



ANDERS BROBERG  
PIA RISHOLM MOTHANDER  
PEHR GRANQVIST  
TORD IVARSSON

# Anknytning i praktiken

Tillämpningar av anknytningsteorin



NATUR &  
KULTUR

skilt viktigt inom ett fält där undersökningsmetoderna är kostsamma, och undersökningsgrupperna i enskilda studier därför i allmänhet är små. Tillsammans med sina kolleger Femmie Juffer och Marian Bakermans-Kranenburg har han också utvecklat och prövat anknytningsteoribaserade interventionsmetoder för bland annat adoptivföräldrar, vilket vi beskriver i kapitel 4.

### Begreppet anknytning

I *Nationalencyklopedin* definieras anknytning som att stå i förbindelse med någon större helhet, exempelvis att busslinjen mellan Skene och Göteborg anknyter till järnvägen mellan Göteborg och Stockholm. När begreppet *anknytning* används inom utvecklingspsykologin är det en svensk översättning av det engelska begreppet *attachment*, med betoning just på betydelsen av något mindre som hänger ihop med och är beroende av något större. Teorin behandlar också samspelet mellan anknytning och omvårdnad. Samspelet innefattar föräldrarnas, eller en annan omvårdnadspersons, villighet och förmåga att stödja barnets behov såväl av beskydd, tröst och trygghet i utsatta situationer som av att få utforska världen under rimligt säkra betingelser när detta är möjligt. Anknytningen förstås bäst som en relationsspecifik process mellan förälder och barn under spädbarnsåret, som under första halvan av det andra levnadsåret resulterar i ett mätbart psykologiskt "band" dem emellan. Teorin beskriver också hur anknytningen successivt utvecklas till mentala representationer hos barnet – av barnet självt – av viktiga närstående och samspelet dem emellan. Dessa representationer kallas *inre arbetsmodeller* (IAM). I och med att anknytningen blir representerad i form av mentala modeller, blir den också till en viktig beståndsdel i personlighetsutvecklingen och får på så sätt betydelse för hela den fortsatta utvecklingen, i synnerhet vad gäller nära känslomässiga relationer.

Anknytningsteorin ansågs i många år vara "alltför biologisk", vilket kan synas märkligt eftersom teorin, som vi beskrev utförligt i förra boken, växte fram som ett sätt att betona miljöns – i motsats till drifternas och de infantila fantasiernas – betydelse för barnets utveckling. Det Bowlby sökte, och fann, i evolutionsbiologin var anknytningens grundläggande ändamål och motivation.



### Anknytningens evolutionsbiologiska bas

För den mänskliga arten, liksom för övriga däggdjur där honan inte får så många ungar under sin reproduktiva tid, är omhändertagandet och skyddet av avkomman av stor betydelse. För att "investeringen" i föräldraskap ska vara "lönsam", är det viktigt att ungarna inte bara överlever de första åren, utan också lär sig vad som krävs för att nå reproduktionsmogen ålder, hitta en partner, para sig och kunna ta hand om avkomman. Det är ju först om detta sker som den egna föräldrainsvesteringen "förräntas" i form av att generna förs vidare.

Eftersom människobarnet föds mer ofullgånget och därmed är skörare än andra däggdjur, är den tidiga relationen mellan spädbarnet och dess närmaste vårdare extra betydelsefull. De första månaderna i livet är spädbarnet för sin överlevnad helt beroende av att en vuxen värmer, matar och beskyddar det. I den typ av samhällen där den mänskliga arten utvecklades, levde våra förfäder ett kringvandrande liv som jägare och samlare. Till skillnad från djur som t.ex. rävar och kaniner har människan inte haft något gryt, någon bohåla eller lya där ungarna har kunnat gömmas undan i säkerhet och värma varandra, medan honan är ute och jagar eller äter för att själv överleva och kunna ge di. Människobarnets överlevnad, och så småningom också upplevelsen av trygghet, har alltid varit beroende av kroppslig närhet till en beskyddande vuxen. Bowlbys slutsats var att barnet måste vara utrustat med ett beteendesystem vars funktion är att främja tillräcklig närhet till den huvudsakliga vårdaren, så att föräldrabeskyddet underlättas (Bowlby, 1969/1982). Detta blir särskilt tydligt under andra halvan av barnets första levnadsår, då krypförmågan utvecklas. Utan ett beteendesystem som varnar barnet skulle det, drivet av sin obändiga nyfikenhet och upptäckarlusta, annars kunna försvinna utom synhåll från föräldern och riskera att skada sig eller bli uppätet av ett rovdjur.

En konsekvens av anknytningens evolutionsbiologiska bas, som har stor betydelse inte minst kliniskt, är att den är tvingande, på samma sätt som andra biologiskt grundade behov (mat, sexualitet). Anknytningen liknar prägling hos andra djurarter i så måtto att den sker automatiskt, instinktivt, på basis av fysisk kontakt mellan spädbarn och vårdare. Spädbarn kan alltså, normalt sett, inte låta bli att knyta an till sin vårdare oavsett dennes lämplighet. Det faktum att ett barn har knutit an till sin förälder säger därför, tvärtemot vad som ibland hävdas, inget om vårdarens lämplighet. Kvaliteten på

anknytningen, och konsekvenserna för den fortsatta utvecklingen, varierar däremot kraftigt beroende på hur lyhört och samstämt det känslomässiga samspelet mellan barnet och dess vårdare är. Mer om detta i kommande kapitel.

### Anknytning och omvårdnad

Bowlbys kollega Winnicott blev berömd för sitt begrepp *good-enough-mothering*, alltså att föräldrar inte behöver vara perfekta; det räcker om de är tillräckligt bra. Vad innebär det att vara tillräckligt bra? Evolutionen bygger på förutsättningen att det i en given miljö finns en genomsnittligt bra omvårdnad. För människan innebär det att minst en vårdare svarar för att barnets grundläggande behov av mat, sömn, värme och beskydd tillgodoses. Den tillräckligt bra vårdaren svarar också rimligt lyhört och förutsägbart på barnets signaler. Det är med en sådan omvårdnadsmiljö som generna förbereder spädbarnet på att samspela. Inom denna ram finns det stort utrymme för individuella och kulturella skillnader beträffande rutiner för omhändertagande och uppfostran av små barn, något som vi återkommer till i avslutningskapitlet.

I miljöer där omvårdnaden däremot ligger utanför vad evolutionen har förberett barn för att klara av, kan vi med ett modernt ord säga att barn utsätts för omsorgssvikt. Barn som tvingas växa upp i sådana miljöer får betala ett högt pris, i värsta fall i form av bestående brister i den känslomässiga och sociala utvecklingen. I flera av de följande kapitlen tar vi upp konsekvenserna av omsorgssvikt för små barns utveckling.

Det viktiga med att betona anknytningens evolutionsbiologiska bas, är att det ger en vetenskapligt godtagbar förklaring till varför anknytningsbehovet är så grundläggande. Det är en motivationell kraft som verkar på barn i alla mänskliga kulturer, en kraft som dessutom de flesta föräldrar har en tillräckligt bra förmåga att svara på.

### Hur utvecklas anknytningen?

Redan fostret har förmåga att registrera och minnas ljudet av mammas röst. Under de första dagarna och veckorna använder spädbarnet alla sina sinnesmodaliteter (syn, hörsel, lukt, smak och känsel) för att lära känna sin omgivning och de personer (föräldrarna,

