

När den livsviktiga **ANKNYTNINGEN** inte fungerar

Dolda trauman under första levnadsåret kan desorganisera barnets anknytning. På en traumakonferens i Amsterdam nyligen presenterade den amerikanska psykologen Karlen Lyons-Ruth nya rön om desorganiserad anknytning – den allvarligaste formen av otrygg anknytning. Tor Wennerberg var på plats.

Anknytningsforskningen börjar nu producera anmärkningsvärda och oväntade resultat som gör att vi delvis måste förändra vår syn på psykologiska trauman. Det budskapet framförde psykologen och anknytningsforskaren Karlen Lyons-Ruth vid European Society for Trauma and Dissociations första konferens, som anordnades i Amsterdam den 17-19 april på temat "Chronic Traumatization: Disrupted Attachment and the Dissociative Mind".

Anknytningsforskarna har nu hunnit följa barn med desorganiserad anknytning från födseln upp till nitton års ålder, och funnit att den tidiga anknytningen verkar vara en ännu viktigare orsak till senare psykiatriska symtom än man tidigare föreställt sig. Tidigare har man inom traumaforskningen tänkt sig att anknytningsproblematik skapar en *sårbarhet* för dissociation om barnet senare under barndomen också drabbas av trauman som sexuella övergrepp eller fysisk misshandel. Men Lyons-Ruth presenterade forskningsrön som visar att störningar i anknytningsrelationen direkt förutsäger dissociativa symtom vid 19 års ålder, utan att det behöver förekomma specifika traumatiska upplevelser senare under uppväxten. De viktigaste faktorerna bakom dissociation vid 19 år har visat sig vara desorganiserad anknytning och föräldrarnas psykologiska otillgänglighet under barnets två första levnadsår.

Hur kan man förklara att den tidiga anknytningen kan resultera i traumatiserade, dissociativa självtillstånd i tidig vuxen ålder, oavsett om barnen drabbas av senare trauman eller inte? Lyons-Ruth menar att svaret måste sökas i det som hon kallar "dolda trauman" (*hidden trauma*) eller "trauma genom frånvaro" (*trauma of absence*), och som hon menar är centralt för förståelsen av desorganiserad anknytning.

ANKNYTNINGSFORSKARNA Mary Main och Erik Hesse kom fram till att barn utvecklar desorganiserad anknytning när de upplever sin förälder (som själv bär på obearbetade trauman) som skrämmande, alternativt när föräldern verkar bli skrämmd av barnet. Karlen Lyons-Ruth och hennes forskargrupp vid Harvard Medical School i Boston har – genom att i laboratoriemiljö och vid hembesök noggrant undersöka och kartlägga det känslomässiga samspelet mellan desorganiserade barn och deras traumatiserade mammor – vidareutvecklat Mains och Hesses ursprungliga tes och ytterligare fördjupat förståelsen för orsaksmekanismerna bakom desorganiserad anknytning.

Lyons-Ruth utgår från hypotesen att det inte nödvändigtvis måste vara föräldern som barnet upplever som upphov till den egna rädsloreaktionen. Det avgörande är föräldrarnas psykologiska tillgänglighet och samlade reglering av barnets rädslostryck. Så fort ett



Psykologen Karlen Lyons-Ruth, en av de ledande experterna på desorganiserad anknytning.

"Barnets anknytningsbeteenden fungerar som traumabetingade stimuli för mamman"



barn känner rädsla drivs det av sitt medfödda beteendesystem för anknytning att söka sig nära sin mamma (eller en annan vuxen anknytningsperson, exempelvis pappan) – ett beteende som genom årmiljoner av evolution har tenderat att stärka däggdjursungars chanser till överlevnad. Närheten till föräldern lugnar barnet och stillar rädslan, och för barnet finns inget annat sätt att reglera den egna rädslan. På grund av sin kognitiva omognad har barnet ingen möjlighet att själv avgöra vilka situationer eller stimuli som är farliga och bör undvikas. Den viktigaste farosignalen för ett litet barn är därför föräldrarnas frånvaro (eller psykologiska otillgänglighet).

Lyons-Ruth och hennes medarbetare har identifierat fem olika slags föräldrabetenden som desorganiserar barnets anknytningssystem, och som alla har det gemensamt att de utgör exempel på gravt bristande responsivitet från föräldrarnas sida gentemot barnets behov. Dessa betenden (som också innefattar Mains och Hesses mer begränsade kategorier skrämmande och skrämnda föräldrabetenden) är följande:

Affektiva kommunikativa misstag

- (a) Motsägelsefulla signaler (t ex inbjuder till närmande verbalt men upprättar därpå distans)
- (b) Icke-respons eller olämplig respons (t ex

tröstar inte barnet när det är upprört)

Desorientering

- (a) Förvirrad eller skrämmd av barnet (t ex uppvisar skrämt ansiktsuttryck)
- (b) Desorganiserad eller desorienterad (t ex plötslig förlust av affekt utan koppling till nuet)

Negativt-invaderande beteende

- (a) Verbalt negativt-invaderande beteende (t ex hånar eller retar barnet)
- (b) Fysiskt negativt-invaderande beteende (t ex drar barnet i armen)

Rollförvirring

- (a) Rollomkastning (t ex söker tröst hos barnet)
- (b) Sexualisering (t ex talar med djup, intim röst till barnet)

Tillbakadragande

- (a) Upprättar fysisk distans (t ex håller barnet ifrån sig med stela armar)
- (b) Upprättar verbal distans (t ex tilltalar inte barnet efter separation)

(Lyons-Ruth, 2003, s. 890)

Alla desorganiserade barn är djupt otrygga. Med undantag för de korta stunder då de uppvisar bisarra och motsägelsefulla betenden i föräldrarnas närhet betar de sig emellertid på ett sätt som liknar något av de organiserade mönstren. De ges därför en dubbelbeteckning som desorganiserad-trygg, desorganiserad-undvikande eller desorganiserad-ambivalent. Lyons-Ruth upptäckte att mammor till desorganiserade barn kunde indelas i två sinsemellan mycket olika grupper beroende på om deras barn bedömdes som desorganiserade-trygga eller desorganiserade-otrygga. Dessa två grupper av mammor skilde sig så mycket åt ifråga om vilka typer av desorga-

”Det räcker att barnet upplever att föräldern drar sig undan när barnet känner rädsla för att reaktionen ska stegras och situationen upplevas som katastrofal”

niserande föräldrabetenden de oftast visade upp att de bildade två diametralt motsatta beteendeprofiler. Grupperna skilde sig dessutom åt ifråga om vilka slags trauman mammorna själva hade upplevt i sin egen barndom.

Båda grupperna uppvisade förhöjda nivåer av affektiva kommunikativa misstag och desorientering, men mammor till barn med desorganiserad-otrygg anknytning uppvisade oftare rollförvirring och negativt-invaderande beteende. De tenderade att reagera med fientlighet på barnets anknytningssignaler. Den här gruppen fick därför beteckningen ”fientlig-självrefererande med avseende på anknytning”. Dessa mammor hade själva blivit fysiskt misshandlade som barn eller bevittnat våld i hemmet.

MAMMOR TILL DESORGANISERADE-trygga barn (det vill säga barn som inte alls är trygga men som fortsätter att närma sig mamman, och som därför liknar barn med trygg anknytning) uppvisade i stället oftare tillbakadragande och skrämt beteende. Den här gruppen fick beteckningen ”hjälplos-rädd med avseende på anknytning”. Dessa mammor hade i sin egen barndom oftare utsatts för sexuella övergrepp (men inte våld) eller förlorat en förälder. Deras tillbakadragande beteende, som lämnar barnet ensamt i dysregulerade rädslostillstånd, är svårare att identifiera kliniskt, framhåller Lyons-Ruth. Det är framför allt med avseende på den här gruppen som hon har fört fram sin hypotes om ”dolda trauman”, det vill säga en kumulativ traumatisering som drabbar barnet till följd av utebliven känsloreglering och föräldrarnas psykologiska otillgänglighet.

Lyons-Ruth har vidare fört fram teorin att ”dessa två olika konstellationer av föräldrabetenden... kan förklaras som alternativa beteendemässiga uttryck för en och samma underliggande fientligt-hjälplosa dyadiska inre modell” (Lyons-Ruth & Spielman, 2004, s.324-25). Den fientligt-hjälplosa relationsmodellen, som i sig är en följd av mammornas egna anknytningstrauman, styr mammornas föräldrabetende och fungerar som ett instrument för överföring av traumatiserade relationsmönster mellan generationerna.

Överföringen sker genom att barnets hjälplöshet väcker mammans traumatiserade representationer av anknytning, hennes inre dyadiska fientligt-hjälplosa modell bestående av ett offer och en föröväre. Hennes omedelbara reaktion blir då att försöka undkomma sin egen dissocierade skräckupplevelse, antingen genom att identifiera sig med positionen som föröväre, som de fientliga mammorna, eller genom att



FOTO: ULRICA ZWENGER

”Det är viktigt att inse att tragiken omfattar hela mor-barn-dyaden”

inta positionen som hjälplos och dra sig undan barnet, som de hjälplösa mammorna. Barnets anknytningsbetenden, som fungerar som trauma-betingade stimuli för mamman, utlöser en akut posttraumatisk reaktion.

För att undkomma sitt inre känslomässiga kaos tvingas mamman aktivera ett kamp- eller ett flyktt försvar, som nu riktas mot det egna barnet, i form av antingen fientligt-invaderande beteende eller tillbakadragande och psykologisk otillgänglighet. I båda fallen undviker mamman det egna dissocierade traumat genom att omedelbart minska den psykologiska närheten till barnet (Allen, 2001). Men barnets anknytningsbetende aktiverar dessutom mammans omvårdnadssystem, och motstridiga beteendetendenser uppstår som motsvarar barnets dissociativa växlingar mellan närmande och undvikande.

Det går knappast att nog understryka hur tragiskt, och för självens utveckling förödande, det är att anknytningsrelationen, som ju ytterst är livets sätt att ta emot det nyfödda barnet, förvandlas till en traumatiserande, farofylld miljö. Men det är viktigt att inse att tragiken omfattar hela mor-barn-dyaden. För mamman innebär en desorganiserad anknytningsrelation att den läkande potential som ligger i att kunna hjälpa och ta hand om sitt eget barn tunnlas ut eller går



FOTO: ULRICA ZWENGER

FOTO: ULRICA ZWENGER



”Barnen visade prov på bisarra beteenden när de i främmandesituationen återförenades med sin mamma”

förlorad, och för barnet att föräldrarnas dysforiska, traumatiserade inre representationer av nära relationer formar barnets inre arbetsmodell genom inprägling i procedurerna minnessystem under det första levnadsåret.

SOM LYONS-RUTH HAR framhållit (Lyons-Ruth m fl, 2005) utgår traditionella traumadefinitioner från ett vuxenperspektiv när de beskriver traumatiserande händelser. Fokus ligger på dessa händelser objektiva kännetecken, som i DSM-systemets PTSD-diagnos, där den traumatiska händelsen ska ha inneburit ”död, allvarlig skada (eller hot om detta), eller ett hot mot egen eller andras fysiska integritet” (American Psychiatric Association, 2002, s. 160). Den traditionella synen på psykologiska trauman tar inte hänsyn till anknytningskontexten.

Men för ett litet barn är upplevelsen av fara helt och hållet avhängig föräldrarnas närvaro och psykologiska tillgänglighet; barnet saknar möjlighet att själv bedöma en situations objektiva farlighet. För att tolka och förstå sin omgivning är barnet helt utlämnat till föräldern, som genom ansiktsuttryck, röstläge och kroppsspråk signalerar när något är tryggt respektive farligt. Det räcker med att barnet upplever att föräldern drar sig undan när barnet känner rädsla för att rädsloreaktionen ska stegras och situationen upplevas som katastrofal. Detta är själva kärnan i Lyons-Ruths teori om dolda anknytningstrauman.

Den första anknytningsrelationen utgör den miljö som ska säkerställa det sårbara omogna självets utveckling till ett integrerat och sammanhållet helt. Trauman som inträffar inom anknytningsrelationen – antingen i form av enskilda traumatiserande händelser eller som en följd av föräldrarnas psykologiska otillgänglighet och grova felintoning av barnets känslotillstånd – får därför en mångdubbelt förstärkt destruktiv verkan. De vävs eller präglas in i den identitetsstruktur som barnet håller på att bygga upp. Barnet hamnar i återkommande intensivt smärtsamma affekt-tillstånd som inte kan integreras eftersom ingen finns där som kan reglera dem. Insikten om att anknytningspersonen är den som traumatiserar barnet är dessutom outhärdlig för barnet, som för sin psykiska överlevnad måste föreställa sig föräldern som trygg och god. De traumatiska

upplevelserna måste dissocieras och hållas borta från medvetandet, på samma sätt som föräldrar till desorganiserade barn dissocierar sina egna anknytningstrauman. Dissociation bör därför ses som en ”tvåpersonsprocess”, framhöll Lyons-Ruth i sitt föredrag i Amsterdam, en traumaorsakad inskränkning i den relationella dialogen mellan föräldern och barnet.

OCKSÅ VID TRAUMATISERING i vuxen ålder blir den bestående effekten ett kvarstannande i en upplevelse av ”intensiv rädsla, hjälplöshet eller skräck” (American Psychiatric Association, 2002, s. 160), det vill säga motsatsen till den inre upplevda trygghet som barnet har som mål att uppnå i sina tidiga anknytningsrelationer. Psykologen Susan Coates konstaterar att det som omvandlar en stressframkallande händelse till ett trauma är att den genomlevs i ensamhet. Hon har därför föreslagit att ”man kan börja tänka på trauma och närhet i mänskliga relationer som begrepp som står i omvänd proportion till varandra” (citeras i Allen m fl, 2008, s. 251). Denna viktiga iakttagelse gäller naturligtvis i ännu högre grad för barn.

Karlen Lyons-Ruth har med sin forskning visat just hur viktig anknytningskontexten är för förståelsen av psykologiska trauman, och att trauman i anknytningsrelationer kan ta sig många olika, ofta subtila och svårupptäckta former. En traumatiserad inre dyadisk modell kan överföras till barnet också i frånvaro av konkreta traumatiska incidenter, enbart via föräldrarnas uteblivna reglering av barnets känslor, på liknande sätt som Bowlby på 1950-talet visade att utdragna separationer (den yttersta formen av psykologisk otillgänglighet från föräldrarnas sida) oundvikligen får också det mest robusta anknytningssystem att snabbt kollapsa och desorganiseras. Den utvidgning av traditionella traumadefinitioner som Lyons-Ruth har föreslagit, med utgångspunkt i sin teori om dolda trauman i anknytningsrelationer, utgör ett av anknytningsteoriens viktigaste bidrag till den kliniska psykologin.

TOR WENNERBERG

Skribent och psykologstuderande

Anknytningsforskningens cirkel sluts

Det tog lång tid innan den desorganiserade anknytningen upptäcktes. Under tjugo års tid förblev de desorganiserade barnens avvikande beteenden en gåta.

John Bowlby, anknytningsteoriens upphovsman, intresserade sig för hur små barn påverkas av tidiga separationer och förluster. Hans undersökningar visade att ett barn som separeras från sin primära anknytningsperson reagerar med outhärdlig psykisk smärta, på ett sätt som liknar vuxnas sorgereaktion i samband med förlust av en nära anhörig. Om separationen drar ut tillräckligt länge på tiden inträder till slut ett tillstånd av extrem uppgivenhet, ett uttryck för att barnets anknytningssystem kollapsar.

När sedan Mary Ainsworth började studera och kartlägga barns anknytningsbeteende under normala förhållanden, i närvaro av föräldern, kom anknytningsteorin att få en delvis annan inriktning. Ainsworth uppfann på 1960-talet främmandesituationen, en strukturerad laboratoriesituation som gjorde det möjligt att klassificera barns anknytningsbeteende vid 12-18 månaders ålder. Anknytningsforskarna ägnade sig nu åt att kartlägga de tre organiserade anknytningsmönster som barn uppvisade i främmandesituationen: trygg, otrygg-undvikande respektive otrygg-ambivalent anknytning.

Det fanns dock hela tiden en grupp barn som betedde sig på sätt som avvek från de tre organiserade mönstren. Dessa barn visade prov på bisarra och motsägelsefulla beteenden när de i främmandesituationen återförenades med sin mamma efter en kort separation. (Forskningen om desorganiserad anknytning är nästan uteslutande gjord på barn och deras mammor, men det kan naturligtvis vara en annan vuxen än den biologiska mamman som har rollen som barnets primära anknytningsperson.) De kunde till exempel närma sig

mamman med ryggen vänd mot henne, eller gråtande krypa fram mot mamman men plötsligt falla ihop på golvet när de kommit halvvägs, eller närma sig henne i spiralliknande cirkelrörelser, eller plötsligt stelna mitt i en rörelse eller röra sig långsamt som i slow motion.

DEN FÖRSTA RAPPORTEN om barn som inte passade in i Ainsworths tre organiserade mönster kom redan i början av 1970-talet. Men forskarna visste inte hur dessa märkliga beteenden skulle tolkas, och tills vidare uteslöt man helt enkelt de avvikande barnen ur sina undersökningar. Under nästan tjugo års tid förekom därför ett stort antal desorganiserade barn på mängder av videospelningar från främmandesituationer, men det fanns ingen som kunde förstå deras beteende. Det dröjde ända till 1986 innan den desorganiserade anknytningen blev tydligt identifierad, i en undersökning av anknytningsforskarna Mary Main och Judith Solomon. Main och hennes forskargrupp tog sedan på sig uppgiften att kartlägga och försöka förstå de motsägelsefulla beteendena som dessa barn visade upp. I och med upptäckten av den desorganiserade anknytningen hade anknytningsteorin återknutit till sina rötter i Bowlbys kliniska intresse för barn som upplevt modersdeprivation (Broberg m fl, under utgivning).

MEN HUR SKULLE man förstå barnens beteenden? Undersökningar visade att barn med desorganiserad anknytning var kraftigt överrepresenterade i högriskmiljöer och kliniska urval, men också att så många som 15 procent av alla barn i icke-kliniska urval, det vill säga normala medelklassmiljöer, uppvisade desorganiserad anknytning.

Den första forskningsupptäckten handlade om att mammor till desorganiserade barn ofta hade förlorat en föräldragestalt genom dödsfall under sin egen barndom. Det dröjde dock inte länge förrän forskarna insåg att de flesta

mammor som hade förlorat en förälder i barndomen *inte* hade barn med desorganiserad anknytning, samtidigt som många mammor som upplevt mindre allvarliga förluster faktiskt hade det. Utmärkande för mammor med desorganiserade barn var däremot att deras intervjuvar på anknytningsintervju (en forskningsintervju som används för att klassificera anknytningsmönster hos vuxna) präglades av plötsliga tystnader och avbrott, i synnerhet när frågorna rörde förluster och trauman under uppväxten. Nyckeln till förståelsen av denna grupp mammor var således deras *obearbetade* trauman, som gav upphov till dissociativa medvetandeprocesser under anknytningsintervjun.

MARY MAIN OCH Erik Hesse presenterade nu en tes som fått stor betydelse för förståelsen av desorganiserad anknytning. De härledde den desorganiserade anknytningen till beteenden hos mamman som antingen skrämde barnet eller signalerade till barnet att det uppfattades som skrämmande av mamman. Barnets anknytningsbeteende väcker mammans dissocierade, traumatiska affektstillstånd, och hon reagerar då genom att antingen skrämma barnet eller bete sig som om barnet vore upphovet till mammans skräck.

Följden blir för barnet ett tillstånd av permanent oreglerad skräck, ”fright without solution”. Barnet fångas mellan motstridiga impulser att närma sig föräldern och dra sig undan. I denna omöjliga situation kan barnet inte hitta någon strategi för att organisera sitt anknytningsbeteende, som i stället kollapsar och desorganiseras. Det är denna beteendestrategiska kollaps som tar sig uttryck i bisarra och motsägelsefulla beteenden i främmandesituationen.

TOR WENNERBERG

REFERENS:

Broberg, A, Granqvist, P, Ivarsson, T och Risholm Mothander, P (under utgivning). *Anknytning i praktiken. Tillämpningar av anknytningsteorin*. Stockholm. Natur och Kultur.

REFERENSER:

Allen, J G (2001). *Traumatic Relationships and Serious Mental Disorders*. Chichester. John Wiley & Sons.

Allen, J G, Fonagy, P och Bateman, A (2008). *Mentalizing in Clinical Practice*. Washington, DC. American Psychiatric Publishing.

American Psychiatric Association (2002). *MINI-D IV: Diagnostiska kriterier enligt DSM-IV-TR*. Kristianstad. Pilgrim Press.

Lyons-Ruth, K (2003). Dissociation and the Parent-Infant Dialogue: A Longitudinal Perspective from Attachment Research. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. Vol. 51, No 3, s. 883-911.

Lyons-Ruth, K och Spielman, E (2004). Disorganized Infant Attachment Strategies and Helpless-Fearful Profiles of Parenting: Integrating Attachment Research with Clinical Intervention. *Infant Mental Health Journal*. Vol. 25(4), s. 318-335.

Lyons-Ruth, K, Yellin, C, Melnick, S och Atwood, G (2005). Expanding the Concept of Unresolved Mental States: Hostile/Helpless States of Mind on the Adult Attachment Interview are Associated with Disrupted Mother-Infant Communication and Infant Disorganization. *Development and Psychopathology*. 17, s. 1-23.

MER ATT LÄSA:

Ett flertal av Karlen Lyons-Ruths forskningsartiklar finns på www.challiance.org/bio_behavioral_studies/publications.shtml