

Närhetens och lyhördhetens betydelse för det lilla barnet

Riskbrukskonferens
Stockholm 21 januari 2009

Föreläsare Berit Nordström
fil dr., leg. psykolog



Samhälle

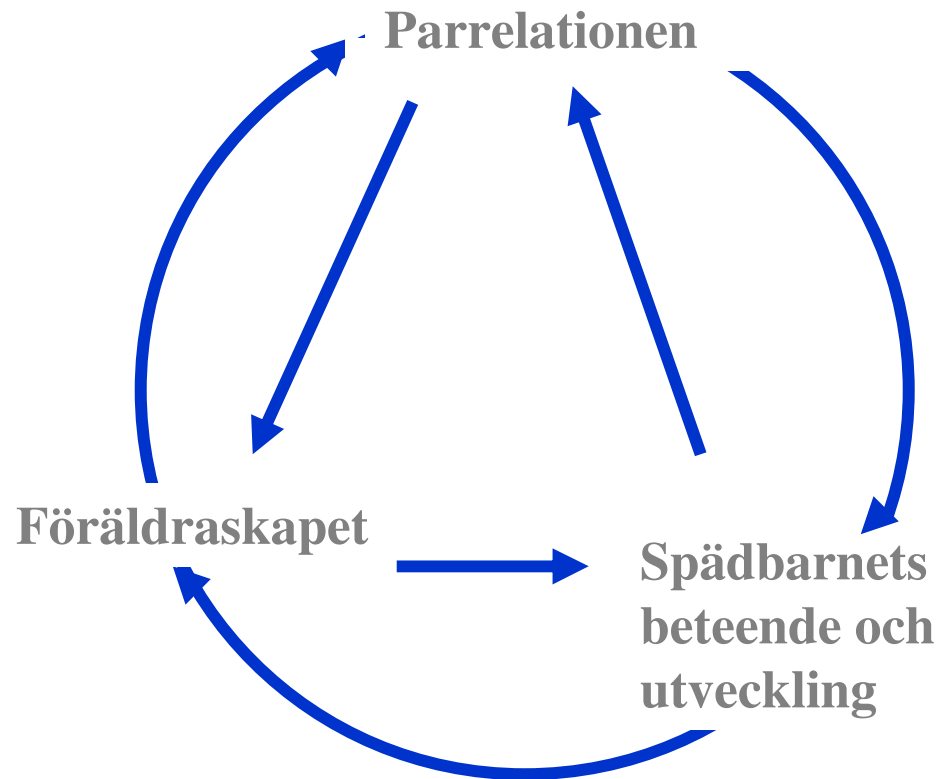


Organisationer



Individ-familj

Familjen som socialt system (Belsky)



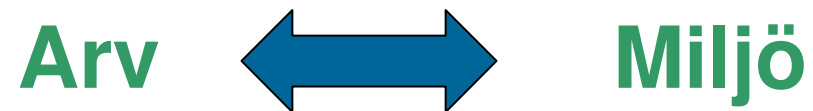
Hjärnans utveckling

Utvecklingen av barnets "sociala hjärna" sker huvudsakligen under barnets två första år i samspel med dem som står barnet närmast

Föräldrakompetens

- förmåga till känslighet,
inlevelse, värme
- pålitlighet, förutsägbarhet,
kontinuitet i kontakten
- återställa (reglera) välbefinnande

Hjärnan skapar sig själv med
hjälp av barnet och dess omgivning



Hälsa

- plantors hälsa och utveckling beroende av rotsystemet
- spädbarnets hälsa och utveckling beroende av hjärnans utveckling

Känsla - förnuft

- Vårt förnuft förefaller byggt ovanpå vårt biologiska regleringssystem, känslorna kommer först, därefter utvecklas förnuft och övriga funktioner i nära samspel (Damasio)

Kortisol - graviditet

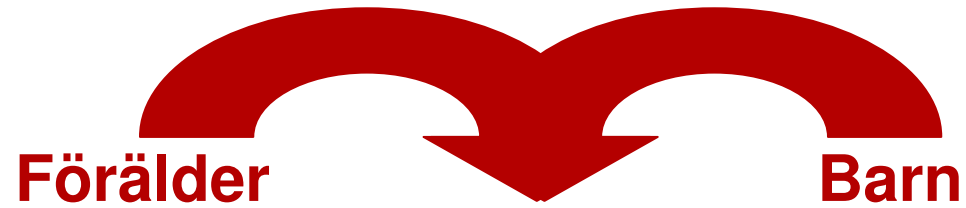
- Höga kortisolnivåer går över i moderkakan och kan påverka fostrets hjärna (Glover)

Hjärnan en "förväntningsmaskin"

- Barns tidiga upplevelser av människor i dess omgivning skrivs in i hjärnan och lagras på ett omedvetet plan. Dessa erfarenheter och förväntningar, stigar i hjärnan, har grundläggande betydelse för våra relationer till andra människor livet igenom (Bowlby, Stern)

Hjärnans emotionella utveckling

- beröring
- visuella intryck
- verbal kommunikation



positiva känslor



**autonoma
nervsystemet**



**mängden dopamin,
endorfiner mfl ökar**



**immunsystemet
påverkas**

Beröringens betydelse

- Beröring och omsorg ger överflöd av kortisolreceptorer. Individerna blir stresståligare.

Höga kortisolnivåer

långsiktiga konsekvenser

- förhöjd aktivitet i högra hjärnbarken (rädsla, irritation, social avskärmning)
- störningar i immunförsvaret
- depression, ångest, missbruk, ätstörningar

Brist på positivt omhändertagande

- kan leda till låga nivåer av norepinefrin (neurotransmittor)
- kan medföra koncentrationssvårigheter, svårighet med att klara av långvarig ansträngning

Kärnan i trygghet och självförtroende

- Vetskapen om att den positiva relationen kan återupprättas

Personlighetsstörningar

- resultat av tidiga erfarenheter i livet
- depression ett genomgående inslag

Två kompletterande system

- omvårdnadssystemet hos föräldern
- anknytningssystemet hos spädbarnet

Anknytningen är en relation som

- varar över tid
- riktas mot en specifik individ som ej är utbytbar
- har känslomässig relevans för individen
- kännetecknas av att personerna söker varandras närhet
- upplever obehag vid ofrivillig separation
- söker trygghet, tröst och närhet hos anknytningspersonen

Olika anknytningsmönster

- trygg
- ambivalent
- undvikande
- disorganiserad

Desorganiseraad anknytning

- ca 80% i multiproblemfamiljer
- 1-5% i normalbefolkningen

Känslomässigt samspel

- källan till intelligens, moral, självkänsla
- grunden för barnets tankeförmågor
- kognitiv förmåga utvecklas bäst i samspelet, inte med olika leksaker eller träningsprogram (Greenspan, 2002)

Tryggt anknutna barn vid 6 år

- kommer bra överens med kamrater
- gott självförtroende
- mindre aggressiva
- behöver inte mycket övervakning i grupp
- visar mer av empati

Tryggt anknutna barn vid 6 år forts.

- färre beteende-problem
- mindre klängighet och negativism för att få uppmärksamhet
- god koncentrationsförmåga, använder lärare, föräldrar som medhjälpare

Prioritering

- prioritera i högre grad relationerna än arbetslivet
- ökad känslomässig rikedom om vi har tid för varandra

”Varje gång vi lyckas med att ett barn växt upp till en sund och trygg individ har vi bidragit till att öka möjligheterna att världen består av individer med empati och medkänsla för andra, som är intellektuellt robusta och som inte minst besitter en förmåga att själv föda och fostra trygga harmoniska barn. Föräldrauppgiften kan inte nog betonas liksom den långsiktiga glädjen som detta kan medföra för många föräldrar kanske inte varje ögonblick men tillräckligt ofta för att det ska vara mödan värt ”

(Greenspan, 2002)

Referenslitteratur

- Tid för barn? Per Kågesson, ISBN 91-7150-987-9
- En trygg bas, John Bowlby ISBN-13: 978-91-27-03109-8
- Den översvämmade hjärnan, Torkel Klintberg ISBN-978-91-27-11408-1
- Små barns behov, Magnus Kihlbom, Myndigheten för skolutveckling
- Föräldrastöd och spädbarns psykiska hälsa, Hwang & Wickberg, ISBN: 91-7257-126-8
- Anknytningsteori - betydelsen av nära känslomässiga relationer, A Broberg P Granqvist T Ivarsson P Risholm Mothander. ISBN 91-27-10975-5
- Livet i familjen – om det viktiga samspelet, J Juul. ISBN 91-0-01845-6
- Anknytning i praktiken. Tillämpningar av anknytningsteorin. Broberg, Mothander, Granqvist, Ivarsson. ISBN 978-91-27-11484-5
- Kärlekens roll. Hur känslomässig närhet formar spädbarnets hjärna. Gerhardt ISBN 978-91-85703-09-8



Tack
för ordet!

berit.nordstrom@med.lu.se