

Samband mellan anknytning och alexitymi i vuxenlivet,  
och åga i barndomen

Magisteravhandling i utvecklingspsykologi

Maria Lahtinen, 40808

Åbo Akademi, Vasa

Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier

Handledare: Karin Österman

Våren 2019

## Abstrakt

**Syfte:** Studiens syfte var att undersöka samband mellan alexitymi och anknytningsstil, och utsatthet för aga under barndomen, samt könsskillnader.

**Metod:** Ett frågeformulär fylldes i av 358 kvinnor och 52 män, medelåldern var 30.6 år ( $SD = 10.9$ ) för kvinnorna och 29.6 år ( $SD = 9.5$ ) för männen, åldersskillnaden var inte signifikant. Alexitymi mättes med Perth Alexithymia Questionnaire, anknytning mättes med Adult Attachment Scale, och utsatthet för aga under barndomen mättes med Brief Physical Punishment Scale.

**Resultat:** Männen hade högre medelvärden än kvinnorna på alexitymiskalorna. Inga signifikanta skillnader hittades mellan könen för skalorna som mätte anknytning. Att vara rädd för att bli övergiven korrelerade signifikant positivt med samtliga skalor som mätte alexitymi. De övriga anknytningsstilarna korrelerade signifikant negativt med skalorna som mätte alexitymi. Personer som utsatts för aga under barndomen var signifikant mer rädda för att bli övergivna i vuxenlivet, de hade också svårare att förlita sig på andra människor och var mindre bekväma med närhet.

**Konklusion:** Graden av alexitymi var märkbart högre bland männen än bland kvinnorna. Tydliga samband hittades mellan graden av alexitymi och anknytningsstil, och personer som utsatts för aga under barndomen hade sämre anknytning till andra människor i vuxen ålder.

*Sökord:* Alexitymi, anknytning, aga, könsskillnader.

## Innehållsförteckning

1. Inledning.....	1
1.1. Syfte.....	1
1.2. Anknytningsteorin .....	1
1.2.1 Bakgrund .....	1
1.2.2 Olika anknytningsstilar .....	3
1.2.3 Anknytning under livsloppet.....	4
1.3 Alexitymi .....	5
1.3.1 Bakgrund .....	5
1.3.2 Orsaker till alexitymi.....	6
1.3.3. Behandling för alexitymi.....	7
1.3.4 Könsskillnader inom alexitymi .....	8
1.5 Samband mellan anknytning, alexitymi och aga .....	9
1.5.1 Könsskillnader beträffande sambandet mellan alexitymi och anknytningsstil ...	11
1.6. Aga, anknytning och alexitymi .....	11
1.7 Hypoteser .....	12
2. Metod.....	13
2.1 Sampel .....	13
2.2 Instrument .....	13
2.3 Procedur .....	14
2.4 Etiska hänsyn .....	14
3. Resultat.....	16
3.1 Korrelationer mellan skalorna i undersökningen.....	16
3.2 Ålder .....	16
3.3 Kön och språk .....	16

3.4 Utsatthet för aga under barndomen.....	17
3.5 Kön och utbildning .....	17
4. Diskussion .....	21
4.1 Sammanfattning av resultaten.....	21
4.1.1 Anknytning och alexitymi.....	21
4.1.2 Könsskillnader i fråga om anknytningsstil och alexitymi.....	22
4.1.3 Aga och anknytningsstil .....	22
4.1.4 Aga och alexitymi .....	23
4.1.4 Alexitymi, anknytning, språk och utbildning.....	23
4.2. Undersökningens begränsningar.....	24
4.4 Förslag till fortsatt forskning .....	24
Referenser.....	25
Bilagor	

# 1. Inledning

## 1.1. Syfte

Syftet med undersökningen var att undersöka sambandet mellan vuxen anknytning, alexitymi och utsatthet för äga i barndomen.

## 1.2. Anknytningsteorin

Anknytningsteorin är en av de mest omfattande teorierna inom psykologin, som ur ett biosocialt perspektiv tar fasta på hur nära relationer skapas och upprätthålls och hur dessa relationer kan påverka och forma en individ (Rholes & Simpson, 2004). *Anknytningsteorin* tar fasta på såväl psykologiska, emotionella, kognitiva som beteendemässiga faktorer.

Med *anknytning* avses ett emotionellt band mellan barnet och dess primära vårdgivare, eller någon annan person barnet fäster sig vid. Termen myntades av John Bowlby, en engelsk psykoanalytiker, som ansåg att anknytning är en biologisk instinkt att knyta an till sin närmaste omvårdnadsperson (Bowlby, 1952). Termerna *anknytningsmönster* och *anknytningsstil* används som synonymer. De hänvisar till stabila och universella individuella skillnader i fråga om att söka och uppleva tröst och känslomässigt stöd från de personer individen har en anknytning till, och hur individen antar att hen får tröst och stöd (Rholes & Simpson, 2004).

### 1.2.1 Bakgrund

Bowlby blev efter andra världskriget ombedd av Världshälsoorganisationen att undersöka hur man bäst kunde stöda de hemlösa barn som blivit ett stort problem efter kriget i Europa (Bowlby, 1952). Han sammanställde en rapport som tog fasta på föräldrarnas betydelse för barnets utveckling och vilka risker en separation mellan barn och föräldrar kunde medföra. Denna rapport fick ett entusiastiskt mottagande och ledde senare till att han började forska i anknytningen mellan barn och föräldrar (Broberg, Mothander, Granqvist & Ivarsson, 2008).

På 1960-talet utgav Bowlby första delen av en trilogi som beskriver vilka konsekvenser separation och vanvård tidigt i livet kan ha på barns utveckling (Bowlby, 1997). Han använde sig av evolutionsbiologin för att beskriva det känslomässiga bandet mellan barnet och dess omvårdnadspersoner. Även om Bowlby var den som skapade grunden för anknytningsteorin,

var det hans kollega Mary Ainsworth som upptäckte att anknytning kunde delas upp i olika stilar, eftersom barn utvecklar olika typer av anknytning till olika omvårdnadspersoner (Ainsworth, 1979). Genom denna upptäckt bidrog hon med empiriskt underlag som gav en stabil grund för anknytningsteorin (Boberg et al., 2008).

Rholes och Simpson (2004) beskriver anknytning som en organiserad uppsättning av beteenden, vars gemensamma uppgift är att öka den fysiska och psykologiska närheten till den primära vårdnadsgivaren. Enligt anknytningsteorin antar man att ett spädbarn alltid skapar en anknytning till sin primära omvårdnadsperson, förutom i mycket extrema fall (Ainsworth, 1979; Rholes & Simpson, 2004). Teorin beskriver hur barnet inom det första levnadsåret lär sig skilja på de primära omvårdnadspersonerna och övriga människor, och på så vis blir de människor barnet anknyter till centrum för barnets sociala värld (Rholes & Simpson, 2004). Processen att skapa en emotionell anknytning till sina primära vårdare anses vara universell. Den centrala utgångspunkten inom anknytningsteorin är att anknytning är en överlevnadsinstinkt, som hos våra förfäder har skyddat barn mot faror och överfall (ibid.). Dock har man funnit att det kan finnas skillnader i detaljer beroende på kulturella och socioekonomiska faktorer (van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 1996; Rholes & Simpson, 2004; Bradley & Corwyn, 2002). Enligt van IJzendoorn och Bakermans-Kranenburg (1996) tenderar mödrar med låg socioekonomisk status oftare att ha en otrygg anknytningsstil än mödrar med högre socioekonomisk status. Detta kan delvis bero på att mödrar med låg socioekonomisk status kan leva i ogynnsamma livsförhållanden, och löper en högre risk att exponeras för traumatiska händelser. Stress på grund av ekonomiska svårigheter kan leda till mental ohälsa och en känsla av minskad kontroll över sitt liv, vilket kan påverka föräldrarnas tillgänglighet och känslomässiga mottaglighet (Bradley & Corwyn, 2002).

Enligt anknytningsteorin har känsloreglering och anknytningsmodeller en nära koppling till varandra, eftersom känsloreglering styrs av de inbyggda kognitiva scheman som individen lärt sig genom interpersonella erfarenheter (Allen & Land 1999). Om inte barnet får en pålitlig känslomässig omsorg då det känner sig oroligt eller är stressat, bildas en otrygganknytning som leder till en negativ bild av både sig själv och andra, vilket också hämmar utvecklingen av självförtroendet och känsloregleringen (ibid.). De erfarenheter av anknytning som barnet får under de första levnadsåren kommer att bilda ett slags modell för senare relationer (Oskis, Clow, Hucklebridge, Bifulco, Jacobs, & Loveday, 2012). Vuxen anknytning kan ses som en strävan efter att söka och bibehålla närhet och kontakt till närstående personer som erbjuder fysisk och psykisk trygghet (Montebarocci et al., 2004).

### 1.2.2 Olika anknytningsstilar

Det finns olika anknytningsstilar beroende på hur den primära vårdnadshavaren har reagerat på barnets anknytningsbeteende (Rholes & Simpson, 2004). I en studie om anknytningsmönster mellan barn och mödrar kom Ainsworth fram till att det finns åtta olika anknytningsmönster som kan delas in i tre huvudgrupper. Dessa beskrev hon som trygg, ambivalent och undvikande anknytningsmönster (Ainsworth, 1979). De flesta självrapporteringsinstrument tar fasta på fyra olika kategorier. Dessa är trygg, ångestfylld, avvisande-undvikande, och ängslig-undvikande (Rholes & Simpson, 2004). Huvudsakligen anser man att det finns två olika dimensioner av otrygg anknytning som är undvikande och ambivalent eller ängslig (ibid.).

Ainsworth (1979) fann att barn med en trygg anknytning har en omvårdnadsperson som är mera känslomässigt mottaglig än omvårdnadspersonerna för barn med ambivalent eller undvikande anknytning. När en förälder är mottaglig och svarar på barnets signaler på ett exakt och effektivt sätt och är psykiskt och emotionellt närvarande, även när barnet inte känner någon oro, leder detta till att barnet skapar en trygg anknytning (Ainsworth, 1979). Om barnets signaler däremot blir ignorerade eller besvaras på ett olämpligt sätt, blir barnet ängsligt och oroligt eftersom omvårdnadspersonen inte är mottaglig eller tillgänglig (ibid.)

En vuxen med en trygg anknytningsstil finner det lätt att förlita sig på andra och har en positiv självbild (Wearden, Lambertson, Crook, & Walsh, 2004). Den otrygga och ambivalenta anknytningsstilen å andra sidan leder ofta till en negativ självbild (ibid.). Som vuxna kommer dessa individer att förvänta sig att andra personer är otillgängliga eller otillräckliga när de skulle behöva stöd av dem (ibid.). Detta leder till att de ofta utvecklar ångest eller undvikande strategier för att hantera oro och svårigheter (Mallinckrodt & Wei, 2005). Enligt Lang (2010) är en ängslig eller ambivalent anknytningsstil ofta kopplad till kroppsliga symtom på ångest, medan en undvikande anknytningsstil inte har en koppling till somatiska symtom eftersom ångesten anses komma utifrån. Lang (2010) antar att personer som präglas av en ängslig anknytningsstil, har ångest som kommer inifrån. De tenderar ofta att söka en lättnad i beroendeförhållande i ett försök att hitta en person som kunde hantera deras känsloreglering för dem. Vidare utgår Lang (2010) från att personer med en undvikande anknytningsstil skulle ha mindre mental ohälsa än de med en ängslig anknytningsstil, eftersom källan till ångesten är lättare att undvika när den anses komma utifrån.

Utöver de tre övergripande anknytningsstilarna fann Main och Western (1981) att det fanns en del misshandlade barn som varken hade ett tryggt, ambivalent eller undvikande anknytningsmönster. Main och Solomon (1986) observerade att dessa barn uppvisade en mängd olika beteenden som tydde på att barnet upplevde skräck eller oro i omvårdnadspersonens närvaro och saknade ett sätt att kunna hantera situationen. De benämnde detta som ett desorganiserat anknytningsmönster. Main och Solomon (1986) gjorde upp riktlinjer för vad som kunde klassas som ett desorganiserat anknytningsmönster, vilka var: a) motsägelsefulla beteendemönster, b) oriktade, felriktade eller icke fullföljda rörelser c) udda, fördröjda eller asymmetriska rörelser och ställningar d) frysrespons eller väldigt långsamma rörelser och uttryck d) tydliga tecken på rädsla för omvårdnadspersonen och f) tydliga tecken på desorientering eller desorganisering. Main och Hesse (1990) föreslog att barn som inte är förmögna att bilda en organiserad anknytning strategi under spädbarnsåldern, kan utveckla en kontrollerande hållning i sina senare relationer som ett sätt att försöka kunna kontrollera och organisera oorganiserade förhållanden.

### 1.2.3 Anknytning under livsloppet

Ett av de grundläggande antagandena inom anknytningsteorin är att anknytningsstilarna är relativt stabila under livsloppet (Fraley, Vicary, Brumbaugh, & Roisman, 2011). Det finns också studier som stöder detta antagande. En studie av Waters, Merrick, Treboux, Crowell och Albersheim (2000) visade att anknytningsmönster är relativt stabila under livet. Det finns också studier som tagit fasta på hur olika livserfarenheter och förändringar påverkar anknytningsstilarna. Resultaten i en studie av Davila, Burge och Hammen (1997) visade att ca 30 procent av kvinnorna i samplet ändrade anknytningsstil under livsloppet. De utgår från att en förändring i anknytningsstil kan ses som en normal reaktion på olika situationer och händelser som inträffar under livet och att vissa människor har en större benägenhet än att andra ändra sin anknytningsstil (ibid.). Davila et al. (1997) anser att detta skulle kunna bero på enskilda skillnader i sårbarhetsfaktorer snarare än livsförhållandena (ibid.). Även en studie av Cozzarelli, Karafa, Collins och Tagler (2003) stöder de tidigare resultaten om att anknytningsstilarna är relativt stabila under livsloppet, men att det också kan ske en förändring på grund av olika riskfaktorer, samt personliga och interpersonella förändringar i livet.



### 1.3 Alexitymi

Alexitymi är en kognitiv brist i fråga om att förklara och reglera sina känslor, som tar sig uttryck i svårigheter att identifiera och beskriva känslor, låg föreställningsförmåga och ett externt orienterat tänkande (Nemiah, 1977; Taylor, 2000; Taylor, Bagby, & Parker, 1997). Allen och Land (1999) föreslog att anknytningsmönster och känsloreglering har en nära koppling till varandra, eftersom känsloreglering styrs av internaliserade kognitiva mönster som baserar sig på interpersonella erfarenheter.

#### 1.3.1 Bakgrund

Forskningen om alexitymi har sina rötter i psykosomatisk medicin, inom vilken man undersökte varför patienter med klassiska psykosomatiska symptom saknade förmågan att förklara sina känslor (Taylor, Bagby, & Parker, 1991; Luminet, Bagby, & Taylor, 2018). Länge präglades synen på dessa patienter av Freuds idéer om psykoneurotisk patologi, där psykosomatiska symptom ansåg bero på omedvetna önskningar (ibid.). Så småningom började dock forskningen fokusera allt mindre på det intrapsykiska konflikttänkandet, och mera på den kognitiva aspekten (Taylor, et al., 1991). Ruech (1984) var den första att lyfta fram att patienter med psykosomatiska symptom hade en störning i den verbala och symboliska uttrycksförmågan. Detta beskrev han som en omogen och infantil personlighet hos vuxna, som kanaliserade de emotionella reaktionerna genom fysiska handlingar istället för att förstå känslor som signaler Även MacLean observerade i slutet på 1940-talet att det verkade finnas ett samband mellan patienters psykosomatiska symptom och oförmågan att verbalisera sina känslor (Taylor et al., 1997).

År 1973 myntades begreppet *alexitymi* för att beskriva patienter med psykosomatiska drag (Sifneos, 1973). Termen *alexitymi* kommer från grekiska och står för "utan ord för känslor" (McGillivray, Becerra, & Harms, 2017). Nemiah (1977) beskrev *alexitymi* som märkbara svårigheter i att uttrycka sina känslor. Vidare anser han att en person med alexitymi saknar föreställningar om känslor och att tankeinnehållet istället domineras av detaljer av händelser i personens yttre miljö. Taylor et al. (1997) beskriver å sin sida alexitymi som en kognitiv brist i fråga om kommunikation, reglering och processering av känslor. Alexitymi kännetecknas av a) svårighet att identifiera känslor, b) svårigheter att beskriva känslor, c) svag föreställningsförmåga, vilket uttrycks som brist på fantasi, och d) ett externt orienterat tänkande (Taylor et al., 1997; Taylor, 2000). Externt orienterat tänkande innebär en tendens att fokusera på ytliga teman snarare än psykologiska erfarenheter, och en benägenhet att

undvika tankar om känslor (Tominaga, Choi, Nagoshi, Wada, & Fukui, 2014). Enligt Bydlowski et al. (2005) har personer med bristande förmåga att förstå sina egna känslor också svårt att förstå andra människors känslomässiga upplevelser.

Man har upptäckt att alexitymi ofta är relaterat till ett brett spektrum av fysiska och psykiatriska störningar, som exempelvis alkoholism, narkotikamissbruk och posttraumatisk stressstörningar (Taylor, 2000.). Det diskuteras om alexitymi ska klassificeras som ett personlighetsdrag, eller som en tillfällig störning. Det finns forskning som ser alexitymi som en mångfacetterad personlighetstyp som är förknippad med olika medicinska och psykiatriska störningar (Moriguchi et al., 2006; Rufer, Hnad, Braatz, Alsleben, Fricke, & Peter, 2004; Taylor, 2000 ), medan exempelvis studier av sambandet mellan alexitymi och missbruk hävdar att alexitymi delvis är knutet till specifika tillstånd (de Haan, Joosten, Wijdeveld, Boswinkel, van Der Palen, & De Jong, 2012).

Alexitymi kan också leda till försämrad hälsa på grund av svag känsloreglering vilket kan leda till ohälsosamt beteende (Lumley, Neely, & Burger, 2010). Individer med ätstörningar har ofta förhöjda nivåer av alexitymi, särskilt svårigheter att identifiera och beskriva sina känslor (Nowakowski, Mcfarlane, & Cassin, 2013). Också beteenden som berör säkerhet, näring eller hygien kan hämmas av att man inte upplever eller känner igen känslor som rädsla, skuld eller stolthet (Lumley et al., 2010). En studie av Kauhanen, Kaplan, Cohen, Julkunen och Salonen (1996) visade ett samband mellan hög nivå av alexitymi och risk för dödsfall bland medelålders finska män. I synnerhet ökade risken för självmordsförsök och självmord samt av yttre faktorer orsakade skador hos män med hög nivå av alexitymi.

### 1.3.2 Orsaker till alexitymi

Alexitymi antas reflektera en störning i både de affektiva och de kognitiva funktionerna (Taylor, Bagby, & Parker, 1997; Moriguchi et al., 2006). Detta baserar sig på den allmänt accepterade uppfattningen att emotionsreglering hos människor involverar tre med varandra relaterade system: a) det neurofysiologiska systemet, som till stor del består av autonoma nervsystemet och neuroendokrin aktivitet, b) motoriska uttryckssätt, som ansiktsuttryck, röstläge och förändring av kroppsspråk och hållning samt c) kognitiva mekanismer såsom subjektiv medvetenhet och förmågan att uttrycka sig verbalt (Garber & Dodge, 1991). Förutom interaktionen mellan dessa tre system kan social interaktion vara en stödjande faktor eller riskfaktor för individens interpersonella känsloreglering (ibid.).

Orsakerna till uppkomsten av alexitymi antas vara olika hos olika personer. Studier har visat att vissa neurologiska problem kan ha samband med alexitymi. Man har hittat samband mellan alexitymi och både medfödda och senare uppkomna skallskador (Williams et al., 2001). Det finns också neurobiologiska studier som tagit fasta på att en förändrad funktion i främre gördelvindlingen i hjärnan (anterior cingulate cortex) kan leda till psykosomatiska symptom, eftersom denna del av hjärnan spelar en viktig roll i känslprocesser och känsloreglering (Taylor, 2000). Främre gördelvindlingen möjliggör medvetenhet om känslor genom att hålla information i arbetsminnet, samtidigt som den också hjälper till med att styra motoriska komponenter knutna till känslreaktioner (ibid.).

Studier har även kommit fram till att det finns samsjuklighet när det gäller alexitymi och posttraumatiskt stressyndrom (Frewen, Pain, Dozois, & Lanius, 2006), långvarig smärta (Hosoi et al., 2010) och autismspektrum (Milosavljevic et al., 2015). Krystal (1988) anser att såväl trauma i tidiga barndomsår som traumatiska händelser under ungdomen och i vuxenlivet kan trigga känsloregression. Han observerade människor som överlevt förintelsen, varav många led av psykosomatiska symptom, och kom fram till att personer som var substansberoende hade en lägre förmåga att tolerera känslor. Detta kunde tänkas leda till deras bruk av alkohol och droger i avsikt att blockera de smärtsamma känslorna. Frewen et al. (2006) anser att alexitymi har ett samband med posttraumatisk stressyndrom, dissociation samt misshandel och försummelse i barndomen. De anser att ju bättre förmåga individen har att verbalisera sina posttraumatiska psykosomatiska symptom, dess mindre sannolikt kommer individen att bli överväldigad eller få en känsla av bristande kontroll efter den traumatiska upplevelsen (Frewen et al., 2006).

Förutom de ovanstående faktorerna tar litteraturen också fasta på sambandet mellan alexitymi och den tidiga interaktionen mellan barn och föräldrar. Krystal (1988) fann att en bra interaktion mellan barn och föräldrar påverkar barns fantasi och kreativa kapacitet. I synnerhet föräldrarnas sätt att lära barnet hur man kan uttrycka olika affektiva tillstånd, och gradvis lära ut ord och betydelser för olika affektiva uttryck, har en stor betydelse (ibid.).

### 1.3.3. Behandling av alexitymi

Enligt Sasioglu, Gulol och Tosun (2014) påverkas terapiprocesser negativt ju högre nivå av alexitymi är hos patienten. Därför anses skalor som mäter alexitymi vara ett viktigt verktyg som kliniker använder för att få bättre resultat av behandlingen. Ogrodniczuk, Piper och Joyce (2011) påpekade i sin studie att de flesta psykoterapeutiska tillvägagångssätt antar

att individen har tillgång till sina egna känslor. På så vis blir det en stor utmaning att uppnå önskade resultat med behandlingen om patienten har svårigheter med att beskriva och identifiera sina känslor.

En studie av Ogrodniczuk et al. (2011) visade att patienter med alexitymi är lika öppna för psykoterapi som icke-alexitymiska patienter. Dock visade patienter med alexitymi mindre positiva resultat än patienter utan alexitymi, oberoende av om behandlingen var individuell eller gruppbaserad. Andra studier visade på att psykoterapi kan gynna alexitymiska patienter. Resultatet i en studie av Beresnevaite (2000) visade att gruppsykoterapi kan minska alexitymi. Enligt Spek Nyklíèek, Cuijpers och Pop (2008) kan individer med alexitymi ha nytta av kognitiv beteendeterapi genom att förändringar beträffande depressiva symptom också påverkar förändringar inom alexitymin. De kom också fram till att alexitymi inte hindrar patienter från att uppnå bra resultat med kognitiv beteendeterapi. Samus, Tops, Schlinkiert, Quirin, Cuijpers och Koole (2013) påpekade några år senare att det inte finns någon behandling som skulle vara speciellt konstruerad för alexitymi och att flera av de behandlingar som ges till alexitymiska personer inte är optimala för dessa individer, eftersom de visar ett sämre resultat av psykoterapeutisk behandling än personer med annan bakomliggande problematik.

#### 1.3.4 Könsskillnader inom alexitymi

Könsskillnaderna i förekomsten av alexitymi är något oklara, eftersom vissa studier visar att män tenderar att vara mera alexitymiska än kvinnor, medan andra studier inte funnit någon könsskillnad (Carpenter & Addis, 2000). En studie av O'Neil (2008) påvisade att män ofta präglas av negativa affekter beroende på socialiserade könsroller, där de känner sig såväl hämmade och rädda att uttrycka sina känslor, som begränsningar i fråga om att hitta ord för att uttrycka grundläggande känslor.

I en studie av Carpenter och Addis (2000) framkom att både män och kvinnor som har höga nivåer av alexitymi tenderar att i lägre grad söka hjälp av utomstående. Speciellt kvinnor med alexitymi hade en lägre tendens att söka stöd från läkare eller psykiatrin. Dock visade de en större tendens att söka stöd från vänner och familj. De visade sig också att både män och kvinnor med alexitymi och depressiva symptom hade svårare att beskriva känslor än att identifiera dem.

#### 1.4 Aga

Gershoff (2002) beskrev aga som en fysisk bestraffning i syfte att kontrollera barns beteende med avsikt att få ett barn att uppleva smärta, men inte skada. Våld som disciplinär handling tar sig i de västerländska kulturerna uttryck som exempelvis slag, smisk och örffilar (Ghate, 2000). Beteende som inte leder till betydande fysisk skada, som t.ex. smisk och slag, anses vara aga, medan beteenden som utsätter någon annan för skada, t.ex. sparkar och brännande, betraktas som fysisk misshandel (Gershoff, 2002). Termen *aga* användes allmänt i stället för barnmisshandel fram till mitten av 1900-talet (Psykologiguiden, 2018).

Tidigare var aga ett generellt accepterat fostringsätt runt om i världen för att nå önskat beteende hos barn (Durrant & Ensom, 2012). I början på 1990-talet började man studera kopplingen mellan fysisk bestraffning och barns utveckling. Det här perspektivet började småningom ändras alltmer efter att forskningen hittade samband mellan fysisk aga och aggression, brottslighet och våld i äktenskapet senare i livet (Durrant & Ensom, 2012). Studier tyder också på att aga kan leda till en lägre nivå av moraliskt tänkande och en försämrad mental hälsa.

Det finns studier som tyder på att barn som utsätts för aga utvecklar negativa känslomässiga försvarsstrategier vilka de förvärvat på grund av kraftiga känslor mot föräldrarnas straffåtgärder och sedan överför dem till andra sammanhang (Chang, Schwartz, Dodge & McBride-Chang, 2003). Studier tyder också på att det finns en skillnad mellan känslomässiga reaktioner och beteenden beroende på om det är fadern eller modern som ger bestraffningen. Effekten av aga utövad av modern är emotionell, medan stränga fäder har en starkare effekt på barnets beteende (ibid.). Det finns även studier som påvisat att aga kan påverka utvecklingen av olika delar av hjärnan som är inblandade i känsloreglering och områden som har en viktig roll för beteendemönster (Danese & Baldwin, 2016).

#### 1.5 Samband mellan anknytning, alexitymi och aga

Det finns ett snabbt växande antal av empiriska studier om sambandet mellan alexitymi och anknytningsstil hos vuxna (Oskis et al., 2012). Studierna använder ofta självrapporteringsinstrument. De tar huvudsakligen fasta på två underliggande anknytningsstilar, ångestfylld anknytning och undvikande anknytning, som utgår från anknytningen mellan spädbarnet och modern (ibid.).

Höga nivåer av alexitymi har kopplats samman med både ångestfylld och undvikande anknytning. Montebanacci et al. (2004) undersökte sambandet mellan vuxen anknytning och

alexitymi. De använde sig av Attachment Style Questionnaire (ASQ) och Toronto Alexithymia Scale (TAS), som besvarades av italienska studerande. De fann en medelstor positiv korrelation mellan TAS-poäng och flera ASQ-subskalor, som mäter exempelvis obehag för närhet samt behov av godkännande. En nyare studie av Besharat, Naghshineh, Pooyesh och Tavalaeayan (2014) undersökte förhållandet mellan alexitymi och tillfredsställelse inom äktenskapet. Denna studie indikerar att förhållandet mellan alexitymi och äktenskaplig tillfredsställelse påverkas av anknytningsstilen. Högre poäng inom TAS hade en negativ korrelation med trygg anknytning (Besharat et al., 2014). Också resultat från en studie gjord av Lyvers, Davis, Edwards och Thorberg (2018) samt en studie av Szpak och Bialeka-Pikul (2015) stöder uppfattningen att alexitymi har ett positivt samband med rädsla för intimitet som bottnar i en otrygg anknytningsmodell. Även en studie av Mallincrodt och Wei (2005) visar att det finns ett samband mellan alexitymi och ångestfylld- och undvikande anknytning.

Det finns också studier som tar fasta på olika aspekter av alexitymi och anknytning. Svårigheter att identifiera känslor och svårigheter att beskriva känslor verkar ha en större koppling till ångestfylld anknytning, medan undvikande anknytning har en koppling med svårigheter att beskriva känslor och ett externt orienterat tänkande. Lang (2010) menar att undvikande anknytning har ett starkare samband med externt orienterat tänkande. Detta innebär att en person som får höga poäng på undvikande anknytning inte enbart undviker ångest som uppkommer då någon står personen för nära, hen försöker även undvikakänslor eftersom de uppfattas som irriterande. Thorberg, Young, Sullivan och Lyvers (2011) tar fasta på sambandet mellan anknytning och alexitymi genom att använda sig av retrospektiva redogörelser av överbeskyddande fostringsmetoder och bristande moderlig vård hos föräldrar. Överbeskyddande och inskränkande fostringsmetoder samt bristande moderlig vård och försummelse har ett samband med alexitymi i fråga om att identifiera och beskriva känslor. Inget samband mellan finns dock mellan överbeskyddande eller bristande föräldraskap och externt orienterat tänkande (ibid.). Allen och Land (1999) kom fram till att en överbeskyddande och påträngande mor kan hämma utvecklingen av den känslomässiga regleringen hos barnet. En Metaanalys av Thorbeg et al. (2011) visar också på att fädernas fostringsstil har mindre inverkan på alexitymi jämfört med mödrarnas föräldrastil.

### 1.5.1 Könsskillnader beträffande sambandet mellan alexitymi och anknytningsstil

Något som tagits fasta på inom litteraturen är könsskillnaderna beträffande sambandet mellan alexitymi och anknytningsstil. O'Loughlin, Cox, Kahn och Wu (2018) har i en undersökning kommit fram till att sambandet mellan undvikande anknytningsstil och alexitymi var starkare för män än för kvinnor. En studie gjord av Pellerone, Tomasello och Migliorisi (2016) undersökte sambandet mellan anknytningsstil och alexitymi hos ungdomar och unga vuxna. De fann inte någon könsskillnad i den allmänna nivån av alexitymi. Resultaten indikerade dock att det förekommer en viss könsskillnad i de olika subskalorna för mätning av alexitymi, beroende på om den problematiska anknytningen är till modern eller fadern (Pellerone et al., 2016). En studie av Montebrocchi et al. (2005) visade ingen signifikant könsskillnad i den allmänna nivån av alexitymi, medan sambandet mellan ångestfylld anknytning och svårigheter att beskriva känslor var signifikant endast för män.

### 1.6. Aga, anknytning och alexitymi

Kroppslig aga i barndomen har ett samband med undvikande anknytning i vuxen ålder (Unger & De Luca, 2014). Det finns studier som tyder på att utfallet beror på hurdan aga eller misshandel man blivit utsatt för. Widom, Czaja, Kozakowski och Chauhan (2018) anser att barn som upplevt kroppslig aga kan utveckla en rädsla för närhet som kan leda till undvikande anknytning. Dock kan andra barn som utsatts för kroppslig bestraffning känna att de är värda uppmärksamhet fastän de fått en sträng uppfostran (ibid.). Individer som å andra sidan blivit försummade kan lära sig att de inte på ett effektivt sätt kan kommunicera sina behov, vilket kan leda till ett beteendemönster där de försöker kommunicera med ett krävande eller klamrande beteende (ibid.). Maguire-Jack, Gromoske och Berger (2012) kom fram till att om föräldrar slår ett barn när detta behöver tröst, finns det en risk att barnet utvecklar en förvrängd självbild, där barnet inte anser sig förtjäna kärlek, tröst eller hjälp. Under längre tid kan detta mönster leda till att personen blir ängslig, deprimerad och får dåligt självförtroende (ibid.).

Det finns även studier som tagit fasta på skillnader i kognitiva funktioner hos barn som utsatts för misshandel och barn som inte utsatts för misshandel. Maguire-Jack, Gromoske och Berger (2012) menar att även om det finns skillnader mellan misshandel och att daska till ett barn i uppfostringssyfte, kan ett hårt och straffande föräldraskap leda till en minskad kognitiv funktion. Konstant stress för barn kan påverka hjärnans funktion inom områdena för lärande och minne (Maguire-Jack, Gromoske, & Berger, 2012).

Kooiman, van Rees Vellingaa, Spinhovenb, Draijerc, Trijsburgd och Rooijmansa (2004) kom fram till att föräldrar som misshandlar sina barn i viss mån kan påverka utvecklingen av barnens känsloreglering, men det är troligt att även andra faktorer påverkar uppkomsten av alexitymi. En studie av Berenbaum (1996) visar också att de finns ett samband mellan misshandel i barndomen och alexitymi. Personer som utsatts för misshandel i barndomen har en ökad risk för att utveckla olika psykiatriska och fysiska problem eftersom de som ett resultat av misshandlande inte kan förstå sina känslor.

### 1.7 Hypoteser och frågeställning

Studiens syfte var att undersöka sambandet mellan anknytningsstil och alexitymi. Dessutom undersöks om utsatthet för aga i barndomen har samband med dessa faktorer. Baserat på tidigare forskning uppställdes tre hypoteser och en frågeställning:

#### Hypoteser

1. Alexitymi förväntades korrelera negativt med en trygg anknytningsstil (Usaci & Puscasu, 2015).
2. Männerna förväntades ha högre medelvärden än kvinnorna på skalorna för alexitymi (O'Loughlin et al., 2018).
3. Personer som utsatts för aga under barndomen förväntades ha en sämre anknytning till andra människor i vuxen ålder (Unger & De Luca, 2014; Widom et al., 2018).

#### Frågeställning

1. Skillnader mellan anknytningsstilar hos män och kvinnor undersöktes.



## 2. Metod

### 2.1 Sampel

Ett frågeformulär fylldes i av 358 kvinnor och 52 män. Medelåldern var 30.6 år ( $SD = 10.9$ ) för kvinnorna och 29.6 år ( $SD = 9.5$ ) för männen, ålderskillnaden var inte signifikant [ $t_{(408)} = 0.6$ ,  $ns$ ]. Av respondenterna fyllde 217 personer i formuläret på svenska och 194 på finska. Respondenternas utbildningsgrad var fördelad enligt följande: 31.6% gymnasium/yrkesskola, 40.9% lägre högskole examen, 25.1% högre högskole examen, 2.4% annat.

### 2.2 Instrument

Ett frågeformulär konstruerades för mätning av anknytning och grad av alexitymi. Anknytning mättes med Adult Attachment Scale (Collins, & Read, 1990) (Bilaga 1). Testet innehöll tre subskalor a) Har lätt att förlita sig på andra, b) Ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad och c) Bekvämt med närhet. Svartalternativen var på en 5-gradig skala (0 = inte alls likt mig, 1 = delvis inte likt mig, 2 = kan inte säga, 3 = delvis likt mig, 4 = väldigt likt mig). Skalornas reliabilitet samt de enskilda frågorna framgår av Tabell 1.

Alexitymi mättes med Perth Alexithymia Questionnaire (PAQ) (Preece, Becerra, Robinson, Dandy, & Allan, 2018). Testet för alexitymi innehöll också tre subskalor a) svårigheter med att identifiera, förstå och differentiera egna positiva och negativa känslor, b) svårigheter med att beskriva och kommunicera egna positiva och negativ känslor, och c) har en tendens att inte fokusera på de egna känslorna (både negativa och positiva).

Frågorna i skalorna besvarades med hjälp av svartalternativ på en femgradig skala (0 = inte alls likt mig, 1 = delvis inte likt mig, 2 = kan inte säga, 3 = delvis likt mig, 4 = väldigt likt mig). Skalornas reliabilitet samt de enskilda frågorna framgår av Tabell 2.

Utsatthet för aga under barndomen mättes med Brief Physical Punishment Scale (Österman, & Björkqvist, 2007). Skalan innehåller fyra frågor: Blev du utsatt för något av de följande av en vuxen då du själv var barn, blev du: luggad, dragen i örat, slagen med handen, slagen med ett föremål. Svaren gavs på en femgradig skala (0 = aldrig, 4 = väldigt ofta). Cronbach's alpha var .78 för skalan.

## 2.3 Procedur

Ett elektroniskt frågeformulär konstruerades och länken delades ut med hjälp av social media. Länken var aktiv under tiden 23.10 – 2.11 2018.

## 2.4 Etiska hänsyn

Respondenterna som deltog undersökningen var alla anonyma. Studien följde de etiska principer beträffande vetenskaplig forskning med människor som stipuleras i the Declaration of Helsinki (World Medical Association, 2008) samt riktlinjer för forskningsverksamhet utgivna av the Finnish Advisory Board on Research Integrity (2012).

Tabell 1

*Enskilda item och reliabilitetsvärden för tre skalor som mäter anknytning (N = 410)*

---

*Har lätt att förlita sig på andra (6 item,  $\alpha = .84$ )*

- a) Jag finner det svårt att förlita mig på eller att vara beroende av andra. \*
- b) Jag känner mig bekväm i att förlita mig på andra och att vara beroende av dem
- c) Jag anser att människor aldrig finns till hands när de skulle behövas. \*
- d) Jag vet att människor finns där när jag behöver dem.
- e) Jag finner det svårt att lita på andra helt och hållet. \*
- f) Jag är inte alltid säker på att jag kan lita på att människor finns då när jag behöver dem. \*

*Ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad (6 item,  $\alpha = .90$ )*

- a) Jag oroar mig ofta för att människor inte älskar mig.
- b) Jag tycker att andra inte vill komma mig så nära som jag önskar.
- c) Jag oroar mig ofta för att andra människor inte ska stanna hos mig.
- d) Då jag visar mina känslor för andra är jag rädd att de ändrar uppfattning om mig.
- e) Jag undrar ofta om andra människor verkligen bryr sig om mig.
- f) Jag vill komma människor nära, men är rädd för att bli sårad

*Bekväm med närhet (6 item,  $\alpha = .70$ )*

- a) Jag finner det relativt lätt att komma nära människor.
  - b) Jag blir inte orolig då människor kommer mig för nära.
  - c) Jag känner mig något obekväm med att vara nära andra. \*
  - d) Jag känner mig bekväm med att utveckla nära relationer till andra människor.
  - e) Jag känner mig obekväm om någon annan kommer emotionellt nära mig. \*
  - f) Människor vill ofta att jag ska komma dem mer emotionellt nära än jag känner mig bekväm med. \*
-

## Tabell 2

### *Enskilda item och reliabilitetsvärden för tre skalor som mäter alexitymi (N = 410)*

---

*Svårigheter med att identifiera, förstå och differentiera egna positiva och negativa känslor*

(8 item,  $\alpha = .85$ )

- a) Då jag känner mig nere har jag svårt att säga om jag är arg, ledsen eller rädd.
- b) Då jag mår bra kan jag inte säga om jag är glad, upphetsad eller road.
- c) Då jag känner mig nere, kan jag inte förstå denna känsla.
- d) Då jag mår bra kan jag inte förstå denna känsla
- e) Då jag känner mig nere, blir jag förvirrad över vilken känsla jag känner.
- f) Då jag mår bra, bli jag förvirrad över vilken känsla jag känner.
- g) Då jag känner mig nere, blir jag förbryllad över dess känslor.
- h) Då jag mår bra, blir jag förbryllad över dessa känslor.

*Svårigheter med att beskriva och kommunicera egna positiva och negativ känslor*

(8 item,  $\alpha = .97$ )

- a) Då jag känner mig nere eller känner obehagliga känslor, har jag svårt att med ord beskriva dessa känslor.
- b) Då jag mår bra eller känner trevliga känslor har jag svårt att med ord beskriva dessa känslor.
- c) Då jag känner mig nere, kan jag inte diskutera känslorna på djupet eller i detalj.
- d) Då jag mår bra, kan jag inte diskutera känslorna på djupet eller i detalj.
- e) Då något tråkigt händer är det svårt för mig att förklara det i ord.
- f) Då något bra händer, har jag svårt att hitta ord för hur jag känner.
- g) Om jag känner mig nere, och skall försöka beskriva hur jag känner mig har jag svårt att hitta ord för det.
- h) Om jag mår bra och skall beskriva mina känslor vet jag inte vad jag skall säga.

*Har en tendens att inte fokusera på de egna känslorna (negativ och positiv)*

(8 item,  $\alpha = .88$ )

- a) Jag brukar ignorera hur jag känner mig.
  - b) Jag föredrar att låta mina känslor hållas i bakgrunden, snarare än att fokusera på dem.
  - c) Jag lägger inte märke till mina känslor.
  - d) Jag brukar försöka undvika att tänka på hur jag känner
  - e) Jag föredrar att fokusera på saker som jag kan se eller röra vid, snarare än på mina känslor.
  - f) Jag försöker inte att vara i kontakt med mina egna känslor.
  - g) Det är inte viktigt för mig att veta vad jag känner.
  - h) Det känns konstigt för mig att tänka på mina känslor.
-

### 3. Resultat

#### 3.1 Korrelationer mellan skalorna i undersökningen

Skalorna som mätte alexitymi och anknytningsstil korrelerade med varandra (Tabell 3). Skalan som mätte att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad korrelerade signifikant positivt med samtliga skalor som mätte alexitymi. De övriga anknytningsstilarna korrelerade signifikant negativt med samtliga skalor som mätte alexitymi.

Tabell 3  
Korrelationer mellan skalorna i studien ( $N = 410$ )

Anknytningsstil	Alexitymi <sup>a)</sup>		
	Förstå	Kommunicera	Ignorera
Ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad	.43 ***	.37 ***	.17 ***
Har lätt att förlita sig på andra	-.40 ***	-.35 ***	-.28 ***
Bekvämt med närhet	-.39 ***	-.40 ***	-.32 ***

Not. \*\*\*  $p \leq .001$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; †  $p < .10$

<sup>a)</sup> Förstå = Svårigheter att identifiera, förstå och differentiera egna positiva och negativa känslor, Kommunicera = Svårigheter med att beskriva och kommunicera egna positiva och negativ känslor, Ignorera = Tenderar att inte fokusera på de egna känslorna

#### 3.2 Ålder

Ålder korrelerade signifikant negativt med att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad [ $r = -.23, p < .001$ ]. De övriga skalorna korrelerade inte med ålder.

#### 3.3 Kön och språk

En multivariat variansanalys (MANOVA) utfördes med kön och språk som oberoende variabler och de sex skalorna som beroende variabler. Eftersom språk korrelerade signifikant med ålder [ $r = .29, p < .001$ ] hölls ålder som kovariat i analysen. Den multivariata analysen var inte signifikant för språk [ $F_{(6, 390)} = 1.44, ns, \eta_p^2 = .022$ ]. Resultaten beträffande kön redovisas i här nedan.

### 3.4 Utsatthet för aga under barndomen

Utsatthet för aga under barndomen korrelerade inte med någon av skalorna som mätte alexitymi. Däremot korrelerade aga med skalorna som mätte anknytning, att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad [ $r = .10, p = .041$ ], att ha lätt att förlita sig på andra [ $r = -.19, p < .001$ ] och att vara bekväm med närhet [ $r = -.13, p = .01$ ].

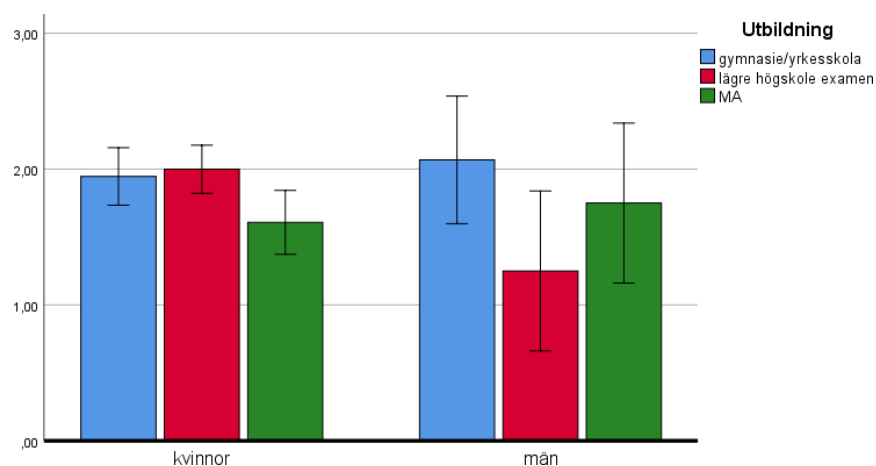
### 3.5 Kön och utbildning

En multivariat variansanalys (MANOVA) utfördes med kön och utbildning som oberoende variabler samt de sex anknytning- och alexitymiskalorna som beroende variabler (Tabell 4, Fig. 1-6). Den multivariata analysen var signifikant för kön men inte för utbildning, och inte heller för interaktionen mellan kön och utbildning. De univariata analyserna uppvisade signifikanta resultat beträffande kön för de tre skalorna som mätte alexitymi men inte för skalorna som mätte anknytning. Männerna hade högre medelvärden än kvinnorna på skalorna som mätte svårigheter att identifiera, förstå och differentiera egna känslor, svårigheter med att beskriva och kommunicera egna känslor och en tendens att inte fokusera på de egna känslorna. Inga skillnader hittades mellan olika utbildningsnivåerna.

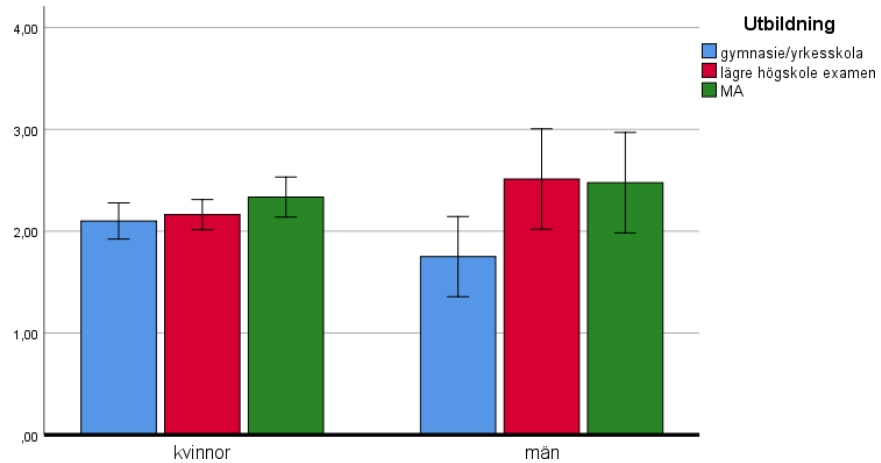
Tabell 4

Resultat av en MANOVA med kön och utbildning som oberoende variabler samt de sex skalorna som beroende variabler ( $N = 400$ )

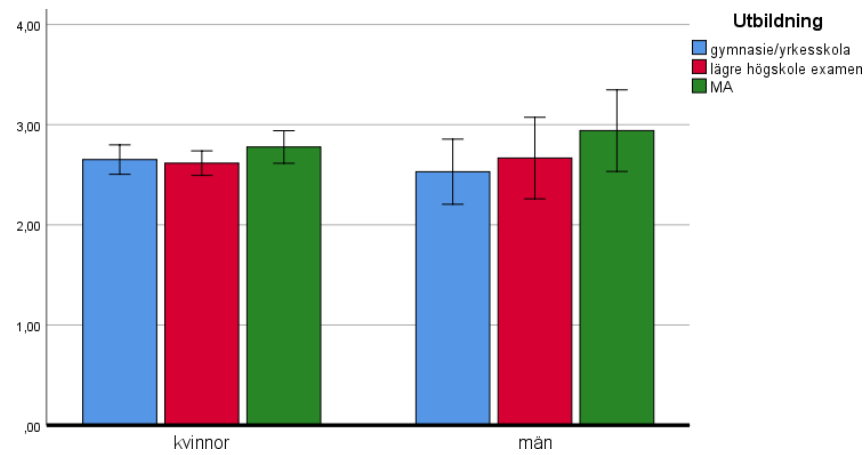
	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i> ≤	$\eta^2$
Effekt av kön				
Multivariat analys	4.54	6, 389	.001	.065
Univariata analyser				
Ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad	.87	1, 394	<i>ns</i>	.002
Har lätt att förlita sig på andra	.10	”	<i>ns</i>	.000
Bekväm med närhet	.07	”	<i>ns</i>	.000
Svårigheter att identifiera, förstå och differentiera egna känslor	11.74	”	.001	.029
Svårigheter med att beskriva och kommunicera egna känslor	9.63	”	.002	.024
Tenderar att inte fokusera på de egna känslorna	17.92	”	.001	.043
Effekt av utbildning				
Multivariat analys	1.52	12, 780	<i>ns</i>	.023
Univariata analyser				
Ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad	2.16	2, 394	<i>ns</i>	.011
Har lätt att förlita sig på andra	4.82	”	.009	.024
Bekväm med närhet	1.82	”	<i>ns</i>	.009
Svårigheter att identifiera, förstå och differentiera egna känslor	3.50	”	.031	.017
Svårigheter med att beskriva och kommunicera egna känslor	3.77	”	.024	.019
Tenderar att inte fokusera på de egna känslorna	1.26	”	<i>ns</i>	.006
Interaktionsffekt: kön x utbildning				
Multivariat analys	1.13	12,780	<i>ns</i>	.017



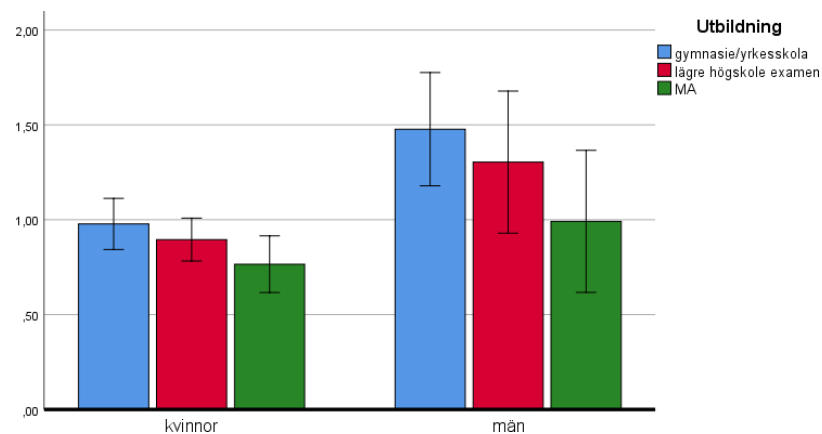
Figur 1. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad ( $N = 400$ ).



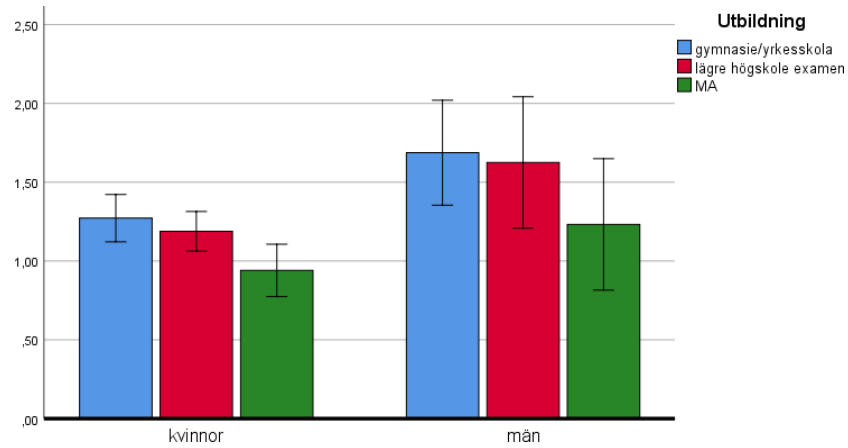
Figur 2. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte att ha lätt att förlita sig på andra ( $N = 400$ ).



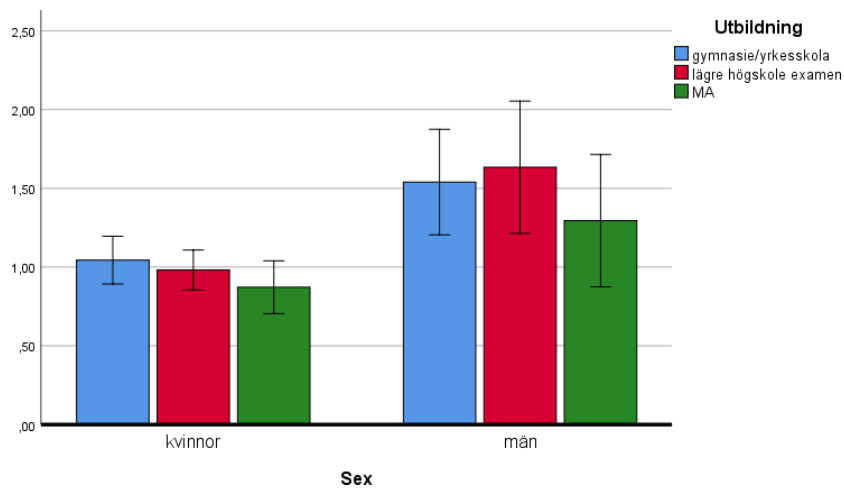
Figur 3. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte att vara bekväm med närhet ( $N = 400$ ).



Figur 4. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte svårigheter att identifiera, förstå och differentiera egna känslor ( $N = 400$ ).



Figur 5. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte svårigheter med att beskriva och kommunicera egna känslor (N = 400).



Figur 6. Medelvärden för kvinnor och män på olika utbildningsnivåer på skalan som mätte en tendens att inte fokusera på de egna känslorna (N = 400).



## 4. Diskussion

### 4.1 Sammanfattning av resultaten

I ovanstående studie undersöktes samband mellan anknytningsmönster, alexitymi och agan i barndomen. Resultaten stöder till stor del tidigare studier inom området.

#### 4.1.1 Anknytning och alexitymi

En studie har visat att kvaliteten på anknytning och känsloreglering är nära knuten till varandra (Montebarocci, et al., 2004) och att tidiga brister i utvecklingen, sociokulturella faktorer och neurobiologiska orsaker har samband med uppkomsten av alexitymi. Brister i kognitiva processer och förmågan att reglera känslor har antagits ha ett samband med otrygg anknytning. En studie av Lang (2010) visade att både undvikande och ambivalent anknytning har en koppling till problem med att hantera känslor. Usaci & Puscasu (2015) kom fram till att det fanns en negativ korrelation mellan alexitymi och trygg anknytning, och en positiv korrelation mellan alexitymi och undvikande och ambivalent anknytning. Även en studie av Montebarocci et al. (2004) visar en signifikant positiv korrelation mellan alexitymi och otrygg anknytning.

Resultaten i den föreliggande studien stöder tidigare studier om sambandet mellan otrygg anknytning och alexitymi. En signifikant positiv korrelation hittades mellan att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller vara oälskad och alla tre alexitymiskalor: skalorna som mäter svårigheter att identifiera och förstå sina känslor, svårigheter med att beskriva och kommunicera sina känslor samt en tendens att inte fokusera på sina känslor. Resultaten visar en signifikant negativ korrelation mellan alexitymi och en trygg anknytning. En negativ korrelation fanns också mellan alexitymiskalorna och anknytningsskalorna som mäter lätt att förlita sig på andra och att vara bekväm med närhet. Det kan konstateras att resultaten stöder den första hypotesen om att alexitymi korrelerar negativt med en trygg anknytningsstil.

#### 4.1.2 Könsskillnader i fråga om anknytningsstil och alexitymi

Det finns inga entydiga forskningsresultat om könsskillnader i fråga om sambandet mellan alexitymi och anknytningsstil. I en studie av O'Loughlin, Cox, Kahn och Wu (2018) framgår det att sambandet mellan otrygg anknytning och alexitymi förekom mera hos män än hos kvinnor, medan andra studier tyder på att det finns en könsskillnad endast i fråga om subskalor av alexitymi (Montebarocci, 2004). O'Neil (2000) fann att män präglades av sociala könsroller, som t.ex. att inte visa känslor, vilket kan resultera i brist på ord för att uttrycka känslor.

Även i föreliggande studie uppkom signifikanta könsskillnader i fråga om alexitymi. Männerna tenderade att ha högre medelvärde gällande alla tre alexitymiskalorna jämfört med kvinnorna. Resultatet stöder hypotesen att män förväntas ha högre medelvärden gällande alexitymiskalorna än kvinnor. Inga signifikanta könsskillnader hittades för anknytningstilarna. Frågeställningen om det skulle hittas skillnader mellan anknytningsstilar hos män och kvinnor besvarades alltså negativt.

#### 4.1.3 Aga och anknytningsstil

Unger och De Luca (2015) kom fram till att det fanns ett samband mellan utsatthet för aga i barndomen och en otrygg anknytningsstil. Också Widom et al. (2018) fann att aga i barndomen ledde till en undvikande anknytningsstil, men att utfallet kan bero på hur sträng agan en person blivit utsatt för. Chang et al. (2003) fann att aggression och aga var mera acceptabelt om de utfördes av fäder, medan modern ansågs vara den vårdande och varma personen. De kom fram till att barn reagerade mera negativt emotionellt på aga utförd av mödrar. Detta kan leda till att aga utövad av modern påverkar anknytningsstilen hos barnet mer än vad aga utövad av fadern gör.

Resultaten av föreliggande studie stöder tidigare forskning om samband mellan aga och otrygg anknytning. Utsatthet för aga under barndomen korrelerade signifikant positivt med att vara ängslig eller rädd för att bli övergiven eller oälskad. Det fanns en signifikant negativ korrelation mellan utsatthet för aga och att ha lätt att förlita sig på andra och att vara bekväm med närhet. Resultaten stöder hypotesen om att personer som utsatts för aga i barndomen skulle ha en sämre anknytning till andra som vuxna.

#### 4.1.4 Aga och alexitymi

Inga tidigare studier om samband mellan alexitymi och aga som en uppfostringsmetod hittades. Dock finns studier om sambandet mellan misshandel och alexitymi. Gershoff (2002) gör skillnad mellan *aga* och *misshandel* i den meningen att *aga* (t.ex. smisk, örfil,) inte leder till betydande fysisk skada, medan *misshandel* handlar om att det finns en risk att skada barnet. En studie av Berenbaum (1996) visar att det finns ett samband mellan misshandel, alexitymi och olika personlighetsstörningar. Han kom fram till att misshandel i barndomen leder till svårigheter i fråga om att identifiera sina känslor. Kooimana et al. (2004), å andra sidan, kom fram till att misshandel i barndomen till en viss del påverka förmågan till känsloreglering, men att alexitymi troligen har andra orsaker. Resultaten i föreliggande studie visar att utsatthet för aga under barndomen inte korrelerade med någon av de skalor som mätte alexitymi.

#### 4.1.4 Alexitymi, anknytning, språk och utbildning

Sambandet mellan alexitymi och anknytningstil samt språk och utbildning undersöktes. Det finns studier som visar att socioekonomisk status kan ha ett samband med anknytningsmönster. En metaanalys av IJzendoorn och Bakermans-Kranenburg (1996) visar att föräldrar med låg socioekonomisk status oftare tenderar att ha en otrygg anknytningstil än föräldrar med högre socioekonomisk status. Orsakerna till detta kan ligga i att individer med en låg socioekonomisk status kan leva i ogynnsamma livsförhållanden (Bradley & Corwyn, 2002; IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 1996). Stress över den ekonomiska situationen kan leda till en minskad känsla av kontroll och till mental ohälsa, vilket kan påverka anknytningen mellan barn och föräldrar genom att föräldern är mindre tillgänglig för barnet (Bradley & Corwyn, 2002).

Resultaten av föreliggande studie visade att utbildningsnivå inte medför några signifikanta skillnader när det gäller anknytningstil och inte heller förekomsten av alexityminivån. Skillnaden till tidigare studier och resultaten i den föreliggande studien kan bero på att undersökningen gjordes i Finland, som är ett välfärdssamhälle där de socioekonomiska klyftorna inte är lika stora som i många andra delar av världen. Ingen signifikant skillnad fanns mellan språk och de sex skalorna som användes för att mäta alexitymi och anknytning.

#### 4.2. Undersökningens begränsningar

Montebarocci et al. (2004) diskuterade i sin studie om en otrygg anknytning leder till alexitymi, eller om en otrygg anknytning leder till en mera negativ bild av den egna emotionella förmågan. Inga belägg finns för att självrapporterad alexityminivå skulle motsvara en persons faktiska nivå av alexitymi. För att mäta detta skulle behövas en yttre objektiv bedömning. Pellerone et al. (2006) betonar också att självrapportering kan innebära risk för en tendens att svara på ett sätt som man tror är socialt acceptabelt.

Ett brett spektrum av fysiska och psykiatriska störningar samt medfödda skallskador kan vara relaterade till alexitymi (Taylor, 2000; Williams et al. 2001). Föreliggande studie tog inte i betraktande respondenternas fysiska och psykiatriska störningar eller mentala ohälsa, vilket kan tänkas påverka resultaten.

I studien undersöktes sambandet mellan anknytningsstil och alexitymi i vuxenlivet. Medelåldern var 30,6 år för alla respondenterna. Detta betyder att resultaten inte går att generalisera så att de gäller yngre personer eller personer över pensionsåldern.

#### 4.4 Förslag till fortsatt forskning

Litteraturen beträffande sambandet mellan anknytning i vuxenlivet och alexitymi baserar sig till en stor del på tvärssnittsstudier. Flera forskare tar fasta på behovet av longitudinella studier för att få en mera övergripande bild och förståelse av ämnet (Montebarocci et al., 2004; Thorberg et al. 2011; Pellerone, 2016). Montebarocci et al. (2004) anser också att om man inkluderade observationsmetoder och intervjubaserad bedömning av alexitymi skulle det leda till mer trovärdiga slutsatser.

I litteratursökningen upptäcktes inga studier som tar fasta på om det finns ett samband mellan aga (inte misshandel) och alexitymi. Eftersom det finns en korrelation mellan aga och otrygg anknytning samt otrygg anknytning och alexitymi, skulle även flera studier som tar fasta på om det finns en korrelation mellan aga och alexitymi kunna utföras.

## Referenser

- Ainsworth, M. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, *34*, 932–937.
- Allen, J. P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 319–335). New York: Guildford Press.
- Berenbaum, H. (1996). Childhood abuse, alexithymia and personality, disorder. *Journal of Psychosomatic Research*, *41*, 585–595
- Beresnevaite, M. (2000). Exploring the benefits of group psychotherapy in reducing alexithymia in coronary heart disease patients: a preliminary study. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *69*, 117–122
- Besharat, M. A. Naghshineh, N., Ganji, P., & Tavalacyan, F. (2014). The moderating role of attachment styles on the relationship of alexithymia and fear of intimacy with marital satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*, *6*, 1135–1140
- Bowlby, J. (1952). *Maternal care and mental health. A report prepared on behalf of the World Health Organization as a contribute to the United Nations programme for the welfare of homeless children* (second edition).  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/40724/WHO\\_MONO\\_2\\_%28part1%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/40724/WHO_MONO_2_%28part1%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss: Volume 1, Attachment*. London, UK: Pimlico.
- Bradley R., & Corwyn R. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual Review of Psychology*, *53*, 371–399
- Broberg, A., Mothander, P., Granqvist P., & Ivarsson, T. (2008). *Anknytning i praktiken: Tillämpningar av anknytningsteorin*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Bydlowski, S., Corcos, M., Jeammet, P., Paterniti, S., Berthoz, S., Laurier, C., Chambry, J., & Consoli, S. M. (2005). Emotion-processing deficits in eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, *37*, 321–329.
- Carpenter, K. M., & Addis, M. E. (2000). Alexithymia, gender, and responses to depressive symptoms, *Sex roles*, *43*, 629–644
- Chang, L., Schwartz, D., Dodge, K. A., & McBride-Chang, C. (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of Family Psychology*, *17*, 598–606.

- Collins, N. L., & Read, S. J., (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644.
- Cozzarelli, C., Karafa, J., Collins, N., & Tagler, M. (2003). Stability and change in adult attachment styles: Associations with personal vulnerabilities, life events, and global construals of self and others. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22, 315–346.
- Danese, A., & Baldwin, J. R. (2016). Hidden wounds? Inflammatory links between childhood trauma and psychopathology. *Annual Review of Psychology*, 68, 517–544
- Davila, J., Burge, D., & Hammen, C. (1997). Why does attachment style change? *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 826–838.
- De Haan, H., Joosten, E., Wijdeveld, T., Boswinkel, P., van Der Palen, J., & De Jong, C. (2012). Alexithymia is not a stable personality trait in patients with substance use disorders. *Psychiatry Research*, 198, 123–129.
- Durant, J., & Ensom, R. (2012). Physical punishment of children: Lessons from 20 years of research. *CMAJ : Canadian Medical Association journal*, 184, 1373–1377.
- Finnish Advisory Board on Research Integrity (2012). *Responsible conduct of research and procedures for handling allegations of misconduct in Finland*. Helsinki, Finland: Finnish Advisory Board on Research Integrity.
- Fraley, R. C. Vicary, A. M., Brumbaugh, C. C., & Roisman, G. I. (2011). Patterns of stability in adult attachment: An empirical test of two models of continuity and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 974–992.
- Frewen, P. A. Pain, C., Dozois, D. J. A., & Lanius, R. A. (2006). Alexithymia in PTSD. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071, 397–400.
- Garber, J., & Dodge, K. A. (1991). Domains of emotion regulation. In Garber J, & Dodge K.A., (Eds.) *The development of emotion regulation and dysregulation* (pp. 3–11). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Gershoff, E. T. (2002). Corporal punishment by parents and associated child behaviors and experiences: A meta-analytic and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 128, 539–579.
- Ghate, D. (2000). Family violence and violence against children. *Children and Society*, 14, 395–403.
- Hosoi, R., Molton, P. I., Jensen, M. M., Ehde, M. D., Amtmann, M. S., O'brien, M. S., Arimura, M. T., & Kubo, M. C. (2010). Relationships among alexithymia and pain intensity, pain interference, and vitality in persons with neuromuscular disease: Considering the effect of negative affectivity. *Pain*, 149, 273–277.

- Kauhanen J, Kaplan G. A, Cohen R. D., Julkunen J., & Salonen J. T. (1996) Alexithymia and risk of death in middle-aged men. *Journal of Psychosomatic Research*, *41*, 541–549.
- Kooiman, C. G., van Rees Vellinga, S., Spinhovenb, P., Draijerc,N., Trijsburgd, R.W., & Rooijmansa, H.G. (2004) Childhood adversities as risk factors for alexithymia and other aspects of affect dysregulation in adulthood, *Psychotherapy and Psychosomatics*, *73*, 107–116
- Krystal, H., (1988) *Integration and self-healing: Affect, trauma, alexithymia*. New York, Routledge.
- Lang, A. (2010). Attachment and emotion regulation - clinical implications of a non-clinical sample study, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, *5*, 674–678
- Luminet, O., Bagby, M., & Taylor, G. (2018) *Alexithymia: Advances in research, theory, and clinical practice*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Lumley, M. A., Neely, L. C., & Burger, A.J. (2007). The assessment of alexithymia in medical settings: Implications for understanding and treating health problems. *Journal of Personality Assessment*, *89*, 230–246.
- Lyvers, M., Davis, S., Edwards, M., & Thorberg, F. (2018). Alexithymia, attachment and fear of intimacy in young adults. *Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, *3*, 1–11.
- Maguire-Jack, K., Gromoske, A. N., & Berger, L. M. (2012). Spanking and child development during the first 5 years of life. *Child Development*, *83*, 1960–1977.
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. F. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, *52*, 358–367.
- McGillivray, L., Becerra, R., & Harms, C. (2017) Prevalence and demographic correlates of alexithymia: A comparison between Australian psychiatric and community samples, *Journal of Clinical Psychology*, *73*, 76–87
- Main, M., & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 161–182). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern: Procedures, findings, and implications for the classification of behavior. In T. B. Brazelton & M. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95–124). Norwood, NJ: Ablex.

- Main, M., & Western, D. (1981). The quality of the toddler's relationship to mother and to father: Related to conflict behavior and the readiness to establish new relationships. *Child Development, 52*, 932–940.
- Milosavljevic, B., Carter L. V., Simonoff, E., Baird, G., Pickles, A., Jones, C. R., Erskine, C., Charman, T., & Happé, F. (2016). Alexithymia in adolescents with autism spectrum disorder: Its relationship to internalising difficulties, sensory modulation and social cognition. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 46*, 1354–1367.
- Montebarocci, O., Codispoti, M., Baldaroa, B., & Rossi, N. (2004). Adult attachment style and alexithymia. *Personality and Individual Differences, 36*, 499–507.
- Moriguchi, Y., Ohnishi, T., Lane, R. T., Maeda, M., Mori, T., Nemoto, K., Matsuda, H., & Komaki, G. (2006). Impaired self-awareness and theory of mind: An fMRI study of mentalizing in alexithymia. *Neuroimage, 32*, 1472–1482.
- Nemiah, J.C., 1977. Alexithymia. Theoretical considerations. *Psychotherapy and Psychosomatics, 28*, 199–206
- Nowakowski, M. E., Mcfarlane, T., & Cassin, S. (2013). Alexithymia and eating disorders: A critical review of the literature. *Journal of Eating Disorders, 1*, 21.
- O'Neil (2008). Summarizing 25 years of research on men's gender role conflict using the gender role conflict scale, *The Counseling Psychologist, 36*, 358–445
- O'Loughlin, J., Cox, D., Kahn, J., & Wu, A. (2018). Attachment avoidance, alexithymia, and gender: Examining their associations with distress disclosure tendencies and event-specific disclosure. *Journal of Counseling Psychology, 65*, 65–73.
- Ogrodniczuk J. S., Piper W. E., & Joyce A. S. (2011). Effect of alexithymia on the process and outcome of psychotherapy: a programmatic review. *Psychiatry Research. 190*, 43–48
- Oskis, A., Clow, A., Hucklebridge, F., Bifulco, A., Jacobs, C., & Loveday, C. (2012). Understanding alexithymia in female adolescents: The role of attachment style. *Personality and Individual Differences, 54*, 97–102.
- Pellerone M., Tomasello G., & Migliorisi, S. (2016) Relationship between parenting, alexithymia and adult attachment styles: A cross-sectional study on a group of adolescents and young adults, *Clinical Neuropsychiatry, 5*, 125–134
- Preece, D., Becerra, R., Robinson, K., Dandy, J., & Allan, A. (2018). The psychometric assessment of alexithymia: Development and validation of the Perth Alexithymia Questionnaire. *Personality and Individual Differences, 132*, 32–44.
- Rholes, W. S., & Simpson, J. A. (2004). *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford Press.



- Ruesch J. (1948). The infantile personality. *Psychosomatic Medicin*, *10*, 134–144
- Rufer, M., Hand, I., Braatz, A., Alsleben, H., Fricke, S., & Peter, H. A. (2004) Prospective study of alexithymia in obsessive-compulsive patients treated with multimodal cognitive-behavioral therapy. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *7*, 101–106
- Samur D., Tops, M., Schlinkert, C., Quirin, M., Cuijpers, P., & Koole, S.L. (2013) Four decades of research on alexithymia: Moving towards clinical applications. *Frontiers in Psychology*, *4*, 861.
- Sasioglu, M., Gulol, C., & Tosun, A. (2014). Alexithymia: Treatment interventions. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, *6*, 22–31.
- Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of “alexithymic” characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *22*, 255–26
- Spek V., Nyklíèek I., Cuijpers P., & Pop V. (2008). Alexithymia and cognitive behaviour therapy outcome for subthreshold depression. *Acta Psychiatrica Scandinavia* *118*, 164–167
- Szpak, M., & Bialeka-Pikul, M., (2015) Attachment and alexithymia are related, but mind-mindedness does not mediate this relationship, *Polish Psychological Bulletin*, *46*, 217–222
- Taylor G. J., Bagby, R. M., & Parker J. D. A. (1997) *Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Taylor, G. J. (2000). Recent developments in alexithymia theory and research. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *45*, 134–142
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1991). The alexithymia construct: A potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics* *32*, 153–64
- Thorberg, F. A., Young, R. M., Sullivan, K. A. & Lyvers, M. (2011) Parental bonding and alexithymia: A meta-analysis. *European Psychiatry*, *26*, 187–193
- Tominaga, T., Choi, H., Nagoshi, Y., Wada, Y., & Fukui, K. (2014). Relationship between alexithymia and coping strategies in patients with somatoform disorder. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *10*, 55–62
- Unger, J. A. M., & De Luca, R. V. (2014). The relationship between childhood physical abuse and adult attachment styles. *Journal of Family Violence*, *29*, 223–234
- Usaci, D., & Puscasu, A. I. (2015). The quality of attachment relationships and alexithymia. *Journal Plus Education*, *12*, 130–141
- van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg M. J. (1996). Attachment representations in mothers, fathers, adolescents, and clinical groups: a meta-analytic search for normative data. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *64*, 8–21.

- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study. *Child Development, 71*, 684–689.
- Wearden, A. J., Lamberton, N., Crook, N., & Walsh, V. (2005). Adult attachment, alexithymia, and symptom reporting: An extension to the four-category model of attachment. *Journal of Psychosomatic Research, 58*, 279–288.
- Widom, C. S., Czaja, S. J., Kozakowski, S. S., & Chauhan, P. (2018). Does adult attachment style mediate the relationship between childhood maltreatment and mental and physical health outcomes? *Child Abuse & Neglect, 76*, 533–545.
- Williams, K. R., Galas, J., Light, D., Pepper, C., Ryan, C., Klein Mann, A. E., Burright R., & Donovan, P. (2001). Head injury and alexithymia: Implications for family practice care. *Brain Injury, 15*, 349–356,
- World Medical Association (2013). Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA, 310*, 2191–2194.
- Österman, K. & Björkqvist, K. (2007). *Brief Physical Punishment Scale (BPPS)*. Åbo Akademi University, Vasa, Finland

# Undersökning om sambandet mellan förmågan att känna igen känslor och nära relationer

Detta formulär behandlar sambandet mellan förmågan att känna igen känslor och nära relationer. Undersökningen görs av en magisterstuderande vid Åbo Akademi med utvecklingspsykologi som huvudämne. Deltagandet är fullständigt anonymt och resultatet behandlas konfidentiellt.

Tack för att du tar dig tid att fylla i frågeformuläret och dela gärna vidare!  
/Maria Lahtinen, email: [maria.lahtinen@abo.fi](mailto:maria.lahtinen@abo.fi)

\*Pakollinen

## 1. Kön \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

- Man  
 Kvinna  
 Annat

## 2. Ålder (Bara siffror) \*

---

## 3. Utbildningsnivå \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

- Gymnasium/Yrkesskola  
 Lägre högskole examen  
 Högre högskole examen eller högre  
 Annat

## 4. Modersmål \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

- Svenska  
 Finska  
 Annat

**Följande frågor behandlar hur du uppfattar och upplever dina känslor. Var vänlig och svara på följande påståenden beroende på hur mycket du håller med eller inte håller genom att använda skalan nedan:**

- 0 = Inte alls likt mig  
1 = Delvis inte likt mig  
2 = Kan inte säga  
3 = Delvis likt mig  
4 = Väldigt likt mig

5. 1. Då jag känner mig nere eller känner obehagliga känslor, har jag svårt att med ord beskriva dessa känslor. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

6. 2. Då jag känner mig nere har jag svårt att säga om jag är arg, ledsen eller rädd. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

7. 3. Jag brukar ignorera hur jag känner mig. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

8. 4. Då jag mår bra eller känner trevliga känslor har jag svårt att med ord beskriva dessa känslor. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

9. 5. Då jag mår bra kan jag inte säga om jag är glad, upphetsad eller road. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

10. 6. Jag föredrar att låta mina känslor hållas i bakgrunden, snarare än att fokusera på dem. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

11. 7. Då jag känner mig nere, kan jag inte diskutera känslorna på djupet eller i detalj. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**12. 8. Då jag känner mig nere, kan jag inte förstå denna känsla. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**13. 9. Jag lägger inte märke till mina känslor. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**14. 10. Då jag mår bra, kan jag inte diskutera känslorna på djupet eller i detalj. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**15. 11. Då jag mår bra kan jag inte förstå denna känsla \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**16. 12. Jag brukar försöka undvika att tänka på hur jag känner \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**17. 13. Då något tråkigt händer är det svårt för mig att förklara det i ord. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**18. 14. Då jag känner mig nere, blir jag förvirrad över vilken känsla jag känner. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

19. 15. Jag föredrar att fokusera på saker som jag kan se eller röra vid, snarare än på mina känslor. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

20. 16. Då något bra händer, har jag svårt att hitta ord för hur jag känner. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

21. 17. Då jag mår bra, bli jag förvirrad över vilken känsla jag känner. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

22. 18. Jag försöker inte att vara i kontakt med mina egna känslor. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

23. 19. Om jag känner mig nere, och skall försöka beskriva hur jag känner mig har jag svårt att hitta ord för det. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

24. 20. Då jag känner mig nere, blir jag förbryllad över dess känslor. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

25. 21. Det är inte viktigt för mig att veta vad jag känner. \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

26. 22. Om jag mår bra och skall beskriva mina känslor vet jag inte vad jag skall säga. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

27. 23. Då jag mår bra, blir jag förbryllad över dessa känslor. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

28. 24. Det känns konstigt för mig att tänka på mina känslor. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**Följande frågor handlar om hur du i allmänhet känner gällande viktiga nära relationer i ditt liv. Tänk på dina tidigare och nuvarande relationer till människor som har varit särskilt viktiga för dig, som familjemedlemmar, romantiska partners och nära vänner. Vänligen svara på varje påstående när det gäller hur du generellt känner i dessa relationer genom att använda skalan nedan:**

- 0 = Inte alls likt mig
- 1 = Delvis inte likt mig
- 2 = Svårt att säga
- 3 = Delvis likt mig
- 4 = Väldigt likt mig

29. 1. Jag finner det relativt lätt att komma nära människor. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

30. 2. Jag finner det svårt att förlita mig på eller att vara beroende av andra. \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**31. 3. Jag oroar mig ofta för att människor inte älskar mig. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**32. 4. Jag tycker att andra inte vill komma mig så nära som jag önskar. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**33. 5. Jag känner mig bekväm i att förlita mig på andra och att vara beroende av dem \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**34. 6. Jag blir inte orolig då människor kommer mig för nära. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**35. 7. Jag anser att människor aldrig finns till hands när de skulle behövas. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**36. 8. Jag känner mig något obekvämt med att vara nära andra. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**37. 9. Jag oroar mig ofta för att andra människor inte ska stanna hos mig. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig



**38. 10. Då jag visar mina känslor för andra är jag rädd att de ändrar uppfattning om mig. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**39. 11. Jag undrar ofta om andra människor verkligen bryr sig om mig. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**40. 12. Jag känner mig bekväm med att utveckla nära relationer till andra människor. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**41. 13. Jag känner mig obekväm om någon annan kommer emotionellt nära mig. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**42. 14. Jag vet att människor finns där när jag behöver dem. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**43. 15. Jag vill komma människor nära, men är rädd för att bli sårad \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**44. 16. Jag finner det svårt att lita på andra helt och hållet. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

45. 17. Människor vill ofta att jag ska komma dem mer emotionellt nära än jag känner mig bekväm med.\*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

46. 18. Jag är inte alltid säker på att jag kan lita på att människor finns då när jag behöver dem.\*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Inte alls likt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt likt mig

**Blev du utsatt för något av de följande av en vuxen då du själv var barn? Markera det alternativ som passar bäst in på dig.**

0= Aldrig

1=Sällan

2= Ibland

3= Ofta

4= Väldigt ofta

47. Blev du som barn luggad? \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Aldrig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt ofta

48. Blev du som barn dragen i örat? \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Aldrig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt ofta

49. Blev du som barn slagen med handen? \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Aldrig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt ofta

50. Blev du som barn slagen med något föremål? \*

Merkitse vain yksi soikio.

	0	1	2	3	4	
Aldrig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Väldigt ofta

**Tack för att du tog dig tid att fylla i frågeformuläret och dela gärna vidare.**

















**39. 12. Minusta on mukavaa kehittää läheisiä suhteita muihin ihmisiin. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**40. 13. Minusta tuntuu epämuikavalta, jos joku muu on henkisesti lähellä minua. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**41. 14. Tiedän, että ihmiset ovat käytettävissä, kun tarvitsen heitä. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**42. 15. Haluan päästä ihmisiä lähelle, mutta pelkään että loukkaan itseni. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**43. 16. Minusta on vaikea täysin luottaa muihin. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**44. 17. Ihmiset haluavat usein, että olisin enemmän henkisesti lähellä kuin minusta tuntuu mukavalta. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**45. 18. En voi aina luottaa siihen että ihmiset ovat käytettävissä, kun tarvitsen heitä. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Täysin eri mieltä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Täysin samaa mieltä

**Onko joku aikuinen alistanut sinua jollekin seuraavista tapahtumista kun olit lapsi? Valitse vaihtoehto, joka sopii sinulle parhaiten käyttäen alla olevaa asteikkoa:**

- 0 = Ei koskaan  
1 = Harvoin  
2 = Joskus  
3 = Usein  
4 = Hyvin usein

**46. 1.Minua on tukistettu lapsena. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Ei koskaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Hyvin usein

**47. 2.Minua on vedetty korvasta lapsena. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Ei koskaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Hyvin usein

**48. 3.Minua on lyöty kädellä lapsena. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Ei koskaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Hyvin usein

**49. 4. Minua on lyöty esineellä lapsena. \***

*Merkitse vain yksi soikio.*

	0	1	2	3	4	
Ei koskaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Hyvin usein

**Kiitos, että täytit kyselylomakkeen! Lomakkeen saa mielellään jakaa!**

---