

# Det er «miljøkrise» i tilknytningspsykologien

Fredrik Sylvester Jensen  
psykologspesialist

Hilde Thomsen  
Illustratør

Vi bør erkjenne at vi har overvurdert miljøets betydning for psykologisk utvikling. Det er pussig at det ikke har materialisert seg tydeligere i klinisk praksis.

Tilknytningsteori har vært grunnleggende for psykologers forståelse av alt fra psykopatologi og terapeutiske endringsmekanismer til oppfølging av barn og unge under barnevernet. Med sin miljødeterminisme har teorien formet både vår forståelse av kliniske fenomener og psykologers praksis.

Nå skaper ny forskning tvil om teorien. Genetikkenes betydning for hvordan vi lar oss påvirke av miljøet, har fått større plass.

## Foreldrenes avtagende betydning

Tilknytningsteorien var i utgangspunktet miljødeterministisk. Teorien anså barnets trygghet som en funksjon av foreldres evne til å være sensitive i møte med barnets tilknytningsbehov.

Nå utfordres denne ideen. Studier på eneggede tvillinger viser et klart mønster: Primære omsorgspersoners tilknytningsatferd og sensitivitet har betydning i barnets første leveår, men avtar med alderen. En omfattende tvillingstudie blant ungdom (Fearon et al., 2010) viste for eksempel at genetikkl forklarte en betydelig del av tilknytningstryggheten. Når det var snakk om trygg og utrygg tilknytning, forklarte arv henholdsvis 38 % og 35 % av variasjonen. 65 % var tilskrevet ikke-delt miljø.

*Mye tyder på at barn med høy grad av mottakelighet er de som oftest oppleves som «vanskelige»*

Ikke-delt miljø refererer til alle påvirkningsfaktorer som ikke skyldes tvillingenes genetiske likhet eller felles oppvekstmiljø. Dette antyder at tvillingene kan påvirkes mer av tilfeldige faktorer og begivenheter utenfor familien, eller av miljøbetingelser som påvirker dem ulikt. Foreldrenes innflytelse på barnets tilknytning styres med andre ord mest av genetiske sammensetninger som de deler med barna.

## Tilknytningsstil

For nesten tretti år siden ble betydningen av foreldrenes sensitivitet utfordret av en banebrytende studie. Studien viste at bare 25 % av variasjon i tilknytningsstil kan forklares av foreldrenes sensitivitet (Van Ijzendoorn, 1995). Studien banet vei for forskning som undersøker hvordan spesifikke varianter av genetiske sammensetninger påvirker neurotransmittersystemer som er avgjørende for barns tilknytningsstil og temperament. Sammen med tilknytningssystemet utvikles disse systemene betydelig mellom 6. og 12. levemåned.

### *Det er på høy tid at vi tar av våre faglige skylapper*

Stress-sårbarhetsmodellen i forståelse av psykopatologi gir et ufullstendig bilde av det komplekse samspillet mellom arv og miljø (Boyce, 2016). Denne modellen bygger på ideen om at bestemte sårbarheter som enten er atferdsmessige (eksempelvis vanskelig temperament), fysiologiske (lav stresstoleranse) eller genetiske (lav aktivitet i DRD4-genet), har stor sannsynlighet for å resultere i skjevutvikling eller psykiske lidelser når disse samspiller med stressfaktorer i oppveksten.

Teorien har blitt kritisert fordi forskningen den bygger på, i for liten grad fanger opp nyanser i miljømessige variasjoner. Denne forskningen har utelukkende fokusert på hvordan ufordelaktige miljøbetingelser samvarierer med genetiske faktorer. Det er på høy tid at vi tar av våre faglige skylapper og ønsker denne kunnskapen velkommen.

## **Orkidébarn og løvetannbarn**

De siste årenes forskning på epigenetikk og tilknytning har vært preget av at vi i økende grad har klart å fange opp mangfoldet i miljøvariasjoner. Forskningen har resultert i at det har blitt funnet store individuelle forskjeller i graden av miljømessig mottakelighet (differential susceptibility) (Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2011). Mye tyder på at barn med høy grad av mottakelighet er de som oftest oppleves som «vanskelige».

Disse barna vil vise en svært uheldig utvikling i et oppvekstmiljø preget av emosjonelt fraværende og/eller lite sensitive omsorgspersoner. De mottakelige barna vil derimot blomstre mer enn de mer motstandsdyktige barna hvis de vokser opp i en familie med gode omsorgsbetingelser.

Derfor omtales negativ emosjonalitet like mye som en faktor for positiv utvikling som en risikofaktor (Belsky & Pluess, 2009). Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn (2011) fant i en metaanalyse at genetiske variasjoner i dopaminrelaterte gensammensetninger kan øke følsomheten for «negative» og «positive miljøer». Belsky introduserte begrepet orkidébarn for å referere til denne spesielt sensitive gruppen, som i motsetning til de mer hardføre løvetannbarna vil profitere langt mer på gunstige miljøbetingelser.

### *De fleste foreldre har liten innflytelse på barnets utvikling*

Det er mye som tyder på at dette også har implikasjoner for utøvelsen av tidlig intervensjon. Intervensjoner som tar sikte på å øke sunn tilknytningsatferd mellom irritable spedbarn og mødre med lav sosioøkonomisk status, har langt større effekt enn intervensjonene har for barn med annet temperament (van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2021).

## **Pasienter som blomstrer**

Forskningen på området er kompleks. Likevel utkrystalliserer det seg et klart mønster, eksempelvis at de fleste barn viser robusthet. Men også at hvert femte barn synes å være spesielt plastiske eller sensitive for påvirkning av omgivelsene (Boyce, 2016). Dette inkluderer både positive og negative erfaringer og sårbarhet/robusthet for psykisk sykdom. Kanskje kan disse mønstrene gi svar på den beskjedne sammenhengen mellom tilknytning og psykopatologi og sosial fungering i voksen alder (Fearon et al., 2010).

Jeg mener at sannsynligheten er stor for at de mest marginaliserte pasientene er godt representert i gruppen av de mer sensitive eller mottakelige. Jeg tenker spesielt på pasienter med alvorlige og langvarige psykiske lidelser med komorbid ruslidelse, personer med disorganisert tilknytningsstil og som er preget av en kompleks traumehistorikk.

Jeg har selv sett hvordan pasienter med omfattende personlighetsrelaterte vansker og komorbid ruslidelse kan blomstre i et system som vektlegger langvarig oppfølging, en tverrfaglig behandlergruppe, muligheter for stabiliserende døgninnleggelse, planer for håndtering av tilbakefall og tett samarbeid med førstelinjen (Morken et al., 2017).

## Faglige skylapper

Teorien om differensiell mottakelighet er ikke ny, og den er godt etablert innenfor fagmiljøer som retter seg mot epigenetikk og psykologisk utvikling. Derfor er det tankevekkende at den i så liten grad har materialisert seg i psykologers forståelse og faglige utøvelse. Dette kan til dels handle om at kunnskapen truer våre grunnleggende antakelser og faglige verdensanskuelse. Tilknytningsteorier har etablert seg som en taus kunnskap og fungerer som en klinisk ryggmargsrefleks.

Den bidrar til å forenkle og redusere usikkerhet i møte med komplekse kliniske fenomener. Tvil omkring gyldigheten til sentrale bærebjelker ved denne teorien kan skape stor faglig usikkerhet, ettersom det rokker ved vår forståelse av kliniske fenomener og psykisk lidelse.

Det er på høy tid at vi tar av våre faglige skylapper og ønsker denne kunnskapen velkommen. Ny kunnskap om arv og miljø gir oss mulighet til å justere synet på psykologisk utvikling og behandling. Det kan legge til rette for mer treffsikre prioriteringer innen psykisk helsevern. Kunnskapen om differensiell mottakelighet gjør det hensiktsmessig å differensiere og prioritere dem som er mest hjelpetrengende og samtidig mest mottakelige for miljøpåvirkninger. Det gjør det enklere å sette i verk forebyggende tiltak og psykologiske intervensjoner.

Disse funnene viser at de fleste foreldre kan slå seg til ro med at de er gode nok. Som fagpersoner bør vi derfor avstå fra å gi foreldre med alminnelige utfordringer en idé om at foreldrerollen er en «kompetanse» som kan optimaliseres eller perfeksjoneres, eksempelvis med utgangspunkt i ulike former for foreldreveiledningsprogrammer.

De fleste foreldre har liten innflytelse på barnets utvikling. Derfor bør den enkle regelen være å unngå å forme barnet etter et bestemt ideal, men heller oppmuntre til å legge til rette for en barndom fylt av kjærlighet og gode opplevelser hvor barnet får mulighet til å bli kjent med og aksept for egne iboende egenskaper og talenter.

***Merknad: Ingen oppgitte interessekonflikter .***

## Referanser

- Bakermans-Kranenburg, M. J. & van IJzendoorn, M. H. (2011). Differential susceptibility to rearing environment depending on dopamine-related genes: New evidence and a meta-analysis. *Development and Psychopathology*, 23(1), 39–52. <https://doi.org/10.1017/S0954579410000635>
- Belsky, K. & Pluess, M. 2009. Beyond diathesis stress: differential susceptibility to environmental influences. *Psychological Bulletin*, 135(6), 885–908. <https://doi.org/10.1037/a0017376>
- Boyce, W. T. (2016). Differential susceptibility of the developing brain to contextual adversity and stress. *Neuropsychopharmacology*, 41(1), 142–162. <https://doi.org/10.1038/npp.2015.294>
- Fearon, R. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Lapsley, A. M. & Roisman, G. I. (2010). The significance of insecure attachment and disorganization in the development of

children's externalizing behavior: A meta-analytic study. *Child Development*, 81(2), 435–456.  
10.1111/j.1467 - 8624.2009.01405.x

Morken, K. T., Binder, P. E., Molde, H., Arefjord, N. & Karterud, S. (2017). Mentalization-based treatment for female patients with comorbid personality disorder and substance use disorder: A pilot study. *Scandinavian Psychologist*, 4, e16.

van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387–403. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.387>

Van IJzendoorn, M. H. & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2021). Replication crisis lost in translation? On translational caution and premature applications of attachment theory. *Attachment & Human Development*, 23(4), 422–437. <https://doi.org/10.1080/14616734.2021.1918453>