

“Mor, lilla mor, vem är väl som du?”

En kvalitativ studie om anknytning enligt mödrars och utbildares syn på Maria Akademi rf.

Annika Aspegrén

Masterarbete
Det sociala området, HYH
2016

MASTERARBETE	
Arcada	
Utbildning:	Sociala området, HYH
Identifikationsnummer:	4444
Författare:	Aspegren Annika
Arbetets namn:	”Mor, lilla mor, vem är väl som du?” En kvalitativ studie om anknytning enligt mödrars och utbildares syn på Maria Akademi rf.
Handledare (Arcada):	Wallinvirta Eivor
Uppdragsgivare:	Maria Akademi föreningen
<p>Sammandrag:</p> <p>Anknytningsteorin är en teori som handlar om nära och känslomässiga relationer samt deras betydelse för människans utveckling. Syftet med mastersarbetet var att belysa de erfarenheter som mammor och utbildare på Maria Akademi har om anknytning. Frågeställningarna i studien var: 1. Vilka erfarenheter har kvinnor och utbildare på Maria Akademi om anknytning? 2. Vilka likheter och vilka skillnader finns i kvinnors och utbildares erfarenheter om anknytning? Materialinsamlingen skedde via två gruppintervjuer (fokusgruppintervjuer), en med tre mammor och en med tre utbildare, samt via en djupintervju med grundaren för Maria Akademi. Gruppintervjuerna utfördes på finska och djupintervjun på svenska. Studiens teoretiska referensram utgick från anknytningsteorin och från människans själv enligt Daniel N. Sterns teori. Centrala begrepp i studien var: anknytning, mentalisering, moderskap, moderskapskonstellation, människans själv och generationskedja. Materialet analyserades med hjälp av induktiv innehållsanalys. Resultaten presenterades i sju kategorier som är: 1. Beroende och självständighet, 2. Bekräftelse, 3. Trygghet, 4. Identitet, 5. Generationskedjan, 6. Gruppens betydelse och 7. Insikt och utveckling. Största skillnaderna mellan utbildares och mammors erfarenheter var att mammorna lyfte mest upp kategorierna gruppens betydelse (6) och identitet (4) medan utbildare lyfte mest upp kategorierna kontakt och självständighet (1), gruppens betydelse (6), bekräftelse (2), generationskedjan (5) samt insikt och utveckling (7). Mammornas erfarenheter var konkreta och förankrade i deras verklighet medan utbildares erfarenheter byggde på Maria Akademis idé samt på erfarenheter med arbetet med grupper på Maria Akademi. Sammanfattningsvis kan konstateras att mammor och utbildare hade samma erfarenheter som tidigare forskning visar: Insikt, förståelse och bearbetade trauman leder till positiv förändring. Gruppens och handledarens betydelse ansågs som betydelsefull.</p>	
Nyckelord:	anknytning, moderskap, moderskapskonstellation, mentalisering, Maria Akademi, människans själv, generationskedja
Sidantal:	53
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	7.6.2016

MASTER'S THESIS	
Arcada	
Degree Programme: Master Programme in Social Services	
Identification number: 4444	
Author: Aspegrén Annika	
Title: "Mother, dear mother, who is like you?" A qualitative study about mother's and educator's experiences of attachment.	
Supervisor (Arcada): Wallinvirta Eivor	
Commissioned by: Maria Academy	
<p>Abstract:</p> <p>The attachment theory is a theory about close and emotional relationships and their meaning to human's development. The purpose of this master's thesis was to highlight how mothers and educators at Maria Academy experience attachment. The research questions were: 1. What kind of experiences do women and educators have of attachment? 2. Which similarities and which differences in experiences does women and educators have of attachment? The study used a qualitative group interview and a qualitative individual interview as evaluation method. Three mothers participated in one group interview (focus group interview) and three educators in another group interview (focus group interview). Maria Academy's founder participated in an individual interview. The group interviews were conducted in Finnish and the individual interview was conducted in Swedish. The study's theoretical framework is based on attachment theory and Daniel N. Sterns theory about the layord self. The keywords were: Attachment theory, mentalisation, motherhood, motherhood constellation, the sense of self and generation after generation. The material was analyzed using material based content analysis. The results were presented in seven categories: 1. Contact and independence, 2. Validation, 3. Security, 4. Identity, 5. Generation after generation, 6. The meaning of the group, 7. Consciousness and understanding. The biggest differences between mother's and educator's experiences were that mothers mostly talked about the groups meaning (6) and identity (4) when educators talked about several categories such as Contact and independence (1), the meaning of the group (6), validation (2), generation after generation (5), and consciousness and understanding (7). The study shows that consciousness, understanding and processed trauma lead to positive change. The importance of the group process and the leader in the group were found to be significant.</p>	
Keywords:	attachment, motherhood, motherhood constellation, the layord self, mentalisation, Maria Academy, generation after generation
Number of pages:	53
Language:	Swedish
Date of acceptance:	7.6.2016

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliala YAMK
Tunnistenumero:	4444
Tekijä:	Aspegrén Annika
Työn nimi:	”Äiti, oi äiti, ken on kaltaisesi?” Kvalitatiivinen tutkimus kiintymyssuhdekokemuksista Maria Akatemian äitien ja kouluttajien näkökulmasta
Työn ohjaaja (Arcada):	Wallinvirta Eivor
Toimeksiantaja:	Maria Akademia
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Kiintymyssuhdeteoria on teoria läheisten ja emotionaalisten suhteiden merkityksestä ihmisen kehitykselle. Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli saada syvempi ymmärrys Maria Akatemian äitien ja kouluttajien kokemuksista kiintymyssuhteesta. Tutkimuskysymykset olivat seuraavat: 1. Minkälaisia kokemuksia naisilla ja kouluttajilla on kiintymyssuhteesta? 2. Minkälaisia yhtäläisyyksiä ja eroja on naisten ja kouluttajien kokemuksilla kiintymyssuhteesta? Aineistokeruu tapahtui kvalitatiivisten ryhmähaastatteluiden sekä yksilöhaastattelun kautta. Ryhmähaastatteluihin osallistui kolme äitiä (fokusryhmähaastattelu) ja kolme kouluttajaa (fokusryhmähaastattelu). Maria Akatemian perustaja osallistui yksilöhaastatteluun. Ryhmähaastattelut tehtiin suomenkielellä ja yksilöhaastattelu ruotsinkielellä. Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä on käytetty kiintymyssuhdeteoria ja Daniel Sternin teoria minä tunteen kehittymisestä. Keskeiset käsitteet olivat: kiintymyssuhde, mentalisaatio, äitiys, äitiyden konstellatio, minä tunteen kehittyminen sekä sukupolviketju. Materiaalia analysoitiin käyttäen aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Tulokset esitettiin seitsemässä kategoriassa jotka ovat: 1. Yhteys ja itsenäisyys, 2. Vahvistus, 3. Turvallisuus, 4. Identiteetti, 5. Sukupolviketju, 6. Ryhmän merkitys, 7. Tietoisuus ja ymmärrys. Suurin ero kouluttajien ja äitien kokemuksissa oli, että äidit nostivat eniten esille ryhmän merkityksen (6) ja identiteetin (4) kun taas kouluttajat nostivat esille yhteyden ja itsenäisyyden (1), ryhmän merkityksen (6), vahvistuksen (2), sukupolviketjun (5) sekä tietoisuuden ja ymmärryksen (7). Äitien kokemukset olivat konkreettisia ja pohjautuivat heidän kokemuksiinsa arjesta. Kouluttajien kokemukset pohjautuivat Maria Akatemian teoreettiseen viitekehykseen ja kokemuksiin työstä ryhmien parissa. Tutkimustulosten perusteella äideillä ja kouluttajilla olivat samat kokemukset kuin aikaisempi tutkimus näyttää: Ymmärrys, tietoisuus ja työstetyt traumat johtavat positiiviseen muutokseen. Tutkimuksessa naiset sekä kouluttajat kokivat ryhmän ja ryhmänohjaajan roolin merkitykselliseksi.</p>	
Avainsanat:	kiintymyssuhde, äitiys, äitiyden konstellatio, mentalisaatio, minä tunteen kehittyminen, Maria Akademia, sukupolviketju
Sivumäärä:	53
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	7.6.2016

INNEHÅLL

1	INLEDNING	8
2	BAKGRUND	9
2.1	Maria Akademi Föreningen.....	9
2.2	Syfte, frågeställningar och avgränsning	11
3	TIDIGARE FORSKNING OM ANKNYTNING	12
4	TEORETISKT PERSPEKTIV OCH CENTRALA BEGREPP	15
4.1	Det psykodynamiska synsättet.....	15
4.2	Anknytning och anknytningsforskningens utveckling.	15
4.3	Anknytning och mentalisering	21
4.4	Barnets själv och moderskapskonstellationen.....	22
4.5	Sammanfattning.....	24
5	METOD OCH GENOMFÖRANDE AV STUDIEN	24
5.1	Val av informanter	25
5.2	Fokusgruppintervju och djupintervju.....	25
5.3	Innehållsanalys.....	27
5.4	Etiska ställningstaganden.....	28
6	RESULTATREDOVISNING	29
6.1	Erfarenheter av anknytning	29
6.1.1	<i>Kategori 1: Kontakt och självständighet</i>	30
6.1.2	<i>Kategori 2: Bekräftelse</i>	33
6.1.3	<i>Kategori 3: Trygghet</i>	35
6.1.4	<i>Kategori 4: Identitet</i>	37
6.1.5	<i>Kategori 5: Generationskedja</i>	39
6.1.6	<i>Kategori 6: Gruppens betydelse</i>	40
6.1.7	<i>Kategori 7: Insikt och utveckling</i>	42
6.2	Skillnader och likheter mellan mammors och utbildares erfarenheter	44
7	DISKUSSION	45
7.1	Resultatdiskussion.....	45
7.2	Kritisk granskning	51
7.3	Arbetslivsrelevans och förslag till fortsatt forskning	52
	Källor	54

Bilaga 1 Djupintervju.....	61
Bilaga 2 Hyvä Äiti-Ryhmän osallistuja!	62
Bilaga 3 Haastattelulupa.....	63
Bilaga 4 Hyvä Maria Akatemian kouluttaja!.....	64
Bilaga 5 Haastattelulupa.....	65

Figurer

Figur 1. Erfarenheter av anknytning enligt mammor och utbildare på Maria Akademi	
.....	31

Tabeller

Tabell 1. Exempel på innehållsanalys av intervjuerna	29
Tabell 2. Skillnader mellan mammors och utbildares erfarenheter.....	44

FÖRORD

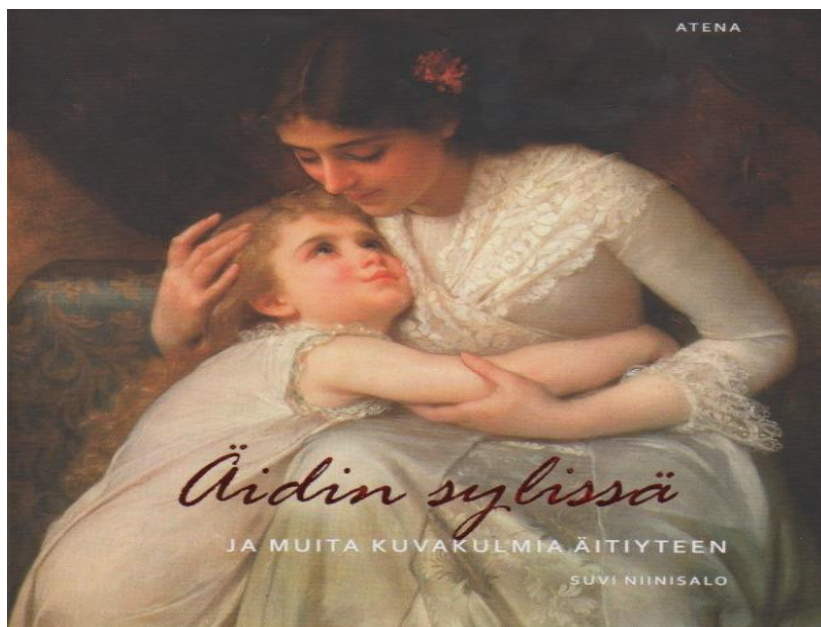
1.

Mor, lilla mor, vem är väl som du?
Ingen i hela världen.
Du är mig nära i bön, i dröm,
Vart jag så ställer färden.
Än kan jag höra, fast åren flytt,
Hastiga steg, som vandra
Flitens och arbetets offerväg
Alltid till hjälp för andra.
Mor, lilla mor, vem är väl som du?
Ingen i hela världen.

2.

Än kan jag höra din stämman varm
Tala vänliga orden.
Mor, lilla mor, vem är väl som du?
Ingen på hela jorden.
Ingen kan älska mig såsom mor,
Ingen kan så försaka,
Kunde jag, kunde jag blått en gång
Skänka dig det tillbaka!
Mor, lilla mor, vem är väl som du?
Ingen på hela jorden.

Av [Astrid Gullstrand](#), publicerades 1912 i hennes diktsamling "[På stjärnestig](#)".



Taget ur "Äidin sylissä ja muita kuvakulmia äitiyteen" Suvi Niinisalo.2011

1 INLEDNING

Barndomen har en stor betydelse för människans utveckling, det kan vi säkert alla hålla med om. Anknytningens betydelse för människan och barndomens betydelse går egentligen inte att undersöka. Vi kan aldrig gå tillbaka i tiden och exakt veta vad som är orsaken till vad då det gäller människor. Det här har dock inte hindrat teoretiker från att belysa anknytningens betydelse med hjälp av empiriska undersökningar och ämnet fortsätter att fascinera forskare runt om i världen.

Anknytningsteorin är en teori som handlar om nära och känslomässiga relationer samt deras betydelse för människans utveckling. John Bowlby och hans kollega Mary Ainsworth arbetade tillsammans i närmare 40 år för att undersöka anknytningens koppling till en social och emotionell utveckling hos barn. (Broberg et al. 2007: 13-14)

Anknytningsteorin används som teorigrund inom olika projekt och arbetsmodeller i Finland. Bland annat inom dagvården i Svenskfinland arbetar man ”Med Barnaögon - Egenvårdarmodellen” som är förankrat i anknytningsteorin. Barnaögon och egenvårdarmodellen har använts och utvecklats av Katri Kanninen, Arja Sigfrids och Ann Backman (2009) för att utbilda anställda inom dagvården. Tanken med modellen är att barnet ska ha en trygg vuxen som i första hand tar hand om barnet, bekräftar och ser barnet och som barnet fäster sig vid i daghemmet. Egenvårdaren fungerar då som en ersättare för barnets föräldrar under dagen och enligt denna modell har barnet större möjligheter att bli mer trygg i den nya miljön. (Kanninen et al. 2009) Inom barnskyddet och handikappvården har det även utvecklats arbetsmodeller och projekt som bygger på anknytningsteorins betydelse för människan som Kiikku-projektet (2009) och Vahvuutta vanhemmuuteen (2010-2014) som bland annat Mirjam Kalland har utvecklat. I Vahvuutta vanhemmuuteen- arbetsmodellen arbetar man med att stärka föräldrarnas mentaliseringsförmåga, vilket även tas upp som ett begrepp i detta arbete, eftersom det har en nära koppling till anknytning.

Det övergripande syftet med mastersarbetet är att belysa de erfarenheter som mammor och utbildare har av anknytning och studien utförs inom Maria Akademis verksamhet. I

studien studeras vilka erfarenheter kvinnor som är med i en mammagrupp har om anknytning och vilka erfarenheter utbildare och grundaren, Britt-Marie Perheentupa, har om anknytning samt jämförs skillnader och likheter mellan dessa erfarenheter. Tanken är att nya synsätt skulle kunna vidareutveckla Maria Akademis mammagrupsverksamhet samt vara till hjälp för fortsatt arbete inom Maria Akademi.

2 BAKGRUND

Samarbetet med Maria Akademi startade för ett antal år sedan då jag gick utbildningen ”Väkivalta on ehkäistävissä” (Våld kan förebyggas). Britt-Marie Perheentupa utgår från grundtesen att en god anknytning förebygger våld i den teorigrund som Maria Akademis verksamhet grundar sig på. Människans illamående kan ses som olika symptom i familjer, på arbetsplatser och ute i samhället överlag och för att en förändring i människan ska kunna vara möjlig behöver man bli medveten, komma till insikt om de processer som påverkar samt bära ansvar för sina handlingar, menar Perheentupa (2010).

Anknytningens betydelse för människan är något som starkt intresserar mig. Under min studietid till socionom (YH) och nu senare till socionom (HYH) samt i arbetslivet som barnträdgårdslärare inom dagvården och som socialhandledare inom barnskyddet har anknytningens betydelse för människan varit ett återkommande tema som har väckt många tankar hos mig.

2.1 Maria Akademi föreningen

På Maria Akademis hemsida presenteras verksamhetsidéen på följande sätt:

”Maria Akademi är en politiskt och religiöst obunden förening vars uppgift är att främja människans och samfundets mentala välbefinnande och utveckling. Föreningens verksamhetsformer är utbildnings- och arbetarhandledningstjänster, tjänster för kvinnors välbefinnande och samhällelig påverkan. En ökad medvetenhet om betydelsen av utmaningar och etiska frågeställningar kring människans personliga ansvar, i förhållande till både det goda och det onda, hör till Maria Akademis idé. Fokusering på individens fördjupade självkännet ger verktyg för tillvaron. Maria Akademi strävar till att stöda individen, familjen och samfundet på ett sätt som har fokus på människovärdets etik och det värdefulla i hela generationskedjan. Inom Maria Akademi arbetar även en svenskspråkig sektion vars uppgift är att delta i detta samhälleliga förändringsarbete med sikte på hållbar utveckling.” (Maria Akademi föreningens idé)

Maria Akademi erbjuder olika former av tjänster som stöder människans tillväxt som till exempel terapi, grupper för till exempel mammor och fortbildning i arbetshandledning och ledarskap för professionella inom social- och hälsovården. Maria Akademi's tjänster bygger på klientens och deltagarens frivillighet. Maria Akademi har medverkat i media och Katse-kampanjen lyfter fram betydelsen av att bli sedd och bekräftad av andra människor.

Maria Akademi har specialiserat sig på frågor gällande kvinnors fysiska och psykiska våld sedan år 2003 i form av Demeter- arbetet. Demeter- arbetet stöds av Ray Penning-automatföreningen och erbjuder konfidentiell och avgiftsfri hjälp för kvinnor som har använt eller är rädda för att använda våld. Klientarbetet består av en telefonjour, kartläggande individuella samtal och en stödgrupp som leds av en specialutbildad terapeut. I stödgruppen är tanken den att det bildas en gemenskap mellan kvinnorna i gruppen och att den förstärkta könsspecifika självkänndomen skall stöda kvinnornas utveckling av sitt inre livsmanuskript, sin känslereglering samt kvinnans ansvarstagande för sitt beteende. (Maria Akademi föreningens idé)

Det inre livsmanuskriptet, Demeter-såret och Demeter-teorin är begrepp som Perheentupa har skrivit om i boken: ”Tietoisuuden tie alkurakkauteen- Väki-valta on ehkäistävissä” (2010). Perheentupa har även skrivit om den könsspecifika självkänndomen i boken ”Kuuntele sukupuolesi viisautta” (2001). Perheentupa beskriver det inre livsmanuskriptet som en identitet som alla människor har. Det inre livsmanuskriptet kan dock skadas (Demeter-sår) till exempel då en moder är deprimerad då barnet föds och barnet bemöts av tomma, trötta och intetsägande blickar. Då får barnet en erfarenhet av att hon eller han inte finns. I barnets inre blir denna erfarenhet en skräckupplevelse och för att barnet ska kunna knyta an på något sätt utvecklar barnet ett inre manuskript som räddar barnet från denna skräckerfarenhet. Barnet lär sig då att transformera svåra känslor och lär sig att vara ”lätt” och ”snäll” för att utveckla en trygg identitet. Det här kallar Perheentupa för emotionell sterilisation (Perheentupa 2010: 54-55). Perheentupa lyfter tillsammans med emotionell sterilisation även upp begreppet känslokapsel, vilket beskriver vad som händer då ett barn upplever en traumatisk händelse. Ett barn dissocierar bort från sig själv den skräckfyllda upplevelsen och kapslar in dessa känslor. Känslorna lagras och en stor del av den psykiska energin går åt till att hålla dessa känslor inne i

kapseln och på så sätt hålls känslorna undångömda och bortglömda. (Perheentupa 2010: 58, 60)

2.2 Syfte, frågeställningar och avgränsning

Syftet med mastersarbetet är att belysa de erfarenheter som mammor och utbildare på Maria Akademi har om anknytning. Det betyder att studien fokuserar på vad kvinnor som är med i en mammagrupp på Maria Akademi har för erfarenheter av anknytning (en fokusgruppintervju) samt vad utbildare på Maria Akademi har för erfarenheter av anknytning (en fokusgruppintervju). Maria Akademis grundare deltar också i studien (en djupintervju) och tillhör gruppen utbildare i resultatredovisningen.

Frågeställningarna i studien är:

1. Vilka erfarenheter har kvinnor och utbildare på Maria Akademi om anknytning?
2. Vilka likheter och vilka skillnader finns i kvinnors och utbildares erfarenheter om anknytning?

Arbetet fokuserar på anknytning och på mamman som forskningsobjekt. Anknytning och anknytningsmönster innefattar en växelverkan och ett samspel mellan barnet och dess omsorgsperson. Pappornas roll i ett litet barns värld är förstås minst lika viktig men eftersom studien utgår från kvinnor inom Maria Akademis verksamhet så är det mammarollen som är i fokus i studien. Kvinnoperspektivet och moderskapet skulle vara intressant att gå djupare in i. Moderskapet är en uppgift med djupa rötter som innefattar modersinstinkten och omvårdnadssystemet. Dessa är i samspel med barnets anknytningssystem.

3 TIDIGARE FORSKNING OM ANKNYTNING

I det här kapitlet presenteras forskning som gjorts nationellt och internationellt om hur anknytningsmönster formas och kan gå vidare i generationskedjan samt hur samspelet mellan föräldern och barnet kan stärkas och stödas. Eftersom det har gjorts väldigt mycket forskning angående anknytning runt om i världen så begränsades sökandet till att fokusera på anknytningen, generationskedjan och på moderskapet.

Litteratursökningarna gjordes i databaserna Google Scholar och EBSCO. På svenska användes sökorden anknytning och moderskap i Google Scholar. På engelska användes sökorden attachment and mothers i EBSCO. Även attachment AND maternal AND trauma användes i EBSCO. I Hautamäkis forskning (2014a) hittades även en del av de forskningar som var av intresse för detta arbete.

Hautamäki et al. (2014 a, c) har forskat i Finland och analyserat hur anknytningsmönstren går vidare i generationskedjan både med hjälp av ABCD modellen som är utvecklad av Mary Main och med hjälp av DMM som är utvecklad av Patricia Crittenden. Forskningen kunde både verifiera och modifiera Benoit och Parkers forskning från 1994, som visade att trygg anknytning (modell B) i medelklassen kunde konstateras både hos mormodern och mamman i AAI (Adult attachment Interview) och hos barnet vid 1 års ålder i SSP (Strange Situation Procedure). Forskningen gjordes med 32 finska förstagångna mödrar, fäder och mormödrar som tillhörde ”lågrisk”- familjer. Familjerna följdes med från graviditeten tills barnet var 3 år gammalt. För mödrarna, fäderna och mormödrarna gjordes AAI (Adult Attachment Interview) under slutskedet av graviditeten. SSP (Strange Situation Procedure) utfördes när barnet var 12 månader med mödrarna och när barnet var 18 månader med fäderna. The Preeschool Assessment of Attachment (PAA) undersöktes då barnet var 3 år med både mödrarna och fäderna. 47 % av mormödrarna-mödrarna-barnet kunde konstateras ha klassiska anknytningsmönster som A, B och C modellen. Hautamäki et al. (2014)s forskning visar att trygg anknytning och föräldrasensitivitet överförs till följande generation. Otrygg anknytning kan däremot vändas till sin motsats från till exempel känslomässigt undvikande, Modell A, till känslomässigt upptagen, Modell C. Hautamäki et al. diskuterar i sin forskning kring teoriutveckling och kring familjeinterventioner som en hjälp- och stödåtgärd för familjer

där otrygga anknytningsmönster kunnat konstateras. Forskningen kunde vara som hjälp till att vidareutveckla arbetssätt som kan stöda och hjälpa professionella som arbetar med familjer. (Hautamäki 2014 a, c).

Hautamäki et al:s (2014) forskning mätt via fMRI aktivering visar att mammor som var tryggt anknutna visade större aktivering av belöningscentrum i hjärnan när de såg bilder av sina barn både leende och gråtande. Hautamäki menar att med förutsägbart tillgängliga och lyhörda föräldrar, som hjälper barnet med att tolka och uttala barnets känslor, kan barnet utveckla tillit till föräldrarna. Detta kallas för en trygg anknytning. Föräldrasensitiviteten och dess kvalitet är väsentlig i hur anknytningen formas. Mödrar med undvikande anknytning visade en mindre aktivering av belöningscentrum, speciellt vid bilder av sitt gråtande barn. Det här kom till uttryck i otrygga mammors minskade sensitivitet, empati och avvikande beteende på vad de upplevde vara negativa känslouttryck hos barnet (Hautamäki 2014b).

I Texas, USA, har Kim, Fonagy, Allen, & Strathearn, (2014) neurobiologiska forskning ”Mothers’ Unresolved Trauma Blunts Amygdala Response to Infant Distress” studerat 42 första- gången- mödrar som fick se bilder på sitt eget barn och ett främmande barn. På bilderna var barnet både glad och ledsen. Forskningen visade en nedsatt amygdalarespons i hjärnan hos de mödrar som enligt Adult Attachment Interview och DMM karakteriserades som mödrar med obearbetade anknytningsrelaterade trauman då dessa mödrar såg bilder på sitt eget gråtande barn. Amygdala, alarmcentret, bidrar till att uppfatta hot och processa känslor samt aktiverar till att lystra till barnets signaler. Mödrarnas förmåga var nedsatt då det gällde att varsebli, att tolka rätt och att reagera på barnets negativa känslouttryck. De traumatiserade mödrarna drog sig emotionellt tillbaka och blev psykologiskt otillgängliga för att skydda sig själva mot alltför olidliga och intensiva känslor som var svåra att bemästra.

Iyengar, Kim, Martinez, Fonagy, & Strathearn (2014) utförde undersökningen: ”Unresolved trauma in mothers: Intergenerational effects and the role of reorganization”. Undersökningen utfördes i Houston i Texas, USA. Studien visar att mödrar, som aktivt har bearbetat sin anknytningsstrategi och sina upplevda trauman, var mer lyhörda och känsliga även för sina barns negativa känslouttryck. Dessa mödrar hade även tryggt anknutna barn. I undersökningen deltog 47 mammor som blivit mödrar för första gången

och undersökningen utfördes med hjälp av DMM (Dynamic Maturational Model of Attachment and Adaptation) och AAI (Adult Attachment Interview). Under kvinnornas graviditet och då barnen var vid 11 månaders ålder undersöktes även SSP (Strange Situation Procedure).

I Sverige, på Linköpings universitet, (2012) har gjorts en longitudinell studie med hjälp av RSQ (Relationship Scales Questionnaire). I undersökningen deltog 8122 föräldrar (97 % mödrar). I undersökningen svarade föräldrarna på RSQ och SPSQ (Swedish Parenthood Stress Questionnaire) när barnen var 2-3- år gamla. Analysen av resultaten gav tre RSQ faktorer som namngavs: 1) Betydelsen av självständighet 2) Relationsbaserad ångest och 3) Obehag av närhet. Sammanfattningsvis kunde konstateras i undersökningen att ångest gällande anknytningen och obehag av närhet har ett väsentligt samband med föräldrastress, speciellt med föräldrars egna känslor av inkompetens och social isolering. (Nygren et al. 2012)

I Italien, på universitet i Milano-Bicocca, har Crugnola et al. (2015) studerat effekten av ett anknytningsrelaterat interventionsprogram, PRERAYMI, som utgående från videoteknik, psykologiska samtal och utvecklingshandledning kunde förbättra samspelet och känsloregleringen mellan tonårsmödrar och deras barn efter en period på 3-6 månader. Analyserna visar att tonårsmödrar som deltog i interventionen (i jämförelse med en kontrollgrupp som inte deltog i interventionen) visade större sensitivitet och mindre kontrollbehov efter 3-6 månaders deltagande i interventionen. Barnen som deltog i interventionen visade även en ökad förmåga till samarbete med föräldern samt en minskad passivitet efter 3-9 månaders deltagande i interventionen.

Sammanfattningsvis kan konstateras att den tidigare forskningen visar att anknytningsmönster går vidare i generationskedjan. Olika interventionsprogram och bearbetning av trauman har en stor betydelse. Den tidigare forskningen visar att otrygg anknytning kan vändas till trygg anknytning i och med insikt och förståelse.

4 TEORETISKT PERSPEKTIV OCH CENTRALA BEGREPP

I arbetet presenteras det psykodynamiska synsättet, anknytning och anknytningsteorins utveckling. Därefter presenteras mentalisering eftersom anknytning och mentalisering har en nära koppling och är i viss mån beroende av varandra (Wallroth 2010: 43).

Slutligen presenteras en modern teoretiker inom utvecklingspsykologin; Daniel N. Stern, som beskriver samspelet mellan barnet och föräldern samt moderskapskonstellationen (Stern 1991, Stern 1996).

4.1 Det psykodynamiska synsättet

Det psykodynamiska synsättet omfattar flera olika teorier som på många sätt skiljer sig från varandra, men de har alla sina rötter i Sigmund Freuds teori om psykoanalysen. De psykodynamiska teorierna har gemensamt att de utgår från att människan har ett omedvetet plan och att människan styrs av motstridiga krafter i psyket. Barndomen är det som formar människans personlighet och det som avgör hur hon kommer att fungera eller agera senare i livet. Det psykodynamiska synsättet har som utgångspunkt just det att människor är möjliga att förstås genom att på djupet analysera deras psyke eftersom alla mänskliga känslor, tankar och handlingar har en orsak. Det psykodynamiska synsättet vill leda människan till insikt och därmed är en förändring möjlig. Psykoanalytiker som vidare utvecklat Freuds tankar är bl.a. Erich Fromm, Donald D. Winnicott, Melanie Klein, Margaret Mahler och Erik Homburger Erikson. (Hwang & Nilsson 1999: 39-51, Bunkholdt 1995: 22-23).

4.2 Anknytning och anknytningsforskningens utveckling

Anknytning är en översättning från engelskans ”attachment” och med det menas att det är något mindre som hänger ihop med något större. Det psykologiska bandet mellan barnet och dess närmaste vårdare som formas är det som kallas för anknytningsteorin. Anknytningsteorin handlar om hur vi behöver varandra genom hela livet, både för att överleva som barn och för att leva med andra människor och oss själva genom hela li-

vet. Spädbarnet knyter an till föräldrarna (attachment) och föräldrarna i sin tur binder sig till barnet, vilket kallas omvårdnadssystem (holding). (Karlsson 2013: 20-21, Kalland 2009: 6 och Orrenius 2005: 159) Barnet har försetts med ett medfött beteendesystem, anknytningssystemet, för att ha en större chans att överleva; få föda, närhet och trygghet. Anknytningssystemet har två syften: dels att se till att barnet förhåller sig nära föräldern, dels att aktivera förälderns medfödda omvårdnadssystem. Anknytningsbeteende utlöses när barnet känner rädsla eller obehag. Anknytningsbeteendet handlar om att charma och le till föräldern, väcka förälderns medlidande genom gråt eller skrik, om att klänga sig fast vid föräldern och senare om att krypa eller gå till föräldern. Förälderns omvårdnadssystem (holding) är ett annat system än anknytningssystemet och omvårdnadssystemet har som uppgift att skydda och trösta barnet samt att ge trygghet till barnet. Anknytningens idé är att barnets ”anknytningsfigur” svarar på barnets fysiska behov som föda, värme, närhet och skydd men även på barnets psykiska behov som att barnet är för någon annan person speciell, unik och älskad. (Wallroth 2010: 36-37, Kalland 2009: 6, Bowlby 1969a: 178-179)

Den brittiske psykoanalytikern och barnpsykiatern, John Bowlby (1907-1990), har studerat separationen mellan barnet och föräldrarna och hur det påverkar barnet (på 1940-talet efter andra världskriget då barnen separerades från föräldrarna). Bowlby kan sägas vara anknytningsteorins upphovsman och han menade att de psykologiska behoven var lika nödvändiga som de fysiologiska hos barnet. (Orrenius 2005: 159) Bowlby menade att barnet under sitt första levnadsår börjar med att knyta an till en person som oftast är mamman. Bowlby kallade detta barnets primära vårdnadshavare och att barnet därefter under loppet av sitt andra levnadsår utökar skaran med ytterligare några anknytningspersoner. Bowlby menade att anknytningen inleds då barnet efter födseln börjar samspela med dess omsorgspersoner och utvecklingen av anknytning räknas som i stort sett färdigtutvecklad då barnet är mellan 1,5 och 2 år. (Bowlby 1957: 10-11) Bowlby var biologiskt inriktad och intresserade sig för djuren. Bowlby menade att kunskaper om andra däggdjurs utveckling, främst om apornas utveckling och beteende, var viktiga för att förstå människans utveckling. (Bowlby 1969a: 180-181)

Anknytningsbeteendet aktiveras hos barn till exempel då barnet är trött, har ont, eller blir skrämmd. Anknytningssystemet aktiveras också hos barnet av att modern verkar vara oåtkomlig. Bowlby poängterade att anknytningsbeteendet är något vi har med oss hela

livet. Det handlar inte om ett barnsligt beroende som det gäller att växa ifrån, även om anknytningssystemet naturligtvis aktiveras lättare hos små barn. Anknytningsbeteendet aktiveras även hos vuxna till exempel då man går in i nya situationer, blir sjuk eller känner sig skrämmd. Den första anknytningsrelationen är så oerhört viktig menade Bowlby eftersom den ligger till grund för och till stor del bestämmer hur individen längre fram i livet känner, tänker och beter sig i nära relationer. (Bowlby 1969a: 204-208 och Bowlby 1994:19) Anknytningsmönstret styr barnet även då föräldrarna inte är i närheten. Anknytningen har en avgörande betydelse under den tidiga barndomen, men är också viktig ur ett flergenerationsperspektiv. (Karlsson 2013: 20-21)

Det finns olika uppfattningar om hur anknytningen utvecklas och vilken grunden för anknytningen är. Det de olika uppfattningarna har gemensamt för att en anknytning ska kunna bildas är att:

1. Samspelet måste kännetecknas av att de vuxna är sensitiva för barnets signaler.
2. Barnets vårdare ska vara tillgängliga både fysiskt och känslomässigt för barnet.
3. Vårdaren ska vara stabil i sin omsorg för barnet.
4. Barnet måste uppleva en kontinuitet i tillvaron.

(Bunkholdt 1995: 164-165, Broberg 2007: 65)

Den primära anknytningspersonen är den som ägnar mest tid åt barnet under de första månaderna. Oftast är den primära anknytningspersonen mamman men det kan också vara pappan eller någon annan. De flesta barn utvecklar ytterligare andra anknytningsrelationer, t.ex. till mor-eller farföräldrar, ett äldre syskon eller till en barnskötare. Anknytningspersonen måste vara både fysiskt och psykiskt närvarande för barnet och svara på dess signaler för att barnet ska känna sig tryggt och utvecklas väl (Wallroth 2010: 38-39). Anknytningens kvalitet varierar mycket beroende på hur lyhörd och empatiskt det känslomässiga samspelet med barnets vårdare är (Orrenius 2005: 161).

Bowlby använde begreppet inre arbetsmodell och menade med det att barnet har inre mentala bilder av självet och anknytningspersonen som styr hur barnet ser på sig själv och på omvärlden. Bowlby menade att det är nödvändigt för barnet att anpassa sig till den primära anknytningspersonens förväntningar och krav och menade att utebliven anpassning skulle resultera i smärtsamma övergivenhetskänslor hos barnet. (Bowlby

1969a: 236-237) I och med anknytning präntas inre arbetsmodeller in i barnets hjärna som sedan påverkar barnet självt, viktiga närstående och samspelet dem emellan. Anknyningsmodellen hos barnet blir en viktig beståndsdel i personlighetsutvecklingen och får därigenom betydelse för människan under hela hennes levnad. (Broberg et al. 2007: 13-14)

Mary Ainsworth (1913-1999) var utvecklingspsykolog och studerade mammor som födde barn i Uganda i 1-års tid och senare i Baltimore. Ainsworth var Bowlbys medarbetare inom anknytningsforskningen. Ainsworth stod för begreppet ”trygg bas” (secure base) som har varit väsentlig i anknytningsforskningen och som Bowlby också använde sig av (Se Bowlby 1969: 235 och Bowlby 1994:28). Ainsworth hade ett intresse för individuella skillnader, hon såg olika anknytningsmönster. Ainsworth menade att anknytning är mer än bara att söka närhet under fara, hon menade att anknytning är en av våra starkaste känslomässiga relationer och med tiden blir anknytningen en del av vår personlighet. (Broberg et al. 2007: 28,31, 50-51,55)

Ainsworth menade med trygg bas att barnet som utvecklar en trygg anknytning kommer att kunna använda föräldern som en trygg bas, en säker hamn, varifrån barnet kan ge sig iväg på upptäcktsfärder i världen och till vilken barnet kan återvända när det blir oroligt och anknytningssystemet slås på. (Wallroth 2010: 39) En trygg bas betyder att föräldern tröstar och ger barnet skydd då barnet behöver det men föräldern ”blandar sig inte i” då barnet inte behöver det. I denna roll finns man till hands, men man ingriper inte aktivt om det inte är klart nödvändigt. (Bowlby 1994: 28) Som motsats till en trygg bas kan sägas vara en förälder som betar sig likgiltigt då barnet stöter sig eller som överbeskyddar barnet och ser faror överallt även då barnet är i trygghet. (Kalland 2009:7) Om barnets behov av trygghet, säkerhet och skydd besvaras och barnet får detta då det behöver det så kallas anknytningen trygg medan den kallas otrygg om närhetssökandet inte leder till ökad känsla av trygghet och beskydd (Broberg 2007: 55-56).

Mary Ainsworth och hennes medarbetare skapade en metod på 1960-talet som skulle underlätta undersökandet av barnens anknytningsbeteende, den så kallade främmandesituationen (Strange Situation). Främmandesituationen innebär att barnet placeras i en främmande miljö, ett inrett rum som är trivsamt med leksaker som har som avsikt att aktivera barnets utforskandebeteende. Barnet utsätts sedan för två korta separationer

från mamman och en främmande vuxen kommer in i rummet. Den främmande vuxna lämnar även barnet ensamt i rummet. Det som forskarna var intresserade av var hur barnet reagerade då mamman kom tillbaka till rummet när barnets anknytningssystem hade aktiverats genom att bli lämnad ensam med en obekant vuxen i en obekant miljö. I SSP (Strange Situation Procedure) observeras om barnet använder föräldern som en trygg bas (secure base). I undersökningarna kunde tre huvudgrupper av anknytningsmodeller klassificeras hos barn vid ett års ålder: trygg (modell B), otrygg-undvikande (modell A) och otrygg-ambivalent anknytningsmodell (modell C). Det tryggt anknutna barnet (modell B) gråter vid separationen från föräldern och söker skydd hos föräldern efter separationen och lugnar ner sig i förälderns famn. Det otryggt undvikande barnet (modell A) trycker undan sina negativa känslor och visar utåt som om det inte bekommer barnet att föräldern är borta och barnet nonchalerar även föräldern då föräldern kommer tillbaka. Det otryggt ambivalenta barnet (modell C) överdriver sina känslor för att få uppmärksamhet av sin förälder och detta barn söker skydd hos föräldern men lugnar inte ner sig i förälderns famn. (Ainsworth et al. 2015: 301-311) Main och Weston utvecklade SSP (Strange Situation Procedure) undersökningen på 1980- talet så att barnet med båda föräldrarna skilt för sig undersöktes och det intressanta var att man upptäckte att ett barn kunde ha en trygg anknytning till modern men inte till fadern, ett annat barn kunde ha en trygg relation till fadern men inte till modern, ett tredje till båda föräldrarna och ett fjärde till ingen av dem (Se Bowlby 1994: 27).

Senare har Mary Main tillagt ett annat viktigt anknytningsmönster, det så kallade desorganiserade anknytningsmönstret, modell D (Main & Solomon 1990). Samspelet mellan barn och föräldrar karaktäriseras då huvudsakligen av rädsla och det har kunnat konstateras till exempel hos barn som vuxit upp med misshandel, missbruk eller med psykiskt sjuka föräldrar (Orrenius 2005: 169).

Nedan ett citat som exempel på hur ett desorganiserat eller otryggt anknytningsmönster kan uppstå.

Ni vet ju att folk lätt blir osynliga om man skrämmer dem tillräckligt ofta, sa Tooticki och åt upp en äggsvamp som liknade en liten trevlig snöboll. Nåja, den här Ninni blev skrämmd på fel sätt av en tant som hade tagit hand om henne utan att tycka om ungen. Jag träffade tanten och hon var hemsk. Inte arg förstår ni. Sånt kan man begripa. Hon var bara iskall och ironisk. Vad är ironisk? frågade Mumin-trollet? Nå, föreställ dig att du snavar på en klibbsvamp och sätter dig mitt i den renade svampen, sa Tooticki. Det naturliga vore förstås att din mamma blev arg. Men nehej, det blir hon inte. Istället säger

hon, kallt och förkrossande: Jag förstår att det där är din uppfattning om att dansa, men jag vore tacksam om du inte gjorde det i maten.

(ur Tove Jansson, *Det osynliga barnet* 1962: 102)

Patricia Crittenden, utvecklingspsykolog i Miami (USA), har undersökt anknytningsmönstret med barn som har upplevt misshandel och vanvård. Hon samarbetade med John Bowlby och Mary Ainsworth. Patricia Crittenden har tillsammans med medarbetare utvecklat metoden DMM (The Dynamic- Maturational Model of Attachment And Adaptation) där hon har undersökt interaktionen och samspelet mellan barnet och föräldern i familjer där vanvård och misshandel har kunnat konstateras. Patricia Crittenden menar att anknytningsteorin är den process mellan barnet och föräldern där barnet lär sig om världen och om hur man ska förhålla sig till världen. Hon menar att det är viktigt att betrakta barnets beteende, föräldrarnas beteende och vad som är avsikten bakom beteendet - Vad är det som föräldern försöker göra men som går ”åt skogen”? Det som Patricia Crittenden bl.a. kunde konstatera var att familjer där det förekom mest kyssar och kramar på ”utsidan”, förekom även mest fysisk misshandel. Det här blev det som Crittenden kallat för falsk positiv effekt (false positive effect) och Crittenden menar att då ett barn skadat sig allvarligt och ler eller skrattar efteråt är detta ett beteende som bör betraktas som en varningssignal och undersökas närmare. Crittenden kunde också konstatera i sin forskning att barnet lär sig att anpassa sig till den farliga situation som de lever i och använder sig av skyddsmekanismer. Crittenden kallar detta för anpassning (adaptation) istället för det som Mary Main kallar för desorganiserat beteende (modell D). (Crittenden i Hautamäki 2014a: 6-7, Crittenden 2008, Crittenden 2010)

Människan har behovet av närhet till andra människor samtidigt som hon har behovet att upprätthålla en egen autonom identitet. Den mänskliga existensen definieras i mångt och mycket just av denna dubbla strävan att både komma människor nära samt att skilja ut sig i förhållande till andra som ett separat, självständigt och individuellt subjekt. Den trygga anknytningen kännetecknas av att barnet har lärt sig att balansera och tillgodose sina behov av både trygghetsskapande närhet och självständigt utforskande. Otrygghet i anknytningen innebär på omvänt sätt att barnet får svårt att tillgodose sina grundläggande behov av närhet och autonomi. Dessa två livsbehov befinner sig i ett spänningsförhållande med varandra, de är i konflikt med varandra, men på samma gång är de sammanslutna och utgör varandras nödvändiga förutsättning. (Wennerberg 2013: 15-16)

Hos ett barn kan en trygg anknytning betyda för barnets fortsatta utveckling att barnet kan se andra människor som individer med egna känslor och avsikter som barnet kan värdesätta och ta hänsyn till. En trygg anknytning kan också betyda att barnet utvecklar förmågan att reglera starka känslor utan att för den skull tränga bort känslorna. En trygg anknytning kan också betyda att ett barn har en önskan att inleda relationer utan rädsla för att bli övergiven. (Orrenius 2005: 164-165) Hos en vuxen människa kan en trygg anknytning som har etablerats vara en människa som kan ta hand om sig själv och sina egna behov samt känna igen och uttrycka sina känslor. En trygg anknytning kan innebära att man har lättare att lita på andra människor och känna samhörighet, kunna ta emot och ge gott till sig själv och till andra samtidigt som man kan medge då man behöver hjälp. En trygg anknytning innebär att det finns en balans mellan att vara nära andra människor och att vara självständig. (Kalland 2009: 17)

4.3 Anknytning och mentalisering

Den engelska psykoanalytikern Peter Fonagy har definierat mentalisering som ”holding mind in mind” det vill säga att ha medvetandet i medvetandet. Det betyder ungefär att man ska kunna ha tankarna och känslorna i åtanke. Mentaliseringsteorin bygger på det att alla människor uppfattar verkligheten på olika sätt eftersom de har olika erfarenheter, intressen och kunskaper. Mentalisering är att försöka förstå sig själv utifrån och andra människor inifrån. Mentalisering är att försöka förstå sig själv och andra genom mentala tillstånd som tankar, känslor, önskningar och impulser. Anknytning och mentalisering har en nära koppling till varandra som är viktig eftersom mentaliseringsförmågan minskar hos människan då anknytningssystemet kopplas på. (Fonagy et al. 2002: 4-5, Wallroth 2010: 11-12, Orrenius 2005: 164) Hos barn utvecklas mentaliseringsförmågan i 3-4-års åldern och då börjar barn förstå att olika personer kan se samma sak på olika sätt och att människor har avsikter och känslor som styr deras handlingar. Om barnet känner sig älskad har barnet större förmåga att hantera konflikter som uppstår i alla relationer. (Orrenius 2005: 164) Mentaliseringsförmågan påverkas om barnet utsatts för t.ex. vanvård och misshandel, då kan barnet ha svårt att sätta sig in i hur andra människor känner sig, tänker och önskar. Barnet kan också i detta fall ha svårt att förstå sig själv. Desor-

ganiserad anknytning kan alltså kopplas ihop med låg mentaliseringsförmåga. (Fonagy et al. 2002: 97-98)

4.4 Barnets själv och moderskapskonstellationen

Daniel Stern föddes år 1934 i USA och han var psykoanalytiker och professor i psykologi vid universitetet i Geneve. Stern har forskat i spädbarnets inre värld (Stern 1991: 8). Stern har skapat teorier inom självpsykologin och beskriver hur spädbarnet utvecklar sitt sociala liv i samspel med sin omgivning. Stern utgår inte från barnets fantasier om sina föräldrar utan från den faktiska situationen. Stern sätter känslan, upplevelsen och självet i centrum för sina teorier. Stern menar att barnet har kapaciteter från början, ett själv, som mognar och utvecklas i samspel med andra (Stern 1995: 15-27). Sterns teori utgår från att det finns en utvecklingslinje för känslan av själv. Det begynnande självet präglas av sinnesintryck och känslor (från födsel till två månaders ålder), sedan utvecklas kärnsjälvet vid ca tre till sex månaders ålder. Barnet uppfattar händelser och ting framförallt genom de känslor de väcker. Mellan sju till fjorton månader utvecklas det subjektiva självet. Den fjärde känslan kallar Stern för det verbala självet. (Stern 1991: 39-47) Stern tar i sin senare bok "Ett litet barns dagbok" (1995) även upp det berättande självet som Stern menar att utvecklas ungefär vid tre års ålder när barnet visar att det har en egen identitet och kan utveckla historier kring sig själv. Stern menar att dessa fem "känslor av själv" inte ersätter varandra utan bygger på varandra och finns kvar på olika nivåer under hela livet. Barnet går in i en ny värld under sin utveckling men samtidigt menar Stern att människan aldrig lämnar helt de tidigare världarna bakom sig. Människan lever på en och samma gång i alla dessa världar. (Stern 1995: 15-27)

Stern likasom Bowlby använde begreppet inre arbetsmodeller och poängterade att de generaliseras och blir till prototyper vid bemötandet av situationer som liknar de ursprungliga. Stern använde begreppet RIG om de inre arbetsmodellerna (Representationer av Interaktioner som Generaliserats). Stern menade att RIG har två huvudfunktioner. Dels representerar den en individs tidigare erfarenheter, dels fyller den en vägledande funktion då det gäller framtida situationer. RIG börjar formas tidigt i barndomen och är aktivt genom hela livet. (Stern 1991: 39-47, Bowlby 1973: 236-237)

Stern menar att det är en nödvändighet för såväl föräldern som barnet att föräldern lever sig in i vad barnet känner. När föräldern tolkar eller gissar budskapet i det lilla barnets gråt, är denna tolkning eller gissning färgad av förälderns egen syn på världen. Om till exempel föräldern själv läser in ilska i barnets gråt är det lätt hänt att föräldern själv reagerar med vrede eller skuld. I de allra flesta fall fungerar också dessa nödvändiga gissningar eller tolkningar av det lilla barnets upplevelser på ett positivt och ändamålsenligt sätt. (Stern 1995: 16-17)

Stern har även skrivit om moderskapskonstellationen och menar att kvinnan genom moderskapet behöver utveckla en ny psykisk personlighetsstruktur. Moderskapskonstellationen är en unik och normal psykisk struktur i vilken kärlek och ansvar är centrala teman. Stern menar att i och med födelsen av kvinnans barn genomgår modern en djupgående omställning som bestämmer en ny uppsättning handlingstendenser, nya former av känslighet, nya fantasier, farhågor och förhoppningar hos kvinnan. Konstellationen är tillfällig och dess längd varierar stort, men den kan vara i månader eller år och den kan väckas till liv senare igen. Stern menar att moderskapskonstellationen gäller tre åtskilda men relaterade intressen och samspel; moderns dialog med sin egen mamma, kvinnans dialog med sig själv (med avseende på henne själv som mor) och hennes dialog med sitt barn. Kring dessa dialoger aktiveras fyra teman som sedan styr moderns upplevelser, handlingar och känslor. Det första temat handlar om ansvaret för barnets överlevnad, det andra om att våga låta sig engageras d.v.s. att bli förälskad och känslomässigt engagerad i barnet så att barnet har någon att knyta an till. Det tredje temat handlar om att ge barnet och sig själv ett både fysiskt och psykiskt utrymme d.v.s. modern måste kunna etablera och bevara andra relationer parallellt med den nära relationen till barnet. Det sista temat är utvecklingen av ett psykologiskt föräldraskap, d.v.s. att acceptera förändringen och gå in i den personlighet som primärt innebär att vara någons förälder istället för att vara någons barn. Stern menar att moderskapskonstellationen inte är någon universell företeelse och att den inte är medfödd. Stern menar också att moderskapskonstellationen lika bra kan utvecklas hos män, även om Stern menade att detta sker mer sällan i det västerländska samhället. De sociokulturella faktorerna spelar också en viktig roll för hur moderskapskonstellationen utvecklas menar Stern. Enligt Stern finns även en minoritet av kvinnor som inte utvecklar en fullskalig eller ens igenkännbar moderskapskonstellation. (Stern 1996: 225-229)

4.5 Sammanfattning

Studiens teoretiska referensram bygger på två centrala antaganden. Det första antagandet är att människan påverkas av sin barndom och att människan har ett omedvetet psykiskt plan och detta är det så kallade psykodynamiska synsättet. (Hwang & Nilsson 1999, Bunkholdt 1995) Barnet påverkas av föräldrarnas förmåga till empati och samspel och detta har en central betydelse för barnets psykiska utveckling. Därför lyfts begreppen anknytning och mentalisering upp i arbetet (jfr Bowlby 1969 & 1992, Fonagy et al. 2002 etc.) Det andra antagandet är att barnet är unikt från födelsen och att barnet har ett själv och en egen kompetens att gå in i samspel med andra redan från första början av livet. Även om fokus i detta arbete är på människans barndom så är det viktigt att poängtera att människan fortsätter att utvecklas och växa under hela sitt liv. (Stern 1991, Stern 1996). Kvinnan påverkas av moderskapet på ett psykiskt plan i och med födseln av det egna barnet och därför lyfts även moderskapskonstellationen upp som ett centralt begrepp i studiens teoretiska referensram (Stern 1996).

5 METOD OCH GENOMFÖRANDE AV STUDIEN

Syftet med studien är att belysa anknytning utgående från mammors och utbildares erfarenheter inom Maria Akademi. När syftet är att försöka förstå och skapa sig en bild av det som undersöks, är studiens forskning oftast kvalitativ till sin natur (Kvale & Brinkmann 2009: 17) Kvalitativa forskningsintervjuer går ut på att försöka förstå ett fenomen utgående från informantens perspektiv. Utgående från informanternas erfarenheter kan man utveckla en mening. (Kvale & Brinkmann 2009: 17) Kvalitativa intervjuer kännetecknas av raka och enkla frågor och på dessa enkla frågor får man oftast innehållsrika svar. Då intervjuerna är utförda har man oftast ett stort och rikt material i vilket man med tur och mycket arbete kan hitta olika intressanta åsikter, mönster och mycket annat. (Trost 2010: 25) Studien utfördes med hjälp av två fokusgruppintervjuer; en med klienter, (mammor) och en med utbildare (professionella) inom Maria Akademis verksamhet samt med hjälp av en djupintervju med Maria Akademis grundare. Intervjuerna transkriberades och analyserades med hjälp av innehållsanalys.

5.1 Val av informanter

Mammagrupperna på Maria Akademi marknadsförs bl.a. på rådgivningar och är till för alla kvinnor som känner att de vill diskutera moderskapet tillsammans med andra mödrar. Mammagrupperna bygger på frivillighet och kvinnorna tar själva kontakt till Maria Akademi för att delta i grupperna. Kvinnor som söker sig till Maria Akademi är motiverade att arbeta med sig själva och med sina egna resurser och svårigheter. Grupperna är avgiftsfria eller kostar mindre för kvinnor som är bosatta i Helsingfors eftersom Helsingfors stad understöder verksamheten. Kvinnor från andra städer eller kommuner betalar en deltagaravgift som är omkring 200 euro.

Under hösten 2015 pågick två mammagrupper inom Maria Akademis verksamhet där sammanlagt 15 kvinnor deltog. Studerande valde att infobrev om studiens syfte (bilaga 2) delades ut till den ena mammagrupperna där det fanns 7 kvinnor och en handledare. Gruppen hade träffats 7 gånger under hösten 2015. I denna mammagrupp arbetade man till exempel med hjälp av drömmar. Handledaren i gruppen ansvarade för att dela ut infobrev om syfte med studien (bilaga 2) till de 7 kvinnorna. De som var intresserade att delta fick fylla i blanketten för informerat samtycke (bilaga 3) under nästa träff. På detta sätt fick kvinnorna fundera i lugn och ro på om de ville delta eller inte i studien utan att känna sig pressade till det. Handledaren förklarade syftet med studien och att kvinnornas deltagande bidrar till att utveckla verksamheten. I november 2015 utfördes fokusgruppintervjun med mammor och i den deltog 3 kvinnor.

En fokusgruppintervju med de professionella (i gruppen deltog 3 utbildare) samt en djupintervju med Britt-Marie Perheentupa utfördes i december 2015. De utbildare som deltog i fokusgruppintervjun arbetar bland annat med att vara terapeuter och handledare i mammagrupper och Demeter-grupper som ordnas inom Maria Akademis verksamhet. Ett infobrev om studiens syfte delades ut till alla informanter (se bilaga 4 och 5). Datumet då så många som möjligt av utbildare kunde delta avgjorde när fokusgruppen för utbildare ordnades. Studerande skickade per e-post alternativ för intervjutider och utbildare svarade på vilka datum som passade dem att delta. Datumet för djupintervjun bestämdes genom ett telefonsamtal.

5.2 Fokusgruppintervju och djupintervju

Fokusgruppintervjuer karakteriseras av att de består av personer som intervjuas som har en gemensam upplevelse. Metoden används bland annat när man vill studera attityder, värderingar och komplexa fenomen som uppstår i samspel mellan människor. (Hylander 2001:2) Fokusgruppintervjuer används till exempel inom samhällsvetenskaplig forskning. Fokusgrupper innebär att man samlar en grupp människor som får samtala om ett givet ämne med varandra under en begränsad tid. Gruppen leds av en samtalsledare, en moderator. Målet med fokusgruppen är att gruppdeltagarna ska få samtala fritt med varandra. I praktiken handlar arbetet med fokusgrupper om att hitta en lämplig grupp, utarbeta ett material som stimulerar till samtal om ett givet ämne, göra en frågeguide, leda gruppssessionerna, spela in samtalen, transkribera (skriva ut) dem och slutligen analysera dem (Wibeck 2010: 11-12).

Det viktigaste i en fokusgruppintervju är att få fram en rik samling synpunkter på det som är i fokus för gruppen. Moderatoren ser till att det blir ett meningsutbyte och introducerar diskussionsämnet. Moderators roll är att se till att det skapas en atmosfär som tillåter deltagarna att ge uttryck åt personliga åsikter i ämnet. Målet för fokusgruppen är inte att vara eniga eller nå samförstånd kring de frågor som diskuteras eller att finna lösningar på dem, utan att föra fram de olika uppfattningarna i en fråga. Gruppinteraktionen kan göra det lättare att uttrycka synpunkter och att behandla känsliga tabubelagda ämnen. Gruppinteraktionen kan dock minska moderators kontroll av intervjuens förlopp. (Kvale & Brinkmann 2014: 191-192)

Fokusgruppintervjuerna i studien delas in i teman och utfördes enligt temaintervju som är en halvstrukturerad intervju. (Hirsjärvi & Hurme 2001: 47-48) Temaområdena i ett intervjutillfälle styr själva intervjun i en speciell riktning, inte de specifika frågorna. I temaintervjuer är de människors tolkningar av fenomen och deras betydelse i ett visst sammanhang som är väsentligt. Betydelsen föds i växelverkan och de olika temaområdena kan tas upp i vilken ordningsföljd som helst i ett intervjutillfälle. De olika temaområdena styr ändå intervjun, intervjun är inte helt fri som till exempel en djupintervju. (Hirsjärvi & Hurme 2001: 47-48)

Intervjun med grundaren för Maria Akademi utfördes som en djupintervju. Djupintervjuer är samtal med enskilda personer. I en djupintervju påverkas inte informanten av andra personer och metoden används ofta när man vill få en bild av individens upplevelser och tankesätt. I en djupintervju får informanten ”tala fritt” i motsats till att besvara frågor. (Hirsjärvi & Hurme 2001: 52,61)

5.3 Innehållsanalys

Innehållsanalys handlar om att koda materialet, dela upp det i enheter och söka upp mönster och trender utgående från studiens syfte och forskningsfrågor (Wibeck 2012: 100). Kodning och kategorisering användes tidigt för analys av texter inom samhällsvetenskapen. Båda begreppen används omväxlande med varandra. I innehållsanalysen kodas hur många gånger ett tema kommer upp i texten och sedan kategoriseras de långa intervjuuttalandena till några få enkla kategorier. (Kvale & Brinkmann 2009:219) Tuomi & Sarajärvi (2008) menar att innehållsanalys handlar om logiken att upptäcka och att den som genomför studien måste själv producera visdomen i analysen. (Tuomi & Sarajärvi 2008:100) Den induktiva innehållsanalysen utgår från empirin och den deduktiva innehållsanalysen från teorin. En induktiv ansats utgår från en mängd enskilda fall och hävdar ett samband mellan dessa. (Alvesson & Sköldberg 2008: 54-56)

För båda forskningsfrågorna: ”Vilka erfarenheter har kvinnor och utbildare på Maria Akademi om anknytning?” och ”Vilka skillnader och vilka likheter finns i kvinnors och utbildares uppfattningar om anknytning?” har en induktiv ansats använts för att analysera resultaten. Den induktiva innehållsanalysen utgår från empirin det vill säga från själva studien med mammor och utbildare.

I analyskedet transkriberades först materialet och detta var sammanlagt 36 sidor text. Sedan lästes materialet igenom flera gånger. Därefter förkortades intervjuerna till att innehålla endast de delar som var av relevans för syftet och forskningsfrågorna. Sedan avkortades meningarna till meningsbärande enheter och dessa kodades och kategoriserades. Kategorier och underkategorier uppstod som exemplet i Tabell 1 visar. I resultatredovisningen presenteras dock inte underkategorierna. Varje intervju analyserades skilt

för sig före de sammanfattades för att svara på bägge forskningsfrågorna. Inga bestämda regler tillämpades då kategorierna skapades utan de enskilda exemplen har kombinerats till en större helhet. (Lundman & Graneheim i Granskär & Höglund-Nielsen 2012: 191-196)

Tabell 1. Exempel på innehållsanalys av intervjuerna.

Exempel: Meningsenhet: <i>Att finnas till, att om ett litet barn har varit hotad så då måste man ju bygga sina försvarsmekanismer, att finnas till</i>	Kondenserad meningsenhet: <i>Att finnas till, försvarsmekanismer</i>	Kod: <i>Att finnas till</i>	Kategori: <i>Bekräftelse</i> Underkategori: <i>Att finnas till, försvarsmekanismer.</i>
--	--	---------------------------------------	--

5.4 Etiska ställningstaganden

Studien strävar till att följa forskningsetiska delegationens (TENK) anvisningar i enlighet med god vetenskaplig praxis. I studien har allmän omsorgsfullhet, noggrannhet och allmän hederlighet strävats till att följas i forskningen, dokumenteringen och i presentationen av resultaten samt i bedömningen av undersökningar som har använts i arbetet. Forskningstillstånd för studien ansöktes och godkändes av Arcada och av Maria Akademi. I mastersarbetet har forskares arbeten respekterats och strävats efter att hänvisas till på ett korrekt sätt. Vid presentationen av resultat har en allmän öppenhet tillämpats och en ansvarsfullhet som karakteriserar vetenskaplig verksamhet. (Forskningsetiska delegationen 2012: 18-19)

“Fokusgrupper används i en mängd olika sorters undersökningar. I vissa fall används de för att samla in data kring personligt intima och känsliga ämnen.” (Wibeck 2012: 140)

Ämnet kan ha varit känsligt för deltagarna och det var viktigt att ett formulär med informerat samtycke gavs som deltagarna fick skriva under. I formuläret (bilaga 2 och 3)

framgår syftet samt de möjliga riskerna med att delta i undersökningen. De andra gruppmedlemmarna får veta saker om en själv och fokusgruppintervjun bandas in. Detta poängterades innan fokusgruppen inleddes.

Fullständig anonymitet var svår att lova för gruppdeltagarna men konfidentiell intervjudiskussion kunde ändå uppnås. Det var viktigt att berätta att informationen som bandas in sparas, skyddas noggrant och slutligen förstörs. (jfr Wibeck 2012: 139-142) Alla namn byttes ut i transkriptionen och andra personliga uppgifter.

Som moderator var det viktigt att tänka på en del aspekter och förbereda sig väl inför fokusgruppintervjun. Att vara lyhörd, tänka noga på hur man inleder och lyfte upp ämnet om anknytning var viktigt. Det var viktigt att själv vara medveten om att egen osäkerhet eller egna värderingar kan påverka det egna sättet att lyfta fram ämnet (jfr Wibeck 2012: 141). En styrka var att alla klienter som deltog i studien hade genomgått samma grupp process och därför delade liknande erfarenheter med varandra i gruppen. Varje deltagare valde själv hur mycket som delades med de andra i gruppen.

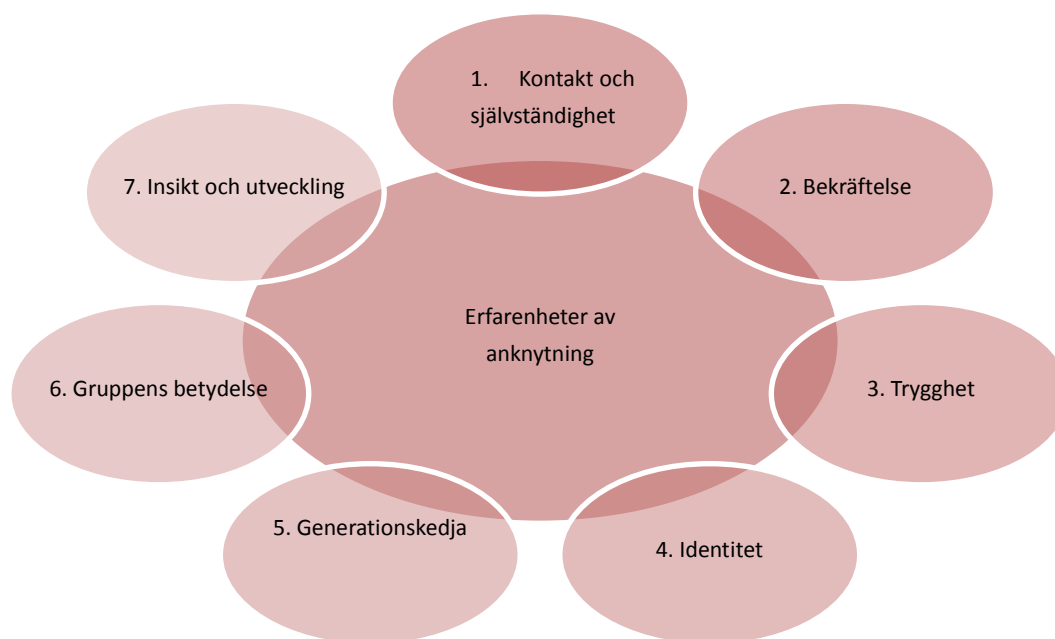
6 RESULTATREDOVISNING

Resultatredovisningen av studien presenteras i kap 6.1. och 6.2. som svarar på arbetets syfte och forskningsfrågor.

6.1 Erfarenheter av anknytning

Första forskningsfrågan och delvis den andra forskningsfrågan i arbetet som gäller likheter i utbildares och mammors erfarenheter av anknytning besvaras med hjälp av ”blomman-figuren” i figur 1. Alla ”blomblad” påverkar varandra och även om kategorierna är numrerade i figuren så betyder det inte att anknytningserfarenheterna är i ordningsföljd. De olika kategorierna är sammanflätade och kan ske samtidigt, efter varandra och påverka varandra i olika ordningsföljd genom hela livet. Resultaten presenteras så att djupintervjun med Britt-Marie Perheentupa samt utbildare som deltog i

fokusgruppintervjun presenteras som en enda grupp: Utbildare. Kvinnorna som deltog i fokusgruppintervjun för mammor presenteras som: Mammor.



Figur 1. Erfarenheter av anknytning enligt mammor och utbildare på Maria Akademi.

6.1.1 Kategori 1: Kontakt och självständighet

Mammor

Anknytning beskrivs som den första kontakten som det lilla barnet har med sin första omsorgsperson eller omsorgspersoner. Mammorna menar att anknytning är relationen mellan det lilla barnet och föräldern. Kvinnorna berättar att samspelet och växelverkan mellan det lilla barnet och föräldern kan vara stödande och uppbyggande eller icke-stödande och icke-uppbyggande. Kontakten beskrivs som viktig och naturlig samtidigt som tidens anda gör att allt är så medvetet och då blir det också mycket som kan gå fel i den här relationen. "Förstör jag mitt eget barn?" var en fråga som en av kvinnorna ställde högt då hon funderade på anknytningsmönstret och kontakten till sitt barn. Generationskedjan lyftes även upp i detta sammanhang. Mammorna menade att de egna erfarenheterna påverkar den egna förmågan att vara förälder.

Kvinnorna i studien talar om förtroende. Några kvinnor berättar att de hade mist förtroendet till den egna föräldern. En av kvinnorna berättar att hennes mamma var psykiskt sjuk under hennes barndom och ofta psykiskt frånvarande. Kvinnan berättar att hon miste förtroendet för sin mamma redan före tonåren. En av kvinnorna berättar att hon alltid har sett upp till sin mamma. Insikten om att det kanske inte enbart har varit bra att idealisera sin mamma, istället för att se hennes brister, säger sig denna kvinna nu ha insett i och med grupp processen på Maria Akademi. En av kvinnorna berättar att hon har varit sin ”mammans mamma” redan som en liten flicka. Hon berättar att hon försökte hitta lösningar på sin mammas problem och att hon var sin mammas ”psykolog”. Kvinnan säger att hon var tvungen att bli självständig för tidigt i kontakten med sin anknytningsperson. En annan kvinna berättar hur mycket frihet som fanns i hennes barndom. ”Vi (syskonen) fick gå och komma ganska fritt. Kanske jag hade önskat mer gränser”. En tredje kvinna berättar hur hon saknar närhet och kontakt till sina föräldrar. Kvinnan frigjorde sig tidigt och har sört över att hon alltid har saknat en bra och nära relation till sina föräldrar.

Kvinnorna berättar att de önskar att förtroendet finns mellan dem själva och det egna barnet även då deras barn är vuxet. Mammorna önskade att barnen skulle dela saker med sina föräldrar och kunna lita på dem. En av kvinnorna berättade om sina tankar om den strikthet som hon hade till sig själv och till sitt barn. Hon funderade hur detta skulle påverka relationen mellan henne och barnet. ”Så här kan det inte pågå förevigt” sa kvinnan. En annan av kvinnorna beskrev hur hon och 2-åringen hade en mycket nära relation och att kvinnan nu försökte ta igen den tid då hon var psykiskt frånvarande då barnet föddes. En tredje kvinna har flera barn och hon beskrev anknytningen till alla barn som olika. Denna kvinna var medveten om att hon hade en närmare relation med ett av sina barn. Kvinnan var ledsen över att relationen till de andra barnen inte var lika nära och hon önskade att hon kunde få en närmare relation även med dem.

Kvinnorna berättar om familjevåld, psykisk sjukdom, ensamhet, gränslöshet och utanförskap som har funnits med i deras barndom. Kvinnorna berättar också att de inte hade kommit ihåg sin barndom och att den egna barndomen ”väcktes till liv” då de egna barnen föddes. Gruppens betydelse och gruppens handledare lyftes även upp i detta sam-

manhang. Den egna barndomen ”väcktes till liv” i och med de egna drömmarna och i och med drömarbetet i gruppen.

Utbildare

En utbildare berättar att ett barn både har vetskap och kunskap direkt från början av livet om hur hon eller han ska ta kontakt med en annan människa. Barnet gör detta för att överleva. Anknypningen beskrivs som människans friska grundbehov, en livskänsla. Människan har ett behov av känslkontakt med en annan människa från livets början till livets slut. Svårigheten i känslkontakten kommer senare i livet då människan ska frigöra sig från denna kontakt som hon har varit så beroende av vid livets början. Denna utbildare menar att människan har ett behov av känslkontakt med andra människor men att den önskade kontakten inte alltid bildas. Utbildaren menar att det är viktigt för barnet att lära sig att vänta och att kunna bli besviken eftersom motgångar hör till livet. Utbildaren berättar att samma människa kan ge de värsta och bästa tårarna i livet, till exempel en förälder under olika livsperioder. Som exempel på det här kan vara en mamma som hade varit deprimerad då barnet föddes men som senare hade tillfrisknat och då kan samma människa ge de värsta och bästa ”stötarna” för barnet.

Utbildare berättar att människan är född genom kontakt. Kontakt gör att människan kan växa och utvecklas. Människan är även i kontakt med den värld hon lever i. Utbildare berättar att växelverkan med andra människor är det som påverkar människan hela tiden. Anknypningens betydelse beskrivs som något av det mest centrala för människan och för kvinnan. Genom hela livet vill människan ha en kontakt med andra människor och det här beskrivs som den bärande kraften genom hela livet. ”Det är inte självklart att alla har fått uppleva den här kontakten i livets början” berättar utbildare och då är kontakten skadad. Det är det här som kan kallas för ett trauma eller för ett Demeter-sår. Utbildare menar att motgångar möter alla människor men det avgörande är om barnet har haft empatiska och stödande föräldrar som har hjälpt barnet genom motgångarna.

6.1.2 Kategori 2: Bekräftelse

Mammor

En av mammorna i studien beskrev hur chockad hon var då hon såg på video hur hon nonchalerade sitt barn med blicken då barnet ville berätta något för henne. Då förstod hon hur mycket blicken betyder. Kvinnorna berättade om blicken som kunde vara sträng och krävande, en blick som riktades gentemot dem själva men som även påverkade hur kvinnan såg på sitt barn. Vilken blick barnet fick och hurudan blick omvärlden fick kunde avspegla den blick som man hade anammat i barndomen av sina egna föräldrar. ”En strikthet utan nåd” var blicken som en av kvinnorna i gruppen beskrev att hon gav sig själv. Hon var sträng med sig själv och hade höga krav på sig själv. Detta avspeglade sig även på hur hon uppfostrade sina barn, speciellt sin förstfödde, som hon var onådigt sträng med och krävde mycket av. En mamma beskrev ett rådgivningsbesök som först gjorde henne förolämpad och sårad men som sedan ledde till en insikt. Hälsovårdaren sa åt kvinnan att hon hade en störning i anknytningssystemet med sitt barn eftersom kvinnan inte såg på sitt barn och inte vände barnet mot sitt ansikte. Kvinnan säger att detta chockade henne men att det ledde till en insikt. ”Efter detta förstod jag att barnet ska se på mitt ansikte, inte bort från mitt ansikte”.

”Positiv bekräftelse och en känsla av att vara värdefull” beskriver kvinnor då de berättar om sina erfarenheter av mammagruppen på Maria Akademi. I gruppen arbetade man med hjälp av drömmar. Kvinnorna fick berätta sin dröm som de hade drömt. Handledaren skrev ner ”drömmarens” berättelse och läste den högt för gruppen. De andra i gruppen fick leva sig in i drömmen och berätta hur de upplevde drömmen. Kvinnorna berättar hur de kände sig bekräftade på olika sätt då de delade sin dröm med de andra i gruppen. En av kvinnorna i mammagruppen hade även deltagit i en Demeter-grupp på Maria Akademi och hon beskrev likheten med att dela sin dröm med erfarenheten i Demeter- gruppen av att dela sin barndomsberättelse, den lilla flickans berättelse (pikkutyttötarina). Kvinnan berättar att upplevelsen av sig själv kan förändras till något mer positivt i och med grupprocessen.

Utbildare

En av utbildarna beskriver blickens och ögonkontaktens betydelse på följande sätt:

”I min bok som min mamma har skrivit om mig... så står där att då jag föddes, o sen titta i ögonen, så hade jag blivit alldeles tyst när jag mötte min mammas ögon...”

Utbildaren i citatet ovan berättar att hennes mamma hade skrivit i hennes bok att hon som ett litet barn lugnade ner sig då hon mötte sin mammas blick. Utbildaren menar att det är värdefullt att hennes mamma hade förstått hur stor betydelse ögonkontakten har.

Utbildaren i citatet ovan menar att människan har ett behov av att bli sedd och bekräftad på vilket sätt som helst. Det värsta av allt är att inte bli sedd. Om ett litet barn är hotat så måste barnet bygga upp försvarsmekanismer, olika sätt att klara sig på. Utbildaren berättar hur viktigt det är när kvinnan inser att det inte är frågan om att hon är elak, ond eller kriminaliserad då hennes illamående kommer ut som ett destruktivt beteende utan att det är frågan om kvinnans eget sätt att ha försökt klara sig som ett litet barn.

”Den värsta ångesten är att inte finnas till, det är som att falla i ett mörkt hål. Det är bättre att vara någonting än att vara ingenting”.

Människans första kontakt och första växelverkan fungerar som en spegel i fortsättningen av vårt liv. Om människan inte har blivit sedd och bekräftad i den första anknytningsrelationen så upplever hon världen utgående från det perspektivet även i fortsättningen. Den första anknytningsrelationen påverkar till exempel hur människan vågar släppa andra människor nära sig eller inte vågar göra det. Utbildare menar att om människan inte har blivit sedd i livets början så påverkar detta människans empatiförmåga och förmåga att kunna sätta sig in i andra människors situation. Denna förmåga är viktig för människan genom hela livet eftersom den påverkar människans förmåga att visa hänsyn till och förståelse för andra människors behov.

Blickens symbolik är något som utbildare lyfter fram som kärnan i Maria Akademis idé. Vilken blick barnet har fått av sin mamma, sin pappa och vilken blick har varit föräldrarnas blick sinsemellan samt vad är blicken som människan har anammat som sin egen

blick gentemot sig själv. Utbildare menar att i grupperna på Maria Akademi är det möjligt att via insikt och medvetenhet få en djupare förståelse för den blick som har anammats som ”den egna blicken” gentemot sig själv och gentemot andra. Via insikt och förståelse är en förändring möjlig och då kan människan utvecklas och blicken förändras till det bättre.

Försvarsmekanismer är något som barnet måste bygga upp för att klara sig menar utbildare. Det här är kopplat till det som utbildare beskriver som ”att det är bättre att vara någonting än att vara ingenting”. Barnet utvecklar försvarsmekanismer för att få någon kontakt eftersom det är det mest skrämmande för människan att inte få någon kontakt alls. Försvarsmekanismerna och den ”negativa uppmärksamheten” blir sedan en del av identiteten och tryggheten hos människan och detta beskriver också varför det är så svårt att komma från den destruktiva anknytningen.

6.1.3 Kategori 3: Trygghet

Mammor

Kvinnorna i studien berättar att de har funnit trygghet i mammagruppen. De lyfter fram betydelsen av att få vara tillsammans och av att få dela erfarenheter med andra mammor i samma situation. Kvinnorna säger att de inte kan tänka sig att samma gemenskap och samhörighet skulle bildas någon annanstans, till exempel med mammor i letparken. Mammorna beskriver Maria Akademis grupprocess som en unik, helande och stärkande erfarenhet. Kvinnorna säger att tryggheten och samhörigheten med gruppmedlemmarna från samma mammagrupp var även avgörande då kvinnorna valde att delta i studien. ”Förtroendet fanns med från första början” berättar en av kvinnorna om gruppen på Maria Akademi. Kvinnorna menar att gruppens handledare även har en stor och viktig roll för att förtroendet bildas gruppmedlemmarna emellan.

Mammorna beskriver situationer som orsakar otrygghet, situationer då kvinnorna känner sig belastade, trötta och svaga i vardagen. Detta är situationer då kvinnorna märker att ”de faller in i gamla destruktiva mönster” och till exempel skriker till sina barn eller

till sin partner. En kvinna beskriver hur hon ordnade allt från början till slut gällande sina barns födelsedagsfestligheter. En annan kvinna beskriver hur hon lidit av depression i olika repriser under sitt liv medan en tredje kvinna beskriver en svår och slitsam skilsmässa. Kvinnorna berättar att de är medvetna om att de måste ta hand om sig själva för att orka ta hand om sina barn. Vardagen beskrivs som tidvis slitsam och tung, situationer uppstår och då ökar behovet av rutiner och trygghet. Kraft och trygghet i moder-skapsrollen fick kvinnorna förutom av varandra, även av humor, barnen, den egna för-äldern, partnern, av vardagsrutinerna, av aktiviteter tillsammans med barnen och av att se sitt barn växa och utvecklas.

Utbildare

Utbildare berättar att tryggheten och vanan är starkt kopplad till anknytning. Det här förklarar varför en destruktiv anknytning kan vara så svår att komma bort från, tryggheten finns där även om anknytningen kan vara skadlig för människan. En av utbildarna lyfter upp beroendeproblem som ett exempel på destruktiv anknytning och menar att tryggheten finns i till exempel alkoholen eller i spelberoendet. Utbildaren menar att man får vara medveten hela livet vad man sätter sin anknytning på; Om det är något uppbyggande eller något destruktivt.

Utbildare menar att om kvinnan har blivit van med ”destruktiva blickar” så ”fastnar” dessa blickar på denna kvinna lättare än på någon annan eftersom dessa blickar är bekanta. Vanan och tryggheten finns i dessa destruktiva blickar. Som exempel lyfts upp en kvinna som har vuxit upp med familjevåld i sitt barndomshem och som sedan som vuxen lever i våldsamma parförhållanden. Tryggheten och vanan finns i ett mönster som samtidigt är destruktivt och till skada för kvinnan.

Trygghet och otrygghet ser man även i grupprocessen menar utbildare. Kvinnan kan ha svårt att komma till gruppen och att ta emot ”goda blickar” och en positiv förändring eftersom detta kanske inte är det som kvinnan är van vid. Kvinnan kan till exempel ”straffa sig själv” genom att bete sig dåligt mot sig själv eller mot andra. För att kvinnan ska kunna ta emot hjälp och för att en förändring mot det bättre ska vara möjlig så måste det ha funnits ”goda blickar” runt kvinnan under hennes uppväxt, till exempel en lyhörd

lärare eller en mormor. Tanken i Maria Akademis idé är att kvinnan måste ha upplevt något gott i sitt liv för att hon skall kunna ta emot hjälp vid behov.

6.1.4 Kategori 4: Identitet

Mammor

Mammorna i studien beskrev till exempel psykiskt illamående som kan tänkas vara en del av deras identitet. De beskrev hur de negativa tankarna kunde ta överhand och hur känslor som vrede och hat samlades inom dem. Kvinnorna beskrev konflikten som fanns inom dem av att vilja vara en bra mamma som har kontroll och att sedan ha sitt barn framför sig som skrek, var hjälplös och krävde sin mammas uppmärksamhet. Mammorna beskrev hur de föll in i martyrollen och kunde tänka; ”jag duger inte till något” och ”bättre om jag inte fanns”. En av kvinnorna berättar hur hon hade insett att om hon kritiserade sitt eget utseende framför spegeln så påverkade detta hennes barn negativt. Kvinnan hade sedan försökt att sluta med att kritisera sig själv, i varje fall framför sitt barn. En annan mamma berättar hur hon var så deprimerad att hon hade lust att hoppa ner från en bro. Kvinnan hade då insett att det var dags att gå till läkare och få antidepressiv medicin. En kvinna beskriver sig själv som en temperamentsfull mamma som tidvis är våldsam mot sina barn. Kvinnan berättar hur hon är full av strikthet och saknar nåd i förhållande till sig själv och hur detta påverkar kvinnans eget välbefinnande. Kvinnan beskriver också hur detta speglar sig på hennes barn; ”Ibland finns det inga gränser för hur sträng jag är med mitt barn, till exempel då det gäller hur fort vi ska komma till någon plats”. En kvinna berättar hur hon var frånvarande och mårde psykiskt dåligt då barnet var nyfött. Kvinnan berättar hur hon kunde lägga sitt nyfödda barn ensam i sängen ”och bara lämna det där”.

Utbildare

Utbildare beskriver att kvinnans inre livsmanuskript, identitet, kan vara sådan att hon söker de icke goda blickarna till sig. Det här är starkt kopplat till att tryggheten och vakan finns i de ”blickar som orsakar smärta”. Utbildare beskriver offeridentiteten och att den är starkt kopplad till ansvarstagande. Då kvinnan får en insikt och tar ansvar för sina

handlingar är det steget ut ur offeridentiteten. Även om kvinnan har varit den som har utfört våld bär hon ändå på en offeridentitet. Kvinnan kan vara så bitter för den omsorgssvikt som hon själv har upplevt att det ger en tillåtelse till att bete sig våldsamt mot sig själv och andra. Om en kvinna är våldsamt mot andra till exempel mot sitt barn så är hon samtidigt våldsamt mot sig själv, menar utbildare på Maria Akademi.

Utbildare lyfter upp exempel på hur en destruktiv identitet kan "sätta sig" på människan snabbt som t.ex. då en människa blir sjuk och kommer in på sjukhus så kan identiteten "jag är invalid och jag kan inte göra någonting" bli människans identitet. Utbildare menar att det är också väldigt svårt för en kvinna som söker sig till grupperna på Maria Akademi som har sår, trauman, i den tidiga anknytningskontakten att ta emot den positiva anknytningen. Identiteten är då att vara dålig och det känns inte tryggt att ta emot något positivt. "Så de här människorna som inte kan ta emot den här goda anknytningen borde just få det ännu mera... så att man inte skulle ge efter...". Utbildare menar att det ibland när människor får hjälp men inte kan ta emot hjälpen betyder att det är så svårt för dessa människor eftersom deras identitet och trygghet finns i att vara "dålig" och "att må dåligt".

Identiteten, kvinnans inre livsmanuskript, kan förändras i och med grupprocessen och i och med självkänedom. Utbildare berättar hur identiteten kan förändras till att kvinnan inser att hon är värdefull och unik. Uppskattning och självrespekt kan bli den nya identiteten tack vare insikt och förändring.

6.1.5 Kategori 5: Generationskedjan

Mammor

"Det som jag inte själv har fått så har jag svårt att ge vidare" säger en av mammorna i intervjun. Kvinnorna beskriver att de har en vilja att förändra sitt eget beteende, mönster samt handlingar som de egna föräldrarna har gjort som kvinnorna inte vill ge vidare till sitt eget barn. Kvinnorna beskriver att det är svårt då känslorna, tröttheten och vardagen blir för belastande och då "bägaren rinner över". Kvinnorna berättar att de till exempel i dessa situationer kunde bete sig våldsamt eller destruktivt mot sig själva eller mot andra.

När tröttheten eller belastningen blev för stor kunde det resultera i ett oönskat, psykiskt eller fysiskt våldsamt beteende, till exempel mot kvinnans partner eller barn. Kvinnorna beskriver det som en konflikt och en motstridighet. En av kvinnorna beskriver det som den största insikten som hon fått i och med grupp processen att hennes barn är en egen individ som inte är en del av henne.

Kvinnorna menar att gruppen har hjälpt dem att bli mer medvetna om sina egna känslor, handlingsmönster och varifrån de kommer. En av kvinnorna berättar att hon inte kom ihåg sin barndom och familjevåldet som hade funnits i hennes barndom före hennes egna barn föddes. ”Jag hade fantiserat att jag skulle bli en fantastisk mamma som bakade bulla och pysslade med barnen och som aldrig blev arg på sina barn”. Kvinnan beskriver det som en chock då de egna barndomserfarenheterna kom upp till ytan då barnen föddes. ”Inte ville jag vara en sådan här mamma” säger kvinnan då hon berättar om hur det kändes och vilken enorm besvikelse hon kände över att hon insåg att hon betedde sig lika som sin egen mamma. ”Grupprocessen har hjälpt mig att se med godkännande ögon på min egen barndom och mina föräldrar” berättar kvinnan. Hon fortsätter att berätta: ”Tidigare terapeuter har sagt att jag ska glömma min barndom medan grupphandledaren nu sa att jag ska se med godkännande ögon på mig själv som barn och det här har hjälpt mig väldigt mycket”.

En av kvinnorna berättar hur hon försöker tillåta sitt barn att visa alla känslor och hur viktigt kvinnan anser att detta är. Kvinnan berättar att hon inte själv fick visa sina känslor som barn, ”det var inte accepterat att skrika eller gråta” berättar hon.

Utbildare

Utbildare berättar om en ”härva” som de egna processerna går igenom. Det är svårt för kvinnan att veta vad som är de egna känslorna och behoven, det fysiska barnets känslor och behov och vad som har varit den egna mammans känslor och behov. Alla dessa kan vara en enda stor ”härva” inom kvinnan och då måste kvinnan bli medveten om det här för att kunna förändras. En förändring mot det bättre är möjlig i och med insikt och självmedvetenhet. Insikten är på ett psykiskt plan att jag är en skild person, mitt barn är en skild person och min mamma är en skild person. Insikt leder till lättnad och förståelse för sig själv och därmed också en acceptans för den egna personen och identiteten. ”Att acceptera sig själv och förändring går hand i hand” berättar en av utbildarna.

Utbildare menar att ”som jag har blivit behandlad, behandlar jag mitt barn”. Utbildare menar att kvinnor kunde uppleva att deras barn till exempel med flit ville göra mamman illa. De egna processerna är så nära det egna barnet menar utbildare. Kvinnorna såg inte skillnad på barnets känslor och de egna känslorna och det är då som rädslan av att göra illa till sitt barn vaknar hos kvinnorna. Den här rädslan som finns hos kvinnan, tillsammans med skuld-känslorna, gör att kvinnan tar kontakt och söker hjälp. ”Det är viktigt att förstå att känslor och handling inte är samma sak” menar utbildare. Utbildare berättar att på Maria Akademi är utbildare på klientens sida men emot en våldshandling och utbildare menar att det är viktigt att skilja dessa från varandra.

6.1.6 Kategori 6: Gruppens betydelse

Mammor

Kvinnorna lyfter på olika sätt upp gruppens betydelse. Mammagruppen har fungerat som en kraftkälla för förändring, insikt och förståelse. Glädje och sorg har kunnat delas med andra kvinnor. Kvinnorna beskriver erfarenheter av bekräftelse och trygghet, utvecklingen av den egna uppskattningen och insikt som har lett till ansvarstagande för det egna beteendet. Ord som användes av kvinnorna för att beskriva gruppen var: ärlighet, öppenhet, samhörighet, likvärdighet, stärkande erfarenhet, en helande erfarenhet, humor och referensgruppsstöd (vertaistuki). Betydelsen av att alla i gruppen är kvinnor lyftes även upp av mammorna. En av kvinnorna beskrev att det var unikt att få ärligt och uppriktigt tala om svåra saker: ”Man behövde inte spela teater och hålla upp en fasad”. Platsen både fysiskt och psykiskt ansågs som betydelsefull, det vill säga Maria Akademi. Kvinnorna beskrev platsen som trygg. Här fanns inte de tabun som rådde ”utanför i samhället” och den tävling som kvinnor ibland kunde uppleva sinsemellan. ”I lekparken kan det finnas tävling och jämförelse, vems barn har lärt sig vad och utvecklats snabbare och vem har Emmaljunga...” En av kvinnorna lyfte fram betydelsen av att kunna dela svåra erfarenheter med andra kvinnor i mammagruppen via humor. Det kändes värdefullt och viktigt att kunna ”skratta tillsammans och säga högt att ibland står jag inte ut med mitt barn”.

Handledarens roll i gruppen var också av stor betydelse enligt kvinnorna. Kvinnorna beskrev handledaren som viktig eftersom hon ”höll i trådarna” så att gruppens medlemmar kände att det fanns en struktur och en trygghet i gruppen. En av kvinnorna sa att det var ”betydelsefullt hur grupp processen var uppbyggd, det fanns ett förtroende med redan från första början.” Kvinnan lyfte även upp betydelsen av att alla i grupp gemenskapen hade en vilja av att arbeta med sig själva och att utvecklas.

Utbildare

Utbildare lyfter upp kvinnogemenskapen som väldigt betydelsefull i den idé som Maria Akademis verksamhet bygger på. Kvinnogemenskapen är något alldeles speciellt menar utbildare. Kvinnan är född från samma kön som hon själv är och ändå är hennes uppgift att bli självständig från denna relation. Det här är en speciell utmaning då både mor och dotter har samma kön menar utbildare. ”Det sker nog förändring i dessa grupper” säger en av utbildarna och menar att det finns något som är svårt att förklara i kvinnogemenskapen.

Handledarens uppgift i gruppen beskrivs som både givande och utmanande. Utbildare berättar hur givande det är att se hur kvinnor i grupperna kommer till en insikt och hur till exempel en förändring till det bättre gällande det egna välbefinnandet är något som många kvinnor upplever efter grupp processen. Grupp processen betyder att kvinnor ska vara öppna för den nya kontakten att gå med i gruppen och utmaningar kan finnas om det finns kvinnor som har sår, trauman, i den tidiga anknytningskontakten. Kvinnan kan då bete sig dåligt mot de andra i gruppen eller mot handledaren eller mot sig själv. Det här kan synas som en kvinna som betar sig ”taggigt som en igelkott” mot de andra i gruppen eller mot handledaren. Det kan också ta sig uttryck i att kvinnan ofta är förse- nad eller inte kommer på plats till gruppträffarna. Det här är kvinnans försvarsmekan- ismer och då krävs det mycket av handledaren i gruppen som på sätt och vis är i ”föräl- der-rollen (mamma)” i grupp processen. Det här menar utbildare att ses i Demeter- grupper men även i mammagrupper.

6.1.7 Kategori 7: Insikt och utveckling

Mammor

En av kvinnorna säger att hon hoppas att det finns något som blir kvar hos henne av de insikter som hon har fått i och med grupp processen på Maria Akademi. Hon säger att hon vill tro att det är möjligt att kunna förändra sig själv till det bättre. Kvinnorna upplever att de har varit givande att delta i grupp processen och att de har fått stöd och hjälp i sin modersroll. Kvinnorna beskriver modersrollen som den mest betydelsefulla och mest krävande rollen. En mamma beskriver hur moderskapet har förändrats och har sett olika ut i olika livsskeden och då barnen har varit i olika åldrar och utvecklingsskeden. Mammorna berättar att de har svårt att ge sig själva uppskattning och självrespekt då det gäller moderskapet. Det finns stunder då mammorna kan känna stolthet men de konstaterar att det är väldigt svårt att se sina egna styrkor som mamma i den hektiska vardagen. Kvinnorna berättar att de anser att de har goda sidor men att det är lätt att ”falla tillbaka till att känna skam och skuldkänslor”. Styrkor som mammorna sa att de hade var att rutinerna och grundvården med barnen fungerade bra, humorn fanns med i vardagen och mammorna kunde erbjuda barnen meningsfulla aktiviteter och upplevelser.

Utbildare

Utbildare berättar att människans grundbehov är att växa genom hela livet. Insikt leder till lättnad och förståelse för sig själv och därmed också till en acceptans för den egna personen och identiteten. Utbildare menar att känslighet, empati och självkänedom behövs för att kunna förändras, skapa förståelse och insikt. Skuldkänslor är viktiga inspirationskällor för att en förändring ska kunna vara möjlig. Utbildare berättar att något bra har funnits i kvinnornas liv eftersom de vill arbeta med sig själva och kan söka hjälp och förändring i en svår situation. Utbildare berättar att insikt, förändring, uppskattning av sig själv och ansvarstagande följer efter varandra och är sammanflätade i den process som kvinnorna går igenom i gruppen.

Utbildare menar att människan är komplex och påverkas av världen omkring. Människan är ständigt i process och många saker påverkar, till exempel hur fort blodet i kroppen rinner och samhällets syn på kvinnan. Anknytningsmönster och -processer ger kunskap om hur vi ska närma oss människor. Utbildare menar att det är viktigt att både lära sig att känna sig själv men lika viktigt är ansvarstagandet av att förbättra omgivningen.

6.2 Skillnader mellan mammors och utbildares erfarenheter

I ”blomman”-figuren på sidan 32 presenteras mammors och utbildares erfarenheter av anknytning och de likheter som finns mellan dessa erfarenheter. I tabell 2 presenteras skillnaderna mellan dessa erfarenheter av anknytning. Tabellen visar var tyngdpunkten finns, d.v.s. vilka kategorier som framkom mest och vilka som framkom minst. Alla kategorier som kommit fram i ”blomman- figuren” kom dock fram i alla intervjuer. + står för de kategorierna som framkom mest i resultaten och – för de kategorier som förekom minst i intervjuerna.

Tabell 2. Skillnader mellan mammors och utbildares erfarenheter av anknytning

KATEGORI	MAMMOR	UTBILDARE
+	Gruppens betydelse (6), Identitet (4)	Kontakt och självständighet (1), Gruppens betydelse (6), Bekräftelse (2), Generationskedja (5), Insikt och utveckling (7)
-	Trygghet (3), Insikt och utveckling (7)	Identitet (4), Trygghet (3)

Mammor

Mammorna i studien lyfte mest upp kategorierna gruppens betydelse (6) och identitet (4). Tyngdpunkten i studien var alltså på dessa kategorier i mammornas erfarenheter. Kvinnorna beskrev hur mycket gruppens stöd hade betytt för dem samt hur viktigt det var att kunna dela svåra och tabubelagda ämnen med andra kvinnor. Kvinnorna berättade även mycket om identitet. Depression, destruktivt eller våldsamt beteende samt självförakt hade blivit en del av deras identitet. Mammorna lyfte minst upp kategorierna trygghet (3) samt insikt och utveckling (7) i studien. Kvinnorna i studien var fokuserade på sina brister och inte på sina resurser. Trygghet som tema kom mer indirekt fram i kvinnornas berättelser men inte som konkreta exempel. Kvinnorna i studien berättade om sina egna erfarenheter vilket gjorde att berättelserna var konkreta och förankrade i deras verklighet.

Utbildare

I utbildares erfarenheter av anknytning var tyngdpunkten på olika kategorier beroende på vilken utbildare som berättade. En del utbildare i gruppintervjun berättade mest om kontaktens betydelse (1), bekräftelse (2) samt om gruppens betydelse (6). Dessa utbildare berättade minst om identitet (4) och om trygghet (3). En annan del av utbildare berättade mycket om trygghet (3), identitet (4), bekräftelse (2) och om generationskedjans betydelse (5) men minst om gruppens betydelse (6) och om insikt och utveckling (7).

Utbildares fokus på erfarenheter av anknytning byggde på de erfarenheter som de hade av arbetet med grupper inom Maria Akademis verksamhet. En del av utbildarna berättade mer allmänt om anknytning, hur anknytning kan ses i världen, vad anknytning kan lära människor och hur generationskedjan påverkar människan. Blickens betydelse, det vill säga bekräftelse (2) framkom som viktig i Maria Akademis idé. Utbildares beskrivningar och berättelser om anknytning var både kombinerade med begrepp ur den teorigrund som Maria Akademis verksamhet bygger på och med konkreta exempel som belyste teori-grunden.

7 DISKUSSION

I diskussionskapitlet diskuteras arbetets syfte och resultat i kombination med den tidigare forskning som gjorts. Därefter presenteras en kritisk granskning över studien. Slutligen presenteras studiens arbetslivsrelevans och förslag till fortsatt forskning.

7.1 Resultatdiskussion

Syfte med studien var att belysa de erfarenheter som mammor och utbildare på Maria Akademi har om anknytning. Erfarenheterna enligt mammor och utbildare är: Kontakt och självständighet, bekräftelse, trygghet, identitet, generationskedjan, gruppens betydelse samt insikt och utveckling. Resultaten visar tydliga samband med de tidigare forskningar som gjorts om anknytning och som presenteras i studien.

Bowlby menade att anknytningens idé är att barnets ”anknytningsfigur”, modern, svarar på barnets fysiska behov som föda, värme, närhet och skydd men även på barnets psykiska behov som för människan är att hon är för en annan person unik, speciell och älskad. Mammorna i studien berättar om olika relationer till sina föräldrar. För en kvinna var mamman psykiskt sjuk och frånvarande under hennes barndom. Kvinnan talade om förtroende och att förtroendet saknades i relationen till den egna mamman. En annan kvinna berättar att hon hade idealiserat sin mamma som varit ensamförsörjare. En tredje kvinna beskriver att hon fått vara ”sin mammas mamma” och att hon fick ta hand om sin mamma redan som en liten flicka i en familj där det förekom familjevåld.

Utbildare berättar att om kontakten är skadad så måste barnet utveckla försvarsmekanismer för att anpassa sig och finnas till för föräldern. ”Den värsta ångesten är att inte finnas till, det är som att falla i ett mörkt hål. Det är bättre att vara någonting än att vara ingenting” berättar en av utbildarna. Bowlby menade att anknytningssystemet aktiveras hos barnet om modern verkar vara oåtkomlig. (Bowlby 1994: 19) Patricia Crittenden kunde konstatera i sin forskning att barn lär sig att anpassa sig till den farliga situation som de lever i och barnet använder sig av skyddsmekanismer. Crittenden kallade detta

för adaptation medan Mary Main kallade detta för ett desorganiserat beteende, modell D. (Crittenden 2010, Main & Solomon 1990)

Utbildare berättar att: ”Det är inte självklart att alla har fått uppleva den här kontakten i livets början”, det här kallas vanligen för ett trauma eller i Maria Akademis idé för ett Demeter-sår (Jfr Perheentupa 2010: 54-55) Anknytningen till barnets första omsorgsperson har inte fått ske tillräckligt länge eller har inte fått ske alls och då måste barnet utveckla ett sätt för att anpassa sig till situationen för att överleva. Barnet lär sig då att transformera svåra känslor och lär sig att vara ”snäll” och ”lätt” för att utveckla en trygg identitet. Perheentupa kallar det här för emotionell sterilisation. Känslokapsel är ett annat begrepp som Perheentupa använder som beskriver vad som händer då ett barn upplever en traumatisk händelse; Barnet dissocierar bort från sig själv den skräckfyllda upplevelsen och kapslar in dessa känslor. (Perheentupa 2010: 58, 60) Mary Ainsworth använde begreppet ”trygg bas” (secure base) med vilket hon menade att föräldern tröstar och ger barnet skydd då barnet behöver det men föräldern ”blandar sig inte i” då barnet inte behöver det. Som motsats till en trygg bas kan vara en förälder som betar sig likgiltigt då barnet stöter sig eller som överbeskyddar barnet och ser faror överallt även då barnet är i trygghet. (Bowlby1994:28, Kalland 2009:7) Både utbildare och mammor lyfte upp begreppen trygghet och förtroende. Utbildare menade att en destruktiv anknytning kan vara svår att bli av med eftersom den väcker känslor av trygghet och är en bekant vana, även om den kan vara till skada för människan.

Mammorna berättade om självständighet och frihet. Kvinnorna hade tidigt fått lära sig att ta hand om sig själva och en del berättade att de fick tidigt bli självständiga. En kvinna berättar att hon och syskonet fick ”gå och komma fritt” och att pappan var för ”snäll”. Kvinnan talar om hur respekten till pappan saknades för att han inte hade någon auktoritet över barnen. En annan kvinna berättar hur hon frigjorde sig tidigt och har saknat en kontakt samt närhet till båda föräldrarna. En tredje kvinna säger att hon inte har träffat sin pappa på tiotals år och denna kvinna berättar hur hon fick vara sin förälders förälder. Mammorna berättar även om relationen till de egna barnen, både om styrkor och om utmaningar i det egna föräldraskapet. Kvinnorna berättade att deras styrkor var att de var bra på att sköta grundvården med barnen, de använde humor i vardagen och de kunde erbjuda åt sina barn meningsfulla aktiviteter. Alla mammor i studien önskade att deras barn kunde lita på dem som föräldrar och att relationen till de egna barnen skulle präglas av förtroende och närhet även då barnen är vuxna.

Wennerberg (2013: 15-16) beskriver i sin bok hur ett barn med otrygg anknytning har svårt att tillgodose sina grundläggande behov av närhet och autonomi. Människan behöver både kunna vara nära andra människor men ändå upprätthålla en självständighet. Nygren et al. (2012) har på Linköpings universitet undersökt 8122 föräldrar (97 % mödrar) och resultaten av undersökningen visade att föräldrastress, speciellt föräldrarnas egna känslor av inkompetens och social isolering hade ett väsentligt samband med föräldrarnas obehag av närhet och ångest gällande anknytningen till sitt barn. Bland annat Kalland (2009:17) menar att hos en vuxen människa med en trygg anknytning som har etablerats kan detta vara en människa som kan ta hand om sig själv och sina egna behov, lita på andra, känna samhörighet och kunna ta emot och ge gott till sig själv samtidigt som man kan medge då man behöver hjälp. Kvinnorna i studien hade sökt hjälp till sin utmanande livssituation från Maria Akademis mammagrupp vilket kan betyda att kvinnorna har upplevt tillräckligt med gott i sin barndom eftersom de är kapabla att ta emot hjälp vid behov.

Bowlby menar att barnet har försetts med ett medfött beteendesystem, anknytningssystemet, för att ha en större chans att överleva: Få föda, närhet och trygghet. Anknytningssystemet har som syfte att aktivera föräldrarnas omvårdnadssystem. (Bowlby 1969: 178-179) Utbildare berättar att blickens betydelse är viktig i Maria Akademis idé. Utbildare berättar hur den första blicken som människan har fått fungerar som en spegel och påverkar människans sett att uppleva sig själv och andra människor. Utbildare berättar också hur de icke uppbyggande blickarna kan ”fastna” lättare på kvinnor som är vana med att ha fått icke uppbyggande blickar i sin barndom.

Mammorna berättar hur de hade fått en förståelse för vilken blick de hade gett sig själva och sitt barn. En kvinna berättar att hon hade sett sig själv på video och hur hon med blicken nonchalerade sitt barn som försökte berätta något till henne. Bowlby menade att den första anknytningsrelationen är så oerhört viktig eftersom den ligger till grund för och bestämmer hur individen längre fram i livet känner, tänker och beter sig i nära relationer (Bowlby 1994:19) Mentaliseringsförmågan påverkas av anknytningsförmågan och förmågan att förstå sig själv och andra genom mentala tillstånd som tankar, känslor, önskningar och impulser sänks då anknytningssystemet kopplas på. (Fonagy et al. 2002: 4-5) Kvinnor som har utsatts för vanvård och misshandel i sin barndom, och som inte

har bearbetat dessa sår, kan ha svårt att sätta sig in hur andra människor känner sig, tänker och önskar. Dessa kvinnor kan också ha svårt att förstå sig själva. (jfr Fonagy 2002: 4-5, Hautamäki et al. 2014, Kim et al. 2014)

Mammorna i studien berättar hur de hade insett på ett psykiskt plan att de var en skild individ och att deras barn var en skild individ. Detta hade lett till en positiv förändring i växelverkan och interaktionen med det egna barnet. Mammorna berättar också om situationer då de fungerat ”precis som den egna mamman hade gjort i deras barndom”. Utbildare berättar hur belönande det kan vara att se förändringen hos kvinnorna när de inser att de är en skild person både från sina föräldrar och från sitt barn. Utbildare berättar att insikt och acceptans av den egna personen samt ansvarstagande sker hos kvinnorna i grupp processen. Daniel Stern använder begreppet moderskapskonstellation och menar med det att kvinnan genom moderskapet behöver utveckla en ny psykisk personlighetsstruktur. Moderskapskonstellationen innehåller moderns dialog med sin egen mamma, kvinnans dialog med sig själv och hennes dialog med sitt barn. Stern menade att det är en nödvändighet för såväl föräldern som barnet att föräldern lever sig in i vad barnet känner. (Stern 1996: 225-229, Stern 1995: 16-17)

Hautamäki et al. (2014a, b) forskning visar att trygg anknytning (modell B) tillsammans med föräldrasensitivitet överförs till följande generation medan otrygg anknytning, till exempel känslomässigt undvikande, modell A, kunde ses som känslomässigt upptagen, modell C, i följande generation. (Hautamäki 2014 a,b) Undersökningar visar dock att anknytnings modeller kunde bearbetas, till exempel med hjälp av interventionsprogram. Crugnola et al. (2015) visade i sin undersökning att mödrar hade större sensitivitet och mindre kontrollbehov efter att de hade deltagit i ett interventionsprogram.

I studien framkommer av utbildares och kvinnors erfarenheter att identitet är starkt kopplat till anknytning. I Maria Akademi idé har grundaren för Maria Akademi kallat denna identitet för människans inre livsmanuskript. (Perheentupa 2010:11) Att anknytningsmodellen blir en del av människans personlighet och identitet kan stärkas i både Bowlbys och Sterns undersökningar. Både Bowlby och Stern använder begreppet inre arbetsmodeller. Stern använde begreppet RIG om de inre arbetsmodellerna (Representationer av Interaktioner som Generaliserats). Stern menade att RIG har två huvudfunktioner. Dels representerar den en individs tidigare erfarenheter, dels fyller den en vägle-

dande funktion då det gäller framtida situationer. RIG börjar formas tidigt i barndomen och är aktivt genom hela livet menade Stern. (Bowlby 1973: 236-237, Stern 1991:39)

Utbildare menar att det ibland när människor får hjälp men inte kan ta emot hjälpen betyder att det är så svårt för dessa människor eftersom deras identitet och trygghet finns i att vara ”dålig” och ”att må dåligt”. Mammorna i studien beskrev sitt destruktiva beteende bland annat som depression, våldsamt beteende gentemot sig själv och andra samt offerrollen. Utbildare berättar hur identiteten kan omformas till en ny identitet då kvinnorna får en insikt och förståelse i och med grupp processen. Identiteten kan förändras till att kvinnan inser att hon är unik och värdefull. När kvinnan förändras och lär sig att uppskatta sig själv som värdefull leder detta även till ett ansvarstagande över det egna livet och de egna handlingarna.

Både mammor och utbildare berättar i studien om gruppens betydelse. Mammorna upplevde det som en helande och en stärkande upplevelse att få dela erfarenheter och känna igen sig i andra mammors berättelser. Kontakten och förtroendet i gruppen beskrevs som unik. Mammorna menade att de inte kunde uppleva samma någon annanstans. Referensgruppsstödet var betydelsefullt. Mammorna lyfte även upp betydelsen av att få dela svåra och tabubelagda ämnen, som till exempel negativa känslor gentemot sitt barn. Utbildare bekräftade denna upplevelse, kvinnogemenskapen och samhörigheten i grupperna beskrevs som något unikt. Att alla i gruppen är kvinnor ansågs även som betydelsefullt.

Handledarens uppgift i gruppen beskrevs som givande och utmanande. Utbildare berättade hur givande det var att se kvinnor uppleva kontakten med de andra i gruppen samt se kvinnorna utvecklas, komma till insikt samt förändras till det bättre. Utbildare berättade också att uppgiften som handledare i gruppen kunde vara utmanande. I gruppen fungerar handledaren som en ”mammafigur” då kvinnorna speglar sina barndomserfarenheter i gruppen. De tidiga anknytningsmönstren ”väcks till liv” i gruppen och dessa känslor kan vara smärtsamma för kvinnorna. Kvinnan kan reagera med att bete sig dåligt mot sig själv eller mot andra i denna situation just på grund av att de tidiga minnena väcker ångest hos kvinnan. Utbildare menar att denna ångest kommer från Demetersåret som kvinnan har upplevt i sin barndom.

Kvinnorna beskrev hur viktigt det var att få höra de andra kvinnornas drömmar samt hur betydelsefullt det var då någon annan läste upp den egna drömmen som kvinnorna hade drömt. Detta kunde jämföras med mentalisering, som är att försöka förstå sig själv utifrån och andra människor inifrån. Mentalisering är att förstå en annan människa via tankar, känslor och önskningar. (Fonagy et al. 2002: 4) Kvinnorna berättade i intervjun att de kunde sätta sig in i andras situation och känna empati för en annan människas situation till exempel via drömarbetet i gruppen.

Mammorna var mer fokuserade på att berätta om mammagruppens betydelse och om de egna svårigheterna och erfarenheterna som kan tänkas vara en del av kvinnornas identitet. En tolkning är att kvinnorna inte gav sig själva tillräckligt med uppskattning. De hade svårt att se hur mycket insikt de redan hade om sin egen förmåga och utveckling. Utbildare berättade mer allmänt om anknytningens betydelse. Erfarenheter av arbete med grupper inom Maria Akademi, om blickens betydelse (bekräftelse), om generationskedjan och om insikt och utveckling.

Sammanfattningsvis kan konstateras att mammor och utbildare i studien hade samma erfarenheter som tidigare forskning visar: Insikt, förståelse och bearbetade trauman leder till positiv förändring. (jfr Iyengar et al. 2014 och Hautamäki 2014 a, b) Mammorna kan konstateras ha upplevt tillräckligt med positivt i sin barndom eftersom de är kapabla att ta emot hjälp vid behov. Både mammor och utbildare poängterade gruppens och handledarens betydelse för utvecklingen och den positiva förändringen. I gruppgemenskapen bildades samhörighet, förståelse och insikt. Detta ledde till att kvinnorna började acceptera och värdesätta sig själva och därmed bära ansvar för sitt eget liv.

Det är viktigt att poängtera det faktum att omsorgssvikt eller vanvård i barndomen inte direkt leder till ett destruktivt beteende i vuxenålder. Stern poängterar att människan har ett själv och kapaciteter från början av livet som mognar och utvecklas i samspel med andra människor (jfr Stern 1995:15).

7.2 Kritisk granskning

Studien gav intressant information och konkret material som stöd för utvecklandet av verksamheten inom Maria Akademi. Studien har strävats till att presenteras på ett relevant och ändamålsenligt sätt. Syfte och frågeställningarna i arbetet styrde valet av material och metod.

Tanken med den tidigare forskningen var att presentera både nationell och internationell forskning kring anknytning, moderskap och generationskedjan. Det fanns mycket forskning kring anknytning och jag valde några forskningar som var väsentliga för denna studie.

Den teoretiska referensramen innehåller i huvudsak anknytnings-begreppet och anknytningsforskning. Teoretiska referensramen är relevant för syftet, forskningsfrågorna och för den empiriska studien. Resultatet visar dock att gruppens betydelse var väldigt stor både enligt mammor och enligt utbildare. Resultatet visar att något väsentligt som inte går att förklara sker i grupprocessen. Kvinnogemenskapen är även betydelsefull i detta sammanhang. Gruppens betydelse och kvinnogemenskapen visade sig vara teman som kunde vara förslag på fortsatt forskning.

Som metod i studien har använts två fokusgruppintervjuer och en djupintervju. Mammorna i studien lyfte upp betydelsen av att få delta tillsammans med andra kvinnor som var bekanta från mammagruppen. Kvinnorna ansåg att detta var en trygghet och avgörande för att kvinnorna valde att delta i fokusgruppintervjun. Detta visade sig vara ett bra val att välja kvinnor som hade gått i samma mammagrupp och som kände varandra. Kvinnorna fick stöd och hjälp av varandra. Att välja fokusgruppintervju som metod var även bra eftersom kvinnorna fick stöd att tala av varandra och vågade berätta om både svåra och tabubelagda ämnen. Fokusgrupp som metod fungerade även bra med utbildargruppen. Olika tankar och synsätt kom fram samt nya idéer väcktes. Styrkan med gruppintervjuer är att den enskilda individen får stöd och nya synvinklar av de andra i gruppen och på så sätt blir diskussionen mer omfattande. Att utföra en djupintervju med Britt-Marie Perheentupa var mycket bra eftersom Maria Akademis idé kom tydligt fram

på ett mångsidigt sätt. Anknypnings-begreppet diskuterades även på ett omfattande sätt i djupintervjun.

Som analysmetod i studien användes innehållsanalys. Denna analysmetod var bra och ändamålsenlig eftersom det viktigaste togs fram ur det empiriska materialet med tanke på syfte och forskningsfrågorna. Materialet har strävats till att bearbetas på ett objektivt sätt.

Studien är kvalitativ till sin natur och resultaten av denna studie beskriver de anknypningserfarenheter som just dessa kvinnor och utbildare hade under ett givet tillfälle. Resultaten har gett en djupare förståelse för de anknypningserfarenheter och upplevelser som dessa kvinnor och utbildare på Maria Akademi hade. ”Blomfiguren” belyser kärnan i erfarenheterna och upplevelserna. Resultaten kan inte generaliseras till att gälla alla grupper eller utbildare på Maria Akademi.

I studien har de etiska aspekterna strävats till att följas noggrant så att inte kvinnor eller utbildare ska kunna kännas igen av utomstående. Kvinnornas identitet har skyddats noggrant och ingen av kvinnorna ska kunna kännas igen av utomstående på basen av den information som presenteras i arbetet.

Sammanfattningsvis kan konstateras att människans inre värld är svår att beskriva i ord. Att konkret sätta ord på processer som sker i människans psyke har varit utmanande men det har samtidigt varit en djupdykning i anknypningens värld. Arbetsprocessen har varit krävande men också lärorik och intressant.

7.3 Arbetslivsrelevans och förslag till fortsatt forskning

Studiens resultat presenterades inom Maria Akademis verksamhet, bland annat på en temakväll som ordnades inom Svenska sektionen på Maria Akademi den 11.5.2016. Tanken är att kärnan av erfarenheter av anknypning enligt mammor och utbildare, ”blomfiguren” kan användas för fortsatt arbete inom Maria Akademis verksamhet.

Anknytning är ett komplext och omfattande begrepp. Förslag på fortsatt forskning utgående från denna studie är att undersöka vad gruppens betydelse är och vad som sker i grupp processen på Maria Akademi. Ett annat förslag till fortsatt forskning som har framkommit i studien är kvinnogemenskapens betydelse. Fädernas roll i kvinnornas liv skulle också vara intressant att forska närmare i och är ett förslag till fortsatt forskning.

KÄLLOR

- Ainsworth Mary D. Salter, Blehar Mary C., Waters Everett, Wall Sally N. 2015, *PATTERNS OF ATTACHMENT. A psychological study of the strange situation*. New York and London: Routledge Taylor and Francis Group. Tillgänglig: https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=zUMBCgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Ainsworth+Mary+&ots=jchNBfxZHS&sig=m5uH3ZGYyvUKdDsfR4HLkNLgA&redir_esc=y#v=onepage&q=Ainsworth%20Mary&f=false. Hämtad 20.4.2015
- Alvesson Mats, Sköldberg Kaj. 2005, *TOLKNING OCH REFLEKTION. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Andra upplagan. Danmark: Studentlitteratur. 597 s.
- Bowlby John. 1994, *En trygg bas. Kliniska tillämpningar av bindningsteorin*. Borås: Natur och kultur. 220 s.
- Bowlby, John. 1957, *Lasten hoivan ja hellyyden tarve*. Borgå: Werner Söderström Osakeyhtiön kirjapainossa Porvoossa. 203 s.
- Bowlby John. 1969 a, *Attachment and Loss. Volume 1: Attachment*. London: The Random House Group Limited. 326 s.
- Bowlby John. 1969b, *Attachment and Loss. Volume 2: Separation*. London: The random House Group Limited. 325 s.
- Broberg Anders, Granqvist Pehr, Ivarsson Tord, Mothander Risholm Pia 2007, *Anknytningsteori. Betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Falkenberg: Natur och Kultur. 362 s.
- Bunkholdt, Vigdis. 1995, *Från födsel till pubertet*. Lund: Studentlitteratur. 275 s.
- Crittenden Patricia M. 2010, *The importance of attachment theory for children's social workers*. Tillgänglig: <http://www.communitycare.co.uk/2010/11/29/the-importance-of-attachment-theory-for-childrens-social-workers/>. Hämtad 3.9.2015.
- Crittenden, P.M. 2008, *Raising parents. Attachment, parenting and child safety*. Oregon: Willan Publishing 2008, pp. xv + 381. Tillgänglig: <http://bjsw.oxfordjournals.org/content/39/1/192.extract>. Hämtad 20.9.2015
- Crugnola Cristina Riva, Ierardi Elena, Albissati Alezzandro, Downing George. 2016, *Effectiveness of an Attachment-Based Intervention Program in Promoting Emotion Regulation and Attachment in Adolescent Mothers and their Infants: A Pilot Study*. *Front Psychol.* 2016; 7:195. Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4764729/>. Hämtad 20.5.2016
- Fonagy Peter, Gergely György, Jurist Elliot L. & Target Mary. 2002, *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. 592 s.
- Fonagy Peter. 2001, *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Alpha Graphics of Pittsfield, NH. 267 s.

- Forskningssetiska delegationen. 2012, *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*, Tillgänglig: http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Hämtad 5.5.2016
- Gullstrand Astrid. 1912, *På Stjärnestig*. Tillgänglig: <http://www.apg29.nu/index.php?artid=15304>. Hämtad 4.5.2015
- Hautamäki, Airi. (Ed.). 2014a, *The Dynamic-Maturational Model of Attachment and Adaptation – Theory and practice*. Svenska social- och kommunalhögskolan vid Helsingfors universitet: SSKH Skrifter, 37. 156 s.
- Hautamäki, Airi. 2014b, *Mothers and infants. Screening for relationships at risk with the CARE-Index*. In S. Farnfield & P. Holmes (Eds.), *Routledge Handbook of Attachment: Assessment*. New York: Routledge. 156 s.
- Hautamäki, Airi. 2014c, *Transmission of attachment across three generations – ghosts and angels in the Finnish Nursery*. I: A. Hautamäki (Ed.), *The Dynamic-Maturational Model of attachment and adaptation – theory and practice*. Svenska social- och kommunalhögskolan vid Helsingfors universitet: SSKH Skrifter, 37. 156 s.
- Hirsijärvi Sirkka & Hurme Helena. 2001, *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*, Helsinki: Yliopistopaino. 213 s.
- Hwang Philip, Nilsson Björn. 1999, *UTVECKLINGSPSYKOLOGI. FRÅN FOSTER TILL VUXEN*. Borås: Natur och Kultur. 296 s.
- Hylander Ingrid. 2001, *Fokusgrupper som kvalitativ datainsamlingsmetod*. FOG rapport nummer 42. Linköpings universitet. Tillgänglig: <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:254017/FULLTEXT01.pdf>. Hämtad 20.5.2015.
- Iyengar, U., Kim, S., Martinez, S., Fonagy, P., & Strathearn, L. (2014), *Unresolved trauma in mothers: Intergenerational effects and the role of reorganization*. *Frontiers in Psychology, Psychology for Clinical Settings*: Provisional file, not the final typeset article. Lausanne: Frontiers. Tillgänglig: E:\Unresolved trauma in mothers_ intergenerational effects and the role of reorganization.html. Hämtad: 17.4.2015
- Jansson Tove. 1962, *Det osynliga barnet*. Falun: Alfabeta bokförlag. 161 s.
- Kalland Mirjam. 2010-2014, *Vahvuutta vanhemmuuteen projektet*. Tillgänglig: http://www.mll.fi/ml/toiminta/paattyneet_projektit/vahvuuttavanhemmuuteen/. Hämtad 2.5.2016
- Kalland Mirjam. 2009, *Kiikku projektet*. Tillgänglig: <http://www.sosiaalikallega.fi/kaste/pohjois-pohjanmaa-lapsen-hyva-arki/Kiikkuesittely%206.5.2010%20Oulu.pdf>. Hämtad 2.5.2016.
- Kalland Mirjam. 2009, *Varhaisten kiintymyssuhteiden vaikutukset myöhempään ihmissuhteisiin*. Tillgänglig: [http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/96A1193304A6D2DDC22577A1002892ED/\\$FILE/Kalland220109.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/96A1193304A6D2DDC22577A1002892ED/$FILE/Kalland220109.pdf). Hämtad 20.5.2015.

- Kanninen Katri, Sigfrids Arja, Backman Ann. 2009, *MED BARNAÖGON. Egenvårdarmodellen. Ett verktyg till en trygg och trivsamt dagvård*. Tillgänglig: <http://www.fskompetenscentret.fi/Site/Data/2067/Files/FSKC%20RAPPORT%204%2009%20Med%20barnaogon%206%208%2009.pdf>. Hämtad 4.5.2015.
- Karlsson Kay. 2013, *Anknytning: Om att tolka samspelet mellan föräldrar och små barn*. Stockholm: Gothia utbildning. 141 s.
- Kim, S., Fonagy, P., Allen, J., & Strathearn, L. 2014, *Mothers' unresolved trauma blunts amygdala response to infant distress*. Social Neuroscience, 2014. Tillgänglig: <http://dx.doi.org/10.1080/17470919.2014.896287>. Hämtad 17.4.2015.
- Kvale Steinar & Brinkmann Svend. 2014, *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur. 412 s.
- Kvale Steinar & Brinkmann Svend. 2009, *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur. 370 s.
- Lundman Berit & Graneheim Hällgren Ulla. 2012, *Kvalitativ innehållsanalys I: Granskär Monica & Höglund-Nielsen Birgitta. 2012, Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur. 249 s.
- Lundman Berit & Graneheim Hällgren Ulla. 2004, *Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness*. Nurse Education Today, 24 (2), 105-112.
- Main & Solomon. 1990, *Explaining Disorganized Attachment: Clues From Research On Mild-to-Moderately Undernourished Children in Chile* Tillgänglig: http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/online_2/chile.pdf. Hämtad 20.4.2014
- Maria Akademi föreningens idé. Tillgänglig: <http://www.maria-akademi.fi/>. Hämtad 20.4.2015.
- Maria Akademi. Väkivalta on ehkäistävässä- koulutus 2012- 2013. Muntliga föreläsningar.
- Niinisalo Suvi. 2011, *Äidin sylissä ja muita kuvakulmia äitiyteen*. Atena. Tillgänglig: <http://www.atenakustannus.fi/tilaukset/kirja/363>. Hämtad 15.9.2015
- Nygren Maria, Carstensen, John, Ludvigsson Johnny & Frostell Sepa. 2012, *Adult attachment and parenting stress among parents of toddlers*. Routledge. Journal of Reproductive and Infant Psychology. Vol. 30, No. 3. Tillgänglig: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02646838.2012.717264>. Hämtad 4.5.2016
- Näse Barbro, Zilliacus Petra och Gustavsson Malin. 2015, *Muntliga föreläsningar på Trappan utbildning på Folkhälsan i Helsingfors. 13.3.- 15.3.2015*
- Orrenius Ann Marie. 2005, *Trygga relationer. Om anknytning och samhörighet mellan barn och vuxna*. Stockholm: Natur och kultur. 175 s.

- Perheentupa, Britt Marie. (toim.) 2010, *Tietoisuuden tie alkurakkauteen. Väki­valta on ehkäistävissä*. Helsinki: Yliopisto paino. 120 s.
- Perheentupa, Britt Marie. 2001, *Kuuntele sukupuolesi viisautta*. Helsinki: Atena. 270 s.
- Poussu- Pyykkönen Annikka. 2013, *Muntlig föreläsning i Väki­valta on ehkäistävissä- koulutus den 14.3.2013*.
- Stern, Daniel N. 1996, *Moderskapskonstellationen*. Stockholm: Natur och Kultur.287 s.
- Stern, Daniel N. 1991, *Spädbarnets interpersonella värld ur ett psykoanalytiskt och utvecklingspsykologiskt perspektiv*. Stockholm: Natur och Kultur. 336 s.
- Stern, Daniel N. 1995, *Ett litet barns dagbok*. Stockholm: Natur och Kultur. 208 s.
- Strathearn, L., Fonagy, P., Amico, J., & Montague, P.R. 2009, *Adult attachment predicts maternal brain and oxytocin response to infant cues*. *Neuropsychopharmacology*, 34(13), 2655-2666.
- Trost Jan. 2010, *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur. 165 s.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli. 2009, *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*, Helsinki: Tammi, 182 s.
- Wallroth Per. 2010, *Mentaliseringsboken*. Stockholm: Karneval förlag.187 s.
- Wennerberg Tor. 2013, *Vi är våra relationer. Om anknytning, trauma och dissociation*. Stockholm: Natur och Kultur. 298 s.
- Wibeck Victoria. 2012, *Fokusgrupper. Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.178 s.

BILAGA 1

DJUPINTERVJU

- 1. Kan du berätta vem du är och hur du har grundat Maria Akademi?**
- 2. Vad är anknytning?**
- 3. Vilka styrkor och utmaningar har kvinnor som söker sig till Maria Akademi?**
- 4. Annat?**

BILAGA 2

HYVÄ ÄITI-RYHMÄN OSALLISTUJA!

Olen 35-vuotias kahden lapsen äiti ja suoritan ylempää sosionomi korkeakoulututkintoa ammattikorkeakoulu Arcadassa Helsingissä. Lopputyöni tavoitteena on saada *syvempi ymmärrys kiintymyssuhteen merkityksestä äitien näkökulmasta*. Lopputyötäni teen yhteistyössä Maria Akatemian kanssa ja tavoitteemme on kehittää äitiryhmä-työtä sekä Maria Akatemian toimintaa.

Ryhmähaastattelu järjestetään maanantaina 14.12.2015 klo. 17.30- 19.30 Maria Akatemian tiloissa, Fredrikinkatu 33 A, Helsinki. Ystävällisesti ilmoittakaa mahdollisuutenne osallistua ryhmähaastatteluun oheisella lomakkeella ja palauttakaa lomake äitiryhmän ohjaajalle. Ohjaaja antaa tämän jälkeen minulle yhteystietosi, jotta voin olla yhteydessä sinuun ryhmähaastattelua varten. Ryhmähaastattelussa käsitellään neljää eri teemaa ja keskustelu äänitetään. Ryhmähaastattelussa käsitellään seuraavat teemat:

- 1. Kiintymyssuhde- mitä tai mikä se on?**
- 2. Minä äitinä omalle lapselleni, miten koen oman lapseni ja miten koen suhteeni omaan äitiini/vanhempiini.**
- 3. Ovatko omat ajatukseni ja kokemukseni kiintymyssuhteesta muuttuneet äitiryhmän myötä? Millä tavalla?**
- 4. Mitkä ovat omat vaikeudet ja vahvuudet äitinä olemisessa?**

Lainauksia ja vastauksia tulen käyttämään lopullisessa työssäni. Osallistujan henkilöllisyys suojataan huolellisesti. Kaikki materiaali käsitteellään luottamuksellisesti ja tuhoaan jälkikäteen tutkimuseettisin perustein. Teillä on mahdollisuus keskeyttää osallistumisenne ryhmähaastattelussa ja kieltää käyttämästä vastauksianne lopputyössäni. Ottakaa mielellään yhteyttä, jos teillä on kysyttävää haastattelusta tai lopputyöstäni. Ohjaava opettajani on yliopettaja Eivor Wallinvirta, eivor.wallinvirta@arcada.fi.

Lämmin kiitos ja ystävällisin terveisin,

Annika Aspegrén (Sosionomi AMK)

puhelinnumero: XXXX sähköpostiosoite: annika.aspegren@arcada.fi

BILAGA 3

HAASTATTELULUPA

Minä osallistun ryhmähaastatteluun, joka järjestetään ma 14.12. 2015 klo.17.30 Maria Akatemian tiloissa, Fredrikinkatu 33 A, Helsingissä. Ryhmähaastattelun tavoitteena on saada syvempi ymmärrys kiintymyssuhteen merkityksestä äitien näkökulmasta. Ryhmähaastattelun ohjaajana toimii sosionomi YAMK- opiskelija Annika Aspegrén.

Minulle on tiedotettu ryhmähaastattelun tarkoituksesta ja sen järjestämisestä. Ryhmähaastattelu äänitetään ja että vastauksia sekä mahdollisia lainauksia käytetään lopullisessa työssä. Identiteettiäni suojellaan huolellisesti. Olen myös tietoinen siitä, että voin keskeyttää osallistumiseni ja kieltää käyttämästä antamiani vastauksia.

Aika ja paikka. Oma nimikirjoitukseni, nimenselvennys sekä puhelinnumeroni (tai sähköpostiosoite)

BILAGA 4 Hyvä Maria Akatemian kouluttaja!

Olen 35-vuotias kahden lapsen äiti ja suoritan ylempää sosionomi korkeakoulututkintoa ammattikorkeakoulu Arcadassa Helsingissä. Lopputyöni tavoitteena on saada *syvempi ymmärrys kiintymyssuhteen merkityksestä äitien näkökulmasta*. Lopputyötäni teen yhteistyössä Maria Akatemian kanssa ja tavoitteemme on kehittää äitiryhmä-työtä sekä Maria Akatemian toimintaa. *Ryhmähaastattelu järjestetään Maria Akatemian tiloissa, Fredrikinkatu 33 A, Helsinki*. Ystävällisesti ilmoittakaa mahdollisuutenne osallistua ryhmähaastatteluun oheisella lomakkeella ja palauttakaa lomake Maria Lindroos: lle. Ryhmähaastattelussa käsitellään neljää eri teemaa ja keskustelu äänitetään. Ryhmähaastattelussa käsitellään seuraavat teemat:

- 1. Kiintymyssuhde- mitä tai mikä se on? Omia kokemuksiani kiintymyssuhteen merkityksestä ihmiselle.**
- 2. Maria Akatemian psykodynaaminen viitekehys. Kokemuksia ja käsityksiä naisen sisäisestä käsikirjoituksesta sekä Demeter- haavasta ja Demeter- teoriasta.**
- 3. Millä tavalla äidit jotka osallistuvat äiti-ryhmiin kokevat suhteensa: 1) omiin lapsiinsa/lapseensa 2) itseensä 3) omaan äitiinsä?**
- 4. Millä tavalla omat kokemukset kiintymyksestä vaikuttavat omiin lapsiin? Mitkä ovat naisten haasteita ja vahvuuksia äitinä olemisessa?**

Lainauksia ja vastauksia tulen käyttämään lopullisessa työssäni. Osallistujan henkilöllisyys suojataan huolellisesti. Kaikki materiaali käsitteellään luottamuksellisesti ja tuhotaan jälkikäteen tutkimuseettisin perustein. Teillä on mahdollisuus keskeyttää osallistumisenne ryhmähaastelussa ja kieltää käyttämästä vastauksianne lopputyössäni. Ottakaa mielellään yhteyttä, jos teillä on kysyttävää haastattelusta tai lopputyöstäni. Ohjaava opettajani on yliopettaja Eivor Wallinvirta, eivor.wallinvirta@arcada.fi.

Lämmin kiitos ja ystävällisin terveisin,

Annika Aspegrén (Sosionomi AMK)

Puhelinnumero: XXXX sähköpostiosoite: annika.aspegren@arcada.fi

BILAGA 5

HAASTATTELULUPA

Osallistun ryhmähaastatteluun, joka järjestetään 3.12.2015 klo.17.30 Maria Akatemian tiloissa, Fredrikinkatu 33 A Helsingissä. Ryhmähaastattelun tavoitteena on saada syvempi ymmärrys kiintymyssuhteen merkityksestä äitien näkökulmasta.

Minulle on tiedotettu ryhmähaastattelun tarkoituksesta ja sen järjestämisestä. Ryhmähaastattelu äänitetään ja vastauksia sekä mahdollisia lainauksia käytetään lopullisessa työssä. Identiteettiäni suojellaan huolellisesti. Olen myös tietoinen siitä, että voin keskeyttää osallistumiseni ja kieltää käyttämästä antamiani vastauksia.

Aika ja paikka. Oma nimikirjoitukseni ja nimenselvennys sekä puhelinnumeroni (tai sähköpostiosoite)