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

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

Referens

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

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)

Barnuppfostran och anknytning

- Gränssättning en nödvändig del av barnuppfostran
- Relationen barn-förälder är, tillsammans med barnets temperament nyckeln till hur gränssättningen fungerar
- Anknytningens betydelse för hur ”lättfostrat” ett barn blir
- Föräldrasamarbete

Mary Ainsworth, 1971

En benägenhet för lydnad - liksom även en benägenhet att bli socialiserad - tenderar att utvecklas hos barn som växer upp i en social miljö som liknar den som den mänskliga arten är anpassad för.

För att barn ska utveckla denna sociala tendens krävs inte något rigoröst och specialutformat uppfostringsprogram.

Avvikelser från den lämpliga miljön kan skapa anomalier i fråga om socialt beteende som andra erfarenheter och skolning inte kan förändra (Stayton m.fl., 1971)

Barnets ”moraliska jag” växer också fram ur samspelet med föräldern

Milda disciplineringsstrategier, som tonar ner betydelsen av maktdemonstrationer från föräl-derns sida, i kombination med lyhörd och inkännande omvårdnad, stärker barnens vilja att samarbeta eller acceptera föräldrarnas prioriteringar …

En ömsesidig, positiv interpersonell hållning mellan förälder och barn är en avgörande faktor bakom framväxten av samvetskänslor och autonom självreglering hos barnet.” (Koschanska , 2002)

Förgrömmade unge

Du och jag Alfred

Föräldrasamarbetet viktigt som modellinlärning för barnet

- förmår stödja snarare än sabotera varandra,
- har ungefär samma barnuppfostringsstil och värderingar,
- delar upp ansvaret för barnuppfostran och familjens vardagsliv på ett sätt som båda är tillfreds med,
- förmår lösa sina konflikter utan att dra in barnet som koalitionspartner eller domare
- inte exponerar barnet för allvarliga konflikter sinsemellan

Den grundläggande föräldrauppgiften består, precis som anknytningen!

- I mellanbarndomen
- Under tonåren
- När barnet själv blir förälder
- Föräldraskap är ett livslångt åtagande

Fast sättet som ett gott föräldraskap utövas på måste anpassas

12

Arbete och barnomsorg för små barn –
en balansakt

Små (= de som ännu inte fyllt 3) barn i förskolan

Varför är det så svårt att hitta bilder på små barn i famnen på personal i förskolan??

Nästan alla bilder handlar om 4 -5-åringar som leker och busar

Små och stora barn i förskolan; vad är skillnaden?

- Saknad efter föräldrar
- Omvårdnadsbehov
- Behov av vuxenkontakt för känslo-mässig reglering och för lärande
- Fysisk aggressivitet vs. Förmåga till rollekar
- Behov av jämnåriga
- Mentaliseringsförmåga

Upptagen av oro = ger inte föräldern utrymme för arbete

Fara – rädsla - anknytning

"Natural clues to danger"

- Vara i en främmande miljö
- Vara med främmande vuxna
- Vara skild från sina anknyt-ningspersoner
- Inte vara frisk

18

Att vänja sig vid en ny miljö och nya vuxna tar tid

Inskolningens syfte – att

- göra den främmande miljön bekant
- skapa tillit till minst en pedagog, så att hen kan fungera som ersättare för föräldrarna
- vänja sig vid att klara sig flera timmar i sträck utan sina föräldrar OCH att bli trygg med att kontakten sedan återknyts
- lära sig att använda pedagogen för att försätta anknytningssystemet i viloläge, så att barnet kan ägna sig åt lek och utforskande

Upplevd trygghet = den samlade erfarenheten av pedagogen som tröstare och av att föräldern återkommer

Trygghet föder nyfikenhet

Slutsats

Ju bättre pedagogerna är på att stödja en trygg anknytningsutveckling i förskolan för de yngsta barnen desto bättre förutsättningar får barnen att klara av andra utvecklingsuppgifter senare i förskolan och skolan.

Tidig trygghet lägger på så sätt grunden för senare lärande

23

Barn kommer olika väl förberedda för livet i förskolan

- Barn i allmänhet
  - Trygg anknytning till minst en förälder
  - Inre arbetsmodeller som maximerar möjligheten till positivt bemötande
  - Relativt ”överseende” med förskolans fel och brister
- Barn i synnerhet
  - Otrygg anknytning till båda föräldrarna
  - Bristande tillit till vuxnas vilja och förmåga att tillgodose barnets behov
  - Stort behov av känslomässig närhet till personalen, även om detta initialt inte ”syns”

24

Förskolan kan bidra till barns utveckling på olika sätt för

- Barn i allmänhet
  - Behov av att få vara i en miljö där anknytningssystemet är i stand-bye-läge så stor del av dagen som möjligt
  - Få ändamålsenliga (= tryggande) svar på sina anknytningsbeteenden
- Barn i synnerhet
  - Få korrigerande relationserfarenheter som kan utveckla nya inre arbetsmodeller
  - Utveckla en anknytningsrelation till minst en personal
  - Få stabilitet i den relationen

25

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
  - 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“

26

Upplevd trygghet frigör barnet

- Barnets behov av närhet till föräldern i vardagliga situationer sjunker kraftigt
- Barnet får därmed större möjligheter än tidigare att med kraft och energi ägna sig åt andra typer av relationer som också är väldigt viktiga för den fortsatta utvecklingen
  - kamrater
  - lärare
  - andra vuxna

27

Fas IV: Målinriktat partnerskap

(2 resp 4-åringen i snabbköpet)

- att förstå att anknytningspersonen (AP) har egna känslor, önskningar 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

28

Mentaliseringsförmåga

I anknytningsrelationer tränar vi förmågan att

- föreställa oss vad andra tänker och känner
- reflektera över våra egna känslor och drivkrafter
- Barn, och vuxna, med **trygg** anknytning tycker att det är spännande att vara en “psykologisk varelse”, och ser det som en positiv utmaning att förstå sig själv och andra

29

Kamratrelationerna ökar kraftigt i betydelse när barn utvecklat sin förmåga att mentalisera

MEN anknytning fortsätter att vara viktig under hela livet

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

31

Anknytning i mellanbarndom och tonår

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

Anknytning i mellanbarndomen
utveckling mot ”personlighetsdrag” påbörjas

- Under förskoleåren är anknytningen relationsspecifik och knuten till föräldrarna och någon/ några andra
- Som en förberedelse för frigörelsen under tonåren behöver anknytningen bli en del av barnet ”som person”
- Barnet interagerar med fler personer (jämnåriga & vuxna) på egen hand

33

Anknytning som ”personlighetsdrag”, men….

Samtidigt som barnet/ungdomen börjar skaffa sig en mer generaliserad anknytningsstil (**trygg**, **undvikande**; **ambivalent**), som hen använder sig av i nya nära relationer (vänskaps- & kärleks-), så:

- Fortsätter respektive förälders förmåga att utgöra en trygg bas & säker hamn vara viktig
- Är anknytningsrelationen till föräldrarna fortsatt relativt oberoende av varandra

Ju äldre vi blir desto mer formas självbilden av hur vi fungerar tillsammans med jämnåriga

Anknytningsrelevanta situationer under mellanbarndomen

- I och med att barnet interagerar alltmer med barn och vuxna utanför familjen aktiveras anknytningen alltmer av sociala stimuli
  - att bli utesluten, bortvald, utskrattad, mobbad etc.
  - självkänslan blir mer beroende av social acceptans utanför familjen
  - AP’s uppgift blir i högre utsträckning en fråga om att vara lyhörd för barnets ev. svårigheter i dessa avseenden
- I takt med barnets ökande mognad kommer färre situationer att utlösa anknytningsbeteenden, MEN när de utlöses är anknytningen lika viktig som tidigare

36

Tonåren

Frigörelse inte losskoppling

- Puberteten signalerar att det är dags att börja ”frigöra sig” och på allvar söka AP utanför ursprungsfamiljen
- Frigörelse från ursprungsfamiljen underlättas av trygga anknytningsrelationer till föräldrarna, vilka i allmänhet
- Bandet till föräldrarna består och fördjupas ofta när barnet själv så småningom blir förälder

Nya erfarenheter ger nya insikter

Andra människor kan vara bättre än föräldrarna när det gäller att tillgodose anknytningsbehov

- vissa blir ilsket upptagna av den bristfälliga anknytningsrelationen, och hamnar i ständiga uppslitande bråk med föräldrarna
- andra nedvärderar föräldrarna och avfärdar relationen helt och hållet
- idealt leder reflexionen till nya insikter och en mera objektiv syn på föräldrarna; Mamma och pappa har

  fel och brister som bl a grundar sig i deras egen historia

  förtjänster, det vore dumt att inte ta emot det stöd som de kan erbjuda

”Frigörelsen” får betydelse för relationen till nya AP

Ett mer objektivt och flexibelt sätt att hantera anknytningsrelationen till föräldrarna underlättar för ungdomen att upprätta och behålla djupa känslomässiga relationer till människor utanför ursprungsfamiljen främst genom att ungdomen inte behöver spela ut sitt tidigare drama i dessa relationer

Skillnaden mellan tryggt och otryggt anknutna ökar

Tonåringar

- har lika god kognitiv förmåga som föräldern, eller bättre, och låter sig inte luras så lätt
- är inte lika auktoritetsbundna eller förlåtande som yngre barn

Anknytning förutsätter känslomässig öppenhet och ärlighet från båda parters sida

Ett målkorrigerat partnerskap med tonåringar är en utmaning särskilt om föräldrar

- har något att dölja
- kräver att få vara kvar på sin gamla piedestal (om du inte accepterar barndomens spelregler -- jag bestämmer och du lyder -- så kan du gå)

Förälderns anknytning och ungdomens frigörelse

Föräldrar med otrygga inre arbetsmodeller av sin egen barndom har svårare att fungera som en trygg bas/säker hamn för sina tonåringar

- känner sig obekväma med att tonåringen i allt högre utsträckning vänder sig utåt
- gör tonåringen osäker på förälderns motiv
- försvårar förhandlingar om åldersadekvat gränssättning med bibehållandet av ömsesidigt förtroende

Anknytning och känslomässig reglering

- Frigörelse aktiverar starka känslor
  - Olösta konflikter med föräldrarna gör sig påminda
  - Svårigheten att hantera olika krav och förväntningar från jämnåriga
  - Svårigheten att balansera mellan olika värdesystem
  - Resan bort från ursprungsfamiljen innebär ett bokslut
- Starka känslorna aktiverar anknytningssystemet
- Paradoxen eller systemet kan gå ”i baklås”

Systemet kan gå i baklås

- Försök till frigörelse leder till så starka känslor att anknytningssystemet aktiveras
- Det aktiverade anknytningssystemet driver ungdomen tillbaka till föräldrarna vilket motverkar frigörelsen
- ”Flykten” tillbaka till föräldrarna väcker i sin tur stark frustration
- Frustrationen driver driver ungdomen mot frigörelse OCH ger samtidigt upphov till ytterligare aktiverat anknytningssystem

Trygg lösning på paradoxen

- Tonåringar med trygg anknytning kan aktivt undvika att söka sig till föräldrarna, när anknytningssystemet är aktiverat, därför att tonåringens behov av att hävda sin autonomi tar överhanden
- Föräldrarna klarar av att visa ännu tydligare att de finns där både som en säker hamn, som det är OK att söka sig till när det stormar på havet, OCH en trygg bas, som det är OK att lämna när stormen bedarrat
- Tonåringen hittar så småningom en ny åldersadekvat balans mellan sitt självständiga utforskande av världen, och sitt behov av trygghet och beskydd

Otrygg lösning på paradoxen

- Ungdomen står inför en övermäktig uppgift
  - Bär på starka negativa känslor,
  - Saknar tilltro till förälderns förmåga/villighet att hjälpa henne/honom hantera dessa känslor
- Den känslomässiga regleringsförmågan bryter samman
  - Tonåringen hanterar sina motstridiga känslor med olika typer av utagerande eller självskadande beteenden
- Missbruk kan ersätta ”anknytningsbelöning”

Varför mår inte svenska ungdomar lika bra som de har det?

- Relationsmässigt har de de inte alltid så bra, det kan gälla relationen till
  - jämnåriga (mobbning, tävlan etc.)
  - föräldrarna (som i många fall är alltför upptagna av sina egna liv och egna problem för att ägna sig åt dem)
  - andra vuxna (som i alltför stor utsträckning är frånvarande i tonåringars liv)
- Vi har betonat frigörelse från inte minst föräldrarna, men glömt tillhörighet till, samhället utanför familjen