

Disse tre foreldretypene kan skape utrygge barn

[Lene Skogstrøm](#)

Oppdatert: 24.okt. 2013 13:01

Publisert: 24.okt. 2013 12:48



Flere enn ett av tre barn blir utrygge fordi de ikke har fått optimal tilknytning til foreldre. Men de fleste er innenfor "normalen" FOTO: Illustrasjonsfoto: Sara Johannessen, NTB Scanpix

Det hjelpeløse spedbarnet må knytte seg til sine primære omsorgspersoner for å overleve. Men går det galt med tilknytningen, får det følger for hvordan vi utvikler oss og hva slags relasjoner vi får til andre senere i livet.

Alle barn har tilknytning til sine omsorgsgivere. Det er et fundamentalt, biologisk, medfødt behov hos barn, er en forutsetningen for at det hjelpeløse spedbarnet overlever. Barns tilknytning handler i hovedsak om kvaliteten på omsorgspersonenes samspill med barnet.

Barn er fra fødsel av sensitive for forelderens sinnstilstand og følelsesuttrykk. I foreldre-barn-relasjoner etableres derfor raskt mønstre for hvilke behov barnet signaliserer, og med hvilken uttrykksform barnet gir signalene.

Dette skriver psykologene Øyvind Kvello og Ulrika Håkansson i sitt bidrag til Oppvekstrapporten 2013 som legges frem i dag, torsdag.

- Foreldrenes riktige eller feilaktige respons på signaler skaper forventninger hos barnet om å bli forstått eller misforstått, møtt eller ikke; få hjelp til å regulere følelser eller ikke, skriver psykologene.

Forekomst av utrygg tilknytning i vestlig verden angis på tvers av studier til å være på omkring 30-40 prosent av befolkningen. Men bare 10-15 prosent av befolkningen har så utrygg tilknytning at de tar alvorlig psykisk skade av det.

Dette kommer frem i grunnlagsarbeidet til Oppvekstrapporten 2013.

En trygg, tre utrygge

Forskerne regner med at det finnes én trygg tilknytningsform, og tre former for utrygg tilknytning.

To former for utrygg tilknytning regnes innen «normalvariasjonen», mens én regnes som en tydelig sårbarhet for utvikling av psykisk sykdom.

Den trygge tilknytningsformen

Denne tilknytningsformen utvikles gjerne når omsorgspersonene er varme og aksepterende, tar utgangspunkt i barnets behov og regulerer det på en hensiktsmessig måte når det er oppbragt.

Barnet søker omsorgspersonene når det er oppbragt, trøsten det får har lindrende effekt og barnet roer seg derfor raskt. Barnet integrerer godt fornuft og følelser.

De to neste tilknytningsformene er utrygge, men betegnes av forskerne å være innenfor «normalvariasjonen»:

Utrygg 1: De tilbakeholdne

Barn utvikler ofte denne formen for tilknytning når foreldre responderer lite på dets følelser (spesielt de negative, slik som sinne, mismot, tristhet osv.), men gjerne stimulerer barnet godt på andre områder.

Barnet framstår som overregulert og søker som regel ikke omsorgspersonene når det er oppbragt. Barnet preges av fornuft og tydelig nedtoning av emosjoner det selv eller andre har.

Utrygg 2: De emosjonelle

Barn utvikler gjerne denne tilknytningen ved tre typer av omsorg:

- Foreldre som er ujevne i sin omsorg og dermed veksler mellom å være koblet «på» og «av» barnet – og gjerne er påtrengende når de er «på».
- Foreldre som behandler barnet som mer sårbart og umodent enn det er (infantilisering).
- Foreldre som søker å dekke egne behov i barnet ved at barnet skal bekrefte dem og pleie deres selvbilde.

Barn med den siste tilknytningen overdriver gjerne sin hjelpeløshet eller blir anmassende innnydende, for å påkalle omsorg ut fra en grunnleggende redsel for å bli ignorert. De har ofte et behov for mer enn normal oppmerksomhet for ikke å oppleve seg oversett.

- Barn med denne tilknytningsformen fremstår som emosjonelle, de er ambivalente i forhold til andre mennesker, og har derfor svingende følelser som en del ganger virker overveldende, hevder Kvello og Håkansson.

Utrygg 3: Den skadelige tilknytningsformen

Barn utvikler denne tilknytningen når de opplever omsorgspersonene som:

- a) skremte/redde
- b) emosjonelt utilgjengelige/avvisende
- c) preget av ubearbejdede traumer og alvorlige tapsopplevelser
- d) som skremmende/ uforutsigbare

Denne tilknytningen er ment å håndtere et uløselig dilemma; omsorgspersonene barnet er avhengig av er de som barnet frykter eller opplever seg avvist av, med fellesnevneren at omsorgspersonen ikke kan beskytte eller i tilstrekkelig grad ivareta barnet.

Atferdsuttrykkene til barnet blir i følge forskerne ofte motsetningsfylte, krenkende, bisarre eller unnvikende.

- Barnet kan for eksempel inngå i en omsorgsrolle til foreldrene (parentifisering). Den kan enten være kjærlig og ivaretagende, eller straffende og kontrollerende.
- Barnet distanserer seg sterkt fra andre fysisk og/eller psykisk, og virker likegyldig og uinteressert. De viser derfor lite glede, sorg eller sinne, og er gjerne mimikkfattige og lite spontane.
- Barnet blir ukritisk i sin tilnærming til ukjente personer. Det bunner ofte i at barnet har vært eksponert for så mange omsorgspersoner at det ikke skiller mellom kjent og ukjent.
- Barnet blir utpreget hemmet og engstelig og påfallende tilbakeholdent overfor omsorgspersonen, ofte i kombinasjon med en sterk føyelighet overfor en brysk omsorgsperson.
- Barnet virker ofte verbalt og/ eller fysisk utagerende når det er stresset.

Preger relasjoner senere i livet

De dype sporene som tidligere relasjonserfaringer danner er noen mennesker nokså lite bevisst. Likevel kan de være smertelig klar over konsekvensene av dem, uten helt å forstå hvorfor relasjoner de inngår i har klare fellestrekk og danner negative mønstre

- Det er nettopp hvordan den tidlige tilknytningskvaliteten preger senere relasjoner som har gitt temaet så stor oppmerksomhet og har sterk forklaringsstyrke på hvorfor omfattende psykososiale vansker og skadelig barneomsorg i noen familier går over generasjoner, skriver Kvello og Håkansson i sin artikkel.

Trygg tilknytning er en sterk beskyttelse mot psykiske lidelser, mens utrygg øker risikoen for utvikling av psykiske lidelser og sosiale vanskeligheter.