

# Tilknytning

**KURSUS – PROJEKT UNGE OG GRÆNSER**

# Tilknytningsteorien

## Psykiater John Bowlby (1907- 1990)

---

### De fire tilknytnings teorier:

- Det sikre/trygge tilknytningsmønster **60 % af alle børn**
- Det ængstelige/undvigende tilknytningsmønster **15- 20 % af alle børn**
- Det ængstelige/ambivalente tilknytningsmønster **5-15 % af alle børn**
- Det desorganiserede tilknytningsmønster **ca. 5 % af alle børn**

Tilknytningsmønstret er et aftryk af det samspil der finder sted mellem det lille barn og de omsorgspersoner, der er tilgængelige.

Det bliver til et indre mønster eller "arbejdsmodeller" for, hvordan det i fremtiden vil søge nærhed og kontakt på.

- Psykolog og forfatter Karen Vibeke Mortensen – Institut for kommunikation ved Aalborg Universitet

# Den trygge tilknytning

- **Forældrene** er opmærksomme og sensitive
- **Tilknytningen** er sikkert, internaliseret
- **Emotionelt** ses en følelse en af sikkerhed, kompetence og livsmod, kender egen grænser
- **Kognitivt** set er de nysgerrige, kan aktivere sig selv, og søger udfoldelse ekspansion
- **Arbejdsmodellen** af mor : hun er lydhør, og tilgængelig

# Det ængstelige undvigende tilknytningsmønster

- **Forældrene** optræder negligerende, fornægtende, eller direkte afvisende
- **Den emotionelle** udvikling er præget af afstand, mistillid, ignorering, og fjendtlighed
- **Den kognitive** udvikling præget af særinteresser, de er ensporede og generelt virke tilbagestående
- **Arbejdsmodellen** af mor er: Behov kan registreres, men standses i afvisningens dilemma, søger selv ensomhed efter separation

# Ængstelig og ambivalent tilknytning



- **Forældrene** er ufølsomme, utilgængelige, lunefulde og selvoptagne
- **Den emotionelle** udvikling er præget af usikkerhed, tristhed, frygtsomhed, separations angst
- **Kognitiv udvikling** er præget af forsigtighed, tilbageholdenhed, snæver og begrænset selvudfoldelse
- **Arbejdsmodellen** af mor: er usikker i forhold til hendes tilgængelighed, kan blive klyngede i kontakt

# Ængstelig desorganiseret tilknytning



- **Forældrene** har været groft afvisende, krænkende og/eller usammenhængende
- **Den emotionelle** udvikling er præget af vrede og lukkethed
- **Kognitiv** udvikling er præget forvirring, uro og mangel på koncentration, svært ved at aflæse sociale situationer  
Kan have meget svært ved tvetydighed / ironi  
Hvis der er uklarhed og rod, skaber det uro i det indre og medfører ofte vredes- eller panikudbrud
- **Arbejdsmodellen** af mor er : Kontakten er smertefuld og uforudsigelig / impulsiv kaotisk – ”vælger kontakt fra”

# Øvelse

---

Se på egne tilknytningsmønstre

---

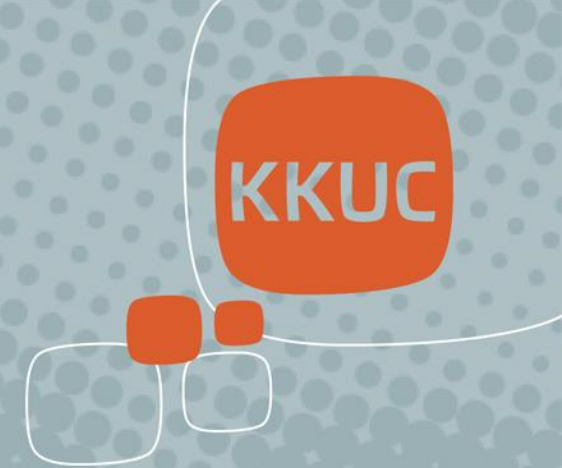
Snak med sidemanden....

---

Sund tilknytning med underliggende utryg ambivalent eller både og, hvor det afvisende utrygge tilknytning er med.

---

Eksempel



**FAGLIG SPARRING OG RÅDGIVNING OM UNGE OG GRÆNSER**

TLF.NR. 2565 4584 ELLER MAIL [MPE@KKUC.DK](mailto:MPE@KKUC.DK) – ONSDAG KL. 10.00-14.00

**DIGITALT FAGLIGT NETVÆRK FOR FAGPERSONER**

BLIV MEDLEM VED AT SCANNE QR-KODEN



LÆS MERE OM PROJEKT UNGE OG GRÆNSER PÅ

[WWW.KKUC.DK/PROJEKT-UNGE-GRAENSER](http://WWW.KKUC.DK/PROJEKT-UNGE-GRAENSER)