. Bowlbys (1982) svar, som sedermera kom att utgöra basen för hans anknytningsteori, var att två kompletterande beteendesystem är ansvariga för att hålla avkomman i fysisk närhet till sin omvårdare. Det ena systemet, anknytningssystemet, är aktivt hos avkomman, det andra, omvårdnadssystemet, är aktivt hos omvårdaren. I detta kapitel koncentrerar vi oss på anknytningssystemet, medan omvårdnadssystemet diskuteras i kapitel 7.

Till skillnad från avkommor hos många andra arter (t.ex. fågelungar och råttor), som nästan omedelbart efter födseln för egen maskin kan etablera närhet till mamman genom att flyga eller stappla i hennes riktning, är det mänskliga barnets motoriska förmåga påfallande omoget under de första levnadsåren. Det är inte förrän under andra halvan av det första levnadsåret som spädbarn vanligen lär sig krypa och inte förrän runt ett halvt år senare som de lär sig gå. Dessförinnan producerar anknytningssystemet sitt förutsägbara resultat av närhet till omvårdaren i huvudsak genom barnets signalbeteenden, först mest genom gråt, och lite senare också genom joller och leenden. Oavsett hur motoriskt enkla avkommans beteenden är, benämnde Bowlby (1982) alla beteenden med funktionen att öka närheten till omvårdaren som anknytningsbeteenden. Andra exempel på sådana beteenden är att klänga och – när barnet blivit mer rörligt – att följa efter.

Liksom för andra beteendesystem tar det avsevärt längre tid för anknytningssystemet att utvecklas hos människor än hos andra däggdjur. Vi presenterar anknytningens faser i kommande kapitel. Här nöjer vi oss med att notera att de principer som gäller för utvecklingen av beteendesystem i allmänhet i allra högsta grad också gäller för anknytningssystemet: (1) ökad begränsning sker i förhållande till vad de riktas mot, (2) enklare, mer reflexmässiga beteenden ersätts med målkorrigerade, planerade beteenden, och (3) det finns käns-

som en konkret struktur. Att fråga var anknytningssystemet sitter i hjärnan är alltså ungefär som att fråga var i Sverige samhället finns, det finns på alla nivåer (stadsdel, kommun, län etc.). Trots att vi inte kan förlägga anknytningssystemet till någon specifik plats i hjärnan, vet vi ändå en hel del om olika processer i centrala nervsystemet som har betydelse för anknytningssystemets funktion.

Neurobiologiska processer av betydelse för anknytningen

Senare års forskning har visat att anknytningssystemet på biologisk nivå bäst låter sig förstås som sammansatt av ett begränsat antal subsystem. Hos råttor gäller detta främst värmereglering, mjölktilförsel och taktil stimulering (Hofer, 2003). När råttungar isoleras under längre tid reagerar de med förändringar av olika beteendesystem (bl.a. sömn-vakenhet, aktivitetsnivå och sugbeteende). Förändrat beteende motsvaras av förändringar i de biologiska systemen (bl.a. blodtryck, hjärtfrekvens, & serotoninivåer i hjärnan), men de olika systemen är förhållandevis oberoende av varandra. Kraftfullt strykande av råttungars päls (vilket motsvarar att mamman slickar sina ungar) förhindrar den kraftiga sänkningen av tillväxthormon som man annars ser vid isolering av nyfödda råttungar (Kuhn & Schanberg, 1991). **Slutsatsen är att en hel rad för råttungen livsviktiga biologiska funktioner regleras via den tidiga kontakten mellan mamman och ungen (Hofer, 2003).** Sätten som ungen reglerar sina biologiska system blir en anpassning till den typ av omvårdnad som den får. Regleringar sker främst via hormoner och olika signalsubstanser (serotonin, dopamin etc.) varmed impulser skickas mellan olika hjärnstrukturer.

Oxytocin är ett "neurohormon" som är centralt för att förstå anknytningsrelationen på biologisk nivå (Kendrick, 2000). Redan i början av 1980-talet skrevs en bok med den uppseendeväckande titeln *The chemistry of love* (Liebowitz, 1983, svensk övers. 1984, *Om kärlek och kemi*), i vilken det hävdades att insöndring av oxytocin är den kemiska basen för kärlek i parrelationer, omvårdnad till våra barn samt barnets anknytning till föräldern. Oxytocin insöndras vid nära fysisk kontakt och kulminerar i insöndring vid sexuellt klimax. Den upplevelsemässiga konsekvensen är lugn, harmoni och positiva känslor samt ett okritiskt sinnelag gentemot den person man har den fysiska kontakten med. Initialt aktiveras oxytocinneuroner

(mRNA) i hypothalamus, därefter sprids insöndringen vidare till de delar av hjärnan som är rik på oxytocinreceptorer (Kendrick, 2000). Insöndringen av oxytocin befrämjas av vissa signalsubstanser (inte minst noradrenalin; Dluzen m.fl., 1998). Oxytocin har framför allt studerats i relation till omvårdande beteenden bland djurmödrar. Man har bland annat visat att hos möss som saknar oxytocinreceptorer, och normala möss som inducerats med en oxytocinantagonistisk substans under graviditeten, motverkas mammans omvårdningsbeteenden (Kendrick, 2000). Det är först under senare år som bra studier genomförts på människor. En av de färskaste studierna visade att strukturer i hjärnan som är rika på oxytocinreceptorer aktiveras när mödrar får se bilder på sin kärlekspartner (jämfört med när de tittar på andra vuxna personer av motsatt kön), och då de ser bilder på sina egna barn (jämfört med andra barn) (Bartels & Zeki, 2004). I denna studie avaktiverades också hjärnstrukturer som ansvarar för kritiskt utvärderande när mödrarna presenterades med bilder av sina barn och kärlekspartners. Oxytocininsöndring kan alltså bidra till att förklara varför vi upplever kärleken som "blind". Kombinationen av upplevd harmoni, preferens för partnern/barnet och avaktivering av kritiskt utvärderande är det kitt som binder individer samman i kärlek, och detta gäller både parrelationen och föräldra–barn–relationen.

Slutligen fyller signalsubstanser en viktig funktion, som en neurobiologisk länk mellan organismens tidiga anknytningsrelaterade erfarenheter och dennes senare beteenden, känslor och tankar. I Suomis (1999) apstudier visade sig exempelvis de apor som tidigt separerades från sina mödrar och i stället växte upp med kamrater ha en lägre koncentration av serotoninmetaboliten 5-HIAA, än de som växt upp under, för rhesusapor, naturliga förhållanden. Denna skillnad i serotoninmetaboliten var tydlig redan vid sex månaders ålder och kvarstod ända upp i vuxen ålder. Variationer i uppväxtvillkor medförde alltså kroniska effekter på utvecklingen av apornas serotoninssystem.*

Slutligen pekar de senaste årens forskning rörande anknytningens

*Serotonin är en av de viktigaste signalsubstanserna också i den mänskliga hjärnan. Den har bland annat betydelse vid olika former av psykisk ohälsa, som ångest och depression. De vanligaste läkemedlen vid dessa tillstånd är SSRI-preparat, vilka verkar genom att öka tillgängligheten av serotonin i synapserna, och på så sätt underlätta överföringen av nervimpulser.

neurobiologi på att de neurokemiska belöningsmekanismer som möjliggör alkohol- och drogberoende är viktiga också när det gäller etablerandet av en anknytningsrelation; vi blir verkligen beroende av vår anknytningsperson inte bara i psykologisk bemärkelse!

Det är också möjligt att de neurala mekanismer som vi förbinder med missbruk och beroende av narkotika kan ha utvecklats för att reglera upplevelser av socialt erkännande, belöningskänslor och upprymdhet – avgörande inslag i anknytningsprocessen. Det finns anledning att hoppas att upptäckter rörande de molekylära och cellrelaterade mekanismerna bakom beroende inom en mycket snar framtid kommer att kunna tillämpas på anknytningens neurobiologi, och skapa en ny förståelse för en av våra mest komplexa och fascinerande känslor. (Insel & Young, 2001, s 135)

Neurobiologiska effekter av bristande omvårdnad

Det senaste decenniet har alltfler indikationer, främst från ett stort antal djurstudier, visat att extrema omständigheter (som längre tids separation från mamman) ger neurobiologiska effekter bland annat i form av eftersatt kognitiv utveckling (Suomi, 1999; Teicher, 1989). Studier på människor som vuxit upp under extrema förhållanden, med exempelvis grav vanvård, pekar i samma riktning (t.ex. Tricket & McBride-Chang, 1995).

I en serie svenska studier har man visat att vuxna råttor, som tidigt under utvecklingen separerats från sina mödrar* under sex timmar per dag, på eget initiativ dricker avsevärt mer alkohol (alternativt ett ångestdämpande preparat) än råttor som endast separerats under femton minuter per dag (Roman & Nylander, 2005). Andra studier har visat att råttor som permanent separerats från sina mödrar löpte en förhöjd risk att drabbas av stressinducerade magsår som vuxna (Hofer, 2005). De av Suomis (1999, 2005) rhesusungar som separerades från mödrarna för att i stället växa upp med kamrater utvecklade kroniskt låga serotoninhalter. En slående parallell till råttorna ovan är att de också drack mer alkohol när tillfälle gavs än apungar som växt upp under mer naturliga förhållanden, det vill säga med sina mödrar.

*I denna studie lät man, till skillnad från flertalet andra liknande studier, ungen vara tillsammans med den övriga kullen i samband med separationen från mamman.

Teicher och medarbetare (2003) sammanfattar hur däggdjurs stresshantering påverkas av hög belastning under uppväxten. För det första aktiverar påfrestande livsomständigheter (stressorer) den så kallade HPA-axeln (Hypothalamus–Hypofysen–Binjurebarken), som ansvarar för produktion av bland annat kortisol (vårt viktigaste stresshormon), så att denna blir mer känslig. För det andra påverkas hjärnans övriga organisation (i form av synapskopplingar och neurotransmittorer) om hjärnan under uppväxten exponeras för kroniskt förhöjda nivåer av stresshormon. För det tredje kan denna förändrade organisation medföra funktionella konsekvenser genom att den vänstra hjärnhalvan utvecklas sämre än den högra, att integrationen mellan hjärnhalvorna försämras och det utvecklas en lägre retrnings-tröskel i bland annat det limbiska systemet, hjärnans "känslocentrum". I vilken utsträckning dessa studier går att överföra till människa är än så länge oklart, men det finns anledning att intensifiera forskningen rörande neurobiologiska effekter av omsorgssvikt också på människa.

Att grav omsorgssvikt kan få bestående effekter på hur hjärnan fungerar börjar numera bli allmänt accepterat (Hofer, 2003). Det nyfödda spädbarnet behöver stor föräldrahjälp för att klara sig rent biologiskt (värme, hunger, aktivitet, smärta, stimulans etc.). Mycket av det tidiga samspelet mellan förälder och barn handlar därför om olika aspekter av biologisk reglering, och via den omvårdnad barnet får "lära sig" de biologiska systemen hur de ska fungera för att vara optimalt anpassade till de krav som ställs på dem. Den miljö barnet lever i blir därmed den miljö som de biologiska systemen anpassas till.

Teichers och medarbetares diskussion av den samlade kunskapen när det gäller utsatthet för stress under uppväxten och senare utveckling är intressant. De (Teicher m.fl., 2003) och andra (McEwen, 2000) menar att förändringarna som beskrivits ovan bäst ska förstås som att hjärnans hela organisation tar en annan utvecklingsväg, som följd av hur den tidiga uppväxtmiljön ser ut. De biologiska systemens funktion baseras på att den miljö som den växande individen befinner sig i, i allt väsentligt liknar den miljö individen kommer att leva i under resten av livet. Ett barn som växer upp i en miljö karakteriserad av stark påfrestning/stress kommer därför att organisera sin hjärna så att den optimeras för att tjäna en individ som lever i en miljö fylld av risker och hot. Detta kräver ständig vaksamhet och misstänksamhet, vilket ger god förmåga att snabbt upptäcka faror.

Vidare behöver individen (1) ha omedelbar kamp/flykt-beredskap, (2) förmåga att reagera aggressivt utan onödigt dröjsmål och (3) tåla stor belastning. Kombinationen av dessa egenskaper förutsätter dock en anpassning av HPA-axeln och katekolamin-systemen som är långsiktigt kostsam för individen.

Individer som växer upp under stark belastning utvecklar en anpassning som tjänar dem väl på kort sikt, men som kan vara långsiktigt förödande (i form av att individen utvecklar social isolering, fiendtlighet, depression, missbruk, extrem övervikt och hjärt-kärlsjukdom). Ovanstående resonemang bygger än så länge i allt väsentligt på djurförsök, och är därmed än så länge hypotetiskt vad gäller effekter på människa. Om resonemanget visar sig stämma utgör det ett starkt argument, utöver de som redan finns, för att ingripa tidigt i utsatta barns liv, så att deras neurobiologi inte utvecklar denna form av anpassning. Något som vi återkommer till i *Anknytning i praktiken*.

Finns det forskningsresultat som ger stöd åt att skillnader i omvårdnad som inte kan karakteriseras som extrem, ändå skulle kunna få långvariga biologiska effekter? Det är inte bara separation som har betydelse för rättungens relation till mamman. **Hög frekvens av omvårdnadsbeteenden från mamman (t.ex. putsande av ungens päls)** leder till att rättavkomman kommer att uppvisa en hög frekvens av omvårdnadsbeteenden mot sina egna ungar (Fleming m.fl., 2002). Lägg märke till att det här rör sig om en "andra generationens" miljöeffekt, som är oberoende av genetisk ärftlighet. Det är alltså tydligt att det inte bara för människobarnets utveckling är viktigt med en kontinuerlig, högkvalitativ relation till omvårdare, utan att detsamma rentav gäller för så relativt primitiva däggdjur som råttor. **Liu med kolleger (2000) visade att hos råttor som adopterats till god omvårdnad från känsliga fostermödrar (t.ex. mycket putsande av pälsen) utvecklades en minnesregion (hippocampus) snabbare än hos råttor som adopterats till sämre omvårdnad.** Denna effekt var oberoende av rättans genetiskt baserade temperament. **Hippocampus blev inte bara större i volym, utan där fanns också en högre täthet av hjärnceller som ett resultat av bättre omvårdnad.** Ungarna som fått god omvårdnad gjorde också bättre ifrån sig i en rumslik orienteringsuppgift. I anknytningsteoretiska termer skulle vi säga att den goda omvårdnaden befrämjat ungens förmåga, och gjort denne "friare" att på ett kompetent sätt utforska sin miljö.

Anknytning och genetik

Liu och kollegers studie visade också resultat som blivit alltmer typiska för de studier som undersöker samspelet mellan miljöns och genernas betydelser för organismens utveckling, nämligen att vissa miljöer aktiverar vissa gener (se t.ex. Newman m.fl., 2004). Det var i själva verket den miljömässigt baserade aktiveringen av vissa gener som ledde till att hippocampus utvecklades på olika sätt och att prestationen på den rumsliga orienteringsuppgiften varierade som ett resultat av skillnader i omvårdnad. Med andra ord, även vid identisk DNA-uppsättning från födseln kommer uttrycket av generna att se annorlunda ut senare under utvecklingen eftersom vissa miljöer befrämjar aktivering av vissa gener, medan andra miljöer motverkar just den aktiveringen men befrämjar aktivering av andra gener (Rutter, Moffitt & Caspi, 2006). Detta introducerar ytterligare en fascinerande nivå av komplexitet i analysen av samspelet mellan genetik och miljö för individens utveckling.

Eftersom anknytningssystemet vuxit fram som ett resultat av evolutionärt selektionstryck är det att betrakta som ett genetiskt baserat system. Likheter och skillnader i anknytningssystemets uppbyggnad hos olika djurarter torde motsvara likheter och skillnader i arternas genetiska uppsättning. Vidare är det rimligt att anta att ju mer komplext anknytningssystemet är hos en given art, desto fler gener är det baserat på.

Att avgöra vilka gener som anknytningssystemet baseras på kompliceras av att närmare 100 % av all avkomma i en däggdjursart besitter ett anknytningssystem. Och när det inte finns någon variation i fenotypen (det beteendemässiga uttrycket för generna) kan man heller inte studera det som en funktion av variation i genotypen (de faktiska gener som är involverade), om man inte modifierar genotypen för att producera variation i fenotypen. Av etiska skäl görs naturligtvis inte sådana studier på människor. Vilka gener som de facto är involverade i människans anknytningssystem är för närvarande av alla dessa skäl oklart. Däremot har man börjat studera de gener som är involverade i anknytningsbeteenden hos genetiskt modifierade så kallade knockoutmöss. En kandidatgen som föreslagits är en opioid-receptorgen (μ), som bland annat är förknippad med beroendeproblem. Moles och kolleger (2004) visade att knockoutmöss utan denna gen diskriminerade mindre mellan sina omvårdare och andra möss, samt visade mindre närhetssökande och

protest vid separation från omvårdaren än normala möss. Citatet från Insel och Young (2001) ovan rörande ”beroende” har alltså börjat få empiriskt stöd!

Att miljövariationer kan producera neurobiologiska effekter och aktivera vissa gener snarare än andra betyder inte att det inte finns andra orsaker till variationer i neurobiologi inom en art. Tvärtom är det tydligt att genetisk ärftlighet – individuella skillnader i DNA inom en population – också förklarar en hel del av de naturligt förekommande variationerna i neurobiologiska funktioner. Det krävs både för arten normala genetiska förutsättningar och goda uppväxtvillkor för att anknytningsrelationen ska utvecklas väl. Har man som ambition att förstå ett specifikt beteendesystems utveckling inom en art måste man därför bemöda sig om att ta både de genetiska och de miljömässiga faktorerna, och deras samspel, i beaktande. Eftersom vi i detta kapitel koncentrerat oss på anknytningssystemet, som ju alla däggdjursavkommor ärver och för vilket det tycks förekomma minimal genetisk variation (se kap. 11 där vi redovisar studier som undersökt det genetiska bidraget till variation i anknytningsmönster hos barn), har det därför varit mer relevant att fästa tonvikten på miljövariationers betydelse för organismens utveckling.

Sammanfattning

I kapitlet har vi beskrivit vad som avses med biologiska kontrollsystem och beskrivit anknytningsystemet, i enlighet med de principer som ligger till grund för sådana system. Anknytningsystemet har beskrivits som ett genetiskt baserat ”målkorrigerat” beteendesystem, som kan förstås som sprunget ur mer primitiva försvarssystem och som kan kontrasteras med enklare former av instinktivt drivet beteende (fixerade handlingsmönster). Vi har beskrivit systemets utveckling, dess komplexitet, dess mål och biologiska funktion samt vilka faktorer som aktiverar respektive försätter systemet i vila. Vidare behandlades likheter och skillnader mellan däggdjurs anknytning å ena sidan och fågelarters prägling å den andra. Vi belyste också hur människobarns anknytning liknar respektive skiljer sig från andra däggdjurs anknytning, framför allt olika apors anknytning. Vi beskrev slutligen anknytningens neurobiologi i relation till betydelsen av neurohormonet oxytocin för etablerande av nära re-

integreras i detta i takt med att barnet får allt fler erfarenheter av samspel med föräldern i anknytningsrelevanta situationer. Modellernas funktion är att tolka och förutsäga anknytningspersonens beteenden och känslor samt reglera barnets egna anknytningsbeteenden, tankar och känslor (Bretherton & Munholland, 1999).

I enlighet med det inledande citatet menade Bowlby att dessa relativt tidigt förvärvade arbetsmodeller har en avgörande betydelse för hur människor senare uppfattar och beter sig i nära känslomässiga relationer. Med arbetsmodeller som grund blir anknytnings teorin således även en teori om individens fungerande i senare skeenden och relationer, till exempel under mellanbarndomen samt ungdoms- och vuxenåren.

I detta kapitel behandlas begreppet inre arbetsmodeller ur olika infallsvinklar. Utvecklingen av arbetsmodeller behandlas i relation till barnets erfarenheter i samspel med anknytningspersonen och i förhållande till kognitiv mognad. Vidare diskuteras den hierarkiska organiseringen av arbetsmodeller i olika relationer. Bowlbys position i frågan kring stabilitet i arbetsmodeller från tidiga till senare år belyses och relateras till aktuella forskningsresultat. Därefter behandlas psykologiska försvar i relation till arbetsmodellens fungerande och en distinktion mellan medvetna och omedvetna aspekter av arbetsmodeller introduceras. Relationen mellan arbetsmodeller och likartade begrepp inom kognitiv psykologi och psykoanalys belyses mot slutet av kapitlet. Avslutningsvis behandlas möjligheten att arbetsmodeller överförs på icke-genetisk väg från en generation till nästa inom ramen för föräldra–barn–relationen.

Inre arbetsmodeller av själv och andra utvecklas ur barnets faktiska erfarenheter

Begreppet inre arbetsmodeller handlar om mentala representationer av verkligheten i allmänhet, och då givetvis de aspekter av verkligheten som varit viktiga ur överlevnads- och reproduktionssynpunkt i synnerhet. Det är på så sätt även Bowlbys användande av begreppet bör förstås. Med tanke på hans intresse för det späda barnets relation till sina anknytningspersoner var emellertid de mentala representationer som gäller denna typ av relation särskilt relevanta för Bowlby.

Som noterats ovan resulterar barnets erfarenheter från samspel

med anknytningspersonen i att modeller av *andra* och modeller av *självet* utvecklas. Även om dessa modeller är logiskt oberoende är de i praktiken komplementära eftersom de utvecklas ur samma typ av erfarenheter. De erfarenheter barnet gör när dess anknytningsystem är högaktiverat (t.ex. när barnet är skrämt eller ledset) är särskilt viktiga för utvecklingen av arbetsmodeller. Skälet till detta är sannolikt att *det är situationer relaterade till anknytningsaktivering* (t.ex. att bli lämnad ensam, att ett rovdjur närmar sig) som gett och alltså fortsätter att ge signaler om "fara å färde". Med andra ord blir anknytningspersonens beteende gentemot barnet i denna typ av situationer det primära stoff som anknytningsrelevanta arbetsmodeller baserar sig på samt har som funktion att reglera och förutsäga.

När det gäller arbetsmodeller av *andra* är det anknytningspersonen som utgör basen för dessa. Barnets erfarenheter av vem denna person är, var vederbörande kan lokaliseras och hur han eller hon kan förväntas svara såväl på farosignaler som på barnets signaler när sådana finns för handen, blir alltså avgörande för hur barnets modell av *andra* utvecklas. *Hur acceptabelt eller oacceptabelt barnet och dess beteenden är i anknytningspersonens ögon är på motsvarande sätt centralt för utvecklingen av modellen av självet.* Gemensamt för modellen av *andra* och *själv* är således förankringen om huruvida anknytningspersonen finns/inte finns tillgänglig om barnet skulle söka stöd hos denne. *Frågan om tillgänglighet besvaras sannolikt inte som ett kategoriskt jakande eller nekande utan i termer av "sällan, ibland, ofta eller för det mesta".* (Bowlby, 1973, s 203)

En central aspekt av arbetsmodeller av *självet* handlar alltså om det värde barnet upplever att det *själv* och dess vardagliga beteenden har i anknytningspersonens ögon. Om anknytningspersonen (för det mesta) finns pålitligt tillgänglig får barnet med sig en förvissning om att fara kan hanteras med anknytningspersonens hjälp. *Ett litet barn som skräms till gråt av en annalkande spindel, och får höra "sluta pjäska" och ser ett irriterat ansiktsuttryck hos sin förälder, utvecklar en lägre känsla av värde än det barn som i motsvarande situation plockas upp i famnen, stryks på kinden och med mjuk röst får höra "ingen fara".* Genom förvissningen om att naturliga ledtrådar till fara hanteras väl när de dyker upp blir barnet mer avslappnat, flexibelt och kompetent även i utforskandet av *andra* aspekter av miljön än de som rör anknytningen som sådan.

Ytterligare en förutsättning för att sådan kompetens ska utveck-

las är emellertid att anknytningspersonen tillåter och stödjer barnet i dess utforskande av omgivningen utan att "alarmera" barnet i onödan när inga egentliga ledtrådar till fara föreligger. Ett arton månaders barn som lärt sig gå och tycker om att praktisera denna nya talang men i stället konstant bärs av föräldern eftersom "barnet annars kan göra sig illa" utvecklar inte en sådan känsla av kompetens i manövrerandet av omgivningen.

Ett barn vars anknytningsbeteenden ofta eller för det mesta avvisas eller negligeras utvecklar alltså en negativ modell av självet som icke-värdigt anknytningspersonens omsorg. Konsekvensen blir för det mesta att barnet undviker att söka stöd hos anknytningspersonen även i situationer som aktiverar anknytningsystemet. I stället för att till exempel söka närhet till föräldern vid återförening efter en anknytningsaktiverande separation fokuserar barnet uppmärksamheten på leksaker eller andra saker. När anknytningspersonen är inkonsekvent i förhållande till barnets signaler (ibland tillgänglig, ibland inte) eller "alarmerar" barnet i onödan vid utforskande, skiftas barnets uppmärksamhet i stället från utforskande till anknytning. Risken om detta ofta upprepas är att barnet förvärvar en (implicit) uppfattning om att omgivningen är så farofylld och barnet självt så inkompetent att det är säkrast att inte utforska omgivningen utan i stället hålla sig intill anknytningspersonen i alla lägen, även sådana som inte ger någon naturlig signal om fara.

I båda dessa scenarion finns hos barnet en implicit upplevelse av att anknytningspersonen inte finns tillgänglig vid fara. I det förra fallet minimeras barnets uppmärksamhet gentemot anknytning som reaktion på avvisande, i det senare fallet maximeras den som reaktion på inkonsekvent bemötande eller alarmering.

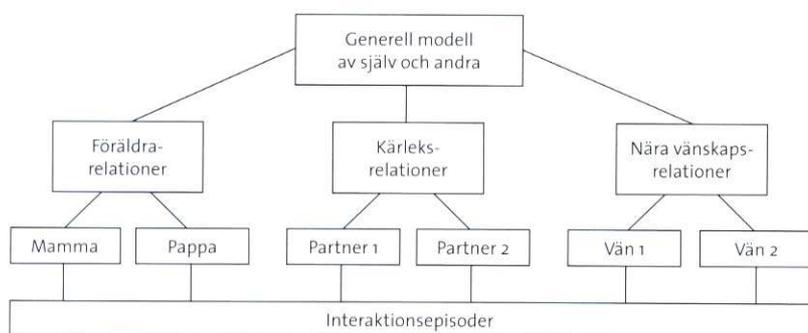
Hierarkisk organisering av arbetsmodeller

Eftersom inre arbetsmodeller skapas utifrån hur samspelet med en viss vårdare utvecklas, och barnet ofta har fler än en anknytningsrelation, är det inte överraskande att arbetsmodellerna av olika vårdare (t.ex. mamma och pappa) kan utvecklas ganska olika. Ett barn vars ena vårdare varit pålitligt tillgänglig och vars andra vårdare mestadels avvisat barnet i anknytningsrelevanta situationer utvecklar sannolikt två väldigt olika typer av relationer till dessa vårdare. Ett och samma barn har alltså i allmänhet olika uppsättningar av ar-

betsmodeller för olika anknytningsrelationer.

Enligt de flesta anknytningsteoretiker (t.ex. Bretherton & Munholland, 1999; Main, 1999b) ska anknytningsmodeller i olika relationer förstås som hierarkiskt organiserade. På den lägsta nivån i hierarkin finns interaktionsepisoder med olika personer, vilka utgör basen för arbetsmodellerna i just den relationen. Även om de tidiga modellerna av mamma och pappa skiljer sig åt kommer med tiden modellerna av anknytningspersonerna under barndomen att generaliseras till en uppsättning arbetsmodeller som rör föräldrar. Den anknytningsrelation som varit primär för barnet, vilket vanligtvis men inte med nödvändighet är relationen till mamman, kommer att få större betydelse för denna generalisering. Utifrån erfarenheterna med föräldrar generaliseras också modellerna till allmänna modeller av själv och andra, vilka bildar den högsta nivån i hierarkin. När barnet blivit äldre och börjar skapa anknytningsrelationer även till andra personer, som kärlekspartners och nära vänner, kommer så de allmänna modellerna av själv och andra att i viss mån påverka individens modeller av dessa senare relationer. Givetvis utgör också interaktionsepisoder inom individens senare relationer ett viktigt stoff till hur dessa modeller utvecklas, och de kommer också att återverka på individens allmänna modeller av själv och andra.

En poäng med denna teoretiska modell av arbetsmodeller är att illustrera att tidigare, specifika erfarenheter generaliseras och påverkar senare modeller i nya relationer, men dessa senare modeller uppdateras också på basis av erfarenheter i dessa nya relationer. Figur 4 illustrerar i mycket förenklad form hur en hierarkisk modell av arbetsmodeller i relation till anknytning kan se ut.



Figur 4. Modell av den hierarkiska organiseringen av inre arbetsmodeller.

systemet till den grad att den trygghet som internaliserats i arbetsmodeller inte i sig själv är tillräcklig ens när anknytningsrelationerna varit gynnsamma. En universitetsstudent på främmande ort som gråtande ringer hem till sina föräldrar för att berätta att en årlång kärleksrelation gått i stöpet är ett sådant exempel. I den situationen kan (regelbundna) samtal med, snarare än fysisk närhet till, de primära anknytningspersonerna sannolikt vara tillräckligt för att återetablera en känsla av trygghet. Vid mer dramatiska omständigheter, som skilsmässa från ett mångårigt äktenskap, livshotande sjukdom eller förlust genom dödsfall av närstående, krävs emellertid fysisk närhet till anknytningspersoner för att återetablera denna känsla av trygghet. Poängen är att även om arbetsmodeller med tiden blir en allt viktigare källa till trygghet så fortsätter anknytnings-systemet att verka, men mindre synligt.

I vårt evolutionära förflutna har människor fortsatt att vara en källa till trygghet och räddning även i vuxen ålder, eftersom en ensam individ lätt blivit villebråd såväl för naturens krafter som för rivaliserande artfränder. Kanske är det därför kloka råd som "Gå aldrig ut på fjället ensam" fortfarande kvarstår som folkliga uttryck. En relaterad poäng som kommer att diskuteras mer i kommande kapitel är att även om gynnsamma omständigheter i tidiga anknytningsrelationer leder till en förhöjd stresstålighet inom individen för de samtidigt med sig en ökad benägenhet för individen att vända sig till andra för stöd i situationer som så kräver, eftersom *andra* kommer att uppfattas som tillgängliga och deras stöd som önskvärt och användbart.

Är inre arbetsmodeller stabila från tidiga till senare år?

Eftersom Bowlbys uppfattning om stabiliteten av arbetsmodeller över situationer och tid lätt skulle kunna uppfattas som "vulgär-deterministisk" diskuteras hans ståndpunkt här. **Vulgärdeterminism i detta sammanhang skulle betyda att de modeller som spädbarnet förvärvar består livet ut, helt oberoende av om den miljö individen lever i påtagligt förändras.** Även om dylika tankegångar kan ha uttryckts genom åren råder det ingen tvekan om att Bowlby *inte* med rättvisa kan betraktas som deras upphovsman – notera att anknytningssteori ofta förstås i ett bredare transaktionellt perspektiv på utveckling. Tvärtom betonade han, som vi redan sett, att förändringar

i miljön kräver att individens arbetsmodeller uppdateras. Bowlbys uppfattning kan i stället beskrivas som en förväntan om *generell kontinuitet* och *lagbunden diskontinuitet*. Här kommer teorin bakom förutsägelseerna att skisseras, varefter de diskuteras i relation till aktuella forskningsresultat.

Generell kontinuitet

När det gäller förväntan om *generell kontinuitet* kan denna uttryckas som att om inga påtagliga, långvariga förändringar i anknytningspersonens tillgänglighet i förhållande till barnets anknytningsbehov föreligger, tenderar barnets arbetsmodeller att uppvisa stabilitet under utvecklingen. Ett nödvändigt tillägg är att ju senare eventuella förändringar sker, desto mer resistent mot förändring är individens arbetsmodeller. Detta betyder inte att arbetsmodeller inte kan förändras även i ett senare skede, utan endast att mer krävs för att åstadkomma det. Nedan diskuteras de viktigaste faktorerna bakom förutsägelsen om generell kontinuitet i arbetsmodeller.

Miljömässig stabilitet. Anknytningspersonens beteende uppvisar i regel stabilitet över tid (t.ex. Lewis, 1997). En anknytningsperson som varit pålitligt tillgänglig när barnet var sex månader gammalt tenderar alltså också att vara pålitligt tillgänglig när barnet blivit sex år gammalt. Det finns givetvis många undantag till detta (se nedan), men ett viktigt skäl till att sådan generell stabilitet kan förväntas i anknytningspersonens fungerande är sannolikt att dennes egna arbetsmodeller i relation till sina primära anknytningspersoner haft många år på sig att stabiliseras. Delvis utifrån anknytningspersonens egna arbetsmodeller bygger vederbörande upp mentala modeller av barnet och av sig själv i relation till barnet, vilka genomgår en liknande process av stabilisering. De viktigaste kognitiva processer som ligger bakom denna stabilisering skisseras nedan.

Assimilering och automatisering. Hypotesen om generell kontinuitet i arbetsmodeller baserades delvis på Piagets (1955) princip om *assimilering* av kognitiva scheman. **Representationer av tidigare samspel kommer att påverka de förväntningar individen har på senare samspel av liknande typ. De kommer också att, inom rimliga gränser, påverka individens perception och tolkning av dessa nya interaktio-**

ner. Detta betyder att tillfälliga, snabbt övergående fluktuationer i anknytningspersonens tillgänglighet inte i grunden kommer att förändra barnets arbetsmodeller av anknytningspersonen som, för det mesta, tillgänglig eller ej vid behov.

En annan egenskap som väl inövade kognitioner och beteenden har, och som gör att generell kontinuitet är att förvänta, är att de så småningom automatiseras, det vill säga upprepas utan att man aktivt reflekterar över dem. För alla som någon gång förvärvat de initialt mycket krävande sekvenser av motoriska koordinationer som krävs för att lära sig att till exempel spela ett instrument, cykla eller köra bil, är detta i praktiken en välbekant princip. Vad som sker i hjärnan vid automatiseringar av denna typ är att nya associationer byggs mellan de hjärnstrukturer som är nödvändiga att koordinera för att utföra uppgiften i fråga. Efter ett tag föreligger direkta länkar mellan dessa strukturer som gör att högre, mer krävande funktioner kan friställas för andra ändamål. För exemplen med spelande av instrument, cykling och bilkörning gäller dock, om man tänker efter ordentligt och sakta rekapitulerar de sekvenser som måste falla på plats för att aktiviteten ska kunna utföras, att man medvetet kan inse hur färdigheten genom nötning och åter nötning föll på plats.

En omständighet som gör att spädbarn är särskilt mottagliga för automatisering är att hjärnan under dessa år är oproportionerligt plastisk, eller förändringsbenägen. Utöver de biologiska dispositioner som finns till hands är det barnets erfarenheter som dikterar hur associationerna inom hjärnan byggs upp (t.ex. Field, 2000). Till följd av att de neurala strukturer, liksom associationerna mellan dessa, som är nödvändiga för medvetna minnen är så outvecklade under de första levnadsåren finns det i praktiken ingen möjlighet för individen att senare medvetet rekapitulera hur dessa tidiga "färdigheter" förvärvades. Minnesforskare skiljer här mellan *implicita* (ung. omedvetna) och *explicita* (ung. medvetna) minnen (t.ex. Schachter, 1987, se också Broberg m.fl., 2003).

Vad barnet har med sig i sina arbetsmodeller från sina tidiga erfarenheter är alltså en uppsättning implicita minnen som lett till automatiseringar av beteenden, men som undandrar sig möjligheten till medveten reflektion eller kontroll, vilket också gör dem resistent mot förändring. Som exempel på detta kan vi tänka oss en vuxen person vars tidiga anknytningsbeteenden (t.ex. gråt) under barndomen ofta avvisades (t.ex. för att föräldern ville "släcka ut"

oönskade beteenden och därför lämnade barnet att gråta för sig självt). Som reaktion på detta tidiga bemötande skiftade individen i anknytningsaktiverande situationer uppmärksamheten från sin anknytningsperson till annat (t.ex. leksaker), vilket just då medförde en minskad risk för fortsatt avvisande från föräldern. Barnets gråt minskades och föräldern fick det lugnare. Som vuxen har inte denna person någon möjlighet att medvetet minnas erfarenheterna av det tidiga avvisandet, men reaktionen på anknytningsaktiverande situationer i vuxenlivet kan vara snarlik. Vid äktenskaplig oro kanske personen drar sig undan från partnern, vill helst titta på TV, snarare än att öppet diskutera deras gemensamma problem, medan partnern kanske förtvivlat gärna vill veta varför personen drar sig undan i sådana viktiga situationer. Men de sekvenser av tidigt avvisande som gav upphov till skiftandet av uppmärksamhet i anknytningsaktiverande situationer kan inte medvetet rekapituleras av personen, till följd av att minnesstrukturer nödvändiga för explicita minnen var outvecklade. Vad som finns kvar är alltså reaktionen, inte minnet av de situationer som ursprungligen gav upphov till den.

Lagbunden diskontinuitet

Med tanke på de ovan beskrivna skälen till generell kontinuitet i arbetsmodeller kan man fråga sig hur något annat än kontinuitet någonsin skulle kunna förväntas. Livet bjuder dock på såväl lyckliga som olyckliga överraskningar, vilka kan vara av sådan art att barnets arbetsmodeller grundligt uppdateras. Om ett barn som under sina första två år haft gynnsamma erfarenheter i relation till en anknytningsperson, och därmed utvecklat "trygga" arbetsmodeller (dvs. en förväntan om positivt samspel i anknytningsrelevanta situationer) får erfara att föräldern blir deprimerad, börjar missbruka sedativa substanser och under en längre tid blir alltmer otillgänglig, så kommer barnets arbetsmodeller av anknytningspersonens tillgänglighet att förändras. Om detta barn inom kort får ett yngre syskon, vars start i relation till anknytning blir mindre gynnsam på grund av förälderns missbruk, men denne lyckas bemästra detta och genom en tids terapi återetablerar tillgänglighet i förhållande till barnen, så är prognosen för detta barn relativt god vad beträffar möjligheten till reparation av modellen för anknytningspersonens tillgänglighet. Också det äldre syskonet kan i denna tänkta situation återfå tilltron

till föräldern som en trygg bas. I bägge fallen är alltså *diskontinuitet* i arbetsmodeller att förvänta och i bägge illustreras *lagbundenheten*. Poängen är alltså att ju tidigare, ju mer påtagligt och långvarigt förutsättningarna för anknytningspersonens tillgänglighet förändras, desto mer av diskontinuitet i barnets arbetsmodeller är att förvänta. Som exemplen illustrerar är också förändring i såväl positiv som negativ riktning att förvänta.

Utöver att tidiga erfarenheter snarare än senare lättare leder till förändringar i arbetsmodeller, tänkte sig Bowlby att förändringar har en benägenhet att ske under vissa övergångsperioder, när anknytningsrelevant samspel aktiveras på ett nytt sätt, som när barnet placeras på daghem, tonåringen alltmer söker sig utanför hemmet, den unge vuxne inleder en långvarig partnerrelation eller den äldre vuxne förlorar sin partner på grund av dödsfall. Med grund i Bowlbys teori är det således aldrig adekvat att framställa arbetsmodeller som fullt och fast fixerade vid någon given tidpunkt. Utöver att vissa livssituationer innebär större möjlighet att förändra sina arbetsmodeller än andra så kan psykoterapi i olika former fylla denna funktion.

Generell kontinuitet och lagbunden diskontinuitet visavi aktuella forskningsresultat*

Hur står sig då Bowlbys hypotes om generell kontinuitet och lagbunden diskontinuitet i förhållande till forskningsresultaten? För att besvara denna fråga krävs det att de relevanta studierna använt sig av metoder, som trots att de inte direkt kan studera arbetsmodeller, ändå kan fånga det sätt varmed arbetsmodeller antas komma till uttryck, i till exempel spädbarns beteende och vuxnas tal. I *Anknytning i praktiken* diskuterar vi mer detaljerat några sådana metoder. Här nöjer vi oss med att redovisa de resultat man fått i studier som undersökt stabilitet och förändring i anknytning under livscykeln. Ju längre tid som gått mellan mätningarna, desto större krav ställs för att Bowlbys hypotes ska kunna anses styrkt. Därför tar vi här upp studier som följt deltagare från spädbarnsålder ända upp i vuxna år,

* Eftersom inga publicerade studier som undersökt anknytningens stabilitet och förändring från tidiga år till vuxna år rapporterat om anknytningen till pappan, refererar vi här till den tidiga modersanknytningen i förhållande till senare anknytning.

och fäster tyngdpunkten på de studier som använt den mest underbyggda forskningsmetodiken för att studera anknytning under dessa livsperioder (Ainsworths SSP i spädbarnsåldern och Mains anknytningsintervju i vuxenåldern).

Vad gäller generell kontinuitet dokumenterade Fraley (2002) i en genomgång av relevanta anknytningsstudier att deltagarnas anknytning vid cirka ett års ålder signifikant kunde förutsäga deras anknytning i sena tonår/tidiga vuxenår. Om man utvärderar resultaten enskilt för varje studie som använt Ainsworths SSP och Mains anknytningsintervju finner man i samtliga fyra studier som genomförts att spädbarnsanknytningen signifikant kunde förutsäga den vuxna anknytningen (Hamilton, 2000; Main, Hesse, & Kaplan, 2005; Sroufe, Egeland, Carlson, & Collins, 2005; Waters, Merrick, Treboux, Crowell, & Alberstheim, 2000). Om man delar upp materialet från dessa studier i "trygga" och "otrygga" grupper vid båda tillfällena finner man att ungefär 70–75 % av de vuxna som fått en trygg klassifikation på sin anknytning också hade det som spädbarn. På motsvarande sätt förhåller det sig med deltagare som hade en otrygg klassifikation som vuxna, det vill säga de flesta av dessa hade också otrygg anknytning som barn. Dessa resultat stödjer alltså Bowlbys hypotes om generell kontinuitet.

Ett sätt att analysera hypotesen om lagbunden diskontinuitet är att undersöka om det mellan de två mättillfällena finns mer förändringar i livskontexten hos deltagare vars anknytning förändrats från trygg till otrygg anknytning eller vice versa jämfört med deltagare vars anknytning varit kontinuerligt trygg eller kontinuerligt otrygg. Några studier har nyligen undersökt just detta. I en uppföljningsstudie (Waters m.fl., 2000) kunde man visa att negativa livshändelser såsom föräldrarnas död, skilsmässa, livshotande sjukdom hos föräldern eller barnet, psykisk sjukdom hos föräldern eller övergrepp (fysiskt eller sexuellt) var associerat med att man växlade från trygg till otrygg anknytning. Tabell 1 illustrerar dessa resultat.

När man studerar hur siffrorna i tabellen hänger samman kan man se att det finns ett samband mellan påfrestande livshändelser och diskontinuitet i anknytning. Ett tidigare tryggt anknutet barn kan mycket väl få otrygg anknytning som vuxen, men det är betydligt vanligare att en sådan förändring sker när en eller flera påfrestande livshändelser funnits för handen (66 %) än när sådana påfrestande livshändelser ej uppträtt (15 %) (Waters m.fl., 2000). En trygg

Antal påfrestande livshändelser och spädbarnsanknytning till mamman	Vuxet anknytningsmönster	
	Kontinuitet	Diskontinuitet
Ingen		
Alla (n = 32)	78 %	22 %
Trygg i SSP (n = 20)	85 %	15 %
Otrygg i SSP (n = 12)	75 %	25 %
En eller fler		
Alla (n = 18)	61 %	39 %
Trygg i SSP (n = 9)	33 %	66 %
Otrygg i SSP (n = 9)	89 %	11 %

Tabell 1. Påfrestande livshändelser, kontinuitet och diskontinuitet i anknytning (trygg och otrygg; översatt från Waters m.fl., 2000).

anknytning är således inte en vaccinering som ger ett skydd mot alla former av påfrestningar. Liknande slutsatser har dragits i andra studier (se Hamilton, 2000; Main m.fl., 2005; Sroufe m.fl., 2005). Med andra ord förefaller också hypotesen om lagbunden diskontinuitet att få visst stöd i forskningen.

Vi kommer vid flera tillfällen i denna bok ha anledning att återkomma till eventuella källor till förändring av arbetsmodeller, inte minst i kapitel 8 (där Minnesotastudien, en studie i vilken man följde barn från före födelsen upp till vuxen ålder, beskrivs); i kapitel 9 (där anknytning i vuxna relationer behandlas); men även i nästa bok *Anknytning i praktiken* (där psykoterapi diskuteras i relation till anknytning). Här och nu räcker det med att besvara frågan i rubriken till detta stycke med ett kvalificerat jakande: **arbetsmodeller uppvisar generellt kontinuitet, men i vissa fall diskontinuitet, och när det senare sker tycks lagbundenhet i relation till förändringar i omvårdnadskontexten ha varit för handen.**

Inre arbetsmodeller och psykologiska försvar

Tanken att inre arbetsmodeller härrör från barnets faktiska erfarenheter av anknytningspersonens tillgänglighet betyder inte att individen med nödvändighet medvetet kan rapportera om sina arbetsmodeller. Den betyder givetvis inte heller att individen behöver ha, eller ens kan ha, medvetna minnen av de erfarenheter som legat till

grund för hans eller hennes arbetsmodeller. Som vi sett tidigare återspeglar ju arbetsmodeller tvärtom i väsentlig grad tidigt förvärvade, *implicita* (snarare än *explicita*) minnen. Med andra ord opererar arbetsmodeller till stor del på ett omedvetet plan.

I normalfallet, det vill säga när anknytningspersonerna befunnits pålitligt tillgängliga, råder enligt Bowlby ingen direkt motsättning mellan omedvetna och medvetna aspekter av arbetsmodeller i relation till anknytningspersonernas tillgänglighet. En individ vars anknytningspersoner faktiskt varit tillgängliga utvecklar tidigt en omedveten modell av andras tillgänglighet och lär senare på förekommen anledning även medvetet uttrycka denna modell i egna berättelser som kan illustreras med senare *explicita* minnen av anknytningspersonens tillgänglighet. Överensstämmelsen mellan de medvetna och omedvetna aspekterna av arbetsmodeller föranledde Bowlby och andra (t.ex. Main, 1991) att tala om en koherent, eller *enhetlig*, uppsättning av arbetsmodeller för individer med en gynnsam anknytningshistorik.

Bowlby (1973, 1980) och Main (1991) menade dock att de medvetna aspekterna av arbetsmodeller som utvecklas hos en individ vars anknytningspersoner ofta varit otillgängliga tar sig andra uttryck än de man skulle förvänta sig om dessa hade återspeglat individens verkliga erfarenheter av anknytningsrelevant samspel med föräldern. I samtal kan en sådan individ rapportera att anknytningspersonen varit "utmärkt", "en idealisk mamma" eller "normal, som föräldrar brukar vara". I stället förefaller det som att de *omedvetna* aspekterna av arbetsmodeller (i form av *procedurella* minnen, som återspeglas i observerbara beteenden* mer korrekt återspeglar anknytningspersonernas otillgänglighet. Det föreligger således en *diskrepans* mellan omedvetna och medvetna aspekter. Bowlby och Main har därför refererat till sådana arbetsmodeller som inkohärenta eller *multipla*. Main (1991) har också betonat att med detta underförstås två eller fler inkompatibla modeller av *en och samma sak*, inte olika modeller av olika saker/olika aspekter av samma sak. Skillnaden beskrivs enklast med två exempel. Inkohärent modell (dvs. två

* Den vuxne undviker ögonkontakt när hon/han kommer in på ett "känsligt" område, reagerar "oförklarligt" när terapeuten vill ändra en terapitid etc. I anknytningsintervjun söker man komma åt sådana *procedurella* minnen genom att i detalj analysera *hur* personen talar om sina erfarenheter, snarare än genom att fästa sig vid individens övergripande beskrivningar.

olika modeller för samma sak): Påståendet "Min pappa fanns alltid där när jag behövde honom" stöds inte av något exempel, utan tvärtom motsägs det av faktiska minnen: "Jag fick själv ta bussen till sjukhuset när jag slagit mig, för pappa ville inte gå från jobbet." Koherent modell (dvs. olika minnen av olika saker): "Ibland, som när jag var ledsen var min pappa tillgänglig när jag behövde honom, men vid andra tillfällen, som när jag var arg var han det inte."

Varför utvecklas sådana multipla eller inkoherenta modeller? Det här tangerar frågor som varit i fokus för psykoanalytiker när de beskrivit olika typer av psykologiska försvarsmekanismer som de menar kan hjälpa individen att hålla den ångest i schack som skulle riskera att överväldiga honom/henne om obehagliga sanningar blev medvetet erfarna. Bowlby var, liksom Freud, övertygad om att psykologiska försvar påverkar hur information om potentiellt ångestskapande erfarenheter processas av organismen, men menade att de psykoanalytiska hypoteserna behövde uppdateras för att vara förenliga med teorier och forskning kring allmän informationsbearbetning och minnesfunktioner (t.ex. Dixon, 1971; Norman, 1976). Enligt Bowlby skulle de viktigaste försvaren i relation till anknytning inte förstås som synonyma med de klassiska psykoanalytiska försvaren, som projektion, bortträngning, förnekande, reaktionsbildning med flera.

De försvar som postuleras inom anknytningsteori handlar i stället om kognitiva-affektiva strategier som utvecklats för att hantera hotfull information hos individer vars anknytningspersoner inte varit pålitligt tillgängliga i farofyllda situationer. Med en sådan bakgrund kommer individen tidigt att bege sig på andra utvecklingsvägar än den individ vars anknytningspersoner varit pålitligt tillgängliga. Utvecklingen som sådan ter sig alltså olika för dessa två hypotetiska individer, vilket betyder att det inte finns någon gemensam "regressionspunkt" för dem att gå tillbaka till. Den psykoanalytiska litteraturen kring psykologiska försvar är emellertid för omfattande och heterogen för att i detalj diskuteras i relation till Bowlbys perspektiv i detta sammanhang (den intresserade läsaren hänvisas till Bowlby, 1969, 1973, 1980; Fonagy, 1999). I stället kommer den betydligt mer sparsmakade anknytningsteoretiska modellen av försvar vad gäller anknytningsrelevanta erfarenheter att skisseras.

Bowlby menade att det framför allt var två, ömsesidigt beroende,

försvarsstrategier som var viktiga att förstå beträffande hur barnet "skyddar sig" mot erfarenheter av föräldrarnas otillgänglighet. Den första kallade han för *defensivt uteslutande* och den andra för *skiftande av uppmärksamhet*. Han diskuterade defensivt uteslutande i detalj, medan skiftande av uppmärksamhet har diskuterats mer utförligt av Mary Main (t.ex. 1981, 1991).

Defensivt uteslutande

En central aspekt i litteraturen om informationsprocessande är att organismer selektivt utesluter tillgänglig men ovidkommande information för att på så vis frigöra en del av deras begränsade processorkapacitet till ett mer effektivt behandlande av den uppgift som är aktuell att lösa. Bowlby menade att *defensivt uteslutande* baserar sig på liknande processer, men här med målet att skydda organismen från känslor och tankar som annars skulle orsaka överväldigande ångest och lidande på det subjektiva planet samt dysfunktionella beteenden på det beteendemässiga. På så sätt menade Bowlby att defensivt uteslutande på kort sikt fyller en psykologiskt adaptiv funktion i den situation som det uppstår i, det vill säga när anknytningspersonen är otillgänglig. I det långa loppet, och i andra sammanhang, riskerar dock defensivt uteslutande, när det automatiserats, att leda till att arbetsmodellerna inte uppdateras. Om så sker kommer arbetsmodellerna inte att inkorporera tillgänglig information som borde föranleda aktivering av anknytningsystemet. Detta system regleras då inte med flexibilitet utan riskerar att förbli *deaktiverat* även i situationer där naturliga ledtrådar till fara föreligger alternativt konstant *hyperaktiverat*, alltså även i situationer där sådana ledtrådar ej föreligger. Med andra ord bör defensivt uteslutande förstås som en dysfunktionell strategi i det långa loppet. Därav prefixet *defensiv*, som Bowlby använde för att markera skillnaden mellan denna typ av uteslutande och det vanliga uteslutandet av irrelevant information som torde vara adaptivt även i det långa loppet, det så kallade kognitivt omedvetna (Kihlstrom, 1987).

Enligt Bowlby (1980) föreligger två typer av betingelser i det lilla barnets relation till sin anknytningsperson som gör det särskilt benäget att utveckla defensivt uteslutande som försvarsstrategi. Den första typen handlar om situationer i vilka barnets anknytnings-system är högaktiverat (barnet är till exempel skrämt och gråter in-

tensivt), men anknytningspersonen svarar inte på denna signal eller svarar inadekvat (till exempel straffar eller förlöjligar barnets beteende). Den andra typen av situation är när (det lite äldre) barnet lärt sig något om anknytningspersonen som vederbörande inte vill att barnet ska veta och som barnet skulle kunna straffas för om det uttryckte (till exempel "pappa fnyser åt mig när jag gråter"). I en sådan situation bemästras ångesten enligt Bowlby av att barnet defensivt utesluter relevanta minnen från pågående medvetandeprocesser och endast medvetet kommer ihåg vad anknytningspersonen har sagt (till exempel "jag är det viktigaste i min pappas liv"). Medan äldre individer har en metakognitiv förmåga, och därför kan skilja på hur något är och hur det sågs vara ("pappa säger att jag är det viktigaste i hans liv men jag märker att han fnyser åt mig när jag är ledsen"), saknar små barn denna förmåga. Enligt Main (1991) gör detta dem särskilt känsliga för utvecklande av defensivt uteslutande, och därmed förbundna multipla modeller av sig själva och anknytningspersonen.

Bowlby introducerade också möjligheten att det är just segregering av motsägelsefull information till olika minnessystem (Tulving, 1972) som kan ligga bakom utvecklingen av defensivt uteslutande. En individ vars anknytningsperson varit otillgänglig kan således ha en uppsättning omedvetna procedurminnen ("Jag vet *hur* jag ska göra för att undvika att bli avvisad av mamma"), som adekvat återspeglar denna otillgänglighet, men samtidigt en uppsättning semantiska minnen ("Jag vet *att* mamma var kärleksfull"), som säger motsatsen. När informationen förblir segregerad blir det också svårt för individen själv att upptäcka att representationen av anknytningspersonen är motsägelsefull. Denna spekulation har sedermera visat sig ha stor bärkraft för att förstå varför vuxna så småningom talar om sina minnen i relation till anknytning på just detta sätt (se vidare *Anknytning i praktiken*).

Konsekvensen av defensivt uteslutande blir att barnet, och senare den vuxne, handlar på basis av två motstridiga uppsättningar av arbetsmodeller av sig själv och sin anknytningsperson: en medveten, baserad på vad som sagts till barnet; och en omedveten, som reflekterar barnets egna erfarenheter. Det är viktigt att poängtera att trots den inkoherens i arbetsmodeller som utvecklas som konsekvens av anknytningspersonens otillgänglighet, ger även otrygga arbetsmodeller "trygghet" i bemärkelsen att det är den bästa möj-

Sammanfattning

I detta kapitel har begreppet inre arbetsmodeller behandlats ur olika infallsvinklar. Det betonades att **utvecklingen av arbetsmodeller baseras på barnets erfarenheter i förhållande till anknytningspersonens tillgänglighet i anknytningsrelevanta situationer.** Utvecklingen av arbetsmodeller ställdes också i relation till kognitiv mognad, från konkreta interaktionssekvenser under det första levnadsåret till det målinriktade partnerskapets ökade komplexitet och flexibilitet i tre- till fyraårsåldern och framgent. Utöver kognitiv mognad diskuterades en hierarkisk organisation och generalisering av arbetsmodeller i takt med att individen utvecklar andra nära relationer senare under utvecklingen. Bowlbys position i frågan kring stabilitet i arbetsmodeller från tidiga till senare år diskuterades som en hypotes om generell kontinuitet och lagbunden diskontinuitet, det senare som en funktion av livshändelser som påverkar anknytningspersonens lyhördhet i positiv eller negativ riktning. Forskningsresultat i förhållande till denna hypotes redovisades också. Psykologiska försvar i relation till arbetsmodellens fungerande behandlades i termer av defensivt uteslutande och skiftande av uppmärksamhet. En distinktion gjordes mellan medvetna och omedvetna aspekter av arbetsmodeller. Vid gynnsamma anknytningserfarenheter överensstämmer de medvetna och omedvetna aspekterna, medan det vid ogynnsamma förhållanden råder en strukturell inkoherens mellan medvetna och omedvetna aspekter av arbetsmodeller. Vidare diskuterades relationen likheter och skillnader, mellan arbetsmodeller och likartade begrepp inom kognitiv psykologi och psykoanalys. Slutligen behandlades möjligheten att arbetsmodeller överförs på icke-genetisk väg från en generation till nästa inom ramen för föräldra–barn–relationen.

6.

Anknytning hos spädbarn och koltbarn

I FÖREGÅENDE KAPITEL beskrev vi begreppet inre arbetsmodell och dess centrala roll inom anknytningsteorin. I någon mån var detta dock att gå händelserna i förväg. De inre arbetsmodellerna av sig själv i samspel med sina närmaste vårdare utvecklas successivt under de första levnadsåren och de förutsätter en kognitiv förmåga som det nyfödda barnet saknar. När vi nu, halvvägs in i boken, äntligen ska börja beskriva hur anknytningen mellan barn och förälder utvecklas, får vi alltså ta ett steg tillbaka, för att senare i kapitlet återkomma till de inre arbetsmodellerna.

Ainsworths stora bidrag till anknytningsteorins utveckling är beskrivningarna av hennes observationer kring hur:

1. barnets relation till föräldern utvecklas under de första levnadsåren, och hur denna relation successivt blir allt mer selektiv
2. barnets anknytningsperson mot slutet av det första levnadsåret normalt sett fungerar som en *trygg bas*, utifrån vilken barnet kan utforska världen, och en *säker hamn* till vilken barnet kan återvända när fara hotar
3. de barn som inte kan använda sin förälder som trygg bas/säker hamn tvingas utveckla alternativa strategier för att få ett så bra beskydd som möjligt av föräldern. Vilket alltså innebär att barn formar olika mönster av anknytning beroende på hur relationen till anknytningspersonen utvecklas.

Barn knyter alltså an till sina föräldrar, *men* föräldrar knyter inte an till sina barn. Denna distinktion är viktig, men förbises ofta. Bowlby

beskrev redan i första delen av anknytningstrilogin (1969) hur relationen mellan barn och förälder styrs av två samspelande, men av varandra oberoende, beteendesystem – anknytningssystemet hos barnet och omvårdnadssystemet hos föräldern. Föräldrarnas starka känslomässiga relation till barnet, som alltså utgår från dennes omvårdnadsförmåga, beskriver vi i kapitel 7.

Anknytningen under de första levnadsåren

Bowlbys beskrivning av anknytningsutvecklingen kom att omfatta fyra faser, av vilka de tre första gäller utvecklingen under de första två levnadsåren, medan den sista behandlar utvecklingen under förskoleåren. Bowlbys beskrivning vilar på systemteoretisk grund (se kapitel 4). Varje levande organism ses som ett system kontrollerat av informationsmottagning och informationsprocessande, som är förmöget till homeostatisk balans med den omgivande miljön avseende vad som tillåts komma in i systemet (input) och vad systemet ger ifrån sig (output) (Ashby, 1952). Varje sådant biologiskt system har en funktion som designats av evolutionen.

I fallet med anknytning är funktionen att ”skydda barnet mot inifrån eller utifrån kommande faror som hotar barnets överlevnad” (Marvin & Britner, 1999, s 45). Denna definition av anknytning är mycket viktig. Anknytning handlar alltså inte om att tycka om någon sådär i största allmänhet, eller om hur sällskaplig man är, eller vem man helst vill leka med. **Anknytning handlar specifikt om hur människor (barn och vuxna) utvecklar och bevarar förmågan att använda sig av vissa utvalda personer som källor till trygghet och beskydd i stunder när fara hotar.** Det är också viktigt att påminna om att i begreppet funktion ligger inte något antagande om syfte eller medveten vilja. Ett systems funktion är ”det förutsägbara utfallet av systemets interaktion med den omgivande miljön”. Uttryckt på ett annat sätt: **det nyfödda barnet skriker inte för att föräldern ska ge det mat, men föräldern ger det mat när det skriker** (såvida inte föräldrarnas felsökningsprocedur leder till bedömningen att det är ett annat behov som behöver tillgodoses). Det är i detta intrikata samspel mellan spädbarnet, som ännu är oförmöget att artikulera sina olika behov, och föräldern, som ibland är bättre och ibland sämre på att tolka spädbarnets signaler som anknytningen utvecklas.

Fas I: Orientering och signaler som inte riktas till en specifik person (från födseln och upp till mellan åtta och tolv veckor)

Nästan genast efter födseln svarar det nyfödda barnet på stimuli på ett sådant sätt att sannolikheten för mänsklig kontakt ökar, vilket också gäller de omgivande personerna. Nyfödda barns signaler leder till ett omvårdande beteende från de människor som uppfattar dem. Som vi beskriver närmare i nästa kapitel, är det de facto omöjligt att tänka sig ett spädbarn utan att samtidigt tänka sig en omvårdande person i spädbarnets absoluta närhet. Så skyddslöst är det nyfödda barnet att det inte överlever många timmar utan kontakt med en omvårdande person! Men **det nyfödda barnet vet ännu inte vem/vilka som ska bli dess anknytningsperson(er)**. Spädbarnets första uppgift blir därför att lära sig känna igen sina föräldrar, och föräldrarnas första uppgift blir att hålla barnet vid liv, och att skydda det mot alltför starka stimuli av olika slag, under tiden som man utvecklar en samspeledialog.

Det nyfödda barnet använder alla sina sinnen (lukt, smak, hörsel, syn och känsel) för att lära sig så mycket som möjligt om sig själv och om den värld det fötts in i. Hur det nyfödda barnets inre värld ser ut, vet vi förstås väldigt lite om, även om det gjorts begåvade gissningar (Stern, 1990). Det finns dock anledning att anta att det

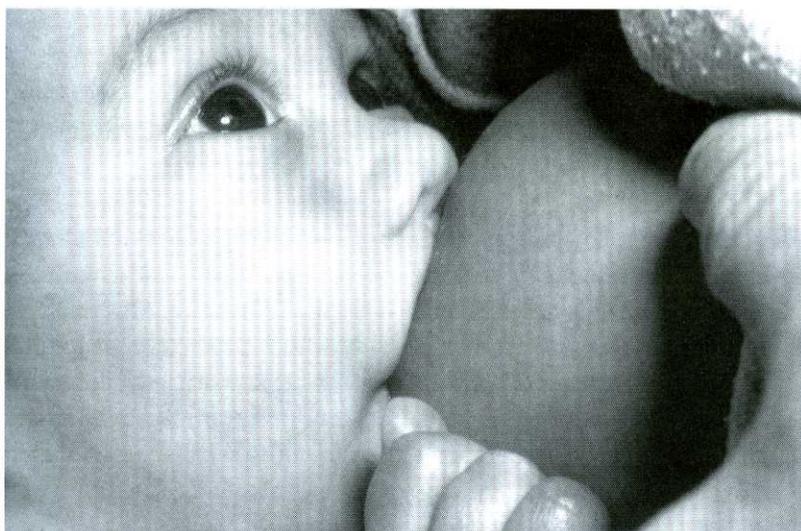


Foto © Ann Broberg

nyfödda barnet ännu inte kan skilja tydligt mellan sig själv och andra, och därmed inte heller kan klart urskilja varifrån olika sensationer härrör (inifrån–utifrån, från mig–från andra etc.). Det nyfödda barnet har ingen inre bild av sig själv eller av sin förälder. Men senast vid fyra veckors ålder brukar spädbarn kunna visa att de föredrar att titta på mänskliga ansikten framför mekaniska objekt, och de visar också att de hellre lyssnar på och lugnas av mänskliga röster jämfört med andra ljudkällor.

Spädbarnets motoriska förmåga utvecklas också så att det efter några månader börjar kunna gripa om föremål och koordinera syn och muskler och kan sträcka sig efter något önskat föremål, som exempelvis mammans näsa. Spädbarnet reagerar än så länge likartat på olika vuxna som demonstrerar ett kompetent omvårdnadsbeteende, närmare bestämt läser av barnets signaler och rättar sitt beteende därefter. Men spädbarnet är helt beroende av att omvårdnadspersonerna tar ansvar för att upprätthålla fysisk närhet och ge barnet nödvändigt beskydd. Om föräldern regelmässigt svarar adekvat på barnets signaler kan man efter en eller ett par månader se att barn och förälder kommit in i en rytm, där spädbarnets signaler ger förutsägbara föräldrareaktioner, vilka i sin tur får förutsägbara resultat (oftast i alla fall!) när det gäller till exempel spädbarnets skrik. När detta fortgått en tid går spädbarnet in i nästa anknytningsfas, som kännetecknas av att det blir mer selektivt i sina kontaktförsök med omvärlden.

Fas II: Orientering och signaler som är riktade mot en eller ett par specifika personer (från åtta till tolv veckor och upp till mellan sex och nio månader)

Övergången mellan första och andra fasen sker gradvis och kännetecknas av förändringar i tre avseenden:

1. Enkla beteenden (t.ex. ett skrik) som leder till ett visst resultat börjar organiseras och ställas under någon form av viljemässig kontroll genom att olika beteenden länkas ihop med varandra.
2. Antalet personer som är effektiva i sina ansträngningar att stänga av ett visst beteende (t.ex. skrik), eller aktivera ett annat (t.ex. ett leende) minskar. Det räcker inte längre att vara en kompetent vuxen vilken som helst.

mest dramatiska fas. Det säkraste tecknet på att barnet är på väg in i tredje fasen är att det börjar krypa (förutsatt naturligtvis att det har en normalt fungerande motorik).

Fas III: Upprätthållande av fysisk närhet till en eller ett par specifika personer (från mellan sex och nio månader till cirka tre års ålder), så kallad prototypisk anknytning

I och med att barnet kan börja röra sig på egen hand, kan det också börja reglera avståndet till föräldern, och fyra av de sex återstående tecknen på selektiv kontakt som Ainsworth (1967) observerade är beroende av barnets förmåga att röra sig:

1. Barnet närmar sig föräldern vid återförening eller då barnet är ledset.
2. Barnet följer efter föräldern då hon går mot dörren för att gå ut ur rummet.
3. Barnet använder föräldern som en *trygg bas* – en utgångspunkt för sitt utforskande av världen runt omkring.
4. Barnet använder föräldern som en *säker hamn* – en tillflyktsort, när det upplever en förhöjd farosignal under sitt utforskande av världen.

De två sista selektiva beteendena som Ainsworth noterade var:

5. att barnet börjar begrava/borra ner sitt ansikte i föräldrarnas knä/kläder efter att ha företagit en exkursion ut i världen
6. att barnet börjar klänga sig fast vid föräldern när det blir skrämt, är sjukt eller upprört av något annat skäl.

Någon gång mellan sex och åtta månader har spädbarns motoriska koordineringsförmåga utvecklats därhän att de kan klänga sig fast vid föräldern samtidigt som de har sin uppmärksamhet riktad åt något annat håll. Runt åtta till tio månaders ålder har alltså de flesta barn utvecklat de förmågor som är en förutsättning för att anknytningsbeteenden av det slag Ainsworth studerade ska gå att iaktta. Därmed är det också möjligt att utifrån observation av samspelet mellan barn och förälder bilda sig en uppfattning om huruvida det föreligger en anknytning eller inte. Av de tretton olika beteende-

mönstren som Ainsworth observerade är det två som senare anknyningsforskning har fäst alldeles särskilt avseende vid: trygg bas och säker hamn, därför uppehåller vi oss lite extra vid dem (se nedan). Innan vi gör det ska vi dock sammanfatta några viktiga aspekter av barnets allmänna utveckling under fas III, som har betydelse för utveckling av ett så kallat "trygg bas"-beteende.

Informationsprocessande

Den snabba kognitiva utvecklingen under den andra halvan av det första levnadsåret är lika viktig som den ökade motoriska förmågan för utvecklingen av anknyning. Barnet har nu möjlighet att sätta upp ett mål för sitt beteende (t.ex. närhet till föräldern), utföra nödvändiga beteenden för att uppnå målet (t.ex. att krypa i riktning mot föräldern), ändra plan och beteenden om förutsättningarna förändras (krypa i annan riktning om föräldern flyttar på sig), och avsluta sitt beteende när målet är uppnått (när önskad närhet är uppnådd). Förmågan till målstyrt beteende förutsätter att spädbarnet nu utvecklat en annan central förmåga, nämligen *objektpermanens* (barnet vet att företeelser inte upphör att finnas till bara för att de inte syns). Denna nyvunna förmåga gör också att barnet tycker att det är så roligt med lekar där den vuxne gömmer saker under exempelvis en kopp, och senare också börjar älska tittut-lekar.

Vilket "mål" barnet sätter upp för önskad närhet till föräldern bestäms av en rad olika faktorer, som barnets fysiologiska situation (hunger, trötthet, sjukdom etc.), förekomst av hotfulla stimuli i omgivningen (som en farbror med skägg), barnets värdering av hur uppmärksam föräldern är på barnets situation och beteende (om föräldern verkar alldeles upptagen med andra saker så att barnet känner sig "utelåst" från kontakt), om föräldern är i rörelse (på väg mot eller från barnet, på väg mot en dörr etc.) eller sitter still. Slutligen bestäms barnets "mål" avseende närhet till föräldern av deras samspelshistoria (är jag van vid att behöva pocka på uppmärksamhet för att inte riskera att bli "bortglömd").

Barnets samspelshistoria med föräldern lagras i barnets hjärna i form av så kallade *händelserepresentationer* (se Broberg m.fl., 2003 s 95–96). Dessa används nu för att bygga upp de inre arbetsmodeller av själv och andra som vi beskrev i föregående kapitel.

Främlingsrädsla. Barns rädsla för främmande personer dyker i allmänhet upp mellan sju och nio månaders ålder (Bretherton & Ainsworth, 1974). Det finns ett temperamentsmässigt underlag för skillnader i det som brukar kallas att vara *socialt hämmad*. Begreppet beskriver hur vi reagerar på nyheter i vår omvärld. Sådant som väcker de flesta barns intresserade nyfikenhet (som en ny leksak, ett nytt ljud etc.), väcker hos vissa barn snarare oro och rädsla (Kagan & Snidman, 2004). Denna tendens är förvånansvärt stabil genom livet, även om den inte är oföränderlig, och den påverkar hur stark barnets främlingsrädsla blir. När barn runt ett års ålder träffar en främmande person drivs de ofta av beteendesystem som är i konflikt med varandra. Om den främmande sitter tyst på ofarligt avstånd, närmar sig barnet främlingen driven av sin nyfikenhet. Om barnet kommer för nära, stannar det och avger ett speciellt slags leende (blygt/bevekanande), vilket signalerar undergivenhet. Om barnet sedan rör sig bort från främlingen avtar rädslan/osäkerheten, och barnet kan åter börja närma sig "farligheten". Så kan barnet hålla på en stund, tills det kanske till sist blir övermannat av sina motstridiga känslor och "flyr" till föräldern.

Det är hälsosamt för små barn att vara initialt försiktiga i umgänget med främmande människor. Barn i ett- till tvåårsåldern har inte tillräcklig kognitiv förmåga, och inte heller tillräcklig erfarenhetsbakgrund, för att kunna skilja främmande människor som kan utgöra en fara för dem, från sådana som är välvilliga. Bäst att ta det säkra före det osäkra och vara skeptisk mot alla främmande, tills de har visat vad de går för.

Begreppen trygg bas och säker hamn

Under slutet av det första levnadsåret har spädbarnet, som vi beskrev ovan, utvecklat en rad nya förmågor (självständig förflyttning, inre arbetsmodeller, delad uppmärksamhet etc.). Funktionen *trygg bas/säker hamn* organiserar alla dessa förmågor till ett enhetligt beteendesystem vars förutsägbara resultat är att barnet får möjlighet att maximera kort- och långsiktig överlevnad genom att i varje ögonblick hitta en optimal balans mellan utforskande och trygghetsökande. Ett enkelt exempel kan få åskådliggöra vad det handlar om. En förälder går med sitt två år gamla barn till en närbelägen lekplats. Föräldern har med sig lite leksaker till barnet, och kanske en tidning

till sig själv. Om där finns några främmande barn i sandlådan kanske barnet väljer att sitta kvar i förälderns knä en liten stund (olika beroende på temperament), men ganska snart tar nyfikenheten överhanden och barnet börjar leka med leksaker och eventuellt också med andra barn. Föräldern sätter sig på parkbänken intill och slår upp sin tidning. Barnet kontrollerar med jämna mellanrum att föräldern sitter kvar och inte är alltför försjunken i sin egen aktivitet utan håller uppsikt över vad barnet gör (vilket är viktigt för barnets överlevnad). Detta kan ske på avstånd, med rop och blickar, eller genom att barnet kommer fram till föräldern och visar något intressant eller ber om hjälp med något. Så förflyter en stund och barnet gör diverse turer mellan sandlådan och parkbänken. Efter ett tag blir barnet (återigen beroende på temperament) djärvare och dess nyfikenhet kanske spurras av en leksak eller av ett barn som befinner sig femton tjugo meter längre bort. Barnet stultar med sin nyvunnna förmåga (om än något hindrad av galonbyxor eller overall) iväg mot det okända och spännande. Plötsligt, kanske femton meter ifrån föräldern, stöter barnet på en farbror som kommer gående med sin stora svarta Newfoundland-hund tvärs över lekparken. Barnet blir omedelbart jätterädd, mungiporna börjar darra och barnet tittar förtvivlat efter föräldern. Föräldern, som också uppmärksammat det annalkande hotet, ser upp från sin tidning och söker genast ögonkontakt med barnet och säger: "Här är jag Kalle, kom du, det är inget farligt." Barnet springer fram till föräldern, och stående med ena handen på förälderns knä kan barnet kanske till och med klappa den hund som femton sekunder tidigare och femton meter längre bort uppfattades som jättefarlig!

Hur kommer detta sig, har hunden blivit mindre farlig av att barnet håller en hand på förälderns knä? Ja, faktiskt, barnet litar nämligen så på förälderns bedömning att det tolkar situationen helt olika beroende på hur föräldern reagerar. En förälder som signalerar: "Det är inget farligt, men det kunde ju du inte veta, så därför var det bra att du kom hit", ger sitt barn ett helt annat besked jämfört med föräldrar som antingen signalerar: "Det är inget farligt, du behöver inte komma hit, var inte en sån fegis", respektive: "Ja hundar är inget att leka med, och världen är över huvud taget en farlig plats där vad som helst kan hända, tur att du har mig (som visserligen också är ganska rädd)." Förälderns olika sätt att hantera barnets balanserande mellan trygghet och nyfikenhet får konsekvenser för hur

anknytningen till föräldern utvecklas. Låt oss först sammanfatta exemplet. Barnets rörelser under den stund som det befinner sig på lekplatsen kan liknas vid ett gummiband som är festsatt vid förälderns knä. Gummibandet (olika långt beroende på bland annat barnets temperament) gör det möjligt för barnet att göra diverse utflykter, men ju längre bort från föräldern som barnet rör sig, desto obekvämare känner det sig, och barnet tenderar därför att minska avståndet till dess att det inte känner av att det har något gummiband (närmare bestämt då anknytningssystemet är i viloläge och tillåter full koncentration på utforskande). På så sätt utgör föräldern alltså både en trygg bas – en utgångspunkt för utforskandet – och en säker hamn – en tillflyktsort när fara hotar.

Universalitetsprincipen – skillnaden mellan att knyta an och anknytningens kvalitet

Spädbarn har, som framgick av kapitlen om evolutionära och psykobiologiska aspekter på anknytningen, en genetiskt förprogrammerad tendens att utveckla anknytningsrelationer till de personer som finns i barnets närhet under det första levnadsåret. Alla barn i alla kända mänskliga kulturer, förutom vissa barn med mycket grava neuropsykiatriska handikapp som exempelvis svår utvecklingsstörning, knyter an till sina vårdnadshavare. Detta är innebörden av *universalitetsprincipen* (van IJzendoorn & Sagi, 1999). Omvårdnadsforskningen (se kap. 7) har visat på betydelsen av att skilja mellan *att utveckla en anknytning* å ena sidan och kvaliteten på anknytningen å den andra (Weinfield, Sroufe, Egeland & Carlson, 1999). **Det faktum att det är förekomsten av regelbunden fysisk kontakt mellan barn och förälder som avgör om en anknytning kommer att utvecklas, innebär ju att ett spädbarn knyter an också till en misshandlande eller vanvårdande förälder. Det är bara barn som "gått från famn till famn", utan att ha befunnit sig i samma famn tillräckligt länge, som inte skapar en anknytningsrelation. Att ett barn knutit an till sin förälder är därmed inget bevis för att barn och förälder haft det bra tillsammans, och kan därmed inte ensamt utgöra något argument för att barnet inte ska omhändertas om omsorgssvikten är påtaglig.** Detta utvecklar vi vidare i omvårdnadskapitlet (kap. 7) och i *Anknytning i praktiken*.

Multipla, relationsspecifika & hierarkiskt ordnade anknytningar

En av de frågor som alltid varit aktuella inom anknytningsteorin och som föranlett en hel del kritik, inte minst från feministiskt håll (se kap. 11 för en utförligare diskussion om feministisk kritik av anknytningsteorin), är den om barnets anknytning till modern som prototyp för barnets anknytning till andra personer senare i livet. Bowlby (1958; 1982) hävdade att barnet söker *en* vårdnadshavare som sin primära anknytningsperson (monotropi). Däremot hävdade han inte, som en del av hans belackare påstod, att barn bara utvecklar *en* anknytningsrelation. Redan i sin första version av anknytningsteorin (Bowlby, 1958) slog han, trots titeln på arbetet (*The nature of a child's tie to his mother*), fast att människan i alla tider levt i sociala organisationer där föräldraskapet ingått i ett större nätverk av relationer, och att de allra flesta barn i de allra flesta samhällen har erfarenhet av flera vårdare, och därmed också möjlighet att utveckla flera anknytningsrelationer, beroende på intensiteten och kontinuiteten i dessa relationer.

Det finns vid det här laget ett stort antal studier (sammanfattade i Marvin & Britner, 1999) som stödjer Bowlbys sammanfattning i första delen av anknytningstrilogin: ”ett 18 månader gammalt barn som bara har en anknytningsperson är verkligen högst sällsynt” (1969, s. 304). Om spädbarn normalt sett alltså utvecklar flera anknytningsrelationer inställer sig ett antal frågor: vad är det som gör att barn utvecklar en anknytning till sin vårdnadshavare, påverkar den ena anknytningsrelationen den andra, hur många anknytningsrelationer kan barn ha, är alla anknytningsrelationer lika viktiga för barnet kort- och långsiktigt, och slutligen: är alla relationer som spädbarn har anknytningsrelationer?

Hur ett barns anknytning till sin vårdnadshavare utvecklas bestäms i huvudsak av vilken typ av omvårdnad barnet erbjuds. Förälderns lyhörddhet för barnets signaler, och förutsägbarhet i sina egna reaktioner på dessa signaler, har avgörande betydelse för om barnet ska utveckla en *trygg* eller *otrygg* anknytning (se nedan). Detta innebär att anknytningen utvecklas i enlighet med relationens specifika förutsättningar. Följdriktigt kan barnet utveckla en *trygg* anknytning till den ena föräldern och en *otrygg* till den andre, eller *trygg/otrygg* till båda. Att så också sker har visats bland annat i den metaanalys av anknytning till mamma respektive pappa som van IJzendoorn sammanställt (1995). Pappor har alltså goda förutsättningar

att bli viktiga anknytningspersoner för sina små barn, och detta alldeles oavsett hur barnets relation till mamman ser ut (Fox, Kimmery & Schafer, 1991). Förutsättningen, som är gemensam för alla som vill bli anknytningspersoner åt ett spädbarn, är att ägna barnet den tid och den omsorg som små barn behöver!

Att barn normalt sett utvecklar anknytningsrelationer till flera personer innebär inte att dessa relationer är utbytbara eller lika viktiga för barnet. Man brukar i stället beskriva anknytningsrelationerna som hierarkiskt organiserade (se t.ex. Cassidy, 1999). I toppen på hierarkin finns den som har varit den fastaste punkten i spädbarnets tillvaro, vilket oftast men inte nödvändigtvis har varit mamman. Begreppet anknytningshierarki kan lättast förklaras om vi återvänder till sandlådan och parkbänken i exemplet med tryggbas/säker hamn. Mamma, pappa, mormor, farfar eller vilka personer som nu har haft en nära relation till Kalle under det första levnadsåret kan alla fungera för Kalle att "fly till" när farbrodern med hund kommer gående. Men, om det skulle vara så att alla sitter där uppradade på parksoffan väljer inte Kalle slumpmässigt mellan dem när han kommer springande, utan någon av personerna är nr 1, en annan nr 2 och så vidare i hierarkisk ordning. Tyvärr har vi än så länge för få longitudinella studier där den tidiga anknytningen studerats med avseende på såväl mamma som pappa. Därför kan vi i dag inte säga något bestämt om den långsiktiga betydelsen av den tidiga anknytningshierarkin. Vi vet inte heller om denna ändras påtagligt om barnets föräldrar är lika delaktiga i omvårdnaden av barnet. Vad vi vet är att i de allra flesta småbarnsfamiljer är det fortfarande mamman som tar det huvudsakliga ansvaret för omvårdnaden, och som därmed av barnet uppfattas som den primära vårdnadshavaren.

Hur många anknytningsrelationer som små barn utvecklar beror förstås på hur många personer som barnet har en nära och regelbunden relation till, dock verkar det totala antalet för de flesta barn i de flesta kulturer vara begränsat till mellan en och fem personer (van IJzendoorn & Sagi, 1999). Studier av efé-folket i Afrika, där barnen dagtid tas om hand av upp till femton tjugo olika personer, och då och då till och med ammas av andra än sin egen mamma, visar två saker: även dessa barn utvecklar en specifik anknytningsrelation till mamman, och det faktum att mamman är ensam ansvarig för barnet nattetid verkar vara en viktig anledning

till att denna specifika relation utvecklas (Morelli & Tronick, 1991). van IJzendoorn och Sagi (1999) betonar i sitt översiktskapitel rörande tvärkulturella aspekter av anknytning betydelsen av vem som har ansvaret för barnet under natten. Studier avseende barn som vuxit upp i ett så kallat "barnhus-system", som till relativt nyligen tillämpades på vissa kibbutzer i Israel, visar att dessa barn utvecklade otrygg anknytning, såväl till sina föräldrar som till de vårdare som passade dem, i betydligt större utsträckning än barn som växte upp på kibbutzer där barnen sov tillsammans med föräldrarna (Sagi m.fl., 1995; Sagi, van IJzendoorn, Aviezer, Donnell & Maysless, 1994). Forskarna förklarar detta med att små barn är extra skyddslösa nattetid, och därför i extra stort behov av kontinuitet rörande vem/vilka som tar hand om dem när de vaknar hungriga eller ledsna. Bland de otryggt anknutna barnen var just andelen *ambivalent/motspänstigt anknutna* (begreppet förklaras senare i kapitlet) högre än förväntad, vilket kan tolkas som att barnen maximerar sina protestreaktioner och uttrycker sin förtvivlan över att föräldern inte är tillgänglig på det sättet som barnet behöver (Rutter & O'Connor, 2004).

En studie av omvårdnadsarrangemangen i 183 olika samhällen (Barry & Paxton, 1971) visar också att inte i något av dessa samhällen, som varierade oerhört när det gällde systemet för daglig omvårdnad, lät man små barn sova med någon annan än sin mamma (och pappa). Det faktum att små barn i alla kända kulturer sover med sina föräldrar, oavsett hur de tas om hand dagtid, kan vara ett väsentligt skäl till att det utvecklas en anknytningsrelation, till att antalet anknytningspersoner är begränsat och till att barnet kan använda föräldern som en trygg bas.

Det är också viktigt att poängtera att anknytningsrelationen endast är en av många relationer som små barn har, med såväl sina föräldrar som andra personer. Lekrelationen – när allt är frid och fröjd och barn och förälder har roligt tillsammans utan någon annan målsättning än att just trivas i varandras sällskap – är också en viktig relation. Föräldern som leker tittut med barnet, eller passar på att snusa med näsan på barnets mage när hon eller han byter blöja på bar-

* Detta innebar att barnen bodde i ett eget hus där de passades av särskild personal (*metapelet*). Föräldrarna hade en egen lägenhet och besökte barnen i barnhuset under några timmar efter arbetet, och dagtid på helgerna.

net, gör något mycket betydelsefullt! En annan relation är den där föräldern syftar till att förmedla någon form av kunskap eller färdighet till barnet, och barnet är mer eller mindre villigt att ta emot förälderns erbjudande, som när föräldern sätter sig ner med ettåringen framför en bultbräda och visar hur man kan banka ner de olikfärgade träbitarna så att de ploppar ut på ett annat ställe. Den förälder som är placerad överst i anknytningshierarkin kan, men behöver inte alls, vara samma person som ligger överst i barnets lek-, eller inlärningsrelationshierarki.

Så långt beskrivningen av vad det innebär för ett barn i åldern ett till tre år att ha knutit an till sina omvårdnadspersoner. Vad innebär det för ett barn som på detta sätt knutit an att separeras från sina anknytningspersoner? För att besvara den frågan får vi gå tillbaka till makarna Robertsons studie av barn på sjukhus och barnhem i 1950-talets England, som vi beskrev kortfattat i kapitel 2.

Små barns reaktioner vid dygnslånga separationer

När makarna Robertson på 1950-talet studerade små barns separationsreaktioner såg man att barn som var yngre än tre år, och barn med tidigare separationserfarenheter, reagerade starkare än äldre barn och barn utan tidigare traumatiska erfarenheter. Barn som togs om hand av en person (Joyce Robertson) i dennes eget hem reagerade mycket mindre än barn som togs om hand av flera personer på rullande schema i institutionsmiljö. Det var alltså inte bara separationen i sig som spelade roll utan också hur det alternativa omhändertagandet såg ut.

Trots att makarna Robertson alltså fann stora individuella skillnader kunde de identifiera tre fasspecifika reaktioner som barn i åldern ett till tre år visade under tiden som separationen varade och när mamman återvände: (1) protest (2) förtvivlan och (3) losskoppling.*

* Beskrivningen av separationsreaktioner avser barn som varit separerade från båda sina föräldrar i minst en vecka. Reaktionerna kan alltså inte överföras på hur barn reagerar när de t.ex. lämnas och hämtas på förskolan. Längre fram i kapitlet diskuterar vi hur små barn reagerar på att placeras i förskolan och vad som kan göras för att underlätta för dem att klara av att vara ifrån sina föräldrar.

Protest

Denna fas startade så fort vårdnadshavaren lämnade barnet till den främmande vårdaren. Det som karakteriserade protestfasen var att barnet reagerade med "upprörd förvåning" – i stil med: "Vad har hänt, vart tog du vägen, kom tillbaka, *kom tillbaka!*" Barnet skrek argt och var motoriskt aktivt. Det sökte efter föräldern och gick upprepade gånger till det ställe där föräldern sist hade varit. Om det var en dörr försökte barnet gärna öppna dörren. I den här fasen var barnet inriktat på att återskapa kontakten med föräldern så snabbt som möjligt och "till varje pris". Barnet var helt ointresserat av den främmande vuxna som fanns i rummet, avvisade försök till tröst, och kravlade sig ner ur knäet om den främmande vårdaren tog upp barnet. Detta var en tydlig signal om att "det är inte dig jag vill ha utan min anknytningsperson!". Olika ljud eller företeelser, exempelvis en dörr som öppnades, gav temporär lindring i barnets skrik, eftersom barnet riktade sin uppmärksamhet dit med förhoppningen att det var den försvunna föräldern som återkom. Nyckelorden för att beskriva barnen under protestfasen var: *hopp* (om att föräldern skulle återvända) och *hårt arbete* (barnet ansträngde sig på olika sätt för att återskapa kontakten med föräldern). De viktigaste känslorna som barnen gav uttryck för var *rädsla*, *ilska* och *upprördhet*. Beroende på barnets situation och omständigheter i övrigt kunde protestfasen vara från några timmar till uppåt en vecka, därefter övergick den gradvis till nästa fas.

Förtvivlan

Övergången till denna fas markerades av beteenden som signalerade en tilltagande brist på hopp hos barnet beträffande föräldrarnas återvändande. Det aktiva sökbeteendet avtog liksom den "ilskna" gråten, vilken ersattes med en tystare, mer hulkande och "inätvänd" gråt. Barnet drog sig undan människor och aktiviteter och satt ofta med tom blick i sin säng, kramande ett kärt gosedjur eller något plagg eller föremål som föräldern lämnat kvar. Bowlby tolkade detta som att barnet nu hade börjat sörja den saknade föräldern och förlorat hoppet om att hon skulle återvända. Han menade att vuxna ofta feltolkade barnets ytliga lugn och bristande aktivitet som ett tecken på positiv anpassning, när det i stället var ett allvarligt tecken på hur svårt barnet led av separationen. Barnets attityd och känsla



Pojke i sjukhussäng. Foto © Medicinhistoriska museet i Göteborg

kunde beskrivas med orden hopplöshet, tillbakadragenhet och sorg.

Eftersom barnet i förtvivlansfasen åt dåligt, eller inte alls, riskerade det att "tyna bort" om det inte antingen återförenades med föräldern eller av egen kraft började vända sig ut mot världen igen. Fasen varierade i längd mellan olika barn, från några dagar till flera veckor. Helt avgörande för barnets långsiktiga utveckling var (1) om föräldern kom tillbaka inom några månader eller inte, och hur föräldern då hanterade barnets samlade reaktioner på separationen, eller (2) om barnet kom till en annan vårdnadshavare som ansträngde sig för att bygga upp en tillitsfull och "exklusiv" relation till barnet.

Losskoppling

Den sista fasen i separationsreaktionen som Bowlby och makarna Robertson beskrev har vållat störst svårigheter. Detta beror på att det som beskrevs ursprungligen var barnens reaktion på föräldrarnas återvändande, som dock i senare studier ofta har beskrivits som en

tredje fas som barnet går igenom under tiden som separationen varar. Låt oss därför börja med att beskriva vad som ursprungligen avsågs med begreppet *losskoppling*. Heinicke och Westheimer (1966) beskrev tio barn i åldern ett till tre år som separerats från föräldrarna i mellan tolv dagar och tjugo veckor. Vid återföreningen med mamman kände två av barnen över huvud taget inte igen sina mammor, medan de övriga åtta vände sig bort eller vandrade iväg när mamman kom in i rummet. Under veckorna som följde visade barnen mycket blandade reaktioner – perioder av stark gråt omväxlade med att barnen stirrade tomt framför sig och var oförmögna att visa några känslor. Fem mammor klagade över att barnen behandlade dem som fullständiga främlingar, medan de övriga kunde berättiga att de uttryckslösa ögonblicken skiftade med perioder av klistrig klängighet, när barnen vägrade lämna mamman ens för den stund det tog henne att gå på toaletten. När de personer som observerat barnen på sjukhuset eller institutionen, och där lärt känna barnen, gjorde hembesök blev barnen mycket rädda.

Man kan sammanfatta den här fasen som att den innehåller ett för barnet smärtsamt inre drama. Å ena sidan har barnet påbörjat ett sorgarbete som ska göra det möjligt för barnet att, om tillfälle yppar sig, skapa en permanent ersättning för den förlorade föräldern. Å andra sidan har barnet stängt dörren om ett antal känslor som är för svåra för ett litet barn att handskas med på ett framgångsrikt sätt. Bowlby såg alltså barnens reaktionssätt som uttryck för en psykologisk försvarsmekanism. Ytligt sett betedde sig barnen som om de helt enkelt inte kände igen föräldern, alltså hade "glömt bort" vederbörande och därför helt adekvat relaterade till henne som en främling. Detta motsades dock dels av det faktum att barnen uppenbarligen kom ihåg en rad andra, långt mindre viktiga, personer och företeelser, och dels av den besynnerligt blandade reaktionen – där stunder av känslomässig kyla/ointresse omväxlade med starka känslouttringar (gråt, ilska och klängighet). Bowlby menade att barnet, för att klara av att överleva när separationen från mamman blivit alltför långdragen, "stuvat undan" en rad svåra känslor (beroende på barnets ålder och mognad kunde det röra sig om rädsla, ilska, sorg, besvikelse, hopplöshet). Barnet koncentrerade sig i stället dels på att bevara en ljus (men bitvis falsk) bild av föräldern, och dels på att göra det möjligt att börja relatera till de personer i omgivningen som kunde erbjuda mat, lek och annan välbehövlig kontakt.

Begreppet losskoppling ska alltså förstås som att barnet delvis kopplat loss anknytningen till föräldern. När föräldern återkom sattes denna mekanism på hårda prov. Så länge barnet relaterade till föräldern utifrån "föräldern som främling" kunde det upprätthålla en vardaglig relation till föräldern, som dock upplevdes som mycket störande för föräldern, som saknade det känslomässiga djup som föräldern var van vid att ha med sitt barn. När barnet å andra sidan relaterade till föräldern utifrån "föräldern som svikare" översköldes barnet av sina lagrade känslor, och föräldern fick ta emot och försöka härbärgera barnets hela känslomässiga register. Uppföljningar (Heinicke och Westheimer, 1966) av barn som varit med om liknande separationer under småbarnsåren visar att **utöver separationens längd har föräldrarnas vilja och förmåga att tolerera och härbärgera barnets svåra känslor stor betydelse för hur barnet senare i livet ska förhålla sig till känslomässig närhet i relationer.***

Varför reagerar små barn så starkt på separation från sin(a) vårdnadshavare?

Med tanke på vad vi i dag vet om människans evolutionära historia och levnadssätt som nomader: att mamman bär barnet i stort sett dygnet runt de första åren, och att det finns flera välkända ansikten i den sociala grupp som mamman tillhör som hjälper till med barnpassning när mamman uträttar ärenden som är svåra att klara av med barn på ryggen, kan det mesta av det som Bowlby och makarna Robertson kom fram till sägas vara självklarheter.

Anknytningens ändamål kan beskrivas som upprätthållandet av optimal (inte så nära att utforskandet störs, inte så långt bort att det blir alltför riskabelt) närhet till en beskyddande vuxen. Anknytningssystemet är, som vi beskrev i kapitel 2 och 4, nära kopplat till

*Gemensamt för de reaktioner som beskrivits ovan är att de kommer från barn som haft möjlighet att utveckla en specifik känslomässig relation till sin vårdnadshavare före separationen, och där vårdnadshavaren efter kortare eller längre tid återkommer och återtar sin roll. I *Anknytningsteori i praktiken* beskriver vi situationen för barn som antingen inte återförenas med sin förälder (p.g.a. att föräldern dör eller lämnar barnet permanent) eller inte fått möjlighet att knyta an till en eller ett par personer under sina första levnadsår. Det gäller alltså barn som redan från början vuxit upp på institution eller av annat skäl "vandrat från famn till famn" i ett oregelbundet omhändertagande av olika personer.

rädslosystemet. Bowlby (1973) beskrev ett antal naturliga ledtrådar om fara (tecken på sådant som under människans evolutionära historia medfört en förhöjd risk för död/skada och som människan därför kommit att bli extra bra på att identifiera och reagera på). Dit hör bland annat obekanta platser och personer, plötsliga förändringar i omgivningen, och att vara ensam. Bowlby menade också att människan blivit extra skicklig på att reagera på situationer som innehåller fler än en fara. Det är mot den här bakgrunden inte förvånande att det lilla barnet reagerar starkt på att bli lämnat på en institution (närmare bestämt att vara *ensam* i en *främmande miljö*, och omgiven av *främmande personer*)!

Vad händer när barnets anknytningssystem aktiveras, på grund av att föräldern lämnar barnet på exempelvis sjukhuset? I avsaknad av sin anknytningsperson, och på grund av sin bristande kognitiva mognad och utan utvecklad förmåga till känslomässig reglering, är det lilla barnet försatt i en prekär situation. Barnet är lämnat med ett "påslaget" anknytningssystem men saknar de nödvändiga redskapen (läs föräldern) för att "slå av" systemet. Med modernt anknytningsteoretiskt språkbruk kan alltså losskoppling förstås som det lilla barnets omogna sätt att själv deaktivera anknytningssystemet, när den person som har detta som sin, åtminstone från barnets synpunkt, viktigaste uppgift inte finns tillgänglig.

Ett långvarigt påslaget anknytningssystem är bland annat förenat med förhöjd aggressivitet mot både jämnåriga och vuxna. Bowlby menade att aggressiviteten kortsiktigt tjänar två syften: (1) att motivera barnet att göra sitt yttersta för att återknyta kontakten med föräldern, och (2) att kommunicera till föräldern "gör inte om det där!". Uppföljningar av barn med långvariga separationserfarenheter stödjer Bowlbys ursprungliga tanke från 1944, nämligen att utagerande beteendeproblem (vanartiga barn) är betydligt vanligare bland barn med långvariga separationserfarenheter och splittrade uppväxtförhållanden.

Om små barn far så illa av långvariga separationer, hur är det då med kortvariga men dagliga separationer som när föräldrar lämnar sina barn i förskolan?

termiddag och närheten och tilliten är återupprättad. Det barn som inte har en trygg bas att falla tillbaka på har däremot svårare att bearbeta separationerna.

Små barn är ”vanemänniskor”, och regelbundenhet ger därför trygghet. Rytmen som finns i att vara på förskolan under veckans vardagar och delta i dagligen återkommande rutiner som samling, lunch och vila, bidrar till att skapa en återkommande form för barnet. Att variera vistelsen så att barnet ibland är där på förmiddagar och ibland på eftermiddagar kan därför göra det svårare för små barn. Det finns ingen svensk forskning rörande hur små barns anknytningsutveckling påverkas av att vara på ”nattis”. Utifrån den tidigare refererade forskningen om betydelsen av att små barn sover tillsammans med sina föräldrar, eller annan anknytningsperson, finns det dock anledning att förespråka att små barn som behöver barn-tillsyn nattetid får den i sitt eget hem av en person som barnet känner väl.

Frågan om hur separationer påverkar små barns utveckling är ju bara aktuell för barn som har knutit an till sina föräldrar. I inledningen på det här kapitlet beskrev vi att så gott som alla barn faktiskt gör det, men finns det några begränsningar för när barn kan utveckla en anknytning?

Finns det en kritisk period för att utveckla förmågan att knyta an?

Främlingsrädslan fyller funktionen att inskränka antalet personer som spädbarnet tyr sig till, närmare bestämt vilka det kommer att uppfatta som sina anknytningspersoner. Är det under en begränsad tid i livet som vi ”väljer ut” vissa personer som särskilt betydelsefulla i vårt liv, personer gentemot vilka vi kommer att rikta våra anknytningsbeteenden, och från vilka vi kommer att förvänta oss omvårdnadsbeteenden? Bowlby (1969) menade att det förhöll sig så, det vill säga att om barnet inte får en längre sammanhållen period av kontinuerlig kontakt med en eller ett par vårdare under sina första levnadsår så kommer barnet inte senare i livet att kunna utveckla anknytningsrelationer. ”Fönstret” för denna utvecklingsuppgift (se Broberg m.fl., s 49–53 för begreppet utvecklingsuppgift) stängs, enligt Bowlby mellan två till tre års ålder. Om barnet däremot fått möjlighet att utveckla en anknytningsrelation så kan barnet, om det förlorar sin anknytningsperson, använda sin förmåga till att utveckla

Vad döljer sig bakom det torra akademiska språket?

1. Barn yngre än två till två och ett halvt år som vistas på en institution där personalen ansvarar för barnens omvårdnad enligt ett rullande schema, vilket inte gör det möjligt för barnet att utveckla och bibehålla en känslomässig relation till en eller ett par vårdare, löper en allvarligt förhöjd risk att hämmas i sin förmåga att utveckla anknytningsrelationer.
2. Denna oförmåga kan inte helt och hållet rättas till av senare goda relationserfarenheter.
3. För att risken för en bestående skada ska vara betydande krävs det normalt minst sex månaders vistelse i denna typ av institutionsmiljö.
4. Det verkar inte som att samma skada drabbar barn vars institutionserfarenhet påbörjas först efter två års ålder, när barnet redan haft möjlighet att utveckla en selektiv anknytning.
5. Det finns anledning att tala om en *känslig* period eftersom risken för felutveckling är stor, snarare än om en *kritisk* period, eftersom inte alla barn som utsätts för erfarenheten drabbas av skador i sin förmåga att utveckla anknytningsrelationer.

Efter utvikningar åt lite olika håll är det dags att återvända till Ainsworths bidrag till anknytningsforskningen. I inledningskapitlet skrev vi om hennes bakgrund i personlighetspsykologi och att hon skrivit en bok om rorschachtestet. Inte så konstigt då att frågan om skillnader i anknytning var av stort intresse för Ainsworth. Bowlby, vars främsta syfte var att beskriva anknytningen som något allmängiltigt, var initialt inte särskilt imponerad av Ainsworths beskrivningar av trygga respektive otrygga anknytningsrelationer. Men den inställningen fick han revidera grundligt!

Individuella mönster av anknytning

Som vi redan beskrivit är det faktum att barnet utvecklat en anknytning till föräldern inte samma sak som att barnet kan använda föräldern som en trygg bas utifrån vilken han eller hon kan utforska världen. Faktum är att det finns påtagliga skillnader mellan olika barn i detta avseende, något som Ainsworth (1967) noterade redan i sin första studie i Uganda. Dessa skillnader är väsentliga, dels på

grund av att de hänger samman med hur föräldern tidigare svarat på spädbarnets anknytningsbehov, och dels därför att de har betydelse för hur barnet senare i livet kommer att hantera nära känslomässiga relationer.

Individuella skillnader rörande anknytning uppstår inte ur tomma intet, och de beror inte väsentligen av särskilda temperaments- eller personlighetsdrag hos vare sig barnet eller föräldern (Weinfeld m.fl., 1999, se också kap. 10 för en längre diskussion om betydelsen av barns temperament). Barnets anknytningsmönster till föräldern bygger på deras gemensamma interaktionshistoria, i situationer när barnets anknytningssystem aktiverats. Det är alltså i situationer där föräldern förväntas fungera som trygg bas/säker hamn som barnets specifika anknytningsmönster till föräldern visar sig som tydligast. I en objektivt sett farlig miljö är det dysfunktionellt för ett litet barn att inte söka föräldern som källa till beskydd. I en miljö helt utan objektiva tecken på fara är det å andra sidan dysfunktionellt för ett litet barn att inte ta tillfället i akt och utforska världen runt omkring sig. Genom att jämföra hur olika barn hanterar å ena sidan en situation som inte innebär någon fara för barnet med en situation som gör det har forskarna fått en bra uppfattning om olika anknytningsmönster hos barn i åldern ett till två år.

Anknytningsmönstren kan sorteras efter två olika principer; trygg kontra otrygg anknytning och organiserad kontra desorganiserad anknytning. Att ett barn har en trygg anknytning innebär inte att barnet aldrig upplever rädsla eller ångslan, sådana känslor är tvärtom naturliga och viktiga. Trygghet betyder i det här sammanhanget att barnet kan förlita sig på att föräldern är tillgänglig och beskyddande om barnets anknytningssystem aktiveras. Barn som vet att de kan lita på att föräldern är lyhörd och förutsägbar som reaktion på barnets signaler får också en tilltro till sin egen förmåga att samspela med andra. Barn med otrygg anknytning har inte haft samma erfarenhet av att föräldern funnits där på ett pålitligt och tryggande sätt när barnets anknytningssystem aktiverats, och barnet behövt föräldrarnas beskydd. Barnet har kanske upplevt att föräldern varit likgiltig (inte brytt sig), snävt av eller på annat sätt avvisat barnet, eller brustit så i sin pålitlighet att barnet inte vet vad det kan förvänta sig av föräldern. En viktig signal på otrygg anknytning är att barnet visar aggressivitet. Bowlby (1973) tolkade detta i analogi med barns protestreaktion vid separation från sin vårdare, närmare be-

stämt att barnet genom att visa ilska försöker förhindra upprepning av föräldrarnas reaktion (att lämna barnet respektive att inte besvara dess anknytningsignal).

Otrygg anknytning är mindre optimal än trygg, eftersom den stör balansen mellan trygghetsökande och utforskande. Samtidigt kan man säga att den är funktionell (Main & Hesse, 1990) i den bemärkelsen att den utgör den bästa möjliga kompromissen mellan barnets behov och föräldrarnas möjlighet/villighet att tillgodose dessa behov. Barn med det vi brukar kalla *ambivalent/motspänstig anknytning* har en låg tröskel för upplevd farosignal, och maximerar uttrycket för sitt behov av föräldern. De signalerar, som reaktion på tidigare erfarenhet av bristande pålitlighet från föräldrarnas sida, tidigt och starkt att de behöver föräldrarnas beskyddande närvaro. Strategin är funktionell genom att den ökar sannolikheten för att barnet ska få behövligt beskydd, samtidigt som den inte är optimal – den låga tröskeln minskar barnets möjligheter att utforska världen. Barn som i stället har erfarenhet av att föräldern avvisat eller i värsta fall även förlöjligt barnets anknytnings signaler lär sig i stället att minimera signalerna. De undviker att signalera sitt aktiverade anknytnings-system, och lär sig i stället olika sätt att själv deaktivera systemet. Det funktionella i detta ligger i att om barnet inte väcker föräldrarnas negativa känsla gentemot barnet ("vad du är gnällig, vad är det *nu* då") i "onödan" så ökar chansen att föräldern beskyddar barnet "när det verkligen behövs". *Problemet med den här strategin är att den lämnar barnet att själv hantera situationer som det ännu inte är moget att klara av.*

Det är intressant att notera att både den motspänstiga/ambivalenta och den undvikande anknytningen innehåller flera element av det som vi beskrev ovan som små barns separationsreaktioner (protest-förtvivlan-losskoppling). Man kan alltså se det som att barnet använder sig av beteendemönster som "egentligen" grundlagts för att fylla en annan funktion. I den bemärkelsen kan man se dem som anpassningar snarare än som evolutionärt utvecklade specifikt för den situation som de används i (som vi diskuterade kortfattat i kap. 3). Forskningen rörande olika anknytningsmönster började med observationer i barns naturliga uppväxtmiljö i byarna i Uganda. Det var dock tillkomsten av Främmandesituationen (SSP) (se kap. 2) som gjorde att forskningen fick verklig luft under vingarna. I Ainsworths och medarbetares ursprungliga studie (1978) särskiljde man

barnens beteende i SSP i form av tre olika anknytningsmönster: *trygg*, *otrygg undvikande* och *otrygg ambivalent/motspänstig* anknytning.

Trygg anknytning

Barn med trygg anknytning varierar mycket starkt i hur de hanterar separationerna i SSP. En hel del barn börjar gråta och går mot dörren och försöker öppna denna. Andra accepterar att leka med främlingen och en del kan till och med ha en trevlig stund med denne. Det viktiga är hur barnet hanterar återföreningen. Om barnet blivit ledset av separationen, förväntas det aktivt söka föräldern vid återföreningen, och kontakten med föräldern gör att barnet lugnar sig och kan återgå till att leka. Om barnet inte blivit ledset av separationen, förväntas det titta upp på föräldern när föräldern återkommer, le mot och börja "prata" med föräldern, det vill säga signalera något i stil med "jag har haft det bra när du var borta, men det var trevligt att se dig igen".

För att spädbarnet ska kunna använda föräldern som en trygg bas, utifrån vilken det kan utforska världen, måste det ha haft tillräckligt mycket erfarenhet av att föräldern hört, förstått och velat hjälpa barnet. Det tryggt anknutna spädbarnet skaffar sig genom dessa erfarenheter en flexibel relation till föräldern, som gör att det kan växla mellan utforskande och trygghetssökande. Ungefär 60–70 % av spädbarn i "normalpopulationer" visar en trygg anknytning till åtminstone en av sina föräldrar i SSP.

Otrygg undvikande anknytning

Detta mönster utmärks av att barnet inte använder föräldern som en trygg bas, utan tvärtom undviker kontakt med föräldern direkt när denna kommer in i rummet efter separationen. Barnet, som ofta hanterat separationen utan gråt, kan slå ner blicken, och på så sätt undvika ögonkontakt, eller det kan vända ryggen mot föräldern och gå efter en leksak, som det kanske sedan bär fram till föräldern. Skillnaden mellan trygg och undvikande anknytning ligger alltså inte i om barnet börjar gråta när föräldern lämnar rummet, utan om barnet "hälsar" föräldern vid återföreningen eller inte. Återigen är det viktigt att komma ihåg losskopplingen i makarna Robertsons separationsstudier; hur barnen vid återföreningen med föräldern

vände sig bort från föräldern eller hanterade denne som en fullständig främling. Barn som undviker kontakt med föräldern efter de korta separationer som de utsätts för i SSP visar en losskoppling i miniformat. Deras undvikande av blickkontakt med föräldern signalerar en defensiv psykologisk reaktion som innebär att de blivit ängsliga av separationen, men att de inte vågar riskera att visa denna ängslan för föräldern, eftersom de då riskerar att bli avvisade, och därmed ännu mer ängsliga.

Barn som i ettårsåldern betar sig på det här viset har, i större utsträckning än de tryggt anknutna barnen, erfarenhet av ett samspel med föräldern där denne visat att hon/han inte är så förtjust i barnets uttryck för känslomässigt krävande behov, vilket dessvärre är något av det som barn visar allra mest av under sitt första levnadsår. Eftersom små barn behöver närhet till sina föräldrar för att deras säkerhet ska garanteras, lär sig barn med undvikande anknytning snart att möjligheten att uppnå en optimal närhet är beroende av att barnet inte ger alltför påtagliga uttryck för behov av tröst och omsorg. Man ska inte "gnälla för småsaker" – allt enligt den vuxnes definition av småsaker – det är bäst att hålla dessa behov för sig själv. Av barn i västerlandet som undersökts i SSP brukar 15–25 % visa en undvikande anknytning, medan andelen är betydligt lägre i en del andra kulturer som har mindre fokus på oberoende och självständighet.

Otrygg ambivalent/motspänstig anknytning

Barn vars anknytning i SSP klassificeras som ambivalent/motspänstig kännetecknas av att de "maximerar" sina anknytningsbehov. De visar ofta stark önskan om kontakt med föräldern redan under den första treminutersperioden när barn och förälder är ensamma i rummet. De blir vanligtvis mycket upprörda i samband med separationen. En del ligger helt utslagna på golvet medan andra står vid dörren och sparkar och skriker, och separationen får ofta kortas ner till kanske bara 20–30 sekunder. Man kan säga att de här barnen beter sig som barnen i förtvivlans- respektive protestfaserna i makarna Robertsons studier. Det avgörande för klassifikationen är även i det här fallet hur barnet reagerar i samband med återföreningen. I och med att anknytningssystemet aktiverats, förväntas barnet söka så mycket närhet till föräldern, inklusive att sitta i föräldrarnas famn om-

kramad av föräldern, att det till slut känner sig lugnat så att anknytningsystemet kan återgå till viloläge. Problemet för barn med ambivalent/motspänstig anknytning är att kontakten med föräldern inte är effektiv, det vill säga den bidrar inte till att få anknytningsystemet att gå i vila. Detta gör barnet frustrerat, vilket det visar med olika grad av irritation (fåktar med armarna, ålar sig skrikande ner ur förälderns knä etc.).

Barn som utvecklar ambivalent/motspänstig anknytning har i större utsträckning än andra barn levt i relationer där förälderns samspel med barnet är oförutsägbart. Barnet har svårt för att lära sig vad det kan förvänta sig av föräldern i situationer när anknytningsystemet aktiveras. Som utifrån kommande betraktare av samspelet mellan förälder och barn kan man se att samspelet i hög grad sker på den vuxnes villkor. När det passar föräldern kan denne vara en mycket bra förälder, men till skillnad från föräldern till ett tryggt anknutet barn, styrs föräldern mycket mindre av barnets signaler. Barnet lär sig alltså inte att det själv kan reglera samspelet med föräldern med hjälp av sina signaler, utan det är mer utlämnat åt förälderns godtycke. Ambivalent/motspänstigt anknutna barn skaffar sig därför mindre förtroende för sin egen förmåga och därmed riskerar de att bli väldigt passiva. Andra skruvar upp anknytningsbehovet ”på full volym”. Genom att ängsligt, och ofta gnälligt, bevaka varje steg föräldern tar, och genom att klänga sig fast vid föräldern, skaffar sig barnet den närhet det behöver för att bli garanterat beskyddat om verklig fara skulle hota. Av barn i västerlandet som undersökts i SSP brukar 5–15 % visa en ambivalent/motspänstig anknytning, medan andelen är betydligt högre i vissa andra kulturer.

Desorganiserad anknytning

Det sätt som vi hittills beskrivit barns anknytning i SSP på är med hjälp av trygg, undvikande och ambivalent/motspänstig anknytning. Gemensamt för dessa anknytningsmönster är att de är *organiserade*, vilket innebär att samspelet mellan barn och förälder under det första levnadsåret varit tillräckligt konsekvent för att barnet ska ha haft möjlighet att konstruera en fungerande inre arbetsmodell av sig själv tillsammans med denne förälder, och utvecklat en ”strategi” för att optimera sina möjligheter att få anknytningsbehovet tillgodosett.

När fler forskare tog upp Ainsworths undersökningsmetod, och började studera olika riskgrupper, fann man att många barn inte kunde klassificeras i något av de tre ovan beskrivna mönstren. En del av de barnen har senare kunnat beskrivas med begreppet *desorganiserad anknytning* (Main & Solomon, 1986; 1990). **Det som tydligast skiljer barn med desorganiserad anknytning från övriga är att samspelet mellan barn och förälder i stor utsträckning bygger på rädsla.** Som vi redogjorde för i avsnittet om små barns separationsreaktioner beskrev Bowlby redan i början på 1950-talet "kroniskt påslagna" anknytningssystem. Bowlby använde begreppen *defensivt uteslutande* och *segregerade system* (1973) (se kap. 5) för de försvarsmekanismer som träder i funktion när barnets anknytningssystem aktiverats samtidigt som det saknas en tryggande vuxen som kan hjälpa barnet att återfå tryggheten så att anknytningssystemet kan försättas i viloläge igen. Information processas och lagras i olika minnessystem, och barnet kan därigenom komma ihåg vissa händelser rent kognitivt (att föräldern är borta), utan att behöva uppleva de starka negativa känslor (av sorg, ilska, övergivenhet och hjälplöshet) som är förknippade med händelsen i fråga. Därigenom kan barnet, om föräldrarnas beskyddande närhet uteblir under så lång tid att barnets överlevnad är i fara, lära sig att själv deaktivera (losskoppla) anknytningssystemet. Under senare år har också den form av segregerade system som vi i dag kallar desorganiserad anknytning beskrivits inom forskningen.

I SSP visar sig desorganiserad anknytning i form av olika "underliga" beteenden, som att barnet gömmer sig bakom en stol, går med ryggen mot föräldern, sätter händerna framför ansiktet när föräldern kommer in i rummet (som för att skydda sig), "fryser" sitt beteende (kanske mitt i en rörelse) och blir helt stilla under en stund när det är på väg att närma sig föräldern, visar olika former av stereotyper (vifta med händerna, dunka huvudet i väggen etc.) med flera beteenden. En del beteenden som är tecken på desorganiserad anknytning i SSP kännetecknar också vissa barn med neurologiskt/neuropsykiatriskt handikapp. I de normalgrupper som studerats har man dock inte funnit någon överrepresentation av sådana handikapp bland barn vars anknytning bedömts som desorganiserad, och dessutom visar sig de "underliga" beteendena bara när anknytningssystemet är aktiverat. Hur kan man då förklara dessa beteenden? I *Anknytning i praktiken* kommer vi att gå in på detta i detalj,

här nöjer vi oss med att konstatera att de kan ses som uttryck för rädslosystemet (se kap. 2). Anknýtningssystemet som har utvecklats hos vissa däggdjur är överlagrat tidigare beteendesystem, vars uppgift det varit att skydda individen vid upplevt hot/fara. Att "frysa" beteendet är ett sådant exempel, likaså att sätta händerna för munnen (för att tysta ett skrik som skulle kunna avslöja en), och att gömma sig. Flera av de andra beteendena (t.ex. stereotypier) benämns av etologer konfliktbeteenden. Det rör sig om beteenden som djur visar när deras kamp/flykt-system är aktiverat samtidigt som djuret saknar möjlighet till såväl kamp som flykt (Hinde, 1966/1970).

Evolutionärt sett är, som vi beskrivit i kapitel 3, det förutsägbara utfallet av anknýtningen att garantera barnet en tillräcklig närhet till en beskyddande vuxen när fara hotar, närmare bestämt när anknýtningssystemet aktiverats. Vad händer om den person som barnet är anknutet till är samma person som väcker barnets rädsla, alltså den som aktiverar anknýtningssystemet? Å ena sidan driver då anknýtningssystemet barnet i armarna på föräldern, å andra sidan ökar barnets rädsla ju närmare den hotfulla föräldern kommer. Barnet hamnar i en omöjlig konfliktsituation som, om denna sorts interaktion är vanligt förekommande, kan resultera i desorganiserad anknýtning. I uttalade riskgrupper, exempelvis i familjer där man be- lagt förekomsten av fysisk eller psykisk misshandel/vanvård, har andelen barn med desorganiserad anknýtning uppgått till 80 % i vissa studier (Lyons-Ruth, Connell & Zoll, 1989). Andra riskgrupper är föräldrar med allvarlig psykisk sjukdom och/eller missbruk. Andelen barn med desorganiserad anknýtning är dock så pass stor även i normalgrupper (upp till 10–15 %) att allvarliga omsorgsbrister inte kan vara den enda förklaringen.

De senaste åren har vi fått bättre kunskap om ett annat samband mellan föräldrars beteenden och utvecklingen av desorganiserad anknýtning. Föräldrar med egna svåra obearbetade upplevelser av olika slag feltolkar i ökad utsträckning spädbarns signaler och reagerar på dem med aggressivitet eller rädsla (Hesse & Main, 2000; Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999). Det kan röra sig om föräldrar som förlorat ett barn något eller några år före det aktuella barnets födelse, eller föräldrar som har andra obearbetade trauman eller förluster i den egna ryggsäcken. Gemensamt för dem är att barnets starka känslomässiga signal i form av gråt eller klängighet väcker något till

liv i föräldrarnas inre som hon/han reagerar på. Föräldrarnas beteende blir oförståeligt och skrämmande för barnet. Oförståeligt, därför att föräldern reagerar på sin egen obearbetade upplevelse snarare än på sitt spädbarns verkliga signal, och skrämmande eftersom barnet i stället för tröst och/eller beskydd känner sig hotat av föräldern. En del föräldrar reagerar i stället med att bli skrämda av sin egen inre upplevelse, men även en rädd förälder är hotande för ett litet barn som söker tröst och beskydd, eftersom barnet läser av föräldrarnas reaktion för att lära sig om världen är farlig eller inte. På grund av att föräldrarnas beteende inte bara är oförutsägbart, utan också bitvis direkt skrämmande, misslyckas spädbarnet med att utveckla en organiserad anknytning. Det lilla barnets kognitiva förmåga är ännu alltför outvecklad för att kunna skapa en organiserad mental modell av den konfliktfyllda informationen. På det här sättet kan i övrigt välfungerande vuxna få svårigheter i sin föräldraroll, därför att de inte kan hantera de starka känslomässiga signaler som det lilla barnet sänder ut.

Sammanfattning

I kapitlet har vi beskrivit anknytningsutvecklingen under de första levnadsåren utifrån Ainsworths tre stora bidrag till anknytningsforskningen:

1. Observationerna av hur barnets relation till föräldern utvecklas och hur denna relation successivt blir allt mer selektiv.
2. Hur barnets anknytningsperson mot slutet av det första levnadsåret normalt sett fungerar som en *trygg bas*, utifrån vilken barnet kan utforska världen, och en *säker hamn* till vilken barnet kan återvända när fara hotar.
3. Hur de barn som inte kan använda sin förälder som trygg bas/säker hamn tvingas utveckla alternativa strategier för att få ett så bra beskydd som möjligt av föräldern.

Små barn utvecklar alltså olika mönster av anknytning beroende på relationen till anknytningspersonen. Vi beskrev dessa mönster i termer av tryggt eller otryggt, men också utifrån om anknytningen kunde beskrivas som organiserad eller desorganiserad.

I kapitlet redogjorde vi även för hur små barn påverkas av sepa-

barn reagerar på separation och övergivenhet. När de vuxna var upptagna med att återuppbygga samhället pekade Bowlby på de negativa följderna av att barn inte fick sina behov av trygga och stabila föräldrarelationer tillgodosedda. Han argumenterade mot delar av den psykoanalytiska teori han själv var utbildad i, när han hävdade att barn hade medfödda behov av anknytning (Bowlby, 1969). I och med att han förde fram antagandet om de förprogrammerade beteendesystemen tog han som vi tidigare påpekat avstånd både från psykoanalysens driftteori och från regression/fixeringshypotesen.

Liksom sina samtida kolleger Winnicott och Fairbairn, ansåg han att de verkliga erfarenheterna av omhändertagande var mer avgörande för barnets relationsutveckling än anpassning till omedvetna fantasier om föräldragestalterna. Inga föräldrar är perfekta men Bowlby pekade på att inte så få barn faktiskt växer upp med konkreta erfarenheter av att föräldrar brister i omvårdnad eller begår övergrepp mot dem. Han menade därför att man inte kan utgå från att barnets beteende styrs av infantila fantasier, utan att det, som vi beskrivit i kapitlet om inre arbetsmodeller, är mer troligt att det rör sig om verkliga upplevelser som barnet måste lära sig att hantera (Karen, 1994). Bowlby menade naturligtvis inte att psykoanalytiker inte förstod att föräldrar betedde sig olika mot sina barn. På klinisk nivå vet alla verksamma behandlare, oavsett teoribakgrund, att barn tas om hand olika väl och att en del utsätts för brister i omvårdnad. Det Bowlby syftade på var att det i den **psykoanalytiska metateorin** inte uttrycktes intresse för det verkliga föräldrabetendet. **Teorin utgick i stället från att relationen till föräldrarna styrdes av barnets driftsönskningsar, och att dessa tvingade fram förvrängningar av verkligheten – de psykiska försvarens funktion var alltså att skydda barnet från egna driftimpulser, inte från den faktiska omvårdnaden.**

För att möta barnets förprogrammerade behov av närhet och skydd betonade Bowlby att en förälder i sin tur har ett genetiskt betingat behov att hjälpa sin avkomma att överleva. Han konstaterade att föräldraskap är en medfödd "mänsklig verksamhet", vuxna "vill" ta hand om sina barn. De beteendesystem som har att göra med reproduktion samt skydd och vård av den egna avkomman hör till de mest stabila hos alla arter, inklusive människan, menade han. "... föräldrabetendet hos människor är förvisso inte en produkt av någon oföränderlig föräldrainsinkt, men det är inte heller rimligt att betrakta det som enbart en produkt av inlärning. Föräldrabetendet

har enligt min uppfattning starka biologiska rötter, vilket förklarar de mycket starka känslor som knyts till det; men de detaljerade former som beteendet tar sig hos oss var och en kommer an på våra upplevelser ...” (Bowlby, 1988a, s 21)

Trots insikten om föräldrabeteendets stora betydelse valde Bowlby att inte utveckla de teoretiska kopplingarna mellan omvårdnad och utveckling av föräldra–barn–relationen. Han behöll fokus på barnets beteendetryck. Kanske berodde detta på arbetet som barnpsykiater vid Tavistockkliniken, där Bowlby i första hand hade till uppgift att uppmärksamma och åtgärda barns symtom. Han gjorde försök att som behandlare också få träffa föräldrarna för att tala om uppkomsten av barnens problem, men fick inget gehör för sina idéer om gemensamt barn- och föräldrarbete. På 1940-talet var rollerna mycket uppdelade i det barnpsykiatriska behandlingsarbetet, både i England och i Sverige, och den läkare eller psykolog som behandlade barnet skulle enligt gällande ideologi inte ha någon kontakt med barnets föräldrar.

I detta kapitel kommer vi att beskriva hur föräldrars omvårdnad av sin avkomma antas vara relaterad till hur de själva har organiserat sina anknytningserfarenheter, närmare bestämt hur de själva blivit ”föräldrade” när de var små och i behov av närhet. Vi argumenterar för att det är nödvändigt att koppla samman omvårdnadssystemet och anknytningssystemet för att förstå utvecklingen av relationerna mellan föräldrar och barn. Vi kommer att lyfta fram den forskning som finns om pappors sätt att ta hand om barn och relaterar den till den mycket större mängd kunskap som finns om mammors sätt att utöva omvårdnad. Vidare beskrivs skillnader mellan begreppen bindning och anknytning, och vi refererar de första systematiska observationsstudierna av omvårdnad och anknytningsutveckling. Därefter diskuterar vi Ainsworths beskrivning av lyhördhet i omvårdnaden. Avslutningsvis presenterar vi något av den fortsatta teoriutvecklingen omkring detta begrepp, om de överbyggande eller länkande begrepp som antas binda samman föräldrarnas förmåga att uppfatta sitt barns behov och barnets egen emotionella utveckling.

Relationers betydelse för anknytningens organisation

Det västerländska samhället har förändrats mycket sedan 1940-talet, då en svensk bok i barnavård skriven av en välkänd professor vid

i den omkringliggande miljön. Med ett transaktionellt synsätt ökar intresset hos anknytningsforskare och kliniker för att diskutera relationen mellan förälder och barn både i ett nutids- och i ett flergenerationsperspektiv (för en närmare beskrivning av det transaktionella utvecklingsperspektivet se Broberg m.fl., 2003, eller Havnesköld & Risholm Mothander, 2002, s 58ff).

För vår fortsatta diskussion är det emellertid viktigt att redan nu slå fast att intresset för det omvårdande systemets betydelse för barnets anknytningsutveckling inte innebär att den äldre anknytnings-teorin är omodern eller bör skrivas om. Som vi senare ska se finns den transaktionella grunden väl befäst i de äldre texterna. Vad det handlar om är att den ljuskägla som avgör vad som är i fokus förskjuts och att nya aspekter lyfts fram i takt med att den empiriska kunskapen ökar (Kobak, 1999).

Föräldrars egna anknytningsupplevelser

Det var i mitten av 1980-talet som anknytningsforskarna på allvar började intressera sig för variationerna i föräldrars sätt att möta sina barns känslomässiga behov (Solomon och George, 1996). Att barn visade olika beteendemönster när de upplevde fara fanns då väl dokumenterat, liksom att barnens beteende kvalitativt kunde beskrivas i olika anknytningsmönster (Ainsworth, 1967; Ainsworth, Bell & Stayton, 1971; Ainsworth m.fl., 1978). Den nya utmaningen som forskarna ställdes inför var att undersöka vilka faktorer som styr organiseringen av en förälders omvårdnadsbeteende samt hur detta i sin tur påverkar utvecklingen av barnets anknytning. En period av intensiv anknytningsforskning inleddes med fokus på olika kvalitativa aspekter av omvårdnaden, närmare bestämt på Bowlbys antaganden om att formen av föräldrabetende påverkas av föräldrarnas tidigare upplevelser.

Den metod som huvudsakligen kommit att användas i denna forskning är anknytningsintervjun (AAI), som kommer att presenteras närmare i *Anknytning i praktiken*. Med hjälp av anknytningsintervjun är det möjligt att analysera föräldrarnas perspektiv och låta den vuxne värdera minnen av sin egen barndoms anknytningserfarenheter. Till en början var anknytningsforskningens intresse helt riktat mot hur barnet utvecklar sin förmåga till emotionell reglering; hur barnet i sitt beteende ger uttryck för sina erfarenheter av

föräldrarnas förmåga att hjälpa till med att hantera obehagliga upplevelser. I den barnfokuserade forskningen kunde man med hjälp av Främmandesituationen retrospektivt betrakta kvaliteten på föräldrarnas omvårdnad så som den speglades i barnets nuvarande beteende. Barn "gör sig inte till" framför kameran utan betar sig gentemot föräldern i enlighet med tidigare erfarenheter, det vill säga den inre arbetsmodellen styr beteendet. När nu anknytningsintervjun blev tillgänglig, öppnades möjligheten för forskarna att direkt fånga föräldrarnas inre bilder av egna anknytningserfarenheter och sedan studera om och hur dessa kvalitativt kan relateras till barnets sätt att organisera sin anknytning.

I sin diskussion om forskarnas nyväckta intresse för betydelsen av omvårdnad menar Solomon och George att det inte bara är utvecklandet av anknytningsintervjun som bidragit till att området kommit mer i fokus. De lyfter fram att behandlare inom sådana verksamheter som hjälper barn som utsatts för traumatiska upplevelser också har bidragit med systematisk kunskap om samspelet mellan omvårdnadens kvalitet och barnens beteende (Osofsky 2004; Zeanah, 2000). Vid flera behandlingsenheter och sjukhus har kliniker och forskare samverkat för att dokumentera och försöka förstå hur föräldrarnas förmåga att ge omvårdnad kan relateras till barns strategier för att hantera sina upplevelser. I de rapporter som publicerats betonas vikten av att betrakta de traumatiserade familjerna i det omgivande sammanhang som utövar ett direkt inflytande på deras utveckling. Graden av trauma bestäms av flera faktorer, både sådana som finns inne i barnet, i barn-föräldra-relationen och i den omgivande miljön. Det är viktigt att komma ihåg att inte sällan har traumatiserade barn också traumatiserade föräldrar eller lever i miljöer där fattigdom, våld, missbruk eller psykisk sjukdom är vanligt. Vi kommer att återvända till barn och trauma i ett särskilt kapitel i *Anknytning i praktiken*. Därför nöjer vi oss här med att betona att sambandet mellan föräldrarnas omsorgskvalitet och barns anknytningsbeteende alltid måste relateras till familjernas omgivning, samhälle och kultur (Lewis & Ippen, 2004).

Vi ska återvända till anknytningsteorins utgångspunkt. Alla barn som får någon form av kontinuerlig omvårdnad av en eller flera personer knyter an till den eller dem som tar hand om det (Bowlby, 1969). Det nyfödda barnet överlever inte om inte någon tar hand om det. Barnet är utrustat med sitt "gulliga" utseende och sitt sig-

fäder, trots satsningen på särskilda så kallade "pappamånader". I ett internationellt perspektiv varierar pappors grad av deltagande i barnens vård ännu mycket mer än i vårt land. Den kunskap som fortsättningsvis presenteras i detta kapitel kommer med några få undantag att vara baserad på internationella studier och då är det i huvudsak av mammors omvårdnad av barnen.

I den äldre psykologiska litteraturen betraktades modern som den självklara primärt omvårdande personen. Den traditionella psykoanalytiska kvinnopsykologin diskuterar moderskapet som den sista utvecklingsuppgiften för att uppnå en vuxen identitet (Bibring, 1959; Deutsch, 1945; Freud, 1931/1998). Moderskapet betraktas som en utvecklingskris där den psykiska konflikten löses genom att kvinnan får ett barn. Men de äldre teorierna diskuterar inte i samma utsträckning hur förmåga till omvårdnad utvecklas, varken före eller efter födseln (Risholm Mothander, 1994). Inte heller diskuterar teorierna pappans utveckling. Vi kan fortfarande fråga oss varför en förälder faktiskt tar hand om sitt barn och det under så lång tid? Att vara förälder är en slitsam uppgift, skriver Bowlby, det kräver stora uppoffringar och kvaliteten på slutresultatet är inte förutsägbart (Bowlby, 1988a). Ändå vill de allra flesta vuxna bli föräldrar och reflekterar över vad det innebär att ha barn.

I Ainsworths tidiga observationsstudier beskrevs tydligt att barn visade anknytningsbeteende mot den som primärt tog hand om dem (oftast mammor), men om pappor engagerade sig blev också de belönade med anknytningsbeteenden från barnen (Bowlby, 1969). Om inte mamman var lyhörd för barnets signaler kunde pappan vara det och barnet vände sig då till honom. Att undersöka likheter och skillnader mellan mammors och pappors beteenden mer detaljerat än så var emellertid inte relevant på 1940-, 50- eller 60-talet. Modern var a priori den primära vårdaren och det var först när hon av någon anledning inte kunde fullfölja sin modersuppgift som någon annan, exempelvis fadern, blev aktuell som primär vårdare. Att papparollen inte innehåller primär omvårdnad av barnet utan mer tar sig uttryck i viljan att stödja barnets mor så att hon ska kunna erbjuda barnet sin omvårdnad ansåg både Bowlby (1969) och Winnicott (1960). I den tidigare citerade boken *Barnavård* (Lichtenberg, 1945) finns inte ens ordet fader eller pappa med i registret.

När Bowlby med utgångspunkt i etologin diskuterade primaternas sociala grupperingar pekade han på att hos de stora aporna

lever vuxna hannar, honor och deras ungar i familjegrupper av varierande storlek. Hannarna utövar i de flesta fall omsorg om framför allt de äldre ungarna i gruppen, men gör det på en mer distanserad nivå och utifrån vetskapen om att det finns en mamma till varje unge i flocken. Honan vet med biologisk säkerhet vem som är hennes unge och hon är därför motiverad att i första hand se till sin egen avkomma. Bowlby beskriver hur en hanne i en apflock i stället för att själv skydda en unge kan gå till attack för att skrämma iväg den till sin mamma vid yttre fara (Bowlby, 1969). För Bowlby var detta i analogi med hur han såg människopappans roll som beskyddare och familjeförsörjare.

En av de förhållandevis få forskare som intresserat sig för faders betydelse för barns anknytningsutveckling är **Michael Lamb**, en av Ainsworths tidigare studenter. På 1970-talet inledde han sina anknytningsstudier och han kunde då konstatera att barn runt slutet av första levnadsåret visade samma reaktioner mot pappor som mot mammor när de utsattes för separation (Bornstein & Lamb, 1992). Observationer från Lambs undersökningar stödde vidare antagandet om en anknytningshierarki, ty när både mammor och pappor var närvarande föredrog alla barn sin mamma, men när mamman däremot inte var där dög pappan. Forskningen visade att pappor reagerade med samma styrka på barnens signaler, men pappornas sätt att möta barnets behov var något annorlunda än mammornas (Lamb, 1997). Att detta inte bara gällde amerikanska föräldrar visade Philip Hwang i sin svenska doktorsavhandling, där kvalitativa skillnader mellan mammors och pappors omvårdnadsbeteende inte var relaterade till om papporna hade varit föräldralediga eller inte (Hwang, 1981).

Bowlby hade redan innan Lambs forskning presenterades skrivit att när en pappa umgås med sitt barn gör han det på ett annat sätt än en mamma (Bowlby, 1988a). Detta antagande har utvecklats vidare av Karin och Klaus Grossman och deras medarbetare i några studier (Grossman, Pollack & Golding, 1988; Grossman, Grossman, Fremmer-Bombik, Kindler, Scheuerer-Englisch, & Zimmermann, 2002). De menar att trots att pappor i dag, i den övervägande delen av världens kulturer, inte är primära utan sekundära vårdare – betyder det inte att de är sekundära föräldrar. **Pappor erbjuder mer stimulering än mammor när de engagerar sig i lek med sina barn.** Eftersom många pappor inte har den mest intima närheten till barnen kan de

erbjuda något annat, de kan utgöra en språngbräda för barnens utforskning och upptäckt av omvärlden som kan vara lika viktig för barnets fortsatta utveckling som anknytningen till mamman. Barnen kan genom kontakten med pappan få tillgång till en variation och omväxling i omvårdnaden. Det finns en mängd studier både i olika kulturer och hos apor som bekräftar betydelsen för barnet av att något mer och annorlunda introduceras, något som stimulerar utforskandet mer än det som mamman erbjuder (Karen, 1994).

I dag finns fortfarande en del obesvarade frågor när det gäller mammors och pappors föräldraförmåga. Vi vet inte om de biologiska skillnaderna mellan kvinnor och män har någon betydelse när det gäller förmågan till omvårdnad, det finns olikheter mellan kvinnors och mäns hjärnor, men vi vet inte riktigt om dessa skillnader har någon avgörande betydelse för just omvårdnaden. Det vi vet är att för barnet är det omvårdnaden, och inte könet på föräldern, som är viktig. Det finns inte något som säger att det måste vara en pappa som tillhandahåller den variation som Bowlby talar om, i samkönade föräldrapar kan det vara en annan mamma eller pappa, i andra familjer kan det vara en morbror eller en farmor. Det är variationen som är värdefull för barnet.

George och Solomon konstaterar däremot att det saknas forskningsstöd för att den sekundära vårdarens lyhördhet skulle förutsäga organiseringen av barnens anknytningsmönster på samma sätt som den primära vårdarens. Vad som är viktigt att betona, menar de, är att den sekundära vårdarens lyhördhet är betydelsefull för barnets förmåga till lek och problemlösning, det vill säga *andra* aktiviteter som är viktiga för barnets fortsatta utveckling (George & Solomon, 1999). Författarna sammanfattar att trots att det nu börjar finnas en del forskning tillgänglig som handlar om faders direkta kontakt med sina barn, finns det fortfarande ingen forskning som placerar pappabeteendet i relation till mäns andra beteendesystem eller övriga roller.

Denna uppfattning delas av Michael Lamb och hans forskargrupp (Cabrera m.fl., 2000). Papparollen kan betraktas från flera synvinklar och författarna nämner viktiga dimensioner att studera, nämligen pappors tillgänglighet, engagemang och ansvar. De noterar att den förändring av kvinnorollen som följt på kvinnornas inträde på arbetsmarknaden med nödvändighet måste följas av en förändring av mansrollen när det gäller engagemanget i vården av barnen, även om vi ännu inte ser tillräckligt av detta. Samtidigt påpekar

de att dagens mansroll innehåller stora sociokulturella variationer eftersom den traditionellt är så nära förknippad med ekonomiska faktorer och maktstrukturer i det omgivande samhället. Forskarna betonar att vi fortfarande saknar forskning inom en mängd viktiga psykologiska områden med betydelse för barns uppväxt, till exempel om hur pojkar blir fäder, om hur rollmodeller för faderskap utvecklas eller hur fadersrollen utvecklas från den unge till den äldre fadern.

Sammanfattningsvis kan vi citera Solomon och George när de skriver att vi trots goda ambitioner fortfarande står vid en punkt där "anknytnings- och omvårdnadssystemet i relationen mellan pappa och barn fortfarande är något av ett mysterium" (George & Solomon, 1999, s 655).

Begreppet bindning

Bowlby menade att det måste finnas en biologisk programmering för barnets ansträngningar att få omvårdnad som motsvaras av en vilja hos föräldrarna att ge omvårdnad. Här stötte han på motstånd från experter, såväl från det psykoanalytiska som från det inlärningsteoretiska hållet. Psykoanalytikerna hävdade att barnet bara är intresserat av mamman för att hon är den som tillhandahåller mat, Anna Freud kallade till och med barnets kärlek till modern för "skafferikärlek" (Karen, 1994). När René Spitz i USA beskrev hur barn på institution tappade livsgnistan sedan de förlorat kontakten med sin mamma, hävdade inlärningsteoretiker att dessa barns depression berodde på brist på stimulans. Bowlby menade att han som kliniker hade stött på ammande mammor som avvisade sina barn, men att han också mött kärleksfulla och lyhörda mödrar som inte ammade sina spädbarn. Han hade läst om de beteendeförändringar hos barn på sjukhus som andra beskrivit, men trodde inte att barnens beteende kunde förklaras med en koppling mellan mat och kärlek. Han var övertygad om att det inte var institutionsbarnens brist på stimulans som gav upphov till deras beteendeavvikelser.

Bowlby använde sig av begreppet anknytning för att beskriva det emotionella band som växer fram mellan barnet och dess anknytningsperson(er) som utvecklas ur barnets behov att få omvårdnad och föräldrarnas vilja att ge omvårdnad. För att betona att det handlar om ett samspel mellan två olika beteendesystem, vars ut-

som beskrivits tidigare, var hennes avsikt inledningsvis att studera anknytningsbeteenden hos barn av gandafolket. Ainsworth planerade att göra observationer av femton månader gamla barn och deras mammor i hemmiljö för att se barnens reaktion på separationen från mamman i samband med bröstavvänjningen (Ainsworth, 1967; 1982). Hon hade läst att den traditionella avvänjningen var en abrupt upplevelse för barnen i gandafamiljerna, och att barnet när det skiljdes från modern togs om hand av farmor, till dess att det hade "glömt" mammans bröst. Ainsworth ville observera barn i familjer med olika grad av traditionell syn på omvårdnad för att undersöka om det var förlusten av bröstmjölken eller avbrottet i kontakten som var den kritiska upplevelsen för barnen. I hennes bakhuvud fanns förstås tankarna om "skafferi-kärlekens" teoretiska giltighet. I den grupp på 28 barn som hon följde var emellertid avvänjningen långt ifrån den enhetliga process som hon tänkt sig, vilket gjorde att hon inte kunde dela in dem efter de kriterier hon ursprungligen planerat.

Ainsworth bestämde sig för att släppa den ursprungliga planen och i stället göra en bredare undersökning. Hon gjorde observationer av barnens samspel med alla människor i omgivningen och presenterade därmed de allra första systematiska beskrivningarna av hur barns beteendesystem för anknytning och utforskande utvecklas i en naturlig miljö. I sina observationer tog hon fasta på barnets samspel både med den biologiska mamman och med andra människor runtom barnet. Hon redogjorde för hur mycket omvårdnad som den biologiska mamman gav, hur mycket barnet togs om hand av andra och hur mycket tid barnet tillbringade ensamt. I sin bok *Infancy in Uganda* (1967), som publicerades mer än tio år efter det att hon flyttat från Uganda till USA, skrev Ainsworth att det var tydligt att den biologiska mamman hade huvudansvaret för barnet. Även om hon i sin tur hade andra kvinnor till hjälp att passa sitt barn var det tydligt vem som hade det primära modersansvaret. Alla barn visade reaktioner vid separation från sin mamma, men om andra kvinnor varit engagerade i omvårdnaden kunde barnen visa anknytningsbeteenden också gentemot dessa personer. De barn som hade en varm kontakt med sina pappor visade igenkännande beteenden också mot dem. I ett fall tycktes barnen (tvillingar) ha mer kontakt med sin pappa än med sin mamma. Ainsworth beskrev detaljerat ett antal beteenden som hon ansåg vara förknippade med barnets kon-

egentligen handlade om en och samma underliggande dimension: mammornas känslighet eller lyhördhet för barnens signaler. Det som verkade vara viktigt var hur en mamma registrerade sitt barns signaler, hur hon tolkade barnets signaler, svarade barnet och slutligen hur den temporala strukturen, dvs. tidsförskjutningen, såg ut i svaret. Hon formulerade skala för lyhördhet, där fyra dimensioner värderades i nio skalsteg. De fyra dimensionerna i mammans lyhördhet antogs ha betydelse för **barnets möjlighet att utveckla en trygg anknytning** (Ainsworth, Bell och Stayton, 1971):

1. Den första av dessa dimensioner är graden av **lyhördhet–brist på lyhördhet för barnets signaler och kommunikation**. Med denna menade Ainsworth att en förälder behöver vara beredd att tolka sitt barns signaler utifrån den specifika situationen och kunna värdera vilket svar som är bäst för barnet just nu. I sin manual beskriver Ainsworth hur en mamma som är lyhörd ger ett socialt svar på en social inbjudan och en lekfull respons på en inbjudan till lek. Den lyhörda mamman märker också när barnet önskar närhet och uppfattar när barnet inte behöver närhet utan vill utforska sin omgivning. När barnet är ledset förstår mamman hur mycket tröst barnet behöver och anpassar sin kontakt därefter (i Sroufe m.fl., 2005).
2. Den andra dimensionen avser graden av **acceptans–bortstötande**, dvs. balansen mellan förälderns positiva och negativa känslor för barnet. En förälder kan tycka mindre bra om vissa sidor hos barnet, uppskattar inte allt vad barnet gör men förmedlar ändå till barnet att hon accepterar barnet fullt ut.
3. Den tredje handlar om graden av **samarbete–inblandning (interference)** och innehåller förälderns förmåga att respektera barnets integritet och egna önskningar. En förälder som är inställd på förhandling söker lösningar som bägge kan acceptera. Hon är mer inställd på att vägleda än att kontrollera sitt barns beteende och kan sägas vara mer "med" än "på" sitt barn. Det kan betyda att hon kanske låter barnet ta vissa beslut, till exempel att ha röda eller gröna strumpor, men att andra beslut som att ha overall på sig eller inte när det är minusgrader ute faktiskt inte är förhandlingsbart.
4. Den fjärde slutligen handlar om **tillgänglighet–ignorans** och avser anknytningspersonens förmåga att vara både psykiskt och fysiskt

närvarande i barnets vardag. För det lilla barnet innebär det att inte behöva vänta på närhet och kroppskontakt, för det lite äldre att väntan är anpassad till vad barnet klarar av. Men det räcker inte med att vara fysiskt närvarande, små barn behöver veta att de finns i föräldrarnas sinne. I dagens perspektiv kan detta exemplifieras med att det är svårt att erbjuda sig som en trygg anknytningsperson för ett litet barn om man bara har umgänge varannan helg, då det är omöjligt att ständigt ha vetskap om var barnet emotionellt befinner sig vid en så gles kontakt. Ett barn måste ges upplevelsen av att det alltid finns i sin förälders sinne, även då de inte är tillsammans.

Ainsworth menade att **tillsammans ger dessa dimensioner ett mått på den kvalitativa lyhördsenheten i mammans omvårdnad som kan ha betydelse för utvecklingen av barnets anknytningskvalitet.**

Omvårdnad och anknytningsmönster

Begreppet trygg bas, som introducerats redan när Ainsworth skrev sin doktorsavhandling på 1930-talet, användes i studien av ganda-familjerna. Hon definierade begreppet som att barnet är biologiskt förberett på att använda omvårdnadspersonen, vanligtvis modern, som en trygg bas för utforskande av omgivningen och en säker hamn att återvända till när omvärlden uppfattas som farlig (Weinfeld m.fl., 1999). Bowlby var i sin första volym av trilogin *Attachment and Loss*, inte riktigt klar på hur anknytningsystemet fungerade efter det att den fysiska närheten var återställd (Fonagy, 2001). Efter att ha tagit del av Ainsworths data från Uganda och Baltimore insåg Bowlby emellertid att hon, genom sina noggranna beskrivningar av barnens anknytningsbeteenden och sina definitioner av begreppen trygg bas och säker hamn, hade tillfört hans teori något mycket väsentligt. I den andra delen av sin trilogi bekräftade han detta genom att betona att det inte var föräldrarnas omedelbara fysiska närhet utan dennas tillgänglighet som barnet strävade efter med sin anknytning. Bowlbys sista bok fick också titeln *En trygg bas* (1988a) som tecken på hans tacksamhet till kollegan och vännen Mary Ainsworth.

Den psykobiologiska bakgrunden till anknytningen och begreppet trygg bas innebar att den tidiga diskussionen kom att hand-

Representationer av omvårdnad

George och Solomon har tillsammans med många andra forskare fortsatt Ainsworths arbete med att undersöka innebörden i begreppet känslighet (George & Solomon, 1999). Inledningsvis utgick de från de studier av mammabeteende som gjorts med hjälp av Ainsworths skala för bedömning av detta begrepp. Dessa resultat visade att mammor till tryggt anknutna barn fick hög poäng på de fyra variablerna lyhörddhet, acceptans, samarbete och tillgänglighet. Mammor till undvikande barn bedömdes som avvisande och gav lite fysisk närhet, medan mammor med ambivalent/motspänstigt anknutna barn visade brist på lyhörddhet för sina barns uttryck för upprördhet och de präglades av brist på konsistens i sitt bemötande. George och Solomon skriver att de äldre studiernas resultat varit svåra att upprepa, vilket har gjort det nödvändigt att fördjupa kunskapen genom att göra intervjuer med mammor vars barns anknytningsmönster också bedömts (George & Solomon, 1996; 1999).

Med data från intervjuer visade George och Solomon (1996) att mammorna till barn med trygg anknytning förmedlade att de hade inre föreställningar om omvårdnad som var flexibla i förhållande till barnets behov och omgivningens krav. Dessa mammor uttryckte en positiv och realistisk syn på barnet och sig själv, de berättade om barnet och omvårdnadens förutsättningar, närmare bestämt sina egna möjligheter att ta hand om barnet, med en ton som var fri från förvrängningar. Mammornas inre föreställningar speglade att de strävade efter att integrera och balansera olika beteendesystem, det vill säga både att vara småbarnsförälder och att uppfylla andra roller. Inte sällan pekade dessa mammor på svårigheterna med att förena olika roller, de förskönade inte utan ansåg att det kunde vara tungt att vara ensam om försörjningsbördan eller ha lite hjälp från omvärlden. Sammanfattningsvis kan sägas att dessa mammors svar karakteriserades av att det viktigaste inte var hur situationen faktiskt var för dem och barnen, med sömnbrist och ständig snuva, utan av hur de försökte finna lösningar på sina och barnens livssituationer.

De mammor som hade otryggt anknutna barn, både den undvikande och den ambivalenta gruppen, gav intervjusvar som pekade på att deras föreställningar om omvårdnad var villkorade. Mammor till barn med undvikande anknytning berättade om hur de ordnade så att de kunde ta hand om sina barn på dagarna utan att behöva ha dem tätt inpå sig. De kunde avvisa eller förneka barnens

behov av närhet. De talade mer om hur besvärliga barnen var, att det var ett tufft jobb att vara mamma, och att de själva var trötta på att vara just mammor. I avvisandet eller förminskandet av barnets behov av närhet låg att de nedvärderade både sig själva och barnet. Det som var viktigt i denna grupp var emellertid att mammorna inte på något sätt försummade att vårda eller skydda sina barn. De kände att det var förenat med ett stort ansvar att vara mamma och de ställde upp för sina barn, men de fanns till för dem på ett instrumentellt vis. Att vara förälder var det viktigaste jobb de hade och därför var de angelägna om att göra rätt "saker" för sina barn, men de njöt inte av uppgiften. Dessa mammors inre föreställningar tycktes inte integrera att de faktiskt var emotionellt viktiga för sina barn. De erbjöd aktiviteter i stället för närhet. Som exempel anger Solomon och George (1996) en mamma som gav barnet simundervisning i badet i stället för att ge den kroppskontakt som barnet uttryckte behov av. I den tredje gruppen, mammorna som hade ambivalent/motspänstigt anknutna barn, var situationen annorlunda. Dessa mammor karakteriserades av sin osäkerhet. De beskrev strategier de använde för att behålla sina barn nära, de överbetonade vikten av omvårdnad och de övertolkade barnens uttryck för önskan om närhet. I sin planering av vardagen fick deras upplevelse av barnens behov alltid komma i första rummet. Mammorna förstärkte barnens beroende genom att helt ge avkall på egna behov, de la sina övriga roller helt åt sidan men verkade samtidigt inte vara lyhörda för barnens anknytningssignaler. Mammornas historier kännetecknades av splittring, med en oförmåga att integrera bra och dåliga sidor både hos sig själva och barnen, att realistiskt kunna värdera önskvärt och icke önskvärt beteende. Intervjuszvaren pekade på att mammorna själva verkade förvirrade, de ville till exempel alltid ha barnen nära men stod inte ut med deras klängande. Deras erbjudanden till barnen blev överdrivna men ändå ineffektiva.

Sammanfattningsvis kan sägas att mammorna i den första gruppen hade en väl integrerad omvårdande stil, Solomon och George kallar dem trygg bas. Men, det var inte så att mammorna i de övriga grupperna var dåliga föräldrar. Mammorna som tillhörde den "avvisande", och den "osäkra" gruppen gav trots sina brister ändå sina barn stöd i deras anknytningsutveckling. De gav sina barn en föreställning om vad de kunde vänta sig av sina mammor och barnen utvecklade också en organiserad anknytning.

Den fjärde gruppen som Solomon och George beskriver innehöll däremot de föräldrar som var hjälplösa, som abdikerade från sin omvårdande funktion och som hade barn som var desorganiserade och kontrollerande (George & Solomon, 1996). Dessa mammor värderade sig själva negativt, de ansåg inte att de kunde skydda sina barn (och ofta inte heller sig själva) från hot och faror. I intervjuerna förmedlade de att de var hjälplösa eller maktlösa, de hade inte egna resurser att klara av att ta hand om sina barn och de kunde inte få adekvat hjälp. Ibland var det mammor som själva var oförmögna eller saknade makt, men ibland var det faktorer i omvärlden som hindrade dem att ta hand om sina barn på ett bra sätt. En mamma uttryckte exempelvis att hon inte kunde skydda sina barn från umgänge med en pappa som hon tyckte var olämplig. Trots att pappan inte tog hand om sitt barn väl orkade inte mamman driva igenom att umgänget skulle ändras. När det gällde dessa mammors beteende visade de brist på balans, de gav uttryck för att de saknade kontroll eller att de strävade efter men inte lyckades behålla kontrollen över sig själva, barnen och omständigheterna. När det gällde uppfattningen om barnen kunde en del mammor beskriva dem som om de själva abdikerat och barnen tagit över föräldrafunktionerna. Barnen presenterades som otroligt smarta och kompetenta, till skillnad från sina mammor som tyckte det var bättre att lämna över ansvaret till dem. Vissa föräldrar förmedlade att barnen var sammansmälta med dem själva och i bilderna av barnen gav de mer uttryck för sina egna behov än barnens. Andra mammor kunde beskriva sina barn som vilda djur eller monster som var omöjliga att kontrollera.

De mammor som i intervjuerna visade att de hade föreställningar som byggde på att de abdikerat från sina föräldrafunktioner uppvisade ett mönster som innebar stora risker för barnens anknytningsutveckling. Solomon och George menar att när en mamma upplever att hon inte kan skydda sitt barn är det ett kraftfullt budskap till henne själv (Solomon & George, 1999). När en mamma känner att hon inte kan balansera sin förmåga till omvårdnad och barnets behov av anknytning mot varandra, när hon inte förmår få ordning på tillvaron för sig och barnet, väcks en destruktiv rädsla för den egna hjälplösheten.

Vi kommer att fortsätta diskussionen om de rädda och hjälplösa föräldrarna i ett kapitel i *Anknytning i praktiken*, som specifikt kom-

mer att handla om problem i anknytningsrelationer, men vill ändå här nämna det betydelsefulla arbete som Main och hennes kolleger gjort inom detta område. När forskarna upptäckte att vissa barn visade upp ett så motsägelsefullt och desorganiserat beteende i anknytningssituationer att de etablerade kategorierna för klassificering inte gick att använda, uppstod frågor om varför barnen inte kunde utnyttja sin trygga bas (Main & Solomon, 1986). Main och Hesse (1990) antog att mammorna till barn med desorganiserat anknytningsbeteende själva har en oförlöst rädsla, även om de inte alltid är medvetna om den, och att denna rädsla tar sig uttryck i ett för barnet skrämmande eller obegripligt beteende. De skrämnda föräldrarna återupplever sitt eget obearbetade trauma genom barnets beteende samtidigt som de känner sin egen oförmåga att göra något åt det. Att som barn mötas av en förälder med denna obearbetade rädsla och att märka att föräldrarädslan aktiveras av det egna beteendet är en situation som antas vara kopplad till barns utveckling av desorganiserad anknytning. I sina senare arbeten fördjupar Hesse och Main sina hypoteser om föräldrabeteende som de beskriver som skrämmt, hotande eller "splittrat" (Hesse & Main, 2006).

Det som är viktigt att lyfta fram i detta kapitel är den slutsats som Solomon och George drar. För att förstå barnets anknytningsutveckling måste man beakta balansen mellan de olika beteendesystemen; omvårdnadssystemet, föräldra-barn-relationen och barnets desorganiserade anknytningsbeteende. Detta leder till två frågor av betydelse för utvecklingen av desorganiserad anknytning: Vad är mamman rädd för? Vad är det i mammans beteende som barnet blir skrämt av?

Den amerikanska forskaren Karen Lyons-Ruth har tillsammans med sin forskargrupp vidareutvecklat frågorna om föräldrar som upplevs som skrämmande av sina barn och menar att det kan handla om olika typer av rädsla (Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999). En del föräldrar är så påtagligt hotfulla och skrämmande att barnen försöker komma undan deras omvårdnad, men det finns också en annan grupp föräldrar vars skrämmande beteende är mycket svårare att kliniskt upptäcka. I denna grupp finns de som klarar av att vara hyggligt bra föräldrar när inget speciellt händer, men som inte förmår att ta hand om barnen när behovet av närhet och skydd väcks. Det kan handla om en mamma som inte tål att barnet klänger på hennes kropp och äter ur hennes bröst, som inte klarar att trösta när

barnet gråter och som inte står ut med att barnet tittar på henne och "kräver" kärlek. Inte sällan har dessa mammor egna erfarenheter av obearbetade trauman som återuppväcks i omvårdnaden, de blir själva det lilla barnet som inte fick kärlek och samtidigt är de mamman som känner omåttliga krav på sig att ge kärlek. Ett kliniskt försvar mot att inte väcka det obearbetade traumat blir att försöka hålla isär olika motstridiga inre bilder. Barnet möter en splittrad mamma och får inte hjälp att integrera olika delar av sig själv för att bygga upp en sammanhållen personlighet. Den italienske forskaren Liotti menar att det kan vara ödesdigert för ett barn att möta en förälder som i sitt beteende är så uppsplittrad. Han skriver att vuxna patienter med dissociativa störningar eller borderlineproblematik i större utsträckning än andra grupper har mammor som varit traumatiserade och som inte kunnat förmedla en sammanhängande bild av världen i sin omvårdnad (Liotti, 2004).

Lyhördhet och anknytningskvalitet

Identifieringen av de desorganiserade barnens anknytningsbeteenden har bidragit till den fortsatta uppmärksamheten på Ainsworths lyhördhetsbegrepp. Skalan för mätning av föräldrarnas lyhördhet för barnets signaler har visat sig skilja väl mellan de olika organiserade mönstren för anknytning. Flera forskargrupper refererar liksom Solomon och George till de äldre studierna som visat att föräldrarnas förmåga att tona in barnets våglängd har betydelse för barnets möjlighet att organisera sina anknytningserfarenheter och forma en positiv inre arbetsmodell (Solomon & George, 1999). Problemet de uppmärksammar är att föräldrarnas lyhördhet inte visat samband med barns desorganiserade anknytningsbeteende. Detta till skillnad från föräldrafaktorer som mäts med anknytningsintervjun (Lyons-Ruth & Spielman, 2004). van IJzendoorn och medarbetare diskuterar vad han kallar ett "överföringsgap" mellan föräldrarnas lyhördhet och barns anknytningsorganisering (De Wolff & van IJzendoorn, 1997). De menar att föräldrarnas sätt att tona in barnet endast delvis är relaterat till barnets anknytningsutveckling och att det finns många andra beteenden som också har betydelse för organiseringen av anknytningen. I den teoretiska diskussion som följt på den holländska analysen menar andra forskare dels att en förälders lyhördhet kan variera beroende på vilken situation det är som studeras, dels att

ga anknytningsrelationen har föräldern kunnat härbärgera sitt barns känslor, visat att hon förstått dem och givit dem tillbaka till barnet i en för barnet hanterlig form. Denna förälder underlättar barnets utveckling av mentalisering genom att i sitt småprat ständigt referera till barnets inre "vill du ha en kram nu?" eller "du vill nog ha en ren blöja nu?". På detta sätt får det barn som har en trygg anknytning hjälp med att skapa kopplingar mellan den yttre verkligheten och den inre känslvärlden. Barnet ges möjlighet att se sina egna upplevelser reflekteras i förälderns inre, utan att föräldern vare sig förkastar eller tar över barnets känslor.

Föräldrar vars barn har en otrygg undvikande anknytningsrelation har däremot inte förmått möta barnets inre och barnet har därmed lärt sig att undvika sin förälder som hjälpare. Föräldern är bra på det instrumentella omhändertagandet men ger inget utrymme för barnets känsla. "Du luktar illa, du har bajs i blöjan. Kom så ska jag ta av den." Barnen med otrygg ambivalent/motspänstig anknytning har heller inte erfarenheter av att kunna utnyttja förälderns tillgänglighet fullt ut. De har inte fått erfarenheter av att föräldern kan utgöra en mentaliseringshjälp utan de blir fångna i sitt eget känslotillstånd. Föräldern uppmärksammar barnets belägenhet men förmår inte hjälpa: "Du får sitta i mitt knä, men sluta skrika."

De desorganiserade barnen utgör en speciell grupp. Genom att förälderns beteende upplevs som skrämmande lär sig dessa barn tidigt mentalisering för att kunna läsa av och förutse förälderns agerande. Detta barn ges ingen möjlighet att utforska sitt eget inre representerat i förälderns inre utan de tvingas lära sig att tolka den del av förälderns inre som utgör ett hot mot det egna självet (Fonagy m.fl., 2005). Barnet håller tillbaka sin ilska och glädje för att inte störa föräldern som är "trött". Vi kommer att återkomma till detta i *Anknytning i praktiken*.

"Sinne-för-sinne"

Elizabeth Meins och hennes kolleger återvänder också till Ainsworths ursprungliga definition av begreppet lyhördhet och menar liksom Main att hennes arbeten innehöll tydliga beskrivningar av kvalitativa skillnader mellan de mammor som mötte barnens signaler med lyhördhet och de som inte gjorde det (Meins m.fl., 2001). Den kvalitativa skillnad som Ainsworth beskrev, menar Meins, byg-

ger på att de lyhörda mammorna inte bara avläser sina barns signaler utan också besvarar dem adekvat därför att de kan förstå uttrycket från *barnets* synvinkel. De icke lyhörda mammorna förmår däremot inte rikta uppmärksamheten mot och uppfatta vad barnet *egentligen* vill. Ainsworth skrev att en del mammor kan förstå sitt barns beteende men om de inte kan visa empati – inte kan se barnets perspektiv – får barnen inte hjälp med sina känslor. Kanske skrattar mamman åt barnet, retas eller bara ignorerar det i stället för att hjälpa (Ainsworth, 1989). De lyhörda mammorna däremot kan göra tolkningar av barnens inre tillstånd, närmare bestämt förstå vad som ligger bakom beteendet, vilket är något mer än att svara på barnets fysiska behov som hunger eller emotionella tillstånd, som oro eller upprördhet. Meins kritiserar liksom Fonagy den tidigare nämnda metastudien och menar att den inte bygger på studier som tar hänsyn till det reflekterande innehållet i begreppet lyhördhet (Meins m.fl., 2001). Hon föreslår sinne-för-sinne som ett begrepp för att beskriva den lyhördhet som är kopplad till barnets anknytningsutveckling. Begreppet handlar om att föräldern har en representation av barnet som innebär att det har ett eget medvetande, ett eget tänkande: "Vad rör sig i ditt lilla huvud?" Föräldern har barnets inre i åtanke och tar hänsyn till det i sin omvårdnad.

I ett försök att studera olika omvårdnadsvariabler som kan förutsäga barnens anknytning har Meins och hennes forskargrupp studerat videofilmer där mammor och sex månader gamla barn samspekar. Av de variabler som kodades visade sig variabeln "appropriate mind-related comments" vara den som korrelerade högst med trygg anknytning mätt vid tolv månader. Detta innebär alltså att en mammas sätt att i sitt tal ta hänsyn till sitt barns medvetande kan vara ett relevant mått att använda redan ett halvår innan barnet uppnått den ålder där en anknytningsbedömning med hjälp av SSP kan göras. Samtidigt påpekar Meins att förmågan att reflektera kan utgöra länken mellan föräldrarnas egen anknytningshistoria och förmåga att stödja det egna barnets anknytning, vilket tidigare saknats i teorin. En förälder som kan reflektera över sin egen historia har bättre förutsättningar för att också kunna reflektera över vilka motiv som styr barnets inre (Meins, 1999; Meins, m.fl., 2001).

Insiktsfullhet

Ett sista exempel på vidareutvecklingen av begreppet lyhördhet förmedlas genom David Oppenheims förslag att använda begreppet insiktsfullhet för att beskriva föräldrars förmåga att ta barnets perspektiv (Oppenheim & Koren-Karie, 2002). Också han beskriver föräldrarnas förmåga att se och förstå motiven bakom barnets handling, han lyfter fram vikten av att föräldern kan uppfatta och beskriva sitt barn som om det har alldeles egna planer, behov och önsningar. **En förälder som visar insikt försöker tolka barnets beteende just nu utifrån hur hon tänker att barnet tänker.** "Han var nog väldigt nyfiken på alla de där nya leksakerna, men blev arg för att han inte förstod att han inte skulle få fortsätta att leka med dem." **Föräldern kan också se barnet som en "hel" person med både negativa och positiva sidor.** Föräldern kan berätta om barnets positiva egenskaper med stolthet och ge exempel på framgångar som barnet haft, men kan också ge uttryck för mindre bra egenskaper eller beteenden utan att skuldbelägga barnet. "I dag har Pelle visat att han kan äta själv, han är otroligt duktig men måltiden slutade i kaos för hela familjen." **Till sist beskriver Oppenheim att en insiktsfull förälders öppenhet och acceptans för barnet inte alltid behöver betyda att barnet är precis som han eller hon väntat sig.** Ibland kan barnet bjuda på överraskningar eller göra sådant som föräldern inte kunnat förutse. "Jag hade ingen aning om att han kunde öppna grinden, jag måste vara mer uppmärksam." **I föräldrarnas öppenhet finns en flexibilitet för att kunna förändra synen på sig själv, att kunna se realistiskt på sin egen föräldraroll utan att ge den alltför mycket kritik eller förvränga den med hjälp av olika försvar.** Om en förälder är insiktsfull visas det i dennes kapacitet att erbjuda en emotionellt komplex och förstående bild av både sig själv, sitt barn och sitt barns beteende som innehåller ett spektrum av motiv som ständigt kan uppdateras.

Avslutningsvis kan vi konstatera att van IJzendoorns metastudie som visade på ett överföringsgap mellan det kvalitativa begreppet föräldralyhördhet och barnets anknytningsorganisering har betytt oerhört mycket för den fortsatta teoriutvecklingen. Studien har väckt livlig diskussion och fungerat som en utmaning för det fortsatta arbetet med att undersöka vad som påverkar kvaliteten på barnets anknytningsutveckling. I dag kan vi se att en utvecklingslinje etablerats där alltför forskare kopplar samman objektrelationsteore-

8.

Anknytning från förskoleåldern till tonåren

VM-final

Snabba barnsliga fötter, klappande mot kökets golv. Nätt och jämnt når det svettiga pojkansiktet över diskhonskanten. Vredet vrids om och vattnet sprutar mot rostfritt stål. Moderns hand räcker ett maskindiskat glas. Fyller och dricker med dubbelfattat grepp. Suckar djupt. Moderligt leende stryker över lintottens hår. Bråttom, bråttom i lillpojkenes värld. Snart stundar andra halvlek. (Broberg, 1998)

DEN PSYKOLOGISKA FORSKNINGEN om förskolebarn handlar oftast inte om anknytning. Där behandlas i stället bland annat lekutveckling, jagutveckling, kognitiv utveckling och gränssättning. Av detta skulle man kunna dra den felaktiga slutsatsen att anknytningen blir mindre viktig under förskoleåren. Tanken att barns utveckling går i stadier eller faser, och att barn så att säga löser en fråga i taget, den ena efter den andra, kan få det att verka som att frågan om anknytning är löst när barnet kommer upp i två- och treårsåldern. Så är inte fallet. Barn behöver, för att säkerställa sin överlevnad, en nära relation till en eller flera omvårdande vuxna långt upp i åren. I och med barnets ökande motoriska förmåga och en större självständighet gentemot de vuxna i dess närhet blir frågan om beskydd i händelse av fara på ett sätt ännu viktigare. Den ökande självständigheten innebär dock att förskolebarnet i större utsträckning än spädbarnet och koltbarnet måste axla ett eget ansvar för anknytningsrelationen till föräldern. Med ökande kognitiv förmåga, och mer sofistikerade inre arbetsmodeller blir anknytningen också ”osynligare” eftersom en större del av anknytningssystemet regleras inom

på allvar inser att "bandet" till föräldern utgörs av en varaktig relation, som inte är beroende av att barn och förälder befinner sig nära varandra rent fysiskt. Därmed får barnet större möjligheter än tidigare att med kraft och energi ägna sig åt andra relationer – till kamrater, lärare och andra vuxna. Återigen är det viktigt att betona att denna förändring inte innebär vare sig att anknytning som begrepp spelat ut sin roll i barnets utveckling, eller att barnet inte längre uppskattar fysisk närhet till sin förälder. Däremot betyder det att antalet situationer som aktiverar anknytningssystemet sjunker kraftigt, och därmed ges barnet större utrymme för att utforska världen och sig själv i nya relationer och situationer. Om det händer något dramatiskt, som att barnet gör sig allvarligt illa, blir sjukt eller utsätts för någon typ av hot, aktiveras dock anknytningssystemet precis som tidigare och barnet söker kontakt med sin anknytningsperson, som förhoppningsvis är effektiv när det gäller att beskydda och trösta barnet, så att anknytningssystemet återgår i viloläge.

Anknytningen under mellanbarndomen

Bowlby antog att det målkorrigerade partnerskapet var det sista steget i anknytningsutvecklingen. Med det menade han att den fortsatta utvecklingen handlar om förfining inom den ram som detta partnerskap och den kognitiva utvecklingen ger. Senare forskare (Marvin & Britner, 1999; Waters & Cummings, 2000) betonar, liksom Bowlby, betydelsen av att beskriva anknytningen under barndom och ungdomsår utifrån begreppet trygg bas, men att begreppet får ett i viss mån nytt innehåll i och med att barnets behov av föräldrarna ändras.

Ett nyckelord i sammanhanget är begreppet tillgänglighet (att finnas till hands). **Ju säkrare barn är på att deras anknytningsperson(er) finns där om/när de behövs, desto lugnare och tryggare känner de sig, och desto friare är de att utforska världen.** Med tilltagande mognad handlar tillgänglighet i ökad utsträckning om att finnas där också psykologiskt. Det är tidigare erfarenhet av att föräldern la undan det hon/han hade för händer, tittade barnet i ögonen och verkligen lyssnade på vad barnet hade att säga när det till sist vågade berätta att det blev mobbat i skolan, hade snattat i butiken, blivit sviken av bästa kompis, som gör att barnet vågar berätta också nästa gång det hänt något hemskt. För att detta ska bli möjligt krävs det

dock att föräldrar har tillräckligt med tid också för sina lite äldre barn, så att det skapas öar av lugn samvaro i vilka barn och förälder kan berätta viktiga saker för varandra. I upplevelsen av psykisk tillgänglighet ligger också en känsla av att vara förstådd och oförbehållet accepterad av den andre. Det handlar om att vara accepterad som den person man är, utan att för den skull allt man gör är acceptabelt. Bowlby (citerad i Ainsworth, 1990) sammanfattade anknytningen efter förskoleåren i termer av:

1. en tro på att kommunikationen med anknytningspersonen är "öppen", det vill säga att man kan berätta vad som helst utan att bli avvisad
2. att fysisk tillgänglighet är möjlig
3. att anknytningspersonen kommer att svara konstruktivt på ens kontaktförsök/rop på hjälp.

Frånsett dessa ganska allmänt hållna synpunkter på vad anknytning i mellanbarndomen handlar om vet vi ganska lite. I referensverket *Handbook of attachment* (Cassidy & Shaver, 1999) finns det flera kapitel om den tidiga anknytningen, och kapitel om anknytningen under såväl tonåren som vuxenlivet. Däremot finns det endast några enstaka rader om mellanbarndomen. Ett skäl till att forskningen om anknytning under perioden sju till tolv år är så bristfällig är att det saknas väl utprovade undersökningsmetoder, något som vi får anledning att återkomma till i *Anknytning i praktiken*.

Den enda bok som på allvar försökt samla ihop kunskapsläget för just den här åldersgruppen är *Attachment in middle childhood* (Kerns & Richardson, 2005). Där redovisas ett antal enskilda studier, och några olika undersökningsmetoder, men i några av kapitlen lyfts också viktiga teoretiska frågor fram. En av dessa är den om anknytning som relationsspecifik.

Anknytningen blir en del av barnets personlighet

Under de första åren i livet utvecklas anknytningen i första hand på basis av den omvårdnad barnet får från sina anknytningspersoner. Detta innebär, som vi tidigare beskrivit, att barnet mycket väl kan utveckla olika typ av anknytningsrelation (trygg, undvikande, ambivalent/motspänstig, desorganiserad) till olika personer. Ju äldre bar-

som det mindre barnet varit ("Mamma hjälper mig alltid när jag känner mig nere", "Pappa bryr sig inte om mig när jag är ledsen, eller så blir han arg"). Ungdomens mer övergripande slutsats av dessa erfarenheter blir: "När jag behöver det så kan jag få god hjälp av vissa personer, medan andra avvisar mig. Därför måste jag vara noga med vilka människor som jag tyr mig till."

En annan slutsats av dessa erfarenheter är att andra människor kanske faktiskt kan vara bättre än (åtminstone den ena av) föräldrarna när det gäller att tillgodose anknytningsbehoven. För vissa ungdomar leder den nya synen på föräldrarna till att de blir ilsket upptagna av den bristfälliga anknytningsrelationen, och hamnar i ständiga uppslitande bråk med föräldern. Andra nedvärderar föräldern och avfärdar relationen till denne helt och hållet. Idealt leder reflexionen kring skillnaderna mellan föräldrarna i stället till en insikt om att båda har sina fel och brister, vilka grundar sig på föräldrarnas nuvarande och föregående livssituation. Men också att båda har sina förtjänster, och att det vore dumt att inte ta chansen att få det stöd som de, var och en på sitt sätt, kan erbjuda. Ett sådant mer objektivet och flexibelt sätt att hantera anknytningsrelationen till föräldrarna underlättar för ungdomen att upprätta och behålla djupa känslomässiga relationer till människor utanför ursprungsfamiljen.

I enlighet med Bowlbys terminologi befinner sig även tonåringen i den fas som han benämnde målkorrigerat partnerskap, men tonåringen har ju helt andra förutsättningar än förskolebarnet att hantera detta partnerskap. Att anknytningen blir mer av ett personlighetsdrag, som baseras bland annat på reflektion kring hur barnomsrelationen till föräldrarna gestaltat sig, kan innebära att skillnaderna mellan hur tryggt och otryggt anknutna tonåringar använder sig av föräldern ökar. En tonåring som har lika god kognitiv förmåga som föräldern (eller bättre) låter sig inte luras så lätt. Hon eller han är inte heller lika auktoritetsbunden eller förlåtande beträffande en förälder som slingrar sig och försöker skyla över egna känslomässiga brister med "grötmyndigt" föräldraskap. Det målinriktade partnerskapet förutsätter känslomässig öppenhet och ärlighet från båda parter sida. Det är det som gör föräldraskap till tonåringar till en sådan utmaning!

Ellen Hock och medarbetare (Bartle-Haring, Brucker & Hock, 2002; Hock, Eberly, Bartle-Haring, Ellwanger & Widaman, 2001) har visat att föräldrar med otrygga inre arbetsmodeller av sin egen

barndom har svårare att fungera som en trygg bas/säker hamn för sina tonåringar. De känner sig obekväma med att tonåringen i allt större utsträckning vänder sig utåt (till jämnåriga och andra vuxna), vilket de uppfattar som ett avvisande. Detta gör tonåringen osäker på föräldrarnas motiv och försvårar relationen dem emellan. Tonåringar som upplever att deras föräldrar accepterar att tonåringen väljer andra än föräldrarna för en rad aktiviteter, och som känner att föräldrarna är bekväma med rollen som trygg bas/säker hamn, riktar i stället fler anknytningsbeteenden till föräldrarna. De rapporterar också färre konflikter med föräldrarna jämfört med andra tonåringar (Hock m.fl., 2001).

Tonårstidens motsvarighet till diskussionen om godis i affären på väg hem från dagis, handlar ofta om när man ska komma hem på kvällen, vem man ska sova över hos, alkohol eller om att skaffa preventivmedel. I alla dessa diskussioner är det viktigt med öppenhet och ärlighet från den vuxnes sida. Ju lättare tonåringen beslår den vuxne med dubbelmoral, exempelvis beträffande alkohol eller rökning, desto svårare är det för den vuxne att få gehör för sina synpunkter hos en ungdom som både genomskådar dubbelmoralen och är mindre beroende av föräldern än vad det mindre barnet är (Larson, Richards, Moneta, Holmbeck & Duckett, 1996). Flera forskare har visat att tonåringens förmåga att i diskussioner som rör typiska tonårskonflikter hävda sin mening och samtidigt bibehålla en känsla av förtrolig gemenskap i föräldra-barn-relationen, är ett åldersadekvat uttryck för trygg anknytning, som visar att tonåringen kan balansera sina behov av utforskande och trygghetssökande (Allen & Hauser, 1996; Allen m.fl., 1997; Kobak, Cole, Ferenz-Gillies, Fleming & Gamble, 1993). Som framgick ovan förutsätter en "mjuk" förhandling också att föräldern är mogen nog att låta tonåringen hävda sin autonomi. I vissa familjer bemöts i stället tonåringens åldersadekvata krav på autonomi med att föräldern ställer relationen på sin spets – om du inte accepterar barndomens spelregler (närmare bestämt: jag bestämmer och du lyder) så kan du gå!

Anknytning och känslomässig reglering

Anknytningssystemet aktiveras i farofyllda situationer. Av det följer att ett aktiverat anknytningssystem alltid är förenat med starka känslor (rädsla, ilska etc.). För vissa tonåringar går systemet "i baklås".

saker i. Även här visade det sig att tryggt anknutna barn klarade sig bättre, de var ihärdiga och flexibla i att söka olika lösningar, visade självförtroende och kunde hantera svåra känslor, som besvikelse och frustration, när de misslyckades.

Utveckling av personlighet och beteendeproblem

Det ligger nära Bowlbys ursprungliga hypotes att anknytningens kvalitet har betydelse för personlighetens framväxt och för när de första tecknen på beteendeproblem visar sig. Resultaten i Minnesotastudien pekar också i den riktning han förutsåg, till exempel sökte man få en uppfattning om barnens personlighet och hur väl sammanhållen som person barnet var i förskoleåren (fyra och ett halvt till fem år). Barn med trygg tidig anknytning visade mest på att vara nyfikna och flexibelt konstruktiva i det att man både kunde uttrycka och hålla tillbaka impulser och hade en generellt bättre jagstyrka när man undersökte dem med olika metoder. Barn med tidigare ambivalent/motspänstig anknytning hade det svårast. De första uppgifterna om beteendeproblem hos barnen visade att de barn som varit undvikande i sin tidiga anknytning hade mest problem, med fientlighet, olydnad och isolering som karakteristiska drag.* Återigen spelar graden av negativa tidiga erfarenheter in, barn som utsatts för övergrepp hade, oavsett anknytningsklassifikation, fler beteendeproblem än andra barn.

Relationer till vuxna och barn utanför den egna familjen

En hörnsten i teorin om inre arbetsmodeller är att de fungerar som en generaliserad förväntan på hur man bemöts av andra senare i livet. Hade då anknytningen någon betydelse för umgänget med andra vuxna? Det vill säga, spred sig mönstren man utvecklat med föräldern till hur barnet relaterade till förskolepersonal eller lärare? För att förstå den tidiga anknytningens inverkan på sättet att fungera i nya viktiga relationer placerade man i Minnesotaprojektet vissa barn som ingick i undersökningsgruppen i en förskola som drevs av projektet. Fler barn med otrygg än trygg anknytning in-

*När Minnesotastudien inleddes fanns ännu inte begreppet desorganiserad anknytning. Man har försökt gå tillbaka till de ursprungliga filmerna för att koda om dem med avseende på desorganiserad anknytning. Detta har tyvärr, bl.a. på grund av bristande teknisk kvalitet på de gamla magnetbanden, endast varit möjligt i begränsad omfattning.

behövde mer stöd, och lärarna förväntade sig inte att barnen skulle klara åldersadekvata utmaningar. Slutligen blev de barn som varit undvikande i SSP bemötta med styrning och kontroll. Dessa barn var också de enda som blev föremål för lärarnas vrede och avvisande, i synnerhet när barnet varit elakt mot något annat barn. Resultaten – att den tidiga anknytningsrelationen sätter ett tydligt avtryck i hur barnen kommer att relatera till andra viktiga vuxna – är extra värda att ta på allvar eftersom man använde så många olika mätmetoder (formella test, skattningar från lärare och direkta observationer i klassrummen).

Har då anknytningsrelationen betydelse även för hur man relaterar till andra barn? I projektets förskola och i de sommarläger man anordnade hade man rikliga möjligheter att se hur barnen fungerade tillsammans. När man lät barnen själva skatta vilka barn som var mest populära var det de tryggt anknutna barnen som blev utpekade. Tendensen att mobba andra barn påverkades också av anknytningshistoriken, de som varit undvikande i sin anknytning som små tenderade att mobba andra, både barn som själva varit undvikande och de som varit ambivalent/motspänstiga i sin tidiga anknytning. Man kan se det som att de med andra barn upprepade vad de själva varit med om – stötte bort andra. De tidigare tryggt anknutna barnen var inte inblandade i mobbningen, vare sig som offer eller förövare, utan tog snarare hand om de barn som de uppfattade som sårbara, oftast barn som varit ambivalent/motspänstiga. De visade empati, som forskarna tror följer av att ha haft erfarenhet av lyhörd omvårdnad.

Utvecklingen under mellanbarndomen

Spelar det någon roll om man varit tryggt eller otryggt anknuten som liten, för hur man fungerade i de tidiga skolåren – i vänskapsrelationer och med viktiga vuxna som lärare och andra ledare? **Den tidiga anknytningen visade sig ha stor betydelse för hur barnen fungerade i de sommarläger som man ordnade i projektet, där man bland annat kunde få en god uppfattning om deltagarnas sociala kompetens, hur väl man kunde utveckla hållbara vänskapsrelationer och vilken självtillit man visade.** Som tidigare framgick det att de barn som varit tryggt anknutna klarade sig bäst. Men trygg/otrygg anknytning som man mäter i SSP är ändå inte det enda viktiga i det som barn får med sig från sina tidiga erfarenheter. Ju äldre barnen i

pel ett starkt samband med att man uppträdde ovänligt, till och med fientligt, i samspel med sin kärlekspartner tjugo år senare. Tidiga svårigheter i umgänget med jämnåriga hade också stor betydelse, både för om man använde sig av eller blev utsatt för verbal och fysisk aggressivitet i kärleksrelationen.

Vi börjar nu närma oss de resultat i Minnesotastudien som handlar om utvecklingen av psykisk ohälsa/psykopatologi. Detta tas till en del upp i nästa kapitel men framför allt i ett kapitel om anknytning och psykopatologi i *Anknytning i praktiken*. Redan nu vill vi dock ta upp en aspekt som visade sig ha stor betydelse i Minnesotaprojektet – att som förskolebarn ha bevittnat våld riktat mot modern, även om man inte nödvändigtvis själv utsatts för våld. Här visade det sig att det fanns könsskillnader. De negativa effekterna var störst på pojkarna, vilka reagerade med utagerande symtom (aggressivitet, skolk och begynnande asociala beteenden) även när forskarna kontrollerade för hur god begåvning pojkarna hade, vilken socialgrupp de kom från och vilka aktuella påfrestningar de själva utsattes för. Flickorna visade i stället inåtvända symtom (oro/ångest, nedstämdhet/depression och kroppsliga symtom som huvud- och magvärk). Att ha bevittnat våld hade, när forskarna beaktade andra viktiga orsaker till sådana symtom (begåvning, socialgrupp och aktuella påfrestningar i livet), dock inte lika stor mätbar betydelse för flickorna i den här studien. Resultaten illustrerar dock vikten av att samhället ser barn som bevittnat våld som offer i lika hög grad som om de själva utsatts.

Minnesotastudien i sammanfattning

Studien är den mest omfattande i sitt slag när det gäller att förstå vilka faktorer som påverkar utvecklingen av psykisk hälsa och förmågan att fungera ihop med andra människor, från tidig barndom till vuxen ålder. Studien är unik både med avseende på antalet deltagare som följts i trettio års tid, antalet olika mätpunkter och mätinstrument, samt det faktum att datainsamlingen under alla år styrts av en sammanhängande transaktionell teori med vars hjälp betydelsen av olika influenser, vid olika tidpunkter i barns liv, länkats samman till olika typer av utvecklingslinjer. Eftersom denna bok handlar om anknytning nöjer vi oss i det här sammanhanget med

möter oväntade förändringar. Rothbart och Bates (1998) beskriver temperament som "konstitutionellt baserade individuella skillnader i emotionell, motorisk och uppmärksamhetsmässig reaktivitet och självreglering". För att ett barns beteendestil ska kallas temperament är forskarna i dag i stort överens om att följande villkor ska vara uppfyllda (Prior, 1992; Bokhorst m.fl., 2003):

1. Beteendestilen ska vara stabil över tid, om barnets sätt varierar från dag till dag har det troligen inte så mycket med temperament utan mer med barnets erfarenheter att göra.
2. Beteendestilen ska inte vara helt situationsbestämd, det vill säga den ska inte enbart vara beroende av det sammanhang i vilket barnet befinner sig.
3. Det ska finnas en biologisk grund till individens temperamentsuttryck, detta ska alltså delvis vara genetiskt betingat.

Man kan alltså säga att temperament är ett stabilt individuellt beteendemönster, som visar sig i olika typer av situationer och som inverkar på hur individen uppfattas av andra. Eftersom stabiliteten gör det möjligt för andra människor att förutse hur barnet kommer att reagera i en viss situation, påverkar temperamentet utvecklingen av känslomässigt betydelsefulla relationer till andra människor.

Frågan om temperament, inte bara i samband med barnuppfostran, har länge fascinerat människan. Redan i det antika Grekland talades om fyra typer av "vätskor" (gul och svart galla, blod och slem) som kunde dominera i kroppen och leda till olika förhållningssätt: det koleriska, det melankoliska, det sangviniska och det flegmatiska. Om vätskorna blandades* blev resultatet mindre tydligt, men ändå tillräckligt styrande för att avslöja skillnader i rationalitet, emotionellitet och beteende hos olika människor.

I detta kapitel ska vi beskriva hur begreppet temperament använts i barnforskning och framför allt se om det dels kan relateras till variationer i anknytningsmönster, men också dels till hur det kan samverka med anknytningsens karaktär när olika former av beteendeproblem och psykisk ohälsa hos barn utvecklas. De frågor vi ska närma oss handlar om hur ett barns temperament kan påverka

*Ordet temperament kommer från det latinska ordet "temperamentum" som betyder blandning.

den kvalitativa anknytningsutvecklingen. Ibland är det svårt att skilja hög grad av impulsivitet och aktivitet eller en hög grad av blyghet från tecken på psykisk ohälsa. Hur är det när barnet tidigt i livet visar tecken på allvarlig psykopatologi, såsom autismspektrumstörning eller uppmärksamhets- och koncentrationsproblem? Är dessa utvecklingsmässiga problem förenliga med att barnet kan vara tryggt i sin anknytning? Vilka särskilda krav ställs på föräldrar till barn som föds med biologiska svårigheter?

Temperament och socioemotionella erfarenheter

Det kan vara svårt att avgöra om ett beteende speglar individens temperament eller om det bygger på erfarenheter av känslomässigt och socialt samspel med andra. För att kunna diskutera denna fråga måste vi undersöka de olika utvecklingslinjerna för temperament och anknytningsutveckling. Hos de minsta barnen skulle man kunna tro att de medfödda beteendedispositionerna, temperamentet, uppträder i sin renaste form. Spädbarnen har en begränsad "bank" av erfarenheter och har heller inte de kognitiva förutsättningarna för att omsätta sina erfarenheter i planerade eller avsiktliga beteenden. Under det första levnadshalvåret har deras anknytningsutveckling ännu inte tagit fart (se kap. 6). Det kan låta logiskt att de minsta barnens beteende därför skulle vara mer styrt av den genetiska dispositionen än av erfarenheter, men så är det inte. Små barn är inte särskilt stabila i sitt sätt att uttrycka sig. De flesta nyfödda barn visar låg grad av förutsägbarhet i sitt beteende, även om de kan variera i grad av till exempel känslighet eller irritabilitet. Ett föräldrapar kanske precis tycker sig ha lärt känna sitt barns rytm ("nu sover han över nattmålet"), men så upptäcker de efter några dagar att deras slutsats var alldeles förhastad och barnet vaknar flera gånger natten igenom. Samtidigt kan föräldrarna uppfatta att oberoende av hur länge barnet sover äter det bättre om det är tyst och stilla runt omkring. Ett annat barn kan vara otroligt glupskt i början av matningen eller mer känsligt för smutsiga blöjor än vad storasyskonet var vid samma ålder. En av de första livsuppgifterna ett barn har är att finna en egen biologisk rytm. Just för att spädbarnen utvecklas och förändras så fort i början av livet brukar man säga att temperament inte är "mätbart" förrän vid ungefär tre fyra månaders ålder (Rothbart & Bates, 1998). Hos de allra minsta barnen talar man hellre om "före-

Temperament och anknytning

Så till frågan om temperamentets betydelse för utveckling av olika anknytningsmönster. En vanlig invändning mot att det huvudsakligen är miljön som påverkar kvaliteten på anknytningen är att ett barn som visar ett visst beteende snarare gör det utifrån sitt temperament än som en följd av hur det blivit omhändertaget. Det barn som visar tecken på ambivalent/motspänstig anknytning kanske har ett temperament som gör att det lätt blir på dåligt humör och motspänstigt i påfrestande situationer. Ett barn som visar undvikande beteende kanske helt enkelt av naturen har ett lugnt temperament och inte bryr sig så mycket om att föräldern går eller kommer vid en bedömning med SSP. I vardagslag är det naturligtvis inte lätt att urskilja vad i barnets beteende som är relaterat till temperament och vad som har samband med anknytning, även om temperament definitionsmässigt inte är begränsat till nära känslomässiga relationer på samma sätt som anknytning. Detta illustreras av att ord som används för att beskriva individuella skillnader i anknytning – tillfredsställelse, glädje, positiva förväntningar och entusiasm; eller vid otrygg anknytning – obehag, ilska, rädsla och letargi, ofta har stora likheter med ord man använder för att beskriva speciella temperamentsegenskaper – besvärlig, negativistisk, irritabel, hög emotionaletet, reaktivitet (Vaughn & Bost, 1999).

Den komplicerade relationen mellan temperament och anknytningsutveckling återspeglas också i forskningsresultaten. Rent generellt har man, trots intensiva försök, inte funnit något samband mellan temperament och anknytningsmönster. Detta gäller både när forskarna studerat mönster för trygg och otrygg anknytning, liksom när man delat in anknytningen i organiserad respektive desorganiserad anknytning. Frånvaro av samband gäller också grupper med mer komplicerad anknytningshistoria, exempelvis små barn som adopterats (Stams, Juffer & van IJzendoorn, 2002). En viktig förutsättning är emellertid att de flesta studierna har omfattat barn vars temperament varierat inom ”normala gränser”. Bilden blir, som vi ska återkomma till, något annorlunda när man studerar barn med extra besvärliga temperament.

Det finns flera förklaringar till varför man i de flesta studier inte funnit något samband mellan temperament och anknytning. En är att barn ofta har olika anknytning till olika personer, och alltså inte

är stabilt (i olika situationer), vilket var en av definitionerna på temperament (Steele, Steele & Fonagy, 1996). En annan förklaring är att barnets anknytning till föräldern är ett komplicerat system som är sammansatt av många olika beteenden. Trygg anknytning handlar om barnets förmåga att använda föräldern som en trygg bas utifrån vilken barnet kan utforska världen. Barnets upplevda trygghet avgörs inte av hur mycket det gråter när föräldern lämnar det, om det är lättirriterat eller om det kan leka självt. **Sammantaget pekar forskningen på att barnets eget temperamentsbidrag till den kvalitativa formen på anknytningen är relativt liten, medan föräldrarnas bidrag, i termer av lyhördhet etc. (se kap. 7) är mycket större (van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2004).**

Att temperament och anknytning i huvudsak är oberoende av varandra, belyses också i en tvillingundersökning där man mätte både anknytning (med Främmandesituationen) och temperament (reaktivitet) (Bokhorst m.fl., 2003). **Barnens anknytningsmönster var huvudsakligen relaterade till miljöfaktorer, medan den temperamentsegenskap man studerade bäst förstods som en genetiskt betingad egenskap.**

Vi konstaterade nyss att de flesta studier var baserade på undersökningar av barn med temperament som befunnit sig inom normalvariationen. Frågan kvarstår om resultaten skulle ha blivit annorlunda om de flesta barnen inte haft ett "lagom" temperament utan varit mer extrema i något avseende. De undersökningar som gjorts visar att resultaten blir annorlunda när barnen som bedöms uppfattas ha "besvärliga" temperament.

Ann Frodi och hennes medarbetare fann i en studie att alla barn med lätt temperament var tryggt anknutna, medan en betydande mindre part av barnen som uppfattades ha ett besvärligt temperament var otryggt anknutna (Frodi, Bridges & Shonk, 1989). Efter som barn med besvärligt temperament ofta beskrivs som gnälliga och svårtröstade skulle man kanske ha förväntat sig att de otrygga barnens anknytningsmönster skulle ha klassificerats som ambivalent/motspänstigt (C-mönster) i Främmandesituationen, men så var det inte. De otryggt anknutna barnen hade i stället i större utsträckning ett undvikande anknytningsmönster (A-mönster). Liknande data presenteras om barn som i nyföddhetsperioden bedömts vara temperamentsmässigt irriterbara. I en holländsk studie blev en majoritet av dessa barn klassificerade som undvikande i sin anknytning till

interventioner hjälpa mammor i att både uppmärksamma och svara mer lyhört på sina barns signaler. Genom sådana ganska enkla men riktade interventioner förändrades anknytningsmönstret för många barn och man uppnådde fler tryggt anknutna barn i interventionsgruppen jämfört med kontrollgruppen. Studien är intressant och den visar på det komplexa sambandet mellan temperament, omvårdnad och anknytning. Resultatet visar också att vi ska vara försiktiga med att definiera vissa företeelser som entydigt biologiska (t.ex. temperament) och andra som rent miljömässiga (t.ex. anknytning), eftersom allt hänger ihop på ett så intrikat sätt.

Temperament, anknytning och personlighetsutveckling

Anknytningen och barnets temperament har som vi tidigare påpekat betydelse för personlighetsutvecklingen. De svenska forskarna Berit Hagekull och Gunilla Bohlin har visat att trygg anknytning (mätt med SSP) är relaterad till senare personlighetsdrag, som att vara utåtriktad och öppen under skollåldern (Hagekull & Bohlin, 2003). Samma forskare har också visat att otrygg anknytning är kopplad till senare mer neurotiska personlighetsdrag. De poängterar att temperamentsdrag varken är oväsentliga eller utgör helt oberoende domäner i barnets utveckling, bland annat beskriver de att de temperamentsmässigt utåtriktade barnen var mer aktiva och sociala än de andra barnen. Det komplicerade samspelet mellan temperament och anknytning visar sig i att det var de tryggt anknutna barnen med hög grad av temperamentsmässig negativ emotionalitet som visade neurotiska personlighetsdrag, inte de andra. Bland de otryggt anknutna barnen förekom dessa neurotiska personlighetsdrag oberoende av om de visat temperament med negativ emotionalitet eller inte (Hagekull & Bohlin, 2003).

Graden av trygg anknytning hade också betydelse för hur accepterade barnen var av sina lekkamrater, de som varit trygga som spädbarn visade senare bättre social kompetens jämfört med sina tidigt otryggt anknutna kamrater. När det gällde hämmade barn tycktes trygg anknytning ”buffra” för temperamentets negativa betydelse och inte påverka utvecklingen av senare social kompetens (Bohlin, Hagekull & Andersson, 2005). Till sist visade sig betydelsen av en god anknytning också i andra relationer än dem till kamrater; trygga barn hade mindre konflikter med lärare, stod känslomässigt

ligt att behålla en trygg anknytning senare under barndom och i vuxenåren. Frågan är om barn med autism har förmåga att transformera anknytningen från den mer "instinktmässiga" formen under det andra levnadsåret till ett målkorrigerat partnerskap som kräver en mer utvecklad symboliseringsförmåga. Som framgick av kapitel 8 kräver utvecklingen av ett målkorrigerat partnerskap i fas 4 att fler resurser tas i anspråk, både rent språkligt och vad gäller mentalisering, förmågor som är mindre väl utvecklade hos barn med autism. Det är emellertid viktigt att betona betydelsen av om ett barn med autism kunnat utveckla förmågan att använda föräldern som en trygg bas tidigt i livet, även om det inte kan använda avancerade kognitiva förmågor för att sedan utveckla anknytningen vidare. Man måste också beakta att föräldrarnas omsorgsförmåga, för barn med autism liksom för alla barn, verkligen har stor betydelse. Dessutom visar även dessa forskningsresultat att föräldrarnas omsorgsförmåga inte bidrar till det autistiska handikappet i sig.

Vi möter en annorlunda situation hos **de rumänska barnhemsbarnen** (som beskrevs i ett tidigare kapitel) vilka utsattes för en systematisk vanvård under tidig barndom (O'Connor, Marvin, Rutter, Olrick, & Britner, 2003). Vi kommer att återvända också till denna barngrupp i *Anknytning i praktiken* och frågan om vilka psykiska problem de utvecklade. Flera studier har nu visat att många av de rumänska barnhemsbarnen utvecklade den form av psykopatologi som "per definition" har samband med en miljöbetingad störd anknytning, de så kallade reaktiva kontaktstörningarna RAD (Reactive Attachment Disorder). Som beskrevs tidigare erbjöd sig många familjer i England, Kanada och Nederländerna att adoptera barn från barnhemmen och flera av barngrupperna har följts upp efter adoptionen. Bland annat har Michael Rutter tillsammans med sina medarbetare under många år följt upp ett relativt stort antal barn som adopterats till England (Rutter & O'Connor, 2004). De har rapporterat dramatiska effekter av tiden i barnhemsmiljön. **Ju längre barnhemsvistelse, desto mer skador noterades i barnens förmåga att utveckla anknytning.** Under några av förskoleåren visade många barn också så kallade "kvasiautistiska" drag, dvs. relationsproblem som hade likheter med infantil autism. Men i motsats till fallet med infantil autism försvann dessa problem så småningom. De problem dessa barn framför allt visade var av den typ som kallas "diffus sällskaplighet", det man förr inom barnpsykiatri och social-

tjänsten brukade kalla "distanslösa" barn. Vid denna typ av RAD förmår barnen inte skilja ut sina anknytningspersoner från andra människor, något som i många fall inte kunde korrigeras trots senare god omvårdnad. Barnen visade också andra problem som kunde härledas till vistelsen på barnhemmen, både ouppmärksamhet/hyperaktivitet och kognitiva brister (Rutter m.fl., 2001).

Betydelsen av trygg anknytning tidigt i livet för utvecklingen av psykiska symtom tycks sträcka sig in i tonåren. När tonåringars psykosociala anpassning bedömdes i en studie samlades också data in om anknytning genom självrapportering, föräldrapportering och rapportering från kamrater (Allen, 1998). Att bedöma orsakssamband är naturligtvis svårt när alla data samlas in vid samma tidpunkt, och en del gäller retrospektiva förhållanden. Det kan vara svårt att avgöra om de "tryggt anknutna" tonåringarna verkligen var tryggt anknutna som ettåringar, även om andra data (se kap. 5) talar för att det finns en god stabilitet mellan Främmandesituationen (som spädbarn) och anknytningsintervjun (som tonåring) bedömningar hos samma individ. Allen fann att ungdomar som var tryggt anknutna mätt med anknytningsintervjun hade högre social kompetens. De hade också färre psykiska symtom än sina otryggt anknutna kamrater.

Slutligen har det visat sig att också vuxenpsykiatriska problem är associerade med otrygga inre arbetsmodeller. I en metaanalys kring vuxen anknytning och psykopatologi som utförts av van IJzendoorn och hans medarbetare (1996) analyserade man 33 olika studier med såväl olika kliniska diagnosurval som urval ur normalpopulationen. Resultaten från de kliniska grupperna visade att det var ovanligt med en trygg/autonom anknytning (endast 8 % i patientgrupperna jämfört med 56 % i normalpopulationen). I de kliniska urvalen hade också så många som 40 % av patienterna obearbetade trauman eller förluster, jämfört med endast 18 % i normalpopulationen. I andra studier har samma samband noterats. I en engelsk studie visade det sig att en hög andel av patienterna hade obearbetade trauman eller förluster eller var så upptagna av sina anknytningserfarenheter från barndomen att det allvarligt hindrade dem i deras vuxenliv (Fonagy m.fl., 1996). Men precis som vi tidigare poängterat förekom det även trygg anknytning bland patienterna, inte minst hos dem som drabbats av en depressiv sjukdom. Trygg anknytning är lika lite hos vuxna som hos barn och ungdomar något som garanterar psykisk hälsa under hela livet.

män inte att låta bli att utnyttja sitt strukturella övertag. Kvinno- rörelsens motdrag blev därför att påstå att kvinnans frigörelse från mannen, som försörjare och "husets herre", inte hade några som helst negativa konsekvenser för barnen, utan bara handlade om en rättmätig revolt mot mäns intresse av att hålla kvinnor nere. Diane Eyer (1996), parodierade de regler som satts upp för kvinnor av män som gjort karriär på att forska om barn:

"Riskutsatt", "anknytning", "bindning": Det är ett under att mödrar inte får utslag över hela kroppen varje gång de hör dessa psykobabblegrepp. Och de får höra dem hela tiden av de professionella barnuppfostrings- experterna ... Du skall oroa dig över att någon annan som tar hand om dina barn kommer att dra skam över dig och skada barnen. Du skall betrakta din make, barnvakt, granne, dagispersonal, och barnets moster och mormor som ett hot mot din ställning som "god moder". (s 72)

Eyers bok är en journalistisk pamflett, men vad är det som feminis- tiska företrädare inom psykologin kritiserar anknytningsteorin för utifrån mer vetenskapliga utgångspunkter?

Susan Contratto diskuterar i en nyligen publicerad antologi (2002) anknytningsteorin. Hennes slutsats är att teorin har flera stora svagheter: (1) väldokumenterade mätproblem, (2) antagandet om den tidiga utvecklingens betydelse för den fortsatta utvecklingen, (3) den antagna speciella betydelsen av samspelet mellan mor och barn, (4) bristen på uppmärksamhet på forskning rörande barns temperament och deras förmåga att återhämta sig vid påfrestningar, (5) bristande uppmärksamhet på stressorer i miljön och (6) doku- menterad etnisk fördomsfullhet (2002, s 31). Contrattos kritik av anknytningsteorin vilar i allt väsentligt på Jerome Kagans bok *Three seductive ideas* (1998) i vilken han bland annat kritiserar tanken att den tidiga utvecklingen bestämmer hur individen utvecklas senare i livet, oberoende av vad som händer senare. Contratto menar vidare att forskningen om barns förmåga att motstå och återhämta sig efter påfrestningar ger ett helt annat perspektiv på barndomen än den bild av skörhet och sårbarhet som anknytningsteorin ger. Med hänvisning till Kagans bok hävdar hon också att temperament och livserfarenheter har visats ha ett avgörande inflytande på hur barn betar sig i SSP. Contratto hävdar vidare, återigen med hänvisning till Kagan (1998), att anknytningsteorin är inbäddad i västerländska

avgörande för allföräldraskapet inom nomadiserande däggdjursarter: den ekologiska faktorn, hur tätt syskonen kommer och hur säker pappan kan vara på att han är biologisk far till barnet. I en fysisk miljö där barnet måste ammas mycket ofta för att inte svälta eller bli uttorkad, som bland koisanfolket i Kalahariöknen, är kravet på nästan ständig fysisk kontakt med mamman extra stort. Bland däggdjursarter som i de flesta fall föder tvillingar, som tamariner (en sydamerikansk apa), krävs det att hanen tar ett lika stort föräldraansvar som honan för att hon och ungarna ska överleva. Ju monogamare sexuell relation som råder inom en däggdjursart, dvs. ju säkrare hanen är på att det verkligen är sina egna gener han "vårdar", som bland titi-apor, desto mer tid investerar han i ett individuellt föräldraskap riktat mot en enskild unge.

I alla studerade arter har det utvecklats någon form av allföräldraskap, där mamman avlastas i sin föräldraroll för att hon själv och ungen ska utvecklas väl, men hur allföräldraskapet organiseras beror på "kulturella förhållanden". Denna slutsats stämmer bra också med vad den empiriska omvårdnadsforskningen hos människor, som refererades i kapitel 7, kommit fram till. Det är omvårdnadspersonens kontinuerliga tillgänglighet och förmåga att svara lyhört och förutsägbart på barnets signaler, inte dennes kön, som avgör vilken typ av anknytning som barnet utvecklar till personen i fråga. Ur anknytningssynpunkt torde det därför vara av underordnad betydelse om omvårdnadspersonerna är av samma eller olika kön.

Biologiska mammor och andra vårdnadshavare

Som professor Lars Jalmert (2005) framhåller i en expertbilaga till Föräldraförsäkringsutredningen är begreppet "barnets bästa" svårtolkat, och **det som är bäst för ett barn är inte självklart bäst för ett annat barn**. Att utredningen ändå velat lyfta fram begreppet "barnets bästa" tillsammans med begreppet "jämsliddhet mellan könen", antyder att man tar den konflikt som kan finnas mellan barns, kvinnors och mäns intressen på allvar. Det tycker vi är bra. Bara genom att erkänna att det faktiskt rör sig om intressekonflikter kan vi diskutera frågan om anknytning och jämsliddhet på ett intellektuellt hederligt sätt. Att begreppet barnets bästa inte är entydigt bör inte heller tas till intäkt för att det inte finns någon kunskap alls om barn och barns behov att ta hänsyn till. Det hoppas vi att denna bok har

bidragit till att lyfta fram. När det råder motsättningar mellan mammas, pappans och barnets behov är det lätt att det blir den svagaste partens behov som offras när man ska hitta en lösning, och den svagaste parten är barnet. En förutsättning för att kunna bortse från barnets behov är att dessa relativiseras/trivialiseras – då finns det ju inga behov att ta hänsyn till. Men om barnets behov faktiskt finns, så kommer försöken att bortse från dem att leda till lösningar som skapar nya svårigheter. Det är inte genom att sticka huvudet i sanden som vi löser konflikter, utan genom att tydliggöra vad de rör sig om.



En konflikt som blivit tydlig på senare år är den om hur föräldraledigheten ska fördelas. Är ledigheten tänkt som en rättighet för barnet, alltså rätten att få vara hemma med en förälder eller annan omvårdnadsperson under så lång tid som möjligt under de första åren? Utifrån tanken om allföräldraskap skulle man ju i så fall till exempel kunna tänka sig att ensamstående mammor där pappan svikit sitt föräldraansvar skulle kunna dela föräldraledigheten med en släkting. Är föräldraledigheten en rättighet för respektive förälder att få vara hemma så länge som man själv vill, upp till taket i försäkringen? Vem har i så fall mest att säga till om i den förhandlingen – mamman eller pappan? Är föräldraledigheten en rättighet att inte vara hemma längre än vad som är "rättvist" – i princip halva försäkringstiden? Är föräldraledigheten en skyldighet – samhället tillhandahåller ingen barnomsorg förrän barnet har passerat den ålder då föräldraförsäkringen "tar slut". Fram till dess är det föräldrarnas ansvar att ta hand om sitt barn på heltid. Till dessa olika sätt att tolka syftet med föräldraförsäkringen kommer frågan om hur stark den statliga styrningen över hur försäkringen utnyttjas ska vara. Det föreligger i stort sett konsensus kring att det är politikernas uppgift att stödja en pågående samhällsförändring i riktning mot: ökad jämställdhet, större föräldraengagemang hos småbarnspappor och en ökad acceptans i arbetslivet för att även pappor ska ta sitt föräldraansvar. Däremot råder det oenighet om huruvida detta ska ske genom olika tvingande regler (som individualiserad föräldraförsäkring) eller ej. Avgörande för svaret på frågan om hur stor styrningen ska vara är vad man uppfattar som föräldraförsäkringens syfte.

I diskussionen om föräldraförsäkringen blir frågan om huruvida män och kvinnor har lika goda förutsättningar för att vara bra småbarnsföräldrar eller ej en av flera viktiga frågor. Den grundläggande vetenskapliga frågan, vilken vi berörde som hastigast i kapitel 7, är

samspel. Barn med trygg anknytning börjar i förskolan med positiva förväntningar på personalens vilja och förmåga att möta deras behov, vilket bäddar för att de också blir positivt bemötta. Barn med otrygg, i värsta fall desorganiserad, anknytning är på sin vakt och räknar med att bli bedragna. Risken är tyvärr också stor att de genom sitt beteende framkallar reaktioner som bekräftar deras förväntningar. De känslomässiga erfarenheterna placerar på så sätt barn med trygg respektive otrygg anknytning på olika utvecklingslinjer. För barn med otrygg anknytning återstår att hoppas på turen, dvs. att omvårdnadsmiljön ändras eller att de får tillräckligt många positiva relationserfarenheter i samspel med kloka och känslomässigt mogna människor utanför familjen, för att de ska kunna bryta sig ur den utvecklingslinje de tidiga erfarenheterna placerat barnet på. Förnuftets möjligheter kommer inte på allvar in i barnets liv förrän den reflekterande förmågan under tonåren möjliggör ett sorts bokslut över barndomen. Då kan vi också tala om den fria viljan, alltså möjligheten att ta ansvar för sitt eget fortsatta liv, trots de känslomässiga erfarenheterna i det personliga bagaget.

Senare års socialpsykologiska forskning kan användas för att testa Bowlbys första hypotes. Inom denna forskningslinje har man under många år använt sig av en experimentsituation som kallas "Fångens dilemma". Den handlar om hur individer hanterar en konfliktsituation i vilken individen tjänar på att välja att samarbeta, men bara om den andre också samarbetar. När individen gör valet vet han/hon inte vilket val den andre kommer att göra.

Människors sätt att agera i "Fångens dilemma" beror naturligtvis på en rad faktorer: hur mycket hon/han kan vinna respektive förlora, vad vederbörande får reda på om den andre, individens möjligheter att bestraffa den andre i nästa omgång etc. Det intressanta ur anknytningsteoretisk synpunkt är att våra inre arbetsmodeller, alltså

		Individ 1	
		Samarbetar	Samarbetar inte
Individ 2	Samarbetar	Båda vinner	Individ 1 vinner
	Samarbetar inte	Individ 2 vinner	Båda förlorar

Tabell 2. Fångens dilemma.

förväntningarna på hur andra människor hanterar relationer, kommer in också här. Det finns så vitt vi vet ännu så länge ingen studie där frågan om anknytningsmönster relaterats direkt till experiment-situationen "Fångens dilemma", däremot finns det andra resultat (Mikulincer & Shaver, 2001) som talar för att personer med trygg anknytning skulle välja samarbetsalternativet i större utsträckning än de med otrugg anknytning.

Hur är det då med Bowlbys andra hypotes? Med den hamnar vi utanför den anknytningsteoretiska framställningen, men Bowlbys personliga mening var att politiskt och annat ledarskap måste bygga på i grund och botten samma fundament som den trygga anknytningen. Föräldrar måste förtjäna sitt barns tillit genom att vara lyhörda och förutsägbara i sin omvårdnad. Ledare måste förtjäna medborgarnas tillit genom att vara hederliga och själva visa att de ser till det allmännas bästa om de ska få medborgarna att avstå från egna kortsiktiga vinster till förmån för allmänna långsiktiga mål.

Den engelske psykoterapeuten Jeremy Holmes uttrycker det som att personer med trygg anknytning (1) dels vill ha kontakt med andra men (2) också är vaksamma och inte i längden låter sig luras (1996). En sådan persons agerande, i "Fångens dilemma" såväl som i vardagssituationer torde, allt annat lika, karakteriseras av att personen föredrar att samarbeta, men inte i längden accepterar att den andre inte samarbetar. En person med trygg anknytning – som kombinerar själv tillit och tillit till andra – borde alltså ha bäst möjligheter att fylla rollen som den gode medborgaren, åtminstone i ett samhälle där de flesta andra också är "goda medborgare" och de politiska ledarna är "goda föräldrar". Med tanke på att personer med trygg anknytning trots allt är i majoritet, bör det alltså finnas hopp. Det måste inte bli som Hume beskrev det redan 1739 i *Avhandling om den mänskliga naturen*: "Din säd är mogen i dag, min säd blir mogen i morgon. Det gagnar oss båda att jag arbetar vid din sida i dag och du vid min i morgon. Jag känner ingen sympati för dig och jag vet att du inte känner någon för mig. Jag tänker därför inte anstränga mig för din skull, och skulle jag göra det i förväntan om att bli gengäldad skulle jag bara bli besviken och förgäves göra mig beroende av din tacksamhet. Därför lämnar jag dig att arbeta ensam och du lämnar mig att göra likaledes. Årstiden växlar och vi förlorar båda vår skörd eftersom vi inte litar på varandra" (Rosenberg, 2003, s 117).* (Se not nästa sida.)