



BACHELOROPPGAVE

Utrygg tilknytning og sosial og emosjonell fungering

Insecure attachment and social and emotional
functioning

Kandidatnummer: 291

Emne: BSV5-300

Fakultet for helse- og sosialvitenskap

Institutt for velferd og deltaking

Bachelorstudium i Sosialt arbeid

Antall ord: 7970

Innleveringsdato: 19.05.2021

Abstract

Title: Insecure attachment and social and emotional functioning

Background: Based on what I have learned through the study of social work and what I have experienced through work, I developed a great interest in studying the topics of insecure attachment and social and emotional functioning.

Research question: In what way does insecure attachment affect human social and emotional functioning?

Purpose: The purpose of this study is to find out what type of impact insecure attachment in childhood have on human social and emotional functioning in adolescence and young adulthood. I also wanted to see these conditions in the context of peoples interpersonal relationships.

Method: This study is a systematic literature review, which studies information from already existing literature. Through systematic search and critical assessment, I found four research articles that I considered relevant to my research questions. Through a thematic analysis, I found three topics that were of great importance to the selected research articles. The themes are further used as a tool for categorizing findings and discussion. The research articles will be discussed in light of theory.

Results: The findings from the research articles indicate that insecure attachments is expressed in individuals emotional functioning through coping strategies. These strategies are used to handle emotional reactions. Insecure attachments showed different types of effects on individuals social functioning. Some findings stated that it affected their self-perception in interactions with others. Externalizing behaviour and coping mechanism in interpersonal rejection were also affected due to insecure attachments. The research articles showed different results of proximity in interpersonal relationships for individuals with insecure attachments.

Conclusion: I found that insecure attachment affects emotional and social functioning in several ways. Attachments is a complex phenomenon, and the topics that were studied have a mutual influence on each other.

Keywords: insecure attachment, social function, emotional function, interpersonal relations

Innholdsfortegnelse

ABSTRACT	2
1 INTRODUKSJON	4
1.1 TEMA	4
1.2 FORFORSTÅELSE	5
1.3 PRESENTASJON AV PROBLEMSTILLING	6
1.4 AVGRENSNING OG PRESISERING.....	6
1.5 OPPGAVENS OPPBYGNING	6
2 TEORI	7
2.1 HVA ER TILKNYTNING?.....	7
2.2 TILKNYTNINGSTEORIEN	7
2.2.1 <i>Tilknytningsatferd og en sikker base</i>	7
2.2.2 <i>Indre arbeidsmodeller</i>	8
2.2.3 <i>Emosjonsregulering</i>	9
2.3 ULIKE TILKNYTNINGSMØNSTRE	10
3 METODE.....	11
3.1 VALG AV METODE	11
3.2 LITTERATURSTUDIE.....	12
3.3 LITTERATURHIERARKI.....	12
3.4 INKLUSJONS- OG EKSKLUSJONSKRITERIER	13
3.5 SØKEPROSESSEN	13
3.6 PRESENTASJON AV FORSKNINGSARTIKLER	14
3.7 KRITISK VURDERING AV FORSKNINGSARTIKLENE	16
3.8 TEMAANALYSE	17
4 FUNN	18
4.1 EMOSJONELL FUNGERING.....	18
4.2 SOSIAL FUNGERING	19
4.3 NÆRHET I MELLOMMENNESKELIGE RELASJONER	20
5 DISKUSJON	21
5.1 UTRYGG TILKNYTNING SIN INNVIRKNING PÅ UNGDOMMER OG UNGE VOKSNES EMOSJONELLE FUNKSJON	21
5.2 UTRYGG TILKNYTNING SIN INNVIRKNING PÅ UNGDOMMER OG UNGE VOKSNES SOSIALE FUNKSJON	23
5.3 UTRYGG TILKNYTNING SIN INNVIRKNING PÅ MELLOMMENNESKELIGE RELASJONER	26
6 AVSLUTNING	27
LITTERATURLISTE.....	29
VEDLEGG 1: SØKEPROSESSEN.....	31
VEDLEGG 2: SKJEMA FOR KILDEKRITIKK	36
LITTERATURLISTE.....	50

1 Introduksjon

Betydelige mengder av norske barn opplever i dag krevende eller vanskelige oppvekstvilkår (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, 2015). Dette innebærer forhold i hjemmet som er preget av rus, psykiske lidelser, alvorlig sykdom eller et høyt konfliktnivå. Barn som vokser opp under slike forhold har en høyere risiko for å utvikle andre negative mønstre, eksempelvis utrygge tilknytningsmønstre (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, 2015).

Som kommende sosionom har jeg et samfunnsoppdrag som innebærer å bistå mennesker som har behov for hjelp, sikre menneskeverdige levekår og livskvalitet (Fellesorganisasjonen, 2019, s. 2). Barn som lever under vanskelige forhold skal spesielt tas hensyn til, da de har rett på en levestandard som er tilstrekkelig for dets fysiske, psykiske og sosiale utvikling (Barnekonvensjonen, 2003, s.21). Tilknytningsrelasjonen mellom barn og omsorgsperson vil være en avgjørende faktor for i hvilke grad en vurderer disse forholdene som tilstrekkelig nok til at barnet opplever en god omsorg og levestandard.

1.1 Tema

Tema for denne bacheloroppgaven er utrygg tilknytning og sosial og emosjonell fungering. Jeg syntes temaet er svært interessant da jeg i lengre tid har stilt spørsmål til hvilke konsekvenser utrygg tilknytning kan få for personers selvforståelse, personlighet og mellommenneskelige relasjoner. Slike forhold er påvirket av personers sosiale og emosjonelle fungering. Sosial fungering kan beskrives som de personlige egenskapene ved en person som kommer til uttrykk i sosial samhandling (Smith, 2002, s.153). Personers evne til å håndtere og regulere situasjoner som vekker emosjonelle reaksjoner kan forstås som menneskets emosjonelle fungering (Smith, 2002, s. 25). Menneskets sosiale og emosjonelle fungering baserer seg i stor på kvaliteten av tilknytning i relasjonen mellom barn og omsorgsperson. Jeg ønsker derfor å utforske de innvirkningene utrygge tilknytningsmønstre kan ha for menneskers sosiale og emosjonelle funksjon.

Som sosionom har jeg et ønske om å arbeide med barn og unge innenfor barnevern, fosterhjemtjenesten eller som beredskapshjem. Kunnskap om tilknytning og konsekvenser av utrygg tilknytning anser jeg som betydningsfullt da de nevnte instansene i stor grad

arbeider med barn og unge i utsatte livssituasjoner. Dette kan innebære forhold i hjemmet som fører til utvikling av utrygge tilknytningsmønstre. God kunnskap om temaet kan fremme en dypere forståelse og bedre hjelpeevne i møte med mennesker som har opplevd utrygg tilknytning.

1.2 Forforståelse

Valg av tema og fremgangsmåte for å besvare en problemstilling vil være påvirket av ens forforståelse. Forforståelse er de tankene og meningene en har om et fenomen i forkant av en undersøkelse (Dalland, 2017, s.58). I gjennomføringen av undersøkelsen er det viktig å være bevisst på egen forforståelse for å unngå at dette innvirker på studiens formål og resultater.

Valg av tema for bacheloroppgaven tar utgangspunkt i interessen for å utdype forståelsen av sammenhengen mellom tilknytning og sosial og emosjonell fungering. Jeg ble gjort oppmerksom på temaet i løpet av studiet i emnet «Kommunalt barnevern». Vi ble introdusert for tilknytningsteorien gjennom utviklingspsykologien. Vi fikk kunnskap om viktigheten av trygge tilknytningsmønstre i barneårene for en sunn utvikling, samt konsekvenser som kan følge av en utrygge tilknytning.

En svært avgjørende faktor for valg av tema er den erfaringen jeg har fått i arbeidssammenheng. Mitt arbeid som miljøarbeider ved en barnevernsinstitusjon har gitt meg innsikt i historier hvor omsorgssvikt og utrygge tilknytningsforhold står sentralt. Jeg opplever at disse ungdommene har utfordringer på ulike områder. Utfordringene som særlig kommer til uttrykk er psykiske lidelser, utfordringer med regulering av emosjoner og tilknytningsvansker. Dette får meg til å tenke på hvilke innvirkning tilknytningsforholdene har på disse utfordringene. Bacheloroppgaven er for meg en mulighet til å bli enda mer kjent med betydningen av tilknytning, som kan skape en bedre forståelse av barn og unge i arbeidssammenheng.

1.3 Presentasjon av problemstilling

Tilknytningen i barneårene har en avgjørende faktor for hele livsløpet (Kvello, 2012). Det kan særlig komme til uttrykk i menneskers evne til å håndtere emosjonelle reaksjoner, samt deres samhandlingsmønstre i relasjon med andre (Smith, 2002, s.163). Som kommende sosionom vil jeg med høy sannsynlighet møte personer som har utrygge tilknytningsmønstre. Derfor ønsker jeg å utforske sammenhengen mellom utrygg tilknytning og senere sosial og emosjonell fungering med følgende problemstilling:

På hvilke måte kan utrygg tilknytning innvirke på personers sosiale og emosjonelle fungering?

Jeg har videre utviklet tre forskningsspørsmål som nærmere belyser de temaene jeg vil undersøke i min studie:

1. Hvilke konsekvenser kan utrygg tilknytning ha for ungdommers og unge voksne sine emosjonelle fungering?
2. Hvordan påvirker utrygg tilknytning ungdommer og unge voksne sine sosiale funksjoner?
3. Hvordan opplever personer med utrygg tilknytning mellommenneskelige relasjoner i ungdomsårene og ung voksen alder?

1.4 Avgrensning og presisering

I denne oppgaven har jeg valgt å fokusere på ungdommer og unge voksne. Begrunnelsen for valget er at denne aldersgruppen består av en sårbar gruppe mennesker som går gjennom en utvikling fra å være barn til å bli voksen. Det gjelder både fysisk og psykisk utvikling men også forventninger i samfunnet. Eksempelvis skolegang, fritidsaktiviteter og yrkesliv. Da fokuset ligger på ungdom og unge voksne sine opplevelser vil jeg ikke gå direkte inn på forelderens funksjon og opplevelser av tilknytningsrelasjonen.

1.5 Oppgavens oppbygning

Videre i oppgaven vil jeg gjøre rede for den teoretiske bakgrunnen for studien i kapittel 2. I kapittel 3 har jeg beskrevet hva metode er og hvorfor jeg har valgt å bruke litteraturstudie. Videre har jeg presentert søkeprosessen, kildekritikk og utført en temaanalyse. Kapittel 4

består av en presentasjon av funn jeg har gjort meg gjennom de utvalgte forskningsartiklene. Avslutningsvis drøftes disse funnene opp mot teori i kapittel 5.

2 Teori

2.1 Hva er tilknytning?

Tilknytning i spedbarnsalderen kan beskrives som et emosjonelt bånd som knytter barnet til en eller få personer på tvers av tid og sted (Smith, 2002, s.69). Uavhengig av kvaliteten på det emosjonelle båndet vil det knytte seg til omsorgspersoner som et instinkt for å overleve (Smith, 2002, s.85). Kvaliteten på tilknytningen avhenger av den grad det emosjonelle båndet skaper trygghet, forståelse og trøst når barnet er trist eller opplever fysisk eller psykisk smerte (Killén, 2019, s.34). Den tilknytningsrelasjonen barnet erfarer vil være avgjørende for dets fysiske, kognitive, emosjonelle og sosiale utvikling (Killén, 2019, s.44).

2.2 Tilknytningsteorien

Tilknytningsteorien har sitt opphav fra John Bowlby på 1950- og 1960-tallet (Smith, 2002, s.13). Selv forklarer han tilknytningsteorien som et verktøy for å sette ord på menneskers tilbøyelighet til å skape sterke følelsesmessige bånd til andre mennesker (Bowlby, 1996, s.135). Bowlby (1994, s.134) hevdet at dette var et grunnelement i menneskets natur, som er til stede hos den nyfødte og varer gjennom hele livet.

2.2.1 Tilknytningsatferd og en sikker base

Tilknytning kan forstås som et organisert atferdssystem (Smith, 2002, s.20). Et atferdssystem er en underliggende mekanisme som organiserer atferd basert på atferdens ønskede betydning og funksjon (Smith, 2002, s.20). Tilknytningsatferden kommer særlig til uttrykk i spedbarnsalderen som en strategi for å regulere fysisk avstand til omsorgspersoner. Barnets tilknytningssystem aktiveres ofte i forbindelse med situasjoner som oppleves skumle eller stressende. I andre tilfeller kan dreie seg om omsorgspersoner som er fraværende eller lite emosjonelt tilgjengelig. Slike omstendigheter kan føre til forskjellige former for atferd fra barnet, som et uttrykk for emosjonell uro. Tilknytningsatferden går som oftest over dersom barnet får nærhet eller trøst av en omsorgsperson (Smith, 2002, s.21). Barnas uttrykte

tilknytningsatferd kan forstås som en betegnelse for kvaliteten på det emosjonelle båndet mellom barnet og de primære omsorgspersonene (Smith et al., 2019, s.141). Atferdssystem kan være fast organisert, men atferden barnet benytter kan være forskjellig basert på alder (Smith, 2002, s.22). Selv om tilknytningsatferden spesielt er tydelig i spedbarnsalderen hevder Bowlby at den kjennetegner mennesker fra vugge til grav (Bowlby, 1996, s.137).

Barnets tilknytningsbehov og tilknytningsatferd kommer spesielt til uttrykk når barnet starter med utforskning av omgivelsene (Smith et al., 2019, s.141-142). Omsorgspersonenes tilstedeværelse både fysisk og emosjonelt vil ha noe å si for hvilke grad barnet er trygg på å eksplorere. Bowlby (2005) presenterer i denne forbindelse begrepet «sikker base», som i dag har en sentral plass i tilknytningsteorien. En god tilknytningsperson skal fungere som en sikker base (Smith et al., 2019, s.141). Bowlby (1994, s.12) beskriver en sikker base når et barn eller en ungdom utforsker omverdenen og vet med sikkerhet at de blir tatt godt imot av omsorgspersoner når en kommer tilbake, samt bli tatt vare på fysisk og psykisk ved ubehagelige situasjoner. De erfaringer individer opplever i barndommen av respons på tilknytningsarbeid og en sikker base vil ligge til grunn for kognitive representasjoner av seg selv og de primære omsorgspersonene (Smith, 2002, s.45). Erfaringene legger også føringer for senere forventninger til å finne en sikker base, og i hvilke grad en er i stand til å innlede og bevare gjensidige og varige relasjoner (Bowlby, 1996, s.112).

2.2.2 Indre arbeidsmodeller

Fra spedbarnsalderen av konstruerer mennesker kognitive representasjoner av omverdenen, omsorgspersonene, seg selv og forholdet mellom disse elementene (Killén, 2019, s.58). Disse representasjonene beskriver Bowlby (1996, s.125) som «indre arbeidsmodeller». Gjennom barndommen skaper omsorgspersonene forventninger til en sikker base og respons på tilknytningsatferd (Smith, 2002, s.45). Disse erfaringene fører til utvikling av barnets indre arbeidsmodeller av sine primære omsorgspersoner. Tilsvarende vil disse forholdene påvirke de indre arbeidsmodellene barnet utvikler av seg selv. Modellene representerer de opplevelsene barna har av å være velkommen og verdsatt, eller uvelkommen og nedvurdert i samspill med omsorgspersonene (Smith et al., 2019, s.145). De indre arbeidsmodellene ligger til grunn for menneskets forutsetninger og forventninger i samspill med andre (Smith,

2002, s.140). Det kommer særlig til uttrykk i menneskets sosiale og emosjonelle fungering (Hart, 2015, s.44).

Erfaringer som skapes basert på tidlige tilknytningsrelasjoner kan forstås som en grunnleggende oppfatning av hvilke handlingsmønstre en skal benytte seg av og hvordan andre vil respondere (Smith, 2002, s.142). Men tilknytningsforholdet mellom barna og omsorgspersonene vil ikke være den eneste faktoren som er avgjørende for de indre arbeidsmodellene. Etterhvert som barnet blir eldre vil det få nye erfaringer og perspektiver på seg selv og andre knyttet til ulike situasjoner (Killén, 2019, s.59). Slike forhold vil påvirke og videreutvikle de daværende arbeidsmodellene. De indre arbeidsmodellene vil derfor revurderes og oppdateres kontinuerlig gjennomgående i hele livet (Killén, 2019, s.59).

2.2.3 Emosjonsregulering

Bowlby (1997) så på tilknytningsrelasjonen som sterkt forbundet med menneskers emosjonelle funksjon. Tilknytningsrelasjonen innebærer svært intense emosjoner knyttet til dens dannelse, vedlikehold og eventuelle forstyrrelser (Smith, 2002, s.24).

I løpet av barndommen vil tilknytningsrelasjonen være med på å utvikle barnets evne til å regulere egne følelser. Emosjonsregulering dreier seg om evnen til å mestre emosjonelle uttrykksformer, som kan skape muligheter eller begrensninger for å etablere meningsfull sosial samhandling med andre personer (Smith, 2002, s.24). Emosjonsregulering er knyttet til både ytre og indre prosesser. I spedbarnsalderen dreier det seg for det meste om ytre prosesser bestående av omsorgspersonenes initiativer til å tolke og regulere barnets emosjonelle uttrykksformer. Etterhvert som barnet blir eldre vil det i større grad klare å mestre situasjoner som vekker emosjonelle reaksjoner på egenhånd (Smith, 2002, s.25). Barnets evne til å regulere emosjonelle reaksjoner kan tolkes som et uttrykk for deres kvalitet på tilknytningsrelasjonen. Barn som har en utrygg og ambivalent tilknytning har ofte en økt forekomst av negative emosjonelle reaksjoner i form av hyperaktiverende tilstander. Det kan forstås som en tilknytningsstrategi for å oppnå ønsket oppmerksomhet fra tilknytningspersonene, som i noen tilfeller kan hjelpe barnet å regulere deres emosjonelle reaksjoner (Smith, 2002, s.53). Barn med utrygg og unnvikende tilknytning har en tendens til å vise få negative affektuttrykk. Basert på erfaringer med mye avvising kan dette være en

strategi for å redusere risiko for ytterligere avvising fra tilknytningspersonene (Smith, 2002, s.25). Dette kan resultere i at barnet selv må regulere deres emosjonelle reaksjoner (Smith, 2002, s.53). Tilsvarende vil barnet trolig forsøke å holde tilbake positive affektuttrykk da dette gir signal på et ønske om nærhet eller oppmerksomhet fra en omsorgsperson, men på grunn av erfaringer hvor initiativ til samhandling som oftest fører til skuffende opplevelser er dette noe de forsøker å unngå (Smith, 2002, s. 67).

2.3 Ulike tilknytningsmønstre

Med bakgrunn i tilknytningsteorien videreutviklet Mary Ainsworth forståelsen av individuelle forskjeller i barns tilknytningstrygghet gjennom studien «fremmedsituasjonen» (Smith et al., 2019, s.14). Studien undersøkte flere mor-barn-par i omfattende hjemmeobservasjoner, samt undersøkelser i laboratorier med strukturelle atskillelser og gjenforeninger (Smith, 2002, s.18). Barnets reaksjon ved gjenforening oppfattes som å reflektere kvaliteten av foreldre-barn-samspillet (Killén, 2019, s.59). Basert på forskjellige organisering av barnas atferd i fremmedsituasjonen identifiserte Ainsworth tilknytningsmønstrene trygg tilknytning og utrygg tilknytning. Hvor det utrygge tilknytningsmønsteret ble delt i to kategorier, unnvikende tilknytning og ambivalent tilknytning (Smith, 2002, s.18).

Trygg tilknytning kjennetegnes av barn som gleder seg over følelsesmessig nærhet til sine omsorgspersoner (Killén, 2021, s.173). Barnet har erfaringer med omsorgspersoner som er tilgjengelig, responderende og sensitiv overfor dets signaler (Bowlby, 2005, s.140). Med bakgrunn i slike erfaringer danner barnet et bilde av seg selv som en person som er akseptert og er verd å bli elsket av andre (Smith et al., 2019, s.18).

Barn med unnvikende tilknytning har derimot ikke tillit til at omsorgspersonene er tilgjengelig og sensitiv for barnets behov. Barna opplever omsorgspersoner som tilbaketrukket og avvissende i situasjoner hvor de uttrykker følelsesmessige tilknytningsbehov (Killén, 2021, s.172). Som følge av dette lærer barna å undertrykke følelsene sine. Unnvikende tilknytning kan dermed resultere i at barn utvikler psykologisk avstand, men ikke nødvendigvis behov for fysisk avstand (Killén, 2021, s.172).

Barn med ambivalent tilknytning opplever en usikkerhet når det kommer til omsorgspersonens tilgjengelighet og respons når de søker nærhet. Barna kan oppleve at det er lite sammenheng mellom deres handlinger og omsorgspersonens reaksjoner (Smith et al., 2019, s.19). Som et forsøk på å øke forutsigbarheten i den voksnes væremåte og oppnå ønsket respons har barna en tendens til å hyperaktivere tilknytningsatferden (Smith et al., 2019, s.19). Til tross for at barna oppnår en reaksjon vil det ikke alltid resultere i at omsorgspersonene fortsetter å engasjere seg. Ambivalent tilknytning kan føre til større mistillit, sinne og angst i utvikling av nye relasjoner (Killén, 2021, s.174).

Senere forskning viser at en gruppe barn faller utenfor disse tre tilknytningsmønstrene. Tilknytningsforskere utviklet derfor et fjerde tilknytningsmønster som kalles desorganisert tilknytning (Bowlby, 2005, s.141). Kjentegn ved dette mønsteret er at barna har erfaringer med en eller flere av forhold som består av fysisk mishandling, vanskjøtsel, seksuelle overgrep eller omsorgspersoner som er emosjonelle utilgjengelige (Smith et al., 2019, s.20).

3 Metode

3.1 Valg av metode

En metode er en fremgangsmåte for å undersøke et fenomen og komme frem til ny kunnskap (Dalland, 2017, s.51). Metoden er et verktøy for å samle inn data som vil belyse en problemstilling på en faglig god måte (Dalland, 2017, s.52). Valg av metode tar derfor utgangspunkt i hva som er best egnet til å besvare problemstillingen.

Tilknytning er et sentralt tema i psykologien som viser seg å ha et bredt spekter av forskning. Litteraturstudie ble derfor vurdert som en relevant metode. Metoden gjør det mulig å samle store mengder relevant kunnskap på kort tid uten geografiske begrensninger. Etersom at tilknytning er et universelt fenomen vil en litteraturstudie gjøre det mulig å samle den dataen som er nødvendig for å få et overordnet og realistisk bilde av hvordan tilknytning innvirker på personers sosial og emosjonell fungering. På bakgrunn av dette har jeg vurdert litteraturstudie som den metoden som er best egnet til å besvare problemstillingen «På hvilke måte kan utrygg tilknytning innvirke på barns sosiale og emosjonelle fungering?».

3.2 Litteraturstudie

Aveyard (2019, s.2) definerer en litteraturstudie som en omfattende studie og tolkning av eksisterende litteratur som er knyttet til et bestemt tema. En litteraturstudie innebærer å identifisere en problemstilling, og søke svar på denne gjennom systematisk søk og analysering av relevant litteratur. Når man foretar et systematisk søk og analysering vil det kunne skape ny innsikt som bare kommer fram dersom litteraturen blir sett i sammenheng med annen relevant litteratur (Aveyard, 2019, s.2). Aveyard hevder at en systematisk tilnærming til søkeprosessen er nødvendig for å oppnå høy kvalitet på studien (Aveyard, 2019, s. 2). En systematisk litteraturstudie innebærer å undersøke all den tilgjengelige forskningen for et gitt tema. Dette er en tidkrevende prosess med strenge krav til disiplin og dokumentasjon (Aveyard, 2019, s.3). En bacheloroppgave er noe mer begrenset i forhold til tid og akademisk nivå enn hva som kreves til å utføre et systematisk litteraturstudie (Aveyard, 2019, s.3). Med bakgrunn i dette vil jeg benytte meg av prinsippene til et systematisk litteraturstudie gjennom grundig søk etter litteratur og en detaljert beskrivelse av søkeprosessen.

3.3 Litteraturhierarki

Et litteraturhierarki er en hierarkisk rangering av hvilke litteratur som er mest aktuell å bruke med hensyn til problemstilling (Aveyard, 2019, s.66). Aveyard (2019, s.43) hevder dette er en essensiell del av en litteraturstudie når en skal undersøke store mengder litteratur. Mitt litteraturhierarki vil ta utgangspunkt i forskningslitteratur. Forskningslitteratur tar for seg observasjoner og målinger fra den virkelige verden, og har i følge Aveyard (2019, s. 47) større troverdighet i forhold til annen litteratur. I forskningslitteraturen brukes det ulike metodiske fremgangsmåter basert på hensikten med studien. Jeg vil i mitt litteraturhierarki rangere hvilke metodisk tilnærming som er mest relevant å søke etter for min problemstilling.

Problemstillingen min stiller spørsmål til hvilke innvirkning utrygg tilknytning har på sosial og emosjonell fungering. Med utgangspunkt i denne problemstillingen er kohort- og kasus-kontrollstudier plassert høyest i mitt litteraturhierarki, da studiene tar for seg årsakssammenhenger og sammenhenger mellom ulike variabler (Aveyard, 2019, s.55).

Forskningsslitteratur med en kvalitativ tilnærming er også relevant for min studie ettersom at den kan bidra med en dypere forståelse av fenomenet tilknytning, og hvilke erfaringer og opplevelser personer har i forbindelse med det (Dalland, 2017, s.53).

Spørreskjemaundersøkelser er også aktuelt da denne metoden tar for seg en større gruppe mennesker og hvordan de opplever et bestemt fenomen på et gitt tidspunkt (Aveyard, 2019, s.55). Aveyard (2019) hevder det er flere faktorer som kan svekke troverdigheten til en studie som benytter spørreskjema, og at det derfor er viktig å ha et kritisk blikk dersom en velger å bruke dette som en del av sitt litteraturstudie (Aveyard, 2019, s.56). Med bakgrunn i dette velger jeg å plassere spørreskjemaundersøkelser lavest i mitt litteraturhierarki.

3.4 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

I forkant av søkeprosessen utarbeidet jeg en oversikt over inklusjons- og eksklusjonskriterier. Kriteriene er et hjelpemiddel for å finne den litteraturen som er mest relevant for å besvare min problemstilling (Aveyard, 2019, s.75). Krav for inklusjon var at litteraturen ble publisert i et fagfelleurdert tidsskrift og i tidsrommet 2010-2021. Fagfellevurdering innebærer kvalitetssikring gjennom vurdering og godkjenning av minst en anonym ekspert innenfor fagfeltet (Aveyard, 2019, s.114). Litteraturen skulle være forskningsslitteratur, som innebærer at den var publisert i vitenskapelige tidsskrift og har en IMRaD-struktur (Dalland, 2017, s.163). For at jeg skulle ha mulighet til å forstå og ha en troverdig fortolkning av litteraturen begrenset jeg søket til norsk og engelsk litteratur. Forskningsslitteraturen skulle omhandle ungdommer eller unge voksne som hadde opplevd utrygg tilknytning i oppveksten, samt se på innvirkningen det kan ha på personers sosiale og emosjonelle fungering. Litteratur som fokuserte på andre tilknytningsmønstre, som trygg tilknytning og desorganisert tilknytning ble derfor ekskludert. Jeg ekskluderte også litteratur som tok for seg barn, voksne og eldre da disse aldersgruppene falt utenfor hensikten med studien.

3.5 Søkeprosessen

Innledningsvis i søkeprosessen utførte jeg generelle søk i databasene Oria og Academic Search Elite. Dette ga skapte et innblikk i hvilke norske og engelske begreper som ble brukt i relevante forskningsartikler. Et systematisk litteratursøk innebærer at en utarbeider relevante søkeord, kombinere dem, og bruke dem i relevante databaser (Aveyard, 2019,

s.85). Å finne gode kombinasjoner av søkeord var en krevende prosess som endte i flere mislykkede forsøk, før jeg til slutt satt igjen med et representativt utvalg søkeord og kombinasjoner. Et utvalg av søkeord som ble brukt er *attachment, attachment style, insecure attachment, relation, friendship, social, emotion, adolescent og young people*. De endelige søkekombinasjonene er presentert i vedlegg 1. Databasene som ble brukt var Oria, Academic Search Elite, PsykINFO og Medline, som er anbefalte fagressurser for helse- og sosialfag ved biblioteket til Høgskolen på Vestlandet. Tidlig i prosessen opplevde jeg at søk basert på norske søkeord var noe begrenset i forhold til relevans og antall treff. Det var først når jeg benyttet meg av de engelske søkeordene at jeg fant mengder av relevant litteratur.

Basert på 6 systematiske søk fikk jeg totalt 222 søketreff. Jeg foretok en systematisk gjennomgang av søketreffene hvor jeg i første omgang ekskluderte artikler som var tydelig irrelevante basert på tittel. Videre gikk jeg gjennom sammendragene til hver av artiklene som ikke ble ekskludert i den første gjennomgangen. Så langt i prosessen hadde jeg 27 artikler som traff mine inklusjons- og eksklusjonskriterier basert på sammendrag. En grundigere gjennomgang av artiklene, med fokus på kritisk vurdering, litteraturhierarkiet og inklusjons- og eksklusjonskriteriene mine, endte det i et utvalg av 4 artikler som ble vurdert som mest relevant for å belyse problemstillingen.

3.6 Presentasjon av forskningsartikler

Den første forskningsartikkelen "Attachment and emotion regulation: A person-centred examination and relations with coping with rejection, friendship closeness, and emotional adjustment" fant jeg i søk nummer 1 i databasen Medline. Studien ble utført av Gardner, Zimmer-Gembeck og Campbell. Hensikten med studien var å benytte en personsentrert tilnærming for å identifisere tilknytningsmønstre og emosjonsregulering blant et utvalg av unge voksne. Tilknytningsmønstrene ble sett i sammenheng med reaksjoner på mellommenneskelige trusler, ulike emosjonell tilpasning og opplevd nærhet i vennskap. 707 australske universitetsstudenter i alderen 17-27 år ble rekruttert til å gjennomførte studien. Av 707 var det 658 av informantene som ga gyldige data som ble anvendt i studien. Gjennom spørreskjemaundersøkelser fant forskerne betydelige sammenhenger mellom de utrygge tilknytningsmønstrene og forskjellige måter å håndtere mellommenneskelig avvisning, samt ulik rapportering av emosjonell tilpasning og nærhet i vennsapsrelasjoner.

Forskningsartikkelen "Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life" fant jeg også i søk nummer 1 i databasen Medline. Studien ble utført av forskerne Sheinbaum, Kwapil, Ballespí, Mitjavila, Chun, Silvia og Barrantes-Vidal. Formålet med studien var å undersøke hvordan ulike tilknytningsmønstre uttrykkes i dagliglivet, gjennom kognitive vurderinger av selvet, andre og situasjonen. Studien hadde også som mål å undersøke hvordan informantene opplevde sosiale kontekster, med fokus på sosial kontakt og sosial nærhet. Forskerne rekruttert 206 spanske universitetsstudenter til å gjennomføre intervju og spørreskjemaundersøkelse. Gjennomsnittsalderen på informantene var 21,3 år. Metoden bestod i første omgang av intervjuer for å vurdere deltakernes tilknytningsstil videre gjennomførte deltakerne spørreskjemaundersøkelser ved åtte tilfeldige ganger i løpet av dagen i en uke. Resultatene viser en sammenheng mellom ulike tilknytningsmønstre og variasjon i deltakernes øyeblikkelige affektive tilstander, kognitive vurderinger og sosiale funksjon.

I søk nummer 3 i databasen Oria fant jeg forskningsartikkelen "Common and Distinct Correlates of Depression, Anxiety, and Aggression: Attachment and Emotion Regulation of Sadness and Anger". Det var et studie med et utvalg bestående av 383 universitetsstudenter i aldersgruppen 16 til 23 år. Studien ble utført i Australia av Clear, Gardner, Webb og Zimmer-Gembeck. Studiets formål var å undersøke assosiasjoner mellom utrygg tilknytning, følelsesregulering og atferdsutfordringer. Forskningsmetoden bestod av spørreskjemaundersøkelser som tok for seg en rekke målingsinstrumenter for å vurdere deltakernes tilknytningsmønstre, emosjonsregulering samt symptomer på depresjon, sosial angst og aggressiv atferd. Studiets hovedfunn støttet forskernes antatte assosiasjoner om at unge voksne utrygge tilknytningsstil, dysregulering og undertrykkelse av følelser har en sammenheng med emosjonelle og atferdsmessige utfordringer.

Den siste forskningsartikkelen "Adolescent insecure attachment as a predictor of maladaptive coping and externalizing behaviors in emerging adulthood" fant jeg i søk nummer 1 i databasen PSYCinfo. Studien ble utført av Dawson, Allen, Marston, Hafen og Schad. Hensikten med studien var å undersøke om utrygg tilknytning i ungdomsårene hadde en sammenheng med eksternaliserende atferd og maladaptive mestringsstrategier i en ung

voksen alder. Studien hadde et utvalg bestående av 141 ungdommer som forskerne rekrutterte fra en ungdomsskole i USA. Studien foretok undersøkelser ved tre anledninger, først når deltakerne var 14 år, så igjen i 22 års-alderen og til slutt i 23-års alderen. Deltakerne ble bedt om å oppgi en person som de anså som en nær venn, med kriterier om at det var en jevnaldrende og av samme kjønn. Den nære jevnaldrende tok en del av studiet da den utførte spørreskjemaundersøkelser for å vurdere måldeltakerens eksternaliserende atferd i en alder av 14 og 23. Måldeltakerne gjennomførte i første omgang et intervju for å undersøke deltakernes tilknytningsmønster, videre ble spørreskjema brukt for å vurdere eksternaliserende atferd og maladaptive mestringsstrategier. Forskningens hovedfunn var at det var merkbare sammenhenger mellom utrygg tilknytning rapportert i ungdomsårene og eksternaliserende atferd og maladaptive mestringsstrategier i ung voksen alder.

3.7 Kritisk vurdering av forskningsartiklene

Dalland (2017, s.158) definerte kildekritikk som den prosessen en foretar når en vurderer og karakteriserer den utvalgte litteraturen. Dette innebærer en tydelig forklaring av hvilke kriterier som er brukt underveis i utvelgelsen (Dalland, 2017, s.158).

Tilknytning og sosial og emosjonell fungering er tema som er mye forsket på (Smith, 2002, s. 139). Dermed er det utslagsgivende hvor godt jeg har kritisk vurdert den relevante litteraturen ved bruk av spørsmålene i skjema for kildekritikk, litteraturhierarkiet og selvvalgte inklusjons- og eksklusjonskriterier i søket etter mest relevant og troverdig litteratur. Med bakgrunn i disse vurderingene var det fire artikler som ble valgt ut til å besvare min problemstilling. En mer grundig kritisk vurdering av disse fire artiklene ble deretter foretatt ved å fylle ut skjemaet for kildekritikk, som blir presentert i vedlegg 2.

I følge Dalland (2017, s.152) starter den kritiske vurderingen i søkeprosessen etter relevant litteratur. For å komme fram til mine utvalgte forskningsartikler utførte jeg systematiske søk i anerkjente databaser ved biblioteket til Høyskolen på Vestlandet. Jeg sørget for at artiklene var kvalitetssikret ved å begrense søket til artikler som var publisert i fagfelleverderte tidsskrift. Ved å avgrense søket til artikler som er publisert innenfor de 10 siste årene sikret jeg at forskningsartiklene hadde ny og oppdatert forskning på feltet. Denne begrensningen er jeg noe kritisk til da forskning som er publisert i tidligere år kan ha høyere relevans og

troverdighet for mitt studie. Jeg tok høyde for at de utvalgte forskningsartiklene var publisert i et vitenskapelig tidsskrift og følge en IMRaD-struktur, da dette er med på å bekrefte at artikkelen er forskningslitteratur (Dalland, 2017, s. 163). I følge Aveyard (2019, s. 47) har forskningslitteratur en høyere troverdighet i forhold til annen litteratur. Hver forskningsartikkel ble vurdert ut fra mitt litteraturhierarki, hvor alle forskningsartiklene i utvalget var relevante for min problemstilling med utgangspunkt i litteraturhierarkiet. Den kritiske vurderingen resulterte i at alle artiklene ble regnet som relevant og troverdig for å besvare min problemstilling.

Som forsker av det nåværende litteraturstudiet er det viktig å være bevisst og kritisk til egen rolle. I lys av det hermeneutiske og fenomenologiske kunnskapssynet vil et hvert menneske skape et eget bilde av en gitt situasjonen basert på egne erfaringer og fortolkninger (Aadland, 2011, s.180-181). Med hensyn til dette kan det ikke utelukkes at det har oppstått feiltolkninger av forskningsartiklene. De utvalgte forskningsartiklene er skrevet på engelsk. Jeg har tolket og forstått artiklene ved bruk av egne engelsk kunnskaper og tilgjengelige program for oversetting på internett. Det er også mulighet for mistolking med bakgrunn i dette.

3.8 Temaanalyse

En temaanalyse er en strategi som blir brukt for å finne de overordnede temaene i forskningsartiklene (Aveyard, 2019, s.141). Temaanalysen brukes som et verktøy for å kategorisere de ulike funnene, samt belyse de likhetene og forskjellene som er verdt å merke seg (Aveyard, 2019, s.142). Analyseprosessen startet med en grundig gjennomgang av resultatdelen i hver artikkel. Underveis noterte jeg hvilke tema som var mest fremtredende. Deretter sammenlignet jeg temaene for å skape en overordnet oversikt over tema som belyser flere av forskningsartiklene. Som et resultat av analysen fant jeg tre hovedtema som var representativt for forskningsartiklene og problemstillingen min. Analysen skapte også en oversikt over hvilke likheter og forskjeller som kom fram i de ulike artiklene, dette blir presentert i Tabell 1. Temaene blir videre brukt som et verktøy for å kategorisere funn og drøfting.

	Emosjonell fungering	Sosial fungering	Nærhet i mellommenneskelige relasjoner
Gardner et al. (2019)	✓	✓	✓
Sheinbaum et al. (2015)	✓	✓	✓
Clear et al. (2019)	✓	✓	
Dawson et al. (2014)	✓	✓	

Tabell 1. Presentasjon av tema

4 Funn

4.1 Emosjonell fungering

Et gjennomgående tema i de utvalgte artiklene var rapportering av ulike former for emosjonell fungering som et resultat av utrygg tilknytning. Både Gardner et al. (2019) og Clear et al. (2019) presenterte sammenhenger mellom utrygg tilknytning og dysregulering og undertrykkelse av følelser. Gardner et al. (2019, s.133) rapporterte at begge de utrygge tilknytningsmønstrene hadde assosiasjoner med dysregulering og undertrykkelse av følelser. Men at deler av gruppen med unnvikende tilknytningsstil rapporterte lav dysregulering av følelser. I studien til Clear et al. (2019, s.186) kom det fram at personer med ambivalent tilknytningsmønster hadde høyere assosiasjon med dysregulering av følelser. På den andre siden uttrykte personer med unnvikende tilknytningsmønster mer undertrykking av følelser.

Videre fant jeg at Sheinbaum et al. (2015) så på sammenhenger mellom de utrygge tilknytningsmønstrene og deres opplevde emosjonelle tilstander i øyeblikket av undersøkelsen. Det kom fram at personer med unnvikende tilknytningsstil gjennomgående i undersøkelsen opplevde mindre positive følelser rundt situasjonen ved undersøkelsestidspunktet, sammenliknet med personer med trygg tilknytning (Sheinbaum et

al., 2015, s. 5). Gruppen med ambivalent tilknytningsstil uttrykte høyere negativ påvirkning og negative følelser rundt den daværende situasjonen sammenliknet med gruppen med trygt tilknytningsmønster. Denne gruppen viste også større frykt for å miste kontroll over situasjonen (Sheinbaum et al., 2015, s. 5).

Til slutt fant jeg uttrykk for emosjonell fungering i forbindelse med de maladaptive mestringsstrategiene som ble presentert i studien til Dawson et al. (2014). Maladaptive mestringsstrategier ble vurdert ut fra deltakernes bruk av ventilering av følelser, mental og atferdsmessig frakopling og fornektelse. Resultatene fra studien viste at begge de utrygge tilknytningsmønstrene benyttet seg av maladaptive mestringsstrategier knyttet til stressende situasjoner (Dawson et al., 2014, s.470-471).

4.2 Sosial fungering

På tvers av forskningsartiklene fant jeg sammenhenger mellom utrygg tilknytning og sosial fungering med utgangspunkt i forskjellige siktemål. Blant annet studerte Gardner et al. (2019) hvordan utrygg tilknytning kommer til uttrykk i deltakernes mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvisning. Resultatene viser at det unnvikende tilknytningsmønsteret reagerer med å trekke seg tilbake og tenke dypt gjennom hendelsen. Gruppen med ambivalent tilknytningsmønster rapporterte bruk av gjengjeldelse, tilbaketrekking og dyp gjennomtenking (Gardner et al., 2019, s.134).

Sheinbaum et al. (2015) undersøkte deltakernes oppfatninger av seg selv, andre og situasjonen. Begge de utrygge tilknytningsmønstrene hadde en høyere rapportering av negativ selvoppfatning, mindre trygghet på egen mestringsevne og følelsen av å bli mindre ivaretatt av personer som var tilstede på undersøkelsestidspunktet. Gruppen med ambivalent tilknytningsmønster uttrykte mer mistenksomhet og følelsen av å bli feilbehandlet av andre. I tillegg til dette vurderte de situasjonene ved undersøkelsestidspunktene som mindre positiv og mer stressende (Sheinbaum et al., 2015, s.5).

Clear et al. (2019) studerte deltakernes sosiale funksjon med fokus på aggressiv atferd. Resultatene viste at individene med ambivalent tilknytningsmønster hadde høyere

forbindelse med aggressiv atferd. Dette kom der i mot ikke til uttrykk i personer med unnvikende tilknytningsmønstre (Clear et al., 2019, s.186).

Forskerne Dawson et al. (2014) fant i sin studie sammenhenger mellom utrygg tilknytning og rapportert eksternaliserende atferd hos deltakerne i ung voksen alder. Når de undersøkte eksternaliserende atferd vurderte de deltakernes rapporterte aggressive atferd, regelbrytende atferd, fiendtlighet, hyperaktivitet samt umoden og påtrengende atferd (Dawson et al., 2014, s. 468). Vurderingen av eksternaliserende atferd bestod av spørreskjemaundersøkelser fra måldeltaker og deres utvalgte nære jevnaldrende. Gruppen med ambivalent tilknytningsmønster viste en sterk assosiasjon til eksternaliserende atferd, både gjennom selvrapporing og rapportering fra deres nære jevnaldrende. Gruppen med unnvikende tilknytningsmønster uttrykte forbindelser med eksternaliserende atferd i deres selvrapporing. Der i mot kom dette ikke frem i deres nære jevnaldrende sin vurdering av eksternaliserende atferd hos måldeltakeren (Dawson et al., 2014, s. 470).

4.3 Nærhet i mellommenneskelige relasjoner

Både Gardner et al. (2019) og Sheinbaum et al. (2015) sin forskning undersøkte hvordan utrygg tilknytning kom til uttrykk i mellommenneskelige relasjoner. Begge studiene tok utgangspunkt i deltakernes opplevelse av nærhet i relasjoner til andre.

Gardner et al. (2019) fokuserte på de opplevelsene deltakerne hadde av nærhet i tette vennskap. Dette ble vurdert ut fra den grad de søkte til vennene som en sikker base, samt hvor mye tid de tilbrakte sammen med dem (Gardner et al., 2019, s. 130). Begge de utrygge tilknytningsmønstrene rapporterte høy nærhet i vennskapelige relasjoner (Gardner et al., 2019, s. 134).

Sheinbaum et al. (2015) sin studie tok for seg sosial kontakt og sosial nærhet i relasjoner generelt. Resultatene viste ikke forskjeller i hvor ofte de ulike tilknytningsmønstrene hadde sosial kontakt (Sheinbaum et al., 2015, s.6). De ulike tilknytningsmønstrene viste der i mot ulikheter i de opplevelsene de hadde av nærhet i relasjoner. Resultatene viste at begge de utrygge tilknytningsmønstrene opplevde en lavere følelse av nærhet i mellommenneskelige relasjoner (Sheinbaum et al., 2015, s.6). Gruppen med unnvikende tilknytningsmønster

uttrykte et større ønske om å være alene når de var sammen med andre. I relasjoner hvor nærheten var lavere opplevde de unnvikende tilknyttede å bli mindre ivaretatt av motparten. Gruppen med ambivalent tilknytningsmønster opplevde et høyere ønske om å være alene på bakgrunn av erfaringer med følelsen av å bli sosialt avvist i samspill med andre. Gruppen opplevde også mindre tilfreds og økt negativ påvirkning i samhandling med personer som de anså som mindre nære (Sheinbaum et al., 2015, s.6).

5 Diskusjon

I dette kapittelet vil funn fra forskningsartiklene bli drøftet opp mot relevant litteratur for å besvare problemstillingen: «På hvilke måte kan utrygg tilknytning innvirke på personers sosiale og emosjonelle fungering?».

5.1 Utrygg tilknytning sin innvirkning på ungdommer og unge voksnes emosjonelle funksjon

Gjennom forskningen til Gardner et al. (2019) og Clear et al. (2019) fant jeg forbindelser mellom utrygg tilknytning og utfordringer med å mestre situasjoner som vekker emosjonelle reaksjoner. Gardner et al. rapporterte at både ambivalente og unnvikende tilknytningsmønstre uttrykker dysregulering og undertrykkelse av følelser. Men deler av gruppen med unnvikende tilknytningsmønster rapporterte lav dysregulering av følelser (Gardner et al., 2019, s.133). Clear et al. sine resultater forteller at personer med ambivalente tilknytningsmønster har høyere assosiasjon med dysregulering, og den unnvikende tilknytningsstilen har høyere rapportering av undertrykkelse av følelser (Clear et al., 2019, s.186). På tvers av disse artiklene kan det tenkes at Gardner et al. (2019) sin lavere registrering av dysregulering for deler av den unnvikende gruppen indikerer på noe samsvarende resultater for personer med unnvikende tilknytningsstil. Sheinbaum et al. sin forskningsartikkel viste sammenhenger mellom ambivalent tilknytning og høyere hyperaktiverende tendenser i form av høyere negativ påvirkning og stress, samt en frykt for å miste kontroll i situasjonen (Sheinbaum et al., 2015, s.5). Det unnvikende tilknytningsmønsteret viste i større grad deaktiverende tendenser som reduserte positive tilstander.

Mestringsstrategiene for følelsesregulering som kommer fram på tvers av forskningsartiklene samsvarer med Killén (2021) og Smith et al. (2019) sine beskrivelser av de ulike tilknytningsmønstrene. Killén hevder at personer med unnvikende tilknytningsstil har lært å undertrykke egne følelser på bakgrunn av erfaringer med omsorgspersoner som er tilbaketrukket og avvisende i situasjoner hvor de utrykkte følelser (Killén, 2021, s.172). Forskningsartiklene viser at personer med unnvikende tilknytning i større grad benytter seg av undertrykking og dysregulering av følelser som strategier for å mestre emosjonelle uttrykk. Dette indikerer at deltakernes undertrykking og deaktivering av følelser er måter å håndtere emosjonelle reaksjoner på med et ønske om å unngå oppmerksomhet og nærhet fra andre. Dette kan være en strategi for å unngå ytterligere avvisning. Gardner et al. (2019), Clear et al. (2019) og Sheinbaum et al. (2015) viser dysregulering av følelser og hyperaktiverende tendenser som mest fremtredende mestringsstrategier for personer med ambivalent tilknytning. Smith et al. (2019, s.19) beskriver slike emosjonelle uttrykk som en strategi for å for å oppnå en tilstedeværelse og nærhet fra andre i håp om at det skal hjelpe dem å regulere deres emosjonelle uro. Det kan dermed tenkes at deltakernes dysregulering av følelser og hyperaktiverende tendenser er et uttrykk for ønske om nærhet og støtte fra andre. Dette kan hjelpe dem å regulere deres emosjonelle reaksjoner. Samlet sett kan disse emosjonelle mestringsstrategiene tenkes å være innarbeidet som en del av individets indre arbeidsmodeller, basert på deres tidligere erfaringer fra tilknytningsrelasjonen. Dette indikerer at de erfaringene personer har fra sine tilknytningsrelasjoner i barndommen også kommer til uttrykk i deres emosjonelle fungering i ungdomsårene og ung voksen alder.

Studien til Dawson et al. viste en forekomst av maladaptive mestringsstrategier som deltakernes måte å håndtere stressende situasjoner (Dawson et al., 2014, s.470-471). De maladaptive mestringsstrategiene ble vurdert ut fra deltakernes ventilerings av følelser, mental og atferdsmessig frakopling og fornektelse. Forskerne gikk ikke direkte inn på hvilke av mestringsstrategiene som ble brukt av de ulike tilknytningsmønstrene og det er derfor utfordrende å se dette i direkte sammenheng med de andre forskningsresultatene. Dersom en ser dette i sammenheng med de andre forskningsartiklene kan en forstå ventilerings av følelser som en form for emosjonell dysregulering. Samt mental og atferdsmessig frakopling og fornektelse som en måte å deaktivere og undertrykke følelser. Med utgangspunkt i disse sammenhengene samsvarer disse funnene også med Killén (2021) og Smith et al. (2019) sine

beskrivelser av ambivalente og unnvikende tilknytningsmønstre. Dermed kan en forstå deltakernes maladaptive mestringsstrategier som et uttrykk for deres indre arbeidsmodeller når de skal håndtere stressende situasjoner.

5.2 Utrygg tilknytning sin innvirkning på ungdommer og unge voksnes sosiale funksjon

I studien til Gardner et al. kom det fram sammenhenger mellom utrygg tilknytning og tilbaketrekking, dyp gjennomtenking og gjengjeldelse som mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvisning (Gardner et al., 2019, s.134). Mellommenneskelig avvisning er sannsynligvis noe personer innenfor begge de utrygge tilknytningsmønstrene har erfaringer med fra tilknytningsrelasjonen. I tilknytningsteorien kommer avvisning særlig til uttrykk som en del av tilknytningsrelasjonen til personer med unnvikende tilknytningsstil (Bowlby, 2005, s.140). I studien rapporterte begge de utrygge tilknytningsmønstrene høy forekomst av tilbaketrekking og dyp gjennomtenking som mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvisning (Gardner et al, 2019, s.134). Dette kan tolkes som handlingsmønstre som baserer seg på tidligere erfaringer med omsorgspersoner som har en avvisende holdning. Individene kan ha utarbeidet indre arbeidsmodeller som representerer en forståelse av seg selv som mindre velkommen og verdsatt (Smith et al., 2019, s.145). Dette kan føre til dårligere selvbilde og selvforståelse i samhandling med andre. Dette kommer særlig til uttrykk i den delen av Sheinbaum et al. sin forskning som tar for seg personens selvoppfatning. Begge de utrygge tilknytningsmønstrene uttrykte negativ selvoppfatning, mindre trygghet på egen mestringssevne og følelser av å bli mindre ivaretatt av andre (Sheinbaum et al., 2015, s. 5). Slike forventninger og forutsetninger vil trolig ha en effekt på deres forståelse av seg selv i samhandling med andre, og som i dette tilfellet kan ha ført til tilbaketrekking og dyp gjennomtenking som mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvisning.

Gruppen med ambivalent tilknytning rapporterte bruk av gjengjeldelse som mestringsstrategi ved mellommenneskelig avvisning (Gardner et al., 2019, s.134). I tilknytningsteorien kommer det fram at personer med ambivalent tilknytning har en tendens til å maksimere uttrykk for opprørthet og fortvilelse som en måte å bli lagt merke til og for å øke forutsigbarheten til tilknytningspersonen (Smith et al., 2019, s.19). I denne sammenheng

kan en tolke deres mestringsstrategi som et forsøk på å oppnå en respons fra andre ved å bruke gjengjeldelse som et uttrykk for deres følelser. I Sheinbaum et al. (2015) sin forskning kommer det også fram at personer med ambivalent tilknytning uttrykker mer mistenksomhet og følelsen av å bli feilbehandlet av andre. Slike oppfatninger av andre kan skape større forståelse for hvorfor de kan oppleve avvisning i mellommenneskelige situasjoner. Det er viktig å merke seg at resultatene i Gardner et al. (2019) sin forskning baserer seg på følelser personer opplever ved fiktive situasjoner av mellommenneskelig avvisning som blir presentert i studien. Med andre ord tar ikke resultatene for seg hvor ofte personer opplever mellommenneskelig avvisning i hverdagen eller spesifikke opplevelser de har hatt. I hvilke grad disse mestringsstrategiene kommer til uttrykk i hverdagen til personer med utrygg tilknytning er dermed uvisst. Men funnene kan fortsatt forstås som et uttrykk for handlingsmønstrene de har utarbeidet gjennom erfaringer og som er blitt en del av deres indre arbeidsmodeller.

Både Clear et al. (2019) og Dawson et al. (2014) rapporterte sammenhenger mellom utrygge tilknytningsmønstre og eksternaliserende atferd. Resultatene fra Clear et al. sin studie viste at personer med ambivalent tilknytningsmønster rapporterte bruk av aggressiv atferd. Der i mot var dette ikke en egenskap som kjennetegnet det unnvikende tilknytningsmønsteret (Clear et al., 2019, s.186). Dawson et al. fant assosiasjoner mellom begge de utrygge tilknytningsmønstrene og uttrykt eksternaliserende atferd i deres selvrappporter og rapport av måldeltakeren fra deres nære jevnaldrende (Dawson et al., 2014, s. 470).

Eksternaliserende atferd ble vurdert ut i fra den grad de viste aggressiv atferd, regelbrytende atferd, hyperaktivitet samt umoden og påtrengende atferd (Dawson et al., 2014, s. 468).

Eksternaliserende atferd kan forstås som et uttrykk for de handlingsmønstrene som er en del av deres indre arbeidsmodeller. Et bemerkelsesverdig funn i studien til Dawson et al. kom fram i den siste undersøkelsen av eksternaliserende atferd. Personer med ambivalent tilknytningsstil viste en forekomst av eksternaliserende atferd i deres selvrapport og rapport fra deres nære jevnaldrende. Deltakerne med unnvikende tilknytningsmønster rapporterte selv en forekomst av eksternaliserende atferd, der i mot ble dette ikke rapportert av deres nære jevnaldrende (Dawson et al., 2014, s. 470). Dette kan være et uttrykk for at personer med unnvikende tilknytningsstil i mindre grad uttrykker den eksternaliserende atferden i samspill med andre, i så tilfelle på en annen måte enn det personer med ambivalent

tilknytningsstil gjør. I forbindelse med forskernes funn på personers emosjonelle funksjon fant de større forekomst av dysregulering av følelser og hyperaktiverende tendenser blant personer med ambivalent tilknytning. Denne måten å håndtere emosjonelle reaksjoner på vil i større grad bli lagt merke til i forhold til personer som undertrykker følelsene og har deaktivierende tendenser som kjennetegnet det unnvikende tilknytningsmønsteret. Dermed kan den manglende registreringen av eksternaliserende atferd hos unnvikende tilknytningsmønster fra deres nære jevnaldrende være forbundet med undertrykking av følelser og deaktivierende tendenser. Den unnvikende tilknytningsgruppen sin selvrapporterte eksternaliserende atferd kan tenkes å ha en sammenheng med de mestringsstrategiene som blir brukt for regulering av emosjonelle reaksjoner og stress. Som tidligere nevnt blir et unnvikende tilknytningsmønster ofte utviklet basert på tilknytningspersoner som opptrer avvisende og lite tilgjengelig for å regulere barnets emosjoner (Killén, 2021, s. 172). Dermed lærer barnet å takle disse følelsene på egenhånd. Dette kan medføre et handlingsmønster som innebærer å håndtere følelser på egenhånd også i nye relasjoner. Dermed kan den selvrapporterte eksternaliserende atferden for personer med unnvikende tilknytningsmønster tenkes å ha en sammenheng med deres mestringsstrategier ved emosjonell reaksjoner.

Resultatene som Clear et al. (2019) og Dawson et al. (2014) presenterer i sine forskningsartikler kan i noen grad støtte forståelsene av de utrygge tilknytningsmønstrene som kommer fram i tilknytningsteorien. Dawson et al. (2014) går ikke direkte inn på hvilke former for eksternaliserende atferd som kjennetegner de ulike tilknytningsmønstrene. Det er derfor noe usikkert om alle de nevnte formene for eksternaliserende atferd er representativt for begge de utrygge tilknytningsmønstrene. Sammenliknet med forskningen til Clear et al. (2019) som viser at personer med unnvikende tilknytningsmønster ikke uttrykker aggressiv atferd, kan det tenkes at den formen for eksternaliserende atferd er mindre fremtredende for det unnvikende tilknytningsmønsteret. Denne antakelsen stemmer også mer overens med beskrivelsen av det unnvikende tilknytningsmønsteret som presenteres i tilknytningsteorien.

5.3 Utrygg tilknytning sin innvirkning på mellommenneskelige relasjoner

Studiene til Gardner et al. (2019) og Sheinbaum et al. (2015) undersøkte hvordan utrygg tilknytning innvirker på mellommenneskelige relasjoner. Undersøkelsene hadde fokus på i hvilke grad deltakerne opplevde nærhet i deres relasjoner til andre. Gardner et al. (2019) baserte sin forskning på vennskapelige forhold. Mer konkret stilte de spørsmål om deltakerne opplevde venner som en sikker base og hvor mye tid de tilbrakte med dem (Gardner et al., 2019, s.130). I resultatene kom det fram at begge de utrygge tilknytningsmønstrene opplever nærhet i vennsapsrelasjoner (Gardner et al., 2019, s. 134). Resultatene i forskningen til Gardner et al. (2019) viser at til tross for en utrygg tilknytning evner deltakerne å utvikle nærhet i vennskapelige relasjoner. Dette kan indikere at de opprinnelige indre arbeidsmodellene har blitt oppdatert i forbindelse med nye positive opplevelser og erfaringer av relasjoner i etterkant av tilknytningsrelasjonen.

Sheinbaum et al. (2015) sin forskning viste at de utrygge tilknytningsmønstrene i større grad opplevde mindre nærhet i relasjoner som utfordrende i sosiale sammenhenger. Studien undersøkte nærhet i relasjoner generelt. Resultatene viste at begge de utrygge tilknytningsmønstrene følte mindre nærhet i relasjoner sammenliknet med personer med trygg tilknytning (Sheinbaum et al., 2015, s.6). Det unnvikende tilknytningsmønsteret erfarte at relasjoner bestående av lavere opplevd nærhet resulterte i følelsen av å bli mindre ivaretatt. Gruppen med et ambivalent tilknytningsmønster opplevde de mindre nære relasjonene som en faktor for redusert tilfredshet, økt stress og negativ påvirkning. Studien tok også for seg hvilke opplevelser personer med utrygg tilknytning hadde av sosiale samspill sammenliknet med personer med trygg tilknytningsstil (Sheinbaum et al., 2015, s.6). Personer innenfor de ulike tilknytningsmønstrene vise ikke forskjeller i hvor ofte de hadde sosial kontakt. Der i mot varierte resultatene i forbindelse med de opplevelsene de hadde av sosiale sammenhenger med utgangspunkt i lavere opplevd nærhet (Sheinbaum et al., 2015, s.6). Personer med unnvikende tilknytningsstil uttrykte et større behov for å være alene framfor å være sammen med andre mennesker. Det ambivalente tilknytningsmønsteret viste følelser av å ikke være ønsket av andre i sosiale sammenhenger, som resulterte i en preferanse om å være alene (Sheinbaum et al., 2015, s.6). Dette indikerer at de opplevelsene personer i de ulike utrygge tilknytningsmønstrene har av lav nærhet i relasjoner påvirker deres opplevelser av sosial kontakt. I lys av tilknytningsteorien kan disse funnene tolkes som

et uttrykk for erfaringer med en mindre sikker base og indre arbeidsmodeller bestående av mer negative oppfatninger av seg selv og andre. Dette kan resultere i mindre positive opplevelser av sosiale sammenhenger og relasjoner til personer de ikke opplever som nære (Bowlby, 1996, s.125-126).

På tvers av forskningsartiklene til Gardner et al. (2019) og Sheinbaum et al. (2015) samsvarer ikke i resultatene på hvilke innvirkning utrygg tilknytning har på mellommenneskelige relasjoner. På den ene siden viser Gardner et al. (2019) høy opplevd nærhet i vennskapelige relasjoner, og på den andre siden formidler deltakerne i studien til Sheinbaum et al. (2015) en lavere opplevd nærhet i relasjoner generelt. Det kan tenkes at resultatene ikke samsvarer på bakgrunn av ulike studiedesign og forskningsmål, da Sheinbaum et al. (2015) ikke bare tar for seg vennskapelige relasjoner men relasjoner generelt. Begge forskningsresultatene kan forstås i lys av tilknytningsteorien, men Gardner et al. (2019) sine resultater var dem som skilte seg mest ut fra det som kjennetegnes for utrygge tilknytningsmønstre. Men det er ikke dermed gitt at disse resultatene er mindre troverdig. Tvert i mot kan dette vise at personer som har utrygg tilknytning ikke nødvendigvis opplever store konsekvenser i relasjoner på bakgrunn av utrygge tilknytningsrelasjoner.

6 Avslutning

Hensikten med denne studien var å utforske hvilke innvirkninger utrygg tilknytning har på personers sosiale og emosjonelle fungering i ungdomsårene og ung voksen alder. De utvalgte forskningsartiklene viser at det er tydelige sammenhenger mellom disse forholdene, som også samsvarer med den anvendte teorien. Gjennom litteraturstudiet har jeg blitt oppmerksom på at utrygg tilknytning sin innvirkning på menneskets funksjonsområder henger tett sammen, da det var noe utfordrende å skille mellom sosial og emosjonell fungering. Jeg sitter derfor igjen med en forståelse av tilknytning som et komplekst fenomen som påvirker mennesket på flere områder.

I mitt studie av de utvalgte forskningsartiklene fant jeg ut at utrygg tilknytning innvirker på menneskets emosjonelle fungering i form av de mestringsstrategiene som brukes for å håndtere emosjonelle reaksjoner. Det viste seg at dysregulering og undertrykkelse av

følelser var de mest fremtredende mestringsstrategiene for å regulere emosjonell uro. Menneskets sosiale funksjon kom til uttrykk i deres selvoppfatning i samspill med andre, eksternaliserende atferd og mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvisning. Disse forholdene så ut til å være påvirket av utrygge handlingsmønstre som et resultat av de indre arbeidsmodellene som blir utviklet i en utrygg tilknytningsrelasjon. Forskningsartiklene viste ulike resultater for hvordan utrygg tilknytning innvirker på menneskers evne til å knytte nære bånd i nye relasjoner. Det er derfor noe utfordrende å evaluere hva som kjennetegner nærhet i mellommenneskelige relasjoner for personer med utrygg tilknytning.

Dagens forskningsfelt for temaene utrygg tilknytning og sosial og emosjonell fungering består i stor grad av kvantitative studier. En ny innvending kan være å ha et større fokus på kvalitative forskningsmetoder da dette kan åpne opp for en dypere forståelse av hvordan personer selv opplever og erfarer deres funksjon med utgangspunkt i utrygg tilknytning. Tilknytning er et universelt fenomen, der tilknytningen som utvikles i hver enkelt tilknytningsrelasjon er unik. Det vil derfor alltid være aktuelt å forske på tilknytning for å skape ny innsikt.

Litteraturliste

- Aadland, E. (2011). «Og eg ser på deg ...»: Vitenskapsteori i helse- og sosialfag (3. utg.). Universitetsforlaget.
- Aveyard, H. (2019). *Doing a literature review in health and social care: A practical guide* (4. utg.). Open University Press/McGraw-Hill Education.
- Barnekonvensjonen. (2003). *FNs konvensjon om barnets rettigheter: Vedtatt av De Forente Nasjoner den 20. november 1989, ratifisert av Norge den 8. januar 1991: Revidert oversettelse mars 2003 med tilleggsprotokoller*. Barne- og familiedepartementet.
https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdf/v/178931-fns_barnekonvensjon.pdf
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2015, 23. mars). *Barn med krevende oppvekstbetingelser*.
https://bufdir.no/Statistikk_og_analyse/oppvekst/Familie_omsorg_og_relasjoner/Barn_med_vanskelige_oppvekstbetingelser/
- Bowlby, J. (1994). *En sikker base: tilknytningsteoriens kliniske anvendelser* (B. Nake, Overs.). Det lille forlag. (Opprinnelig utgitt 1988).
- Bowlby, J. (1996). *At knytte og bryde nære bånd: tilknytning og tab, selvtillid og sorg*. (B. Nake, Overs.). Det lille forlag. (Opprinnelig utgitt 1979).
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss: Bd. 1. Attachment*. Pimlico.
- Bowlby, J. (2005 [1988]). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. Routledge.
- Brandtzæg, I., Smith, L. & Torsteinson, S. (2019). *Barn og relasjonsbrudd: Bd. 2. Mikroseparasjoner: Tilknytningsbasert forståelse, utredning og behandlingstiltak*. Fagbokforlaget.
- Clear, S. J., Gardner, A. A., Webb, H. J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2019). Common and Distinct Correlates of Depression, Anxiety, and Aggression: Attachment and Emotion Regulation of Sadness and Anger. *Journal of Adult Development*, 27(3), 181–191.
<https://doi.org/10.1007/s10804-019-09333-0>
- Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.). Gyldendal akademisk.
- Dawson, A. E., Allen, J. P., Marston, E. G., Hafen, C. A., & Schad,

- M. M. (2014). Adolescent insecure attachment as a predictor of maladaptive coping and externalizing behaviors in emerging adulthood. *Attachment & Human Development*, 16(5), 462–478. <https://doi.org/10.1080/14616734.2014.934848>
- Fellesorganisasjonen (FO). (2019). *Yrkesetisk grunnlagsdokument: for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleier og velferdsvitere* [Brosjyre]. Fellesorganisasjonen (FO). <https://www.fo.no/getfile.php/1324847-1580893260/Bilder/FO%20mener/Brosjyrer/Yrkesetisk%20grunnlagsdokument.pdf>
- Gardner, A. A., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2019). Attachment and emotion regulation: A person-centred examination and relations with coping with rejection, friendship closeness, and emotional adjustment. *British Journal of Developmental Psychology*, 38(1), 125–143. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12310>
- Hart, S. (2015). Nevroaffektiv utviklingspsykologi. I R. Schwartz & S. Hart (Red.), *Barnet og dets relasjonelle miljø : om tilknytningsbasert undersøkelsesmetodikk* (s.42-76). Gyldendal akademisk.
- Killén, K. (2019). *Barndommen varer i generasjoner: Forebygging er alles ansvar* (4. utg.). Kommuneforlaget AS.
- Killén, K. (2021). *Sveket I: Risiko og omsorgssvikt – et helseproblem* (6. utg.). Kommuneforlaget AS.
- Kvello, Ø. (2012). Tidlig barneverninnsats med utgangspunkt i tilknytningsforskning. *Norges barnevern*, 89(3), 116-134. https://www-idunn-no.galanga.hvl.no/file/pdf/58048291/tidlig_barneverninnsats_med_utgangspunkt_i_tilknytningsfors.pdf
- Sheinbaum, T., Kwapil, T. R., Ballespí, S., Mitjavila, M., Chun, C. A., Silvia, Paul J., & Barrantes-Vidal, N. (2015). Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-10 (i pdf). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00296>
- Smith, L. (2002). *Tilknytning og barns utvikling*. Høyskoleforlaget AS.
- Smith, L., Brandtzæg, I. & Torsteinson, S. (2019). *Barn og relasjonsbrudd: Bd. 1. Makroseperasjoner: Tilknytningsbasert forståelse, utredning og behandlingstiltak*. Fagbokforlaget.

Vedlegg 1: Søkeprosessen

Database	Søk nr.	Søkeord/ søkekombinasjoner	Antall treff	Kommentarer til søk
Oria	1	(Utrygg tilknytning OG sosial kompetanse)	23 treff (8. april 2021)	<p>Avgrensing: publisert innen de 10 siste årene og i et fagfelleverdert tidsskrift.</p> <p>Ingen av artiklene traff inklusjons- og eksklusjonskriteriene.</p>
	2	(Tilknytningsteori) OG (sosial* OG emosjon*)	21 treff (8. april 2021)	<p>Avgrensing: publisert innen de 10 siste årene og i et fagfelleverdert tidsskrift.</p> <p>Etter en systematisk gjennomgang av treffene satt jeg igjen med en artikkel jeg valgte å ta med videre i utvalget av artikler som jeg skulle lese grundig gjennom og kritisk vurdere.</p> <p>Artikkelen ble valgt bort da jeg fant mer relevant litteratur.</p>

	3	("Attachment theory" AND "attachment style") AND ("Insecure attachment" OR "ambivalent attachment" OR "avoidant attachment" OR "anxious attachment") AND ("Social function" OR "emotional function" OR "social knowledge" AND relation* AND interaction*) AND (Emotion* AND social*) AND (Youth OR teen OR teenager OR young people)	31 treff (8. april 2021)	Avgrensing: publisert innen de 10 siste årene og i et fagfelleurdert tidsskrift. Etter en systematisk gjennomgang av treffene satt jeg igjen med 7 artikler jeg valgte å ta med videre i utvalget av artikler som jeg skulle lese grundig gjennom og kritisk vurdere. Jeg vurderte en av disse artiklene som relevant for å besvare min problemstilling.
Academic search elite (EBSCOhost)	1	TI ("Attachment theory" OR "attachment style" OR attachment)	55 treff (12. april 2021)	Avgrensing: publisert innen de 10 siste årene og i et

		<p>AND</p> <p>("Insecure attachment" OR "ambivalent attachment" OR "avoidant attachment" OR "anxious attachment")</p> <p>AND</p> <p>TI (relation* OR interaction* OR social* OR relationship* OR friendship*)</p> <p>AND</p> <p>(youth or adolescents or "young people" or teen or "young adults")</p>		<p>fagfelleverdert tidsskrift. Jeg begrenset deler av søkeordene til være en del av tittelen (TI).</p> <p>Etter en systematisk gjennomgang av treffene satt jeg igjen med 11 artikler jeg valgte å ta med videre i utvalget av artikler som jeg skulle lese grundig gjennom og kritisk vurdere.</p> <p>Av de 11 artiklene var ingen aktuelle for å besvare problemstillingen.</p>
PsycINFO (Ovid)	1	<p>(attachment OR "attachment theory" OR "attachment style")</p> <p>AND</p> <p>("insecure attachment" OR "ambivalent attachment" OR "avoidant attachment" OR "anxious attachment")</p>	33 treff (12. april 2021)	<p>Avgrensing: publisert innen de 10 siste årene og i et fagfelleverdert tidsskrift. Jeg begrenset deler av søkeordene til være en del av tittelen (IN TITLE).</p>

		<p>attachment”) (IN TITLE)</p> <p>AND</p> <p>(relation OR social OR relationship OR friendship OR interaction)</p> <p>AND</p> <p>(youth OR young people OR adolescent OR teenager)</p>		<p>Etter en systematisk gjennomgang av treffene satt jeg igjen med 6 artikler jeg valgte å ta med videre i utvalget av artikler som jeg skulle lese grundig gjennom og kritisk vurdere.</p> <p>Av de 6 artiklene var en aktuelle for å besvare problemstillingen.</p>
Medline (EBSCOhost)	1	<p>TI ("Attachment theory" OR "attachment style" OR attachment)</p> <p>AND</p> <p>("Insecure attachment" OR "ambivalent attachment" OR "avoidant attachment" OR "anxious attachment")</p> <p>AND</p> <p>TI (relation* OR interaction* OR social* OR</p>	59 treff (14. april 2021)	<p>Avgrensing: publisert innen de 5 siste årene og i et fagfelleurdert tidsskrift. Jeg valgte at deler av søkeordene skulle være en del av tittelen (TI).</p> <p>Etter en systematisk gjennomgang av treffene satt jeg igjen med 4 aktuelle artikler. To av artiklene hadde jeg allerede funnet i søket ved PSYCinfo. Jeg tok med meg de</p>

		<p>relationship* OR friendship*)</p> <p>AND</p> <p>(youth or adolescents or "young people" or teen or "young adults")</p>	<p>to andre artiklene i utvalget av artikler som jeg skulle lese grundig gjennom og kritisk vurdere.</p> <p>Av de 2 artiklene fant jeg begge aktuelle for å besvare problemstillingen.</p>
--	--	--	--

Vedlegg 2: Skjema for kildekritikk

Kritisk vurdering av de utvalgte forskningsartiklene blir presentert i tabellene nedenfor (Risøy, 2021, lysark 31).

<p><i>“Attachment and emotion regulation: A person-centred examination and relations with coping with rejection, friendship closeness, and emotional adjustment”</i></p>
<p><u>Referanse (Apa 7):</u></p> <p>Gardner, A. A., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2019). Attachment and emotion regulation: A person-centred examination and relations with coping with rejection, friendship closeness, and emotional adjustment. <i>British Journal of Developmental Psychology</i>, 38(1), 125–143. https://doi.org/10.1111/bjdp.12310</p>
<p><u>1. Tema for artikkelen:</u></p> <p>Forskerne undersøkte hvordan utrygge tilknytningsmønstre og emosjonsregulering kommer til uttrykk i mellommenneskelig avvising, emosjonell feiljustering og opplevd nærhet i vennskapelige relasjoner.</p> <p><u>2. Studiedesign:</u></p> <p>Studiedesignet består av en spørreskjemaundersøkelse basert på ulike målingsverktøy. Studien bestod av 658 australske universitetsstudenter i aldersgruppen 17-27 år. Informantene ble rekruttert gjennom en forsker som oppsøkte dem fysisk på universitetet. Godkjenning for gjennomføring av studien ble mottatt av universitetets egne Human Research Ethics Committee.</p> <p>Spørreskjemaundersøkelsene utgjorde en samling av flere målingsinstrument som vurderte deltakernes tilknytningsmønstre, emosjonelle feiljustering, mestringsstrategier ved mellommenneskelig avvising og nærhet i vennskapelige relasjoner. Deltakernes tilknytningsmønstre ble vurdert gjennom The Experiences in Close Relationships – Revised General Short Form, som er et selvrapport spørreskjema bestående av ulike spørsmål knyttet til erfaringer i nære relasjoner. Måling av emosjonell feiljustering ble brukt for å vurdere deltakernes symptomer på depresjon ved bruk av 10-items Center for Epidemiologic Studies for Depression Scale (CES-D Scale), en forkortet versjon. Videre brukte de målingsinstrumentet 20-item trait composite av State-trait Anxiety Inventory for</p>

å undersøke deltakernes symptomer på angst. Mestringsstrategier av mellommenneskelig avvisning ble målt ved bruk av The Reactions to Implied Rejection Scale: University Student Version. Undersøkelsen vurderer deltakernes bruk av sosial tilbaketrekning, gjengjeldelse, distraksjon og dyp gjennomtenking ved mellommenneskelig avvisning. Nærhet i vennskap ble målt gjennom tre delskalaer fra The Network of Relationships Inventory: Behavioural Systems Version. Resultatene er basert på hvordan deltakerne vurderte venner som en sikker base og hvor mye tid de tilbringer sammen med dem. Målingsverktøyene er utformet i et spørreskjema som deltakerne selv rapporterer deres vurderinger av gitte spørsmål.

Jeg vurderer deltakerne som en passende målgruppe for studiet da de befinner seg i et skolemiljø hvor de omgås av flere jevnaldrende og voksne, dermed vil de bli utsatt for emosjonelle og sosiale utfordringer i det daglige miljøet. Aldersgruppen til deltakerne skaper muligheter for å se på hvordan utrygg tilknytning fra barndommen kommer til uttrykk i senere perioder i livet. Dermed vil det kunne fortelle noe om hvilke konsekvenser en utrygg tilknytning i barndommen har for senere sosial og emosjonell fungering.

Basert på mitt litteraturhierarki vurderer jeg studiedesignet som relevant for min litteraturstudie. Jeg vurderer også metoden som passende for studiens hensikt da den får frem en bredere forståelse av hvordan utrygg tilknytning og emosjonsregulering kan forekomme hos et høyt antall deltakere. Et høyt antall deltakere styrker troverdigheten da det sier noe om hvor utbredt et fenomen er i et større antall personer. Etersom at forskerne ønsker å se sammenheng mellom flere faktorer vil det være lettere å vurdere forholdene basert på nummerering en får ved bruk av en kvantitativ undersøkelse. Men det er viktig å merke seg de utfordringer som kan oppstå ved bruk av spørreskjemaundersøkelser. Dersom ikke spørsmålene er godt nok formulert for at alle deltakerne i målgruppen oppfatter spørsmålene på samme måte, kan det oppstå svar basert på ulike forståelser (Dalland, 2017, s.124). Dette kan skape mindre troverdighet, da studien baserer seg på misoppfatninger. Det er uvisst om dette kan være tilfelle i denne studien. I helhet vurderer jeg metoden og deltakerne som et godt utgangspunkt for å oppnå hensikten med min litteraturstudie.

3. Hva forteller resultatene?

Resultatene viser en sammenheng mellom begge de utrygge tilknytningsmønstrene og høyere emosjonell dysregulering, undertrykkelse av følelser, tilbakeholdenhet, dyp gjennomtenking og lavere nærhet i vennskapelige relasjoner.

Basert på målingsvertøyet for vurdering av deltakernes tilknytningsmønster ble informantene delt i fem ulike kategorier: sikker regulert, desorganisert uregulert, engstelig uregulert, emosjonell og unnvikende undertrykkende. Den sikre regulerte gruppen var i liten grad preget av utrygg tilknytning og dysregulering eller undertrykking av følelser. De resterende kategoriene er der imot i større grad preget av disse faktorene. Alle kategoriene viser ulike måter å håndtere mellommenneskelig avvisning, følelsesmessige feiljusteringer og nærhet i vennsapsrelasjoner.

Dataene viser at den desorganiserte uregulerte og unnvikende undertrykkere var kategoriene som hadde høyest antall personer med unnvikende tilknytningsstil. Engstelig uregulerte og desorganiserte uregulerte var kategoriene som rapporterte høyest assosiasjoner til ambivalent tilknytning. Deltakerne med høyest forbindelse til det unnvikende tilknytningsmønsteret rapporterte også større assosiasjoner med dysregulering og undertrykkelse av følelser. Gruppen som rapporterte høyt på ambivalente tilknytningsmønster samsvarte med det unnvikende tilknytningsmønsteret når det kom til bruk av tilbaketrekning og dyp gjennomtenking som mestringsstrategier på mellommenneskelig avvisning. Det er verdt å merke seg at deler av gruppen med unnvikende tilknytningsmønster, viste lav rapportering av dysregulering av følelser samt dyp gjennomtenking som mestringsstrategi ved mellommenneskelig avvisning. Det unnvikende tilknytningsmønsteret viser noe mindre nærhet i vennskapelige relasjoner sammenliknet med kategoriene innenfor den ambivalente tilknytningsstilen. Personer innenfor denne kategorien rapporterte høyest symptomer på depresjon, og noe mer symptomer på angst i forhold til personer med høyest ambivalent tilknytningsmønster.

Gruppen med høyest forbindelse til det ambivalente tilknytningsmønsteret viste høye korrelasjoner med dysregulering og undertrykkelse av følelser. Resultatene viser også at disse personene var dem som brukte gjengjeldelse, tilbaketrekking og dyp gjennomtenking som en mestringsstrategi ved mellommenneskelig avvisning i større grad enn de andre. Gruppen med ambivalent tilknytning rapporterer høy nærhet i vennskap, sett bort i fra kvinner innenfor den desorganiserte uregulerte kategorien som rapporterte noe mindre nærhet i vennskap sett i sammenheng med de andre kategoriene.

4. Er resultatene troverdig?

Forskningsartikkelen er publisert i det fagfelleverderte tidsskriftet *British Journal of Developmental Psychology*. Dette stryker troverdigheten til artikkelen da den er gjennomgått av minst en anerkjent ekspert innen det fagområdet artikkelen tar for seg, før den kan godtas for publisering i tidsskriftet (Aveyard, 2019, s.114).

Forskningsartikkelen følger den anerkjente IMRaD-sturturen og er publisert i et vitenskapelig tidsskrift. Dette indikerer på at artikkelen er forskningslitteratur, som styrker dens troverdighet i følge Aveyard (2019, s.47).

Det er viktig å påpeke de begrensningene som kommer med at studien bare baserer seg på en gruppe personer ved et universitet i Australia. Ettersom at tilknytning og emosjonsregulering er et universelt fenomen og unikt for hvert enkelt menneske utgjør dette en liten andel i forhold til hvor omfattende fenomenet er. Da det også bare tar utgangspunkt i et universitet et sted i Australia kan en heller ikke si at resultatene ville vært tilsvarende med samme metode utført i andre deler av befolkningen eller i andre kulturer. Dette kan være med på å svekke troverdigheten i noen grad. Resultatene tar utgangspunkt i selvrapporterte spørreskjemaundersøkelser. Det kan derfor tenkes at deltakernes svar kan være påvirket av indre og ytre forhold på undersøkelsestidspunktet. Det bør også tas i betraktning at deltakerne kan oppgi svar basert på hva de tenker er ønskelige svar i forhold til hva de selv egentlig føler. Dette er ikke noe forskerne selv påpeker som en utfordring de har opplevd, men kan likevel være en faktor som spiller inn på resultatene. Til tross for studiens begrensninger vurderer jeg den som relevant og troverdig nok til å undersøke problemstillingen i min litteraturstudie.

5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?

Resultatene som kommer frem av studien er aktuelle for min litteraturstudie da den tar for seg hvordan utrygg tilknytning og emosjonsregulering kan innvirke på personers sosiale funksjon og mellommenneskelige forhold i ung voksen alder.

“Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life”

Referanse (Apa 7):

Sheinbaum, T., Kwapil, T. R., Ballespí, S., Mitjavila, M., Chun, C.

A., Silvia, Paul J., & Barrantes-Vidal, N. (2015). Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-10 (i pdf). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00296>

1. Tema for artikkelen:

Forskerne undersøkte hvordan unge voksne sin tilknytningsstil uttrykkes i hverdagen, gjennom kognitive vurderinger (av selvet, andre og situasjonen) og sosial fungering. Gjennom studien undersøkte forskerne også om det var sammenhenger mellom tilknytningsstil og sosial kontakt og sosial nærhet.

2. Studiedesign:

Studien bestod av 206 informanter ved Universitat Autònoma de Barcelona i Spania. Forskerne fikk etisk godkjenning for studien ved universitetets etiske komite. Utvalget bestod av 162 kvinner og 44 menn med en gjennomsnittsalder på 21,3 år. Studien bygger på et todelt intervju og en intensiv langsgående rapporteringsmetode. Det er altså en kombinert metode som har både består av kvalitativ metode og spørreskjemaundersøkelser. Forskerne sammenlikner gruppen med utrygg tilknytning med personer med trygg tilknytning og dette kan tyde på at studien er en kasus-kontrollstudie. Kasus-kontrollstudier er i følge Aveyard (2019, s.53) en studie som ser på en gruppe mennesker med en tilstand og sammenlikner dem med personer som ikke har

den gitte tilstanden. Dette skaper et grunnlag for vurdering av hva som kjennetegnes for personer med en bestemt tilstand i forhold personer som ikke har det (Aveyard, 2019, s.53). Artikkelen viser en IMRaD-struktur og kan derfor kategoriseres som en forskningsartikkel. Dermed vurderer jeg studien som relevant å bruke i min litteraturstudie basert på mitt litteraturhierarki.

Forskerne brukte The Attachment Style Interview som er et semistrukturert intervju som måler den daværende tilknytningsstilen ved bruk av spørsmål som fremkaller innhold og konteksten i mellommenneskelige holdninger og atferd. Metoden brukes for å kategorisere deltakerne i ulike tilknytningsstiler. Den første delen av intervjuet tar for seg en atferdsmessig vurdering av individets evne til å etablere og vedlikeholde relasjoner. Intervjuets andre del vurderer individets negative og positive påvirkninger og tanker om seg selv i mellommenneskelige relasjoner. Med fokus på faktorer som frykt for avvisning, frykt for separasjon, ønske om selskap, mistillit, sinne, selvtillit og begrensninger i nærhet.

Videre foretok forskerne den intensiv langsgående rapporteringsmetoden Experience Sampling Method (ESM) ved bruk av Palm Pilot Personal Digital Assistants (PDA). Deltakerne fikk signal gjennom PDA-en åtte ganger i løpet av en dag, i en uke, for å fylle ut korte spørreskjema. Fra signalet går hadde deltakerne 5 minutter på seg til å svare på skjemaet. Spørreskjemaene stilte spørsmål om påvirkninger i øyeblikket, vurderinger av selvet, andre, dagens situasjon, sosial kontakt, sosiale vurderinger og funksjon (kilde artikkel).

Jeg vurderer metoden som relevant for forskernes problemstilling da den ved bruk av ESM får data som sier noe om deltakernes øyeblikkelige følelser og opplevelser. Det korte tidsrommet fra signalet går til spørreskjemaet må være besvart skaper mer troverdige data til undersøkelsen av deres vurderinger av følelser i øyeblikket, opplevelse av seg selv, andre og situasjonen samt sosial kontakt og nærhet.

3. Hva forteller resultatene?

Resultatene fra studien viser at deltakerne har betydelige variasjoner i emosjonelle tilstander, kognitive vurderinger og sosial funksjon basert på deres tilknytningsmønster. De utrygge tilknytningsmønstrene ble sammenliknet med den sikre tilknytningsstilen gjennomgående i studien for å belyse forskjeller.

De 46 informantene som ble kategorisert innenfor den ambivalente tilknytningsstilen viste signifikante sammenhenger med høyere negativ påvirkning, stress og opplevd sosial avvisning. De uttrykte også en større frykt for å miste kontrollen i hverdagen. Kategorien unnvikende tilknytning bestod av 41 personer av det opprinnelige utvalget. Denne gruppen uttrykte opplevelser som var i samsvar med deaktiverende tendenser, som reduserte positive tilstander og redusert ønske om å være sammen med andre når de var alene.

Deltakernes vurderingene av selvet, andre og situasjonen belyste at begge de utrygge tilknytningsmønstrene oppfattet seg selv på en mer negativ måte og var mindre trygg på egen mestringsevne. Gruppen med ambivalent tilknytningsstil uttrykte mistenksomhet og en opplevelse av å bli feilbehandlet av andre. De rapporterte også mer nedsatt glede angående den daværende situasjonen og at dagens situasjon i sin helhet var mindre positiv og mer stressende. Deltakerne med unnvikende tilknytning hadde en gjennomgående oppfatning av situasjonen som mindre positiv, men uttrykte ikke stress i bemerkelsesverdig grad.

Vurderinger av deltakernes sosiale kontakt og nærhet i mellommenneskelige relasjoner viste likheter og variasjoner blant de ulike tilknytningsmønstrene. Mengden av sosial kontakt viste ikke noen signifikante forskjeller blant deltakerne. Gruppen med ambivalent og unnvikende tilknytningsstil lavere følelser av nærhet sett i forhold til de med trygg tilknytningsstil. Gruppen med ambivalent tilknytningsstil uttrykte at de var alene fordi andre ikke ønsket å være sammen med dem, med andre ord opplevde de mer sosial avvisning i vennskapelige relasjoner. De rapporterte også en preferanse om å være alene framfor med andre. Gruppen unnvikende tilknyttede rapporterte et redusert ønske om å

være sammen med andre når de var alene, og en økt preferanse for å være alene når de var sammen med andre.

4. Er resultatene troverdig?

Studien ble utført av Tamara Sheinbaum, Thomas R. Kwapil, Sergi Ballespí, Mercè Mitjavila, Charlotte A. Chun, Paul J. Silvia og Neua Barrantes-Vidal. Forskerne er knyttet til ulike psykologiske fakultet for forskning. Dette styrker deres relevans og troverdighet for forskning på dette feltet. Artikkelen er en forskningsartikkel som er publisert i det fagfelleverderte tidsskriftet *Frontiers in psychology*. At artikkelen er publisert i et fagfelleverdert tidsskrift styrker dens troverdighet. Studiedesignet har en IMRaD-struktur, dermed kan artikkelen kategoriseres som en forskningsartikkel.

Forskerne presenterte flere begrensninger i resultatet av studien. Studien bestod av et utvalg av 206 informanter, 162 kvinner og 44 menn. Den overveiende gruppen av kvinner kan skape feil oppfatning i forhold til hvor representativt resultatene er for begge kjønn. Antall deltakere er også en liten del i forhold til hvor utbredt fenomenet tilknytning er. Det er derfor viktig å være bevisst at disse resultatene bare tar utgangspunkt i en liten andel personer, og i forhold til min studie hvor jeg ser på det utrygge tilknytningsmønsteret er det enda mindre (87 deltakere). Videre presenterte forskerne begrensninger i forhold til at studien bare tar for seg en gruppe unge voksne ved et universitet i Australia og ikke større deler av befolkningen eller flere kulturer. Dette er faktorer som kan svekke troverdigheten i noen grad.

En samlet vurdering av studien basert på forskningsmetode, forfatterens relevans og troverdighet, studiens troverdighet og de begrensningene forskerne har gjort seg anser jeg denne artikkelen som troverdig til å bruke som en del av min litteraturstudie.

5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?

Studien presenterer hvordan utrygge tilknytning påvirker personers fungering i hverdagen. Den viser hvordan tilknytningsstilene kommer til uttrykk i den emosjonelle og sosiale

fungeringen, samt hvordan de oppfatter mellommenneskelig interaksjon i ung voksen alder. Dermed vil denne forskningen være aktuell for å besvare min problemstilling.

“Common and Distinct Correlates of Depression, Anxiety, and Aggression: Attachment and Emotion Regulation of Sadness and Anger”

Referanse (Apa 7):

Clear, S. J., Gardner, A. A., Webb, H. J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2019). Common and Distinct Correlates of Depression, Anxiety, and Aggression: Attachment and Emotion Regulation of Sadness and Anger. *Journal of Adult Development*, 27(3), 181–191. <https://doi.org/10.1007/s10804-019-09333-0>

1. Tema for artikkelen:

Målet med studien var å utforske hvilke innvirkning unge voksenes utrygge tilknytningsmønster sett i sammenheng med emosjonsregulering kom til uttrykk i emosjonelle og atferdsmessige problemer.

2. Studiedesign:

Studien består av 383 australske universitetsstudenter i aldersgruppen 16 til 23 år. Etter godkjenning fra universitets Human Subjects Review Committee rekrutterte forskerne tilfeldige deltakere ved å fysisk oppsøke dem i universitetets fellesareal og tok spesifikt kontakt med en gruppe psykologistudenter.

Studiedesignet viste en IMRaD-struktur og kan derfor kategoriseres som en forskningsartikkel. Studien hadde en kvantitativ tilnærming ved bruk av spørreskjemaundersøkelser basert på ulike målingsverktøy som ble presentert med spørsmål og svaralternativer. Skjemaene ble utfylt under tilsyn av en forsker. Deltakernes tilknytningsmønster ble vurdert ved bruk av «Experiences in Close Relationships Scale-Revised-General Short Form». Målingsverktøyet hadde fokus på ambivalent og unnvikende tilknytningsstil. Symptomer på depresjon ble målt gjennom 20 elementer fra «Beck Depression Inventory II», og symptomer på sosial angst ble vurdert gjennom «Social Anxiety Scale For Adolescents». Deltakerne fullførte 17 spørsmål fra “Youth Self-Report”

som tar for seg målinger av aggressiv atferd. For å vurdere deltakernes tristhet og sinne dysregulering og undertrykkelse benyttet forskerne seg av underskalaer av «ER-inventory». Elementene ble justert for å henvise til følelser av tristhet og sinne. Jeg vurderer metoden og målingsverktøyene som passende for studiens formål.

Jeg vurderer metodens studiedesign som relevant for min litteraturstudie basert på de vurderingene som ble gjort i mitt litteraturhierarki.

3. Hva forteller resultatene?

Resultatene presenterte signifikante assosiasjoner mellom tilknytningsmønster og emosjonsregulering. Forskerne fant også konsekvenser av disse faktorene for emosjonelle og atferdsmessige utfordringer med fokus på depresjon, sosial angst og aggresjon.

Personer med ambivalent tilknytningsmønster uttrykte større dysregulering av tristhet og sinne. Resultatene viste også en sammenheng mellom ambivalent tilknytning og høyere rapporterte symptomer på depresjon, sosial angst og aggressiv atferd som et resultat av utrygg tilknytning og dysregulering av følelser. På den andre siden var det unnvikende tilknytningsmønsteret assosiert med større undertrykkelse av tristhet og sinne. I resultatene kom det også frem at disse personene hadde uttrykkelse av symptomer på depresjon og sosial angst, men var ikke assosiert med aggressiv atferd. Disse assosiasjonene var i direkte sammenheng med utrygg tilknytning men også påvirket av deres undertrykkelse av følelser.

4. Er resultatene troverdig?

Studien er utført av Sarah J. Clear, Alex A. Gardner, Haley J. Webb og Melanie J. Zimmer-Gembeck. Forskerne er alle knyttet til Griffith University, School of applied Psychology. Artikkelen er en forskningsartikkel publisert i det fagfelleverderte tidsskriftet Journal of Adult Development i 2019. Forskerne fikk godkjenning til gjennomføring av studiet av universitetets Human Subjects Review Committee. Disse faktorene er alle med på å styrke studiets troverdighet.

Forskerne presenterte noen opplevde begrensninger for studien. For det første påpekte de at resultatene var noe begrenset da de bare baserte på en gruppe australske universitetsstudenter. Videre uttrykte de at resultatene kunne være noe mindre troverdig da studiedesignet bare består av selvadministrerte spørreskjemaundersøkelser. De uttrykte bekymring for at informantene har besvart spørsmålene basert på hva de tenker er sosialt ønskelig framfor hva de selv egentlig føler. Etter mine vurderinger av anser jeg forskningsartikkelen som troverdig og relevant for å besvare min problemstilling.

5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?

Resultatene kan brukes i min litteraturstudie da den tar for seg hvordan utrygg tilknytning både påvirker personers sosiale og emosjonelle funksjon, som er hensikten ved min studie.

«Adolescent insecure attachment as a predictor of maladaptive coping and externalizing behaviors in emerging adulthood»

Referanse (Apa 7):

Dawson, A. E., Allen, J. P., Marston, E. G., Hafen, C. A., & Schad, M. M. (2014). Adolescent insecure attachment as a predictor of maladaptive coping and externalizing behaviors in emerging adulthood. *Attachment & Human Development, 16*(5), 462–478. <https://doi.org/10.1080/14616734.2014.934848>

1. Tema for artikkelen:

Studien undersøkte det langsiktige forholdet av utrygg tilknytning som prediktorer for eksternaliserende atferd hos unge voksne. De så også på den potensielle rollen maladaptiv mestringsstrategier som formidler av dette forholdet.

2. Studiedesign:

Studien befinner seg innenfor rammene til en større langtidsstudie som undersøker ungdoms sosiale utvikling i familiære og jevnaldrende sammenhenger. Denne studien består av 141 informanter (63 menn og 78 kvinner) som ble rekruttert ved en ungdomsskole i USA.

Studiedesignet som er brukt her vurderer jeg som et kohortstudie. Kohortstudier kjennetegnes ved at de undersøker en gruppe personer med en tilstand over en lengre tid for å se hvilke effekter tilstanden kan ha (Aveyard, 2019, s.53). Studien bestod av tre undersøkelser ved tre ulike tidspunkt. Først når informantene var i 14 års alderen, igjen i 22 års alderen og til slutt i 23 års alderen. Deltakerne ble bedt om å oppgi en person som de anså som en nær jevnaldrende av samme kjønn som kunne delta på studien, både ved den første undersøkelsen og den siste. At deltakerne måtte oppgi en ny nær jevnaldrende ved den siste studien gjorde forskerne for å eliminere problemet med å ta hensyn til at de kanskje ikke er like nær venn med den første personens om ble oppgitt etter de åtte årene. Det ble gitt informert samtykke av deltaker, nær jevnaldrende og foreldre i forkant av og underveis i studien.

I første omgang undersøkte forskerne deltakernes tilknytningsmønster ved bruk av Adult Attachment Interview (AAI), i 14 års alderen. Det er et strukturert intervju bestående av 18 spørsmål for vurdering av relasjon mellom ungdom og foreldre. Deltakerne ble delt inn i to grupper for tilknytningsmønster: avvisende tilknytning og opptatt tilknytning. Jeg undersøkte tilknytningsmønstrene nærmere med et ønske om å forstå de i sammenheng med ambivalent og unnvikende tilknytning, da det ville skape bedre muligheter for sammenlikning på tvers av artiklene. Det kom fram i George et al. (1996, s.10) sin beskrivelse av Adult Attachment Interview at avvisende tilknytning er knyttet til unnvikende tilknytning og opptatte tilknytningen er knyttet til ambivalent tilknytningsstil. Jeg vil derfor videre presentere den avvisende tilknytning som unnvikende tilknytning og den opptatte tilknytning som ambivalent tilknytning.

Videre ble den neste undersøkelsen utført i 22 års alderen, som tok for seg maladaptive mestringsstrategier. Vurderingene ble gjort ved bruk av COPE spørreskjemaet. Spørreskjemaet innebærer 60 element hvor deltakeren skal vurdere hvordan de håndterer stressende situasjoner. De maladaptive mestringsstrategiene som ble vurdert i denne studien fokuserer på ventilasjon av følelser, mental og atferdsmessig frakopling, fornektelse og rusmisbruk.

Deltakerne og deres nære jevnaldrende utførte to spørreskjemaundersøkelser med mål om å identifisere eksternaliserende atferd først i 14 års alderen, så igjen i 23 års alderen. Forskerne tok utgangspunkt i «Achenbach family of instruments: the Youth Self-Report, the Child Behavior Checklist, the Adult Self Report, and the Adult Behavior Checklist». For å vurdere eksternaliserende atferd i 14-års alderen brukte de «Youth Self-Report». Den har fanger opp vurderinger av aggresjon, kriminalitet, fiendtlighet, hyperaktivitet og umoden oppførsel. For en ny vurdering i 23-års alderen ble «Adult Self Report» benyttet. Denne undersøkelsen hadde lignende innhold som den som ble benyttet tidligere, med fokus på aggressiv, regelbrytende og påtrengende atferd.

De nære jevnaldrende benyttet andre spørreskjema. Den første undersøkelsen i 14-års alderen var en forkortet versjon av «Child Behavior Checklist». Her vurderer den nære jevnaldrende hvor ofte de opplever en rekke atferdsbeskrivelser av deltakeren. «Adult Behavior Checklist» ble brukt for å igjen vurdere atferd til måldeltakeren i 23-års alderen.

Jeg vurderer studiedesignet som relevant for forskernes hensikt, og som relevant for min litteraturstudie basert på mitt litteraturhierarki.

3. Hva forteller resultatene?

Resultatene viser at personer innenfor begge de utrygge tilknytningsmønstrene selvrapporterte eksternaliserende atferd i en alder av 23 år. Undersøkelsene av måldeltakerens eksternaliserende atferd gjort av deres nære jevnaldrende viser en forekomst av eksternaliserende atferd for personer med ambivalent tilknytning i 23-års alderen. Der i mot rapporterer ikke nære jevnaldrende av personer med unnvikende tilknytning eksternaliserende atferd hos måldeltakeren i en alder av 23 år.

Forskerne fant bevis for forholdet mellom begge formene for utrygg tilknytning i ungdomsårene (14 år) og selvrapportert bruk av maladaptive mestringsstrategier i ung voksen alder (22 år). Men den maladaptive mestringsstrategien er ikke i seg selv en signifikant mengde forklarende for sammenhengen mellom ambivalent tilknytning i 14 års

alderen og eksternaliserende atferd i en alder av 23år. For personer med unnvikende tilknytning ble de selvrapporterte maladaptive mestringsstrategiene relatert til deres eksternaliserende atferd i 23-års alderen. Med andre ord er de indirekte effektene av maladaptive mestringsstrategier i 22-års alderen assosiert som en formidler av sammenheng mellom unnvikende tilknytning i en alder av 14 og eksternaliserende atferd i en alder av 23. Der i mot ble disse sammenkoplingene ikke uttrykt i rapporten utført av deres nære jevnaldrende, da disse ikke rapporterte eksternaliserende atferd hos deltakeren i 23 års alderen.

4. Er resultatene troverdig?

Forskningsartikkelen er publisert i det fagfelleverderte tidsskriftet Attachment & Human Development. Dette viser at artikkelen er kvalitetssikret og styrker dermed dens troverdighet. Studien oppfyller kravene til å kunne regnes som forskningslitteratur gjennom bruk av IMRaD-struktur og at den er publisert i et vitenskapelig tidsskrift (2019, s.47).

At studie benytter seg av både selvrapporing men også rapporing av deltakerens nære jevnaldrende styrker resultatene. Selvrapporingt atferd er begrenset da den bare tar utgangspunkt i det individets egne selvoppfatninger. Det forutsetter at deltakerne er i stand til å vurdere og evaluere seg selv på riktig måte. Men med utgangspunkt i både selvrapporing og rapporing fra nærstående jevnaldrende vil forskerne få en bredere forståelse av eksternaliserende atferd og hvordan denne atferden ser ut til å påvirke den enkeltes sosiale fungering. Dette er med på å fremheve viktig informasjon og skape et mer helhetlig bilde av individet.

Studien tar for seg undersøkelser ved tre ulike tidspunkt, dette kan både styrke og begrense studiens troverdighet. Det kan være en styrke da en får sett innvirkningen den utrygge tilknytningen har på flere stadier i livet, og sammenlikning av de ulike mellom de ulike undersøkelsene kan bekrefte eller avkrefte mulige effekt av utrygg tilknytning. Men det lange tidsrommet mellom hver av undersøkelsene kan ha noen begrensninger. Det kan føre til en mistolkning dersom personene har opplevd nye erfaringer som er

utslagsgivende for deres eksternaliserende atferd og maladaptive mestringsstrategier. Dermed vil det ikke nødvendigvis være riktig å si at deres utrygge tilknytning er den eneste faktoren for disse forholdene.

Forskerne påpeker selv at en ny vurdering av tilknytningsmønster ved de siste undersøkelsene kunne være med på å skape bedre resultat og sammenhenger. Ettersom at deltakernes tilknytning bare ble vurdert ved 14-års alderen forhindrer det dem i å undersøke eventuell kontinuitet i individets usikre tilknytning over den åtte års perioden.

Med bakgrunn i disse styrkene og begrensningene vurderer jeg resultatene som troverdig.

5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?

Resultatene kan brukes i min litteraturstudie da forskningsresultatene viser hvordan utrygg tilknytning innvirker på personer emosjonelle funksjon gjennom bruk av maladaptive mestringsstrategier, samt sosial funksjon gjennom eksternaliserende atferd.

Litteraturliste

Aveyard, H. (2019). *Doing a literature review in health and social care: A practical guide* (4. utg.). Open University Press/McGraw-Hill Education.

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.). Gyldendal akademisk.

George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1996). *Adult attachment interview*. Upublisert manuskript, Institutt for psykologi, University of California, Berkeley (3. utg.).

Risøy, S. M. (2021). Forelesning om litteraturstudie [Lysarkpresentasjon]. Sølvi Marie Risøy.