

# BACHELOROPPGAVE

## Tilknytning og utvikling

På hvilken måte påvirker tidlig tilknytning barnets sosiale og emosjonelle utvikling?

av

Madeleine Nemeth Dokk

Kandidatnummer: 25

**In which way does early attachment relationships affect a child's social and emotional development?**

Sosialt arbeid

BSV5-300

Mai 2015



## **Avtale om elektronisk publisering i Høgskulen i Sogn og Fjordane sitt institusjonelle arkiv (Brage)**

Jeg gir med dette Høgskulen i Sogn og Fjordane tillatelse til å publisere oppgaven (Skriv inn tittel) i Brage hvis karakteren A eller B er oppnådd.

Jeg garanterer at jeg er opphavsperson til oppgaven, sammen med eventuelle medforfattere. Opphavsrettslig beskyttet materiale er brukt med skriftlig tillatelse.

Jeg garanterer at oppgaven ikke inneholder materiale som kan stride mot gjeldende norsk rett.

Ved gruppeinnlevering må alle i gruppa samtykke i avtalen.

Fyll inn kandidatnummer og navn og sett kryss:

Kandidatnummer: 25, navn: Madeleine Nemeth Dokk

JA  NEI

# Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning</b> .....	<b>4</b>
1.1 Avgrensning og presisering.....	5
1.2 Oppgavens oppbygging.....	5
<b>2.0 Metode</b> .....	<b>5</b>
2.1 Kildekritikk og litteraturutvalg.....	6
<b>3.0 Det teoretiske og empiriske grunnlaget for tilknytning</b> .....	<b>7</b>
3.1 Tilknytningsteori.....	7
3.1.1 Barnets modell av seg selv og omverden.....	9
3.2 Tilknytningens kvalitet .....	10
3.2.1 Tilknytningsmønstre.....	11
3.3 Utvikling av tidlig tilknytning .....	14
3.3.1 Sensitivt samspill og mentalisering.....	15
<b>4.0 Diskusjon</b> .....	<b>17</b>
4.1 Betydningen av tilknytningens kvalitet.....	17
4.1.1 Utviklingsmessige konsekvenser.....	19
4.1.2 Kvalitet på tilknytning og emosjonsregulering.....	20
4.1.3 Kvalitet på tilknytning og mentalisering.....	20
4.1.4 Noen refleksjoner rundt betydningen av tilknytningens kvalitet.....	21
4.2 Mentaliseringsevne som sentral for utvikling .....	21
4.3 Indre arbeidsmodeller og senere utvikling.....	23
4.4 Tidlig tilknytning som en relasjonell prosess med betydning for utvikling .....	24
4.5 Betydningen av kunnskap om tidlig tilknytning.....	24
<b>5.0 Avslutning</b> .....	<b>25</b>
<b>6.0 Litteraturliste</b> .....	<b>26</b>

## 1.0 Innledning

Et lite spedbarn er helt avhengig av å komme andre mennesker nær. Det trenger å ha noen rundt seg - som viser det omsorg, kjærlighet, og gir det trygghet og beskyttelse. Dette er starten på tilknytningen, og det følelsesmessige båndet barnet knytter til sine nære omsorgspersoner (Wennerberg, 2011).

”Successful parenting is a principal key to the mental health of the next generation” (Bowlby, 1988, s. 1). Sitatet er skrevet av det som regnes som pioneren innen tilknytningsteori, barnepsykiateren John Bowlby, og definerer på mange måter mitt utgangspunkt for oppgaven. For hva har den tidlige tilknytningen å si for barnets utvikling? Dette er et sentralt spørsmål innen tilknytningsforskningen. Nyere forskning har i stor grad bekreftet betydningen av den tidlige relasjonen mellom foreldre og barn, og dets betydning for barnets fysiske, emosjonelle, kognitive og sosiale utvikling (Killén, 2013, s. 40). Man kan derfor si at vi bærer barndommen med oss. Formålet med oppgaven er å få en større forståelse for hva som kjennetegner tilknytning, og hvordan tilknytning påvirker videre utvikling.

Valget av tema for bacheloroppgaven har utgangspunkt i en hypotese om at tidlig tilknytning på grunnleggende måter former vår opplevelse av oss selv og verden rundt oss. Dette er noe jeg har vært opptatt av å finne ut av. Fordi barndom er universelt, og tilknytning berører oss alle, anser jeg dette som viktig kunnskap i arbeidet med mennesker. Tilknytning handler ikke bare om barndom, men er – som vi skal se i oppgaven - et livsvarig fenomen som også har konsekvenser for senere voksenliv. Kunnskap om tilknytningsteori er sentralt i flere arbeidskontekster, samt i forebygging av omsorgssvikt, vanskelige foreldre-barn-forhold og psykiske problemer (Killén, 2013, s. 20). Temaet er på denne måten faglig relevant. Basert på dette har jeg formulert følgende problemstilling:

*På hvilken måte påvirker tidlig tilknytning barnets sosiale og emosjonelle utvikling?*

## 1.1 Avgrensning og presisering

Oppgaven tar utgangspunkt i tilknytningsprosessen slik den foregår for normalutviklede barn. Videre vil hovedfokuset være på hva det er ved selve *fenomenet* tilknytning som har betydning for utvikling, og ikke spesifikt på hva utfallet er. Utvikling avgrenses til å omfatte barnets evne til å inngå i nye relasjoner (sosial utvikling) og evne til emosjonsregulering. Da utvikling av psykopatologi (mentale lidelser) kan virke inn på sosial og emosjonell fungering, vil også dette bli omtalt i oppgaven.

Tilknytning er en livslang prosess, og kan beskrives som den følelsesmessige forbindelsen mellom barnet og dets viktigste omsorgsgivere (Brandtzæg, Smith & Torsteinson et al., 2011). I og med at mitt formål er å se på barnets første følelsesmessige relasjoner, tar oppgaven utgangspunkt i den tidlige tilknytningen mellom omsorgsgivere og barn. Barnets tilknytning til nære omsorgspersoner regnes som etablert når barnet er mellom 12 og 36 måneder (Brandtzæg et al., 2011, s. 20).

I oppgaven benevnes barnets primære omsorgspersoner på ulike måter, for eksempel som *omsorgsgiver, tilknytningsperson, foreldre*.

## 1.2 Oppgavens oppbygging

Oppgaven starter med noen refleksjoner rundt den metodiske framgangsmåten, samt en beskrivelse av prosessen med utvalg av litteratur. Videre vil det bli redegjort for relevante trekk ved tilknytning – som omfatter tilknytningsteori og det empiriske grunnlaget for tilknytning. Jeg vil deretter drøfte på hvilken måte tidlig tilknytning påvirker barnets utvikling. Avslutningsvis oppsummeres funnene i en konklusjon.

## 2.0 Metode

En metode er i følge Tranøy (referert i Dalland, 2010, s. 83) en ”fremgangsmåte for å frembringe kunnskap eller etterprøve påstander som fremsettes med krav om å være sanne, gyldige eller holdbare”. Metoden sier noe om hvordan vi velger å innhente informasjon om virkeligheten. Man kan gå fram på ulike måter for å gjøre dette, alt etter hvilket formål oppgaven har. I denne oppgaven har jeg valgt å bruke kvalitativ litteraturstudie som metode. Valget av metode begrunnes i at oppgavens formål er å få en grundig forståelse av tilknytning, samt at det foreligger omfattende kunnskap og forskning på dette temaet. En litteraturstudie innebærer at man tar utgangspunkt i eksisterende kunnskap på et felt (Dalland, 2010). Det vil si at jeg har tatt i bruk skriftlige kilder, som bøker og forskning. En kvalitativ

tilnærming kjennetegnes av både nærhet og helhet til et felt, det bidrar til en dybdeforståelse av et tema, samtidig som dataene bidrar til å få fram helhet og sammenheng (Dalland, 2010).

## 2.1 Kildekritikk og litteraturutvalg

Kildekritikk er viktig med hensyn til at man skal vurdere om kildene som brukes, er pålitelige eller ikke. Dette innebærer at man må forholde seg kritisk til de kildene som velges ut, og at man skal kunne gjøre rede for hvordan man har kommet fram til disse (Dalland, 2010). Det har vært en krevende jobb å orientere seg i litteratur omkring tilknytning. I prosessen med å innhente data til oppgaven forstod jeg raskt at det var nødvendig å gjøre et utvalg, i og med at litteratur og forskning om tilknytning er svært omfattende. For å gjøre dette måtte jeg velge ut litteratur som hadde relevans, i tillegg til å være gyldig. Dette omtales som validitet (Dalland, 2010). Jeg har hele tiden hatt fokus på oppgavens problemstilling, for på den måten å finne litteratur som samsvarte med formålet.

Ved en litteraturstudie stilles det krav til kritisk refleksjon rundt litteratur, vurdering av kilder, samt behandling av litteraturen (Dalland, 2010). For å beskrive tilknytningsteorien har jeg i stor grad tatt utgangspunkt i Bowlby sine egne beskrivelser, samt bøker skrevet av norske fagpersoner. Boken *"Handbook of attachment - Theory, research, and clinical applications"* fra 2008 har også vært nyttig. Som det fremgår av tittelen, er dette en samling av forskning, teori og kliniske beskrivelser av tilknytning. Boken inneholder bidrag fra flere internasjonale fagpersoner som har forsket på tilknytning.

I arbeidet med å finne forskningslitteratur har jeg gjort søk i ulike databaser, både internasjonale og norske. I internasjonale databaser, som "ISI Web of Science" har jeg brukt søkeord som "attachment AND development", "attachment styles" og "internal working modell AND development". Søk i databasen ga meg enormt mange treff, og jeg var nødt til å avgrense for å spesifisere søkene, blant annet gjennom å velge fagfelt, avgrense til fagfellevurderte artikler, samt ved å rangere treffene til "times cited – from highest to lowest". Dette ga meg mer konkrete funn, i tillegg til at litteraturen var mer relevant for oppgavens formål. I valg av forskningsmateriale har jeg vært nøye på å kvalitetssikre de enkelte artiklene, noe jeg blant annet har gjort ved å bruke fagfellevurderte artikler. En fagfellevurdering innebærer at artiklene er vurdert og godkjent av andre fagpersoner innen samme fagfelt (Dalland, 2010, s. 80). Jeg har òg vurdert kildenes troverdighet gjennom å undersøke hvem forfatterne av artiklene er, hva slags bakgrunn de har, og hvor artiklene er publisert, slik Dalland (2010) påpeker er viktig ved vurdering av kilder.

Jeg har tatt utgangspunkt i litteratur skrevet av anerkjente fagpersoner, som blant annet John Bowlby, Lars Smith, Kari Killén, Ida Brandtzæg, Stig Torsteinson og Vigdis Bunkholdt. Gjennom å søke etter informasjon om forfatterne, og hva slags bakgrunn de har, har jeg forstått at dette er fagpersoner som har bred faglig kompetanse på feltet, og som har bidratt med forskning omkring tilknytning. Jeg anser derfor deres formidling av kunnskap om tilknytning som troverdig. Jeg har valgt å vektlegge internasjonal litteratur og forskning, da mye av forskningen på feltet er gjort i utlandet. I disse tilfellene har jeg undersøkt om tidsskriftene er fagfellevurdert, dette for å sikre kildenes troverdighet.

Oppgaven er skrevet basert på en kombinasjon av primær- og sekundærkilder. Primærkilder kan defineres som ”råmaterialet”, der forskeren selv presenterer sine funn (Dalland, 2010). Jeg har blant annet brukt deler av Bowlby sine originaltekster, som regnes som primærkilder, for å forklare tilknytningsteori. Sekundærkilder er fortolkninger av andres arbeid (Dalland, 2010). Som Dalland påpeker, må man ved bruk av sekundærkilder være oppmerksom på at budskapet - gjennom forfatterens egen fortolkning - kan ha endret innhold. Dette er noe jeg har vært bevisst på, blant annet ved å sammenligne utsagn med flere kilder. Sekundærlitteratur er også brukt som mer utfyllende litteratur, slik som gjennom eksempler.

### **3.0 Det teoretiske og empiriske grunnlaget for tilknytning**

#### **3.1 Tilknytningsteori**

Tilknytningsteori regnes nå som et eget fagområde innen utviklingspsykologi. Menneskets utvikling er det sentrale tema i utviklingspsykologien, og som en del av denne kunnskapen inngår teori og forskning om tilknytning (Bunkholdt, 2010). Vi må tilbake til 1940- tallet for å finne de første vitenskapelige studiene av barns tilknytning (Smith, 2002, s. 13). På denne tiden knyttet forskningen seg til hva forhold tidlig i barnets liv hadde å si for personlighetsutviklingen. Mer spesifikt gjaldt dette undersøkelser av barn som opplevde hyppige utskiftninger av morsfigur, samt barn som hadde lengre tids opphold i institusjoner i løpet av sine første leveår (Bowlby, 1988). Likevel er det John Bowlby – med sine studier av tilknytning mellom foreldre og barn – som regnes som grunnleggeren av tilknytningsteorien. Bowlby var opptatt av barnets nære relasjoner til sine omsorgsgivere, og foretok observasjoner av hvordan barnet reagerer i forbindelse med separasjon fra foreldre (Smith, 2002, s. 13). I perioden 1969–80 utarbeidet Bowlby en omfattende triologi om tilknytning og

tap, og dette pionerarbeidet utgjør et fundament for moderne teori om tilknytning mellom barn og foreldre (Brandtzæg et al., 2011).

Tilknytningsteori tilbyr en forklaring på hvorfor relasjonen mellom barnet og dets omsorgsgivere er helt fundamentalt i menneskets utvikling. Bowlby (1988) mente at barnet har et grunnleggende biologisk behov for å oppnå tilknytning, og at barnet – gjennom såkalt tilknytningsatferd – søker beskyttelse fra omsorgsgiver. Vi er på denne måten innrettet for overlevelse. Evolusjonsmessig har den atferden som er med på å sikre individets overlevelse en selektiv fordel, og overføres gjennom generasjoner (Brandtzæg et al., 2011).

Bowlby introduserte begrepene *tilknytning* og *tilknytningsatferd*. At barnet er tilknyttet noen vil si at barnet har en disposisjon for å søke fysisk nærhet til spesifikke personer. Bowlby (1988) antok at tilknytningen var en relativt stabil tilbøyelighet ved barnet som var til stede over tid og situasjoner, og mente at barn etablerer tilknytning til én eller få personer. Selve måten barnet sikrer seg nærhet til omsorgsperson eller andre på, skjer ved at barnet utøver former for tilknytningsatferd. Tilknytningsatferden er en del av et motivasjonelt atferdssystem. Killén (2013, s. 52) beskriver atferdssystemet som et system for hvordan barnet skal opptre for å være sikret beskyttelse og nærhet av omsorgsperson, og at tilknytningsatferden på denne måten har viktige funksjoner for barnet. Atferden kommer i følge Bowlby (1988) til uttrykk på alle alderstrinn, men er mest fremtredende blant små barn. Gjennom for eksempel gråt, smil og fysisk kontakt kan barnet øke sannsynligheten for å nærme seg tilknytningspersonen (Smith, 2002). Dette er spesielt tydelig i situasjoner som oppleves som truende for barnet, eller dersom barnet er redd eller trøtt, og har behov for omsorg (Bowlby, 1997). Tilknytningsatferden kan dermed aktiveres og deaktiveres alt etter hvordan barnet opplever situasjonen - og er på den måten avhengig av omstendighetene - i motsetning til tilknytning, som vi så er en mer stabil tilbøyelighet (Bowlby, 1988).

Bowlby og Ainsworth mente at barn er biologisk predisponert til å bruke omsorgsgiver – som oftest mor – som en såkalt *trygg base* i situasjoner der barnet utforsker omgivelsene på egenhånd (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 2008). Når omsorgsgiver fungerer som en trygg base vil barnet søke denne personen når det trenger trøst, støtte eller beskyttelse (Bowlby, 1988). Den trygge basen kan derfor ses på som et sted der barnet ”lades opp”, gjennom at det blir fysisk og emosjonelt ivaretatt. Bare vissheten om at omsorgsgiver er tilgjengelig *dersom* det har behov for det, trygger barnet på den måten at det også kan



undersøke omgivelsene i større grad enn barn som ikke har denne forventningen om å bli ivaretatt (Bowlby, 1988).

### 3.1.1 Barnets modell av seg selv og omverden

I følge Bowlby (1988) utvikler barnet et mentalt bilde av seg selv og sine omsorgsgivere, basert på tidligere erfaringer med vedkommendes tilgjengelighet og evne til å gi respons på barnets signaler. Bowlby omtalte dette som *indre arbeidsmodeller*. På den ene siden inneholder arbeidsmodellene informasjon om hvem barnets tilknytningspersoner er, hvor disse kan finnes, og hvor responsive barnet forventer at de er (Smith, 2002, s. 46). På den andre siden er arbeidsmodellene knyttet til barnets egne tanker om seg selv, og hvordan det føler det hensiktsmessig å opptre overfor foreldrene (Bowlby, 1988). Denne delen av arbeidsmodellen omhandler barnets forestilling om hvor verdsatt og kompetent det er, sett med tilknytningspersonens øyne (Smith, 2002, s. 46). Barnets indre arbeidsmodell påvirker tilknytningssystemet; hvis barnet forventer at omsorgspersonen er responsiv, vil dette vises gjennom at barnet er tryggere under utforskning av omgivelsene (Smith, 2002). Bowlby (1988) mente at de indre arbeidsmodellene hadde flere sentrale funksjoner for utvikling, blant annet ved at de utvikler seg til bredere representasjoner av en selv og sine tilknytningspersoner. I tillegg mente Bowlby at arbeidsmodellene fungerer som normer for barnet i senere relasjoner til andre mennesker (referert i Smith, 2002).

I følge Bretherton (referert i Zimmermann, 1999, s. 292) kan de indre arbeidsmodellene sammenlignes med såkalte "skjema" som utgjør organiserte representasjoner av tidligere opplevelser, og som vil fungere som en rettesnor for fremtidig atferd. Skjemaene inneholder forklarende og prosessuell kunnskap om interaksjoner. Det vil si at de både påvirker barnets vurderinger i samhandlingssituasjoner, samt den atferden barnet viser. De indre arbeidsmodellene er på den måten med på å regulere barnets indre følelsesmessig kommunikasjonen (dets følelser, minner og vurderinger) og kommunikasjonen til andre (Bretherton, referert i Zimmermann, 1999, s. 293). Dette skjer i følge Main et al. (referert i Zimmermann, 1999, s. 292) på et ubevisst nivå, og basert på barnets tidligere tilknytningsrelevante erfaringer.

Bowlby sine beskrivelser av tilknytning er en normativ teori, det vil si en teori som forklarer hva som kjennetegner barns utvikling på ulike alderstrinn. Dette blir gjort med utgangspunkt i de universelle aspektene ved tilknytning (Smith, 2002).

Som Killén (2013, s. 66) påpeker, har tilknytningsteorien også sine begrensninger. Hun viser til at tilknytningsteori er en generell teori, på den måten at den legger for lite vekt på individuelle forskjeller. Videre tar teorien i for liten grad hensyn til at barnets utvikling er en del av en kompleks prosess som må forstås ut fra en ”multifaktoriell, helhetlig referanseramme” (Killén, 2013, s. 67). Jeg tolker det slik at det er nødvendig å se tilknytning i et større bilde der flere faktorer spiller inn i utvikling av tilknytning.

### 3.2 Tilknytningens kvalitet

I videreutviklingen av tilknytningsteorien har man vektlagt å undersøke *kvaliteten* på tilknytning, og hvordan barn utvikler trygge eller utrygge tilknytningsrelasjoner til sine omsorgspersoner (Bunkholdt & Sandbæk, 2008). Tilknytning etableres uavhengig av den omsorgen barnet får, så sant det er stabilitet i kontakt med omsorgsperson, slik Bowlby viste. Selve kvaliteten på tilknytningen kan derimot variere, og gjenspeiler barns ulike omsorgserfaringer (Weinfield et al., 2008, s. 78). Slik Wennerberg (2011) beskriver, handler dette om hvorvidt barnet i tilstrekkelig grad har fått den fysiske og psykologiske nærhet og forståelse som kreves. Erfaringene nedfeller seg i barnets indre arbeidsmodeller, og danner et grunnlag for etablering av trygg eller utrygg tilknytning (Weinfield et al., 2008). Barn som har opplevd at omsorgsgiver er ustabil i sin tilgjengelighet overfor barnet, for eksempel i situasjoner der barnet har følt seg truet, har en utrygg tilknytning. Barnet kan oppleve å bli avvist når det søker kontakt, eller at omsorgsgiver ikke er konsistent i sine responser overfor barnet. Motsatt vil barn som opplever at omsorgspersonen tilgjengelig, og som beskytter og støtter barnet, utvikle en trygg tilknytningsrelasjon (Weinfield et al., 2008).

I følge Bowlby (referert i Dozier, Stovall-McClough & Albus, 2008, s. 718) er barnets tilknytning til omsorgsgiver helt sentral for videre utvikling, og påvirker barnet både via de indre arbeidsmodellene, og gjennom de strategiene barnet har for å behandle tilknytningsrelaterte tanker og følelser. Bowlby antok at barn med utrygg tilknytning er mer sårbare for utvikling av psykopatologi (referert i Dozier et al., 2008, s. 718). Grunnen til dette er at barnet utvikler negative representasjoner av seg selv og andre, og på den måten kan få uhensiktsmessige strategier for å håndtere tanker og følelser i forbindelse med at tilknytningssystemet er utilgjengelig eller lite responderende. Strategiene kan gå på bekostning av mer realistiske vurderinger av situasjoner, noe som – slik jeg tolker det – kan gå utover barnets senere fungering (Dozier et al., 2008). I neste delkapittel vil det bli beskrevet hvordan strategiene kommer til uttrykk i situasjoner der barnets tilknytningssystem aktiveres, og hvordan de varierer med barnets tilknytningsmønster.

Tilknytningsforskningen har i stor grad vært opptatt av hvilke konsekvenser tilknytning har. En trygg tilknytningsrelasjon i spedbarnsalderen knyttes til mange positive utfall (Smith, 2002). Blant annet fremheves utvikling i forhold til evne til å inngå i relasjoner, forståelse av emosjoner, selvfølelse og psykisk utvikling (Thompson, 2008).

Tilknytningsprosessen gir også et grunnlag for barnets evne til emosjonsregulering (Smith, 2002). Emosjonsregulering handler om å mestre emosjonelle uttrykksformer, og å kunne tilpasse de emosjonelle uttrykkene til ulike sammenhenger (Tetzchner, 2012). Gjennom det tidlige samspillet er omsorgspersoner med på å gi barnet dets første erfaringer med hva som fører til ulike emosjoner, og måter å håndtere følelsesmessige situasjoner på (Tetzchner, 2012, s. 488). I følge Schore (2001) kan tilknytningsteori anses som en reguleringsteori – der det tidlige samspillet bidrar til modning av hjernesystemer som er involvert i affekt- og selvregulering. Studier antyder at barn med trygg tilknytning er bedre i stand til å regulere sine emosjoner, enn barn med utrygg tilknytning (Schore, 2001). Dette fordi spesifikke områder i hjernen som har med emosjonsregulering å gjøre, påvirkes av det tidlige samspillet (Schore, 2001).

Det har òg vært undersøkt hva slags betydning indre arbeidsmodeller med trygg tilknytning har å si for emosjonsregulering. Zimmermann (1999) gjennomførte en studie der han blant annet så på sammenhengen mellom indre arbeidsmodeller og evne til emosjonsregulering blant tenåringer – dette basert på deres tilknytningsbakgrunn. For å måle emosjonsregulering ble ungdommene bedt om å ta stilling til hendelser som omfattet sosial avvising. Resultatene fra studien antydet at en indre arbeidsmodell basert på trygg tilknytning (i barndom), var relatert til mer tilpasningsdyktig emosjonsregulering. Dette kom til uttrykk gjennom større fleksibilitet i vurdering av situasjoner, gjennom å finne passende løsninger på situasjonene, og ved at ungdommene i større grad visste hvordan og hvorfor de følte som de gjorde i sosiale interaksjoner (Zimmermann, 1999).

### **3.2.1 Tilknytningsmønstre**

Hvorvidt tilknytningen er trygg eller utrygg, vil påvirke barnets utforskningsatferd og evne til å mestre omgivelsene. Gjennom å se på hvordan barn balanserer behovet for beskyttelse, trøst og omsorg, samt barnets ønske om å utforske miljøet, måler man tilknytningens kvalitet (Weinfeld et al. 2008). Dette ble dokumentert av Mary Ainsworth og hennes medarbeidere gjennom studier av barns atferd i den såkalte ”Fremmedsituasjonen”. Fremmedsituasjonen er en prosedyre beregnet for barn mellom 12 og 20 måneder, og tar for seg situasjoner med

atskillelse og gjenforening mellom barn og tilknytningsperson, samt hvordan barnet forholder seg til en fremmed person (Smith, 2002). I slike situasjoner aktiveres barnets tilknytningssystem. Med utgangspunkt i de atferdsmønstrene som var gjennomgående hos barna i Ainsworth sine studier ble det utarbeidet tre kategorier av tilknytningsmønstre; trygg, unnvikende og ambivalent. Basert på Main og Solomon (1986) sine undersøkelser (referert i Brandtzæg et al., 2011, s. 31) er det i ettertid tilføyd en fjerde kategori - desorganisert – da man fant at ikke alle kunne plasseres inn i klassifiseringen Ainsworth mfl. utarbeidet.

*Trygg tilknytning* kjennetegnes ved at omsorgsgiver erfaringsmessig svarer på barnets behov, samtidig som barnet opplever å bli forstått. I fremmedsituasjonen er barnet nysgjerrig på omgivelsene, dette med visshet om at omsorgspersonen er tilgjengelig. Omsorgspersonen fungerer som en trygg base. Ved atskillelse blir trygt tilknyttede barn urolig, og ved gjenforening oppsøker barnet omsorgspersonen, samt signaliserer kontakt gjennom smil og gester. Barnet kan la seg trøste av den fremmede, men viser preferanse for omsorgsgiver. Når barnet har latt seg trøste og er roet, vil det vende tilbake til eksplorering av omgivelsene (Smith, 2002). Som Bunkholdt & Sandbæk (2008) skriver, vil barnets visshet om omsorgsgivers tilgjengelighet, sensitivitet og aksept bidra til at barnet får en trygg overbevisning om at det kan stole på omsorgsgiver.

Barn med *utrygg-unnvikende* tilknytning opplever en mer avfæiende form for omsorg, og responderer på dette gjennom å opptre slik de *tror* foreldrene ønsker. Barnet kan oppleves som svært selvstendig i væremåte (Brandtzæg et al., 2011). Det utrygge-unnvikende barnet gir lite uttrykk for følelser i forbindelse med separasjon og gjenforening, noe som beskrives som en minimerende strategi. Når barnet gjenforenes med omsorgsgiver viser barnet unngåelsesatferd, for eksempel ved å snu seg vekk. Barnet gjør lite for å opprettholde kontakt med omsorgsgiver, og kan være mer responderende overfor fremmede (Smith, 2002). Basert på disse erfaringene, er barnets forventninger om å bli ivaretatt av omsorgsgiver, lave. I tillegg kan barnet ha forestillinger av seg selv som lite verdt (Bunkholdt & Sandbæk, 2008).

Ved *utrygg-unnvikende* tilknytning er barnas omsorgsgivere i liten grad sensitive overfor barnets behov og følelser. For å øke muligheten for kontakt vil barnet gjøre mer ut av seg for å bli lagt merke til (Brandtzæg et al., 2011), og tar i bruk det som kan defineres som maksimerende strategi for å vise sitt tilknytningsbehov. Et barn som har et utrygt-ambivalent tilknytningsmønster viser tydelige tegn på uro i fremmedsituasjonen, og er lite opptatt av å utforske omgivelsene. Ved atskillelse blir barnet svært engstelig og lei seg, og lar seg ikke

trøste – heller ikke av omsorgspersonen ved gjenforening. Barnet gir villedende signaler når det gjenforenes med omsorgsgiver; det ønsker kontakt, samtidig som det motsetter seg å bli trøstet (Smith, 2002).

Barn som vokser opp i et omsorgsmiljø preget av mishandling/vanskjøtsel, der omsorgspersonen har psykiatriske vansker eller selv ikke har klart å bearbeide alvorlig traumatiske hendelser, risikerer å utvikle en *desorganisert tilknytning* (Smith, 2002). Barnet opplever omsorgspersonen som skremmende, eller at omsorgspersonen selv virker skremt i tilknytningsrelevante situasjoner (Brandtzæg et al., 2011). For barnets del aktiveres ofte frykt, fordi det kan oppleve å bli truet eller forvirret i forbindelse med omsorgsgivers responser. Dette fører til at barnet ikke har ett spesifikt tilknytningsmønster, eller mestringsstrategi, men istedenfor kan vise mange forskjellige reaksjoner ved atskillelse og gjenforening med omsorgsgiver; alt fra å ville tilnærme seg omsorgsgiver, til å utrykke direkte frykt idet omsorgsgiver nærmer seg barnet (Smith, 2002). Som Kvello (2010) beskriver, kan den motstridende atferden i stressede situasjoner komme til uttrykk ved at barnet smiler, samtidig som det gråter.

Tilknytningsmønstrene viser hvordan relasjonen barnet har til omsorgsgiver skaper en grunntillitt hos barnet som kommer til uttrykk gjennom atferd (Wennerberg, 2011).

Tilknytningsmønstrene er, som nevnt tidligere, basert på observasjoner av barns tilknytningskvalitet i situasjoner der tilknytningssystemet aktiveres, og gjennomføres når barnet er i sitt andre leveår. Men er tilknytningsmønsteret barnet har på dette tidspunktet, varig? I en litteraturgjennomgang av studier som har sett på stabiliteten i tilknytningsmønster, fant Zachrisson (2005) varierende resultater med hensyn til stabilitet. Longitudinelle studier av tilknytningsmønster viser at barnets tilknytningsmønster ikke nødvendigvis er varig, men at endringer i tilknytningsmønster kan knyttes til endringer i familiesituasjon, eller stressende livshendelser. Zachrisson konkluderer her med at endring i mønstre kan skje som følge av et komplekst samspill mellom barnets representasjoner og barnets aktuelle livssituasjon (Zachrisson, 2005, s. 319).

### 3.3 Utvikling av tidlig tilknytning

Barnet er allerede fra fødselen av et sosialt orientert vesen, og som nevnt er dette en biologisk beskyttelsesfunksjon som er selektert fordi den fremmer overlevelse. Et nyfødt barn er, som Bowlby (1988) påpekte, helt avhengig av omsorg og beskyttelse for å overleve – og tilknytningen spiller dermed en viktig rolle. Spedbarn er sensitive overfor sosial stimulering fra fødselen av, men etablerer ikke tilknytning til viktige omsorgspersoner før det er i sitt andre levehalvår (Smith, 2002). Som beskrevet av Brandtzæg et al. (2011), går barnet gjennom flere utviklingsmessige forandringer fra seksmåneders alder og utover i det andre leveåret – endringer som har betydning for tilknytningsprosessen: I denne perioden etablerer barnet nye former for tilknytningsatferd. Barnet kan selv fysisk oppsøke omsorgsgiver, og på den måten ta initiativ til å regulere avstanden ved behov. Barnet viser også tydeligere preferanse for bestemte personer. Videre utvikles barnets kognitive ferdigheter, noe som innebærer at barnet kan ha en indre forestilling om hva det ønsker å oppnå, samt utsette sine handlingsimpulser for i større grad å planlegge handlingene ut fra hvilket formål det har. Dette kan for eksempel være å planlegge hvordan det skal komme i kontakt med omsorgspersonen. Basert på tidligere erfaringer kan barnet forutsi noe om omsorgsgivers tilgjengelighet eller atferd, og det påvirker barnets egen atferd, gjennom for eksempel tilknytningsatferd (Brandtzæg et al., 2011). Her ser vi hvordan de indre arbeidsmodellene gradvis etableres gjennom barnets relasjonelle erfaringer. En annen viktig utviklingsmessig endring skjer i barnets evne til å kommunisere. Barnet kan uttrykke sine intensjoner med handling, først gjennom signaler, og senere gjennom å uttrykke seg språklig. På den måten oppnår barnet en felles oppmerksomhet med omsorgsgiver (Brandtzæg et al., 2011).

Tilknytning handler ikke kun om barnets evne til å knytte seg til andre. Som Mæhle (2008, s. 45) fremhever, er tilknytning relasjonell. Både forhold ved barnet og foreldrene har betydning for tilknytningsprosessen. Barnet er aktivt med på å bidra til tilknytning gjennom tilknytningsatferd, og foreldrene vil (i ulik grad) respondere på denne atferden (Bunkholdt, 2010). Innen utviklingspsykologien er man opptatt av å forstå hvordan ulike faktorer har positiv og negativ påvirkning på barnets utvikling (Tetzchner, 2012). Enkelte faktorer ved barnet kan fungere som risikofaktorer for utvikling, som for eksempel for tidlig fødsel, lav fødselsvekt og rusmiddelbruk under svangerskapet (Killén, 2013, s. 72). I tillegg er barn forskjellige med hensyn til egenskaper. I tilknytningssammenheng blir ofte barnets temperament trukket frem som en viktig komponent. Med det menes det at barnets

temperament påvirker samspillet med omsorgsgivere (Killén, 2013). Thomas, Chess og Birch (referert i Bunkholdt & Sandbæk, 2008, s. 113) fant at barn kan ha ulike temperamentskjennetegn, og skilte mellom ”lett” og ”vanskelig” temperament. Barn med et vanskelig temperament er i større grad urolige, har dårligere døgnrytme, tilpasser seg i mindre grad forandringer, og kan oppleves som vanskelig å trøste. Barnet er derfor ofte mer krevende, og stiller omsorgsgiverne overfor andre type utfordringer i foreldrerollen. Omsorgsgivers evne til å møte barnet ut fra dets forutsetninger, vil være viktig (Bunkholdt & Sandbæk, 2008). Videre er foreldrenes psykiske helse, personlighet, ressurser og omsorgsutøvelse blant faktorene som virker inn på tilknytningsrelasjonen (Brandtzæg et al., 2011). Også foreldrenes egne erfaringer fra barndommen – som er nedfelt i deres indre arbeidsmodeller - har vist seg å ha betydning for barnets utvikling av tilknytningstrygghet. Det er for eksempel vist at foreldre som selv har en utrygg tilknytningsstil, i større grad kan være insensitive i omsorgsutøvelse (Verschueren m.fl., referert i Kvello, 2010, s. 101). Dette kan komme til uttrykk ved at omsorgsgiver er mindre fleksibel og er mer overkontrollerende i regulering av barnet, og at barnet på den måten blir mer usikker, og ikke oppnår en trygg tilknytning til omsorgsgiver (Verschueren m.fl., referert i Kvello, 2010, s. 101). Som Killén (2013) formulerer det; *barndommen varer ikke bare livet ut – den varer i generasjoner.*

### **3.3.1 Sensitivt samspill og mentalisering**

Ainsworth og medarbeidere (referert i Killén, 2013, s. 56) vektla egenskaper som sensitivitet og responsivitet som grunnleggende for utvikling av trygg tilknytningsrelasjon. Å være sensitiv i omsorg handler om å kunne respondere adekvat på barnets individuelle trekk og behov (Brandtzæg et al., 2011). Ved manglende sensitivitet kan omsorgsgiver være avvisende og ignorerende overfor barnet, og ikke fange opp barnets signaler (Bowlby, 1988). Sensitivitet i omsorgsutøvelse er også knyttet til foreldrenes evne til mentalisering/refleksiv fungering. Mentalisering handler om evnen til å kunne forestille seg mentale tilstander hos seg selv og andre (Fonagy & Target, 1997). I forlengelsen av begrepet, handler refleksiv fungering om å kunne *formidle* denne forståelsen i interaksjon med andre (Slade, 2005, s. 269). Fonagy & Target (1997) vektlegger at en sensitiv omsorgsgiver kan knytte barnets fysiske behov med dets indre intensjon, og at barnet på den måten opplever et samsvar mellom dets indre og ytre opplevelse av sine behov. Jeg forstår det slik at foreldre i ulik grad kan gjøre denne koblingen mellom indre og ytre opplevelse, alt etter hvilken evne de selv har til mentalisering, og som de uttrykker gjennom refleksiv fungering. Slade (2005, s. 273-274) fremhever også refleksiv fungering som en viktig komponent for å kunne være sensitiv i foreldreomsorg, og viser til at

evnen kan uttrykkes i ulik grad. Ved lav refleksiv fungering vil foreldrene i liten grad kunne forestille seg barnets indre opplevelse, og de bruker ikke sine egne indre opplevelser for å kunne være sensitive i sin respons på barnets signaler. Dersom et barn klenger på moren, kan moren svare; *hun klenger på meg, men hun har det fint*, fremfor å reflektere over det uttrykket barnet viser for å være redd/utrygg (Slade, 2005). Foreldre som har en god utviklet evne til refleksiv fungering kan på en mer kompleks måte knytte barnets indre opplevelse til barnets atferd. Et eksempel er når et barn uttrykker frustrasjon, og omsorgsgiver responderer slik; ”(...) jeg kan forsøke å løfte henne opp, og hun vil åpenbart ikke bli løftet opp - fordi hun er midt i selve det å være sint, og jeg forstyrret henne” (Slade, 2005, s. 279).

I følge Fonagy & Target (1997, s. 679) er refleksiv fungering en utviklingsmessig tilegnelse. Det vil si at evnen til mentalisering utvikles i spedbarnsalderen og gjennom at omsorgsgiver kan tre inn i barnets mentale verden. På den måten blir barnet i stand til å respondere på dets oppfatning av andres følelser, intensjoner og planer (Fonagy & Target, 1997). Mentalisering fremheves også som essensielt for å kunne skape gode, nære og langvarige interaksjoner. Dette fordi man i større grad kan attribuere mentale tilstander til atferd hos seg selv og andre (Brandstæg et al., 2011). Jeg tolker det slik mentalisering gjør det enklere å forstå intensjonen med handlinger.

Fonagy og Target (1997) fremsatte en hypotese om at mentalisering gjør foreldre i stand til å - på riktig måte - speile barnets indre tilstander slik at *barnet vet hva det selv føler*. Jeg vil illustrere denne egenskapen gjennom et eksempel, som er min sammenfatning av Skårderud & Sommerfeldt (2008) sine beskrivelser:

Et lite barn som gråter kan være sulten, trøtt, eller kanskje redd. Gjennom ansiktsuttrykk og språk kan foreldrene uttrykke at de forstår at barnet føler ubehag, og på den måten speiler de barnets følelser. Parallelt forsøker foreldrene å regulere barnets affektive tilstand – dette ved å trøste barnet gjennom handlinger, smil, sang osv. På den måten opplever barnet at foreldrene tar ansvar. Barnet lærer å kjenne sin egen mentale tilstand, og at dets egen sinnstemning er separat fra omsorgsgivers. Foreldrene markerer både likhet og forskjell i interaksjonen med barnet; de viser en forståelse for barnets indre tilstand, at dette er en gyldig følelse, og møter barnet på denne følelsen (Skårderud & Sommerfeldt, 2008). Slik jeg tolker dette, vil barnet erfare at det har en *egen* indre mental tilstand, og på den måten skapes et grunnlag for evnen til å mentalisere. Vi ser også hvordan omsorgsgivers evne til å fange opp barnets mentale tilstand, blir viktig. Fonagy m.fl. (referert i Brandstæg et al., 2011, s. 103) fant at foreldre med



god mentaliseringsevne har større sannsynlighet for å få barn med trygg tilknytning. Dette er óg bekreftet i flere studier (Jf Fonagy, Gergely, & Target, 2008, s. 795; Slade, 2005).

## 4.0 Diskusjon

Til nå i oppgaven har vi sett hva tilknytning er, hvilke faktorer som bidrar til at det skapes et følelsesmessig bånd mellom barnet og omsorgsgiver, og at barnets erfaringer nedfeller seg i dets videre utvikling. Tilknytning er et komplekst fenomen, og det er vanskelig å isolere enkeltfaktorer i tilknytning som kan være med på å predikere utvikling. Diskusjonen vil derfor handle om å se på hvordan faktorene henger sammen, og hvordan de *samlet sett* kan påvirke barnets sosiale og emosjonelle utvikling, samt disposisjon for utvikling av mentale lidelser. Av funnene jeg har gjort i denne litteraturstudien, markerer tre hovedtemaer seg som sentrale for barnets utvikling; tilknytningskvalitet, mentalisering og indre arbeidsmodeller. Med utgangspunkt i dette skal jeg diskutere faktorenes relevans i forhold til oppgavens problemstilling;

*på hvilken måte påvirker tidlig tilknytning barnets sosiale og emosjonelle utvikling?*

### 4.1 Betydningen av tilknytningens kvalitet

I følge Bowlby danner den tidlige tilknytningen et grunnlag for senere utvikling, og følger oss, slik han uttrykte det, "fra vugge til grav" (Bowlby, 1997, s. 208). Bowlby vektla den varme, kontinuerlige relasjonen til omsorgsgiver, og mente denne fremmet barnets senere psykisk helse og velvære (Thompson, 2008). Som vi har sett, er omsorgsgivers evne til sensitivitet og refleksiv fungering i samspill med barnet med på å bidra til at barnet får en trygg tilknytningsrelasjon, og at omsorgsgiver fungerer som en trygg base.

På den ene siden kan vi trekke fram tilknytningens kvalitet som en sentralt faktor i barnets utvikling, dette gjennom erfaringene barnet gjør i de tidlige interaksjonene med omsorgsgiver. Bowlby & Ainsworth mente at tilknytningstrygghet hadde en svært viktig betydning for barnets selvforståelse, dets senere evne til å inngå i nye relasjoner, og for utvikling psykopatologi (ref. i Thompson, 2008, s. 348). Barnets strategier for å oppnå kontakt med omsorgsgiver påvirkes i følge Bowlby av tilknytningsrelasjonen, slik vi så i presentasjonen av tilknytningsteorien; et barn med en utrygg tilknytning vil - i motsetning til et trygt tilknyttet barn - måtte tilpasse atferden for å kunne være sikret relasjon og kontakt med tilknytningspersonen.

Dozier et al. (2008) beskriver nærmere hvordan barn med utrygg tilknytning gjennom såkalte minimerende og maksimerende strategier kan gi uttrykk for sine tilknytningsbehov. Minimerende strategier er relatert til det utrygt-unnvikende tilknytningsmønsteret, og maksimerende strategier til det utrygt-ambivalente. Barnet gjør en tilpasning for å redusere redselen det har i situasjoner som oppleves som truende (Wennerberg, 2011). Barnet kan flytte oppmerksomheten enten *vekk* fra (minimerende strategi) eller *mot* (maksimerende strategi) den situasjonen det opplever som ubehagelig, og fra opplevelsen av at omsorgsgiver er utilgjengelig (Dozier et al., 2008). Slik jeg forstår det, får barnet på den måten et fordreid bilde av virkeligheten - fordi det mangler evnen til å vurdere om en situasjon virkelig er truende, og i stedet for må ta i bruk strategier for å håndtere frykten (Main & Goldwyn 1984; Main et al., 2003, ref. i Dozier et al., 2008, s. 719). Dette kan øke risikoen for å utvikle psykopatologi. Ved bruk av minimerende strategier kan barnet få mer begrenset tilgang til sine egne følelser, og gjøre det sårbart for utvikling av eksternaliserende forstyrrelser. I motsatt tilfelle, der barnet maksimerer, er barnet mer utsatt for internaliserende forstyrrelser (Dozier et al., 2008, s. 718-719).

Også Weinfeld et al. (2008) fremhever betydningen av tilknytningskvalitet, og at utrygg tilknytning kan øke risikoen for utvikling av psykopatologi. For eksempel har barn med unnvikende tilknytningsmønster ofte lavere frustrasjonstoleranse, og er mer engstelig, fordi de stadig er vaktsumme for om omsorgsgiver er der når barnet trenger omsorg og beskyttelse. I og med at omsorgsgivers tilgjengelighet oppleves som uforutsigbart for barnet, lever barnet med en frykt å bli alene (Bowlby, 1973; Ainsworth & Stayton, 1973, ref. i Weinfeld, 2008, s. 87). Dette kan gjøre dem mer sårbare for å utvikle angstlidelser. Det er viktig understreke at utrygg tilknytning utgjør en *risikofaktor* for en slik utvikling, og at flere faktorer er med på å virke inn på utvikling av psykopatologi (Sroufe, ref. i Weinfeld et al., 2008, s. 90)

Man kan òg argumentere for at tilknytningskvalitet er viktig for utvikling av sosial kompetanse, i og med at barnet på grunnleggende måter formes av de relasjonelle erfaringene det gjør med omsorgsgivere. Barnet utvikler en forventning om senere relasjoner, og hvordan det skal opptre overfor andre (Elicker, Englund, & Sroufe, 1992; Gianino & Tronick, 1988. Pastor, 1981, referert i Weinfeld et al., 2008, s. 85). Barn med utrygg tilknytning kan i samhandlingssituasjoner forvente avvising eller uforutsigbarhet i respons fra andre. Slik jeg forstår det, vil barn med utrygg tilknytning, og som har erfart at omsorgsgiver er lite sensitiv og tilgjengelig, lære at interaksjon med andre ikke er konsistent. Barnet vet ikke hva det kan forvente. Trygt tilknyttede barn utvikler evne til "atferdsmessig resiprositet" (Weinfeld et al.,

2008, s. 85). Jeg tolker det slik at barnet i større grad kan veksle mellom måter å opptre på overfor andre. I følge Weinfield et al. (2008) bidrar dette til at barnet får større opplevd selvkontroll, og tilegnelse av ferdigheter som er nyttige for samhandling med andre. Dette støttes av Sroufe, Coffino & Carlson (2010), som fremhever at spedbarn som har erfart å ha omsorgsgivere som er responsive i omsorg, også har positive forventninger til nye relasjoner. Her ser vi hvordan kvalitet på tilknytning på ulike måter kan virke inn på hvordan barnet opptrer i sosiale sammenhenger, samt den tillitten barnet har til andre og seg selv.

Selv om tilknytningskvalitet – via barnets tilknytningsmønster – viser seg å påvirke barnets utvikling på ulike måter, er det på den andre siden ikke slik at tilknytningsmønsteret barnet har på et gitt tidspunkt, nødvendigvis følger barnet videre. Slik Zachrisson (2005) kom fram til, kan for eksempel endringer i familiebetingelser føre til at barnets tilknytningsmønster også endres. Dette indikerer at den tidlige tilknytningen - under forutsetning av at omsorgsforholdene er relativt stabile - kan predikere visse former for utvikling.

#### 4.1.1 Utviklingsmessige konsekvenser

En annen side ved tilknytningskvalitetens betydning, er at det kan gi langsiktige alvorlige, utviklingsmessige konsekvenser. Som Thompson (2008) beskriver i artikkelen ”*Early attachment and Later Development*”, har det innen flere fagområder vært stor interesse for det fundamentet som legges i løpet av barndommen, og det er gjennomført mange studier i forbindelse med dette. En av de er ”Minnesota Longitudinal Study”, en omfattende longitudinell studie der en har sett på betydningen av tidlige erfaringer (Sroufe et al., 2010). Resultatene fra studiene viser varierende grad av utviklingsmessige konsekvenser, alt etter hvilket utviklingsområde man tar utgangspunkt i. På ett område er likevel sammenhengene sterke - dette for det mest avvikende tilknytningsmønsteret, desorganisert tilknytning. Som beskrevet, har barn med desorganisert tilknytning enten blitt direkte traumatisert (at det selv blir mishandlet) eller indirekte traumatisert (via omsorgsgivers ubearbejdede traumer som får konsekvenser i omsorgsutøvelse). Desorganisert tilknytning relateres til mange indikatorer for senere utvikling av psykopatologi, deriblant ulike former for personlighetsforstyrrelser (Sroufe et al., 2010, s. 5). Forstyrrelse i tilknytningsrelasjon er i dag også en klinisk diagnose, noe som fremkommer i diagnosesystemene ICD-10 og DSM IV (Smith, 2002). I ICD-10 skilles det mellom to former for tilknytningsforstyrrelse, henholdsvis reaktiv tilknytningsforstyrrelse, og udiskriminerende tilknytningsforstyrrelse (Brandtzæg et al., 2011). Tilknytningsforstyrrelser settes i sammenheng med alvorlig omsorgssvikt, og svikt i mulighet til å kunne etablere tilknytning (som for eksempel ved hyppige utskiftninger av

omsorgspersoner) (Helsedirektoratet, 2015). Her ser vi hvordan relasjoner preget av tap eller misbruk kan gjøre barnet mer sårbart for utvikling av psykopatologi, slik også Bowlby argumenterte for.

#### **4.1.2 Kvalitet på tilknytning og emosjonsregulering**

Tilknytningskvalitetens viktige betydning for barnets utvikling finner óg støtte innen forskning på hjernes tidlige utvikling, slik vi så tidligere i oppgaven. En trygg tilknytningsperson vil i følge Schore (2001, s. 14) på et ”intuitivt, ubevisst nivå kontinuerlig regulerer barnets skiftende følelsesmessige aktivering, og dermed også dets emosjonelle tilstand”. Barnet vil – basert på omsorgsgivers evne til å regulere det – utvikle egen kapasitet for mestring av stressende situasjoner, og disse erfaringene nedfeller seg i hjernens struktur. I løpet av barnets to første leveår antas det å være en sensitiv periode for utvikling knyttet til delene av hjernen som medierer stressmestring - områder som også påvirkes av det tidlige sosiale miljøet. Barnets tidlige stressfremkallende og stressregulerende hendelser påvirker denne prosessen, og dermed også barnets evne til å regulere sine emosjoner (Schore, 2001, s. 16-17). Selv om forskning på hjernens utvikling kan si noe om hva tilknytning har å si for emosjonsregulering, er det viktig å huske at barn er født med ulike terskel for emosjonell aktivering, og at dette stiller andre krav til omsorgsgiver sin evne til å speile/benevne barnets følelser, slik vi så under redegjørelsen av barnets temperament som komponent i tilknytningsprosessen.

#### **4.1.3 Kvalitet på tilknytning og mentalisering**

Det er blitt beskrevet at foreldrenes evne til mentalisering er forbundet med utvikling av en trygg tilknytningsrelasjon. I en trygg tilknytningsrelasjon fortolker omsorgsgiver i større grad barnets signaler og behov ut fra dets mentale tilstander, og på den måten fremmes barnets evne til mentalisering (Brandtzæg et al., 2011). Barn med utrygg tilknytning får ikke det samme utgangspunktet for utvikling av mentalisering. Slik jeg forstår Fonagy & Target (1997, s. 691) vil barn med utrygg-unnvikende tilknytning, som en del av sin tilknytningsstrategi, forsøke å distansere seg fra andres indre mentale tilstand (Jf beskrivelsene av unnvikende tilknytning). Barn som klassifiseres som ambivalente fokuserer mer på sin egen indre tilstand som følge av avvising fra omsorgsgivers side. Videre kan barn med desorganisert tilknytning være ”hypersensitive” for å fange opp omsorgsgiver sin tilstand, dette for å forutsi omsorgsgivers atferd, som både kan være skremmende og lite forutsigbart for barnet. Fonagy & Target (1997, s. 691) argumenterer for at barn med desorganisert tilknytning kan utvikle evnen til mentalisering, men at det ikke har den samme effektive rollen for selvorganisering

som hos barn med en trygg tilknytning. Dette forklares blant annet med at barnet anstrenger seg for å forstå omsorgsgivers atferd, og at dette går på bekostning av barnets evne til å reflektere over sin egen indre tilstand (Fonagy & Target, 1997, s. 691). Man ser her hvordan tilknytningskvaliteten i seg selv gir ulike utslag i barnets evne til mentalisering. Evnen til mentalisering er sårbar og avhengig av trygghet og omsorg for å kunne utvikles (Wennerberg, 2011).

#### **4.1.4 Noen refleksjoner rundt betydningen av tilknytningskvalitet**

Selv om vi her har sett at kvaliteten på tilknytning har betydning for sosial, emosjonell og mental utvikling, må det - som Smith (2002) påpeker - óg tas høyde for at det tidlige tilknytningsmønsteret kan virke direkte eller indirekte på de egenskapene man undersøker. Det vil si at det ikke trenger å være tilknytningsmønsteret i seg selv som bidrar til en spesifikk utviklingstendens, men at det for eksempel er en tredje variabel som virker inn på utfallet. Videre argumenterer Smith for at den tidlige tilknytning ene og alene ikke kan varsle alle utfall i barnets liv. Flere faktorer vil etter hvert få betydning for barnets utvikling, og i følge Smith (2002) er det vanskelig å isolere tidlig tilknytning som den eneste påvirkningsfaktoren. Derimot vet man at den tidlige omsorgen barnet får, påvirker hjernens utvikling på den måten at det skapes mønstre for hvordan barnet reagerer ved stress, slik vi så at Schore (2001) argumenterer for. Dette viser at visse sider ved den tidlige tilknytningen har langsiktige konsekvenser for utvikling.

#### **4.2 Mentaliseringsevne som sentral for utvikling**

Det er rimelig å trekke fram mentalisering som en komponent i tidlig tilknytning som påvirker barnets utvikling. Vi husker at refleksiv fungering handler om evne til å uttrykke forståelse for egen og andres indre tilstander. Fonagy et al. (referert i Slade, s. 270) anser denne evnen som en viktig komponent for både sosial og emosjonell utvikling, noe Slade (2005) óg støtter seg til. Men på *hvilken måte* påvirker det barnet i dets sosiale og emosjonelle utvikling?

Slade (2005, s. 270) viser til at mentalisering er sentralt for å forstå ens egne indre tilstander. Ved å gi mening til indre tilstander kan man selv oppdage – og senere uttrykke – sine subjektive opplevelser. Dette resulterer i bredere grad av selvinnsett, og er med på å forme barnets syn på seg selv. Slade (2005, s. 278) fremhever óg at mentalisering henger sammen med affektregulering, gjennom at omsorgsgivere med god mentaliseringsevne kan regulere barnets affektive tilstand, slik vi så i eksemplene med foreldre som har lav og høy evne til refleksiv fungering. I tilknytningsrelasjoner som er karakterisert som utrygg eller

desorganisert, er ofte omsorgsgivers evne til å speile barnets affekter mangelfull eller *for* direkte (Fonagy et al., referert i Slade, 2005, s. 272). Et eksempel er når omsorgsgivers reaksjon på barnets frykt, er å selv vise frykt. Fordi omsorgsgiver ikke klarer å skille mellom barnet og seg selv, blir ikke barnet regulert følelsesmessig, eller ”fortalt” at dette er *barnets opplevelse*. Det markeres ikke at det er en forskjell. Barnet får ikke erfare at det har en subjektiv reaksjon som er separat fra omsorgspersonens, og kan dermed få problemer med å forstå sin egen reaksjon. På den måten kan barnets følelsesmessig aktivering øke, fremfor å bli roet (Slade, 2005, s. 273). Slik jeg forstår Slade, kan dette føre til at barnet ”overtar” omsorgsgivers følelsesmessige respons, og dermed ikke lærer å regulere sin egen tilstand. Med grunnlag i dette kan man si at mentalisering er viktig for at barnet skal kunne regulere sine egne emosjoner.

Det kan hevdes at mentalisering er sentral for barnets sosiale utvikling. Som vi har sett bidrar mentalisering til at man i større grad kan forstå meningen med andres handlinger. Slik Fonagy & Target (1997, s. 680) fremhever, gjør dette at vi kan forutsi andres atferd. På den måten kan man si at mentalisering påvirker barnets sosiale utvikling, fordi det påvirker det sosiale samspillet. Fonagy et al. (referert i Slade, 2005, s. 270) mener at en godt utviklet mentaliseringsevne bidrar til at man får kontakt med andre på et subjektivt nivå, og at mentalisering på den måten fremmer produktive relasjoner og kommunikasjon med andre. Som Killén (2013) viser til, er evne til mentalisering nært forbundet med utvikling av empati – en egenskap som óg bidrar til nære, tillitsfulle relasjoner.

Selv om mentalisering her har vist seg å gi flere positive utviklingsmessige konsekvenser, gjelder ikke dette nødvendigvis i alle tilfeller. Slik det er beskrevet tidligere, kan barn med desorganisert tilknytning bli ekstremt følsomme for å fange opp andres indre tilstander, og hele tiden være oppmerksomme på å ”lese” andre. I følge Fonagy & Target (1997, s. 691) er mentaliseringen i større grad knyttet til å kunne forutsi omsorgsgivers reaksjoner. Det kan derfor tenkes at det ikke har den samme positive effekten på andre utviklingsmessige områder. Slik jeg forstår det, får ikke barnet et positivt utbytte av denne kapasiteten, fordi mentalisering knyttes til å predikere hva andres reaksjoner *kan bli* i frykt for reaksjoner barnet kan møte, mer enn å knytte seg til et positivt samspill.

### 4.3 Indre arbeidsmodeller og senere utvikling

Under redegjørelsen av tilknytningsteorien så vi at Bowlby antok at barnets indre arbeidsmodell har betydning for dets forståelse av seg selv, og at barnet tolker nye relasjoner i lys av tidligere relasjonelle erfaringer. Dette ble av Bretherton omtalt som ”skjema”. Man kan derfor si at de indre arbeidsmodellene, slik Bowlby formulerte dem, er en faktor som påvirker barnets videre utvikling. Arbeidsmodellene utvikler seg til å bli et slags fortolkningsfilter for nye relasjoner, slik Thompson (2008) beskriver, og som legger føringer for hvordan barnet samhandler med andre. De indre arbeidsmodellene kan virke inn på senere relasjoner og valg av partner, fordi barnet opptrer på måter som samsvarer med dets tidligere relasjonelle erfaringer (Thompson, 2008). For eksempel kan et barn med utrygg arbeidsmodell ha problemer med å stole på andre, og oppføre seg fiendtlig overfor dem, fordi dette er erfaringene barnet har fra sine tidlige relasjoner (Smith, 2002). Barnets måte å opptre på kan føre til negative reaksjoner, og på den måten bekreftes de forventningene barnet har. Ut fra dette resonnementet kan arbeidsmodellene nedfelle seg i barnets grunnleggende forståelse av seg selv, og også påvirke samspeilet med andre.

Sett i lys av Zimmermann (1999) sin studie som er omtalt tidligere, kan det også trekkes en parallell mellom indre arbeidsmodell – i form av trygg tilknytning – og emosjonsregulering. Dette var knyttet til vurdering av reaksjoner på fiktive situasjoner med sosial avvisning, og ga en indikasjon på at barnets indre arbeidsmodell har betydning for hvordan det vurderer og regulerer sine følelser.

Selv om de indre arbeidsmodellene er vist å kunne påvirke barnets utvikling, er det også nødvendig å problematisere denne sammenhengen. Bowlby sine tanker om indre arbeidsmodeller kan ha blitt tillagt større forklaringsverdi enn det kanskje er belegg for (Brandtzæg et al., 2011, s. 54). Som Thompson (2008, s. 350) fremhever, kan de indre arbeidsmodellene ses på som en form for utviklingsmessig representasjon, som endres og oppdateres med barnets utvikling. Dette kan for eksempel innebære at arbeidsmodellenes betydning for selvoppfatning og emosjonsregulering er størst i tidlig barndom - på det tidspunktet som er en viktig periode for utviklingen av selvet (Thompson, 2008, s. 350). Slik jeg tolker dette, må man spesifisere *på hvilke områder* de indre arbeidsmodellene kan tenkes å påvirke barnets utvikling, og da basert på hvor barnet er i den generelle utviklingen. Også Smith (2002) argumenterer for at de indre arbeidsmodellene må forstås i lys av utvikling. På

det tidspunktet arbeidsmodellene etableres, er de fortsatt primitive, og mer tilbøyelig for å endre seg. Selve konsolideringen av de indre arbeidsmodellene tar lenger tid, og vil derfor kunne påvirkes av andre faktorer, for eksempel gjennom at relasjonen mellom omsorgsgiver og barnet forandrer seg (Smith, 2002). Dette vil si at de indre arbeidsmodellene som etableres i barnets første leveår, i følge Smith (2002), ikke kan fungere som et avgjørende fundament for barnets senere utvikling fordi de ikke er faste.

#### **4.4 Tidlig tilknytning som en relasjonell prosess med betydning for utvikling**

Barnet får sine første relasjonelle erfaringer med dets viktige omsorgsgivere. Som vi har sett, blir det i faglitteraturen fremhevet hvordan selve samspillet mellom foreldre og barn er en forutsetning for barnets videre utvikling. Basert på tilknytningsbåndet som etableres i løpet av barnets andre leveår – og som påvirkes av barnet selv og omsorgsgivere - skapes det et fundament for utvikling; blant annet i form av trygg eller utrygg tilknytning, indre arbeidsmodeller, og utvikling av mentalisering. Man kan derfor si at den tidlige tilknytningens betydning for barnets utvikling nettopp ligger i den relasjonelle prosessen. Likevel, som Killén (2013) påpeker, utvikler barnet seg emosjonelt, kognitivt og sosialt *hele tiden*. En sammenheng mellom barnets tilknytning og utvikling kan i følge Killén (2013) like gjerne reflektere stabiliteten i familiesituasjonen.

#### **4.5 Betydningen av kunnskap om tidlig tilknytning**

Å ha kunnskap om den tidlige tilknytningens betydning er viktig. Som litteraturstudien viser, kan tilknytning påvirke barnets utvikling, og også vare i generasjoner. Samtidig gir forskning på tilknytning grunn til optimisme med tanke på at tidlige erfaringer fra tilknytningsrelasjoner ikke er determinerende for utvikling, men kan endres. Dette er sentral kunnskap blant annet ved plassering av barn i fosterhjem. Barn kan endre sin indre arbeidsmodell under forutsetning av at barnet har omsorgsgivere som sikrer det sensitivitet og akseptering (Bunkholdt, 2012). Tidlig intervensjon kan dermed bidra til at barn kan skape trygg tilknytning til nye omsorgsgivere, og snu en negativ utvikling, til tross for barnets tilknytningserfaringer. Som Killén (2013) óg fremhever, kan kunnskap om tidlig samspill og tilknytning, indre arbeidsmodeller og mentalisering, gi oss et grunnlag for mer differensierte tilnærminger til forebygging.



## 5.0 Avslutning

Den presenterte litteraturen viser at barnets tilknytning til omsorgspersoner skaper et fundament for utvikling. Erfaringene fra de første leveårene påvirker hvordan barnet utvikler seg sosialt og emosjonelt – dette gjennom ulike aspekter ved tilknytning. Her er tilknytningskvalitet, indre arbeidsmodeller og evnen til mentalisering trukket fram. Dette er komponenter som går hånd i hånd, og som samlet sett kan påvirke utvikling. Basert på funnene i oppgaven er det tydelig at en trygg tilknytning i tidlig barndom *fremmer* positiv utvikling, både sosialt og emosjonelt, og at en utrygg tilknytning gjør barnet mer sårbart for skjevutvikling. Det er vist at tilknytning kan gi langsiktige, og alvorlige utviklingsmessige konsekvenser – som i tilfeller med omsorgssvikt og ustabilitet i omsorgsforhold. At hjernens utvikling på grunnleggende måter formes av tilknytningsrelevante erfaringer, støtter også dette. Samtidig viser denne litteraturstudien at flere faktorer er av betydning.

Tilknytningsmønstre kan endres, og andre variabler utenfor selve tilknytningsrelasjonen er med på å forme barnets utvikling. Som Killén (2013) påpeker, tilknytningen er kompleks. Hypotesen om at tidlig tilknytning på grunnleggende måter former vår opplevelse av oss selv og omgivelsene, kan derfor sies å ha fått en nyansert forklaring. Det er mer riktig å si at de ulike komponentene i tilknytning sammen kan *predikere* senere sosial og emosjonell utvikling. Dette forteller oss at kunnskap om tilknytning og utvikling er viktig i arbeid både med barn, familier og voksne.

## 6.0 Litteraturliste

Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss*. London: Pimlico.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Brandtzæg, I., Smith, L., & Torsteinson, S. (2011). *Mikroseparasjoner: Tilknytning og behandling*. Bergen: Fagbokforlaget.

Bunkholdt, V. (2012). *Fosterhjemsarbeid. Fra rekruttering til tilbakeføring*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Bunkholdt, V. (2010). *Utviklingspsykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Bunkholdt, V., & Sandbæk, M. (2008). *Praktisk barnevernarbeid*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Dalland, O. (2010). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Dozier, M., Stovall-McClough, K. C., Albus, K. E. (2008). Attachment and psychopathology in adulthood. I J. Cassidy, & P. R Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. (s. 718-744). New York: Guildford Press.

Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9 (4), 679-700.

Fonagy, P., Gergely, G., & Target, M. (2008). Psychoanalytic constructs and attachment theory and research. I J. Cassidy, & P. R Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. (s. 783-810). New York: Guildford Press.

Helsedirektoratet. (2015). ICD-10. *Den internasjonale statistiske klassifikasjonen av sykdommer og beslektede helseproblemer*. Hentet fra <https://finnkode.helsedirektoratet.no/#|icd10|ICD10SysDel-1|flow>

Killén, K. (2013). *Barndommen varer i generasjoner: Forebygging er alles ansvar*. Oslo: Kommuneforlaget.

Kvello, Ø. (2010). *Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Mæhle, M. (2007). I H. Haavind, & H. Øvreeide (Red.), *Barn og unge i psykoterapi: samspill og utviklingsforståelse*. (s. 27 – 68). Oslo: Gyldendal.

Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant mental health journal*, 22(1-2), 7-66. DOI: 10.1002/1097-0355(200101/04)22:1<7::AID-IMHJ2>3.0.CO;2-N

Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269-281. DOI: 10.1080/14616730500245906

Skårderud, F., & Sommerfeldt, B. (2008). Mentalisering – et nytt teoretisk og terapeutisk begrep. *Tidsskrift for Den norske legeforening*, 128 (9), 1066-1069.

Smith, L. (2002). *Tilknytning og barns utvikling*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.

Sroufe, L.A., Coffino, B., & Calson, E. A. (2010). Conceptualizing the role of early experience: Lessons from the Minnesota Longitudinal Study. *Developmental Review*, 30(1), 36-51. DOI: 10.1016/j.dr.2009.12.002.

Tetzchner, S. (2012). *Utviklingspsykologi*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Thompson, R. A. (2008). Early attachment and later development: Familiar questions, New answers. I J. Cassidy, & P. R Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. (s. 348 – 365). New York: Guildford Press.

Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., Egeland, B., & Carlson, E. (2008). Individual differences in infant-caregiver attachment. I J. Cassidy, & P. R Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. (s. 78 – 101). New York: Guildford Press.

Wennerberg, T. (2011). *Vi er våre relasjoner*. Oslo: Arneberg.

Zachrisson, H. D. (2005). Stabilitet og forandring i tilknytningsmønster. *Nordisk psykologi*, 57(4), 303-322. DOI: 10.1080/00291463.2005.10637377

Zimmermann, P. (1999). Structure and functions of internal working models of attachment and their role for emotion regulation. *Attachment and Human Development*, 1(3), 291-306. DOI: 10.1080/14616739900134161.