

Små barn – om vikten av trygghet för lek och lärande, hemma och i förskolan

Anders.Broberg@psy.gu.se
Psykologiska Institutionen,
Göteborgs Universitet

Referenser (alla Natur och Kultur)

Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T. & Risholm Mothander, P. (2006). *Anknytningsteori -- betydelsen av nära känslomässiga relationer.*



Broberg, A., Risholm Mothander, P., Granqvist, P., & Ivarsson, T. (2008). *Anknytning i praktiken - tillämpningar av anknytningsteorin.*



Broberg, M., Hagström, B. & Broberg, A. (2012). *Anknytning i förskolan - betydelsen av trygghet för lek och lärande*



Anknytningens ursprung
Människan är en nomad bland andra = vi är vana vid att bli burna

Experiment med "surrogatmödrar" styrkte Bowlbys hypotes att kontakt är minst lika viktig som föda

Att få någon att ta hand om väcker starka känslor!

Teorin lämnar oss inte oberörda

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, utelämnade, oförmögna att klara oss själva. (Nina Björk, Söndagskolumnen, DN 2005-03-20)

Anknytningens ändamål

- ❖ Vi behöver skyddas mot faror, särskilt när vi är små
- ❖ För att kunna utforska världen behöver vi känna oss trygga
- ❖ Vi behöver lära oss känslomässig reglering
- ❖ Vi behöver lära oss förstå oss själva och andra människor som sociala varelser med intentioner och begär (= mentalisering)
- ❖ Vi behöver förbereda oss för att själva bli dugliga omvårdnadspersoner

Vad är anknytning?

En känslomässig relation som

- Har varaktighet över tid
- Den som det riktas mot är inte utbyttbar
- Har stark känslomässig relevans
- Innebär att man
 - söker den andres närhet för känslomässig påfyllning
 - upplever obehag vid ofrivillig separation
 - *söker trygghet, tröst och beskydd hos den andre*
- ❖ Teorin behandlar hur
 - "bandet" växer fram mellan spädbarnet och dess närmaste vårdare under de första levnadsåren
 - människor senare i livet balanserar närhet, beskydd och omsorg å ena sidan, och självständighet och upptäckarglädje å den andra

Närhet - utforskande

- ❖ Anknytningssystemet som en termostat
 - Vid rädsla behov av närhet och skydd
 - Vi lugn utrymme för utforskande och avstånd
- ❖ Gummibandsprincipen

Separation

Studier visade på negativa effekter av separation i synnerhet för barn i åldern 1/2 - 3 år

Separationsreaktioner och sorg

Protest -- Vart tog du vägen?? Kom hit!!

Förtvivelan -- Jag saknar dig, jag är ledsen och ensam. Jag klarar mig inte.

Losskoppling -- Jag måste klara mig och för att kunna ty mig till nya anknytningspersoner måste jag koppla loss från dig.

Den tidiga anknytningens ursprung

Mary Ainsworths studier av samspelet mellan mor och barn i Uganda på 1950-talet la grunden för kunskapen om betydelsen av föräldrars lyhörddhet för barns signaler

Anknytningen kommer succesivt

- ❖ Utvecklas under de första levnadsåren
- ❖ Är relationsspecifik
- ❖ Är hierarkiskt ordnad
- ❖ Är inte "huggen i sten" utan förändras om förutsättningarna ändras

Det biologiska bandet är inte avgörande

- ❖ Kontinuitet i kontakten
- ❖ Upplevelsen av den vuxne som Större, Starkare, Klokare OCH snäll
- ❖ Särskilt viktig är kontakten i anknytningsrelevanta situationer --- där barnet känt sig rädd/orolig och den vuxne tröstat barnet
- ❖ För barn som vuxit upp i familjehem är familjehemsföräldrarna typiskt sett de viktigaste anknytningspersonerna

Anknytning inte bara mamma och barn

Inre arbetsmodeller

- ❖ Baserat på barnets samspel med anknytningspersonen utvecklas IAM av själv och andra.
- ❖ IAM bygger på både omedvetna förspråkliga och medvetna språkliga minnen
- ❖ Besvarar frågor som: "*Finns andra tillgängliga när jag behöver skydd? Får jag vara "i fred" när jag behöver det?*"

Om ja - så har barnet utvecklat en trygg anknytning till den personen

- ❖ IAM är enhetliga och koherenta
- ❖ Medvetna och omedvetna aspekter går i samma riktning
- ❖ Negativ information behöver inte uteslutas ur de medvetna modellerna
- ❖ Relationen till omvårdnadspersonen är "villkorslös",
- ❖ Viktigast att lära sig läsa sina egna inre signaler och kommunicera dem

Upplevd trygghet

Från ≈ 3 års ålder minskar barnets behov av fysisk närhet till föräldern. Tryggheten består i högre utsträckning av:

- en inre övertygelse hos barnet om att barnet och föräldern delar en plan för hur närhet ska uppnås när den behövs
- att barnet "vet" att
 - att föräldern är tillgänglig för barnet
 - föräldern informerar barnet om vart han/hon tar vägen och hur barnet kan nå honom/henne om så skulle behövas
 - "bandet" till föräldern utgörs av en varaktig relation, som inte är beroende av fysisk närhet annat än "när det bränner till"

Målinriktat partnerskap --- från ≈ 4 års ålder innebär

- ❖ att förstå att anknytningspersonen (AP) har egna känslor, önskingar och behov
- ❖ att skilja mellan det egna perspektivet och APs, i synnerhet när dessa skiljer sig åt
- ❖ att dra slutsatser angående vad som styr AP's planer och beteenden
- ❖ att göra en rimlig skattning av hur väl det egna och APs perspektiv stämmer överens och vari skillnaderna består
- ❖ att påverka APs mål och beteende utifrån sin kunskap om dennes mål

19

Anknytning fortsätter att vara viktig under hela barndomen

Betydelsen av anknytning blir inte mindre med åren,

- Antalet situationer som aktiverar anknytning minskar i takt med att barnets förmåga att "hantera världen" ökar med ökande kognitiv och känslomässig mognad
- MEN när anknytningen aktiveras är den lika aktuell för tonåringen som för spädbarnet

20

Omvårdnad och anknytning

Två sidor av samma mynt

TRYGGHETSCIRKELN

Omvårdnadsperson som tar hand om ett barn och tillgodoser dess behov

Tryckbroschyr: Beakta med tillstånd av Olof Höglund, Marcus och Pernell 2011

Barnuppfostran och anknytning

- ❖ Anknytningens betydelse för hur "lättfostrat" ett barn blir
- ❖ Gränssättning en nödvändig del av barnuppfostran
- ❖ Föräldrasamarbete

Förgrömmade unge

Du och jag Alfred