

John Bowlby fra Anvendt psykologi

En tryk basis

Hvad sker der med små børn, som berøves deres mødre? På begge sider af Atlanten begyndte forskere, ofte psykoanalytikere, i 1930'erne og 40'erne at stille sig det spørgsmål. Man havde set, hvordan små børn på børnehjem eller hospitaler viste tydelige tegn på at blive psykisk skadet af deres ophold dér.

Den engelske børnepsykiater John Bowlby skrev efter 2. Verdenskrig en rapport for Verdenssundhedsorganisationen (WHO). Han sammenfattede forskningen og pegede på de store psykiske farer ved at skille små børn fra deres plejere (dvs. i reglen deres mødre.) Nogle forskere lavede dokumentarfilm om småbørn på børnehjem og hospitaler. Dette skabte debat; mange psykologer og psykiatere - både fra den behavioristiske og fra den psykoanalytiske lejr - accepterede ikke resultaterne.

Men rapporterne, som påpegede skader, blev fortsat offentliggjort og fik desuden støtte fra andre sider. Ægteparret Harlows forsøg med abeunger (se kap. 7) vakte opmærksomhed. Dér blev det jo tydeligt demonstreret, at abeunger havde et stærkt behov, ikke blot for mad, men for *fysisk kontakt* med deres mor.

Tilknytningsteorien

Bowlby blev efterhånden far til den såkaldte *tilknytningsteori*. Ifølge Bowlby har små børn en medfødt, biologisk trang til at knytte sig til en plejeperson. Trangen er stærk og medfødt, barnet *kan ikke lade være* med at forsøge at tilknytte sig.

Helt små børn kan ikke gøre ret meget andet end at se, skrigere og fægte med arme og ben. De skrider ikke kun for at få mad, eller fordi de har ondt eller er våde. De skrider også fordi de vil have fysisk nærhed. De vil gerne løftes op, holdes om og kærtegnes. I reglen holder de op med at skride, når de bliver løftet op (såfremt de ikke netop på det tidspunkt er sultne eller har ondt). Ved at holde op med at skride viser de, at de er tilfredse.

Når barnet er 2-3 måneder (det påstås undertiden at ske endnu tidligere), kommer de første rigtige smil. Barnet kan ved at se på moderen og smile til hende forstærke tilknytningen. Når barnet derefter begynder at kunne kravle og tager sine første skridt, så bliver det endnu tydeligere, hvordan det søger kontakt med moderen/plejeren.

Tilknytningen er et primært behov, ligesom behovet for mad er nødvendigt for overlevelse. Tidligere mente mange, at kontaktbehovet var en *følge* af madbehovet, dvs., at man begyndte at holde af den, man fik mad af, netop fordi man fik mad af vedkommende. Men Harlows forsøg viste, at kontaktbehovet var uafhængigt

af behovet for mad. Også iagttagelserne af børn på børnehjem og hospitaler viste dette. Børnene fik jo mad dér; at de alligevel blev deprimerede skyldtes manglende kontakt.

Bowlby mente, at tilknytningen har en udviklingsbiologisk baggrund. Menneskebarnet har, sammenlignet med andre pattedyr, behov for hjælp i lang tid. Det bevirker, at barnet tidligt må knytte sig til voksne, så det kan få beskyttelse og hjælp. Derfor har mennesket fået en medfødt trang til at skabe stærke bånd til en eller et par egnede individer. Desuden findes der hos voksne en tilsvarende trang til at reagere på barnets tilknytning, en slags beskyttelses- eller omsorgsinstinkt. (Hvorvidt dette instinkt er medfødt eller indlært skal vi komme ind på lidt senere).

Bowlby var påvirket af Konrad Lorenz' teori om *prægning*. Lorenz havde iagttaget, hvordan ællinger og gæslinger knytter sig til det første objekt/væsen, de møder, efter at de er blevet udklækket. Denne næsten automatiske binding, prægningen, går hurtigt og finder sted i løbet af en speciel såkaldt *kritisk periode*.

Hvis Bowlby har ret, vil alle normale småbørn forsøge at skabe en tilknytning til en voksen - i reglen moderen. Hvordan foregår det? Og hvad sker der, hvis barnet afvises?

Indre arbejdsmodeller

Case Preben 1

Preben er kun et par uger gammel. Nu føler han sig utryk og skriger. Hans mor, Katrine, kommer næsten omgående og løfter ham op. Hun holder ham blidt ind til sig, kærtegner hans ryg og mumler kærlige ord ind i hans øre. Preben føler en stærk tilfredsstillelse, stresset og utrygheden er borte. Han skriger ikke længere. I stedet føler han sig tryk og glad, han mærker med tilfredshed igen moderens lugt (en svag duft af honning) og ansigt. Og han nyder hendes kærtegn.

Trangen til at søge kontakt er programmeret ind i Preben, derfor skriger han for at påkalde sig opmærksomhed. Når han får opmærksomhed, får han også en slags feed-back eller respons fra moderen. Denne respons bliver en del af hans erfaring. Han har lært, hvad det betyder at være hos andre. Flere gange hver dag følger han skemaet: utryghed - skrig - omfavelse - kærtegn - tilfredsstillelse.

Disse erfaringer om mødet med andre skaber hos Preben indre arbejdsmodeller. De fortæller ham, hvad han kan vente sig af andre, og det giver ham også en første opfattelse af sit eget værd: han er en skabning, man tager op og krammer. Disse modeller hjælper ham til at håndtere virkeligheden og påvirker hans måde at forholde sig til de nye relationer på. Samtidig påvirkes modellerne af mødet

med virkeligheden. Hvis Prebens mor skulle forsvinde eller ændre sig og ikke længere imødekomme ham på samme måde, så ville Preben også ændre sig. Han ville formodentlig blive mere utryg, vanskeligere at trøste og blive opfattet som mere skrigevorn. Hans billede af sig selv ville også blive ændret.

At søge tryghed eller at være modig?

Der findes ifølge Bowlby lige fra begyndelsen to systemer hos barnet: systemet for at søge nærhed og systemet for udforskning. Det første får det til at søge tryghed, nærhed, trøst, beskyttelse, det andet får det til at udforske verden.

System for nærhed og udforskning

Hvis systemet for nærhedssøgning fungerer godt, så opbygger barnet en *tryk basis*. Det ved, at det kan få trøst, beskyttelse og nærhed hos en eller flere voksne, derfor føler det sig så trygt at det kan begive sig ud på opdagelse og udforske verden.

Preben er nu halvandet år gammel. Han er på en græsplæne. Et lille stykke fra ham sidder Katrine, hans mor. Preben går hen mod to lidt større børn, som leger med en hund. Han forsøger at snakke med børnene, men det lykkes ikke rigtigt. Så vil han klappe hunden, som gør og snapper efter ham. Preben bliver bange, begynder at græde og ser sig om efter Katrine. Der er hun jo! Han løber hen mod hende og kaster sig i hendes favn. Hun dufter af honning og klapper ham på ryggen. "Preben, Preben, min lille skat," siger hun ømt.

case

Preben 2

Lidt efter bliver Preben træt af mors favn, han vil ud igen. Lidt længere borte ser han flere børn, som graver i en sandbunke. Det virker interessant, og Preben går derhen, mor er der jo altid ...

Trangen til at udforske er også indprogrammeret. Spædbørn interesserer sig for nye lyde og farver, de kan godt lide nye rangler og andet legetøj, som giver dem anderledes oplevelser. Denne trang til at udforske omverdenen er vigtig, og den fremmes af, at man føler sig tryk. Utrykke børn er ikke nysgerrige og undersøgende, de er optaget af at søge tryghed. De har ingen tryk basis og tør derfor ikke tage nogen risiko.

Prebens fætter Tobias er lige så gammel som Preben. Tobias' mor, Lone, er ofte nedtrykt og optaget af sine egne problemer. Hun er ikke særlig modtagelig over for Tobias' signaler, og hun har desuden hørt, at børn gerne må skrike. Man skal ikke forkæle dem, så bliver de skrigere. Tobias har allerede vist tendenser i den retning, og dem agter hun ikke at opmuntre ...

Case Tobias

Når Tobias skreg som spæd, og det gjorde han tit, plejede Lone at lukke døren til hans værelse og tænde for fjernsynet i dagligstuen. Det bevirkede, at hans skrig irriterede hende mindre. Hun syntes også, det var ret besværligt at made ham og skifte ble på ham. Tobias skulle altid klynge sig til hende og ville ikke give slip.

Nu sidder Lone ved siden af sin søster Katrine på græsplænen ved havet. Tobias sidder ved siden af hende. "Løb nu hen og leg i sandet ligesom de andre," siger Lone. Men Tobias vil ikke, han vil hellere sidde på Lones skød. "Nej!" næsten råber Lone. "Lad nu være med at hænge op ad mig hele tiden, prøv at lege lidt selv for en gangs skyld, vær nu ikke så pivet!" og så puffer hun til Tobias, som går et lille stykke hen mod Preben og de andre. Men Tobias standser og vender om, han vil hen til mor, men da han kommer derhen, tøver han lidt og sætter sig bare ned og ser bedrøvet ud.

"Kan du se, hvad jeg mener?" siger Lone til sin søster. "Han har altid været et pivehoved. Du var mere heldig."

Ønsket om at passe andre

Det lille barn har en "indre arbejdsmodel", som hele tiden opdateres i forhold til omverdenen. Så længe barnet er barn bruger det sin arbejdsmodel til at søge en tryk basis hos forældrene og til at udforske omverdenen.

Så bliver den unge voksen, og forholdet til forældrene omdefineres. I stedet bliver den unge nu parat til *selv* at blive en tryk basis og give omsorg til *sine* børn. Denne model - systemet for omsorg - ligger klar og venter, til tiden er inde til at tage det i brug. Førstegangsførelse plejer med en vis forundring at opdage, at de faktisk har et beredskab til at tage sig af børn, selv om de ikke rigtigt vidste det. I forbindelse med at det første barn kommer, kan de unge forældre atter nærme sig *deres* forældre. Det er ikke så mærkeligt, arbejdsmodellerne fra ens egen barndom aktiveres nu, selv om de tages i brug på en ny måde.

Det er let at forstå, at systemet for omsorg er meget nyttigt for artens overlevelse. Individet, som ikke tager sig af deres afkom, risikerer at netop deres gener ikke føres videre. Dette taler for, at der findes en arvelig og instinktiv komponent i systemet for omsorg, men det er sikkert ikke den eneste komponent. Omsorgssystemet tages først i brug, når individerne er voksne og selv får børn. Altså findes der et langt tidsrum, hvor systemet kan være blevet påvirket af individernes egne oplevelser. En faktor, som da uden tvivl påvirker omsorgssystemet, er ens egne erfaringer med hensyn til omsorg og tilknytning.

Forskellige tilknytningsmønstre

Bowlbys medarbejder Mary Ainsworth har beskrevet forskellige måder, etårige børn kan søge tilknytning på. *Den trygge tilknytning* (60-70 % af børnene) inde-

bærer at barnet aktivt og sikkert bruger moderen som en tryk basis. Ved en kort adskillelse fra moderen bliver nogle af disse børn bange. Når så moderen kommer igen, søger de børn, der har været bange, hurtigt kontakt med hende og bliver så beroligede af hendes nærværelse. De, der ikke har været bange, viser en stærk glæde ved gensynet.

Den ambivalente tilknytning (10-20 %) indebærer at barnet savner rigtig nysgerrighed og glæde. I stedet er det ængsteligt og nedtrykt og viser stor angst, når moderen er borte. Når hun kommer tilbage lader barnet sig vanskeligt trøste. Nogle af børnene er ved moderens tilbagekomst både nedtrykte og protesterende. En del reagerer med stille gråd eller passivitet.

Børnene med *en undvigende tilknytning* (15-30 %) udforsker ganske vist omgivelserne, men uden nogen form for entusiasme. De deler ikke deres oplevelser med moderen og virker følelsesmæssigt uengagerede. De virker nedtrykte. De virker ikke bange for fremmede, snarere ukritiske mod dem. De reagerer ikke på en kortere adskillelse fra moderen, og når hun kommer igen, forsøger de ikke at nærme sig hende. I stedet trækker de sig tilbage og ser bort fra hende. Jo oftere moderen er borte, desto mere forstærkes denne reaktion.

Ifølge forskerne findes der en sammenhæng mellem børns og deres mødres adfærd. De senest beskrevne børn havde mødre, som for det meste afviste dem eller som var apatiske. Mødrene til den ambivalente, tudevorne mellemgruppe var *uforsigtige* i deres holdning over for børnene. De var somme tider kærlige, somme tider afvisende. Mødrene til den første, trygge gruppe af børn havde fornemmelse for deres børns behov, de var tilgængelige og trygge.

Hvordan blev mødrene sådan?

I nyere forskning har man forsøgt at finde sammenhænge endnu længere tilbage i tiden. Hvis nu mødrenes adfærd påvirker børnenes - hvad påvirker så mødrenes? Man formodede, at mødrenes egen oplevelse af tidlig tilknytning påvirkede deres måde at være over for deres egne børn på. Man kunne ikke *vide*, hvordan mødrenes egne barndomsoplevelser havde været, men man kunne interviewe dem og iagttage, *hvordan de som voksne kvinder så på relationerne mellem børn og mødre*.

Da man så interviewede dem, fandt man en gruppe mødre, som affærdigede betydningen af et tidligt samspil mellem små børn og deres forældre. De kunne fx sige, at en hård barndom var god, fordi den "lærte dem at stå på egne ben".

Et flertal i denne gruppe havde børn, som udviste et undvigende mønster over for dem. Sandsynligvis har disse mødre været alt for afvisende over for deres børn, de har simpelt hen ført deres egen barndoms afvisning videre til dem, selv om de har bildt sig ind, at det har været noget godt.

En anden gruppe mødre mente, at tidlig tilknytning mellem mor og barn var vigtig. De kunne se ganske objektivt på deres egne oplevelser. Selv i de tilfælde, hvor de selv havde savnet en tryk basis, kunne de beskrive og reflektere over deres barndom. En del havde været i terapi. Børnene til disse mødre havde i reglen et trygt samspil med dem.

En tredje gruppe mødre lod ikke til at være færdige med deres egen barndom. De var optaget af deres egne tidlige relationer, og gammel skinsyge og gamle forurettelser dukkede hele tiden op til overfladen. Disse mødres børn viste ikke noget entydigt mønster, i hvert fald ikke i den forskning, der er blevet foretaget hidtil.

Det virker altså som om mødres egne barndomsoplevelser i høj grad kan påvirke deres måde at forholde sig til deres børn på, men det betyder ikke, at løbet er kørt for et barn, der har en afvisende mor. Undertiden kan der være en far, som udgør den trygge basis; børn knytter sig ikke nødvendigvis til deres forældre på samme måde, og somme tider kan mennesker uden for kernefamilien betyde meget for barnet. Desuden er barndommen jo ikke den eneste vigtige periode i et menneskes liv. Mange vigtige ting sker senere, i teenageårene etc. Nogle får hjælp af terapi. Mange kan altså, trods egne problemer i barndommen, tilbyde deres børn en tryk basis. Alligevel må man sige, at Bowlbys teori om den tidlige tilknytnings betydning har en stærk støtte i forskningen. Det er ofte afgørende, hvordan små børn behandles.

At blive afvist

Værst synes det at være for små børn helt at blive afvist, dvs. overhovedet ikke få mulighed for at søge tilknytning.

Stella er en ung mor, som misbruger narkotika og lever i et kriminelt miljø. Hun er ofte plaget af angst og har det meget dårligt. Hendes egen barndom var fyldt med vold og overgreb, og hun var på mange forskellige børnehjem, inden hun var femten.

Stella ville egentlig ikke have noget barn og kan slet ikke holde ud at have med det at gøre. Lille Marie får for det meste lov til at ligge og skrigе. Somme tider, når skrigeriet bliver for voldsomt, dasker Stella til hende. Somme tider slår hun temmelig hårdt, selv om Marie kun er 9 måneder. Foruden Marie bor der tilfældige bekendte hos Stella. Ingen af dem bryder sig om Marie.

Marie er netop i den alder, hvor tilknytningen normalt skal foregå. Det er nu, hun gør sine første erfaringer med "hvordan det er at være hos andre". Grundlaget for hendes trykthed og hendes evne til at udforske verden dannes også nu. Også hendes fremtidige evne til at passe børn begynder at blive påvirket.

CASE

Marie

Marie sidder i en fælde. Hvis hun ikke meget snart får hjælp, vil hun få meget forringede muligheder for et rigt liv, det tyder al forskning på.

Opgave

Tre børn, Preben, Tobias og Marie, beskrives i afsnittet. Det bør være meget enkelt at passe dem ind i de tilknytningsmønstre, som er beskrevet ovenfor. Hvad tror du ville være det bedste, der kunne ske Marie? Og Tobias?

206

Tilknytning eller objektrelationer?

Bowlby kendte udmærket objektrelationsskolen, og han fokuserede også på, hvad der sker mellem det lille barn og dets plejer. Men Bowlbys opfattelse er anderledes. Han vil ikke bruge indre objekter og faser, begreber, han anser for at være alt for statiske. Han taler i stedet om indre arbejdsmodeller, som hele tiden forandres og opdateres. Han taler også om forskellige systemer - for tilknytning, for udforskning, for omsorg. Han mener, at hans begreber bedre beskriver det, der faktisk sker med små børn i mødet med deres plejere.