

# Reaktiv tilknytningsforstyrrelse

Hva er likheten mellom koronapandemien og reaktiv tilknytningsforstyrrelse?

Begge krever avstand.

| Av Joachim Haarklou, psykologspesialist

## Koronapandemien

Koronapandemien er over oss og preger vår hverdag. Vi må ikke bare lære å hoste i armkroken, vi må også lære å holde avstand til hverandre, ikke håndhils, ikke omfavne hverandre med klemmer, ikke kose og ikke ta på hverandre. Det gjelder å holde fysisk avstand, men ikke psykisk. Slik blinde mødre må kompensere med andre sanser enn synet og blikkontakten for nærhet til sitt barn, må vi nå kompensere for den fysiske avstanden med våre sanser som blikkontakt, mimikk, stemningsleie, intonasjon og gestikk. Vi søker fortsatt å vise hverandre psykisk nærhet, men uten å komme fysisk nær. Vi må gjøre det på andre måter.

Ikke håndhils, omfavne hverandre, gi klemmer, kose eller ta på hverandre, er fremmed for oss. Vi liker det ikke. Vi liker det ikke fordi vi er vokst opp

med fysisk og psykisk nærhet, det er kjent for oss. Vi søker tilbake til det kjente fordi det er kjent, og det oppleves godt fordi det er kjent for oss. Det er nærhet som helbreder, forbinder, skaper trygghet, videreutvikler oss og aktiverer de gode hormonene. Nærhet er godt og gjør godt.

## Reaktiv tilknytningsforstyrrelse

En reaktiv tilknytningsforstyrrelse er en forstyrrelse i tilknytningen mellom barnet og mor, der barnet etter en omplussing ikke klarer å knytte seg til sine nye omsorgspersoner. Barnet har ikke opplevd tilstrekkelig fysisk og psykisk nærhet til en utvalgt tilknytningsperson (mor) over tid, i begynnelsen av livet. Barnet har opplevd brudd i tilknytningen og har opplevd fysisk og psykisk avstand. Barnet har ikke følt seg elsket, og klarer ikke å la seg bli elsket en gang til. «Ikke elsk meg!» er signalet fra dette barnet. En reaktiv tilknytningsforstyrrelse er et slags «nei-takk til nye foreldre».

“**Det er nærhet som helbreder, forbinder, skaper trygghet, videreutvikler oss og aktiverer de gode hormonene.**”



## - OM FORFATTEREN -

| JOACHIM HAARKLOU jobber som privatpraktiserende psykologspesialist ved Hisøy psykologsenter. Han har flere ganger skrevet fagartikler for Fosterhjemskontakt. Denne artikkelen har tidligere vært publisert i InorAdopt og Verdens Barn tidsskrift.



Den reaktive tilknytningsforstyrrelsen kalles på amerikansk «love disorder», eller kjærlighetsforstyrrelse. Barnet har ikke vært elsket slik barn skal elskes i begynnelsen av livet, og det er blitt forlatt. Nå klarer ikke barnet å la seg bli elsket. Barnet klarer ikke å gå inn i en emosjonell nær og gjensidig relasjon til sine nærmeste, slik som fosterforeldrene. Barnet unngår aktivt deres nærhet ved ikke å slippe dem inn til seg, avvise dem, skyve dem vekk og slik skape fysisk og psykisk avstand. Dette er nærmere beskrevet i min artikkel «Emma tvert imot eller noe mer», som omtaler



Vi søker fortsatt å vise hverandre psykisk nærhet, men uten å komme fysisk nær.



barn og ungdom med en reaktiv tilknytningsforstyrrelse. På amerikansk sammenfattes den reaktive tilknytningsforstyrrelsen i tre setninger: «I kill you. You survive. I love you». Det er i “jeg skal ta liv av deg-fasen” at barnet skaper avstand, skyver vekk og klart signaliserer at det ikke vil ha noe med sine nye omsorgspersoner å gjøre.

En vellykket behandling av en reaktiv tilknytningsforstyrrelse ender med hengivenhet og emosjonell lojalitet overfor fosterforeldrene, dvs. nærhet. Det er nærhet som helbreder, ikke avstand.

I Nederland omtales den reaktive tilknytningsforstyrrelsen som «ingen bunn syndrom», der foreldre elsker og elsker uten å bli elsket tilbake, og uten å lykkes med å lære barnet at de som nye foreldre og tilknytningspersoner, er til å stole på. Derfor heter det at du bare kan ta imot et fosterbarn hvis du kan elske uten å forvente å bli elsket tilbake. Noen fosterforeldre blir utslitt av prosjektet der de elsker og elsker uten å bli elsket tilbake.

En reaktiv tilknytningsforstyrrelse er en forstyrrelse som oppstår i etterkant av opplevelse av utrygg tilknytning, for dårlig kvalitet i omsorg, negativ omsorg. Årsaken til den reaktive tilknytningsforstyrrelsen ligger i barnets opplevelser forut for fosterhjemsplasseringen og kan ikke forklares med opplevelser i fosterhjemmet. Barn utvikler ikke en reaktiv tilknytningsforstyrrelse pga. belastende opplevelser etter femårsalderen. I så fall utvikler de en PTSD, det vil si posttraumatisk stresslidelse.

### Avstandsrelasjoner

Tilknytning er et følelsesmessig bånd som utvikler seg i begynnelsen av livet, og som kan bli forstyrret i sin utvikling tidlig i livet. Den reaktive tilknytningsforstyrrelsen omtales også som en usynlig funksjonshemming, da disse barn ofte fungerer betraktelig bedre ute enn hjemme. Hjemme strever de i nære relasjoner og skaper avstand til sine nye fosterforeldre, ute fikser de bedre avstands- relasjoner, som er mindre krevende, og fremstår som hyggelige, veloppdragne, upåfallende og likenes barn.

**“Noen foreldre blir utslitt av prosjektet der de elsker og elsker uten å bli elsket tilbake.”**



*Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse er avstandsskapende, nærhetsunnvikende og distanserende.*

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse kan skape avstand ved å være kverulerende og tilnærmet prinsipielt er imot. Kommunikasjonen er ofte preget av at barnet får alt de nye foreldrene sier til å bli feil og de setter foreldrene opp mot hverandre.

Avstanden dette barnet skaper, kan få et så stort omfang at barnet på den måten skader seg selv ved å sprengte seg ut av sitt nye fosterhjem. Dette kalles selv-retraumatisering. Slik påfører barnet ubevisst seg selv den samme store påkjenningen som det har opplevd i begynnelsen av livet, tap av mor. Dette er en form for selvskading som bør stoppes fortest mulig. Noen barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse gjensker avstand i et så stort omfang, at selv ressurssterke fosterforeldre ikke klarer å stå i avvissningen lenger.

Når barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse skaper avstand, «sager det av den grenen det sitter på» eller «biter av hånden som mater det». Når et barn er kommet i den vanskelige situasjonen at det takker nei til å ta imot kjærlighet fra de eneste menneskene som virkelig elsker det, har barnet et eksistensielt problem. For å finne meningen med livet, lurar barnet på hvem som elsker det. Når et barn ikke tillater seg å bli elsket, blir barnet ensomt, deprimert og til slutt suicidal.

### Psykomatisering av følelser

Det heter at delt sorg er halv sorg og dette er essensen bak traumbearbeidelse. Derfor søker vi å lære barn å gå til sin omsorgsperson for trøst, fordi det gjelder å dele sin psykiske smerte i form av vanskelige følelser. Når barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse ikke har noen gode erfaringer på deling av vanskelige følelser, og ikke vet hvordan man gjør det, må de plassere sine vanskelige følelser et annet sted. Neste plasseringssted er utover og innover. Ved utover-plassering blir barnet sint og utagerer. Ved innover-plassering skader barnet seg selv.

Samfunnet har sagt nei til utover- og innover-plassering av vanskelige følelser, dvs. det er ikke lov å skade andre eller seg selv. Hvor skal barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse da gjøre av sine vanskelige følelser, når det ikke klarer å dele og ikke får lov til å plassere de utover eller innover? Det finnes en siste plasseringsmulighet; kroppen. Barnets vanskelige følelser psykosomatiseres. Vanskelige følelser omgjøres i vanskelige kroppsforfølelser. Psykisk smerte blir til fysisk smerte. Vanskelige følelser omgjøres til hodepine, magesmerter, vond rygg, stram nakke og skuldre. Til slutt oppsøkes lege og fysioterapeut fremfor psykolog, selv om den onde sirkelen startet med «For dårlig kvalitet i omsorg».

### Meningsløshet

Forskning viser at når små barn blir forlatt av sin hovedtilknytningsperson en til flere ganger i sin

**“Vanskelige følelser omgjøres i vanskelige kroppsforfølelser.”**



prespråklige fase, opplever disse barna det ikke lenger som meningsfullt å knytte seg til andre mennesker. De har mistet meningen med den mellommenneskelige relasjonen. Bowlby ville ha sagt at barnet har erfart avstand, i form av tap av mor, med påfølgende opplevelse av meningsløshet.

Barnet forventer avstand, i form av tap av den nye moren, med påfølgende opplevelse av meningsløshet. Barnet generaliserer over til ideen om å skape avstand, med påfølgende opplevelse av meningsløshet, ovenfor alle andre mennesker det møter i livet. Med så mye opplevelse av tap, avstand og meningsløshet, samt erfaring bestående av at det ikke har noen hensikt å knytte seg til andre, hvem skal barnet da knytte seg til? Da gjenstår ting og meg selv. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse, som har opplevd tap av mor i førspråklig utviklingsfase, blir opp tatt av ting, det materielle og status. De blir ofte egoistiske, narsissistiske, selvelskende, og havner foran speilet.

### Hvordan det kan arte seg?

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse er avstandsskapende, nærhetsunnvikende og distanserende. Dette gjelder ikke nødvendigvis bare de nærmeste hjemme, men kan også gjelde i vennekretsen og på skolen. Barnet gjør og sier da ting som gjør at andre trekker seg tilbake.

Det finnes mange måter å skape avstand på. Dette kan gjøres ved å skyve bort andre fysisk og psykisk, gjøre det motsatte av det man blir bedt om, stygg munnbruk, få alt til å bli feil, argumentere, krangle, kverulere, diskutere og i verste fall anmelde sine nærmeste til politiet eller barnevernet. Lyving og stjeling kan være måter å skape avstand på, ikke komme hjem til avtalt tid, spørre etter maten som

ikke er på bordet, fordi mor har glemt å kjøpe det, be om råd for så å forklare at rådene er teite, la være å innordne seg regler, forlate felles måltider og gi uttrykk for å ville flytte hjemmefra. Det samme gjelder å begynne å røyke og drikke for tidlig, ødelegge og glemme, ikke huske mors bursdag, ikke slå av lyset eller TV, ikke levere tilbake lånte tilstander, påfallende mye uorden på rommet, for sent-komming og overforbruk av penger. Alt dette kan gjenskape avstand mellom barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse og de andre. Det samme gjelder å være usaklig og urimelig i diskusjoner, komme tilbake til gamle negative hendelser, skylde på andre for egen negativ atferd, forlate huset uten å si ifra om hvor man går, stå på å ville gjøre ting på sin måte og å være hensynsløs.

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse kan være avstandsskapende ved å utstråle surhet og ødelegge en god stemning i familien. Avstand skapes når barnet motvirker kroppskontakt og blikkontakt, ikke vil bli holdt og kost med, og foretrekker andre fremfor sine hovedtilknytningspersoner. Til slutt kan nærhet motvirkes ved å gi minst mulig eller ingen fysisk og psykisk kontakt, ved å være uoppmerksom og ikke høre på de voksnes beskjeder, ved ikke å føle seg forstått, men føle seg misforstått, eller bare få med seg det som medfører fordeler for barnet selv.

Sympati, empati og nærhet er beslektede begreper. Når den andre oppleves som sympatisk, er nærhet etablert. Ved empati oppleves nærhet som følge av ens evne til å sette seg inn i den andres opplevelse. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse strever med dette. De har ofte en redusert evne til empati, der barnet i mindre grad tenker på andre, ikke bærer andre i sine tanker, ikke sørger over tap i relasjon, ikke bryr seg om andre, ikke gleder seg ved gjensyn



*Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse kan være avstandsskapende ved å utstråle surhet og ødelegge en god stemning i familien.*

og ikke evner å utvikle et nært emosjonelt bånd. Finnes det et slikt bånd, er det likevel ingen grunn til å søke trøst. Barnet søker ikke den andre for lindring av psykisk og fysisk smerte og går ikke til den voksne når vanskelige følelser aktiveres.

Dermed søkes ikke den trygge havnen etter utforskningsatferd. Når de vanskelige følelsene kommer, går barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse heller for seg selv, inn på rommet, under hetta på hettegenseren, eller under dynen med mobilen, vil være for seg selv og klare seg selv. Barnet har ingen gode erfaringer på deling av psykisk smerte, vet ikke hvordan man gjør når man har det vanskelig; de går heller fra enn til; skaper avstand fremfor nærhet. Likevel er det nærhet vi blir friske av.

### Hva strever barna med?

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse har fått for lite nærhet forut for plassering i fosterhjem. Disse barna strever med å fungere på andres premisser, innordne seg, håndtere overganger, lytte, mentalisere, ha innsikt i egen fungering, ta hensyn, dele, slippe den andre til, være stabile og forutsigbare, hilse på andre, tåle positive tilbakemeldinger, være rettferdig, holde opp døren for den som kommer etter, spørre andre om hvordan de har det og å kjenne etter faktiske farer. De strever med å være hyggelige, motiverte, utholdende og å ha optimisme og pågangsmot, troen på at det vil gå bra.

Disse barn strever med å fungere på andres pre-

misser fordi deres tidligste omsorgspersoner ikke har fungert på deres premisser. De strever med å innordne seg fordi deres tidligste omsorgspersoner ikke har innordnet seg i forhold til dem i begynnelsen av livet. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse strever med å håndtere overganger fordi begynnelsen av livet har bestått av meget belastende overganger. Disse barna strever med å lytte fordi ingen lyttet til dem og deres behov i begynnelsen av livet. Disse barn strever med å mentalisere fordi de ikke er blitt mentalisert. De har ikke alltid innsikt i egen fungering, da de opplevde at deres første omsorgspersoner ikke hadde innsikt i deres liv. De strever med å ta hensyn fordi de ikke har opplevd at noen har tatt hensyn til dem.

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse slipper ikke den andre til, fordi de opplevde at deres tidlige omsorgspersoner aldri slapp dem til. Disse barna er ikke stabile og forutsigbare, fordi de ikke har opplevd stabilitet og forutsigbarhet i sitt tidlige liv. De tåler ikke positive tilbakemeldinger, da de bare har fått negative tilbakemeldinger og ikke gjenkjenner seg i de positive. Disse barna er ikke alltid rettferdig med andre når de jukser i spill, fordi de er blitt urettferdig behandlet i begynnelsen av livet. De holder ikke opp døren for den som kommer etter fordi de aldri har opplevd slik imøtekommenhet. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse spør ikke andre om hvordan de har det, fordi de i begynnelsen av livet ikke har opplevd at noen var interessert i hvordan de hadde



*Disse barna føler nå i fosterhjemmet at de ikke riktig vet hva de skal med nye foreldre, da de tidligere har klart seg uten.*



*Når de vanskelige følelsene kommer, går barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse heller for seg selv, inn på rommet, under hetta på hettegenseren, eller under dynen med mobilen, vil være for seg selv og klare seg selv.*

det og dermed ikke dekket deres behov. De strever med å være hyggelige fordi de opplevde at ingen var hyggelig med dem.

Disse barn er sjelden motiverte, fordi deres første omsorgspersoner ikke var tilstrekkelig motivert i dem. De strever med å være utholdende fordi deres biologiske foreldre ikke var utholdende med dem. De strever med å ha optimisme og pågangsmot fordi begynnelsen av livet ikke bar preg av disse grunnholdningene. Disse barn har ikke nødvendigvis troen på at det vil gå bra, fordi det ikke gikk bra i starten av livet. Fortsatt er barnet et speilbilde av sin erfaringshistorie.

Når Operafantomet i musikalen blir bedt om å vise nåde, svarer det «nobody showed compassion to me!» Du må ha fått for å kunne gi og du gir det du har fått. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse har fått oppleve en stor porsjon med avstand og de gir avstand.

Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse kan leve som om de aldri hadde foreldre forut for plassering i fosterhjem. Disse barna følte at det i praksis ikke var noen omsorgspersoner der for dem og de følte at de måtte klare seg selv. Disse barna føler nå i fosterhjemmet at de ikke riktig vet hva de skal med nye foreldre, da de tidligere har klart seg uten. Livet har ikke føyet seg etter barnas behov i begynnelsen av livet, og nå strever de med å føye seg.

Å skulle være på en skole fem dager uken, seks timer daglig, blir en belastning, og barnet føler seg styrt og bestemt over. Barnet kan være tilnærmet allergisk mot slik ytre kontroll. Barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse har klart seg alene tidligere,

de føler at de kan og vet alt, overvurderer egne ferdigheter og er lite tilgjengelig for pedagogikk.

Disse barna vil ofte ikke lære, de vil kunne. De vil ha løsningen fremfor å finne ut av hvordan man kommer frem til løsningen. De har ingen gode erfaringer på å dvele i en nær relasjon over tid, og klarer det ikke nå heller. De haster alltid videre, hvilket utgjør kimen til deres indre uro. Det kan dannes hypotese om at de senere i livet vil kunne være i fare for å haste videre fra jobb til jobb og relasjon til relasjon.

### **Hvordan behandle barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse i koronatider**

Behandlingen av barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse består av å gi dem nye trygge tilknytnings-erfaringer, bestående av at nærhet er godt og trygt. Det gjelder å fremme trygghet, ikke primært med ord, men med handling. Derfor heter mitt behandlingsprogram «de tilknytningsfremmende aktiviteter». En god del av denne trygghets- og nærhetsfremmingen består i å skape nærhet i form av kroppskontakt, kos, klapp, klem, kyssing, omfavnelse og i å bære barnet. Selv i koronatider kan dette fortsette hjemme, i egen husholdning, som det heter.

Vi har klart å gå over til god blikkontakt, nikke

**“ Behandlingen av barn med reaktiv tilknytningsforstyrrelse består av å gi dem nye trygge tilknytningserfaringer, bestående av at nærhet er godt og trygt. ”**



*Disse barn har ikke nødvendigvis troen på at det vil gå bra, fordi det ikke gikk bra i starten av livet. Fortsatt er barnet et speilbilde av sin erfaringshistorie.*

eller neie, vinke eller fothilse, slik kan vi også venne oss til å elske barnet med reaktiv tilknytningsforstyrrelse på avstand. Det er bedre med noe kontakt enn ingen kontakt.

Det betyr å være der for barnet, tilgjengelig, men ikke for nær og påtrengende. Det betyr å være i kontakt på mobil, når barnet strever med den direkte samtalen. Det betyr å sette pris på det felles måltidet barnet deltar på en gang i uken, når det ellers trekker seg tilbake og spiser på rommet de andre seks dagene. Det betyr å lagre meldingen fra barnet når det skriver at det egentlig ønsker å være nær, men ikke får til. Det betyr å sende et kjærlig blick når barnet får dårlige vibrasjoner av å bli kost med. Det betyr å kjøpe yndlingsmaten til barnet og

sette den i kjøleskapet, vel vitende om at barnet ikke henter den før de andre har lagt seg. Det betyr å legge en tohundrelapp i konvoluttet og skrive på «Til kino» og legge den under hodeputen, istedenfor å gi den personlig og forvente et stort takk. Det kan bety å gi «give me five» istedenfor en omfavnelse, eller godkjenne en kort takk uten å forvente en lang takketale. Alt i alt gjelder det å godkjenne at barnet kan elskes, også på noe mer avstand.

Så hva er likheten mellom koronapandemien og reaktiv tilknytningsforstyrrelse? Begge krever avstand. Den store forskjellen er at ved korona kan nærhet være dødelig, ved reaktiv tilknytningsforstyrrelse er den livgivende og helbredende.

## - SAMMENDRAG -

En reaktiv tilknytningsforstyrrelse er en relasjonsforstyrrelse der barnet er forstyrret i sin relasjon til sin nye omsorgsperson. Barn med en reaktiv tilknytningsforstyrrelse trekker seg fra sine nære relasjoner, unngår tosomhet og søker ensomhet. Dette barnet trives best i eget selskap. Barnet gjør ikke noe annet enn det vi alle gjør; gjentar det det har opplevd i begynnelsen av livet.

En kan si at en reaktiv tilknytningsforstyrrelse er en normal reaksjon på en unormal påkjenning. Det er unormalt å bli forlatt av sin mor, og det er normalt å reagere på tap av mor. Barnet er et speilbilde av sin erfaringshistorie og gjør med de nye fosterforeldrene, det de biologiske foreldrene gjorde med barnet, skaper avstand. Barnet gjensker det som er kjent, altså avstand. Barnet gjør det ikke fordi det er godt, men fordi det er kjent og på den måten trygt. Dessverre føles det kjente til slutt som trygt, bare fordi det er kjent.

Barn med en alvorlig reaktiv tilknytningsforstyrrelse preget av sin motstand mot fysisk og psykisk nærhet, må elskes mer på avstand. Slik vi i koronatider har lært oss andre måter å hilse på enn å håndhilse eller gi en klem.