

ARBETSBLAD TILL FILMEN

Ambivalent anknytning

Att ett barn har en ambivalent anknytning kan innebära att det söker sig till dig men inte litar på att du kan hjälpa.

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 UNDVIKANDE ANKNYTNING

- Barnet har med sig erfarenhet av att en anknytningsperson kan vara lynnig och opålitlig
- Barnet vänder sig till dig i kärva lägen men litar inte på dig
- Barnet kan överväldigas av sina känslor

”JAG BEHÖVER ANDRA MEN LITAR INTE PÅ DEM”

- Barnet kan söka tröst men har svårt att stanna
- Barnet kan vara klängigt eller högljutt avståndstagande
- Barnet bevakar möjlighet till närhet
- Barnet ”överlever” genom att vara i fokus

ETT TONÅRING MED AMBIVALENT ANKNYTNING

- Tonåringen är rädd för att bli övergiven och ensam
- Tonåringen är starkt beroende av andra och deras uppmärksamhet
- Tonåringen håller relationer levande genom ”drama”
- Tonåringen kan välja en destruktiv relation framför ensamhet

SAMMANFATTNING

- ”Jag behöver andra men litar inte på dem”
- Låg självständighet
- Känslor överväldigar och är svåra att sortera

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 ambivalent 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?