



doktoronline.no
Norges fagnettsted # 1 Et Hjemmet, Møtzenh-selskap

KYASIS

- Kategorier:
- Still spørsmål
 - Forsiden
 - Graviditet&fødsel
 - Barn
 - Sex&Samliv
 - Kvinnen
 - Mannen
 - Sykdom
 - Livsstil&Kost
 - Psykiatri
 - Alternativ
- Forum:
- Still spørsmål
 - Sjekk svar
 - Forumoversikt
 - Helsenytt
 - Min side
 - 100 nyeste
 - Emneoversikt
 - MediWeb
 - Søkесiden

Separasjonsangst hos voksne - en oversett diagnose

Når voksne lider av separasjonsangst, forveksles dette ofte med at de er redd for situasjoner der de ikke har muligheter til å komme seg unna (agorafobi). Forskning tyder imidlertid på at syv prosent av den voksne befolkningen lider av regelrett angst for adskillelse fra de nærmeste.

Vi har alle sett eksempler på at voksne klynger seg til kjæresten eller foreldrene sine (oftest mor...) i mer eller mindre overført betydning: personer som ikke lar partneren ute av syne, eller godt voksne som fortsatt bor hjemme uten å gi mine til at de har planer om noe annet.

Separasjonsangst hos barn
Separasjonsangst hos barn er et kjent fenomen, som normalt inntreffer når barnet er mellom 8 og 12 måneder gammelt. På dette stadiet må frykten for adskillelse sies å være av det gode – ettersom det er et uttrykk for at den såkalte primærtilknytningen har blitt etablert. Det lille barnet har ikke noe begrep om tid og ulike omstendigheter, og har derfor heller ingen formening om når – eller om – foreldrene/omsorgspersonene kommer tilbake. Noen barn utvikler imidlertid en sykkelig redsel for å være adskilt fra foreldrene, og forskning viser at hvis ikke denne separasjonsangsten blir tatt på alvor og får den nødvendige oppfølgingen, kan den bidra til å forsure voksenlivet.

Hva kjennetegner separasjonsangst?
Et barn viser tydelige tegn på separasjonsangst når det har:

Urealistiske bekymringer om hva som kan skje de nærmeste; og en frykt for at de vil forsvinne og bli borte for alltid.
En urealistisk frykt for store omveltninger, som at det skal bli borte fra foreldrene (de nærmeste omsorgspersonene) i form av kidnapping, sykehusinnleggelse, drap osv.
En motvilje mot å gå på skolen eller i barnehagen av frykt for å være borte fra foreldrene (de nærmeste omsorgspersonene).
En motvilje mot å sove alene
En sterk motvilje mot å være alene (hjemme)
Gjentatte marenitt om adskillelse fra de nærmeste
Tilbakevendende fysiske plager i form av kvalme, magesmerter, hodepine osv. i situasjoner der det er snakk om å skilles fra den/de nærmeste
Sterke reaksjoner rett før, mens eller umiddelbart etter at barnet er adskilt fra den/de nærmeste. Reaksjonene kan komme til uttrykk i form av frykt, gråt, raserianfall, en følelse av håpløshet eller tilbaketrekking.

Separasjonsangst i voksen alder
Nå viser en amerikansk undersøkelse at så mange som syv prosent av den voksne befolkningen lider av separasjonsangst i kortere eller lengre perioder av sitt liv. Spesielt oppsiktsvekkende er det kanskje at separasjonsangst er mer utbredt blant voksne enn blant barn, ifølge forskerne som står bak studien. Foregående forskning tyder nemlig på at det "bare" er fire prosent av amerikanske barn som lider av regelrett separasjonsangst. Man ser ofte at de som har separasjonsangst som voksne også sliter psykisk i form av andre angstlidelser eller uvanlig store humørsvingninger. De amerikanske forskerne mener like fullt at det er viktig å vurdere og behandle separasjonsangst som et separat fenomen, og at man unngår å forveksle det med agorafobi – noe man lett kan gjøre. Agorafobi er kjennetegnet ved at man er panisk redd for og unngår situasjoner der en føler seg "låst". Ifølge forskerne fører separasjonsangsten til en stor grad til at de som er rammet får det svært vanskelig både med seg selv og sosialt. De amerikanske funnene tyder på at mange som lider av denne angstformen i liten grad har utdannelse, er uten arbeid og er ugifte – også når det ikke er andre psykiske lidelser inne i bildet. Forskerne sier imidlertid at det fortsatt er mange ubesvarte spørsmål når det gjelder separasjonsangst hos voksne, for hvor eksakt går skillet mellom tilknytning og avhengighet? Og hva indikerer at en nær tilknytning til et familiemedlem er av patologisk karakter? – og når blir frykten for at barna eller partneren skal rammes av noe for omfattende og urealistisk?

Elisabeth Endsjo
Kilde: Mental Health.com og pn.psychiatryonline.org

Publisert 24. oktober 2006

Spør en fagperson:

Velg et emne

Diskuter i forum:

Velg forum

Sjekk status:

Skriv inn referansen.

Søk:

Søk i tusenvis av spørsmål & svar.

Skriv inn søkeord:

Nyhetsbrev:

Hold deg oppdatert med vårt ukentlige nyhetsbrev!

E-postadresse:

Våre fagpersoner:

 **Trygderett**
Advokat Thomas Myran
[Spør >>>](#)

 **Barnelegen**
Gunnar Oftedal
[Spør >>>](#)

 **Gynekologi**
Mette Moen
[Spør >>>](#)


 **Vektmestring**
Grethe Støa Birketvedt
[Spør >>>](#)

 **Plastikkirurgi**
Morten Kveim
[Spør >>>](#)

 **Graviditet**
Trine Endsjo
[Spør >>>](#)

 **Sengevæting**
Siri Harket
[Spør >>>](#)

 **Samliv**
Solveig E. Vennesland
[Spør >>>](#)

 **Astma og idrett**
Thor-Øistein Endsjo



A-CREME
A-CREME er fin ved lette solforbrenninger.

A-CREME mot lett eksem og periodisk psoriasis.

A-CREME har renset jordnottolje og gir ikke jordnottoljeallergi.



[Les mer!](#)

Kjøpes i apotek, helsekost- og vitaminbutikker

