




## Utveckling av mentaliseringsförmågan.


Niki Sundström

2009-10-23 Niki Sundström 1



## Anknytning


2009-10-23 Niki Sundström 2



## Agentskap

- Översatt från engelskans agency.
- Det handlar om att känna ansvar för hur man mår och att man kan påverka sitt mående.
- Man har en upplevelse av att man kan få saker att hända.
- Motsatsen är passivitet.
- Agentskap är nödvändigt för att man ska kunna bli frisk från sjukdom och för att man ska må bra.


2009-10-23 Niki Sundström 3



## Centralt för utveckling av mentaliseringsförmågan är:

- Mentala representationer
- Affektreglering
- Joint attention
- Språk
- Pedagogik


2009-10-23 Niki Sundström 4



## Mentala representationer

- Utvecklingen sker från att förstå mentala tillstånd som förklaring till handlande - till att förstå att mentala tillstånd har en representativ funktion.
- Att förstå målinriktat handlande ur ett multipelt perspektiv. Där flera perspektiv kan jämföras, tex dåtid-nutid-framtid.

2009-10-23 Niki Sundström 5



## Mentala representationer

- Multipla modeller av samma situation.
- Ha någon i "mind" som inte är närvarande.
- Låtsaslek
- Flashbacks, paranoida projektioner, depressivt grubblande. Då är personens "mind" inte längre representativt.

2009-10-23 Niki Sundström 6

## Affekter

- Affektreglering
- Impulskontroll
- Känna igen känslor
- Uttrycka känslor
- Dela känslor

2009-10-23 Niki Sundström

7

## Affektrepresentationer

- Utvecklas genom tidiga speglade interaktioner. Anknypningspersonen hjälpa barnet med reglering av känslor, tröst.
- Spegling - svarar på, reflekterar över och uttrycker barnets inre tillstånd.
- Anknypningspersonen visar att det inte är hennes känsla utan en medvetenhet/förståelse för barnets inre tillstånd.
- Speglingen måste vara "markerad", t ex kombinera ett lite ironiskt ansiktsuttryck samtidigt som man visar ett omhändertagande eller visa barnets uttryck fast långsamt eller uttrycka delar av barnets känsla.

2009-10-23 Niki Sundström

8

## Vad kan gå fel?

- Inte markerad, tex att mamman är arg och uttrycker sin ilska mot barnet.
- Markerad, men inte överensstämmande med känslan. – Oj, vilken elaking du är! Kan leda till en fragmenterad känsla av själv.

2009-10-23 Niki Sundström

9

## Joint attention

- Uppmärksamhet har alltid viktig roll för mentaliseringsförmågan.
- Detta gäller även under utvecklingen av mentaliseringsförmågan.

2009-10-23 Niki Sundström

10

## Joint attention

- Dyadisk
- Triangulation, vid ca 6 mån.
  - Dela komplex upplevelse med andra.
  - Olika reaktioner på samma objekt.
  - Kunskap om objektet, men också den andre genom objektet. Mamma är annorlunda än jag på vissa sätt, tex mamma har sin egen attityd till en leksak.
- Uppfatta hur andra ser/uppfattar mig/känner om mig.

2009-10-23 Niki Sundström


11

## Språk

- Språk och mentalisering nära knutna till varandra.
- Mentalisering behövs för utveckling av språk och språket stärker mentaliseringsutvecklingen.

2009-10-23 Niki Sundström

12



## Pedagogik

- Centralt för utvecklingen
- Kulturell kunskap
- Joint attention
- Affektreglering

2009-10-23 Niki Sundström 13

- Teleologisk hållning
- Psykisk ekvivalens
- Låtsas läge


## Utveckling av mentaliseringsförmågan

2009-10-23 Niki Sundström 14

- Utvecklat vid ca 9 mån.
- Erfarenheter känns giltiga bara när konsekvenserna är synliga.

## Teleologisk hållning

2009-10-23 Niki Sundström 15



## Teleologisk hållning

- Handlingar bedöms utifrån synbara resultat.
- Känslor kan inte hanteras genom reflektion.
- Ökar risken för impulsiva handlingar (att göra något för att hantera oro).

2009-10-23 Niki Sundström 16

- ▶ Uppnås vid ca två års ålder.
- ▶ Man likställer den inre verkligheten med den yttre.
- ▶ Egna tankar och känslor måste vara sanna.

## Psykisk ekvivalens

2009-10-23 Niki Sundström 17

- Uppnås vid ca 2-3 års ålder.
- Den yttre verkligheten är helt skild från den inre. Verklighet och fantasi är helt åtskilda.

## Låtsasläge (*pretend mode*)

2009-10-23 Niki Sundström 18

## Utveckling av mentaliseringsförmågan

- Utvecklad i 4 – 5 års ålder.
- Handlingar förstås/länkas samman med mentala tillstånd (i kontrast till teleologisk hållning).
- Tankar och känslor är varken för verkliga (psykisk ekvivalens) eller för överkliga (låtsasläge), utan "lagom" verkliga.
- Fantasi och verklighet skiljer sig åt, men det finns en förbindelse mellan dem.

2009-10-23 Niki Sundström

19

## Mentalisering (upplevelse av eget mentalt fungerande)

- ▶ En balanserad attityd beträffande påståenden om egna och andras mentala tillstånd.
- ▶ Rikt inre liv.
- ▶ Utvecklingsperspektiv.
- ▶ Realistisk skepticism – egna känslor kan vara förvillande.
- ▶ Konflikt – medvetenhet om att man kan ha oförenliga tankar och känslor.
- ▶ Intresse för olikhet – på vilket sätt andras inre är olikt ens eget.
- ▶ Medvetenhet om känslors påverkan.
- ▶ Medvetenhet om förmedvetet fungerande, t ex i en konflikt.
- ▶ Ett genuint intresse för ens egna tankar och känslor.

2009-10-23 Niki Sundström

20

## Mentalisering (i relation till andras tankar och känslor)

- ▶ Vetskapen om att man inte kan veta vad andra människor tänker eller känner, men att inte heller alltid bli konfunderad av andras tankar.
- ▶ Frånvaron av paranoida tankar.
- ▶ Begrundande och reflektion.
- ▶ Perspektivtagande.
- ▶ Öppenhet och nyfikenhet för vad andra tänker och känner.
- ▶ Förlåtande hållning.

2009-10-23 Niki Sundström

21

## Trauma

- Interpersonella trauman. Associerat med avsiktligt eller vårdlöst beteende som skadar andra, t ex kriminella handlingar, sexuella trakasserier, strider och terrorism. Medför rädsla för personer.
- Anknypningstrauman. Vållas i en anknypningsrelation, t ex misshandel och övergrepp. Medför rädsla för emotionell närhet och beroende.

2009-10-23 Niki Sundström

22

## Anknypningstrauma

- Personer med anknypningstrauma har ofta svårt att utveckla och använda sig av det de mest behöver, nämligen trygg anknypning.
- De flesta som är traumatiserade i en anknypningsrelation har inte gett upp helt.
- De behöver ofta professionell hjälp.

2009-10-23 Niki Sundström


23

## Anknypningstrauma Övergrep

- ▶ Fysiska övergrepp: ålder, frekvens, styrkan, tillhyggen, vilka kroppsdelar, skadornas omfattning, mentala tillstånd hos förövaren (uppretad, utan kontroll).
- ▶ Sexuella övergrepp: ålder, frekvens, grad av anknypningsrelation, vilken kontakt (penetration), yttre faktorer som tex hemligheter som involverar hot mot andra.
- ▶ Antipati: hur genomgripande och hård kritik, avvisande, syndabock - favorisering.
- ▶ Psykologiska övergrepp: ålder, frekvens, hur genomgripande, terroriserande och förnedrande de varit.

2009-10-23 Niki Sundström

24




## Anknytningstrauma

### Neglect - försummelse

- Fysisk neglect: i vilken omfattning man misslyckats med att tillfredställa de grundläggande behoven (mat, skydd och hälsovård) samt att se till att barnet inte hamnar i fysisk fara.
- Psykosocial neglect: hur genomgående frånvaron av omtanke, avsaknad av intresse, lyhördhet för barnets emotionella tillstånd, kognitiva och intellektuella intressen och utveckling samt vänskap och andra relationer.

2009-10-23 Niki Sundström 25



## Anknytningstrauma

- Ju mer omfattande övergrepp desto större sannolikhet för vuxenpsykopatologi.
- Vanligt med kombination av olika övergrepp och kombination av övergrepp och neglect.

2009-10-23 Niki Sundström 26