

# Tvillinger i psykologien og i hverdagslivet

TEKST

Anne Mari Torgersen

PUBLISERT 1. februar 2006

Det psykologer har lært om tvillinger i sitt pensum, dreier seg nesten bare om en metode, tvillingmetoden. Siden denne metoden er svært effektiv til å finne fram til arvens betydning, er det mange psykologer som misliker hele feltet, og reaksjonene til forskningen er ofte kritisk. Siden jeg selv i de siste 30 årene har delt min tid mellom klinisk arbeid og tvillingforskning, har jeg opplevd at det har vært et trangt og ublidt sted å befinne seg, midt mellom disse to feltene. Atferdsgenetikeren og klinikeren har oftest diametralt motsatte syn på arvens og miljøets betydning. At det i de siste årene er skjedd en tilnærming fra begge sider også her, er gledelig, og kan registreres i nyere publikasjoner (Rutter, 2006).

Ser man bort fra holdninger, har arven faktisk en stor betydning for menneskets fungering, og tvillinger utgjør et naturens eksperiment man neppe finner maken til. Søsken med helt lik arvestruktur, de eneggede tvillingene, og andre med i gjennomsnitt bare 50 % likhet, de toeggede tvillingene, vokser opp i samme familie til samme tid. I utgangspunktet gir dette unike forskningsmuligheter. Selv om tvillingforskningen har bekreftet arvens betydning også for psykologiske egenskaper, er det metodens evne til å studere mer spesifikt *miljøets* betydning som har vært sentral de senere årene. Et eksempel er barns tilknytningserfaringer og betydningen av den tidlige spedbarnsomsorgen. Den sensitive mor som viktigste miljøfaktor kan evalueres i forhold til to babyer i samme familie, med samme eventuelt deprimerte, stressede eller personlighetsforstyrrede mor. Hvilke konsekvenser har det at omsorgen må deles på to babyer (tvillinger), og hvordan kan ulike transaksjonelle prosesser studeres hos den samme omsorgsperson og to babyer med lik eller ulik arv?

En slik forskning er bare i sin begynnelse. Det at tvillinger ikke utvikler psykiske forstyrrelser hyppigere enn andre, gjør at vi må stille spørsmål ved hva som er godt nok av tidlig sensitiv omsorg. Med to spedbarn samtidig, og med faktisk noe hyppigere stressplager enn andre mødre, ville man predikere dårligere tilknytningserfaringer og mindre sensitiv omsorg fra tvillingforeldre. Resultater fra en undersøkelse jeg selv har foretatt (Torgersen, 2006), tyder på at tvillingers tilknytningmønster i voksenalder ikke skiller seg fra mønstre hos enlinger. I denne undersøkelsen ble tilknytning målt hos 82 voksne tvillinger og sammenlignet med resultater fra en stor internasjonal

meta-undersøkelse (Van Ijzendoorn, & Bakermans-Kranenburg, 1996). Forskning på tvillinger kan utdype betydningen av slike funn.

## **Søskenpsykologi**

Et annet område der tvillinger indirekte kan gi nyttig informasjon, er innen søskenpsykologi. Atferdsgenetikkens forskningsresultater i de siste 20 årene har konkludert med at forhold innen familien fører til at søsken blir forskjellige heller enn at de blir like. Dette har vært en medvirkende faktor til at fokus er satt på søsken og søskenforhold for å forstå utvikling av individuelle forskjeller innen familien. Studeres tvillinger, er det som å sette forstørrelsesglass på søskenstudier. Tvillinger er som vanlige søsken, bare at man der kan kontrollere for arv for eneggede tvillinger i forhold til andre søsken og for aspekter ved miljøet også hos toeggede tvillinger som vokser opp samtidig.

## **Toeggede tvillinger**

Mens det spesielle ved toeggede tvillinger er at de er født samtidig og vokser opp parallelt, vil de på de fleste måter ikke skille seg fra søsken som er nær i alder. Det unike som er felles for alle tvillinger, oppleves først og fremst i spedbarnstiden, da det er to omsorgskrevende barn som samtidig kommer inn i familien. Her er det også foreldrenes utfordringer som kanskje er de største. Senere kan tvillingene i ulikt omfang utvikle konkurranseforhold til hverandre, lojalitet eller nærhet, være mer eller mindre like hverandre, alt som også opptrer hos søsken flest. Forskjellen er at tvillinger oftere blir sammenlignet med hverandre i langt større grad enn andre søsken. Selv om toeggede tvillinger kan være veldig forskjellige fra hverandre, vil de likevel fra sine omgivelser, iblant kanskje også fra seg selv, ha forventninger om at de skal prestere det samme og ha like preferanser. I virkeligheten er toeggede tydelig ulike i utseende, og har gjerne helt tydelig ulike interesser og kvalifikasjoner. Grunnene til at noen toeggede tvillingpar likevel har en tett relasjon, eller at noen er svært lik hverandre, eller har en utpreget konkurranse seg imellom, er mangfoldige, like omfattende og varierte som livet selv.

## **Eneggede tvillinger**

Eneggede tvillinger er et under som naturen har skapt: to individer med samme arvegrunnlag. Alle tvillinghistoriene fra den kulørte presse om forvekslinger, tankeoverføringer og mystikk refererer seg nesten alltid til eneggede tvillinger. En grunn til tvillingenes likhet er selvfølgelig deres felles arv, men indirekte fører dette også med seg at de har muligheten til samme prestasjoner, og større tendens til å utvikle like interesser og velge like venner.

Eneggede tvillinger selv og deres nærmeste har lett for å se at tvillingene er to ulike individer med hver sine særtrekk i utseende og personlighet. Jo mer ukjente andre folk er, desto lettere har de for å overse ulikhetene og se dem som identiske.

Eneggede tvillinger har som ingen andre én ved sin side som forstår dem bedre enn noen annen. Selv etter lengre fravær kan de ha en stor evne til å sette seg inn i den andre tvillingens situasjon. Dersom eneggede tvillinger setter seg et felles mål og samarbeider om dette, kan man se at deres doble innsats øker til mer enn dobbelt. Utfordringen deres er at de i perioder av livet kan streve med å balansere mellom en gjensidig avvisning av hverandre og en tilsvarende avhengighet.

En grunn til at eneggede kan bli markert forskjellige i sin sosialisering, er at de kan spesialisere seg med hver sin ulike rolle, i forhold til hverandre og ellers. Noen par forblir i tette og nære forhold, men mange har en pause i forholdet rundt puberteten, for så å vende tilbake til hverandre i voksen alder. I senere år er det blitt mer og mer vanlig å skille tvillinger fra en tidlig alder, i barnehage og i skole. Noen ganger kan det å gå i hver sin klasse være bra for tvillingene, men ikke alltid. Påført atskillelse bør vurderes fra par til par.

Det er såpass sjelden at psykologer får tvillinger som klienter, at det er vanskelig å utvikle noen spesiell erfaring eller tilnæringsmåte. Etter å ha arbeidet med tvillinger i en årrekke er det tydelig for meg at resurser så vel som problemer kan være spesifikke og typiske for tvillinger (Torgersen, 2004).

Det er spesielt da tvillingene er små, at foreldrene søker hjelp og støtte, for eksempel i Tvillingforeldreforeningen. Tvillinger har ifølge de undersøkelser som er tilgjengelige, ikke noen opphoping av psykiske problemer, men de kan likevel ha en del problemer som er typiske for tvillinger. Ja såpass typiske at det nå er opprettet et prøveprosjekt med tilbud om psykologiske samtaler, foreløpig den siste torsdag ettermiddag i måneden, i regi av Tvillingforeldreforeningen i Oslo.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 43, nummer 2, 2006, side 97-98*

#### TEKST

**Anne Mari Torgersen**, Tvillingforsker

+ **Vis referanser**

#### Referanser

Rutter, M. (2006). Genes and behavior. Nature-nurture interplay explained. London: Blackwell Publishing.

Torgersen, A. M. (2004). Tvillinger og forholdet mellom dem. Oslo: Cappelen Akademiske.

Torgersen, A. M., Grova, B., & Sommerstad, R. (2006). Attachment i adult twins. Submitted.

Van Ijzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (1996). Attachment representations in mothers, fathers, adolescent, and clinical groups: A meta-analytic search for normative data. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 8-21.