



**Britta Blomberg (red.)**  
Stockholm

## Växa upp som enda-barn – en fokusgrupp diskuterar

Hur det kan vara att växa upp utan syskon diskuterades i en fokusgrupp med fyra barn- och ungdomspsykiaterapeuter som alla själva var enda-barn. Spelar det någon roll om man har syskon eller inte? Frågeställningar som kan bli aktuella när man arbetar som psykoterapeut med enda-barn belyses i intervjun. Hur arbetar det enda barnet med hat och kärlek, avund och konkurrens i en terapi? Hur ser det enda barnets kamratrelationer ut och relationen till vuxna?

I ett temanummer om syskonskap vill vi i Mellanrummets redaktion också lyfta fram frågeställningar som kan vara aktuella när psykoterapeuter arbetar med barn och ungdomar som inte har syskon utan är enda-barn. I dagens samhälle med olika nya former av familjebildningar ser vi också många unga som är unika i sitt slag, dvs. det enda-barnet mellan två föräldrar, som kanske senare bildat nya familjer, där halvsyskon finns eller "bonussyskon".

Att växa upp med ett icke-havande av syskon kan man lätt betrakta som att frågan om syskon inte skulle vara aktuell för enda-barn. För att belysa vad

som kan röra sig inom unga utan syskon önskade vi redaktionen få några barn- och ungdomspsykiaterapeuters tankar om endabarnperspektivet. För att ge extra eftertryck åt frågan hur det är att växa upp utan syskon, valde vi att tillfråga psykoterapeuter som också själva är enda-barn. Alla har mångårig erfarenhet från BUP-verksamhet, skola och socialtjänsten. De utgjorde en fokusgrupp med fyra terapeuter och diskussionen bandades och sammanställdes av Mellanrummets redaktör. Vi valde att låta de terapeuterna framträda utan sina namn.

### Det enda barnet

D.W. Winnicott (1983) har i sin bok *Barnet, familjen och omvärlden* skrivit ett kort och innehållsrikt kapitel, Det enda barnet (s. 135-139) där han pekar på fördelar och nackdelar med att vara det enda barnet i en familj. Fördelarna i välfungerande familjer är utan tvekan att barnet har föräldrar som helhjärtat ägnar sig åt sitt barn. Barnet kan börja med enklast möjliga förhållande till sin mor. Den förenklade omgivningen kan ge en känsla av stabilitet som kan vara ett gott stöd hela livet.

Nackdelarna överväger dock enligt honom. Det ensamma barnet går i synnerhet miste om upplevelsen att känna oro och även hat väckas när ett syskon föds. Det hatet kommer så småningom att övergå i kärlek när syskonet utvecklas, vilket är en mycket värdefull upptäckt.

Vidare menar Winnicott att barn utan syskon ofta söker efter stabila förhållanden längre fram i livet och att de tenderar att skrämra bort tillfälliga bekantskaper. Barn med syskon har en större vana t.ex. av sina syskons kamrater, vilka blir tillfälliga bekantskaper.

I kapitlet talar han även om ensam barn som känner sig instängda i sina hem. Kanske var det för mycket kärlek, för mycket uppmärksamhet och ägandebegär.

### Enda-barn mellan två föräldrar

Alla barn- och ungdomspsykiaterer möter unga som är den enda avkomman mellan två föräldrar. De vuxna har flyttat isär – kanske skaffat nya familjer, där det finns halvsyskon på båda håll. Vi träffar ofta dessa unga inom barn- och ungdomspsykiatri. En del föräldrar har mycket olika åsikter om sitt barns uppfostran och leverne. Kanske är det för just dessa unga som den gemensamma vårdnaden inte fungerat.

Ett sådant barn lämnar sin ena halva familj, ibland varje vecka, och tar sig ensam med den familjens referensramar till en ny familjekonstellation. Där finns inte sällan nya barn och andra uppfostrings- och anknytningsmönster som den unge måste anpassa sig till. Man lämnar en process som pågår i den ena familjen för att hamna i processer som redan startat i den andra familjehalvan. Har man syskon med i övergången så finns åtminstone

ett vittne till den process som pågår i respektive familjekonstellation. Att ha syskon med sig som delar den klivna verklighetsanpassningen kan underlätta – man är i alla fall inte ensam om sina upplevelser. Ibland kan syskon prata om det som sker, men minst lika ofta sker ett ordlöst delande av situationen. Rör det sig om enda-barn, så är man just den enda som ska lämna halvsyskonskaran och förflytta sig till den andra halvan av familjen, där den syskonskaran redan har erfarenheter av den gångna veckan. Det blir mycket att försöka läsa av och anpassa sig till.

Alla de fyra i fokusgruppen återkommer under intervjun till att de själva som enda-barn ofta kan känna igen den ensamhet man har i förhållande till vuxenvärlden. Det är ingen jämnårig som delar upplevelserna. Alla hade många kliniska exempel på unga patienter man träffat och som slitits mellan två världar och där just bristen på att kunna dela upplevelsen varit central. Många tonåringar med psykisk ohälsa beskriver hur de vuxit upp i skuggan av komplicerande föräldraskap, där föräldrarna haft divergerande uppfattningar om uppfostran och vilka normer som ska gälla. Man får som terapeut ta del av berättelser om hur dessa tonåringar som barn kämpade med att få ihop sina världar, men att det var en omöjlig ekvation eftersom föräldrarna var så olika. Detta är komplicerat för alla barn, även om man har syskon, men i fokusgruppen betonade man att bristen på bekräftelse av upplevelser och att kunna spegla sig i vad ett syskon sett och känt gör situationen mer till ett unikum.

Alla de fyra intervjuade har många erfarenheter av att barn kommer i kläm mellan nya familjebildningar. Som exempel nämndes t.ex. ett 5-årigt barn som ända sedan första levnadsåret pendlat mellan sina separerade föräldrars hem. Mamman hade mycket svårt att acceptera f.d. partners nya liv och vägrade att låta barnet ta med sig kläder, saker, gosedjur osv. från faders hem till henne. Det fanns heller inga ord för att beskriva de bonussyskon som levde i faderns nya familj. Alla övergångar blev för detta barn till ett patologiskt psykiatriskt problem. När man är så liten, och dessutom ensam i sitt slag, behöver barn all hjälp med transfern mellan sina båda hem. Det borde ju ur barnets synvinkel vara dennes båda hem, inte mammans eller pappans som man ska anpassa sig till.

### Ensamt adoptivbarn till ensam förälder

En annan, inte helt ovanlig, patientgrupp inom BUP är en ensamstående förälder – ofta en mamma – som adopterat ett barn från en annan kultur, något som inte är helt ovanligt i Sverige. De två utgör en liten familjekonstellation bestående av en dyad inom vilken allt ska utspela sig. Eftersom många barn som adopteras har grava traumatiska upplevelser bakom sig innan de anländer till adoptivhemmet, så kommer deras tidiga anknytningsmönster självfallet att återupprepa sig i förhållande till den nya nära person, som barnet nu har att ty sig till i adoptivfamiljen.

Alla de intervjuade har träffat familjer, där anknytningsvårigheterna iscensätts i den förtäta tvåsamheten, med olika grad av lidande för både föräldern och barnet. Psykoterapeuterna berättar om erfarenheter av att adoptivföräldraskapet har kraschat och där en förälder gått under i sin föräldraroll. Den blev så annorlunda än vad adoptivföräldern kunnat förutse, eftersom man tog emot ett barn med grav patologisk problematik. Det var något man som nybliven förälder inte hade förväntat sig och den vuxne beskriver det ofta som en kamp om livet mellan de två. Där finns bara en utgång, att överleva själv utan barnet eller att själv förintas. Att det finns sådana krafter i ett föräldraskap och i känslan om att nå fram till sitt barn är knappast något man som ensamstående förälder kunnat förutse.

Vuxna ensamstående adoptivföräldrarna har av olika individuella skäl valt att skaffa barn utan en partner. Många av de som söker professionell hjälp har inte heller ett stödjande nätverk runt den lilla familjen. Att få avlastning innebär förvisso inte bara att ha tillgång till barnvakt, utan att kunna dela de komplicerade följderna av den ungas traumatiska första tid i livet. Här behöver det komma in "luft i systemet", då de mycket starka, ofta desorganiserade, anknytningsbeteenden får katastrofala spelrum i en situation där ett positivt relationsuppbyggande förväntas.

Fokusgruppen diskuterade om det kan vara så att ett syskon i en sådan familj hade kunnat spä ut något av styrkan i de destruktiva anknytningsbeteendena. Om ett syskon är besvärligt och tar alltför stor plats, så kan en förälder ändå få styrka i sitt föräldraskap genom att den andra relationen kan fungera bättre. Det är sällan så att flera barn bråkar

samtidigt – den ena väntar ofta ut att tiden ska bli mer tillgänglig för att kunna ta plats. En förälder kan också få feed-back av ett syskon – på gott och ont – i sin upplevelse av det agerande barnets beteende, en avlastning i ord och handling. Men samtidigt kan en allians mellan adoptivföräldern och ett syskon leda till en potentiell aktivering av patologisk ångest hos barn med desorganiserade anknytningsmönster. Denne uppfattar sig som utestängd från mänsklig gemenskap, något som kan leda till accelererande agerande och eget psykiskt lidande.

### Fantasier om varför föräldrarna bara fick ett barn

Hos många av de enda-barn som terapeuterna mött finns många med allvarlig psykopatologi. Fantasierna om varför det bara blev ett barn i de familjerna får ofta en helt annan och central betydelse för dessa barn. En liten flicka var helt övertygad om att föräldrarna bara fick ett barn eftersom hon sparkat sönder alla ofödda barn när hon låg i sin mammas mage. Det är just hos de mer destruktiva barnen som de skräckfyllda och aggressivt präglade projektionerna runt de ofödda syskonen märks. Hos många barn är det istället en icke-kunskap, dvs. de reflekterar inte ens över frågan.

Några enda-barn är födda som "ersättningsbarn". Hade deras mamma inte fått missfall, ett äldre barn som var nära i sin födelsetid avlidit, så skulle detta enda-barn inte alls kunnat existera. Fantasier om varför man existerar har nog alla människor, men för enda-barnen får det en annorlunda dignitet. Vem ersätter man? Och skulle man egentligen inte ha funnits till?

### Det tredje ögat

Som en röd tråd i diskussionen i fokusgruppen går temat om betydelsen av att få uppleva en tredje position – att få vara iakttagare i samspelelementer som en förälder har till andra syskon. Att detta kan leda till avund, känsla av orättvisa, lyfts ofta fram i upplevelser mellan syskon. Vad som ofta inte betänks är vad avsaknaden av denna spegling innebär.

Att få se föräldrar uppfostra, korrigera, älska andra syskon måste, menar gruppen, vara något

som underlättar utseparandet från sina föräldrar. Man får chansen att se vem ens föräldrar är genom att iaktta deras beteenden, medan man själv är just en iakttagare och inte direkt inblandad. Som enda-barn har man inte den möjligheten. Allt ens förälder gör som förälder är just i relation till man själv. På så sätt blir det svårare att skilja ut sig, man får ingen referenspunkt att relatera det till. De fyra terapeuterna i fokusgruppen nämner hur de också själva upplevt att allt kan bli så koncentrerat kring enda-barnet. Man står på gott och ont i en korseld av uppmärksamhet, där det ibland kan saknas luft omkring familjerelationerna.

I en del familjer är närheten positivt laddad och just därför kan det bli svårt att frigöra sig och hitta sin egen plats. Hur ifrågasätter man, tar avstånd och lämnar det som är bra? En av terapeuterna berättar om en flicka som stod mitt emellan sina föräldrar i en god familjekonstellation, men som bestod av bara de tre. Flickans upplevelse var att om hon närmade sig sin mamma, då blev avståndet längre till pappan och vice versa. Man kan beskriva det som att flickan befann sig i ett linjärt förhållande mellan föräldrarna och inte i en triangel, där hon kunde vila i att de två vuxna hade det bra utan henne. Separations- och individuationsarbetet kompliceras om inte föräldrar hjälper barnet att kunna röra sig i triangeln utan fastnar i en sådan linjär rättviseposition mellan föräldrarna.

I samband med att man blir äldre har barn draghjälp av andra barn i syskonskaran i separationsarbetet från föräldrarna. Beroende och frigörelse späs ut mellan flera individer. Man kan – i ordinarie familjer – se att föräldrar klarat att lämnat ett äldre barn och att det äldre syskonet artat sig väl i livet. Föräldrar till enda-barn däremot, har bara en avkomma som ska lämna dem och ingen annan på tillväxt att avvänja sig från. Trycket och skuld känslorna förtätas när man står i begrepp att överge föräldrahemmet. Det kan bli upplevelser av man "överger" föräldrarna och inte att man lämnar dem för att det är dags för alla att släppa taget om barndomen.

### **Bekräftelse, spegling – konkurrens och rivalitet**

Enda-barn löser sitt enslingskap på olika sätt men alla behöver en inre dialog. En del berättar om en

låtsasvän, andra om ett rikt inre liv bebott av samspel och dialoger mellan olika konstellationer av människor eller djur. I den grupp som intervjuades kunde alla vittna om att de själva lekt många låtsaslekar som barn som alltid var befolkade av människor som provade på olika roller. Detta behov av rollutprovning finns självfallet hos en majoritet av oss människor, men kanske fyller det ett annat, mer bearbetande behov hos den som inte delar hemtillvaron med jämnåriga. I fokusgruppen uppstod ett engagerat filosoferande om den hjälp syskon får av varandra då man mejslas fram i sin egen personlighet. En sådan spegling kan självfallet präglas av destruktiva projektioner inom syskonskaran, men i de flesta familjer är det en positiv spegling.

Vem är jag i gruppen? Det är en fråga som alla människor stundtals ställs inför. Eftersom vi är däggdjur och gruppvarer så är vi också beroende av de grupper vi vistas tillsammans med. Syskon tränar sig hela tiden, i stort som i smått, i att vara i gruppssammanhang och får många och olikartade bekräftelser under loppet av en helt vanlig dag. De får konkurrera i kraft av sin kompetens och tävla även på lika villkor i denna vardag. Det är ju inte alltid en kamp mellan syskon om föräldrarnas uppmärksamhet. Tävlan och rivaliteten har ofta positiva förtecken, där man egentligen inte är emot någon annan utan där man observerar och inspirerar varandra.

Alla i fokusgruppen hade erfarenheter av att nära vänner varit extra viktiga när man var liten. Som enling får man inte en justering av sitt beteende i de små vardagshändelserna. Syskon kan småtjafsfa utan att det är så illa ment – ofta rör det sig i syskonskaran om att man definierar sig i förhållande till varandra och till resten av familjen. För enda-barnet blir stället teman kring konkurrens och självhävdande något som får finna former i förhållande till jämnåriga utanför familjen. På så sätt tränas inte ett enda-barn att successivt närma sig aggression och olik tänkande. Man får inte heller samma inskolning i kompromissandets konst. Ofta sker detta istället i barngrupper på förskola, skola och hemma på gatan där man bor, men inte i den nära relationen mellan mamma-pappa-barnen, där känslor kring t.ex. utanförskap och åsidosättande blir så mycket mer laddade. Enda-barnet tränas inte heller att förhålla sig till lagom doser av aggressivitet i vardagslivet. Syskon lär sig att bråka klart på ett annat sätt än ett enda-barnet. Att

bråka med sina föräldrar – som är de enda personer i familjen som står tillbuds för enda-barnet – blir genast betydligt allvarligare än syskongnabb. Finns aggressivitet i familjen utspelar den sig mellan de vuxna eller mellan dem och barnet och då är barnets argumentationsförmåga knappast i samma klass som de vuxnas. De vuxna vinner alltid i någon form.

Syskon bråkar. Och blir sams. Man har varandra ”for better and for worse”. Man kan hitta varandra genom att hålla ihop och liera sig mot föräldrar. Man kan låna, ärva kläder och saker. Man får hints om kulturkompetens bland barn i åldrar som de syskonen befinner sig i. Skylla på den andra när det ska städas. Som enda-barn är det inte lika lätt att skylla på att mamma eller pappa dragit fram grejerna. Oddsden är inte så goda att man vinner den kampen.

... en uppväxt med syskon på sikt inte innebär en fördel vad gäller social förmåga, jämfört med enda-barn.

Det finns olika typer av avund. Den ena är den konstruktiva konkurrensen som bidrar till lusten att definiera sig i förhållande till andra. Vilket syskon vågar hoppa först i vattnet, springa fortast, vinna i spel? Man lär sig strategier av varandra och stimuleras till egen prestation som inte nödvändigtvis innebär att man vill konkurrera ut sina syskon.

Den andra typen av avund innefattar en mer allvarsam och stundtals förgörande kamp. Inom barn- och ungdomspsykiatri är det inte sällan den formen av rivalitet man ser som behandlare. Den avunden är på liv och död – ”om du fick något då blev jag utan”. Det är som att man kämpar om det ultimata som inte går att dela. Kanske rör det sig om illusionen att föräldrarna ska finnas till helt på barnets egna villkor. Ingen inkräktare får finnas på deras närvaro och uppmärksamhet. Än mindre på deras kärlek. Inte heller ser man att möjlighet till tidsförskjutning finns – en tredimensionalitet i tidsprocessen. För en sådan ung person är det inte möjligt att uppfatta att den uppmärksamhet syskonet fick just nu kan man själv få senare och kanske i annan form. Denna typ av avund godkänner inte heller att vi människor är olika och att föräldrar inte alltid behöver ge exakt samma sak eller för samma belopp pengar varje gång. En så-

dan livinställning gynnar inte socialiseringen in i vuxenlivet, där man förvisso måste kunna uthärda livets orättvisor och hitta sätt att hantera och bemöta dem.

Det finns gott om skönlitterära barnböcker som beskriver enda-barnperspektivet (t.ex. många av Astrid Lindgren liksom den filosoferande lille Alfons Åberg) och hur man själv får fundera ut vad andra kan tänkas tycka om en. I fokusgruppen blev det en intressant diskussion om barn som inte har syskon. Vad innebär upplevelser av brist på spegling från jämnåriga i familjen? Hur gör andra barn när man borstar tänder? Hur tänker de om det mamma eller pappa just sagt? Hur gör de när mamma och pappa är orättvisa? De flesta barn börjar idag tidigt i förskolan och får kontakt med många andra jämnåriga barn. Men ingen av dem delar just ”min” upplevelse av det som händer i ”vårt” hem. Nära vänner blir för enda-barn inte bara kompisar utan de fyller en särskild funktion. Man behöver någon som man kan få en mer vardaglig spegling från. En som man kan bolla sina tankar med om samspel och vad man väcker för upplevelser hos andra. När det gäller social förmåga, dvs. kamratskap, verkar det finnas en skillnad i förskoleåldern mellan enda-barn och barn med syskon. När tonåren uppnåtts har denna förmåga utvecklats hos enda-barnen, enligt en aktuell forskningsstudie (Bobbitt-Zeher, 2010). Resultaten pekar på att en uppväxt med syskon på sikt inte innebär en fördel vad gäller social förmåga, jämfört med enda-barn.

För många enda-barn kan behovet av spegling från jämnåriga och bekräftelse av det meningsbärande i egna handlingar inte tillgodoses inom familjen. Istället kan nära släktingar, t.ex. kusiner, som delat en del av uppväxten och som kan berätta om en gemensam historia få betydelse. De kan bidra till berättelsen om en själv i sitt sammanhang, vilket stärker upplevelsen av ett narrativt själv, berättelsen om man själv i ett tidsperspektiv. Längre fram i livet, när enda-barnets föräldrar inte längre finns, har enda-barnet ingen som man kan dela sin tidiga uppväxthistoria i familjen med, men ofta får släkt och gamla vänner här på nytt en stark betydelse.

De fyra terapeuterna – som alla har egna upplevelser av att vara enda-barn – uttryckte samstämmigt att man som barn tvingats stå på egna ben i många vardagssituationer. Det finns ingen att spä ut sina upplevelser, skuldkänslor och ansvar med.

Man försätts ofrånkomligt i situationer där man måste bli självförsörjande och ”independent” – ett ”ego”, oberoende av andra syskons spegling i familjestrukturen. Syskonskap innebär alltid att barnen i familjen växer upp i en grupp där man blir ”interdependent” – ett ”weego”, man måste t.ex. förhålla sig till andra i relationerna till de gemensamma föräldrarna. Syskon kan önska att de äntligen ska få chansen att vara ifred – att småsyskon inte ”förstör” ens saker eller det man börjat konstruera. Enda-barnet får vara för mycket ifred och får inte heller en livgivande uppiggning av input från syskon. Den vitaliteten måste man hämta inifrån sig själv, sina föräldrar eller kamrater. Sannolikt försätts många enda-barn i situationer av tråkighet – brist på vitalitetsinflöde som man kan förhålla sig till. Deras vardagsliv innefattar många stunder av ensamhet. Men många enda-barn får också med sig en modell från de vuxna och hur de kan ”bara vara” utan aktiviteter. Likaså tillägnar sig många enda-barn tidigt en vuxenvokabulär. Man blir prattad med på ett annat sätt än i en syskongrupp. Men enda-barnet missar istället syskonvokabulären, hur man i vardagslivet slänger ord till varandra.

### Projektioner från syskon

I nästan alla psykoterapiprocesser hjälper terapeuten sin unga patient att arbeta med de projektioner som internaliserats. Finns syskon i familjen är avunden och känslan av utkonkurrerande ofta en vital ingrediens. En del av det terapeutiska arbetet består därför att bistå barnet att befria sig från irrelevanta projektioner som det blivit bärare av.

Enda-barnen går ju fria från syskonprojektioner, men inte sällan finns fantasier – som inte är behagliga – om varför det inte finns syskon i familjen. Var man för besvärlig så föräldrarna bara orkar med ett barn?

Alla barn, med eller utan syskon, blir mottagare för projektioner från sina föräldrar. Dessa inflöden har oftast positiva och kärleksfulla förtecken. Men för unga med psykiskt lidande har det inte sett ut så. Här påverkar inflytandet utifrån både anknytningsmönstren och regleringsprocessernas utformning. I en syskonskara kan dessa projektioner ibland spås ut och fördelas bland barnen. I andra familjer finns en uppdelning så vissa barn blir mottagare av avspiltade delar av föräldrarnas egen psy-

kiska problematik. Andra går fria. Men upplevelsen av vad som sker i familjen kan ändå delas mellan syskonen. I detta temanummer av Mellanrummet finns flera artiklar som belyser kraften i de roller man tilldelats i syskonskaran. Det är rollmönster som kan sitta kvar hela livet mellan syskonen.

Ett enda-barn som utsätts för föräldrars projektioner är mer skyddslös. Alla terapeuterna i fokusgruppen hade erfarenheter av att ha mött enda-barn i terapier som varit utsatta för starka och bindande projektioner från föräldrarna. Att ta en tredje position och att reflektera – mentalisera – över sin situation var för dem omöjligt. En berörande beskrivning av hur ett sådant människoliv kan utformas finns t.ex. i Joyce Carol Oates bok *Blonde* (2012) där hon beskriver Marilyn Monroes uppväxt som enda barn hos en ensamstående psykotisk mamma och där Monroe kämpar livet ut med att få sin mors uppmärksamhet, att bli sedd och bekräftad.

De fyra terapeuterna betonar vikten av att göra det möjligt för den unga patienten att i material kunna gestalta eller få prata om upplevelsen av klivenhet. En berättar om en liten förskolepojke, ett enda-barn mellan två separerade föräldrar som var mycket olika sinsemellan. I början av behandlingen var han mest obegriplig, rörig och producerade det ena materialet efter det andra utan något som helst samband mellan aktiviteterna. Efter en längre tids behandling kunde han med terapeutens hjälp prata om att det var ”så här” hos mamma (där han var enda-barn och bara de två som levde tillsammans) och ”så här” hos pappan, där han hade det han benämnde som en ”plastmamma” och ”plastsyskon”. Under en terapitimme ställde han sig med foten på vardera sandlådekanten (de två lådorna i Ericamaterialet stod bredvid varandra). Alla som sett sådana lådor vet att plastkanten på lådorna är mycket smal och ranglig. Han balanserade med ena foten på kanten till ena lådan och sa ”så sa mamma”. Balanserade tillbaka med andra foten till andra lådan och sa ”så säger pappa”. Han upprepade detta flera gånger och terapeuten kunde bekräfta hur svårt det måste vara att själv hålla balansen, när det är så olika. Först från det – mycket konkret gestaltade – ögonblicket blev det möjligt för honom att själv med egen agens inta en tredje position och tänka kring olikheterna i hans två familjer. Och vad som var än viktigare: hur det var för honom att balansera mellan dessa två världar

och vad han själv på sikt kunde hitta för egen stötta i denna balansgång. Det var också först nu som terapeuten kunde kommentera barnets reella livssituation och dela den känslomässiga korseld som barnet befann sig under.

### Att vara enda-barn och psykoterapeut

Är det något speciella frågeställningar som terapeuter kan hamna i om man själv är ett enda-barn? Och är det några specifika problemområden man är mer uppmärksam på? Alla i gruppen kunde vittna om att man inte riktigt kunde greppa allvaret i uttrycket ”en delar, den andre väljer”. Det finns många myter om enda-barn som mycket bortskämda, som alltid står i centrum och får sina behov tillgodosedda av välvilliga vuxna. Så enkelt är det inte, menar de intervjuade. Att man inte riktigt kan förstå konkurrens och syskonrivalitet är en sanning med modifikation. Det är snarare så att man inte skolats in i lagom doser av jämförelse med andra jämnåriga, där man kräver och längtar efter föräldrarnas uppmärksamhet. Istället kommer denna skolning senare i andra barngruppsmanhang och utan föräldrars stöd och jämlikhetssträvanden. Kanske kan just djupet i vissa barns syskonavund inte helt förstås, men alla terapeuterna menar att med de barn och tonåringar man mött med grav patologisk avund, då har det oftast funnits brister i föräldrafunktionen snarare än att något pågått enbart mellan barnen i familjen.

Vad kan terapeuter som är enda-barn ha fått med sig från sin egen familjekonstellation som gör att man är mer vaksam på vissa problemområden? Alla i fokusgruppen betonar att de är mycket uppmärksamma på barnets och ungdomens egna upplevelser av ensamhet, att vara själv i sina beslut och känslor gentemot föräldrarna och även i andra sociala sammanhang. Terapeuterna hade alla uppfattat att man som behandlare fångar upp ensamhetskänslor hos sin patient. Kanske lyfter man mer fram patientens upplevelse av att vara en separat person och tar dennes perspektiv (intrasubjektiva upplevelse) snarare än lägger ett självklart interpersonellt perspektiv på upplevelsen. Det kan röra sig om känslor av att man saknar sykon, men också fantasier om vad som ska hända när ens föräldrar dör och man inte har någon att dela både praktiska och känslomässiga bekymmer med.

Som enda-barn har man många gånger upplevt att vara själv och ensam. I stora syskonskaror och med trångboddhet gäller det motsatsen förhållandet: man är nästan aldrig själv. Gruppen diskuterar om det kan var så att man som ”ensling” tidigt fått acceptera att leva i att vara själv och stundtals ensam. Kanske kan man som terapeut ha fått med sig förtröstan om att i tystanden kan man vila. Den är inte skrämmande, den är inte för att något tystnat eller någon blivit tystad. Den är en naturlig del av livet som innehåller moment av lugn, avskildhet och ensamhet. Att ha fått med sig sådana upplevelser från barnsben kan sannolikt hjälpa en terapeut att stå ut och avvakta stunder av tystnad mellan behandlare och patient i full förtröstan om att något pågår inom var och en trots att inget sägs. Vi vill vara med i flocken men är existensiellt ensamma som varelser – kanske kan enda-barn vara mer tränade i sådana upplevelser.

I fokusgruppen resonerar vi om det finns några speciella situationer i en människas livsfas när enslingskapet ställs på sin spets. En terapeut – en mormor – berättade om att hon blivit smärtsamt medveten om rivalitet gentemot en vuxen person när det var dags att dela upplevelsen och umgänget med ett nyfött barnbarn. Så kanske enda-barn försätts i nya situationer i livet, där likartade starka känslomässiga reaktioner kommer till uttryck som mellan syskon.

En annan aspekt som alla enda-barn ställs inför är ansvaret och omsorgerna när gamla föräldrar närmar sig livets slutskede. Många grundteman från tidigare syskonrivalitet får nya uttryck, inte minst i samband med vem eller vilka som var med i dödsögonblicket. Många är också berättelserna om stridigheter mellan syskon i samband med arvs-skiften. Enda-barnet har inte det bekymret, men väl det ensamma ansvaret för att hjälpa sina gamla föräldrar utan avlastning från syskon. Besluten kan vara svåra att ta, men det blir en affär mellan föräldern och enda-barnet, utan eventuella bråk med syskon när föräldrarna närmar sig den ultimata tidpunkten i livet.

Kan det vara så, undrade gruppen psykoterapeuter, att en drivkraft i yrket är önskan att vilja få en inblick i hur andra känner och tänker? Den önskan har förhoppningsvis alla psykoterapeuter, men kan det fylla egna behov av nyfikenhet för ett enda-barn?

## Referenser

- Bobbitt-Zeher, D. (2010). *Growing Up Without Sibs Doesn't Hurt Social Skills*.  
Oates, J.C. (2012). *Blonde*. Stockholm: Bonniers pocket.  
Winnicott, D.W. (1983). *Barnet, familjen och omvärlden*. Stockholm: Natur & Kultur.

Förslag på ytterligare litteratur som belyser enda-barnperspektivet

- Dunn, J. (1985). *Sisters and brothers*. London: Fontana Paperbacks.  
Dunn, J. and Kendrick, C. (1982) *Siblings: Love, Envy and Understanding*. London: McIntyre.  
Framer, P. (ed.) (1999). *Sisters: An Anthology*. London: Allen Lane.  
Golding, W. (1954). *Lord of the Flies*. London: Faber.  
Mitchell, J. (2003). *Siblings*. Cambridge: Polity Press.

Intervjuare

### **Britta Blomberg**

leg psykolog, leg psykoterapeut  
redaktionen  
mellanrummet@hotmail.com

**Sökord** Enda-barn, inga syskon, ensamstående förälder-enda-barn, psykoterapeut som enda barn

**Keywords** Only child, no siblings, single parent-only child, psychotherapist as an only child

## Abstract

A focus-group of four child and adolescent psychotherapists, all an only child, discussed subjects related to working with children and adolescents without siblings. Does it make any difference having siblings or growing up as an only child? The therapist gave many examples of what kind of differences this subject entails.