

Desorganiserad anknytning som mentaliseringsstrauma

Tor Wennerberg
(tor.wennerberg@comhem.se)

Vad ska det här handla om?

- *Desorganiserad anknytning som en "andragenerationseffekt" av förälderns obearbetade trauma.*
- *Obearbetade trauman resulterar i massiv mentaliseringsbrist: detta är själva överföringsmekanismen som fortplantar trauman över generationsgränserna.*
- *Överföring av trauman mellan generationerna = överföring av en dissociativ personlighetsstruktur.*

Men först:

- *Evolutionära perspektiv på anknytning.*
- *Vad är egentligen anknytning?*
- *En överlevnadsmekanism: evolutionens svar på hur hjälplösa ungar, som föds innan de är färdigutvecklade, ska kunna överleva i en farofylld värld. Genom att hålla sig nära en beskyddande artfrände, starkare och klokare än ungen själv.*

En tendens döljer en annan

- *Det naturliga urvalet är en skoningslös och brutal process, men den har gjort människan till en varelse för vilken det enda som i slutändan verkligen betyder något är: kärlek.*
- *Beatles: "All you need is love."*
- *B. Dylan: "If not for you, Babe, I couldn't find the door, couldn't even see the floor, I'd be sad and blue, if not for you."*

Människans moralutveckling

- *Frans de Waal: synen på den mänskliga naturen har aldrig varit så pessimistisk som under de senaste tre decennierna.*
- *Möjlig förklaring: nyliberalismen.*
- *Den själviska genen: en metafor som utsträckts till ett antagande om människans hela natur: att vi är i grunden själviska överlevnadsmaskiner, moralen enbart fernissa. "Fernissateorin."*

Beethoven-felslutet

- *De Waal: den våning i Wien där Beethoven skapade sin musik beskrevs av samtida besökare som en regelrätt svinstia.*
- *På samma sätt med evolutionen: inget logiskt samband mellan det naturliga urvalet som process och de resultat den åstadkommer.*
- *Beethoven-felslutet: grym och skoningslös elimineringsprocess måste frambringa grymma och skoningslösa varelser.*

Hur moralen uppstod

- *Den mänskliga, medfödda moralen uppstod sannolikt genom att fientlighet och krigföring mot andra grupper steg för steg förstärkte solidariteten inom den egna gruppen fram till den punkt där moralen uppstod.*
- *Nära koppling till utvecklingen av mentaliseringsförmåga.*

Kognitiv kapprustning

- *”... den traditionella uppfattningen att praktisk problemlösning – letande efter föda och tillverkning av verktyg – drev på utvecklingen av neocortex har ersatts av uppfattningen att ett under evolutionens gång eskalerande behov av social intelligens har drivit på den kognitiva motsvarigheten till en kapprustning” (Allen et al. 2008, s. 115).*
- *Konkurrens (om resurser och partners), men också samarbete (inklusive samarbete i konkurrenssyfte).*

Love, love me do

- *Med andra ord uppstod, i de jägar-samlar-samhällen på den afrikanska savannen där vi skulpterades genetiskt, ett selektionstryck som främjade kärlek.*
- *Detta eftersom fördjupad mentaliseringsförmåga ger bättre förmåga till avancerat gruppsamarbete. Men: fördjupad mentaliseringsförmåga beroende av kärleksfull förståelse.*

Stephen Mitchell (2000)

- *Den vanligaste orsaken till psykologiskt lidande är "lojaliteten mot smärtsamma tidiga objekt".*
- *Varför kan inte libidon – som Freud betraktade som lustsökande – lämna åt sidan dåliga objekt och hitta nya?*
- *"Freud attributed this phenomenon to what he termed the 'adhesiveness' of the libido, but threw up his hands at a compelling explanation by attributing it to a mysterious Death Instinct."*

Lojaliteten mot smärtsamma objekt

- *Fairbairn: omdefinierade libidon som primärt objektsökande.*
- *Bowlby: flyttade över objektrelationsteorin på en modern evolutionsbiologisk grundval. Antog existensen av ett medfött relationellt motivationssystem, anknytningsystemet.*
- *Harlows experiment: anknytningen inte beroende av lustfyllda associationer.*

Varifrån kommer lojaliteten?

- *Människan en nomadiserande primat. Hjärnan 30 000 år gammal. Genetiskt förväntar vi oss att födas in i en nomadiserande människoflock på savannen.*
- *Anknytningsrelationen: den enda säkra platsen eller tillflyktsorten i tillvaron – primatungens enda biljett till överlevnad.*
- *De primära anknytningsrelationerna måste bevaras till vilket pris som helst.*
- *Ett relationsbevarande biologiskt imperativ.*

Det omedvetna en tvåpersonsstruktur

- *Anknytningsteorin – och i än högre grad dess förlängning, mentaliseringsteorin – är en tvåpersonsteori om det mänskliga psyket.*
- *Upplevelsen av det egna självet är en funktion av den andres upplevelse av självet: den psykologiska utvecklingen, människans existentiella födelse, sker utifrån och in, via förälderns mentaliserande förståelse.*
- *Lojaliteten mot tidiga smärtsamma objekt: lojalitet mot den relation som innesluter barnets själv. Utan denna relation inget själv.*

Vad är dissociation?

- *Nijenhuis & van der Hart (in press):*
- *Stor begreppsförvirring i dagens psykiatri i fråga om vad dissociation är (försvar, symtom, normala och patologiska medvetandeförändringar).*
- *Föreslår: återgång till Pierre Janets definition från sent 1800-tal.*
- *Dissociation: förekomsten av mer än ett förstapersonsperspektiv inom personligheten.*

Dissociation

- *Trauman – extremt stressframkallande upplevelser som individen inte förmår integrera i sin självupplevelse – splittrar personligheten i olika delar: dynamiska subsystem inom personligheten, medierade av evolutionära handlingssystem. Dessa subsystem blir mer eller mindre självständiga, vart och ett med sitt eget förstapersonsperspektiv på självet och världen.*
- *Grundläggande klyvning mellan undvikande (ANP) och återupplevande (EP) delar av personligheten.*

Mentaliseringsteorin

- *Det som integrerar barnets personlighet och känsla av själv är förälderns mentaliserande förståelse.*
- *Anknytningspersonen tillskriver barnet inre, mentala tillstånd, liksom en personlig historia och en framtid.*
- *Mentalisering = integrering och realisering av självtillstånd, dvs. motsatsen till dissociation.*

Det "dissociativa" spädbarnet

- *Putnams (1997) discrete behavioral states model eller teori om åtskilda beteendetillstånd.*
- *Barnet föds som "dissociativt" (i icke-traumatisk mening) i och med att dess olika beteendesystem är ofullständigt integrerade. Känslan av själv varierar kraftigt, situationsbunden. Den integrerade personligheten en utvecklingsmässig bedrift, uppstår som funktion av anknytningspersonens reglering och strukturering av barnets erfarenhetsvärld.*

Två utvecklingsvägar mot dissociation

- *Dissociation (= traumabaserad splittring i personligheten) kan uppstå pga något som har hänt – en potentiellt traumatiserande händelse som individen inte förmår integrera i det självbiografiska minnet.*
- *Dissociation kan också uppstå pga något som inte har hänt – den uteblivna integreringen av barnets från början starkt föränderliga och ointegrerade känsla av själv.*

Nu börjar ett nytt avsnitt

- *Med dessa definitioner i bakhuvudet går vi nu vidare till:*
- *Anknytningen som barnets sätt att reglera rädsla.*
- *Behovet av en vidgad traumadefinition.*
- *Desorganiserad anknytning.*

Motivation enligt Darwin

- *Ett evolutionsbiologiskt perspektiv på motivation innebär att alla levande varelser får sitt absolut överordnade mål från det naturliga urvalet:*
- *”Hjärnan strävar efter att försätta sin ägare i omständigheter liknande dem som fick ägarens förfäder att reproducera sig”
(Steven Pinker).*

Bowlbys livslånga fokus: rädsla

- Nomadiserande primatungar har ett enda sätt att reglera rädsla: genom att upprätta närhet till sin anknytningsperson. Andra däggdjur har också möjlighet att söka skydd i lyan eller grytet. För människobarnet ges inget annat alternativ än anknytningsrelationen.*
- Alla rädsloreaktioner aktiverar anknytningsssystemet. Rädsla driver – ofrånkomligen – barnet att närma sig sin anknytningsperson, oavsett vad som har skrämmt barnet. (Darwins havsödla.)*

Lonesome no more

- *Människan föds genetiskt programmerad med ett "relationsbevarande biologiskt imperativ". Anknytningsrelationen representerar – ofrånkomligen, oavsett hur den är beskaffad – trygghet och beskydd i barnets medvetande.*
- *Jfr Fairbarin: libidon primärt objektsökande, inte lustsökande som Freud antog.*

Erfarenheter från kriget

- Bowlby konstaterade att det gick bättre för barn som upplevde blitzten tillsammans med sina föräldrar i London, än för barn som evakuerats till objektivt trygga omständigheter på den engelska landsbygden utan sina föräldrar.*
- Barn upplever fara på ett väsensskilt sätt jämfört med vuxna. Faror och hot "filtreras" genom anknytningsrelationen.*

Problem med traditionell syn på trauma

- *Trauma definieras i DSM-IV:s PTSD-diagnos uteslutande utifrån vuxenkriterier:*
- *”personen upplevde, bevittnade eller konfronterades med en händelse ... som innebar död, allvarlig skada (eller hot om detta), eller ett hot mot egen eller andras fysiska integritet”*
- *Men: för barn är upplevelsen av fara en funktion av anknytningspersonens fysiska och psykologiska tillgänglighet.*

Ett utvidgat traumabegrepp

- *Anknytningstrauma innefattar två distinkta processer: 1) själva händelsetraumat; 2) ett sammanbrott i den biologiska beskyddarfunktionen.*
- *”Många av de psykologiska fenomen som åtföljer misshandel och övergrepp, och som beskrivits i både trauma- och anknytningslitteraturen, uppstår troligen som en effekt, inte av traumat i sig, utan av traumatiska händelser som äger rum inom ramen för en svår relationsstörning, eller till och med enbart till följd av en långvarig relationell störning” (Lyons-Ruth et al. 2005, s. 5).*

Trauma of absence

- *Två led i traumaekvationen: 1) objektivt farliga händelser; 2) tillgång till rädsloregerande resurser i viktiga anknytningsrelationer.*
- *0-6 år: det relationella ledet viktigare; 6 år och uppåt upplevelsen av trauma allt mer överensstämmande med vuxenkriterier.*
- *Tillräcklig källa till traumatisering i subtila avvikelser och störningar i det tidiga affektreglerande samspelet med anknytningspersonen. Hidden trauma eller trauma of absence.*

Den desorganiserade anknytningen

- *D-anknytningen, en dysfunktionell form av anknytning, belyser människans existentiella villkor.*
- *Barn som utsatts för misshandel och övergrepp: > 80 procent desorganiserad anknytning.*
- *Men: i lågriskgrupper (normal medelklass) 15 procent desorganiserad anknytning.*
- *Gemensam faktor i båda grupperna: rädsla.*
- *Prediceras av förälderns olösta status på anknytningsintervjun (=obearbetade trauman)*

Andragenerationseffekter av trauman

- Hur kan desorganiserad anknytning vara så vanlig i lågriskmiljöer (vart sjätte barn i befolkningen)?*
- Main & Hesse: en förälders obearbetade trauman kan överföras till avkomman genom subtila skrämmande/skrämda beteenden som inte motsvarar misshandel, övergrepp eller försummelse.*
- Obearbetade trauman bryter då och då igenom ett i övrigt adekvat omvårdnadsbeteende och desorganiserar barnets anknytningssystem.*

”Fright without solution”

- *Main & Hesse (1990):*
- *Barn med D-anknytning möter föräldrabeteenden som faller utanför det spektrum av beteenden som barnet är evolutionärt förberett att kunna anpassa sig till.*
- *Anknytningsrelationen är barnets enda säkra plats, den enda biologiskt möjliga ”lösningen” på rädsloreaktioner.*
- *Rädsla som uppstår inom anknytningsrelationen kan barnet inte hantera. Beteendet kollapsar under trycket av motstridiga impulser.*

Permanent oreglerad rädsla

- *Den desorganiserade anknytningen – både när den uttrycks som procedurella beteenden hos ettåringar i främmandesituationen och när den tar formen av desorganiserade medvetandeprocesser hos vuxna i anknytningsintervjun – handlar i grunden om att både barnet och föräldern har ett permanent dysreglerat rädslsystem.*
- *Jämför posttraumatiskt stressyndrom: traumat upplevs inte som avslutat.*

D-anknytning i longitudinellt perspektiv

- *2 uppföljningsstudier visar att D-anknytning vid 12 månader predicerar dissociativa symtom i tidig vuxen ålder: Ogawa et al. (1997) och Dutra & Lyons-Ruth (2005).*
- *Enda otrygga anknytningskategorin som direkt predicerar psykopatologi.*
- *Senare upplevelser av misshandel och övergrepp bidrog inte statistiskt till prediktionen av dissociation. Den statistiska prediktionen är direkt och oförmedlad, ett förvånande fynd.*

Mentaliseringstrauma

- *Omöjligt för barnet att mentalisera (realisera och integrera) upplevelser av anknytningspersonen som skrämmande och massivt övergivande. Rädsla som uppstår inom anknytningsrelationen = olöslig biologisk paradox.*
- *"... ett medvetande kan inte lösa denna paradox, men ett splittrat medvetande kan det" (Hesse & Main 2006, s. 339).*
- *Dissociation: "löser" problemet, men olösligheten flyttar in i barnets medvetande.*

Dissociation som tvåpersonsprocess

- *”... dissociativa försvar, liksom andra försvar, uppstår inte i första hand som enpersonspsykologiska, intrapsykiska hämningar utan representerar den dialogiska struktur som barnet har tillgång till ... Barnet kommer med andra ord att utveckla ointegrerat mentalt innehåll i samma utsträckning som vårdnadsgivaren inte upprättar en tillräckligt integrerad affektiv, symbolisk och interaktiv dialog med barnet” (Lyons-Ruth 2003, s. 900–901).*

Sammanfattning

- *Omentaliserade trauman hos föräldern omöjliggör ett integrerat "hållande" av barnets uppvaknande själv. Massiv mentaliseringsbrist, i situationer då barnet känner rädsla. Förälderns dissociativa (traumatiserade) personlighetsstruktur överförs till barnet.*
- *Reaktiva ångest- och raseritillstånd upplevs av barnet som inifrån kommande hot mot upplevelsen av att vara anknuten. Fobi för mentalisering = vidmakthållande av dissociation.*

Sammanfattning, forts.

- *Mentaliseringsbaserad terapi: syftar till att övervinna fobin för mentalisering (=fobin för övergivna delar eller aspekter av självet).*
- *Mål: högre grad av integrering av omentaliserade självtillstånd, dvs. strävan i riktning mot lösning av den "biologiska paradox" som var olöslig för det lilla barnet. Integrering av tidigare oförenliga objekt- och självrepresentationer.*

Ett boktips...



OM ANKNYTNING
TRAUMA OCH
DISSOCIATION

Vi är våra
relationer

TOR WENNERBERG



Referenser

- Hesse, E. & Main, M. (2006). *Frightened, threatening, and dissociative parental behavior in low-risk samples: Description, discussion, and interpretations. Development and Psychopathology, 18*, s. 309–343.
- Lyons-Ruth, K. (2003). *Dissociation and the parent-infant dialogue: A longitudinal perspective from attachment research. Journal of the American Psychoanalytic Association. Vol. 51, nr 3, s. 883–911.*
- Lyons-Ruth, K., Dutra, L., Schuder, M. R., Bianchi, I. (2006). *From infant attachment disorganization to adult dissociation: Relational adaptations or traumatic experiences? Psychiatric Clinics of North America. Vol. 29, s. 63–86.*
- Main, M. & Hesse, E. (1990). *Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? I: Greenberg, M. T., Cicchetti, D. & Cummings, M. (red.), Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention, s. 161–182. Chicago. University of Chicago Press.*
- Nijenhuis, E. R. S. & van der Hart, O. (in press). *Dissociation in trauma. Part II: A new definition and former proposals compared. Journal of Trauma and Dissociation.*
- Ogawa, J. R., Sroufe, L. A., Weinfield, N. S., Carlson, E. A. & Egeland, B. (1997). *Development and the fragmented self: Longitudinal study of dissociative symptomatology in a nonclinical sample. Development and Psychopathology, 9, s. 855–879.*
- Putnam, F. W. (1997). *Dissociation in children and adolescents: A developmental perspective. New York. The Guilford Press.*