



”Då blir det tre va”

En studie i hur föräldrar uttrycker mentalisering över sig själva och sitt nyfödda barn före och strax efter förlossning

Cicci Callmar

Psykoterapeutprogrammet inriktning Familjeterapi, 90 hp

Hösten 2011

Examensarbete 15 hp

Handledare: Monica Hedenbro

SAMMANFATTNING:

Den här uppsatsen undersöker mentalisering och dess betydelse vid starten av ett föräldraskap, bildandet av en familj.

- Studien utgår ifrån affektteori och anknytningsteori som en grund för mentaliseringsförmågans framväxande.
- Via en kvalitativ studie undersöks hur föräldrar uttrycker mentalisering över sig själva och sina barn i ett redan genomfört intervjumaterial med 4 föräldrapar under graviditet och fyra veckor efter barnets födelse. Intervjuerna genomfördes för 15 år sedan av Monica Hedenbro.

Studien visar att det är möjligt att avläsa föräldrars försök till mentalisering över sina barn men att mentalisering också uppstår i den dialog som paret har med varandra. Studien visar också att det går att se en skillnad mellan olika familjer.

När en förälder har möjlighet att dela sina egna tankar/farhågor och bli lyssnade på av den andra föräldern ev. även få bekräftelse så ökar antalet kommentarer om mentalisering. Kommentarer om reglering av barnets fysiska behov föregår kommentarer om mentala tillstånd/mentalisering .

Forskning visar på sambandet mellan trygg anknytning och att föräldrar tillskriver sina barn egna känslor, tankar och intentioner och kommenterar barnets inre värld i ”mental states”.

Studien som helhet visar på vikten av att stödja föräldrars kommunikation med varandra och med sitt barn tidigt i bildandet av en familj, redan under graviditeten.

Nyckelord: Mentalisering, affekt, anknytning, samspel, reglering

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. INLEDNING	5
1.2 Teoretisk bakgrund	5
1.2.2 Affektteori	5
1.2.3 De nio olika affekterna	6
1.2.4 Affekt-känsla-emotion	7
1.2.5 Emotionell kommunikation	8
1.3 Anknytningsteori	9
1.3.1 Beskrivning av anknytningssystemet	9
1.3.2 Inre arbetsmodellen	9
1.3.3 De inre arbetsmodellerna förs vidare	10
1.4 Mentaliseringsförmågans framväxande	10
1.4.1 Det är i anknytnings <i>relationen</i> som förmågan till mentalisering grundläggs	12
2. SYFTE/FRÅGESTÄLLNING	12
3. METOD	12
3.1 Undersökningsgrupp	12
3.2 Analysmetod	13
3.3 Genomförande	13
3.3.1 Läsning av intervju 1(v 20-24 under graviditeten)	13
3.3.2 Kodning av kommentarer intervju 1	13
3.3.3 Läsning av intervju 2,(Barnet är 4 v)	14
3.3.4 Kodning av kommentarer i intervju 2	14
3.3.5 Sortering av kommentarer	14
3.3.6 Etik	15
4. RESULTAT	15
4.1 Exempel på kommentarer ur intervju 1	15
4.2 Exempel på kommentarer vid intervju 2	16
4.3 Den inre känslan är talbar i parrelationen, fler kommentarer om barnet	18

5. DISKUSSION	19
5.1 Resultatdiskussion	19
5.1.1 Sammanfattning av förälders mentalisering	19
5.1.2 Slutsatser	19
5.1.3 Skillnad mellan olika familjer	19
5.1.4 Reglering-mentalisering	20
5.1.5 Brist på kommentarer	21
5.1.6 Generella slutsatser	22
5.2 Metoddiskussion	23
TILLKÄNNAGIVANDEN	24
REFERENSER	25

1. INLEDNING

I mitt arbete som Familjeterapeut vid kommunal familjebehandlingsenhet kommer jag dagligen i kontakt med föräldrar och barn/ungdomar som uppfattar att det är svårt i relationerna i familjen. Föräldrar tycker det är svårt att förstå sig på barnens uttryck. Barn/ungdomar känner sig inte lyssnade på.

Utifrån detta och den ökande beskrivningen av barn/ungdomars svårigheter att reglera sina impulser och diagnostisering med åtföljande medicinering som följd så har mitt intresse väckts för hur processerna att reglera känslor går till i samspelet mellan föräldrar och barn från spädbarns tid. Gör föräldrar på liknande sätt eller är det stor skillnad. Spelar det någon roll hur de har det med varandra i parrelationen? Vad formar ett föräldraskap? Hur skapas förmågan hos föräldrar att reglera barnets känslor och impulser?

Ett begrepp som kan förklara delar av det här området och som föreliggande uppsats kommer att beröra är mentalisering, och då specifikt hur förälder uttrycker mentalisering över sig själva och sitt nyfödda barn.

1.2 TEORETISK BAKGRUND

Mentaliseringsförmågan utvecklas via två viktiga biologiska system, Anknäytningssystemet och Affektsystemet (Havnesköld & Risholm-Mothander, 2009).

1.2.2 Affektteorin

Havnesköld och Risholm-Mothander (2009) redogör för Silvin Tomkins affektteori (1991) där det framkommer att vi föds med primära affekter som är psykobiologiska och har överlevnad som första syfte. Kroppstillstånd som kommunicerar med hjärnan automatiskt, kroppens reaktioner kommer först och de är icke medvetna. Havnesköld och Risholm-Mothander (2009) lyfter fram att hjärnforskning visat att man kan se stimulusmönster av neuronavfyrningar inprogrammerat i generna som skapar och odlas som i ett ledningsnät, förstärks och göds. Här kan man tänka att det tidigt bildas mönster för hur lätt eller svårt information förmedlas via nervsystemet. Man tänker sig att den minsta affektiva enheten är en scen, en episod med början och slut och minst en affekt kopplad till. Flera scener ihop

bildar ett sk script. Ett script kopplas till emotionen, kroppsligt tillstånd/affekt, kopplat till ett tema/psykologi.

Vidare menar Havnesköld och Risholm-Mothander (2009) att affekter är som analoga förstärkare(förstärker rakt av) och att det gäller att kommunicera ”rätt” för överlevnaden. Affekterna är den process/valuta som binder samman medvetet och omedvetet, tanke och handling t.ex. De fungerar som en central enhet, ickemedvetet biologiskt själv. Vidare beskrivs de som den grundläggande förändrande kraften i människans psyke.

Affekterna ger förändringar i ansiktsuttrycket, muskelspänning, rytm och tonläge och i hormonsystemet, i signalsubstanser till hjärnan och autonoma nervsystemet (andning, puls). Det är främst via ansiktsuttrycken som affekterna kommuniceras, uttrycken är lika över hela världen, t.ex. höjda ögonbryn visar förvåning. Affekterna har en central roll i beteendets organisation. Havnesköld och Risholm-Mothander (2009)

1.2.3 De nio affekterna

Dessa är de positiva affekterna med inbyggda budskapet att fortsätta, de neutrala affekterna med det inbyggda budskapet att stanna upp och de negativa som har till uppgift att ändra på något.

Positiva affekter är:

- Välbehag/glädje som har till uppgift att förstärka relationer
- Intresse/nyfikenhet som har till uppgift att utvecklas, lära sig.

Neutral affekt är:

- Förvåning, som har till uppgift att kunna byta perspektiv

Negativa affekterna är:

- Ilska kraft till förändring, egna gränser
- Rädsla hantera hot
- Ledsnad klara av förluster
- Avsmak genom smak reglera hunger/törst
- Avsky genom lukt reglera hunger/törst
- Skam hantera avvisande/ anpassning

1.2.4 Affekt-känsla-emotion

Havnesköld och Risholm-Mothander (2009) beskriver emotioner som de senare utvecklade mer komplexa personliga känslorna som är inlärd/förvärvade och kan i den bemärkelsen kallas för biografi. Om man tänker att varje bas affekt har en inneboende handlingstendens t.ex. glädje motiverar närmande, så finns mer komplexa känslor/emotioner som t.ex. kärlek eller hat innehållande flera känslor och bestämda föreställningar. Personens sammanhang ger en personlig innebörd åt känslan som hänger samman med relationer, prestationer och moraliskt värderande. Vilka känslor som varit accepterade av omgivningen eller inte hanteras genom att ”göra mer eller stänga ner”. Känslor är värderingar, det går automatiskt, vi kan inte låta bli att läsa av andra människor, ”är du med mig eller mot mig”?

Skamkänsla kan vara ett exempel på värdering, att backa själv för att få behålla sin plats i gruppen, ett avbrott i positiv affekt men intresse och önskningar mot personen finns kvar. Om förälder avvisar igen efter en skam-reaktion befästs barnets känsla av värdelöshet.

Man är ansvarig för sina handlingar man har sina känslor men är inte sina känslor.

”Som-om” känslor dvs. kroppsliga reaktioner på t.ex. lyssnandet av en gripande berättelse, ger en möjlighet att leva sig in i den andres berättelse utan att handla, en klyvning mellan tanke och känsla.

Symboliseringsförmågan växer fram via en kognitiv-emotionell karta under ”som-om” funktionen. Den här funktionen spelar en viktig roll i samspelet barn-förälder, att förälder har möjlighet att känna och leva sig in i barnets känslouttryck och omvänt.

Rydén/Wallrot (2008) beskriver att känslor är till hjälp för oss att fungera optimalt kognitivt, genom att rikta uppmärksamheten mot något tillräckligt länge. Vidare skriver de att en av de viktigaste funktionerna affekterna har är att driva oss till handling. En lika viktig funktion är att låta bli att handla om det kan leda till skada. Denna process fungerar som en stötdämpare och börjar enl Fonagy med identifikation (bidrar till en upplevelse av agentskap), vidare till modulering (hålla kvar och modulera upplevelsen) till uttryck (kommunicera med andra).

1.2.5 Emotionell kommunikation

Sonnby-Borgström (2002) refererar till M F Baschs teori som har sin utgångspunkt i Tomkins’ affektteori och för fram att spontana ansiktsuttryck direkt anses spegla våra medfödda basaffekter. Vidare att vår förmåga både att sända och motta emotionella budskap

via ansiktsuttryck är en biologiskt förankrad förmåga som idag också har stöd i empirisk forskning. Ansiktsuttryck antas dessutom, via återkoppling, ha en förmåga att förstärka eller hämma de inre känslomässiga upplevelser. Sonnby-Borgström (2002) för fram att Basch menar att emotionell smitta är det första ledet i den process som leder till empati. Efter den emotionella smittan aktiveras psykologiska script, d.v.s. explicita minnen av tidigare upplevelser av liknande affekter och bildar en medveten känsla hos mottagaren. Det sista ledet i denna process innebär även att mottagaren gör en avstämning av hur väl den egna medvetna emotionen tycks stämma med den andres känslouttryck.

Den spontana emotionella kommunikationen mellan barn och förälder anses idag vara av stor betydelse för barnets emotionella och sociala utveckling. Sonnby-Borgström (2002) menar att ett barn som på ett empatiskt sätt bekräftas av föräldern accepterar och bejakar sina egna känslor och genom det affektiva samspelet mellan barn och förälder utvecklar barnet sin känsla av ett sammanhållet själv med egna känslor, egen vilja och egen historia. Detta kallas att barnet utvecklar en affektiv kärna, som kan upprätthålla en känsla av kontinuitet i upplevelsen av självet. Förmågan både till empati och till vad man kallar »theory of mind«, utvecklas genom det känslomässiga samspelet. Föräldern styr också genom sina emotionella signaler mycket av barnets beteenden och lär genom selektiv känslomässig återkoppling barnet att reglera sina affekter. Sonnby-Borgström (2002) framhåller att föräldrarnas känslomässiga kommunikation är viktig när det gäller såväl barnets självbild som dess förmåga att reglera sina affekter. Om barnet å andra sidan sällan får föräldrarnas lugnande eller bekräftande gensvar kommer det biologiskt grundade systemet för anknytning ständigt att vara aktiverat genom hög separationsångest. Detta antas i extrema fall slutligen resultera i en deaktivering av anknytningssystemet. En sådan deaktivering leder troligtvis till problem i det sociala samspelet och till empatistörningar. Sonnby-Borgström (2002) beskriver vidare att enligt modern utvecklingspsykologi lär sig barnet genom selektiva känslomässiga reaktioner från vårdaren vilka affekter som gillas eller ogillas. Om exempelvis affekterna ångest eller ilska bemöts med ogillande kan dessa affekter blockeras med hjälp av ökade muskelspänningar och hämmad andning. När vissa affektuttryck systematiskt »dödas» skapas så småningom ett automatiskt muskulärt schema som hämmar affekten. Systematisk brist på empati från vårdarens sida inför vissa av barnets reaktioner kan således resultera i att dessa känslotillstånd förnekas och blir konfliktfyllda för barnet.

1.3 ANKNYTNINGSTEORIN.

Broberg et al (2006) beskriver att Anknytningsteorin skapades av John Bowlby och Mary Ainsworth under 50 och 60-talet med första bok ”Attachment” 1969 och framåt. Mary Main vidareutvecklade teorin.

1.3.1 Beskrivning av anknytningssystemet .

Broberg et al(2006)för fram att anknytningssystemet är ett medfött motivationssystem för barnet att säkra överlevnad och utveckling genom att väcka förälders omsorgssystem.

Systemet läser av den fysiska närheten till och den psykologiska tillgängligheten av en starkare och klokare anknytningsperson.

Målet är en trygg bas, (föräldern är tillgänglig, beskyddande och uppmuntrande) att utforska världen ifrån och en säker hamn att återvända till, att skapa ett psykologiskt band mellan barnet och föräldern.

Broberg et al (2006) beskriver vidare att anknytningssystemet aktiveras antingen av inre faktorer som uppfattas hotfulla,(smärta rädsla hunger) eller yttre faktorer, (främst fysisk separation från förälder men även t.ex. mörker eller höga ljud). Barnet signalerar då behov av förälders närvaro/tillgänglighet genom t.ex. gråt, skrik eller närmande. När förälder blir tillgänglig och tillgodoser behovet av t.ex. tröst, lugn så är det av lika stor vikt att systemet av-aktiveras till viloläge. Därefter kan det tätt sammankopplade utforskandesystemet komma igång, att barnet utforskar omvärlden igen, dessa två system fungerar som kommunicerande kärl.

1.3.2 Inre arbetsmodellen

Förälders gensvar leder till att arbetsmodeller skapas av sig själv och andra . När anknytningssystemet är aktiverat blir förälderns bemötande som funktion reglering och framväxande förutsägbarhet. Föräldrars gensvar som är avvisande gör att barnet uppfattar sig inte värdig hjälp och minskar sitt beteende d.v.s. söker inte hjälp fast det behövs. Förälders gensvar som är alarmerande eller oregelbundet skapar för barnet en bild av att omvärlden är mer farlig än den är/barnet mindre kompetent än det är och utforskandet minskas ner vilket i sin tur leder till färre erfarenheter med ökad kompetens.

Barnets erfarenheter organiseras hierarkiskt och generaliseras till modeller av sig själv och andra. Dessa modeller uppdateras hela tiden med nya erfarenheter.

När barn börjar förstå att föräldern finns fast den inte syns, kallas objektkonstans. Då kan fysisk närhet för trygghet ersättas med upplevd trygghet via inre arbetsmodellen, t.ex. ”hon kommer snart”. Broberg et al (2006)

1.3.3 De inre arbetsmodellerna förs vidare.

Broberg et al (2006) menar att de inre arbetsmodellerna förs över till nästa generation via föräldra-barn-relationen. Föräldrar vars berättelse om egen anknytning (via anknytningsintervjuer, AAI-intervju). som var begriplig, hängde samman med hur de berättar och som saknar alvarliga motsägelser hade också mer tryggt anknutna barn. Föräldrar vars berättelse inte hängde samman med hur de berättar eller har alvarlig motsägelse hade barn som minimerade sin uppmärksamhet mot anknytning, liknande defensivt uteslutande strategi. Föräldrar med osammanhängande berättelser kunde istället få sitt barn att maximera/hyperaktivera sin uppmärksamhet mot anknytning med passivt klängande och aggressivt beteende. Detta skedde till priset av utforskande av världen. Resultatet påvisar att anknytning alltså inte ärvs genetiskt utan det uppfattas vara föräldrarnas tillgänglighet som är avgörande.

Även Rydén-Wallrot (2008) beskriver att P Fonagy och hans kollegor skapade RF-skalan (Reflective-Funktioning Scale) som ett försök att operationalisera reflekterande funktion/mentaliseringsfunktion. Även i deras studie framkom att man kunde förutsäga barnets beteende i Främmandesituationen (ett test på barns anknytningsmönster) vid ett års ålder beroende av hur den blivande föräldrarnas reflekterande funktion var vid intervju under graviditet.

Ryden-Wallrot (2008) slår fast att eftersom det är möjligt att hjälpa människor till högre mentaliseringsförmåga blir det även möjligt att bryta negativa anknytningsmönster

1.4 MENTALISERINGSFÖRMÅGANS FRAMVÄXANDE

Mentalisering är ett begrepp som används i ökad utsträckning och som kan tjäna som ett sammanhållande kitt mellan olika teorier och terapiformer. Allen, Fonagy, Bateman (2008)

Havnesköld 2009 beskriver mentalisering som förmågan att sätta sig in i den andres värld utan att förlora sin egen värld samtidigt som man kan titta på detta utifrån, metasynpunkt. Holding mind in mind, en affekt-kognitionsprocess.

Söderdahl/Winblad 2010 beskriver mentalisering som en förståelse av sitt eget och andras inre liv och en insikt om att denna förståelse aldrig kan vara en absolut sanning. Mentalisering är de medvetna och omedvetna reflekterande som hela tiden pågår inom oss, där vi förhåller

oss till oss själva och andra som egen personer, individer styrda av intentioner. Vidare säger de att mentalisering inte är någon specialförmåga utan en medfödd funktion som utvecklas i samspel med andra och som utvecklas olika beroende på hur gynnsam miljön runt individen är.

Enligt Havnedsköld, Risholm-Mothander (2009) tänker man att mentaliseringsförmågan utvecklas i olika steg/nivåer.

Den första handlar om att barnet utvecklar ett förmentaliserande förhållningssätt som de kallar teleologisk hållning. I detta tar barnet inte hänsyn till bakomliggande intentioner av handlingar utan de bedöms bara konkret (behavioristiskt) i fysiska handlingar.

Det andra steget kallas det psykiskt ekvivalenta förhållningssättet: svart-vitt tänkande, världen är som barnet uppfattar den, det finns inga alternativ.

Det tredje steget benämns som låtsasvarande, pretent mode, som innebär att barnet börjar förstå att dess fantasi inte speglar den yttre världen. Det behöver hålla den inre världen åtskild från den yttre världen för att det blir för svårt när dessa världar ska betraktas samtidigt.

Vid fullt utvecklad mentalisering kan barnet se världen i flera perspektiv och inser att psykiska tillstånd representerar en verklighet men inte är detsamma som verkligheten. Den psykiska världen kan då existera i vad Winniecott kallar ett övergångsområde.

Havnedsköld, Risholm-Mothander (2009) förtydligar att trots att de kognitiva aspekterna betonas i denna beskrivning så är förmågan till ömsesidigt affektivt samspel och affektreglering underförstådd i mentaliseringsutvecklingen

Samspelsskevenser kan ses som grunden för den icke-verbala kommunikationen, icke-medvetet som mentaliseringen utgår ifrån. Det ”ickeverbala” språket pågår hela tiden, späda barn förväntar sig ett svar. Dock har även språkutvecklingen en stor inverkan, om ens emotionella språk är torftigt så begränsas också mentaliseringsförmågan.

Hedenbro och Lidén (2002) poängterar att ju äldre spädbarnet blir, desto viktigare är det att barnet blir känslomässigt intonat. Vidare behöver föräldern sätta ord på barnets känslor. Då kan barnet förstå att föräldern förstår något av det som barnet via sina emotionella kanaler och affekter har förmedlat. På detta sätt lär sig barn att känslor finns, att de känns olika, att de har ett namn och att de går att förmedla dela och kommunicera kring.

1.4.1 Det är i anknytningsrelationen som förmågan till mentalisering grundläggs.

Det sker genom speglingsprocesser där förälder speglar barn. Rydén och Wallrot (2008) beskriver hur dessa går till genom att:

Föräldern tillskriver barnet avsikter och intentioner för att förstå dess handlingar, att göra det obegripliga begripligt.

När förälder läser av barnets ansiktsuttryck och barnet läser av förälderns är affektsystemet är aktiverat.

Vid intoning/"härming" väcks förälderns psykiska upplevelse av barnets uttryck genom spegelneuron i hjärnan. (Spegelneuronen har en viktig uppgift vid inläring och i social fostran.)

Föräldern ger tillbaka upplevelsen till barnet i en modifierad form. Förälder visar att den förstår utan att själv bli helt uppfylld av känslan, markerar känslan men lever inte ut den. Samtidigt som föräldern återger känslan så återges också en avslutning av känslouttrycket. Dessa turtagningssekvenser som upprepas skapar bilder och upplevelser av barnets själv, skapar sammanhang och mening över tid. När barnet får ett positivt svar, att vara intuitivt förstådd så ökar känslan av värde.

2. SYFTE/FRÅGESTÄLLNING

Denna studie syftar till att undersöka hur föräldrar uttrycker mentalisering av sig själva och sitt barn före och efter förlossning.

3. METOD

För att undersöka föräldrars mentalisering genomfördes en kvalitativ analys av redan befintligt intervjumaterial.

3.1 Undersökningsgrupp

Undersökningsgruppen är 4 par, förstagångsföräldrar som intervjuats för 15 år sedan vid 2 tillfällen dels under graviditet v 20-24 och dels när barnet är 4 veckor. Föräldrarna är utvalda utifrån att de haft kontakt med en speciell mödravårdscentral i Stockholm, den ligger i ett etablerat området med varierad bebyggelse med få invandrare. Intervjuerna har pågått en till en och en halv timme. Paren är slumpvis utvalda ur en grupp på 20 familjer som ingått i Monica Hedenbros avhandling från 2006.

3.2 Analysmetod

En kvalitativ metod, en grounded theory ansats har använts i den här studien, för att ”ställa frågor” till redan gjorda intervjuer. Att lägga till frågeområden utifrån att processen leder till ny kunskap som genererar nya frågor.

3.3 : Genomförande

3.3.1. Läsning av intervju 1 (v 20-24 under graviditeten)

Intervjuerna lästes en gång rakt igenom, en gång med färgmarkering, sedan sorteras kommentarer som hörde till kategorierna under vad resp. förälder säger i resp. familj (t.ex. han, familj 4, hon familj 4). De frågor som intervjuaren (Monica Hedenbro) ställt som jag använt mig av är:

- Vad betyder det, hur känns det för er att bli föräldrar/vad tänker ni förändras?
- Hur tänker ni om barnet?
- Hur gör barnet sig påmint?

3.3.2 Kodning av kommentarer intervju 1

Kommentarer har kodats utifrån att de tolkats uttrycka förälders mentalisering över sig själva och barnet och därefter samlats i meningsskapande rubriker/teman för att sorteras.

Vid genomläsning av intervjuerna visade det sig omöjligt för föräldrar att vara så långt framme i att tänka om barnet redan under graviditet. Att det verkligen är en process att ta till sig ett steg i taget.

Utifrån den processen skapades följande teman:

- tvekan/gardering/ställa om sig: Alla föräldrar startar i en mentalisering över sig själva och parrelationen. Hur blir det för mig? För oss? Tänk om det inte går bra? Ska jag klara av det? Hur lämna plats (i tid, i bostad, i jobbet) (se vidare exempel på kommentarer längre ner)
- förälder tänker runt kön/namn: Att föreställa sig/förbereda sig.
- förälder kommenterar i den/det form: Att i processen ha kommit till ”att”, det är faktum för mig/oss men inte till att involvera ”vem”
- förälder tänker i vi-form: benämner barnet specifikt, barnet ihop med sig själv eller partnern, Dyad eller alla ihop Triad
- brist på kommentarer om barnet: inga och sedan någon tveksam kommentar som gick att koppla till mentalisering.

3.3.3 Läsning av intervju 2,(Barnet är 4 v)

Läsning av intervju 2 utgår från de frågor som intervjuaren ställt som lyder

- ”hur har det gått”
- ”blir det någon skillnad när ni är alla tre tillsammans”.

Här läses på samma sätt som intervju 1 d.v.s. intervjuerna en gång rakt igenom, en gång med färgmarkering, sedan kommentarer som hörde till kategorierna sorteras under vad resp. förälder säger i resp. familj.

3.3.4 Kodning av kommentarer i intervju 2

Det blev tydligt att föräldrars kommentarer om barnet självklart ökar och förändras från graviditet (att barnet inte finns till världen) till 4 v bebis som fått ett namn och fått/tagit sin plats i parets värld. Därför lades ett par nya meningsskapande rubriker/teman till om kommentarer som handlade om att:

- reglera barnet: trösta, lugna, stimulera, svara på fysiska uttryck.
- kommentera över barnet: tillskriva barnet intentioner, tona in känslouttryck, spegla tillbaka, visa nyfikenhet, vara i fältet med mentala uttryck.
- kommentera i dyadrelationen och triadrelationen: du och jag som par eller förälder- barn och vi på tre, vår familj.
- brist på kommentarer följa upp bristen på kommentarer vid intervju 1, hur gick det?

3.3.5 Sortering av kommentarer

Den ursprungliga planen var att först titta på och jämföra alla föräldrar före (intervju 1) och sen alla föräldrar efter (intervju 2). Under läsning och bearbetning av intervjuerna visade det sig att mentalisering verkade uppstå till stor del av den stämning som uppstod i respektive intervju. Det var mer intressant att följa hur varje familj skapade sin egen process. Därför numrerade jag istället familj 1, 2, 3, 4 och kommentarerna sorterades inom paret, för att lättare kunna följa resp. familj. Därefter gjordes försök till mer generella slutsatser.

På grund av det stora materialet på 435 nedskrivna kommentarer gjordes en begränsning till 3 kategorier. Dessa kategorier fördjupade jag mig i och nedan redovisar resultat från,

- Kommentarer om förberedelse/ställa om sig och om barnet vid intervju 1
- Kommentarer om dyad-triad-relation vid intervju 2 / Brist på kommentarer
- Kommentarer om den inre känslan i parrelationen

3.3.6. Etik: Deltagandet i studien är frivilligt. Materialet är avidentifierat och kommentarer som citeras har valts ut med omsorg för att säkra att inte resp. familj skulle kunna kännas igen. Konsekvenser har övervägts och etiska principen att göra gott, beneficence har beaktats i att risken att undersökningsperson ska lida skada ska vara så liten som möjligt samtidigt som de fördelar med studien att öka kunskapen kring ett angeläget ämne inte går förlorade.

4. RESULTAT

Resultat presenteras utifrån de tre huvudkategorier som framkommit. Varje familjs talande citat redovisas under respektive kategori.

4.1 Exempel på kommentarer ur intervju 1

kategori tvekan/gardering och vidare till förväntningar om barnet

Familj 1: Talande citat:

– *”om man klarar det egentligen”* (mamma), *”då kände man att, jag tyckte nog att det var kul, inte så påtagligt det var bara en indikation på att vi är nog med barn”*: (pappa) Tvekan som leder vidare till *”när det bonkar, då tänker jag, funderar, den tänker något nu eller känner något eller reagerar på något”*(mamma)

”Jag vet inte, jag tycker det ska bli, att få ta hand om någon när den är så liten, det betyder så mycket att få, inte uppfostra men hjälpa den att växa upp”(pappa).

Familj 2: - *”men så tänker jag att usch jag ska inte tänka för mycket om någonting skulle hända eller”*: (mamma).

- *”Och så vår vanliga livsstil förändrades då efteråt”* – (pappa) Tvekan som leder vidare till - *”ja jag hade aldrig kunnat föreställa mig att det skulle vara så, vi var nästan i tårar båda två, det kändes som men gud det är något levande, det blev så verkligt”* (mamma, efter ultraljud)

- *”men jag tänker när den kommer, men oss tillsammans eller ensam med barnet och barnet är nästan som en docka och ser oss som sina föräldrar med barnet och vem det liknar”* (pappa, tvåspråkig).

Familj 3: - *”Gud hur ska man klara av det”*,

”mm, mm, inte, inte, det enda som jag just nu, är att man går och tänker att det ska vara något fel”, (mamma) (Här uppfattade jag en stark oro)

men som leder vidare till *”mm det är jätteroligt, det sparkade nyss faktiskt”*

- ”jag tänker bara på vad roligt det ska bli och funderar på allt det där med skjutsningar och sånt där grejor, sånt poppar upp ibland va men inte mer”

- ” och om jag t.ex säger att tänk vad roligt att få gå till skolan om 10 år med lilla junior så kanske M(mamman) säger ja vad trevligt men det blir inte så här, Jaha varför tänkte du det?(pappa) (Här uppfattade jag en brist på kommentarer och känslan i kommentarer).

Familj 4: - ”när jag var hos läkaren då tänkte jag, det är så, så då bestämde jag mig”, - ”glider omkring, är det verkligen så?”: (Kommentarerna kommer i den ordningen så jag tänker ambivalens) men som leder vidare till ”någon som man alltid måste ställa upp för jämt och ständigt, alltid” (mamma).

- ”låter som en upppoffring, om det är så att jag vill ägna mycket tid åt barnet liksom så får det bli så”, - ”man börjar förstå att det är psykologiskt också” som leder vidare till -” pratar i avslappnad form mycket, är det ett jobbigt barn får vi väl ta det” (pappa)

4.2 Exempel på kommentarer vid intervju 2

Kategori parets tankar/kommentarer över dyaden/triaden, parrelation-föräldraskap, övergångar/ brist på kommentarer.

Tanken var att fokusera på mentalisering från förälder till barn, det har varit svårt att skilja ut dessa sekvenser för de hänger så intimt ihop med mentalisering i parrelation/dyad. Paret svarar upp på varandras sätt att kommentera och förstärker eller rättar varandra. Jag har istället försökt se och följa flödet i det samspel som uppstår i den framväxande vi-känslan/triad.

Familj 1 och 2 väckte en känsla hos mig av att kommit igång i mentalisering över sig själva och barnet

- ” ”nu vill jag ha henne säger du också och jag tycker det är skönt. Jag vet inte mer kanske att jag kan bli svartsjuk när du har henne, så kanske”. (mamma, familj 1)

- ”om man är två, försöker lära mig hennes beteende och vad man ska säga, leka med henne och se den kornen men om vi är tre kommunicerar vi med varandra och undrar vad hon (dottern) gör och prövar lite grand”(pappa, familj 1).

- ”allt hände därpå föräldrarummet på bb. Där tycker jag att vi fick den ja om jag nu säger både med P(pappa) och B(barnet), vi som familj då tycker jag starkaste eller det bästa”

- ”det är ju en del av både P (pappan) och mig den här lilla, ju liksom som ett kärleksbevis ifrån oss på något sätt, känns ju väldigt speciellt” (mamma, familj 2)

- ”jag får lika mycket eller kanske mer än vad han får av vår kontakt” (pappa familj 2)

Familj 3 och 4 gav en annan känsla av att inte riktigt kommit igång med mentaliseringen än. I familj 3 ställer pappa många frågor/kommentarer direkt till barnet (16st) t.ex. – ”är du hungrig”, ”sover du?”, ”oj oj är du hungrig,” osv.

Han ställer också frågor till sin partner, - ”Jag har inte tänkt så där liksom.. jaha nu är vi så här, jag vet inte har du tänkt så?” - ”jag har inte tänkt så mycket på det, har du det” ”man blir mer och mer förälder utan att tänka på det” ”i intervju 1 säger han- ”jag kommer att bli en sån där kycklingmamma fast pappa då” Han har dubbelt så många kommentarer som mamman. Han får inte svar på sina frågor av henne.

Hon i sin tur får inte gensvar av honom när hon säger att- ”nu tror jag han är hungrig” utan han säger - ”nej, jag ska pröva ha honom på mattan först, det kanske går” efter en stund säger hon till intervjuaren - ”vad taskig jag känner mig, kan jag ge nu”?

Familj 4

Det är det enda paret som inte har någon kommentar om triaden, vi på tre, som en familj, etc. (hon kommer bara fram till ”att vi” vid ett tillfälle).

Hon svarar på frågan om hon kan känna lite vad han (barnet) säger, - ”ja lite grann va fast det är svårt.” ”han blir lugn när man pratar med honom ”Hon säger vidare - ” han (barnet) kan inte koppla av och sova heller, då får man jobba med honom” - ”då har han ju i och för sig skrikat någon timme så där utan att det går att trösta honom och det är jobbigt”

- ”dessutom har han märkt att det är här han får mat för han håller på mycket längre än hos (pappan) ”

- ”ja det är skönt att få lämna över honom”

- ”ja det känns långt att veta att hela dagen ska jag vara ensam med honom och inte kunna släppa ifrån honom”

Han säger - ”när man håller honom och han tittar på en så visst upplever man kontakt”

”men när han sover och verkligen snusar och den här friden..(tar kort)och när han är som allra mest röd och liksom, det är en jäkla skillnad, ja han har verkligen ytterligheter av våra liksom mer fasader”

Han säger vidare - ”i början då så hade han någon sån där liten skrikperiod innan han skulle sova också (1½tim)... Då var man tvungen att gå med honom så här och det orkade man inte göra, inte jag i alla fall, och så tröttnar man på honom också man kan gå en kvart.., så lugnar han ner sig och så byter man till M (mamman).

- *"Det är svårt att ha någon samvaro, hon är borta, jag har honom, jag är borta hon har honom"*

- *"Det måste vara något nu sover han nu får vi rå oss själva"*.

Han kommer ändå fram till att

"nästa steg kommer kanske att vara att man får ett leende istället också...det kommer ju att vara motsvarighet till oss och då kommer, det är liksom en första kommunikation blir det så?" Han har dubbelt så många kommentarer som henne

4.3 När den inre känslan är talbar i parrelationen så ger det fler kommentarer om barnet

I de familjer där den egna inre känslan är talbar (t.ex. vid känsla av svartsjuka/utanförskap) flyter kommentarer om barnet lättare. Att få bli lyssnad på och få respons från den andre föräldern som kan landa i en "vi-känsla".

Som t.ex. i familj 1

- *" så jag orkade inte bry mig, kände inte så otroligt starka känslor som man borde tyckte jag, du skötte liksom allting. Men nu har jag tagit igen, kommit ikapp och om dig"*

- *"men jag känner att jag gör, ser du inte att nu vill hon så här, jag vet inte om du har tänkt på det men jag vill tala om för dig att, ser du inte"*

- *"känner mig svartsjuk eller känner mig sämre än (pappan) för han kommer på så mycket att säga jag känner att det finns inget att säga"* (till barnet),

- *"du sitter i soffan med (barnet) och då kryper jag upp bredvid då vill jag också vara med"* (mamma familj 1)

- *"det är fantastiskt att man styr upp, att man själv ställer om sig så mycket, från att göra precis vad man vill och sen bara över en natt så helt plötsligt gör man precis som någon annan kräver då"*(pappa familj 1)

I familj 4 fäste jag uppmärksamhet vid några kommentarer som inte blir bekräftade av den andre. När mamma beskriver (som var den enda mamman som blev kvar ensam med barnet på BB) - *"då kände jag att jag var så himla trött så jag orkade knappt lyfta honom och det tyckte jag var jobbigt"*

Och pappa svarar att - *"det kan jag förstå men samtidigt var det skönt att (åka hem och) få sova lite grand, man var helt matt"*

När hon beskriver - *"jag tänker en liten som man får lära saker, hjälpa"* så rättar han *"hjälpa och lära, jag tror äventyr spännande utveckling"*

När han säger att *"jag tror han skrattar"* svarar hon *"jag tveksam till det i och för sig"*

5 DISKUSSION

5.1 Resultatdiskussion

5.1.1 Sammanfattning av förälders mentalisering

Förälders mentalisering över barnet handlar om att fånga upp signaler från att ta upp kontakt med barnet och vara nyfiken utforskande, dvs. att reflektera, spegla, härma, kommentera med variation i röst läge och intensitet för att markera reglering eller utvidgning av en händelse/känsla. Vidare att vara med och tänka över barnets känslor/ tankar/ behov/ intentioner och att hålla dialog, vänta in svar och ge tillbaka sin upplevelse/tolkning. Det är utifrån denna "operationalisering" av mentalisering som studien genomförs.

5.1.2 Slutsatser

Jag fann i denna studie att det är möjligt att avläsa föräldrars växande mentalisering över barnet ur en intervju. Kommentarererna har visat en framväxande bild över barnet och den nya situationen som familj. Föräldrar har tagit till sig frågorna och svarat och lyssnat på den andre föräldern, återkommit igen och svarat på ett mer nyanserat sätt. Prövat de olika relationerna som växer fram vid vetskapen om och faktum att man nu är tre. Det har visat sig skillnader mellan föräldrar och familjer. Paret startar upp mentaliseringen ihop, kan underlätta för varandra som i familj 1 och 2 eller försvåra för varandra som i familj 3 och 4. Att få dela sin inre värld om osäkerhet/svartsjuka/konkurrens och få någon form av respons påverkar hur vi-känslan utvecklas. Aspekten av att bli förälder inför varandra och samtidigt bevara parrelationen.

5.1.3 Skillnad mellan olika familjer.

I familj 1 och 2 kan man följa en växande mentalisering över sig själv, parrelation, barnet och "vi på tre".

I familj 3 löper inte dialogen på ett följsamt sätt

I Kommentarererna (se resultat) från pappa blir det tydligt att han inte väntar in ett svar, han fortsätter utan att vara nyfiken på den andre. Han uttrycker ingen känsla i sina kommentarer. Samtidigt så efterfrågar han hennes uppmärksamhet på att få utveckla sina tankar, - *"då säger hon vad trevligt men det blir liksom inte jaha varför tänkte du det"* (se vidare resultat, ex ur intervju 1)

Mamma i familj 3 utmärker sig i första intervjun genom att förmedla en stark oro, - ”*mm mm inte inte det enda jag går och tänker på är att det ska vara något fel*”. (Se vidare resultat, ex ur intervju 1) I relation till hur pappan kommer att bli som förälder så uppfattar hon att han kommer att bli överdrivet orolig. I intervju 2 hävdar hon inte så mycket utrymme när pappan har så många kommentarer. Här är det svårt att se om det är en kommunikationsstil med en intensiv pappa och mamma som förhåller sig eller om mentaliseringsförmåga ännu inte ”tagit sig”.

I familj 4 är det ett slående resultat med inte en enda kommentar om ”vi på tre”.

Mamman har svårt att förstå sig på barnet, ger uttryck för att hon själv är överbelastad. Redan under graviditeten säger hon - ”*någon som man alltid måste ställa upp för jämt och ständigt, alltid*”, (se resultat intervju 1). Efter förlossningen när hon var kvar ensam på BB säger hon - ”*då kände jag att jag var så himla trött så jag orkade knappt lyfta honom och det tyckte jag var jobbigt*”. När pappan återgått till jobbet säger hon - ”*ja det känns långt att veta att hela dagen ska jag vara ensam med honom och inte kunna släppa ifrån honom*”. (se resultat vid intervju 2)

Hon får ingen bekräftelse eller uppmuntrande kommentar av pappan. Den här mamman uttrycker nästan ingen glädje eller förväntan över barnet eller den nya familjen.

Pappan å sin sida ger uttryck för att inte ha tålamod med skrikperioder, att föräldrarna går om varandra.

Han har precis som i familj 3 dubbelt så många kommentarer jämfört med mamman.

Den här upptäckten att i familj 3 och 4 har papporna dubbelt så många kommentarer tänker jag kan bero på många olika saker och mönstret påverkar och påverkas av både mamma och pappa enligt kommunikationsteori. (Ju mer du pratar – ju mindre pratar jag . Ju mindre du pratar - ju mer pratar jag). Det här speglar ändå att dialogen mellan paret inte flyter på och där heller inte inre känslan blir talbar. (jämför med resultat i 8.3)

5.1.4 Reglering-mentaliserings

Det är i samband med förälders försök att reglera barnets fysiska behov som även mentaliseringen om barnets inre värld startar.

Eftersom jag markerat kommentarer med färger så är det slående att se att kommentarer om reglering av det fysiska runt barnet (sova, äta, skrika), ofta föregår kommentarer av mentalisering (nu vill du nog, han verkar nöjd). Detta var framförallt tydligt hos familj 1 men inte hos familj 3 och 4.

I familj 3 hade pappa många frågor om fysisk reglering men inte vidare till mentalisering.

I familj 4 visar det att föräldrarna har haft svårt att reglera barnets fysiska behov (barnet verkar vara aktiv och ha svårt att komma till ro) och därmed också mentalisera över barnet. Mamman i större utsträckning än pappan, hon uttrycker också en större trötthet och ensamhet. Barn föds med olika temperament och pappan har en kommentar ”om det blir ett jobbigt barn får vi väl ta det”. Barnets uttryck kan ju också förstärkas av inte bli mött på ett förutsägbart sätt. Att intensivt söka kontakt.

5.1.5 Brist på kommentarer

De resultat som framkommit i familj 4, inga kommentarer kring ”vi på tre”, svårt att reglera barnets fysiska behov och få kommentarer om barnets inre värld anknyter till beskrivningar av Phonagy och Target (1997). De beskriver att det avgörande för barnets självreglering, som förvärvas i dess nära relationer, är förälders förmåga att mentalisera, att se beteende som representationer av mentala tillstånd. Samband mellan trygg anknytning och reflekterande funktion hos förälder har granskats och tolkats i samband med teorin om mentaliseringsförmågans utveckling. I en modell av utveckling av självreglering läggs huvudvikten på förälders möjlighet att kommunicera förståelse för barnets uttryck som intentioner, barnet vill och menar något. Den här artikeln uppfattar jag ger stöd till min slutsats att förälder behöver kunna kommunicera runt barnets inre värld för att stödja barnets trygga anknytning och självreglering.

Även andra författare, (Mcquaid, Bigelow, McLaughlin 2008) drar slutsatsen att mödrar med fler kommentarer om barnets inre värld, mentala tillstånd, får i högre utsträckning tryggt anknutna barn. Man skriver även att ett språk med uttryck för kausal förståelse av känslor och mentala tillstånd indikerar barnets möjlighet att tolka att mentala tillstånd ligger bakom ett beteende. Man menar vidare också att mödrar med otryggt ambivalent anknutna barn (insecure coercive) som beskrivs vara oförutsägbara i sin omsorg och där fokus låg på mamma istället för på yttre händelser eller aktiviteter kunde skiljas ut från tryggt anknutna och otryggt undvikande (insecure defended) barn där fokus låg på yttre händelser eller aktiviteter. Urskiljningen var reflekterad i mammornas kommentarer eller språk för mentala tillstånd i deras prat med barnen.

5.1.6 Generella slutsatser

De generella slutsatser som kan dras utifrån analys av de åtta intervjuerna är

- alla föräldrar beskriver det avgörande ögonblicket vid ultraljudet
- att papporna är med vid förlossningen och har en aktiv roll är starkt beskrivet och verkar ge en upplevelse av att kunna bidra att se sin viktiga del
- de tre familjer som stannar kvar på BB tillsammans beskriver en uppstart på "vi-känslan".
- Alla föräldrar beskriver ögonkontakten med barnet först och att barnet lyssnar på rösten sen.
- Papporna kommenterar mer att de ger av sin tid till barnet, det gör inte mammorna.
- Papporna beskriver mer aktivt försök att få kontakt med barnet, vilket jag tänker hör samman med att alla mammorna är hemma med och ammar barnet så den kontakten blir mer självklar.
- Några mammor uttrycker osäkerhet runt att pappor är så aktiva jämfört med hur de själva är gentemot barnet. Här tänker jag på explicit mentalisering via det verbala språket som pappor till stor del är hänvisade till. Mammor har via graviditeten och amningen en till stor del implicit icke-verbal mentalisering som kan vara svårare att göra talbart. Det blir en viktig respons till papporna som uttrycker ett underläge i att inte kunna mata ett hungrigt barn.
- De slutsatser som är viktiga i min profession blir vikten av att föräldrar får tala med någon utomstående tillsammans med sin partner, att påbörja arbetet med "vi tre" och höra den andres tankar.

5.2 Metoddiskussion

Studiens validitet, användbarhet och giltighet

Enligt Kvale (2009 sid. 166) har jag försökt "*hålla en dialog med intervjutexten om mening, att utveckla, utvidga och klargöra vad som kommer till uttryck*". Genom att läsa intervjuerna 3 gånger har nya dimensioner av förståelse växt fram och kommentar har lagts till kommentar och en känsla av sammanhang har uppstått eller inte uppstått. Man kan säga att analysen är en personlig intuitiv tolkning.

Vidare ur Kvale (2009), "*den narrativa aspekten av att en händelse har en tidsföljd (händelsemönster), en social dimension (någon berättar något för någon) och en meningsdimension (en intrig ger historien mening och poäng) har funnits med. Berättelsens viktigaste sociala funktion att upprätthålla och bevara sociala band och bidra till att*

konstituera en gruppidentitet". Här tänker jag på att föräldrar uttryckt hur viktigt det varit att få göra den här intervjun ihop, att få göra en gemensam berättelse för att upprätthålla och bevara sociala band och inför intervjuaren konstituera en grupptillhörighet.

Miles Haberman beskriver fenomenet Ad Hoc (refererat i Kvale 2009) vilket betyder, att lägga märke till mönster, se rimlighet, ställa samman, skapa metaforer, att räkna, skapa kontraster, göra jämförelser och se åtskiljande variabler. Här kan jag känna igen min egen process, att läsa, läsa igen, skriva alla dessa kommentarer, tycka mig se samband, tveka på det, se nya samband, läsa igen osv.

Att i analysen förskjuta sin fokus från det som sagts till det som kunde ha sagts.

De intervjuer som jag tolkar är utförda av en erfaren forskare och kliniker, Monica Hedenbro, varför risken att det under intervjun ställts ledande frågor är liten. I intervjuutskrifter framkommer öppna frågor som redovisats ovan. Utifrån beskrivning av hur bearbetning/tolkning av materialet genomförts och hur slutsatser dragits gör det möjligt att ifrågasätta resultaten. Det som är viktigt att poängtera i denna studie är att perioden som föräldraskapet varat är kort ca 6 mån och de slutsatser som dragits gäller vad som hittills upplevts. Det finns stor chans till förändring i framtiden. Det är en liten studie på 4 föräldrapar och då blir det svårare att dra långtgående slutsatser.

De slutsatser dras av få eller inga kommentarer i familj 4 kan inte dras längre än hur det uppfattas just nu. Det har dock lett till ökad förståelse för vikten av att understödja kommunikationen om barnets inre värld i de familjer jag arbetar med.

Mentalisering är ett abstrakt begrepp som beskriver en funktion bestående av flera olika delar och då uppstår svårigheter att dra slutsatser. Att försöka bryta ner studien mer och operationalisera skulle riskera att leda till att missa det mångfacetterade innehållet och därmed hota begreppsvaliditeten. Den här studiens validitet/ giltighet d.v.s. speglar de resultat som jag kommit fram till verkligen de fenomen som jag valt att undersöka kan i en snäv mening besvaras med mätbara siffror. Det är en metodologisk positivistisk ansats.

Man kan dock bredda perspektivet och enligt Pervin 1984 (refererat i Kvale 2009) ”*i den utsträckning som våra observationer verkligen speglar de fenomen eller variabler som intresserar oss*”. Då passar det till kvalitativ forskning som ju mer hör hemma inom området

med mänskliga relationer och erfarenheter. Validiteten kommer vara beroende av den hantverksskicklighet som forskaren visar upp genom att ständigt kontrollerar, ifrågasätter och teoretiskt tolkar sina resultat.

Kvale (2009) beskriver det är svårt att se kunskap som en spegel av verkligheten utan att man mer kan se verkligheten som en social konstruktion. Vidare att det är svårt att se metod som garanti för sanningen, ”tonvikten förskjuts till gemenskapens diskurs”. Hur man kommunicerar kunskap blir viktigt och då kommer estetik och retorik in i den vetenskapliga diskursen. Det som blir allt viktigare är den pragmatiska bekräftelsen genom handling. Förmåga att utföra effektiva handlingar blir kunskap.

Tillkännagivanden

Jag vill rikta ett tack till de familjer som så öppenjärtligt deltagit i intervjuerna, de har bidragit till en ny kunskap och insikt hos mig som jag hoppas kommer andra familjer till del. Jag vill även tacka min handledare Monica Hedenbro som inspirerat och varit tillgänglig och uppmuntrande.

Jag vill även tacka hela min utbildningsgrupp för tre år av diskuterande, reflekterande och processande av nya kunskaper.

Slutligen ett tack till min son Henrik som korrekturläst och gjort uppsatsen mer läsbar och övriga familjen som gett mig stöd att genomföra mitt uppsatsarbete.

Referenser:

- Allen J, Fonagy P, & Bateman A. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Publ
- Broberg A et al., (2006). *Anknytningsteori: Natur och kultur*
- Fonagy, P, Target, M. *Attachment and reflective function: Their role in self-organization*. Development and Psychopathology, 1997:9:679-700
- Havnesköld L, Risholm-Mothander P. (2009). *Utvecklingspsykologi: Liber AB*
- Hedenbro M , Lidén A. (2002). *Att bygga en familj: Liber*
- Kvale S, Brinkman S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun: Studentlitteratur*
- Mcquaid N, Bigelow A, McLaughlin J. (2008). *Maternal mental state language and attachment* , Social Development, 17, 77-80
- Ryden G, Wallrot P. (2008). *Mentalisering: Att leka med verkligheten: Natur och Kultur*
- Sonnby-Borgström M. (2002). *Ansiktsuttrycket säger mer än ord*. Läkartidningen, 99(13), 1438-42.
- Söderdahl E, Winbladh T. (2010). *Känslotankar: uppsats Lunds universitet, psykologiska inst.*