



TRYGG HAVN: Alma Svensson, Emils mamma, svensk samlivs Volvo stasjonsvogn.

De tre bindings-typene

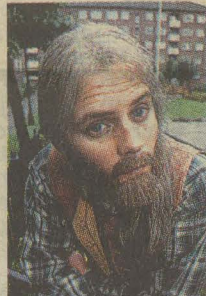
Alle voksne mennesker kan, ifølge Klaus og Karin Grossmann, plasseres innenfor én av tre ulike bindingstyper.

Den sikre

- Har stor selvtillit.
- Ønsker å binde seg til et annet menneske, og vil investere i et langvarig forhold.
- Behersker balansegangen mellom nærhet og avstand i forholdet.
- Har stor omsorg for partneren, men prøver ikke å være en hersker i forholdet.
- Kan beskrive både sine egne og partnerens sterke og svake sider på en realistisk måte.
- Snakker også om følelser og personlige tanker.
- Sårer aldri partneren med vilje i en krangel.
- Behersker sine egne negative følelser og kan regulere dem.
- Stoler på sin livsledsager.

Den avvisende

- Har høye tanker om seg selv, og kan virke arrogant og/eller fiendtlig innstilt.
- Kan fremprovosere konflikter, og lar dem eskalere.
- Har vanskelig for å forstå partnerens følelser, og snakker sjelden eller aldri om sine egne følelser.
- Føler seg lett låst i et forhold og vil aldri gi ifra seg «friheten» sin.
- Tror ikke på den store kjærligheten.
- Takler brudd i forholdet greit, men blir alltid stresset når partneren viser skuffelse e.l. med kroppsspråket.



KRIGSHISER: Driftsleder Narvestad i «Borettslaget», notorisk verdensmester og krangelfant. Foto: NRK

Den klengete

- Hater konflikter og trekker seg raskt unna når en konflikt er under oppseiling.
- Har mye medfølelse med andre.
- Forelsker seg ofte «ved første blick».
- Vil gjerne finne den store kjærligheten, men tror likevel ikke helt at den eksisterer.
- Er alltid redd for å bli dumpet av partneren.



USIKKER: Thomas André bader i medfølelse og ser opp til alle han håper å møte snart. Foto: NILS BJÅLAND

- Lever ofte i et følelseskaos.
- Vil aldri gjøre slutt på et forhold.
- Har liten tillit til egen partner, men ser likevel opp til vedkommende.
- Prøver å dekke over sin dårlige selvtillit gjennom å kle seg særlig bra, eller for kvinners del: overforbruk av sminke.

Kilde: Grossmann/Focus

Omsorg går i arv

BERLIN (VG) Tyske forskere mener å ha knekket koden som forteller hvorfor vi forholder oss til partneren som vi gjør.

Noen mennesker greier å få et forhold til å vare livet ut, noen greier maksimalt seks måneder, mens andre igjen ikke kommer lenger enn til første frokost før det er slutt.

Dersom du trodde vi ble født sånn, så tar du feil:

Gjennom to langtidsstudier har det tyske ekteparet Klaus og Karin Grossmann forsket på 100 familier og fulgt familienes barn i så mye som 22 år. Og svaret er enkelt, men likevel komplisert:

- De første menneskene barnet får sitt tillitsforhold til, legger fundamentet for barnets forhold til andre mennesker i fremtiden.

- Alt som skjer videre i livet, bygges på disse første månedene, sier Karin Grossmann (61) til det tyske magasinet Focus.

Både hun og ekteparten er professorer ved universitetet i Regensburg, og har viet sitt liv til forskning på menneskelige relasjoner.

Basert på sin

forskning har de delt menneskene inn i tre bindingstyper; den sikre, den avvisende og den klengete.

- Mennesket utvikler seg til én av disse tre typene basert på opplevelsene i barndommen sin, sier Karin Grossmann.

Like etter fødselen utvikler barna sin egen strategi for å sikre seg nærhet til personer rundt seg. De gråter når de føler seg ensomme, og hylar når de er redde eller er sultne.

Ideelt sett bygges det opp en binding og et såkalt komplementærssystem, og gjennom dette et bindingssystem som barnet bruker til å prøve ut sine forventninger.

Blir forventningene oppfylt, utvikler barnet psykisk styrke og gjennom dette en sikker bindingsstil. Ved stadige skuffelse og usikkerhet blir bindingsstilen usikker.

Karin Grossmann, forsker

Blir for-

ventningene oppfylt, utvikler barnet psykisk styrke og gjennom dette en sikker bindingsstil. Ved stadig skuffelse og usikkerhet blir bindingsstilen usikker.

Før usikkerhet og dårlige forhold mellom foreldrene blir overført til barna.

Basert på forskningen fastslår de at 65 prosent av barna til sikre foreldre også vokser opp til å bli den sikre bindingstypen.

Samtidig vil bare mellom 12 og 30 prosent av barna av usikre foreldre vokse opp som sikre mennesker.

Resultatene presenteres nå i månedsskiftet i boken «Bindungen - das Gefüge psychischer Sicherheit», skriver Focus.



Trond Sundnes

E-post: trond.sundnes@vg.no