



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykoterapeutprogrammet

Allians med en Relation

Vilken betydelse har anknytningsstil för alliansskapande i
familjerådgivning?

Inger Berger Gerd Elliot

Psykoterapeutexamensuppsats Vt 2012

Handledare; Eva Hoff

Alliance with a Relationship

Inger Berger Gerd Elliot

*Institutionen för psykologi
Psykoteraeutprogrammet
Lunds Universitet*

Abstract

This study examined the connection between attachment styles of couples in couples counselling and the therapists' experience of alliance.

Fifty-one couples (51 women and 51 men) were asked to complete self-report measures concerning their attachment styles when coming to counselling the first time. After three sessions in counselling the 23 therapists were asked to complete self-report measures concerning their experience of alliance.

ECR-R; Experiences in Close Relationships-Revised, (2000) was the instrument used for the couples' self-reports and HAQ-II; Revised Helping Alliance Questionnaire, (1996) for the therapists self-reports.

Results suggested that there was a link between the attachment styles in couples with the therapists' experience of alliance. The therapist found it harder to create an alliance in couples with insecure elements in their attachment styles, especially the anxious style. When there is a difference in the couple concerning attachment styles, there is a greater difficulty experienced by the therapist. The bigger the difference the greater the difficulty. No gender differences were found concerning attachment styles. The therapists experienced a greater difficulty if there was anxiousness or avoidance in the attachment-style of women than in men, especially the anxious style. The attachment styles of men gave no significance.

This study gives an insight into attachment-styles and their effect on alliance. We discussed the results in relation to research concerning adult attachment and its effect on couple relationships and the link between the alliance and therapy outcome.

Keywords: attachment theory, attachment style, couple counselling, couple therapy, alliance

Vi vill varmt tacka våra familjerådgivarkollegor för generöst deltagande i vår undersökning. Utan ert intresse och engagemang hade det inte varit möjligt att genomföra denna studie. Vi vill också tacka paren som medverkat genom att bidra med sina relationserfarenheter. Ett särskilt tack till vår handledare Eva Hoff för kreativitetsutrymme och ständigt återkommande utmaningar under processens gång. Slutligen, ett tack till våra anknytningspersoner för kärlek och stöd!

ALLIANS MED EN RELATION!

Vilken betydelse har anknytningsstil för alliansskapandet i familjerådgivning?

I vårt arbete som familjerådgivare möter vi dagligen par som söker hjälp med motiveringen; ”vi kan inte tala med varandra, det blir bara bråk, jag har inte känt mig nära min partner på evigheter, nu är jag så trött på det, familjerådgivning är sista chansen”.

De flesta par som söker vår hjälp är nöjda vid avslutandet. ”Familjerådgivning bidrar till förbättrade äktenskapliga relationer, ett funktionellt familjeklimat och förbättrad hälsa för individerna”. (Lundblad, 2005). Men vi tappar givetvis en del par; några avbryter en påbörjad behandling, andra lämnar återkommande återbud och med ytterligare andra känner man redan vid det första samtalet att det kommer bli svårt att skapa en arbetsallians. Som familjerådgivare med en psykodynamisk grundsyn, försöker vi tillsammans med paret bilda en undersökande enhet. Genom undersökandet hoppas vi identifiera och förstå ett destruktivt eller hindrande samspel och gemensamt finna alternativa sätt att bygga ett mer konstruktivt och stödjande sådant. Många av oss tänker då i anknytningsteoretiska banor. Att en undvikande anknytningsstil är ett tydligt inslag i en problematisk parrelation och ett relevant kännetecken för par som söker parterapi, framkommer i forskning kring äktenskaplig tillfredsställelse, marital satisfaction. Undvikande anknytningsstil hos både män och kvinnor och ängslig anknytningsstil hos kvinnor förebådade äktenskaplig otillfredsställelse. (Mondor, McDuff, Lussier & Wright, 2011).

I den omfattande jakten på evidens och pågående forskning kring psykoterapins effekt, råder oklarhet kring en stor del av behandlingsutfallet. Vi vet idag att psykoterapi hjälper och ger bestående resultat men vi vet mindre om *vad* det är som hjälper. Metods specifika inslag i undersökta terapier verkar ha relativt liten betydelse för utfall/behandlingsresultat. Mycket tyder dock på att relationen mellan terapeut och klient och den terapeutiska alliansen har vital betydelse. Fynden i omfattande metaanalyser gällande kopplingen mellan allians och resultat av terapi, oavsett metod, benämns som de ”starkaste och mest robusta” predicerings av framgång med behandlingen (Norcross & Wampold, 2011). Vi vet alltså genom tillgänglig forskning kring framgångsfaktorer i psykoterapeutiskt arbete, att en tillräckligt god allians mellan terapeut och klient är avgörande för utfallet av behandling

Skulle familjerådgivare ha nytta av att redan inledningsvis i kontakter ha kunskap om parets anknytningsstil? Har anknytningsstilen hos individerna i paret någon betydelse för familjerådgivares upplevelse av alliansskapande?

Teori och tidigare forskning

Vad är anknytning

Den numera okontroversiella anknytningsteorin, utgår från att vi alla har ett beteendesystem innefattande anknytning och omvårdnad biologiskt programmerat. Det nyfödda, hjälplösa ofärdigt utvecklade barnet knyter starka känslomässiga band till omhändertagande vuxna som svarar ur sitt omsorgsgivarsystem. Beteendet har genom årmiljoner av evolution främjat människoartens överlevnad. Begreppet anknytning kan enligt Broberg, Granqvist, Ivarsson och Risholm Mothander (2008) delas in i tre delar; *Anknytningsbeteenden* som gråt, leenden vilka underlättar för barnet att upprätta och upprätthålla fysisk närhet till föräldern. *Anknytnings-systemet*, vilket fyller en evolutionär funktion genom att samordna de olika enskilda beteendena hos barnet för att upprätthålla kontakten med föräldern och utforska världen rimligt säkert. Slutligen *Anknytning* kan definieras som en varaktig inre representation hos barnet av relationen till föräldern vilken inbegriper en drivkraft för barnet att söka närhet vid stress.

En anknytningsrelation kännetecknas av; varaktighet över tid, riktas mot en specifik individ som inte är utbytbar och har en känslomässig relevans för individen. Relationen kännetecknas av att personerna söker varandras närhet och innebär att personerna upplever obehag vid ofrivillig separation. Relationen innebär att den som är anknuten söker trygghet, tröst och beskydd hos sin anknytningsperson, Bowlby (1973).

Anknytningsprocessen är intensiv under de tre första levnadsåren då ett grundläggande anknytningsmönster skapas i relation med den nära omgivningen. Processen fortgår under hela livet och tidiga brister i anknytningen kan kompenseras genom nya erfarenheter. Mary Ainsworth amerikansk psykolog, skapade en experimentell situation för att testa teorin; ”the Strange situation procedure”, Främmande situationen och identifierade inledningsvis därmed tre olika anknytningsmönster: trygg anknytning, otrygg-undvikande, otrygg-ambivalent (Bowlby, 1994). Senare fann man i fortsatt forskning underlag för ännu ett anknytningsmönster, det desorganiserade (Main & Solomon 1986).

En *trygg anknytning* präglas av sensitivitet, acceptans, samarbete och känslomässig tillgänglighet (Ainsworth et al., 1978). Enkelt uttryckt kan man säga att ett tryggt anknuten barn lugnt kan upptäcka och utforska världen i och med att hon kan räkna med att det finns

stöd och tillgänglighet vid behov. Omsorgsgivaren svarar ur sitt system med erbjudande av en ”säker hamn” och en ”trygg bas”. Vid slutet av det första levnadsåret kan barnet utgå från föräldern som trygg bas och återvända till en säker hamn när fara hotar. I en *otrygg anknytning* får barnet ägna energin åt att hantera rädsla och skräck istället för att förstå/mentalisera vad som händer. Olika försvarsstrategier etableras dels för hanterandet av egna affekter men inte minst för att skydda det livsviktiga emotionella bandet med omsorgsgivaren. Den undvikande stilen; att inte visa sorg eller vrede vid separation kan vara ett sätt att förhålla sig till en oberäknelig omvärld. Det till synes oberörda barnet har vid mätningar en lika hög stresshormon halt (kortisol) som ett tryggt barn vid separation (Spangler & Scheubeck, 1993). Den mer ängsliga stilen innebär en lättväckt oro gällande anknytningspersonen; hur ska det kännas? Ska det bli glädje, besvikelse eller kanske ilska? Många olika känslor är kopplade till separation och pendlingen dem emellan går snabbt. Den desorganiserade anknytningen präglas av rädsla och kaos. Stresstillståndet är mer konstant och mycket energi går åt att hantera detta. Barnet gör allt för att skydda relationen till priset av en förvanskad emotionell inre värld.

Anknytningsmönstret aktiveras hos barnet då omständigheter i omgivningen upplevs som skrämmande, då omsorgsgivaren är frånvarande eller oförmögen att erbjuda trygghet och vid tillstånd hos barnet som hunger eller sjukdom (Feeney, 2008)

Inre arbetsmodeller (IAM), kallar anknytningsteorin de kognitiva/affektiva representationer som bildas hos barnet baserat på anknytningsmönstret. Genom ett upprepat interagerande med anknytningsfigurer, skapas inre arbetsmodeller i anknytningsrelationer. Dessa modeller innehåller förväntningar, uppfattningar, emotionella värderingar och system för att processa information. Modellerna kan vara både medvetna o omedvetna. Den inre arbetsmodellen omfattar barnet *självt*; vilket värde har självet fått i anknytningspersonens ögon, dess *omgivning*; hur betar sig anknytningspersonen, är den till exempel tillgänglig vid fara och *samspelet* dem emellan. En inre arbetsmodell verkar aktivt för att registrera verkligheten men ska också kunna förutsäga den. Barnets erfarenheter och förväntningar kring anknytningspersonens tillgänglighet och lyhördhet skapar de olika anknytningsstilarna innefattande de inre arbetsmodellerna av självet och andra i samspel. Den inre arbetsmodellen blir en viktig del i personlighetsutvecklingen och följer oss genom livet. För ett barn som utvecklar ett tryggt anknytningsmönster kan man tänka sig en inre arbetsmodell som innehåller en god bild och förväntan både på sig själv, sin förmåga och på möjligheten att få hjälp av den andre vid behov. Hos barnet med ett otryggt anknytningsmönster av undvikande karaktär finns en låg förväntan på den andre, alltså ett undvikande av sökande av

stöd även om anknytningssystemet är aktiverat. I den inre modellen finns då en negativ bild av självet som ickevärdigt omsorg. Det mer ängsliga/ambivalenta mönstret ger en modell med en stor osäkerhet och potentiell fara i omgivningen som gör det säkrast att hålla sig konstant nära anknytningspersonen; värdet och förmågan läggs i den andre som också behöver kontrolleras (Broberg et al., 2008).

Vad är vuxen anknytning

Bowlby menade att anknytningssystemen följer oss genom livet och att långvariga parrelationer i vuxenlivet kan ses som anknytningsrelationer (Broberg et al., 2008). Att söka och upprätthålla kontakt med betydelsefulla andra är ett livslångt beteende och ingenting som växer bort. De anknytnings- och omsorgsgivarbeteenden som är förbundna med beroendet av en annan person, är kärnan i nära relationer. Enligt anknytningsteori är det trygga beroendet av en annan människa förutsättningen för autonomi. Det finns inte något som kan betecknas som överberoende eller total självständighet. Beroende och autonomi är två sidor av samma mynt. ”Ju tryggare vi är anknutna, ju mer autonoma kan vi vara” (Salomon, 2009)

Det lilla barnets och omsorgsgivarens sätt att kommunicera återfinns hos de vuxna i flirten, förälskelsen och senare i den etablerade kärleksrelationen. Det finns stora *likheter* mellan anknytningen mellan ett barn och en förälder och anknytningen mellan parterna i en kärleksrelation. I båda fallen finns en djup önskan om uppmärksamhet, känslomässig lyhördhet och ömsesidigt intresse. Att tona in känslomässigt på varandra är typiskt vid förälskelse. Likheterna är unika för just dessa relationer. Om en anknytningsperson är distanserad och avvisande blir både barnet och den vuxne partnern ångestfyllda, ängsliga och får svårigheter att koncentrera sig eller utforska omgivningen. Båda typerna av relationer präglas av kontaktsökande och en önskan om fysisk kontakt som att smeka, krama, hålla om och kyssa. I alla åldersintervall finns smärta vid separation eller risk att förlora kärleksobjektet. Olika svårigheter och motgångar aktiverar behovet av anknytningspersonen. I studier av Parkes (1986) och Weiss (1975) visar vuxna samma beteende vid skilsmässor som barn vilka utsätts för separation från sina föräldrar; protest, förlust, hopplöshet. Den vuxna partnern upplevs som en anknytningsperson.

Två stora *skillnader* mellan förälder-barn relationen och den vuxna parrelationen, är symmetrin och förekomsten av sex. Symmetrin består i exempelvis att både kunna ge och få trygghet, att turas om att vara en trygg bas. I en långvarig parrelation integreras tre system; anknytningssystemet, reproduktionssystemet och omsorgsgivarsystemet. Tillgången för båda parter i en väl fungerande parrelation är uppenbar.

Både som vuxen och som barn kan man givetvis ha flera nära, viktiga relationer. Alla dessa är inte att betrakta som anknytningsrelationer. För att inte tunna ut begreppet är det viktigt att minnas definitionen av en anknytningsrelation ovan. Också tiden är ett viktigt kriterium; att skapa en anknytningsrelation ur en kärleksrelation, tiden det tar att för olika anknytnings- och omsorgsgivarbeteenden att utlösas, är ungefär 2 år (Hazan & Zeifman, 1999). Förväntningar kring tillgängligheten hos omsorgsgivaren byggs tidigt in de inre arbetsmodellerna. Arbetsmodellerna guidar oss fortsatt inne i våra vuxna relationer och de aktiveras speciellt under stress. Anknytningsstil visar sig alltså i interpersonella fält. Det är i *relationen* snarare än intrapsykiskt som våra anknytningsstilar kan bli tydliga.

Forskningen kring vuxnas anknytning och likheterna med den primära anknytningen mellan förälder och barn, har tagit rejäl fart efter Hazan och Shavers (1987) banbrytande arbete ”Romantic Love Conceptualized as an Attachmentprocess”. Studien undersöker huruvida romantisk kärlek kan betraktas som en anknytningsprocess. Resultatet i studien bekräftar dess hypoteser, att anknytningsstil i hög grad består från barndom till vuxenliv, att de inre arbetsmodellerna är relaterade till anknytningsstil, att resultaten överensstämmer med Ainsworth’s studier samt ger stöd för att vuxen romantisk kärlek handlar om anknytning. Ungefär 55 % klassificerades som tryggt, 25 % som undvikande och 20 % som ängsligt anknutna. Graden av trygghet eller ångest i en vuxen kärleksrelation består i en komplex mix av anknytningsstil och faktorer som är unika för en viss relation och omständigheter kring denna. Hazan och Shaver (1987), skiljer ut tre olika anknytningsstilar, en trygg och två otrygga. De otrygga benämns ängslig/ångestfylld eller undvikande. Utvecklandet av den ängsliga/ ångestfyllda stilen baseras på en anknytningsperson som är långsam och ombytlig och som avbryter barnets lek/aktivitet vilket leder till att barnet blir ångestfyllt, gråter, visar ilska och öppen protest. En anknytningsperson som snäser av och avvisar barnets försök att skapa kontakt leder till att barnet lär sig undvika anknytningspersonen och kopplar loss från denne. Personer som präglas av en ängslig/ångestfylld anknytningsstil tvivlar på sitt eget värde och fäster stor vikt vid bekräftelse från andra. De blir lätt förälskade men har svårt att etablera varaktiga relationer. Dessa personer för en upptagen, smärtsam kamp för att komma nära en annan person. De uppfattas som osäkra på sig själva och upptagna av relationer och försöker inte undertrycka eller gömma känslor av otrygghet. De personer som betecknas som undvikande förknippar kärlek med rädsla för närhet och brist på tillit. De tvivlar på relationers varaktighet och tror inte att de behöver en kärlekspartner för att bli lyckliga. Personer med undvikande anknytningsstil vill inte kännas vid beroende eller känslor av otrygghet. De uppfattas som distanserade, känslomässigt kyliga och fientliga. Gemensamt för både den

ängsliga och undvikande anknytningsstilen är känslor av ensamhet, utanförskap, lågt egenvärde samt en tendens till vaksamhet på andra människor. Dessa drag kan vara mer eller mindre dominerande men framträder tydligare än hos personer med trygg anknytning. Den ängslige kan uppfattas som närvarande i sina känslor och den undvikande som likgiltig. Bilden av själv och annan förvrängs och nära relationer uppfattas som problematiska. Båda känner sig mindre uppskattade, mer missförstådda och är mindre villiga att satsa på relationer än personer med trygg anknytning (Hazan & Shaver, 1987).

Det finns få studier kring dynamiken i olika kombinationer av anknytningsstilar i en parrelation. Ett viktigt undantag är Banes studie på interaktion (2004). Studien visar att trygga söker trygga och att det finns hög förekomst av kombinationen ängslig och undvikande. Hos den ängslige bekräftar den undvikande bilden av partnern som opålitlig och otillgänglig. Hos den undvikande bekräftar den ängslige bilden av partnern som krävande i sitt behov av närhet. Enligt studien värderar trygga par varandra mer positivt och uppfattar mer intimitet i relationen. Vid observationen av par i problemlösningssituationer beter sig otrygga par annorlunda än trygga par. Trygga par använder mer kompromisser samt positiva och gemensamma problemlösningstrategier än otrygga. De senare använder mer verbal och fysisk aggression. Personer med ängslig anknytning uppfattas som mer fientliga och de undvikande som mindre stödjande (Bookwala & Zdaniuk, 1998; Kesner & McKenry 1998). Det samspelsmönster som speciellt studerats är det där den ene parten pressar den andre med kritik och begäran om förändring medan den andre drar sig tillbaka i tystnad och passivitet. I en studie av Molly Millwood och Jennifer Waltz (2008) studerades sambandet mellan anknytningsstilar i parrelationen och demand – withdrawmönstret. Resultaten från denna studie visar att bland par där båda eller den ene hade otrygg anknytning var förekomsten av demand – withdrawmönstret vanligare än hos par där båda hade trygg anknytning. Två personer med trygg anknytning visar större flexibilitet och har lättare att komma överens än par där den ene eller båda har otrygg anknytning. I studien visade det sig att skillnaden mellan mixade par (den ene är otrygg) och otrygga par (båda är otrygga) inte var så stor. Det betyder att om en i paret har en otrygg anknytningsstil påverkar detta i hög grad den trygge partnern att inta motsatt position. Om den ene t ex är undvikande blir den andre automatiskt mer kontaktsökande, oavsett anknytningsstil. Det problematiska demand – withdrawmönstret riskerar att bli mer och mer befäst, vilket ökar riskerna för separation och skilsmässa. Bland dessa par finns en permanent kärnkonflikt rörande önskad nivå på närhet i relationen som aldrig får en lösning. Flera studier visar att trygga par använder mer kompromisser och positiva och gemensamma problemlösningstrategier än otrygga par. Otrygga par uppvisar

högre förekomst av verbal och fysisk aggression. (Bookwale & Zdaniuk, 1998; Kesner & McKenny, 1998).

I en studie av äktenskaplig tillfredsställelse bland medelålders par av Hollist och Miller (2005), var äktenskaplig tillfredsställelse inte relaterad till trygg anknytning. Resultaten visade dock ett samband mellan både otrygg undvikande och otrygg ängslig anknytningsstil och äktenskaplig otillfredsställelse. För kvinnor var de båda otrygga variablerna, ängslig och undvikande relaterade till kvalitet i relationen, för män endast den undvikande variabeln. I den ängsliga anknytningsstilen finns en bild av andra som opålitliga. Resultaten tyder på att en kvinnas uppfattning om huruvida hon känner tillit till mannen har en signifikant betydelse för hur hon upplever kvalitén i äktenskapet.

En del forskning har intresserat sig för könsskillnader i anknytningsstilar. Man har funnit skillnader i två av kategorierna; ängslig och undvikande. I den förra dominerar kvinnor något och i den senare mannen (Bartholomew & Horowitz, 1991). Annan forskning håller fram kulturkontexten som en stark influens kring vilket kön som blir mest representerade i den undvikande stilen. Schmitt (2003) jämförde undersökningar i 56 länder och 62 kulturella regioner. Man fann en viss överrepresentation av män i den undvikande kategorin i västerländska populationer, medan skillnader mellan könen i andra kulturer var små. I en del afrikanska och oceaniska länder var kvinnor överrepresenterade i den undvikande kategorin.

Det finns pågående forskning kring vuxen anknytning och anknytningsstil i parrelationen. Att bedöma tryggheten i relationen och att skapa koder för denna tredje dimension har visat sig vara komplicerat. (Clulow, 2007) Exempel på forskning kring och skattning av individuell anknytning i parkontexten är Current Relationship Interview CRI (Owens, Crowell, Pan, Teboux et al., 1995) och Couple Attachment Interview, CAI (Alexandrov et al., 2005). Båda dessa mätinstrument är relationsspecifika vid kategorisering av anknytning vilket innebär att svaren står i relation till en specifik vuxen relation. Det finns likheter mellan resultat från AAI; Adult Attachment Interview (George, Kaplan & Main, 1984) och resultat från CRI och CAI men det finns också skillnader. Hoppfulla data i dessa resultat tyder på att aktuella relationer kan modifiera otrygg anknytning i tidigare relationer.

Bartholomew och Horowitz (1991) föreslår en modell innehållande fyra vuxna anknytningsstilar; trygg, ängslig, undvikande, "fearful". Fyrgruppsmodellen har validitet med empiriskt underlag för de två typerna av otrygg anknytning (Feeney, 2008) Inbyggt i modellen är ännu en dimension med antaganden om att bilden av själv liksom bilden av andra kan vara positiv eller negativ; självet upplevs som värt/berättigat till kärlek och omsorg eller inte, andra upplevs som tillgängliga och omhändertagande eller som opålitliga och avvisande. Vid

utebliven tillgänglighet hos anknytningspersonen blir beteendet hos den ängsligt anknutna klängigt, efterhängset i försöken att få respons medan den undvikande drar sig tillbaka och döljer sitt beroende. I den andra dimensionen; bilden av själv/andra, kan beteendet påverkas av om den andre exempelvis uppfattas som pålitlig eller hotfull och skrämmande.

Diskussionen om överensstämmelserna mellan denna senare undersökning och Hazan och Shavers (1987), är pågående.

Att mäta anknytning hos vuxna

Självskattningsinstrument och/eller observationer ligger till grund för olika sorters mätningar av anknytning. Svårigheterna i att mäta delvis omedvetna strukturer är uppenbara och bör hållas i minnet. AAI, Adult Attachment Interview (George et al., 1984) är ett grundläggande instrument för att mäta trygghet i anknytningen baserat på hur sammanhängande en person kan beskriva sina anknytningserfarenheter i barndomen. Ur AAI kan man urskilja fyra olika anknytningsmönster: trygg, otrygg/ undvikande, otrygg/ambivalent och otrygg/desorganiserad. En studie med AAI kopplat till interaktion i parrelationen (Wampler, Shi, Nelson & Kimball, 2003) visade att de personer som gav mindre sammanhängande barndomsbeskrivningar uttryckte mer negativa affekter, mindre respekt, mindre öppenhet, större undvikande och mindre vilja till förhandling vid interaktion med sina partners. Resultaten stöder också ett huvudantagande att det är viktigt att ha ett flergenerationsperspektiv vid par- och familjeterapi samt att anknytningsteori är en god utgångspunkt för att utveckla nya interventioner i parterapi.

Eftersom narrativa bedömningar av vuxen anknytning är svåra att administrera och klassificera, har ett antal forskare utvecklat självskattningsinstrument som fångar samma information som AAI. Hazan and Shaver (1987) var de första att studera vuxen anknytning utifrån de tre kategorierna trygg, undvikande och ambivalent. Sedan dess har mätinstrumenten utvecklats mot kontinuerliga dimensioner i stället för kategorier (Crowell et al. 2008). Analyser utifrån ett flertal undersökningar menar att variationer i anknytning uppfattas bättre utifrån dimensioner än från kategorier (Fraley, Waller & Brennan, 2000; Fraley & Spieker, 2003a; 2003b). Om man klassificerar människor i kategorier utifrån testresultat, reduceras precisionen i mätningen och den statistiska styrkan blir lägre (Fraley, Brumbaugh & Marks, 2005). Ett kontinuerligt mätinstrument är ECR-R, en reviderad version av ECR (Experiences in Close Relationships) utformad av Brennan, Clark och Shaver (1998). Brennan et al. (1998) genomförde en faktoranalys på alla då existerande självrapporteringsformulär om vuxen anknytning, även kallad romantisk anknytning (Feeney, 2008). De fann två överordnade

faktorer, ångest och undvikande, som föreföll centrala för att beskriva skillnaderna mellan vuxna personers anknytning i en partnerrelation. Ångestdimensionen, en hyperaktivering av anknytningssystemet, innebär en rädsla för att bli övergiven och att inte vara tillräckligt älskad, undvikandedimensionen, en deaktivering av anknytningssystemet, innebär låg strävan efter känslomässig närhet. ECR-R och mätningen av dimensionerna ångest och undvikande stämmer väl överens med de modeller för anknytningsstilar som utformats av Bowlby, (1973) och Ainsworth et al. (1978).

Den reviderade versionen av skalan, ECR-R; Experiences in Close Relationships-Revised utvecklades av Frayley, Waller och Brennan (2000). Både ECR och ECR-R är utformade för att bedöma individuella skillnader avseende anknytningsrelaterad ångest eller anknytningsrelaterat undvikande. Dessa skalor har sedan använts av många olika forskare för att studera anknytningsfenomen hos vuxna (Shaver & Mikulincer, 2008). Sibley, Fisher och Lui har genom tre studier visat på god validitet och reliabilitet i ECR-R och rekommenderar den som främsta mätinstrument för självskattad romantisk anknytning.

Forskning kring anknytningsstilars betydelse för terapiutfall.

Personer med trygg anknytningsstil har befunnits vara mer samarbetsvilliga och mottagliga samt ha bättre förmåga att tillgodogöra sig behandling. Däremot har de med undvikande stil befunnits vara mindre engagerade i behandlingen och de ängsliga mer behövande men inte nödvändigtvis genuint engagerade i behandlingen (Dozier, 1980). Förmågan att skapa en positiv terapeutisk allians kan vara avhängigt klientens nivå av trygg anknytning i enlighet med en metaanalys av Diener, Hilsenroth och Weinberger (2009). Å andra sidan kan skapandet av en positiv terapeutisk allians bidra till att en person med otrygg anknytningsstil blir mer trygg. Både närvaron av trygg anknytning och terapeutisk allians anses öka förutsättningarna för goda resultat i psykoterapi (Diener et al. 2009).

I en svensk undersökning på olika familjerådgivningar 2010, visar 80 % av paren värden som pekar mot en mer otrygg anknytningsstil än referenspopulationens. (Wittkull, 2010). Populationen är relativt liten och författaren reserverar sig kring resultaten, likväl är fynden intressanta. Lundblad (2005) beskriver i sin omfattande studie hur par som söker familjerådgivning skattar sina problem som allvarliga, såväl individuellt som i äktenskaplig tillfredsställelse och störd familjefunktion. Det är alltså ofta i pressade och komplicerade livssituationer människor söker sig till familjerådgivning och parbehandling. Genom att anknytningsteorin hjälper till både med att förklara källan till relationskonflikten och de

individuella skillnaderna i att handskas med konflikt, är teorin speciellt användbar i undersökande av just konflikt i den vuxna parrelationen (Feeney, 2008).

Nu närmar vi oss beskrivningar av de sammanhang som möter det hjälpsökande paret i konflikt;

Vad är familjerådgivning

I början av 1950 talet började såväl kommuner som kyrkan att engagera sig i startandet av familjerådgivning. De yttre ramarna sattes tidigt: ett snabbt omhändertagande, hög professionalitet, sekretess och möjlighet till anonymitet. Parets relation skulle vara fokus för behandlingen. Från och med slutet av 50 talet fick familjerådgivnings verksamhet bidrag från staten. 1995 ålades kommunerna genom lagstiftning, skyldighet att erbjuda familjerådgivning vilket lett till en allmän utbyggnad över hela landet. På nationell nivå behandlas uppskattningsvis omkring 40 -50.000 ärenden inom kommunal o kyrklig Familjerådgivning i Sverige varje år. Behandlingstiden är generellt kort; mindre än 10 samtal per par. I Lundblads undersökning, (2005), visar demografiska bakgrundsdata att: de flesta är barnfamiljer, utgör ett genomsnitt av svensk befolkning mot bakgrund av yrkesindelning och de flesta lever med en partner. En tredjedel är inställda på reparation av relationen, en tredjedel är osäkra eller oeniga om målsättning med besöken.

Parets presentation av problemen kommer att utgöra det centrala och avgränsade uppdraget för Familjerådgivaren. En mycket vanlig problemformulering är kommunikationssvårigheter. Insatsen kan bli pedagogisk/rådgivande och/eller insiktsbetonad allt beroende av vad som kan hjälpa och underlätta på par- och familjenivå. Familjerådgivaren är mycket medveten om barnens närvaro även om de inte är i rummet. Metoden för det psykosociala behandlingsarbetet är alltså inte entydig och behandlingstiden är oftast kortvarig.

Vad är parterapi

Det finns stora likheter mellan delar av det arbete som utförs i familjerådgivning och parterapi även om familjerådgivningsarbetet benämns psykosocialt behandlingsarbete. Begreppet familjerådgivning ger således ingen total innehållsförteckning. Tidsaspekten och metodfrågan kan utgöra skillnader. På familjerådgivningen möter paren inte *en* given metod och samtalsserierna är i allmänhet korta. Den teoretiska grundvalen varierar för den parterapi som erbjuds. I all parbehandling bör relationen vara klienten, problemen ska inte ses som individuella. Anknypningsbaserad parterapi ökar möjligheterna för paret att upptäcka sig själva och varandra som tänkande, kännande varelser med avsikter i sina handlingar. Det

terapeutiska förhållningssättet fokuserar på utforskandet (i motsats till förklarandet) med hjälp av affektreglering och uppmuntran av känslomässig kontakt i paret. Terapeuten utgör en säker bas.

Ett exempel på en modell för parterapi vilande på anknytningsteori är EFT, Emotionally Focused Therapy for Couples. Sue Johnson är den person som främst står bakom skapandet och utvecklandet av denna modell. Sedan början av 1980-talet har arbetet pågått kring EFT som bygger på systemisk teori, experimentell teori och anknytningsteori. Hon knyter samman de olika teorierna så att de kan samverka i en korttidsterapi för par omfattande ca 12-20 samtal, (Johnson, 1996).

Johnson menar att en parterapeut behöver en teori som beskriver hur problem i parrelationen uppstår, hur en välfungerande parrelation ser ut samt en teori om terapeutisk förändring. En teori om vuxen kärlek hjälper terapeuten att förstå vad som är problemet, vilka mål med behandlingen som är relevanta och meningsfulla och hur man skall nå dem. Terapeuten hjälper paret att identifiera de destruktiva interaktionsmönster som kan utlösas vid konflikt. Interaktionen hos par med stora relationsproblem karaktäriseras av ett negativt samspel där den ene ofta driver på för att få kontakt och den andre drar sig undan. Terapeuten hjälper paret att nå de underliggande känslor som gör att paret vidmakthåller ett negativt samspel. Därefter hjälper terapeuten paret att uttrycka känslor som främjar medkänsla, samhörighet och kontakt. EFT verkar lugnande och hjälper klienter att handskas med outtalade och därför icke mötta anknytningsbehov. I EFT ses känslor som centrala i förandet av självet och i det terapeutiska förändringsarbetet. Ur ett EFT-perspektiv kommer förändring genom medvetenhet, affektreglering, reflektion och omvandling av känslor i en kontext av en empatiskt intonad relation. Ett viktigt första mål i terapin är att nå upplevandet av negativa känslor, till exempel rädsla och skam, för att därefter omvandla dessa. Omvandlingen kommer då klienten når sina primära adaptiva känslotillstånd under terapin. Det finns numera ett flertal studier som beskriver effekten av EFT för par. Dessa studier visar att 70-75 % av paren blir helt kvitt sina problem och att 90 % förbättras signifikant. Förbättringen fortsätter efter avslutad terapi, (Johnson & Talitman, 1997). I en studie kring vilka faktorer som medverkar till en framgångsrik parterapi med EFT nämns alliansens betydelse, parets beredvillighet att möta frågor som handlar om tillit och samhörighet, att mannen uppnått en ålder av minst 35 år samt att kvinnan har en fortsatt tillit till mannen och att han bryr sig om henne och relationen (Johnson & Talitman, 1997).

Vad är allians

Allians begreppet är omstritt och har ingen entydig innebörd i den terapeutiska kontexten. Historiskt sett betonades den omedvetna delen av relationen mellan patient och terapeut i form av överföringsaspekten. Alliansbegreppet har allt mer kommit att referera till såväl den reella, medvetna relationen som till den omedvetna. Arbetsallians, terapeutisk allians, samarbetsallians är några av benämningarna. Arbetsallians (Bordin 1979), bygger på terapeutens och patientens enighet kring; *uppgiften* (de terapeutiska interventionerna) – *målen* (produkten av psykoterapi) – *emotionella band* (hur tillitsfull, accepterande och förtroendeingivande terapeuten uppfattas). Horvath och Bedi (2002) betonar att allians inte är detsamma som den terapeutiska relationen. Relationen består av flera samverkande element som empati, mottaglighet, skapande av en trygg miljö mm. Alliansen är ett sätt att konceptualisera det som uppnåtts genom användandet av dessa element. Skapandet och utvecklingen av alliansen är inte separat från de interventioner terapeuten använder för att hjälpa sin klient; den är påverkad av och är en nödvändig del av allt som händer i terapin. Horvath och Bedi, (s 55, 2002) menar vidare att utvecklandet av en ”tillräckligt bra” allians tidigt, är vitalt för framgång i terapin och refererar till tydliga bevis för att utfallet kan kopplas till om allians skapats mellan samtal tre och fem i en långvarig terapi. Tillräckligt bra kan förstås som en gemensam känsla av samarbetsgrad vilken tillåter terapeuten att till exempel röra sig fritt mellan olika frågeställningar i terapin. Allians ses snarare som ett dynamiskt växelspel än som en statisk förutsägbar process. Terapeuten bör vara uppmärksam på och undersöka patientens upplevelse av alliansen från början och genom hela terapin.

Under de senaste 20 åren har ett stort intresse riktats mot att beskriva och mäta den terapeutiska alliansens betydelse för utfallet i psykoterapi. Det finns stark konsensus beträffande terapeutisk allians som en kraftfull och bestämd prediktor för utfall i psykoterapi. Ett av de tidigaste och mest använda instrumenten för att operationalisera och mäta terapeutisk allians är Helping Alliance Questionnaire, HAQ-I (Alexander, Luborsky & Greenberg, 1986). En reviderad version, HAQ-II, utvecklades utifrån två huvudmål: a) att reducera skalans benägenhet att mäta symtomlindring och därmed blanda ihop dessa två dimensioner och b) att bättre införliva varierande aspekter av alliansen relaterade till patientens och terapeutens ansträngningar att samarbeta (Luborsky et al., 1996).

I en jämförande studie mellan HAQ-I och HAQ-II (LeBloc'h, de Roten, Drapeau & Despland, 2006) var de två övergripande målen att: 1) bekräfta den franska versionen av den nya HAQ-II och att 2) empiriskt undersöka i vilken utsträckning HAQ-II skulle vara bättre än HAQ-I. Resultaten visar att den franska versionen av HAQ-II har goda psykometriska

egenskaper. Mätningen av internkonsistens och test-retestreliabilitet var fullständigt överensstämmande med den engelska originalversionen. Indikation på dess validitet inkluderade hög korrelation med andra mätinstrument för allians oberoende av patientens psykiska problem före behandlingen. Överraskande förutsåg HAq-II patientens tillfredsställelse med behandlingen men inte symtomförbättringar. HAq-II anses därmed vara bättre än HAq-I på att mäta allians och inte symtomlindring, den har bättre konstruktvaliditet och rekommenderas därför (Luborsky et al., 1996).

Allians kopplat till par och familjeterapi är betydligt mindre beforskat. I behandling av flera personer samtidigt, skapar terapeuten multipla allianser som interagerar med varandra inom systemet. I paret har terapeuten en allians med varje part. Alliansen med den ena parten påverkar den andres allians positivt eller negativt beroende av relationen. En ”split” i alliansen kan medföra stora hinder och till och med prematura avbrytanden av terapin. Terapeuten behöver vara extra uppmärksam och fokusera på känsla av trygghet och reparerande i fall av för stora skillnader i allians. Genusaspekter har kunnat iakttas då framgång i terapin varit mer beroende av mannens allians med terapeuten än med kvinnans allians med terapeuten. Detta skulle kunna förklaras av mannens dokumenterade större tveksamhet att engagera sig i behandling och/eller maktförhållandet i relationen (Symonds & Horvath, 2004). Tillit i parrelationen borgar för god allians mellan paret o terapeuten. Metaanalyser visar tydligt att par som upplevde skillnader i allians med terapeuten hade betydligt sämre behållning av terapin. Att skapa en tillräckligt god allians med båda i paret är alltså centralt. Exempelvis är en delad målsättning för terapin med gemensamt fokus på målet, stärkande för alliansen och trygghetsskapande i terapin (Friedlander, Escudero, Heatherington & Diamond, 2011).

Forskningen kring hjälpsökande pars anknytningsstil är inte omfattande nationellt. Familjerådgivares upplevelser kring alliansskapande med par har inte tidigare undersökts i Sverige.

SYFTE

Vi vill med denna uppsats dels bidra till att öka kunskapen om anknytningsstil hos par som söker familjerådgivning dels söka kunskap kring familjerådgivares upplevelser av alliansskapande. Det är vår förhoppning att undersökningen skall bidra till en fortsatt utveckling av arbetet på familjerådgivningarna.

Vi frågar med denna undersökning:

1. Vilken betydelse har pars anknytningsstil för alliansskapandet i familjerådgivning?
Vår hypotes är att alliansskapandet upplevs som svårare med par där någon har en otrygg anknytningsstil.
2. Spelar likheter och skillnader i anknytningsstil inom paret en roll för familjerådgivarens upplevelse av svårighetsgrad i alliansskapande?
- 3 a. Finns det könsskillnader i den ängsliga/undvikande anknytningsstilen?
- 3 b. Ser sambandet mellan kvinnans respektive mannens anknytningsstil och alliansskapade olika ut, vems ängslighet eller undvikande är mest avgörande?

METOD

Denna undersökning genomfördes under hösten 2011 på 8 kommunala familjerådgivningsenheter i Skåne. De flesta enheter har ett interkommunalt samarbete och därmed är 26 kommuner representerade i undersökningsmaterialet. Undersökningen är kvantitativ och urvalet slumpmässigt.

Undersökningsgruppen

Undersökningsgruppen omfattar 61 par och 24 familjerådgivare. Av de 89 personer som angivit sin ålder är medelåldern 37,4 år. Åldersspannet sträcker sig från 26 till 59 år. Genomsnittligt antal år i relationen är 10,9 med en spridning från 1 till 34 år. Antalet barn varierar från 0 till 5 med ett genomsnitt på 1,9. De båda senaste frågorna har besvarats av 95 personer. Samtliga par lever i heterosexuella relationer. Paren som ingått i undersökningen har gjort sitt första gemensamma besök på familjerådgivningen under hösten 2011. Inklusionskriterier för medverkan har varit att paret för första gången gemensamt skall besöka familjerådgivningen och att de talar så bra svenska att de kan förstå informationen om undersökningen samt kunna besvara frågorna i enkäten. Exklusionskriterier för medverkan har varit känd förekomst av våld eller missbruk i relationen.

Bortfall

Antal svarande samt bortfall visas i Tabell 1. Totalt delades 122 enkäter ut till 24 familjerådgivare. En familjerådgivare meddelade att hon inte hade möjlighet att medverka varför 23 återstod. Tio enkäter delades aldrig ut och ytterligare tio har tagits bort ur materialet

eftersom enkäterna varit ofullständigt ifyllda eller samtalskontakten har avbrutits. Det slutliga undersökningsmaterialet består av 102 enkäter från 51 par samt 51 alliansenkäter. Bortfallet, 20 enkäter av 122, uppgår till 16,4 %.

Tabell 1

Antal svaranden och bortfall på enkäten

Enkätsvar	Par/Individ	Ej utdelade	Ofullständiga	Bortfall/Procent	Totalt
Antal besv	61/122	10	10	20 16,4%	102

Instrument

ECR-R

I undersökningen har självskattningsformuläret ECR-R använts (Experiences in Close Relationships-Revised) utvecklad av Frayley, Waller and Brennan (2000). ECR-R är en reviderad version av ECR (Experiences in Close Relationships) utformad av Brennan, Clark and Shaver (1998).

ECR-R består av 36 olika påståenden om upplevelser av relationer. För varje påstående finns sju svarsalternativ från ”stämmer nästan aldrig” till ”stämmer nästan alltid”. Deltagaren skall sätta kryss för det alternativ som bäst överensstämmer med den egna upplevelsen. Formuläret innehåller två delskalor som mäter dimensionerna ängslig eller undvikande anknytning. Den ängsliga dimensionen visar i vilken utsträckning personen är trygg och otrygg med partners tillgänglighet och lyhördhet. Den undvikande dimensionen visar i vilken utsträckning personen är bekväm med att vara nära och beroende av partnern. Högre värden på skalorna tyder på högre grad av otrygg anknytning, ängslig eller undvikande. Lägre värden på skalorna motsvarar en trygg anknytning. I denna undersökning har värdena på delskalorna ängslig och undvikande lagts ihop och benämns otrygg.

Det finns kritik mot skalans begreppsvaliditet (Fairchild & Finney 2006) samt mot det faktum att ångest- och undvikandedimensionerna i viss mån korrelerar med varandra (Sibley, Fisher & Lui, 2005). I den reviderade versionen korrelerar påståendena i mindre utsträckning med varandra. Även test-retestreliabiliteten har förbättrats. Det har dock visat sig svårare att bedöma trygg anknytning med samma precision som otrygg anknytning med ECR-R. Kritik har framförts mot att påståendena är för öppna i ECR-R, att den tillfrågade kan svara utifrån en förväntan samt att personer med trygg anknytning kan tendera att tacka ja till medverkan.

Svensk översättning av ECR-R är gjord av Hans Bengtsson och Elia Psouni, Institutionen för psykologi, Lunds Universitet.

HAq-II-T

HAq-II (The Revised Helping Allians Questionnaire), utvecklades av Luborsky, Barber, Siqueland, Johnson, Najavits, Frank and Daley, (1996). HAq-II samlar data från både terapeut och patient för att mäta styrkan i det känslomässiga bandet mellan terapeut och patient. Det finns en terapeutversion och en patientversion. Vi har använt terapeutversionen och formulerat om påståendena till att handla om relationen till paret som helhet. Både terapeut- och patientversionen består av 19 påståenden med svarsalternativ från 1 till 6, där 1 betyder ”stämmer verkligen inte” och 6 betyder ”stämmer verkligen”. Låga värden på HAq-II innebär god allians.

HAq-II utvecklades vid en undersökning bland 246 patienter med diagnosen DSM-III-R med kokainmissbruk. Författarna fann att skalan hade god internkonsistens och hög test-retestreliabilitet. Vidare uppmättes god konvergent validitet med Californian Psychotherapist Alliance Scale (CALPAS). Allians mätt med båda dessa instrument i ett tidigt skede av psykoterapin var inte associerad med grad av psykiska svårigheter före behandlingen eller grad av depression. Det krävs fler studier med populationer utan missbruksproblematik för att öka bredden i undersökningsgrupperna.

Genomförande

De familjerådgivare som deltagit i undersökningen fick information av oss personligen då vi besökte respektive familjerådgivning samt vid ett tillfälle vid en regionträff då samtliga familjerådgivare i Skåne deltog. Dessa informationsträffar genomfördes i september och oktober 2011. Varje familjerådgivare ombads att tillfråga 2-3 av sina par om deltagande samt att efter tre genomförda samtal med paret i fråga, själva besvara en alliansenkät.

Undersökningen har därmed genomförts i två steg. Det första steget undersöker anknytningsstil hos var och en i paret, det andra steget undersöker familjerådgivarens uppfattning om alliansskapandet med samma par.

Parerna informerades om undersökningen av sin familjerådgivare vid första besöket på familjerådgivningen. De fick först information muntligen och sedan skriftligen i form av ett informationsblad. Av informationen framgick att deltagandet var frivilligt och kunde när som helst avbrytas. I den skriftliga informationen beskrevs syftet med undersökningen och de som önskade kunde kontakta oss för kompletterande information. De som tackade ja till medverkan besvarade enkäten var för sig avskilt utan möjlighet att konferera med varandra.

Enkäten tog ca 15 minuter att besvara. De flesta besvarade enkäten vid första besöket på familjerådgivningen. Då familjerådgivaren bedömde det som lämpligast besvarades enkäten vid andra samtalet. Varje enkät lades i ett kuvert som deltagaren förslöt och lämnade till sin familjerådgivare. Kuverten var märkta på förhand, till exempel par 1 och familjerådgivarens namn. Familjerådgivaren fick inte se parets svar utan har förmedlade svaren direkt till oss för bearbetning. De personliga uppgifter som vi bad deltagarna lämna på enkäten var förnamn, ålder, kön, födelseland, längden på nuvarande relation samt antalet barn.

Efter tre samtal med paret besvarade familjerådgivaren en enkät angående alliansskapandet med paret. Denna enkät var i sin tur märkt med till exempel par 1 och familjerådgivarens namn så att matchning kunde ske med parets enkäter. Familjerådgivaren lade därefter samtliga kuvert och enkäter i ett större kuvert och lämnade slutligen detta till oss. I tre ärenden genomförde paren inte tre samtal utan två. I de fall familjerådgivaren bedömde sig kunna svara på alliansenkäten lät vi denna göra det.

Material har bearbetades i SPSS.

RESULTAT

Deskriptiv statistik

I Tabell 2 redovisas svarens fördelning på de ställda frågorna om undvikande, ängslighet och otrygghet i anknytningsstilar samt familjerådgivares upplevelse av alliansskapande. I tabellen visas också en uppdelning av kvinnors och mäns svar.

Tabell 2

Deskriptiva data på anknytningsskalorna och allians (HAq).

	N = 102	Omfång	M	SD	Kvinnor N = 51		Män N = 51	
					M	SD	M	SD
undvikande	21 - 110	58,2	16,3	58,8	17,6	57,5	14,9	
ängslig	18 - 109	57,8	19,0	56,1	20,3	59,4	17,7	
otrygg	42 - 195	115,9	29,6	114,9	32,5	117,0	26,7	
HAq	61 - 106	87,9	9,0					

Könsskillnader

För könsskillnader avseende anknytningsstil visade ett test inga signifikanta skillnader vare sig på undvikandeskalan ($t = 0,4$, $p = 0,7$) eller ängslighetsskalan ($t = -0,9$, $p = 0,4$).

Sambandet mellan anknytningsstil och alliansskapande.

För att undersöka sambandet mellan ängslighet och undvikande i anknytningsstil hos par med familjerådgivares upplevelse av alliansskapande gjordes korrelationsberäkningar (r). Som framgår av Tabell 3 korrelerade familjerådgivarnas upplevelse av alliansskapande signifikant med såväl undvikande som ängsliga inslag i parens anknytningsstil. Effektstorleken var liten enligt Cohen (1988).

Tabell 3

Samband mellan anknytningsstil och alliansskapande.

N = 102	Undvikande	Ängslig	Allians	(p)
Undvikande	1	,406 **	-,206*	(,038)
Ängslig	,406**	1	-,254**	(,010)

** korrelation signifikant vid 0,01 nivå

*korrelation signifikant vid 0,05 nivå

Betydelsen av likheter och skillnader i anknytningsstil för alliansskapandet.

För att undersöka om alliansskapandet var relaterat till parens sammanslagna värden på anknytningsskalorna lades mannens och kvinnans siffror ihop både på den undvikande och ängsliga delskalan. Höga värden på respektive skala kan betyda att båda har höga värden eller att den ene har högre/mycket högre värden än den andre. Syftet var att studera på vilket sätt hög grad av ängslighet eller undvikande i paret påverkar alliansskapandet. Som framgår av Tabell 4 fanns det signifikanta korrelationer mellan både den ängsliga och den undvikande anknytningsstilen och svårigheten att skapa allians. Hög grad av ängslighet i paret ger större utslag än hög grad av undvikande.

För att undersöka om diskrepanser mellan mannen och kvinnan vad gäller ängslighet och undvikande i anknytningsstil hade något samband med svårighet med alliansskapande skapades också två ytterligare variabler ("Skillnad ängs" respektive "Skillnad undv") genom en subtraktion mellan mannens och kvinnans poäng på de två anknytningsskalorna. Tabell 4 visar att vid stor skillnad mellan mannen och kvinnan i ängslighet upplevdes alliansskapandet som svårare. Skillnader i undvikande anknytningsstil gav inget utslag. Effektstorleken är medelstor vid sammanlagd ängslighet och skillnad i ängslighet enligt Cohen (1988).

Tabell 4

Sambandet mellan ängslig respektive undvikande anknytningsstil hos paret och diskrepanser inom paret i dessa avseenden samt familjerådgivares upplevelse av alliansskapande.

N=102	Summa undv	Summa ängs	Skillnad undv	Skillnad ängs	Allians (p)
Summa undv	1	,616**	-,008	-,148	-,248* (,012)
Summa ängs	,616**	1	-,156	-,141	-,337** (,001)
Skillnad undv	-,008	-,156	1	-,016	,168 (,091)
Skillnad ängs	-,148	-,141	-,016	1	,295** (,003)

** korrelation signifikant vid 0,01

*korrelation signifikant vid 0,05

Sambandet mellan kvinnors anknytningsstil och alliansskapande.

Tabell 5 visar sambandet mellan kvinnors anknytningsstil och alliansskapandet. Kvinnors grad av otrygg anknytning, såväl undvikande som ängslig, uppvisade ett signifikant samband med alliansskapandet. Effektstorleken var i båda fallen medelstor enligt Cohen (1988).

Tabell 5

Sambandet mellan kvinnors anknytningsstil och familjerådgivares upplevelse av alliansskapande.

N = 51	Undvikande	Ängslig	Allians	(p)
Undvikande	1	,468**	-,342*	(,014)
Ängslig	,468**	1	-,419**	(,002)

**korrelation signifikant vid 0,01 nivå

*korrelation signifikant vid 0,05 nivå

Sambandet mellan mäns anknytningsstil och alliansskapande.

Tabell 6 visar sambandet mellan mäns anknytningsstil och alliansskapandet. Varken undvikande eller ängslig anknytningsstil hos män visade något signifikant samband med alliansskapandet.

Tabell 6

Sambandet mellan mäns anknytningsstil och familjerådgivares upplevelse av alliansskapande.

N = 51	Undvikande	Ängslig	Allians	(p)
Undvikande	1	,334*	-,046	(,749)
Ängslig	,334*	1	-,068	(,634)

*korrelation är signifikant vid 0,05 nivå

DISKUSSION

Resultatdiskussion

Fråga 1

Resultatet på vår första och grundläggande fråga om det finns ett samband mellan otrygghet i anknytningsstil och upplevelse av alliansskapande hos familjerådgivaren, är otvetydigt positivt. Vår hypotes bekräftades därmed. Resultatet visar att ju mer otrygga inslag i

anknytningsstil, desto svårare upplevs alliansskapandet av familjerådgivaren. Våra resultat överensstämmer med de undersökningar som tidigare gjorts på individualterapi, (Dozier, 1980; Riggs, Jacobovit, & Hazen, 2002). Vår definition av begreppet allians innebär terapeutens och patientens (parets) enighet kring de tre delarna; uppgiften, målen, det personliga bandet (Norcross; Bordin 1979; 1994) För att en tillräckligt god allians ska finnas bör det finnas en överensstämmelse kring att uppgiften, uppdraget paret har gett familjerådgivaren och att samarbetet däromkring sker på ett på ett tillfredställande sätt. Vidare att man är överens om målet för behandlingen, vad är det som ska förändras/uppnås och slutligen att det personliga bandet upplevs som gott och att familjerådgivaren upplevs som en person att lita på. En tillräckligt god allians bör ha uppnåtts tidigt i kontakten för att borga för ett gott resultat av behandlingen. Vi valde mätningstillfället efter tre samtal. När vi så påminner oss om vad som kännetecknar de två uppmätta dimensionerna undvikande och ängslighet i anknytningsstilen ser vi följande; den undvikande dimensionen visar hur bekväm personen är med att vara nära/beroende av partnern och den ängsliga med hur trygg/otrygg personen är med partnerns tillgänglighet och lyhörddhet. Vi tänker oss vidare, enligt anknytningsteorin, att de otrygga anknytningsstilarna har vidhäftande inre arbetsmodeller. I modellen ingår såväl bilden av själv och av andra som en beredskapsplan för hur man ska möta olika situationer. Familjerådgivning är för de flesta par en ny situation i ett nytt sammanhang till vilket man kommer med sina privata relationsproblem. Vi kan anta att paren upplever en ökad emotionell stress och att anknytningssystemet är aktiverat. Till den undvikande anknytningsstilen tänker vi oss en inre arbetsmodell med en låg förväntan på att det finns någon hjälp att få. Man bär en negativ bild av den andre som bygger på tidiga, upprepade avvísningar i samband med ett aktiverat anknytningssystem. I den ängsliga anknytningsstilen finns i bakgrunden till arbetsmodellen en oberäknlighet gällande tillgänglighet/stabilitet hos omsorgsgivaren vilket ger en negativ bild av själv och den egna förmågan och en mer överdriven tro på den andres. Tillgängligheten till den andre som ska bidra till trygghet är dock oklar. Den ängsligt anknutna har en ökad känslighet just vad gäller upplevelsen av tillgänglighet vilket kan leda till stor osäkerhet och anpasslighet. Båda dessa inre arbetsmodeller påverkar det dynamiska växelspel som ett alliansskapande är. Om vi då tänker oss paret där båda dessa dimensioner, undvikande och ängslighet finns närvarande i ett aktiverat anknytningssystem, har vi alltså en interaktion präglad av starka affekter med förhållningssätt som avståndstagande, misstänksamhet såväl som anpasslighet och orealistiska förväntningar. Dessa påverkar familjerådgivarens upplevelse av alliansskapandet och ökar svårighetsgraden.

Fråga 2

Vår andra frågeställning undersöker om likheter och skillnader i parets anknytningsstilar har betydelse för familjerådgivarens upplevelse av alliansskapandet. Resultaten visar att om det sammanlagda värdet av ängslighet hos paret är högt, upplever familjerådgivaren alliansskapandet som svårare än om det sammanlagda värdet av undvikande är högt. I båda fallen upplever familjerådgivaren svårigheter med alliansskapandet. Resultaten visar också att ju större skillnaden är mellan individerna i anknytningsstil desto svårare upplevs alliansskapandet.

En ängslig anknytningsstil innebär förväntningar på att andra skall tillgodose ens primära behov men samtidigt starka tvivel på deras pålitlighet och avsikter (Hazan & Shaver, 1987). En klient med ängslig anknytningsstil kan ha höga förväntningar på vad familjerådgivaren ska åstadkomma och bli starkt besviken om inte förväntningarna infrias. Som familjerådgivare kan man behöva reparera alliansen om förväntningarna inte stämmer överens med resultatet (Friedlander et al., 2011). Det innebär att det tar längre tid att bygga upp tillit och förtroende med ett sådant par och behandlingsarbetet blir därför blir mer krävande. En undvikande anknytningsstil kan innebära att förväntningarna är låga på om det är möjligt att få hjälp med sina problem. En sådan person har ofta tvingats bli självständig och oberoende eftersom en tidigare anknytningsperson varit otillgänglig och avvisande. Vi är förvånade över att ängsligheten ger ett så stort utslag i familjerådgivarens upplevelse. Våra förväntningar var snarare att det skulle vara svårare att skapa allians med en person med undvikande anknytningsstil då den dragit sig tillbaka och förnekat sina behov (Hazan & Shaver, 1987). I behandlingssituationen kan möjligen en undvikande stil upplevas som mer konsekvent då ångestnivån hos den ängsliga är synligt hög och varierande medan den undvikande inte visar några sådana känslouttryck. Den ängsliga är mer hjälpsökande medan den undvikande är mer återhållsam. Enligt Dozier (1980) kan man låta sig luras av att den ängslige uppfattas som samarbetsvillig och att man därför tror att man har en allians med den personen fast man inte har det.

Då skillnaden mellan parterna i anknytningsstil är stor upplevs alliansskapandet som svårare än om skillnaden är liten. Skillnaden kan tyda på att en i paret har en otrygg anknytningsstil och den andre en trygg. Friedlander et al., (2011) visar genom sina metaanalyser av *pars* upplevelse av alliansskapande att i de terapier där alliansen med terapeuten upplevdes olika, hade man betydligt sämre behållning av behandlingen. Att skapa en tillräckligt god allians med båda i parterapi är alltså en central men grannlaga uppgift för terapeuten.

Vi har gjort ett försök att fånga det som kan beskrivas som ”samspelet” i en relation genom att såväl lägga ihop kvinnans och mannens värden när det gäller ängslighet och undvikande som att undersöka skillnaden dem emellan. Samspelet är relationsspecifikt (Millwood & Waltz, 2008) men hos var och en finns anknytningsstilar som består från tidig ålder genom livet (Hazan & Shaver, 1987). Det innebär att det finns ett förhållningssätt som i grunden är befast men att detta förändras beroende på kontexten i den specifika relationen. Det tyder på en förmåga till anpassning och även läkning av tidigare relationssår i nya relationer. Internationellt finns studier som pekar på behovet att undersöka detta ytterligare. Vår studie har lämnat ett bidrag till detta föga beforskade område.

Fråga 3 a.

Resultatet visar inga signifikanta skillnader mellan könen vad gäller undvikande eller ängslig anknytningsstil. I västvärlden finns en stereotyp uppfattning att män är mer distanserade och undvikande än kvinnor (Bem, 1993, refererat i Schmitt, 2003). Hitillsvarande forskning har inga entydiga svar på könets roll för den ängsliga eller undvikande stilen. Det är dock bara i dessa två kategorier könsskillnader har gett signifikanta mått (Bartholomew & Horowitz, 1991). I den trygga och desorganiserade kategorin syns inga motsvarande skillnader. Millwood och Waltz (2008) resonerar i sin forskning kring de i väst rådande socialt konstruerade könsrollernas möjliga inverkan på iakttagna skillnader i anknytningsstil. Den ängsliga stilen är mer accepterad i den kvinnliga könsrollen och den undvikande i den manliga. Man menar att de respektive stilarna kan bära samma underliggande behov, exempelvis de mer ängsliga, men ta sig olika uttryck utifrån den socialt rådande acceptansen.

I forskning där stor tonvikt lagts vid kulturella faktorer kopplat till ”adult romantic attachment” har man genom att samla material från femtiosex nationer frågat sig om män är mer undvikande universellt sett. Schmitt (2003), fann att så inte är fallet. Resultaten visar att västerländska män är signifikant mer undvikande (e.g, Bartholomew och Horowitz, 1991), men att i icke-västländer är skillnaderna mindre. Dessutom fann man att kvinnor från flera afrikanska och oceaniska länder är mer undvikande än männen. Ovanstående forskning talar för en komplex och mångfacetterad bakgrund till skillnader mellan människors anknytningsstilar.

Fråga 3 b.

Resultatet visar att det finns ett signifikant samband mellan kvinnors anknytningsstil och familjerådgivarens upplevelse av alliansskapande; kvinnans otrygghet ger större påverkan på familjerådgivarens upplevelse av svårighetsgrad i alliansskapande. När vi korrelerar mannens anknytningsstil med familjerådgivarens upplevelse får vi inga signifikanta mått. Detta tyder på att kvinnans anknytningsstil, speciellt den ängsliga, har ett större inflytande på hur familjerådgivaren upplever svårigheter kring alliansskapandet. Detta resultat förvånar oss i viss mån. I forskning kring allians och parterapi, har man funnit att framgång i terapin varit mer beroende av en tillräckligt bra allians med mannen än allians med kvinnan. Förklaringar till dessa resultat har hållits allmänna; ”mannen är generellt mer tveksam till terapi och han bär större makt inom relationen” (Symonds & Horvath, 2004). Det är alltså viktigare för terapeuten att ”få med mannen på tåget”, kvinnan hänger med ändå. Med detta resonemang aktuellt skulle alltså de signifikanta fynden i vår studie, inte hota terapiutfallet. Även om kvinnans ängslighet upplevs som en svårighet, är det alliansen med mannen som har mer inflytande över resultatet. Vi har inte undersökt terapiutfall/resultat av familjerådgivning i vårt material, men finner ändå sammankopplingen av fynden intressanta. Är det så att en inledningsvis sämre allians med ett par där kvinnan har en ängslighet i anknytningsstilen senare kompenseras av en god allians med mannen i samma par eller vilka variabler samspelar mellan behandlare och par där kvinnans ängslighet upplevs som en ökad svårighet? Vilken roll spelar familjerådgivarens anknytningsstil, ålder och kön? Här finns flera intressanta forskningsfrågor!

Metoddiskussion

Självskattningsinstrument har brister i nyanser och det kan finnas en risk att man besvarar frågorna utifrån föreställningar att man bör svara på ett visst sätt. När man kommer till sitt första samtal på familjerådgivningen är man vanligtvis stressad och därför är anknytningsystemet påslaget. Fördelen är att det lättare kan visa sig vilken anknytningsstil man tenderar att ha. Svårigheten är däremot att man kan besvara frågorna utifrån den relationsspecifika situation man befinner sig i och inte generellt i relationer. Det kan bli en sammanblandning mellan det specifika och det generella. I tidigare studier har det visat sig att även om man har en generell anknytningsstil i botten och den är beständig i livet, så växlar även förhållningssätt utifrån specifika relationer. I mätinstrumentet ECR-R mäts anknytningsstil längs ett kontinuum vilket innebär att det finns svårigheter att veta var gränserna går mellan trygg och otrygg anknytning. Man ser tendenser längs två dimensioner,

ängslighet och undvikande men det är svårare att veta vid vilka värden en person anses ha en trygg anknytning. Mätningen utifrån dimensioner och inte kategorier kan också vara en fördel i vår studie. Både ängslighet och undvikande kan uppträda hos samma individ som ett uttryck för otrygghet i nära relationer. Det kan vara en fråga för fortsatt diskussion och forskning att undersöka på vilket sätt undvikande och ängslighet samvarierar. Vår föreställning har varit att man tenderar att ha en speciell anknytningsstil som dominerar och aktiveras vid stress i nära relationer.

Alliansskapande som framgångsfaktor har mest studerats inom det individualterapeutiska området. Vi har tillåtit oss att anta att alliansen har samma grundläggande betydelse i behandlingsarbete med par och det behövs fortsatt forskning inom detta fält. Då familjerådgivarna har bedömt svårighetsgraden i alliansskapandet har de utgått från paret som helhet och gjort en genomsnittlig bedömning. Det mätinstrument som använts i undersökningen, HAQ-II, finns ursprungligen i en terapeutversion och en patientversion. Vi har formulerat om terapeutversionen att gälla ett par och inte en individ. Om mätningen av alliansskapandet skett med var och en i paret hade resultatet kanske blivit annorlunda. För att bättre anpassa mätningarna i framtida studier för par, behöver mätinstrumentet förfinas.

Våra resultat visar att om skillnaden mellan parterna på både undvikande- och ängslighetsskalorna är stor, upplevs alliansskapandet som svårare. Det kan tyda på att den ene i paret har en otrygg anknytning. Framtida studier behöver undersöka hur olika kombinationer av anknytningsstilar påverkar alliansskapandet och på vilket sätt skillnaderna mellan könen spelar in. Det har visat sig mycket svårt att bedöma hur olika anknytningsstilar samverkar med varandra i en vuxen parrelation och finna sätt att mäta denna gemensamma faktor på (Clulow, 2007). Det är tänkbart att en trygg partner kan ha en lugnande och läkande inverkan på en otrygg partner. Samtidigt är det svårt att veta om det är så och under vilka förutsättningar detta skulle vara mest gynnsamt.

Vi har antagit att de inre arbetsmodellerna hos klienterna aktiveras i förhållande till familjerådgivaren även om denna relation inte är att betrakta som en anknytningsrelation. Den har dock kvalitéer som liknar dem hos en anknytningsrelation, att utgöra en trygg hamn för utforskande av negativa känslor, att våga möta sitt inre tillsammans med en annan person som är lyhörd, varsam och intresserad av det man har att säga. Om man inte känner sig trygg och bekväm med sin familjerådgivare finns inga möjligheter till förändring. Det finns behov att undersöka även detta område i framtida forskning.

Vi har inte undersökt sambandet mellan familjerådgivarnas kön, ålder, erfarenhet eller anknytningsstil och alliansskapandet, inte heller utfall av behandling i familjerådgivning.

Implikationer

Anknytningsteorin kopplat till vuxna parrelationer hjälper till att förstå hur konflikter uppstår, de negativa känslornas innebörd och mening i sammanhanget och ger även en fingervisning om möjliga förändringsprocesser. Tidigare forskning (Horvath & Bedi, 2002) ger klara besked om alliansens betydelse för terapiutfall och understryker vikten av alliansskapande i ett tidigt skede. Resultaten i vår studie tyder på att parens anknytningsstilar har betydelse för alliansen. Vi tänker oss att varje erfaren familjerådgivare intuitivt känner och arbetar för att skapa en god allians och ett gott samarbete med paret. Hur kan familjerådgivare använda sig av våra resultat i sitt arbete?

Våra resultat visar att det är speciellt den otrygga, ängsliga anknytningsstilen som påverkar alliansskapandet negativt. Den ängsliga anknytningsstilen kan för både kvinnor och män visa sig i form av svartsjuka, kontrollbehov, tillitsproblem, svårigheter att reglera känslor och aggressivitet i ord eller handling. I vår studie finns särskilt tydliga samband mellan otrygg anknytning hos kvinnan i paret, speciellt den ängsliga anknytningsstilen och svårigheter att skapa allians. Kvinnans ängslighet bör därför särskilt uppmärksammas i familjerådgivningsarbetet vid skapandet och upprätthållandet av alliansen. Dessutom har ängslig anknytningsstil hos kvinnan visat sig ha ett samband med äktenskaplig otillfredsställelse (Mondor et al., 2011). Det blir därför extra viktigt att skapa trygghet och tillit i behandlingsarbetet och hjälpa paret att trygga relationen mellan samtalen.

Det är angeläget att tidigt i behandlingskontakten uppmärksamma parets respektive anknytningsstil. Vid nybesök på familjerådgivning kan paret föreslås fylla i ett självskattningsformulär gällande anknytningsstil. Tillvägagångssättet behöver följas av noggrann information om på vilket sätt detta kan vara till nytta i alliansskapandet och i behandlingsarbetet. För att arbetssättet skall kännas bekvämt för familjerådgivaren krävs en fördjupad kunskap i anknytningsteorins tillämpning på vuxna parrelationer. Det är också viktigt att familjerådgivaren sätter sig in i hur självskattningsformuläret fungerar och hur dess resultat skall tolkas. Frågorna och svaren i formuläret kan användas öppet i parsamtalen som en del i grunden för ökad förståelse kring samspelet. Självskattningen kan också ge upphov till att paret i högre grad reflekterar över sig själv, partnern och relationen.

Personer med otrygg anknytning tenderar att vara mer rigida i sina föreställningar och om samma mönster i relationen ständigt upprepas, bekräftas de inre föreställningarna som personen har av sig själv, den andre och relationen. För att uppnå varaktiga skillnader i parets samspel tror vi att det krävs metoder som går mer på djupet när det gäller känslor och behov än vad man kan uppnå genom att vara pedagogisk och rådgivande. Förutsättningarna för detta arbete skapas genom en god allians med paret vilket ger en trygg inramning; en trygg bas och en säker hamn att utforska sina inre arbetsmodeller från. Utan inre reflektion kommer dessa inre föreställningar inte att förändras. Kvalitén på samspelet i relationen förändras inte heller förrän paret är berett att se hur starkt de påverkar varandra. För att kunna hjälpa paret att skaffa nya känslomässiga erfarenheter i relationen och att modifiera de inre arbetsmodellerna tror vi att behandlingstiderna för en del par behöver ha en mer långsiktig karaktär.

Slutsatser

Det är inte lätt att vara människa... något lättare blir det om vi har goda relationer i våra liv. Vi startar våra liv i relation och utan relation blir det inget liv. Det lilla barnet är helt beroende av andra människor för att överleva. De flesta barn utvecklar mellan tre och fem anknytningsrelationer under sina första levnadsår. Kvalitén på dessa relationer får stor betydelse för hur vi senare i livet kan etablera och förhålla oss i nära relationer. Anknytningsteorin ger en förståelse kring vilka faktorer som driver oss människor att söka nära relationer till andra genom hela vårt liv. Det känslomässiga band som utmärker en anknytningsrelation mellan barn och förälder kan också appliceras på en kärleksrelation. Avgörande faktorer anses vara föräldrarnas eller partners lyhördhet, tillgänglighet och känslomässiga intoning. När par söker hjälp på familjerådgivningen upplever de svårigheter i sin relation som de inte kan lösa på egen hand. Anknytningsteorin säger oss att vi bär med oss våra inre arbetsmodeller hela livet och att de aktiveras särskilt under stress. Vi vet att relationsproblem försätter par i emotionell stress. Relationen är utsatt för en stark påfrestning då separation hotar eller då man upplever att partnern svikit, inte är tillgänglig, inte ger gensvar eller stöd eller ständigt är påstridig eller missnöjd. Vi har rört oss i detta komplexa fält, såväl teoretiskt som kliniskt och med denna uppsats försökt närma oss frågor kring anknytningsstilar hos par som söker familjerådgivning och alliansskapandet i behandlingsarbetet med dessa.

Familjerådgivarens uppgift är att skapa en allians med paret för att möjliggöra behandling. Allians är en avgörande faktor för framgång i behandling (Norcross & Wampold, 2011). Resultaten av undersökningen stöder antagandet att alliansskapande i familjerådgivning

upplevs svårare då en eller båda i paret har en otrygg anknytningsstil, ängslig eller undvikande. Familjerådgivarnas upplevelse är att de par som är svårast att skapa allians med är de som tenderar att ha en ängslig anknytningsstil. Det finns signifikant samband mellan otrygg anknytningsstil hos kvinnan och svårigheter med alliansskapande men inget sådant samband med mannens anknytningsstil. Det är alltså den otrygga ängsliga anknytningsstilen som starkast slår igenom och medför de största svårigheterna för alliansskapande. Resultaten visar också att det upplevs svårare att skapa en allians om paret skiljer sig mycket åt vad gäller anknytningsstil. Ju större skillnad desto svårare med alliansskapandet.

Det finns få studier tidigare i Sverige som undersökt anknytningsstil hos klienter på familjerådgivning. Våra mätningar bidrar med ytterligare material. Såvitt vi vet är detta material unikt i sitt slag i undersökandet av sambandet mellan anknytningsstil och alliansskapande inom familjerådgivningsverksamhet.

REFERENSER

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alexander, L. B., Luborsky, L., Greenberg, L. S., (Ed); Pincus, William, M. (Ed), (1986). The Penn Helping Alliance Scales. *The Psychotherapeutic process; A research handbook. The Guilford clinical psychology and psychotherapy series.*, (pp.325-366). New York, NY, US: Guilford Press, xvii, 741 pp.
- Alexandrov, E. O., Cowan, P. A., Cowan, C. P., Couple attachment and the quality of marital relationships: Method and concept in the validation of the new couple attachment interview and coding system. *Attachment & Human Development*, Vol 7 (2) 2005, 125-152. Doi: 10.1080/14616730500155170.
- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273-282.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991) Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61:2, 226-244.
- Bookwala, J., & Zdaniuk, B. (1998). Adult attachment styles and aggressive behavior within dating relationships. *Journal of Social & Personal Relationships*, 15, 175-190.
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy*, 16, 252-260.
- Bowlby, J., (1973). *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J., (1994). *En trygg bas; Kliniska tillämpningar av bindningsteori*, (s. 149-169). Stockholm : Natur och Kultur.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurements of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-7
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T., Risholm – Mothander, P. (2006) *Anknytningsteori*, Natur och Kultur
- Clulow, C., (2007) John Bowlby and couple psychotherapy, *Attachment & Human Development*, 9: 4, 343 – 353.

- Crowell, J., A., Fraley, R.C., Shaver, P. R., Cassidy, J. (Ed), Shaver, P. R., (Ed), (2008). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. *Handbook of attachment. Theory, research and clinical applications*, (2nd ed.), (pp. 599-634). New York, NY, US: Guilford Press, xi 1020 pp.
- Diener, M. J., Hilsenroth, M. J., & Weinberger, J. (2009). A primer on meta-analysis of correlation coefficients: The relationship between patient-reported therapeutic alliance and adult attachment style as an illustration. *Psychotherapy Research*, 19, 519-526.
- Dozier, L. A., (1980). Relationship of personality scores and selection test scores to job performance of selected agents in the Alabama Cooperative Extension Service. *Dissertation Abstracts International*, Vol 41 (5A), 1859.
- Fairchild, A., Finney S. J. Investigating Validity Evidence for the Experiences in Close relationships-Revised Questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*, Vol 66 (1), 2006, 116-135. Doi: 10.1177/0013164405278564.
- Feeney, J., (2008), Adult Romantic Attachment. In J. Cassidy &P. R Shaver (Eds.) *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (pp 456 – 481) New York: The Guilford Press
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A., (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Fraley, R. C., Spieker, S. J., (2003). What are the differences between dimensional and categorical models of individual differences in attachment? Reply to Cassidy (2003), Cummings (2003), Sroufe (2003) and Water and Beauchaine (2003). *Developmental Psychology*, Vol 39 (3), 423-429. Doi: 10.1037/0012-1649.39.3.423.
- Fraley, R. C., Brumbaugh, C. C., Marks, M. J., (2005). The Evolution and Function of Adult Attachment: A Comparative and Phylogenetic Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 89 (5), 731-746. Doi: 10.1037/0022-3514.89.5.751.
- Friedlander, M. L., Escudero, V., Heatherington, L., & Diamond, G. M., (2011). Alliance in couple and family therapy. In J. C. Norcross (Ed.), *Psychotherapy relationships that work*. (2nd ed.). New York: Oxford University Press, Inc.
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1984). *Attachment interview for adults*. Unpublished manuscript, University of California, Berkeley.
- Hazan, C., & Shaver, P., (1987) Romantic Love Conceptualized as an Attachment process.

- Hazan C., & Zeifman, D., (1999). Pair bonds as attachment: Evaluating the evidence. *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications.*, (pp. 336-354). New York, NY, US: Guilford Press, xvii, 925 pp.
- Hollist, C. S., & Miller, R., B. (2005). Perceptions of Attachment Style and Marital Quality in Midlife Marriage. *Family Relations*, 54, 46-57.
- Horvath, O., & Bedi, R., (2002). The Alliance. In Norcross, J, (Ed) *Psychotherapy Relationships That Work: Therapist Contributions and Responsiveness to Patients* (pp 37 – 70) New York: Oxford University Press.
- Johnson, S., M. (1996). *The practice of emotionally focused marital therapy: Creating connection*. New York: Brunner/Mazel.
- Johnson, S. M., & Talitman, E. (1997). Predictors of success in emotionally focused marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 135-153.
- Kesner, J. E., & McKenry, P. C. (1998). The role of childhood attachment factors in predicting male violence toward female intimates. *Journal of Family Violence*, 13, 417-432.
- Le Bloc'h, Y., de Roten Y., Drapeau M., & Despland, J.-N., (2006). New, but improved? Comparison between first and revised version of the Helping Alliance questionnaire. *Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie*, Vol 157 (1), 23-28.
- Luborsky, L., Barber, J.P., Siqueland, L., Johnson, S., Najavits, L.M., Frank, A., et al. (1996). The revised Helping Alliance questionnaire (HAQ-II): Psychometric properties. *Journal of Psychotherapy and Research*, 5(3), 260-271.
- Lundblad, A.-M., (2005) *Kärlek och Hälsa, Par-behandling i ett folkhälsooperspektiv*. Doktorsavhandling i folkhälsovetenskap, Göteborg, Nordiska högskolan för Folkhälsovetenskap.
- Main, M., & Solomon, J., (1986). Discovery of a new insecure disorganized/disoriented attachment pattern. I:T.B. Brawelton & M.W., Yogman (red.). *Affective Development in Infancy*. Norwood, N.J.: Ablex.
- Millwood, M. & Waltz, J. (2008) Demand –Withdraw Communication in Couples: An Attachment Perspective, *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 7. 4, 297 – 320.
- Mondor, J., McDuff, P., Lussier, Y., & Wrigh, J., (2011). Couples in therapy. Actor-partner analyses of the relationship between adult romantic attachment and marital

- satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, Vol 39 (2), 112-123. Doi: 10.1080/01926187.2010.530163.
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E., (2011). Evidence Based Therapy Relationships: Research Conclusions and Clinical Practices. In Norcross, J., (Ed) *Psychotherapy that work* (423-430). New York: Oxford University Press.
- Owens, G., Crowell, J., Pan, H., Treboux, D. et al. (1995). *Monographs of the Society for Research in Child Development*, Vol 60(2-3), 216-233.
Doi: 10.2307/1166180.
- Parkes, C. M. (1986). *Bereavement. Studies of grief in adult life* (2nd ed.). Harmondsworth: Penguin.
- Schmitt, D. P. (2003), Are men universally more dismissing than women? Gender differences in romantic attachment across 62 cultural regions. *Personal Relationships*, 10: 307–331. doi: 10.1111/1475-6811.00052.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M. (2008). Adult attachment and cognitive and affective reactions to positive and negative events. *Social and Personality Psychology Compass*, Vol 2 (5), 1844-1865. Doi: 10.1111/j.1751-9004.2008.00146.x.
- Sibley, C. R., Fischer, R., & Liu J. H. (2005). Reliability and Validity of the Revised Experiences in Close Relationships (ECR-R) Self-Report Measure of Adult Romantic Attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol 31 (11), 1524-1536. Doi: 10.1177/0146167205276865.
- Solomon, M., (2009) Attachment Repair in Couples Therapy: A Prototype for Treatment of Intimate Relationships, *Clinical Social Worker* 37:214 – 223.
- Spangler, G. & Scheubeck, R. (1993). Behavioral organization in newborn and its relation to adrenocortical and cardiac activity. *Child Development* 64: 622-633.
- Symonds, B. D., & Hovath, A. O. (2004). Optimizing the alliance in couple therapy. *Family Process*, 43, 443-455.
- Wampler, K. S., Shi, L., Nelson, B. S., Kimball, T. G. (2003). The Adult Attachment Interview and observed Couple interaction: Implications for an intergenerational perspective on Couples therapy. *Family Process*, Vol 42 (4), 497-515. Doi: 10.1111/j1545-5300.2003.00497.x.
- Weiss, R. (1975). *Marital separation*. New York: Basic Books.
- Wittkull, S. (2010) ”...du måste ha kärlek till varje pris...” Om anknytningsstil hos par som besöker familjerådgivningen. Psykoterapeutprogrammet, Umeå Universitet.

Till de familjerådgivare som skall medverka i vårt uppsatsarbete höstterminen 2011.

Inom ramen för vår psykoterapeututbildning vid Lunds Universitet skall vi författa en uppsats under höstterminen 2011 och vårterminen 2012.

Vi vill undersöka anknytningsstil hos par som påbörjar samtalsbehandling inom familjerådgivning under höstterminen 2011. Efter tre genomförda samtal skall den familjerådgivare som paret gått hos besvara en enkät om hur man upplevt svårighetsgraden i arbetet utifrån ett tiotal variabler. Syftet med studien är att se om par med otrygg anknytning upplevs svårare att arbeta med.

De kommunala familjerådgivningar som kommer att delta i studien är Helsingborg, Kristianstad, Malmö, Lund, Trelleborg och Ystad. Undersökningen avser att omfatta 50 par och 20 familjerådgivare.

De par som kan delta i studien får inte tidigare gemensamt ha gått på familjerådgivningssamtal. Det får inte ha framkommit uppgifter som tyder på att våld förekommer i relationen och paren måste behärska svenska språket så att de kan förstå och besvara frågorna i formuläret. Vi ber dig att välja ut några par som är lämpliga att delta i studien. Vid deras första besök på familjerådgivningen tillfrågas de om de vill medverka i vår studie genom att besvara ett formulär på 36 frågor om hur de relaterar i nära relationer. De par som väljer att delta får också en skriftlig information. Deltagarna besvarar formuläret individuellt utan att samråda med varandra. Därefter läggs formuläret i märkt kuvert och försluts av var och en. Det tar ca 15 min att besvara frågorna.

Nästa steg i undersökningen är att du som familjerådgivare får besvara en enkät om hur du uppfattat svårighetsgraden i arbetet med paret utifrån ett tiotal variabler. Denna enkät skall besvaras efter tre genomförda samtal och därefter läggs i ett märkt kuvert. Det är vår intention att undersökningen skall bidra till att öka våra kunskaper om hur vi familjerådgivare bäst kan hjälpa de par som söker sig till samtal på familjerådgivningarna. Vi är mycket tacksamma att du tar dig tid att delta i vår studie och vi hoppas att du kommer att få nytta av våra resultat i ditt fortsatta arbete.

Hälsningar

Inger och Gerd

Vi är glada och tacksamma över att du vill besvara vår enkät gällande upplevelser av relationer.

Vi som står bakom denna undersökning heter Gerd Elliot och Inger Berger. Vi är socionomer och auktoriserade familjerådgivare med lång erfarenhet av arbete på familjerådgivning. Vi går en utbildning i psykoterapi på Psykologiska institutionen vid Lunds Universitet. I utbildningen ingår uppgiften att skriva en uppsats. Vi har utifrån vår yrkesbakgrund valt att undersöka samtalsarbetet med par. Vår förhoppning är att uppsatsen ska bidra till utvecklingen av arbetet på Familjerådgivningen.

Vi vill undersöka upplevd trygghet i nära relationer hos par som söker familjerådgivning samt familjerådgivarens erfarenhet av att genomföra samtalsbehandling med dessa par. Enkäten kommer att delas ut till ca 50 slumpmässigt utvalda par i pågående kontakt med Familjerådgivning.

I enkäten du snart ska besvara är det viktigt att du väljer det alternativ du tycker och känner ligger närmst din egen upplevelse. Deltagandet är frivilligt och du kan avbryta när du vill

De personliga uppgifter vi kommer att be dig fylla i är förnamn, kön, födelseår, födelseland, längden på den relation du lever i samt om du har barn.

Dina uppgifter och enkätsvar kommer att behandlas helt konfidentiellt och materialet kommer att vara avidentifierat i vår kommande uppsats.

Om det dyker upp frågor och funderingar för dig i samband med ifyllandet, kan du ta upp dessa med din familjerådgivare.

Tack för din medverkan!

Gerd Elliot, 046-129070 gerd@parterapiinstitutet.se

Inger Berger, 0709479023 inger.berger@trelleborg.se

Namn:..... kvinna
man

Födelseår:.....

Födelseland:.....

Antal år som relationen har pågått:.....

Antal barn:.....

Upplevelser av relationer

Följande påståenden handlar om hur du upplever din relation till din partner. Svara på varje fråga genom att ange i hur stor utsträckning påståendet stämmer eller inte stämmer för dig. Sätt ett kryss för den siffra som stämmer för dig i anslutning till varje påstående genom att använda följande skala.

ÖVNINGSEXEMPEL:

Hur väl stämmer påståendet för dig?

	Stämmer Stämmer nästan nästan aldrig	Stämmer sällan	Stämmer ganska sällan	Stämmer ibland	Stämmer ganska ofta	Stämmer ofta	Stämmer alltid
1. Jag och min partner gillar samma mat <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7

Erfarenheter av relationer

Hur väl stämmer påståendet för dig?

	Stämmer Stämmer nästan nästan aldrig	Stämmer sällan	Stämmer ganska sällan	Stämmer ibland	Stämmer ganska ofta	Stämmer ofta	Stämmer alltid
1. Jag är orolig för att min partner inte ska bry sig om mig i samma utsträckning som jag bryr mig om honom/henne <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
2. Det känns tryggt att diskutera mina privata tankar och känslor med min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
3. Jag oroar mig för att jag inte är så bra som andra människor <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
4. Jag föredrar att inte visa min partner vad jag känner innerst inne <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
5. Jag oroar mig ofta för att min partner inte älskar mig <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
6. Jag tycker det är svårt att låta mig själv bli beroende av min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
7. Jag oroar mig en hel del för att bli övergiven av min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
8. Det känns mycket bra för mig att vara nära min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
9. Jag önskar ofta att min partners känslor för mig vore lika starka som mina känslor är för honom/henne <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
10. Jag tycker inte att det är behagligt att öppna mig helt och hållet för min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
11. Jag oroar mig en hel del för hur det ska gå med mina relationer <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7
12. Jag försöker undvika att komma allt för nära min partner <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7

- mig till synes utan anledning

1
2
3
4
5
6
7
26. Jag diskuterar genom saker och ting med
 min partner

1
2
3
4
5
6
7
27. Min önskan att komma mycket nära
 skrämmer ibland bort folk

1
2
3
4
5
6
7
28. Jag känner mig besvärad när en partner
 kommer mycket nära mig

1
2
3
4
5
6
7
29. Jag är rädd att när en partner lär känna
 mig väl kommer han/hon inte tycka om
 mig

1
2
3
4
5
6
7
30. Jag blir orolig när en partner kommer
 mig allt för nära

1
2
3
4
5
6
7
31. Jag känner mig frustrerad för att min
 partner inte ger mig det stöd och den tröst
 jag behöver

1
2
3
4
5
6
7
32. Jag tycker inte det är svårt att låta mig
 själv bli beroende av min partner

1
2
3
4
5
6
7
33. Jag oroar mig ofta för att min partner
 inte kommer att vilja stanna hos mig

1
2
3
4
5
6
7
34. Det är lätt för mig att uttrycka min kärlek
 för min partner

1
2
3
4
5
6
7
35. Min partner verkar bara lägga märke till
 mig när jag är arg

1
2
3
4
5
6
7
36. Min partner förstår verkligen mig och mina
 behov

1
2
3
4
5
6
7

Översättning utförd av Elia Psouni, Hans Bengtsson vid Institutionen för psykologi, Lunds universitet av det reviderade
 formuläret ECR-R ifrån Fraley, R. C., Wallen N. G., & Brennan, K. A. (2000). Theory analysis of self-report measures of adult
 attachment. *Journal of Pers. and Social Psych.*, 78, 350- 365. Originalversionen av ECR: Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shave, P.
 R. (1998). Experiences in Close Relationships.

HUR GÅR DET I TERAPIN? (terapeutversion) [HAq-II-T]

Överväg noga din relation till ditt par och välj sedan den siffra som bäst beskriver hur mycket du instämmer med varje påstående.

Var snäll och besvara varje påstående!

	Stämmer verkligen inte	Stämmer inte	Stämmer till större delen inte	Stämmer till större delen	Stämmer	Stämmer verkligen
1. Paret känner att de kan lita på mig.	1	2	3	4	5	6
2. Paret känner att jag förstår dem	1	2	3	4	5	6
3. Paret känner att jag önskar dem att nå sina mål.	1	2	3	4	5	6
4. Ibland litar paret inte på min bedömning.	1	2	3	4	5	6
5. Paret känner att de tillsammans med mig gör en gemensam ansträngning.	1	2	3	4	5	6
6. Jag tycker att vi har liknande uppfattningar om innebörden i deras problem.	1	2	3	4	5	6
7. I allmänhet respekterar paret min syn på dem.	1	2	3	4	5	6
8. Paret tycker att tillvägagångssätten i deras terapi inte är särskilt bra anpassade efter deras behov.	1	2	3	4	5	6
9. Paret tycker om mig som person.	1	2	3	4	5	6
10. Vid de flesta terapitillfällen hittar vi ett sätt att tillsammans arbeta med deras problem.	1	2	3	4	5	6
11. Paret tycker att jag förhåller mig till dem på ett sätt som bromsar framsteg i terapin.	1	2	3	4	5	6
12. Paret tycker att det har uppstått en bra relation oss emellan.	1	2	3	4	5	6
13. Paret tycker att jag har erfarenhet av att hjälpa människor.	1	2	3	4	5	6
14. Jag vill väldigt gärna att paret kommer tillrätta med sina problem.	1	2	3	4	5	6
15. Paret och jag har givande meningsutbyten.	1	2	3	4	5	6
16. Ibland har paret och jag ofruktbara meningsutbyten.	1	2	3	4	5	6
17. Då och då talar vi båda om samma viktiga händelser i deras förflutna.	1	2	3	4	5	6
18. Paret tror att jag tycker om dem som personer.	1	2	3	4	5	6
19. Ibland uppfattar paret mig som distanserad.	1	2	3	4	5	6
20. Finns det skillnader i upplevelse mellan individerna i paret på någon av frågorna? Om ja, vilka frågor:						

Eventuell kommentar

.....

