

ARBETSBLAD TILL FILMEN

Desorganiserad anknytning

Att ett barn har en desorganiserad anknytning kan innebära att det på olika sätt försöker ta kontroll eller styra dig.

Vilka förväntningar har barnet på dig?

Ett barns anknytningsmönster märks i stunder då barnet är känslomässigt stressat. Tidigare erfarenheter styr då vilka förväntningar som finns på dig som familjehem.

- Visar barnet att det behöver tröst? Hur i så fall?
- Vad händer när barnet rädd?
- Vad händer när barnet argt?

ETT BARN MED OTRYGGT DESORGANISERAD ANKNYTNING

- Barnet har med sig erfarenhet av att en anknytningsperson kan vara skrämmande eller skräm
- Barnet förstår inte att du kan bidra med tröst
- Barnet kan ha mycket svårt att reglera sina känslor

”JAG VET INTE!”

- Barnet har upplevt ”fear without solution”
- Barnet är vaksamt utåt men har slutat lyssna inåt
- Barnet kan bete sig märkligt och inadekvat

I förskoleålder kan barnet ha tagit över ansvaret för anknytningsrelationen: vänlig kontroll (compulsive caregiving) eller fientlig kontroll

ETT TONÅRING MED DESORGANISERAD ANKNYTNING

- Tonåringen kan ha en bild av sig själv som kaotisk eller skrämmande
- Tonåringen har en känslig ”brandvarnare”

- Tonåringen ser relationer som en källa till ångest
- Tonåringen har mycket svårt att uttrycka känslomässiga behov

SAMMANFATTNING

- "Jag vet inte"
- Stark riskfaktor för psykisk ohälsa
- "Fear without solution"
- Plötslig aktivering av desorganiserad anknytning
- En överlevnadsstrategi blir kontroll över viktiga människor

FÖR FÖRDJUPNING

Wallroth, P. (2011). Mentaliseringsboken.
Stockholm: Karneval

Frågor till dig som sett filmen

- Vad är dina spontana reaktioner på filmen?
- Känner du igen tecknen på ett desorganiserat anknytningsmönster hos ett barn eller tonåring som du har hos dig?
- Vad tar du med dig från filmen och boken för att hjälpa barnet eller tonåringen till ett tryggare anknytningsmönster?