



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Psykologprogrammet

Emotionsreglering och betydelsen av social inlärning

En studie av barn i mellanbarndomen

Annelie Andersson & Cornelia Malmström

Psykologexamensuppsats. VT 2013

Handledare: Elia Psouni
Examinator: Lars Trygg

Sammanfattning

Studiens huvudsakliga syfte var att undersöka den relativa betydelsen av social inlärning jämfört med familjens emotionella miljö och anknytning för emotionsreglering hos barn i mellanbarndomen. Barns kunskap och medvetenhet kring upplevelser av egna svåra känslor (rädsla, ilska ledsenhet, besvikelse), föräldrarnas svåra känslor (ledsenhet, rädsla, hjälplöshet) samt öppenhet i familjen studerades. I studien deltog 82 barn i åldern 10-11 år varav 49 flickor och 33 pojkar. Barnen intervjuades med en semistrukturerad anknytningsintervju (*Friends and Family Interview*) och den nyutvecklade *Emotions Interview*. De besvarade även *Children's Coping Strategies Checklist*. Studien visade att den sociala inlärningen hade betydelse för barns emotionsreglering, speciellt kopplad till modern, utöver den betydelse som anknytning hade. Det fanns även skillnader i öppenhet samt i barns kunskap och medvetenhet om såväl egen ilska som ledsenhet hos modern beroende på huruvida barnets anknytningsrepresentation bedömts som trygg, otrygg eller ambivalent/undvikande. Tidigare forskningshypoteser att rädsla verkar grundas i ett annat system än andra svåra känslor och därmed bör studeras separat, kunde bekräftas.

Nyckelord: Emotionsreglering, Social Inlärning, Mellanbarndom, Anknytning

Abstract

The study's main purpose was to examine the relative importance of social learning compared to the family's emotional environment and attachment for emotion regulation in middle childhood. Children's knowledge and awareness of the experiences of their own difficult emotions (fear, anger, sadness, disappointment), parents' difficult emotions (sadness, fear, helplessness) and openness in the family was studied. 82 children ages 10-11 years participated, 49 girls and 33 boys. The children were interviewed with a semi-structured attachment interview (*Friends and Family Interview*), including the newly developed *Emotions Interview*. They also answered the *Children's Coping Strategies Checklist*. The study showed that social learning was important for children's emotion regulation, especially linked to the mother, in addition to the importance of attachment. There were also differences in openness and in children's knowledge and awareness of their own anger, as well as their mother's sadness, depending on whether the child's attachment style was considered as secure, avoidant och ambivalent/disorganized. Previous research hypotheses that fear seems to be based in a different system than other difficult emotions and thus should be studied separately, could be confirmed.

Keywords: Emotion regulation, Social Learning, Middle Childhood, Attachment

“Temperament is rather like a season of the year, whereas emotions are the mercurial weather conditions that shift from day to day (...)”

Saarni, Campos, Camras and Witherington (2006, p. 273)

Tack!

Vårt största tack till alla barn för att ni har delat med er av era tankar och funderingar kring känslor. Ett innerligt tack till vår handledare Elia Psouni för ditt engagemang och allt stöd och vägledning som du bidragit med. Ett sista tack till familj och vänner som funnits vid vår sida under hela arbetets gång.

Innehållsförteckning

Inledning	7
Anknytningsteori, Emotionsreglering och Socialisering	7
Anknytning i Mellanbarndomen och Förpuberteten	7
Anknytningsstil, Anknytningskvalitet och Emotionsregleringsmönster	8
Emotionell Utveckling och Emotionell Kompetens	9
Emotionsreglering och den Bredare Socialiseringen	11
Emotionsreglering och Familjen	12
Modellinläring/observation och social inläring	13
Föräldrafärdigheter och beteenden	13
Familjens emotionella klimat	14
Emotionsreglering och socialisering vid föräldra-barn konflikter	15
Bedömning av Anknytning i Mellanbarndomen	16
Syfte och Frågeställningar	17
Syfte	17
Frågeställningar	18
Metod	19
Deltagare	19
Material	20
Friends and Family Interview	20
Emotions Interview	21
Children's Coping Strategies Checklist (CCSC)	23
Procedur	23
Administrering och bedömning av använda instrument	23
Kodning av Emotions Interview	23
Oberoende kodning av variabler	24
Fördelning till trygg, undvikande respektive ambivalent/desorganiserad grupp	24
Statistiska beräkningar	25
Resultat	25
Samband mellan Variablerna i Emotions Interview	25

Faktoranalys av Variablerna i Emotions Interview	26
Emotionsvariablerna och dess Samband med Anknytning Mätt med FFI	27
Undersökning av parvisa skillnader	27
Regressionsanalys avseende Anknytning, Social Inläring samt Öppenhet	28
Korrelationsanalys av Emotions Interview, CCSC samt FFI-variabler	29
Samband mellan emotionsvariablerna och CCSC	30
Samband mellan emotionsvariablerna och FFI-variabler	30
Diskussion	31
Kunskap och Medvetenhet om Svåra Känslor, Egna och Föräldrarnas	31
En Underliggande Faktor bakom Kunskap och Medvetenhet om Svåra Känslor	33
Förmåga och Vilja att Diskutera Egna och Andras Känsloupplevelser och Anknytning	34
Anknytning, Social Inläring och Öppenhet Kopplat till Emotionsreglering	36
Tillförlitlighet och Trovärdighet	37
Studiens Styrkor och Begränsningar	39
Förslag till Framtida Forskning	40
Avslutande Kommentar	41
Referenser	43
Bilaga	49

På senare tid har betydelsen av emotionsreglering uppmärksammats då det har en avgörande roll för psykiskt ohälsa. Brist på adaptiva färdigheter i fråga om emotionsreglering kan medföra anpassningssvårigheter karakteriserade av okontrollerat eller överkontrollerat (inhiberat) uttryckande av emotioner (Calkins, 1994; Calkins & Dedmond, 2000; Keenan, 2000) vilket på sikt kan leda till svårigheter beträffande social kompetens och skolanpassning, och det har även kopplats till självskadebeteende hos tonåringar (Sim, Adrian, Zeman, Cassano & Friedrich, 2009). Barnets val att uttrycka eller inhibera emotioner baseras på dess historia av interaktioner med sin sociala omvärld (Barrett & Campos, 1987) och föräldrars respons på barnets emotioner har visat sig ha en signifikant påverkan på barnets psykosociala fungerande (Sim et al., 2009). Mellanbarndomen, som vanligtvis definieras som den period då barn är 7-12 år gamla, innebär en drastisk förändring av barnets emotionella kompetens (Broberg, Granqvist, Ivarsson & Risholm Mothander, 2006; Colle & Del Giudice, 2010). Den gradvisa utvecklingen av emotionella självregleringsprocesser sker i en dyad tillsammans med föräldern och dennes strategier och beteenden, vilka i sin tur integreras i barnets egen repertoar av emotionsregleringsbeteenden (Calkins & Dedmond, 2000; Calkins & Johnson, 1998). Mellanbarndomen är en tid då barn upplever emotioner mer frekvent och intensivt än både äldre och yngre individer (Gullone & Taffe, 2012; Silk, Steinberg & Morris, 2003), vilket onekligen påverkar både barn och föräldrar.

Tidigare forskning inom utvecklingspsykologin har till stor del fokuserat på emotionsreglering och dess koppling till kognition och anknytning, där man vidhåller att utvecklingen sker i en kontext av tidiga relationer (Calkins & Hill, 2007). Dock är forskningen sparsam när det gäller att utforska den relativa betydelsen av social inlärning jämfört med familjens emotionella miljö och anknytning med hänsyn till barnets utveckling av emotionsreglering. Syftet med föreliggande studie är att bidra med kunskap kring detta och lyfta fram den sociala inlärningens betydelse för barns utveckling av emotionsreglering.

Anknytningsteori, Emotionsreglering och Socialisering

Anknytning i Mellanbarndomen och Förpuberteten

Anknytningsteorin syftar till att förklara den process som resulterar i ett psykologiskt band mellan ett barn och dess närmsta vårdnadsgivare. Begreppet anknytning hänför sig till en varaktig inre representation av relationen till närmsta vårdnadsgivare, som innefattar en stark tendens att söka dennes närhet vid stress. Även om anknytningsbeteendet är särskilt tydligt under barndomen, är anknytningen en viktig beståndsdel i personlighetsutvecklingen

och får på så sätt betydelse för människan under hela livet (Broberg et al., 2006). Kerns (2008) beskriver hur en stor del av den tidiga forskningen kring anknytning har fokuserat på barnets första år i livet, och att man först under senare tid har kommit att inrikta sig på anknytning i mellanbarndomen. Författaren skiljer mellanbarndomen från såväl den tidiga barndomen som från tonåren. I mellanbarndomen expanderar barnets sociala värld genom att det tillbringar mycket tid utan föräldrarna och föräldrarna har mindre kontroll och inflytande över vilka omgivningar och sociala kontakter som barnet möter. Dock är barnet under denna period fortsatt sårbart för en variation av faror och kommer även fortsättningsvis att använda sig av sina anknytningspersoner som en säker bas från vilken det kan utforska världen. Ytterligare kännetecken för anknytningen i mellanbarndomen är att barnet allt mer använder andra vuxna och jämnåriga på samma sätt. Relationen mellan förälder och barn fortsätter dock att vara nära och betydelsefull, och anknytningssystemet är fortsatt en viktig aspekt i barnets liv, i synnerhet avseende dess betydelse för barnets utveckling av emotionsreglering. En stående hypotes är att vårdnadshavarens agerande genom den framväxande anknytningsrelationen (Calkins & Hill, 2007), då barnet skapar inre arbetsmodeller av föräldrarnas beteenden (Cassidy, 1994), påverkar utvecklingen av barnets emotionsreglering (Calkins & Hill, 2007).

Anknytningsstil, Anknytningskvalitet och Emotionsregleringsmönster

Forskning har hittills mest fokuserats kring studiet av emotionsregleringen kopplat till anknytning och anknytningsstil (Colle & Del Giudice, 2010). Det tryggt anknutna barnet lär sig att dennes emotionssignaler blir besvarade, medan det otryggt anknutna lär sig att signalerna endast uppmärksammas selektivt. Vidare föreslås att det finns olika mönster av barnets emotionsuttryck kopplat till anknytningsstil och dess kvalitet: Öppet och flexibelt emotionsuttryckande, minimerat emotionsuttryckande och förhöjt emotionsuttryckande (Cassidy, 1994). Mönstret som karaktäriseras av ett öppet och flexibelt emotionsuttryckande kan kopplas till en trygg anknytningsstil och barnet ges möjlighet att säkert uttrycka en hel uppsättning av emotioner, såväl negativa som positiva. Föräldern besvarar i stor utsträckning känsligt och lyhört barnets emotioner utan att selektivt ignorera dem. Detta kan i sin förlängning leda till att barnet direkt och fritt delar sina emotioner med föräldern om barnet tror och upplever att de blir sensitivt besvarade. En otrygg/undvikande anknytningsstil karaktäriseras däremot av ett minimerat uttryckande både negativa och positiva emotioner (Cassidy, 1994). Det har diskuterats att detta skulle bero på att barnet, efter att ständigt blivit avvisad av föräldern i situationer där anknytningssystemet aktiverats, utvecklat en strategi

som består i att minimera uppmärksamhet, förminska betydelsen av föräldern och i sin förlängning även anknytningsrelationen (Main & Solomon, 1986). Slutligen, ett förstärkt emotionsuttryckande kan kopplas till en otrygg/ambivalent anknytningsstil. Detta mönster karaktäriseras av extrem "distress" hos barnet med tillhörande svårigheter att lugna sig. Till skillnad från det föregående mönstret, innebär detta att barnet istället försöker förstärka betydelsen av anknytningsrelationen. Barnet har erfart ett minimalt eller inkonsekvent besvarande från föräldern, vilket har inneburit att barnet utvecklat en strategi för att öka möjligheten till uppmärksamhet, där förhöjd negativ emotionalitet är en komponent. Denna förhöjda negativa emotionalitet kan bli överdriven och kronisk, eftersom barnet erfart att avslappning och tröst kan innebära en risk att förlora kontakten med sin inkonsekvent tillgängliga förälder. Anknytningskvaliteten spelar därmed en viktig roll för barnets förmåga till emotionsreglering. Barn som ständigt erfår avvisande lär sig att minimera sina negativa känslor för att undvika fortsatt avvisande och barn som upplever otillgänglighet eller inkonsekvens lär sig istället att maximera sina negativa emotioner för att öka chansen till uppmärksamhet (Cassidy, 1994).

Emotionell Utveckling och Emotionell Kompetens

Formandet av barnets affektiva och emotionella liv har sin början redan vid födseln. Den första gråten är en emotionell kommunikation till omvärlden att barnet behöver omvårdnad och därefter kommer den emotionella utvecklingen ske i en social interaktion med anknytningspersonen (Oatley, Keltner & Jenkins, 2006). Barnet erfår ständigt nya emotioner som vidare blir till emotionella upplevelser, som barnet sedan kan tänka om och börja förstå (Gordon, 1989). Samma författare myntade begreppet emotionell kompetens som Saarni (2011) sedan vidareutvecklade i slutet av 90-talet och definierar som "the demonstration of self-efficacy in emotion-eliciting social transactions" (s.55). Emotionell kompetens kan ses utifrån åtta grundläggande förmågor på följande sätt: medvetenhet om egna emotioner, förmåga att känna igen andras emotioner, användande av emotionellt vokabulär, förmåga till empati och sympati, förmåga att skilja mellan interna känslor och externa uttryck, adaptiv coping genom självregleringsstrategier, medvetenhet om emotioners roll i relationer och emotionell kompetensupplevelse (self-efficacy). Dessa åtta förmågor kan därefter grovt delas in i tre aspekter av emotionell kompetens som innefattar igenkänning, förståelse och reglering av emotioner.

Emotionsregleringsbegreppet är brett och refererar till en heterogen uppsättning processer genom vilka emotioner regleras (Gross & Thompson, 2007). Det råder dock ingen

konsensus beträffande operationaliseringen av begreppet och flera forskare har därmed kommit med sin egen definition (Bariola, Hughes & Gullone, 2012). Thompson (1994) definierar emotionsreglering som “The extrinsic and intrinsic processes responsible for monitoring, evaluating, and modifying emotional reactions, especially their intensive and temporal features, to accomplish one’s goals” (s.27-28). Calkins och Hill (2007) utgår från Thompson’s (1994) definition men utvidgar denna med att emotionsreglering även innefattar beteenden, förmågor och strategier, såväl medvetna som omedvetna, samt automatiska eller icke automatiska. Vidare anser de att emotionsregleringen är en dynamisk process som även innefattar en dimension av emotionell reaktivitet.

Emotionsregleringen initieras redan under barnets första år och utvecklas därefter dramatiskt under barndomen och fortsätter såväl under tonåren (Eisenberg, Hofer & Vaughan, 2007; Kopp, 1982; Mullin & Hinshaw, 2007; Thompson & Meyer, 2007). Denna process påverkas både av interna faktorer (psykologiska faktorer och temperament) samt av externa faktorer (omvårdnad). Barnets framgångar i emotionsreglering är i högsta grad beroende av föräldrarnas sensitivitet samt responsivitet till barnets emotionella uttryck (Calkins & Johnson, 1998; Cassidy, 1994). Tidigt erfar barnet frustration och rädsla i situationer och därmed krävs att barnet kan hantera och kontrollera sina negativa emotioner. Till en början är det lilla barnet helt beroende av extern reglering från vårdnadsgivaren, genom exempelvis fysiskt lugnande, för att sedan gradvis bli mer självständigt reglerat, genom självregleringsstrategier såsom undvikandebeteende, självtröst (exempelvis suga på tummen), självdistrahering (exempelvis att titta bort) och kommunikativt hjälpsökande (avsiktligt kommunicerande såväl verbalt som med gester) (Calkins & Hill, 2007; Stifter & Braungart, 1995). I och med att barnets centrala nervsystem, motorik, perception och kognitiva förmågor utvecklas, klarar barnet av att reducera och upprätthålla sin aktivering på egen hand (Stifter & Braungart, 1995), där speciellt språkutvecklingen kommer att spela en viktig roll för emotionsregleringen. Genom det emotionella språket kan barnet förmedla sina emotionella upplevelser och kommunicera dessa till föräldrar eller andra vårdnadsgivare (Oatley et al., 2006). Mellanbarndomen ses som en kritisk fas i barnets utveckling av kognition och socialt beteende och innefattar även en dramatisk förändring av barnets psykologiska värld och emotionella kompetens. Det har vidare föreslagits att dessa förändringar innefattar dels barnets förståelse för komplexa sociala emotioner (exempelvis skam och stolthet) och dels ett avsiktligt, självmedvetet användande av emotionsregleringsstrategier (Colle & Del Giudice, 2010). Denna gradvisa självregleringsprocess påverkas i en dyadisk interaktion med vårdnadsgivarens eget användande av strategier och beteenden, vilka sedan blir integrerade i barnets

emotionsregleringsrepertoar (Calkins & Dedmond, 2000; Calkins & Johnsson, 1998), som barnet därefter nyttjar beroende på kontext och situation (Calkins & Hill, 2007).

Emotionsreglering och den Bredare Socialiseringen

För att förstå utvecklingen av emotionsreglering krävs en identifikation av inre och yttre källor till reglering samt de ömsesidiga processer som kan utspela sig dem emellan.

Utgångspunkten är att processen att tillskansa sig emotionsregleringsfärdigheter är en funktion av interaktionen mellan ett antal interna och externa faktorer, och det poängteras även att det är en process som tar flera år. De yttre faktorerna inkluderar hur vårdnadsgivare formar och socialiserar barnets emotionella responser, men även den relation som utvecklas mellan barnet och vårdnadsgivaren som en följd av dessa interaktioner (Calkins, 1994). Från det lilla barnets nästintill uteslutande beroende av föräldern för reglering av emotioner kommer interaktioner barn och vårdnadshavare emellan, i emotionsladdade kontexter, efterhand lära barnet att nyttjandet av vissa strategier kan vara mer adaptiva än andra för att reducera emotionell aktivering (Calkins, Smith, Gill & Johnson, 1998). I en studie av Calkins och kollegor (1998) undersöktes bland annat huruvida mödrars interaktionsstil med sitt barn i ett antal frustrerande situationer var relaterat till barnets tendenser att använda adaptiva (distraction) kontra maladaptiva (aggression eller utåtagerande) emotionsregleringsbeteenden. Man fann indikationer på att negativt/bestrafande och kontrollerande beteende hos mamman kunde relateras till att barnet använde sig av strategier som gick ut på att orientera sig mot eller manipulera frustrationsobjekten, medan det var negativt relaterat till användandet av distraherande tekniker. Dessa fynd understödjer antagandet att mödrars beteende är relaterat till barnets förmåga att använda adaptiva och funktionella emotionsregleringsstrategier.

Förutom ovan nämnda faktorer är ytterligare ett flertal sociala influenser involverade i utvecklingen av barns sätt att reglera sina emotioner. Under hela livet hjälper andra människor till i emotionsregleringen genom att exempelvis trösta när vi är oroliga eller stödjande när vi är bekymrade, men även om de sociala influenserna sker i flera kontexter är familjen särskilt viktigt. Dessa influenser kan, i och med att de är närvarande från livets början, ses som fundamentala och de konstituerar de mest allmänt förekommande och mångfacetterade influenserna på emotionell utveckling. Sociala influenser är även viktiga för hur barn tolkar och värderar sina känslor, hur de lär sig om strategier för att hantera sina emotioner, uppnår kompetens och självförtroende i att kontrollera sina känslor, och även tillägna sig kulturella och könsspecifika förväntningar för emotionsreglering (Thompson & Meyer, 2007).

Socialiseringsprocesser påverkar även utvecklingen av skillnader mellan individer gällande självreglering av emotioner. Socialisering interagerar vidare utvecklingsmässigt med andra influenser som exempelvis temperament, neurobiologisk utveckling och kognition (Calkins & Hill, 2007). Om ett litet barn inte skyddas från överväldigande stress kan exempelvis biologiska system i hjärnan bli stresskänsliga på sätt som kan göra barnet biologiskt sårbart för varaktiga problem i stressreglering (Gunnar & Vazquez, 2006). Därtill är många sociala influenser också inblandade i hur barn lär sig att värdera sina känslor, tillägna sig särskilda kunskaper för att hantera dem, konfrontera kraven vid emotionell reglering och representera emotioner på psykologiskt komplexa sätt. Då denna socialisering sträcker sig genom hela livet kommer individer att nå vuxen ålder med färdigheter för emotionell reglering som till en stor utsträckning har blivit socialt konstruerade (Thompson & Meyer, 2007).

Emotionsreglering och Familjen

Emotionsreglering påverkas av flera faktorer, men trots att emotioner både reglerar och regleras i sociala interaktioner (Cole, Martin & Dennis, 2004), så har forskningen kring sociala relationers påverkan på utvecklingen av emotionsregleringsstrategier länge varit skral (Morris, Silk, Steinberg, Myers & Robinson, 2007). Att barn får lära sig att reglera sina emotionella responser och därtill relaterade beteenden på ett socialt acceptabelt och adaptivt sätt har föreslagits vara en viktig komponent i barns utveckling (Calkins et al., 1998; Eisenberg, Spinrad, & Morris, 2002; Morris et al., 2007), bland annat då svårigheter i att reglera negativa emotioner, såsom ilska och ledsenhet, har kopplats till emotionell och beteendemässig problematik (Eisenberg, Cumberland et al., 2001). Med ökande ålder förstår barnet alltmer av kopplingen mellan emotioner och personliga förväntningar, standards och mål (Lagattuta & Thompson, 2007). Detta förser i sin tur barnet med en grogrund för förståelsen av emotionsregleringsstrategier vilket leder till att barnet kan ta sig an dessa strategier med en ökad kompetens. Vidare bör tilläggas att denna ökade kunskap också interagerar med socialisationsinfluenser på det sätt att barn tillskansar sig sociokulturella- och familjeövertygelser om emotioner och regleringen av dessa (Thompson & Meyer, 2007). Flera teoretiker har pekat på att en stor del av familjekontextens effekt på barnets psykosociala utveckling sker via familjens påverkan på barnets emotionella reglering (Eisenberg et al., 2003). Morris med kollegor (2007) har föreslagit att barns utveckling av emotionsreglering påverkas av familjekontexten på tre viktiga sätt: genom modellinläring/observation och social inläring, genom specifika föräldrafärdigheter och

beteenden, samt genom det emotionella klimatet i familjen. Med det emotionella klimatet i familjens avses inte enbart anknytningskvaliteten utan också föräldrastil, föräldrars uttrycklighet och den emotionella kvaliteten i föräldrarnas förhållande.

Modellinläring/observation och social inläring. Genom observation av föräldrars emotionella uttryck, interaktioner och strategier lär sig barnet om emotioner och emotionsreglering (Parke, 1994). Enligt hypotesen kring modellinläring förmedlar föräldrars emotionella stilar och interaktioner vilka emotioner som är acceptabla i familjen och hur barnet kan hantera dessa emotioner, detta på en implicit nivå (Denham, Mitchell-Copeland, Strandberg, Auerbach & Blair, 1997). Dessutom lär sig barnet om emotioner och emotionsreglering genom social referering, vilket innebär att barnet får information om hur det ska reagera, tänka eller känna genom föräldrars kroppsliga signaler och språkbaserade kommunikation (Saarni, Mumme & Campos, 1998).

Föräldrafärdigheter och beteenden. Forskning kring barns förståelse av emotioner har visat att föräldrars diskurs kring emotioner vid frekventa tillfällen och på ett sofistikerat sätt, föräldrars emotionella uttrycklighet (i måttfull bredd och intensitet), samt acceptans av emotionella uttryck kan relateras till en större förståelse av emotioner och emotionell kompetens hos barn (Denham et al., 1997). Även föräldrarnas föreställningar om emotioner och dess uttryck, påverkar hur föräldrarna bedömer och svarar på sina barns emotioner (Thompson & Meyer, 2007). Föräldrar som förringar barnets emotioner, vilket därmed gör att barnet inte ges möjlighet att skaffa sig kunskap om dessa, kan kopplas till undvikande emotionsreglering i mellanbarndomen (Eisenberg, Fabes & Murphy, 1996). På liknande sätt finns det stöd för att föräldrars negativa reaktioner på barns emotioner generellt kan associeras med sämre socialt fungerande och svårigheter med emotionsreglering hos barnet. Gottman, Katz och Hooven (1996) kunde i sin forskning skilja mellan emotionscoachande föräldrar och emotionsavvisande stilar hos föräldrar. Föräldrar som tillhör den tidigare kategorin är uppmärksamma på emotioner som tar sig uttryck i deras liv. De kan prata om dessa emotioner, de är medvetna om dem hos barnet och kan hjälpa barnet när det upplever känslor som ilska och ledsenhet – precis som en coach. Emotionsavvisande föräldrar ignorerar sina egna emotioner eller förringar deras betydelse (Thompson & Meyer, 2007), och de kan på liknande sätt ha svårigheter med att ta sig an barnets känslor. De tenderar att uppleva barnets ledsenhet eller ilska som potentiellt skadligt för barnet, och har inställningen att föräldrarnas jobb är att så snabbt som möjligt omvandla dessa skadliga emotioner och förmedla till barnet att emotionerna varken är varaktiga eller särskilt viktiga (Gottman et al., 1996).

Familjens emotionella klimat. Det mer övergripande emotionella klimatet i familjen gör emotionshanteringen antingen lättare eller svårare som en följd av de emotionella krav som barnen stöter på i hemmet. Emotionsreglering påverkas både av de emotionsregleringsmodeller som barnet exponeras för, samt av hur familjemiljön formar barnets schema beträffande emotionalitet. Barnets kapacitet till emotionell självreglering formas av hur det internaliserar normativa förväntningar för hur människor typiskt beter sig emotionellt, baserat på upplevelser i familjen och hur de olika familjemedlemmarna hanterar sina egna känslor (Dunsmore & Halberstadt, 1997). Ytterligare väsentliga aspekter beträffande familjens emotionella klimat är föräldrars intuitiva värderingar om emotioners natur och vikten av dessa, vikten av att uttrycka sina sanna emotioner, hur emotioner skiljer sig mellan män och kvinnor, vilka emotioner som bör uttryckas i familjen samt hur känslor bör förmedlas, vilket sammantaget kan ses som en förälders metaemotionsfilosofi, (Thompson & Meyer, 2007) ett begrepp som ursprungligen introducerades av Gottman och kollegor (1996). De definierar detta som en organiserad uppsättning känslor och tankar om ens egna känslor och sina barns känslor. Gottman och hans kollegor (1996) argumenterar vidare för att föräldrars metaemotionsfilosofi direkt kan påverka barnets reglerande fysiologi. Att coacha ett barns emotioner skulle genom sin lugnande effekt kunna förändra någon nyckelaspekt av perifera nervsystemet, vilket i sin tur påverkar barnets förmåga att reglera sina emotioner, något som även lyfts fram i senare studier (Calkins & Hill, 2007). Morris och kollegor (2007) menar att föräldrars egna föreställningar gällande emotioner, deras förhållande till sina egna föräldrar och resulterande anknytningsstatus, samt deras förmåga att kontrollera sina egna emotioner påverkar det emotionella klimatet i familjen. Detta påverkar i sin förlängning även hur föräldrarna interagerar med barnet och andra familjemedlemmar.

Vidare är en betydelsefull faktor för familjens emotionella klimat föräldrars emotionella uttrycksförmåga. Eisenberg och Gershoff med flera (2001) visade i sin studie att mödrars uttryck av positiva eller negativa känslor (både generellt i hemmet och i interaktioner med barnet) påverkar barnets sociala kompetens genom dess inverkan på barnets emotionsreglering. Mot bakgrund av bland annat detta fynd föreslår Thompson och Meyer (2007) att ett familjeklimat som karaktäriseras av måttlig till hög andel positiva emotioner bland familjemedlemmarna främjar utvecklingen av emotionsreglering, möjligtvis genom att familjemedlemmar uppvisar skicklig emotionell självreglering. Gällande påverkan av negativa emotionella uttryck i familjen är evidensen inte entydig. En hypotes är att emotionsregleringsfärdigheter kan förstärkas (snarare än undermineras) av att barnet exponeras för måttliga, icke-fientliga negativa emotioner i en familjekontext där man på ett

tryggt sätt kan visa att negativa känslor både kan uttryckas och hanteras. Det finns dock ännu ytterst begränsat med forskning som särskilt vilken effekt variationer i negativa emotionsuttryck (icke-fientlig kontra fientlig/hotande emotionell familjemiljö) har på utvecklingen av emotionsutveckling (Halberstadt, Crisp & Eaton, 1999; Thompson & Meyer, 2007).

Ytterligare en betydelsefull faktor för barns förståelse och reglering av emotioner, vilket också är karaktäriserande för det emotionella klimatet i familjen, är de samtal som sker mellan barn och föräldrar. Dessa samtal kan förse barnet med en grund för föreställningar kring emotionsreglering och dess processer, genom att de ger barnet verktyg för att förstå hur man kan påverka sina emotionella erfarenheter (Thompson & Meyer, 2007). I takt med att barnets språkfärdigheter utvecklas ges också allt fler möjligheter att prata om, förklara, reflektera kring och lära sig om sina egna emotionella erfarenheter, samt om emotioner hos människor runt omkring dem (Thompson & Lagattuta, 2006). Fivush (1998) har vidare kunnat konstatera att föräldrar diskuterar emotioner olika med söner och döttrar. I sin forskning fann han att föräldrar, både mödrar och fäder, diskuterar det förflutna på ett mer emotionsladdat sätt med döttrar än med söner, samt att föräldrar lägger större fokus på ledsenhet och negativitet i samtal med döttrar. På liknande sätt har forskning kunnat konstatera att det finns skillnader gällande emotionalitet mellan mammor och pappor, bland annat att mammor tenderar att diskutera emotionella aspekter med sina barn i större utsträckning än pappor (Fivush, Brotman, Buckner & Goodman, 2000). Bariola och kollegor (2012) kunde i sin studie påvisa att emotionalitet hos mammor är starkare relaterat till barns emotionsreglering än emotionalitet hos pappor, vidare hävdar McDowell, Kim, O'Neil och Parke (2002) att mammor har en mer central roll för det emotionella fungerandet hos sina barn än pappor.

Emotionsreglering och socialisering vid föräldra-barn konflikter. Föräldrars uttryck av negativa emotioner, vilka skulle kunna uppstå som en följd av en konflikt mellan barn och förälder, tenderar att associeras med externaliserande beteenden hos barnet. Dock finns inga konsekventa forskningsfynd vilket troligtvis kan härledas från att en stor del forskning inom området inte betraktat frekvens och intensitet hos emotionerna som uttryckts, man har ej haft kunskap om vem i familjen de negativa emotionerna riktats mot, och man har inte heller särskilt de negativa emotioner som uttrycks (exempelvis ledsenhet kontra ilska) (Halberstadt et al., 1999; Thomson & Meyer, 2007). Ett exempel på en studie där forskarna dock har separerat de uttryckta emotionerna, i detta fall rädsla och ilska, utfördes av Rydell, Berlin och Bohlin (2003). Här framhävs just betydelsen av att i framtida forskning separera negativa

emotioner, då de i sin forskning kunde konstatera att just ilska och rädsla grundas i två olika motivationssystem och tjänar därmed olika funktioner.

Bedömning av Anknytning i Mellanbarndomen

Mellanbarndomen är en tid då barnets sociala värld expanderar och barnet tillbringar mer tid borta från föräldrarna. Denna period i livet innebär en dramatisk utveckling av barnets psykologiska värld, kognition och emotionella kompetens, vilket gör det möjligt och nödvändigt att undersöka och utvärdera barnets anknytningsrepresentationer på ett annat sätt jämfört med små barn. Trots detta faktum har forskning inte förrän på senare tid börjat studera anknytning i denna period. Vidare har det utvecklats ett antal metoder och instrument som ämnar undersöka anknytning i mellanbarndomen (Kerns, 2008). *Friends and Family Interview* är ett sådant instrument.

Med utgångspunkt från att barns representationer av specifika relationer (till mamma och pappa) förändras i mellanbarndomen till att bli integrerade i en högre ordning av ett metarepresentationssystem, utvecklade Steele och Steele (2005) *Friends and Family Interview* (FFI), en semistrukturerad intervju för att bedöma anknytningsrepresentationer i mellanbarndomen genom att analysera samstämmighet, där en berättelse bedöms som mer samstämmig om den upplevs som trovärdig och utan motsägelser. Att mäta just samstämmighet i berättandet angående anknytningsrelationer har visat sig vara ett valitt och tillförlitligt sätt att mäta och utvärdera inre arbetsmodeller om anknytning, exempelvis i Adult Attachment Interview (AAI: Main, Kaplan & Cassidy, 1985). Då forskning visat att barn i mellanbarndomen allt mer använder andra vuxna och jämnåriga på ett liknande sätt ur ett anknytningsperspektiv (Kerns, 2008) omfattar FFI barnets upplevelse av såväl sin relation till dess mamma, pappa, syskon och vänner. Vidare undersöks även barnets upplevelse av sig själv och hur komplexa och ofta motstridiga emotioner uppstår i dess närmsta relationer (Steele & Steele, 2005).

Steele och Steele (2005) fann i sin studie att barn med trygga tidiga anknytningsrelationer uppvisade högre grad av samstämmighet i sitt berättande, vilket innebär en hög metarepresentationell medvetenhet både vad gäller positiva och negativa aspekter av sig själv samt relationer till familjemedlemmar och vänner. Vidare fann författarna att det inte fanns ett samband mellan samstämmighet i FFI och verbal intelligens, vilket skulle innebära att verbal intelligens inte påverkar barnets kapacitet till en samstämmig berättelse. Istället fann de att barnens förmåga till att kunna lagra och återge detaljer från tidigare och nuvarande sociala interaktioner, samt förmågan att kunna analysera dessa erfarenheter med den

emotionella påverkan de medför, korrelerade med föräldrarnas förmåga som på liknande sätt testats med AAI. Det verkar således råda en social överföring, där föräldrarnas förståelse och kommunikation av emotioner är en central faktor för barnets förmåga. Författarna kunde vidare påvisa en korrelation mellan klassificering i FFI och tidigare uppmätt anknytningsstil i Främmandesituationen (*Strange situation*: Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978) och föreslår att detta resultat påvisar en god validitet hos intervjun som metod, vilket även har kunnat bekräftas i två oberoende studier. Stievenart, Casonato, Muntean och van de Schoot (2012) kunde vidare validera måttet för samstämmighet i FFI då de kunde bekräfta att intervjun mäter samstämmighet på liknande sätt i olika länder. Även Psouni och Apetroaia (*in press*) har kunnat bidra till valideringen av intervjun. De genomförde en omfattande undersökning av inre representationer av anknytning i mellanbarndomen (trygg-bas-skript), utvärderade via såväl FFI som via ett scriptedness-test (SBST) samt den väletablerade självskattningsenkäten *Security Scale* (KSS: Kerns, Aspelmeier, Gentzler & Grabill, 2001). Deras studie kunde påvisa starka samband mellan trygg-bas-skript och kritiska variabler i FFI, framförallt trygghet, samstämmighet samt barnets kapacitet att hantera upprördhet på ett adaptivt sätt.

Sammanfattningsvis kan konstateras att betydelsen av att studera anknytning i mellanbarndomen har uppmärksammats mer och mer på senare tid. Som en naturlig följd av denna insikt har även studier gällande att ta fram och validera instrument för att bedöma anknytning i denna åldersperiod ökat. Här har FFI, trots att det är ett relativt nyutvecklat instrument, visat sig vara en tillförlitlig metod för att mäta anknytning i mellanbarndomen.

Syfte och Frågeställningar

Syfte. Föreliggande uppsats syftar till att beskriva den sociala inlärningens relativa betydelse, i förhållande till familjens emotionella miljö och anknytning, för barns utveckling av emotionsreglering av de negativa emotionerna rädsla, ilska, ledsenhet och besvikelse. Vår önskan är även att belysa eventuella samband mellan hur barn i mellanbarndomen beskriver sina föräldrars upplevelser av svåra känslor med barnens kunskap och medvetenhet om sina egna svåra känslor, samt att undersöka huruvida det även finns en relation mellan dessa och uppmätt anknytningskvalitet.

Trots en betydande mängd studier som lyfter fram föräldrarnas betydelse för barns utveckling av emotionsreglering saknas kunskap gällande huruvida social inlärning, i relation till anknytning och den emotionella miljön i familjen, kan tänkas bidra till barns emotionsreglering. Vidare har tidigare studier lyft fram vikten av att separera olika

svårhanterliga känslor och det finns fortsatt ett behov av studier med denna ansats, då detta ännu är ett relativt obeforskat område. Denna studie ämnar att bidra med kunskap kring detta. I föreliggande studie fokuserades på barns kunskap och medvetenhet om egna svåra känslor, men även deras kunskap kring föräldrarnas upplevelser av svåra känslor, samt i vilken utsträckning som barnet kan dela med sig om svåra känslor till föräldrarna och vända sig till föräldrarna för stöd och tröst. Vi sökte samband mellan dessa aspekter vad gäller barns emotionella kompetens, och undersökte även relationer till barns anknytningsrepresentationer och hanteringsstrategier. Specifikt, undersöktes följande frågeställningar:

Frågeställningar

1. Finns det samband mellan barns kunskap och medvetenhet om egna svåra känslor och deras upplevelser av föräldrarnas svåra känslor samt öppenhet som kan förklaras av social inlärning?
2. Finns det underlag för att studera barns upplevelse av rädsla, ilska, ledsenhet och besvikelse separat, eller kan kunskap och medvetenhet kring dessa svåra känslor anses tillhöra en gemensam bakomliggande faktor?
3. a) Finns det skillnader avseende kunskap och medvetenhet om de svåra känslorna rädsla, ilska, ledsenhet och besvikelse hos barn i mellanbarndomen med trygg, undvikande respektive ambivalent/desorganiserad anknytning?
b) Finns det skillnader avseende barns kunskap och medvetenhet beträffande föräldrarnas upplevelser av de svåra känslorna hjälplöshet, rädsla och ledsenhet hos barn i mellanbarndomen med trygg, undvikande respektive ambivalent/desorganiserad anknytning?
c) Finns det skillnader avseende grad av öppenhet för svåra känslor hos barn i mellanbarndomen med trygg, undvikande respektive ambivalent/desorganiserad anknytning?
4. Hur påverkar social inlärning och öppenhet emotionsreglering hos barn mellanbarndomen?
5. Hur tillförlitlig och valid är *Emotions Interview*, en nyutvecklad metod som fokuserar specifikt på kunskap och medvetenhet kring egna och föräldrars känsloupplevelser, i relation till relaterade delskalor ur en anknytningsutredning samt information om barns copingstrategier.

Metod

Föreliggande psykologexamensuppsats genomfördes inom ramen för ett longitudinellt forskningsprojekt vid Institutionen för psykologi, Lunds Universitet. Projektets titel är ”Föräldrars och barns mentala representationer av omvårdnad och anknytning: Inverkan på föräldra-barn-relationen och på barnens psykiska hälsa under tidig pubertet” och dess fokus ligger på psykiskt välbefinnande hos barn i åldersspannet 10-13 år. Forskningsprojektet, som sträcker sig över en treårsperiod (2010-2013), har som övergripande syfte att belysa mentala representationer av omvårdnad och anknytning hos barn i mellanbarndomen och deras föräldrar, samt hur dessa i sin tur kan tänkas påverka barns psykiska välmående och relationen mellan barn och förälder.

Studierna som ingår i forskningsprojektet är godkända av den lokala etikprövningsnämnden och det deltagande barnets föräldrar har lämnat sitt samtycke.

I en första studie kontaktades ungefär 2000 elever i årskurs 4 och deras föräldrar via grundskolor i olika kommuner i Skåne. Av de tillfrågade fyllde cirka 600 barn och en av deras föräldrar i bland annat *Child Behavior Checklist* (CBCL: Achenbach & Rescorla, 2001), en vedertagen metod för att identifiera internaliserande och externaliserande symtom hos barn. Därefter valdes 85 familjer ut till deltagande i den longitudinella studien på basis av att dessa ansågs representera ett spektrum av olika symtom enligt CBCL. En första intervju genomfördes därefter med barnet och en förälder (ej av författarna), antingen i hemmet eller i Lunds universitets lokaler. Till barnet administrerades bland annat *Friends and Family Interview* (FFI: Steele & Steele, 2005). En svensk översättning av FFI har tagits fram av Psouni (2010) i samarbete med upphovsmännen. Barn intervjuades även om sina upplevelser av och reflektioner kring vanliga obehagliga känslor (*Emotions*: Psouni, 2010), och efter intervjun fick barnet fylla i *Children's Coping Scale Checklist* (CCSC: Program for Prevention Research, 1999). Den data som föreliggande uppsats baseras på härör från denna första intervju. Cirka 18 månader efter denna första intervju genomförs en andra intervju med barnet och samma förälder som intervjuades tidigare; denna datainsamling är i dagsläget pågående. Uppsatsens författare har bidragit till denna senare datainsamling och intervjuat såväl barn som föräldrar med de instrument som uppsatsen fokuserar på.

Deltagare

Föreliggande uppsats utgår ifrån den första datainsamlingen då 85 barn och föräldrar intervjuades. Fullständiga data fanns tillgängliga för analys från 82 barn. Denna datainsamling ägde rum från mars 2010 (barnen gick då i årskurs 4) till december 2010 (barnen gick då i

årskurs 5). Barnen var mellan 10.4 och 11.9 år gamla när de intervjuades ($M = 11$ år och 1 månad, $SD = 9$ månader).

Material

Friends and Family Interview. *Friends and Family Interview* (FFI) är en intervju som avser att mäta anknytning hos barn i åldern 9-16 år. I denna ålder är barnet ännu inte är moget nog för till fullo respondera på *Adult Attachment Interview* (AAI), men är samtidigt för gammal för att man genom observationer ska kunna komma åt barnets innersta tankar, känslor och övertygelser avseende anknytning. Intervjun överensstämmer teoretiskt sett med AAI, men den är anpassad efter målgruppens utvecklingsmässiga förmågor. I FFI ställs bland annat frågor där barnet får berätta om sig själv, sina syskon, föräldrar, sin bästa vän och favoritlärare, frågor som är av vikt för barn i 9-16 års ålder, men som av förklarliga skäl inte finns representerade i AAI (Kriss, Steele & Steele, 2012).

En central del i bedömningen av FFI handlar om samstämmighet, där grundtanken är att *vad* som sägs vanligtvis är mindre informativt än *hur* innehållet kommuniceras när det handlar om att försöka komma åt anknytningsrepresentationer, vilka i stort sett är omedvetna. Intervjun bedöms utifrån en 4-gradig skala beträffande övergripande samstämmighet i barnets berättande, där 1 innebär låg samstämmighet och 4 hög samstämmighet. Skalan är global och beaktas under hela intervjun och innefattar aspekter såsom i vilken utsträckning barnet förser en med övertygande bevis för att understödja värderingen av sig själv och andra; i vilken utsträckning innehållsrik information ges, men varken för mycket eller för lite; i vilken utsträckning som barnet kan bibehålla en åldersadekvat nivå av uppmärksamhet, artighet och intresse samt slutligen en sammanlagd samstämmighet av intervjun som helhet. Individuella skillnader i barnets förmåga att förmedla en samstämmig beskrivning av sig själv och sina relationer antas återspegla skillnader i anknytningskvalitet samt anknytningsstil. Intervjun kategoriseras därefter utifrån anknytningsstilarna trygg, otrygg undvikande, otrygg ambivalent och desorganiserad. De intervjuer med hög grad av samstämmighet (3 eller 4) kategoriseras som trygga, medan de intervjuer med låg grad av samstämmighet kategoriseras som otrygga (Psouni & Apetroaia, *in press*; Steele & Steele, 2005). Förutom den övergripande samstämmighetskalan, ger intervjun upphov till ett antal skalor som kodas separat (Steele, Steele & Kriss, 2009), varav två av dessa skalor, *Diversity of feeling* samt *Adaptive response*, är av relevans för föreliggande uppsats.

Delskalan *Diversity of feeling* utgör en aspekt av barnets generella reflektionsförmåga, vilket liknar mentaliseringsförmågan och klassas i FFI inom dimensionen ”reflective

functioning”. Här letar man efter bevis på barnets förmåga att visa en förståelse för att det förekommer en variation av känslor (positiva och negativa) i viktiga relationer, skalan speglar således hur lätt barnet har för att uppge båda positiva och negativa känslor så som de upplevs i relationer med andra viktiga personer (föräldrar, syskon, vänner). Bedömningen sker utifrån en 4-gradig skala där 1 innebär att barnet varken känns vid positiva eller negativa känslor, medan 4 innebär att barnet kan beskriva positiva och negativa känslor på ett eftertänksamt sätt som inte bara visar att dessa känslor finns utan också att barnet har en förståelse för sina egna komplexa känslor när det gäller sig själv eller andra. Vidare är de exempel som barnet ger koncisa och relevanta illustrationer av varierande känslor, utan närvaro av vare sig ångest, motsägelser eller inkohären. Hittills har ingen specifik validering av denna delskala presenterats, vilket dock är kunskap som föreliggande studie kan bidra med.

Delskalan *Adaptive response* refererar specifikt till svar på frågan vad barnet gör när det är upprört. Då skalan är avsedd för barn i 9-16 års ålder tas hänsyn till att barnet inte längre agerar på samma sätt i stressfyllda situationer som det lilla barnet gör när han eller hon öppet uttrycker ett behov av sin vårdnadshavare. Att barnet ägnar sig åt strategier som inte involverar ett interpersonellt beroende kan både vara åldersadekvat och adaptivt, vilket kan vara en indikation på hur barnets inre arbetsmodeller över tid har hjälpt till att skapa hans eller hennes förmåga att reglera smärtsamma och upprörande känslor. Adaptiva strategier kan vara att söka stöd hos andra, att ägna sig åt något som gör att barnet mår bättre eller att tänka igenom saker. Bedömningen sker utifrån en 4-gradig skala där 1 innebär att barnet har en påtaglig brist på strategier, medan 4 innebär att barnet uppvisar en tydligt adaptiv strategi som verkar sanningsenlig och efterföljs av ett relevant exempel (Kriss et al., 2012; Steele et al., 2009). Psouni och Apetroaia (*in press*) har även visat att kunskap om trygg bas-skript predicerade barnets förmåga att respondera på ett adaptivt sätt vid upprördhet, vilket utgör evidens för delskalans validitet.

Emotions Interview. *Emotions Interview* (Psouni, 2010) är en semistrukturerad intervju som i genomsnitt tar 10 minuter att genomföra. Intervjun avser att mäta barnets kunskap och medvetenhet om de egna svåra känslorna rädsla, ilska, ledsenhet och besvikelse, barnets öppenhet för känslorna, samt barnets kunskap och medvetenhet om de svåra känslorna ledsenhet, rädsla och hjälplöshet hos vardera föräldern. Intervjun ger information om barnets förståelse av de egna känslorna samt hans eller hennes förmåga att hantera dessa (*Knowledge and Awareness of Difficult own Emotions*), i vilken utsträckning barnet är öppet gentemot föräldrarna med sina känslor (*Openness*), barnets förståelse för känslor som föräldern

upplever samt föräldrarnas reaktion såväl som barnets egen reaktion i dessa situationer (*Knowledge and Awareness of Difficult Emotions in the Parent*).

Ett första tema som bedöms i intervjun är i vilken utsträckning som barnet kan uppvisa en förståelse för emotionen som efterfrågas (rädsla, ilska, ledsenhet, besvikelse), samt i vilken grad som barnet kan redogöra för emotionens olika intensiteter och vad emotionen leder till (orsakssamband). Denna kunskap erhålls i intervjun bland annat genom att efterfråga episodiska minnen där barnet ombeds ge exempel på specifika situationer där han eller hon har upplevt de svåra känslorna samt medvetenhet om sin reaktion i dessa situationer. Exempel på frågor är "Är du rädd för något?" eller "Hur är det när du misslyckas med någonting som du gärna skulle vilja klara?".

Ett annat tema i intervjun, som kodas under *Öppenhet*, är huruvida barnet upplever att det får stöd av föräldrarna då han eller hon upplever svåra känslor, och hur barnet upplever föräldrarnas respons på dessa känslor. Till detta tema hör alla svar kring barnets upplevelser av samtliga negativa känslor som efterfrågas i intervjun (rädsla, ilska, besvikelse och ledsnad), men framförallt handlar det om frågor som berör huruvida föräldrarna vet om barnets eventuella rädslor, hur föräldrarna får veta om rädslorna och hur de då reagerar, samt om barnet upplever att han eller hon kan vända sig till föräldern för tröst. Svaren kodas med hänsyn till grad av öppenhet för känslan, där öppenhet definieras som i vilken utsträckning barnet delar med sig av information om sina känslor till föräldern/föräldrarna, i vilken utsträckning barnet vänder sig till föräldern/föräldrarna för att få hjälp att hantera dessa känslor och i vilken utsträckning barnet kan och vill berätta om föräldrarnas reaktioner.

Barns kunskap och medvetenhet om föräldrarnas upplevelser och hantering av svåra känslor bidrar till barnets kunskap om egna emotioner och hantering av dessa via social inläring. Detta gör det möjligt att undersöka den sociala inläringens betydelse via barnets upplevelser av föräldrarnas känslor. Ytterligare ett tema i intervjun innefattar barnets erfarenhet av att föräldrarna varit rädda, ledsna och hjälplösa. Här kodas barnets kunskap och medvetenhet om sina föräldrars upplevelser av svåra känslor, där fokus ligger på i vilken grad som barnet kan uppvisa en medvetenhet om föräldrarnas emotionella upplevelser samt huruvida barnet kan redogöra för emotionens olika intensiteter och vad emotionen leder till (orsakssamband). Samma frågor ställs separat för mamma respektive pappa. Tyngdpunkten ligger på episodiska minnen av emotionella upplevelser och barnet ombeds återkalla specifika minnen då föräldern upplevt den efterfrågade känslan, barnets medvetenhet om föräldrarnas reaktion samt barnets egna reaktioner på föräldrarnas upplevelser. Exempel på frågor är: "Har du upplevt någon gång att din pappa/mamma var rädd för någonting?" eller "När din

pappa/mamma är ledsen, hur känner du dig då? Gör du något för att din pappa/mamma ska må bättre igen? Vad gör du för att du själv ska må bättre igen?” (Psouni, Andersson & Malmström, 2013).

Children’s Coping Strategies Checklist (CCSC). *Children’s Coping Strategies Checklist* är ett självskattningsformulär bestående av 44 frågor som avser att mäta olika copingstrategier barn använder när det uppstår problem. Barnet skall svara på hur ofta (aldrig, ibland, ofta eller för det mesta) det använder en viss strategi för att må bättre eller för att lösa problem. Frågorna bildar 10 subskalor som representerar olika copingkategorier; *Cognitive Decision Making (CDM)*, *Direct Problem Solving (DPS)*, *Seeking Understanding (SU)*, *Positive Cognitive Restructuring (PCR)*, *Cognitive Avoidance (CA)*, *Avoidant Action (AVA)*, *Distracting Action (DA)*, *Physical Release of Emotion (PRE)*, *Emotion-Focused Support (EFS)*, *Problem-Focused Support (PFS)*. Dessa delas därefter in i fyra copingstrategier; Aktiv Coping (CDM, DPS, SU och PCR), undvikande coping (CA och AVA), distraktion (DA och PRE) samt stöd (EFS och PFS) (Sandler, Tein & West, 1994). Formuläret finns i ett flertal versioner, i denna studie används versionen från ett projekt som avsåg mäta ungdomars coping efter föräldrarnas skilsmässa (CCSC: Program for Prevention Research, 1999).

Procedur

Administrering och bedömning av använda instrument. FFI-intervjun genomfördes av tränade intervjuare enligt intervjumallen. Emotionsintervjun följer direkt på den avslutande frågan i FFI och inleds med ett kort introducerande stycke som förtydligar att efterföljande frågor berör känslor som barnet och andra i familjen kan ha, och vad de gör med dem. De ljudinspelade FFI-intervjuerna transkriberades ordagrant och samtliga variabler kodades enligt manualen av tränade kodare (ej författarna) som var godkända som reliabla i metoden och som inte hade någon information om deltagarnas svar i emotionsintervjun eller resulterande poäng. Data baseras på 82 intervjuer. CCSC administrerades till barnet efter intervjun tillsammans med ett antal andra frågeformulär.

Kodning av Emotions Interview. En stor del av arbetet med föreliggande uppsats har ägnats åt att, tillsammans med emotionsintervjuns upphovskvinna Elia Psouni, konstruera en manual för kodningen av emotionsintervjun.

Barnets svar på de frågor som berör barnets egna upplevelser av egna svåra känslor bedöms utifrån två domäner: övergripande samstämmighet i svaret samt egen medvetenhet och nyansering kring känslan. Barnets svar på de frågor som handlar om föräldrarnas svåra känslor bedöms dels utifrån barnets kunskap och dels utifrån barnets reflektion kring

föräldrarnas upplevelser av dessa svåra känslor. I bedömningen av den övergripande kategorin *Öppenhet* tas hänsyn till all information som framkommer i intervjun men främst frågor som specifikt berör om föräldrarna vet om barnets rädslor, hur de i så fall får veta och deras reaktioner, samt om barnet uppger att de kan vända sig till föräldrarna för tröst.

Till emotionsintervjun konstruerades en 4-gradig skala där 1 innebär en låg grad av egen medvetenhet och nyansering kring känslan som efterfrågades, medan 4 innebär en hög grad av egen medvetenhet och nyansering kring känslan. Genomgående för samtliga frågor i intervjun är att en dålig samstämmighet i berättandet, det vill säga när barnets svar innehåller vagheter, inkonsekvenser eller motsägelser, ger en lägre poäng. Till varje kategori av frågor som avses spegla en specifik känsla (rädsla, ilska, ledsenhet och besvikelse) konstruerades kriterier med illustrativa exempel för varje poäng (1-4; se Bilaga), likaså för de kategorier av frågor som berör känslor hos föräldrarna (ledsenhet, rädsla och hjälplöshet) samt för barnets övergripande öppenhet kring känslor i intervjun. En kodningsmanual utvecklades av författarna tillsammans med upphovskvinnan och testades av samtliga tre kodare på totalt 40 intervjuer. I ett nästa skede genomfördes en avstämning de tre kodarna emellan, som resulterade i revidering och justeringar i manualen. Därefter kodade de två författarna de återstående 42 intervjuerna varefter en sista avstämning skedde och en ytterligare redigering av manualen genomfördes.

Oberoende kodning av variabler. Data från emotionsintervjun baseras på 82 intervjuer kodade separat av två kodare (uppsatsens författare) som inte hade någon information om deltagarnas kön, ålder, poäng eller klassificering i FFI. För att göra kodningen så oberoende som möjligt genomförde författarna kodningen separat, utan kännedom om varken varandras kodningar eller kön och övergripande anknytningsklassifikation hos respondenterna. Vid diskussioner avseende kodningen i arbetet med manualens utformning granskades och diskuterades enbart poängavvikelser om minst 2 poäng. Interbedömarreliabiliteten mellan de två kodarna beräknades med Cronbachs alpha och varierade mellan 0,92 (Ledsenhet Mamma) och 0,99 (Rädsla samt Öppenhet). Dessa resultat indikerar en mycket hög interbedömarreliabilitet, varvid de två författarnas kodningar kunde sammanslås till ett genomsnitt för varje variabel på vilka vidare statistiska beräkningar kunde genomföras.

Fördelning till trygga, undvikande respektive ambivalent/desorganiserad grupp. Av de 82 deltagarna saknades data för 10. För resterande 72 deltagare hade 44 barn (61,1 %) kategoriserats som trygga, 20 (27,8 %) som otrygga undvikande, 6 (8,3 %) som otrygga ambivalenta samt 2 (2,8 %) som desorganiserade enligt FFI. Detta är i stort i enlighet med två metaanalyser som genomförts av van IJzendoorn och Bakermans-Kranenburg (1996, 2008)

där detta visat sig vara en vanlig fördelning vid en fyrvägs-klassificering. FFI-klassifikationerna arrangerades därefter till grupperna trygg, undvikande samt ambivalent/desorganiserad eftersom antalet deltagare för ursprungskategorierna otrygga ambivalenta samt desorganiserade var för små för att kunna ingå i vidare analys.

Statistiska beräkningar. De beräkningar som genomfördes för att besvara de fyra frågeställningarna kan delas upp i ett antal steg, där samtliga data analyserades med SPSS.

För att besvara frågor kring samband mellan kontinuerliga variabler, där anknytning klassificerats genom samstämmighet (1-4), genomfördes korrelationsanalys samt multipel regressionsanalys. Regressionsanalysen genomfördes med samtliga emotionsvariabler samt anknytningsmått trygg bas för både mamma och pappa ur FFI, och som beroende variabel användes *Adaptive response* ur FFI.

Faktoranalys genomfördes för att undersöka om en bakomliggande faktor kan sägas ligga bakom kunskap och medvetenhet om olika svåra känslor. Jämförelserna mellan grupper utifrån barnens anknytningsrepresentationer (trygg, undvikande samt ambivalent/desorganiserad) testades via envägs-ANOVA för att jämföra medelvärden för samtliga emotionsvariabler mellan de tre anknytningsgrupperna.

Riktlinjer enligt Cohen (1988) användes för tolkningen av korrelationsvärdena ($r = 0,10$ till $0,29$ svag korrelation, $r = 0,30$ till $0,49$ medelstark korrelation, och $r = 0,50$ till $1,0$ stark korrelation).

Resultat

Samband mellan Variablerna i Emotions Interview

Det genomfördes en korrelationsanalys mellan samtliga variabler i *Emotions Interview* för att undersöka eventuella samband dem emellan (se Tabell 1).

Variabeln Öppenhet hade svaga till måttliga samband med samtliga av de egna känslorna ($r = 0,22-0,40$), samt med kunskap och medvetenhet om rädsla hos båda föräldrarna och med mammas ledsenhet ($r = 0,28-0,46$). Barnets upplevelse av rädsla hade ett svagt samband med rädsla hos pappa och ett måttligt samband med rädsla hos mamma. Barnets egen upplevelse av besvikelse hade måttliga samband med ilska, ledsenhet samt ledsenhet hos mamma. Barnets egen upplevelse av ledsenhet hade ett måttligt samband med egen besvikelse samt ledsenhet hos mamma. Vidare hade barnets egen upplevelse av ilska svaga till måttliga samband med samtliga av de övriga egna känslorna ($r = 0,23-0,39$), svaga till måttliga samband med kunskap och medvetenhet om samtliga känslor hos mamman ($r = 0,22-0,41$) samt ett svagt samband med ledsenhet hos pappa. Vidare fanns ett måttligt samband mellan

kunskap och medvetenhet om rädsla hos mamma och rädsla hos pappa, samt ett starkt samband mellan ledsenhet hos mamma och pappa.

Vid en summering av samtliga variabler som berör barnets kunskap om känslor hos pappa (Emotioner Pappa) respektive mamma (Emotioner Mamma) erhöles ett antal signifikanta korrelationer. Samtliga emotionsvariabler som berör barnets egna känslor, samt variabeln Öppenhet korrelerade signifikant med Emotioner Mamma ($r = 0,26-0,55$), medan det enbart fanns signifikanta korrelationer mellan Ilska samt Öppenhet i förhållande till Emotioner Pappa ($r = 0,26-0,28$).

Tabell 1

Korrelation mellan samtliga 11 variabler i Emotions Interview

Variabler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Rädsla	-										
2. Ilska	0,23*	-									
3. Ledsenhet	0,13	0,39**	-								
4. Besvikelse	0,04	0,38**	0,46**	-							
5. Öppenhet	0,31**	0,33**	0,40**	0,22*	-						
6. Hjälploshet M	0,02	0,22*	0,14	0,05	0,19	-					
7. Hjälploshet P	0,71	0,87	0,67	0,66	0,32	0,29	-				
8. Rädsla M	0,43**	0,24*	0,19	0,04	0,34**	0,09	0,18	-			
9. Rädsla P	0,24*	0,22	0,19	0,04	0,28*	0,35**	0,00	0,41**	-		
10. Ledsenhet M	0,19	0,41**	0,31**	0,37**	0,46**	0,21	0,16	0,28*	0,38**	-	
11. Ledsenhet P	0,04	0,24*	0,17	0,08	0,19	-0,02	0,14	0,11	0,33**	0,50**	-

Notera. * $p < 0,05$. ** $p < 0,01$. M = Mamma, P = Pappa

Faktoranalys av Variablerna i Emotions Interview

För att undersöka förekomsten av eventuellt bakomliggande faktorer, samt huruvida det kan anses rimligt att skilja mellan olika svåra känslor, genomfördes en faktoranalys med samtliga elva variabler i *Emotions Interview*. Detta var möjligt då värdet för Kaiser-Meyer-Olkin measure uppgick till 0,69 vilket överstiger det rekommenderade värdet på 0,6. Även Bartlett's test of sphericity var signifikant ($\chi^2_{(55)} = 183,72, p < 0,001$). En explorativ faktoranalys återgav 3 faktorer som tillsammans fångade cirka 45 % av variansen. Enbart faktor 1 (som fångade cirka 30 % av variansen i data från *Emotions Interview*) kunde uppvisa en tillfredställande intern konsistens (Cronbachs alpha 0,75). I faktor 1 ingår de ursprungliga

variablerna Ilska, Ledsenhet, Besvikelse, Öppenhet samt Ledsenhet Mamma, och benämns hädanefter som Upprördhet.

Emotionsvariablerna och dess Samband med Anknytning Mätt med FFI

För att undersöka eventuella skillnader i poäng mellan variablerna i *Emotions Interview* för grupperna trygg, undvikande samt ambivalent/desorganiserad genomfördes en envägs-ANOVA (Tabell 2). Gällande förutsättningarna för att genomföra ANOVA är det inte rimligt att förvänta en normalfördelning av de tre anknytningsgrupperna (trygg, undvikande och ambivalent/desorganiserad), men då förutsättningarna för lika varianser var uppfyllda samt då det inte förekom några outliers, förutom när det kom till variabeln Ledsenhet, bedömdes det rimligt att genomföra analysen. Ledsenhet uteslöts däremot ur ANOVA.

Gällande barnets upplevelser av egna svåra känslor kunde det endast konstateras signifikanta skillnader för variabeln Ilska mellan anknytningsgrupperna där den tryggt anknutna gruppen hade högre medelvärde än både den undvikande och den ambivalent/desorganiserade anknytningsgruppen. Effektstorleken var måttlig ($\eta^2 = 0,13$) och power uppskattades till 63 %.

Avseende barnets upplevelser av föräldrarnas svåra känslor erhöles signifikanta skillnader för variablerna Ledsenhet Mamma och Hjälplöshet Mamma där den tryggt anknutna gruppen hade högre medelvärde än de båda övriga anknytningsgrupperna. För variabeln Ledsenhet Mamma var effektstorleken stor ($\eta^2 = 0,14$) och power uppskattades till 86 %. För variabeln Hjälplöshet Mamma var effektstorleken liten ($\eta^2 = 0,09$) och power uppskattades till 64 %.

För variabeln Öppenhet fanns signifikanta skillnader mellan anknytningsgrupperna där den tryggt anknutna gruppen hade högre medelvärde än den undvikande och ambivalent/desorganiserade gruppen. Effektstorleken var stor ($\eta^2 = 0,18$) och power uppskattades till 94 %.

Undersökning av parvisa skillnader. En Tukey Post Hoc genomfördes för att undersöka parvisa skillnader. Denna visade att det fanns signifikanta skillnader avseende Öppenhet mellan såväl grupperna trygg och undvikande, som mellan grupperna trygg och ambivalent/desorganiserad. Det fanns även signifikanta skillnader mellan den tryggt anknutna gruppen och den undvikande gruppen avseende variablerna Ilska och Ledsenhet Mamma, men endast en tendens till skillnad mellan grupperna undvikande och ambivalent/desorganiserade. Likaså kunde det urskiljas en tendens till skillnader mellan grupperna trygg och undvikande samt mellan grupperna trygg och ambivalent/desorganiserad

för variabeln Hjälploshet Mamma. För variabeln Ledsenhet Pappa kunde det urskiljas en tendens till skillnader både mellan grupperna tryggt anknutna och undvikande, samt mellan grupperna undvikande och ambivalent/desorganiserade.

Tabell 2

Deskriptiva data för samtliga variabler ur Emotions Interview jämförda med trygg, undvikande och ambivalent/desorganiserad anknytningsgrupp enligt FFI.

Variabler	N	Medelvärde (SD)			F	
		Total	FFI- Trygg (n = 44)	FFI- Undvikande (n = 20)		FFI- Ambivalent/ Desorganiserad (n = 8)
Rädsla	82	2,41 (0,98)	2,53 (1,07)	2,30 (0,91)	2,38 (0,92)	0,38
Ilkska	82	2,71 (0,83)	2,88 (0,86) ^a	2,28 (0,77)	2,75 (0,71)	3,75*
Besvikelse	82	2,54 (0,67)	2,68 (0,60)	2,38 (0,67)	2,50 (0,93)	1,55
Öppenhet	82	2,48 (0,89)	2,73 (0,82) ^{a,b}	2,13 (0,74)	1,75 (0,71)	7,53**
Hjälploshet M	82	1,98 (0,38)	2,07 (0,41)	1,85 (0,33)	1,75 (0,46)	3,50*
Hjälploshet P	77	1,99 (0,29)	2,00 (0,0)	1,98 (0,47)	2,00 (0,63)	0,05
Rädsla M	81	2,44 (0,65)	2,49 (0,67)	2,40 (0,62)	2,31 (0,59)	0,32
Rädsla P	78	2,07 (0,47)	2,17 (0,54)	2,03 (0,34)	1,83 (0,41)	1,58
Ledsenhet M	82	2,72 (0,80)	2,89 (0,76) ^a	2,23 (0,60)	2,81 (0,84)	5,80**
Ledsenhet P	78	2,57 (0,74)	2,70 (0,78)	2,25 (0,70)	2,42 (0,49)	2,64

Notera. * $p < 0,05$. ** $p < 0,01$. M = Mamma, P = Pappa. ^aTrygg kontra Undvikande ^bTrygg kontra Ambivalent/Desorganiserad.

Regressionsanalys avseende Anknytning och Social Inläring samt Öppenhet

För att undersöka vilken effekt som social inläring samt öppenhet (mätt med *Emotions Interview*) hade på barns emotionsreglering (mätt med *FFI-Adaptive response*) genomfördes en hierarkisk regressionsanalys som även kontrollerade för vilken effekt som anknytningen

bidrog med, samt undersökte förekomsten av eventuella könsskillnader. Variablerna Trygg bas mamma, Trygg bas pappa, Emotioner Mamma och kön ingick. Införandet av variablerna var i enlighet med hypoteser som konstaterats i en första regressionsanalys. Kön som variabel infördes som ett första steg för att undersöka eventuella könsskillnader, men var icke-signifikant, varvid denna ej inkluderas i Tabell 3. I Tabell 3 visas den slutgiltiga hierarkiska regressionsanalysen. Resultaten indikerade att FFI-variabeln Trygg bas mamma signifikant predicerade *Adaptive response* ($\beta = 0,48, p < 0,001$) och förklarade 41,5 % av variansen. Likaså gjorde Trygg Bas pappa ($\beta = 0,31, p < 0,01$) som förklarade ytterligare 7,6 % av variansen, samt Emotioner Mamma ($\beta = 0,24, p < 0,01$), vilken förklarade 5,8 % av variansen. Tillsammans förklarar dessa tre variabler 52,7 % av variansen ($R^2 = 0,55, F_{(1, 62)} = 2,79, p < 0,01$) i barnens förmåga att hantera upprördhet på ett adaptivt sätt. Det konstaterades att Emotioner Pappa inte förklarade någon varians, vilket inte heller variabeln Öppenhet gjorde.

Tabell 3

Översikt av hierarkisk regressionsanalys för variabler som predicerar *Adaptive response* ($n=82$)

Variabler	<i>B</i>	<i>SE B</i>	β
Steg 1			
Trygg Bas M	0,72	0,11	0,65***
Steg 2			
Trygg Bas M	0,59	0,11	0,52***
Trygg Bas P	0,40	0,13	0,30**
Steg 3			
Trygg Bas M	0,54	0,11	0,48***
Trygg Bas P	.41	.12	.31**
Emotions M	.16	.06	.24**

Notera. $R^2 = 0,42$, Adjusted $R^2 = 0,41$ för Steg 1 ($p < 0,001$); $\Delta R^2 = 0,08$, Adjusted $R^2 = 0,48$ för Steg 2; $\Delta R^2 = 0,06$, Adjusted $R^2 = 0,53$ för Steg 3 ($ps > 0,01$).

** $p < 0,01$. *** $p < 0,001$.

Korrelationsanalys av *Emotions Interview*, *CCSC* samt *FFI*-variabler

För att undersöka huruvida variablerna i *Emotions Interview* överensstämde med relaterade mått i *FFI* samt copingvariablerna i *CCSC* genomfördes en korrelationsanalys. I

denna ingick variabeln Upprördhet, samtliga elva variabler i *Emotions Interview*, delskalorna tillhörande CCSC samt FFI-variablerna *Diversity of feeling* och *Adaptive response* (Tabell 4).

Samband mellan emotionsvariablerna och CCSC. Ur Tabell 4 kan utläsas att Upprördhet korrelerar signifikant med subskalorna EFS samt SU i *Children's Coping Strategies Checklist* (CCSC). Variabeln Rädsla korrelerar signifikant med DA, likaså gör variabeln Ilska, samt variabeln Upprördhet detta. Ledsenhet korrelerar signifikant med EFS, ANGER, SU, EF samt DA. Besvikelse korrelerar signifikant med EFS. Öppenhet korrelerar signifikant med EFS och SU. Variabeln Emotioner Pappa korrelerar signifikant med copingvariablerna EFS samt DPS.

Samband mellan emotionsvariablerna och FFI-variabler. Ur Tabell 4 kan vidare utläsas att Upprördhet korrelerar signifikant med såväl *Adaptive response* som *Diversity of feeling*. Variabeln Rädsla korrelerar signifikant med *Diversity of feeling*. Ilska korrelerar signifikant med båda FFI-variablerna, likaså gör Öppenhet. Ledsenhet korrelerar signifikant med *Diversity of feeling*. Emotioner Mamma korrelerar signifikant med båda FFI-variablerna, medan Emotioner Pappa signifikant korrelerar med *Adaptive response*.

Tabell 4.

Korrelationer mellan variablerna i Emotions Interview och samtliga variabler i CCSC samt FFI-delskalorna Adaptive response och Diversity of feeling.

Emotions variabler	Copingvariabler (CCSC)									FFI-variabler	
	CDM	PCR	EFS	PRE	ANGER	DPS	SU	EF	DA	Adaptive response	Diversity of feeling
Upprördhet	0,05	0,12	0,37**	0,16	0,11	0,14	0,29*	0,20	0,30*	0,40**	0,44**
Rädsla	-0,03	-0,10	0,18	0,04	0,02	-0,01	0,07	0,15	0,33**	0,19	0,27*
Ilska	-0,05	0,04	0,02	0,11	0,06	0,12	0,10	0,16	0,26*	0,33**	0,36**
Ledsenhet	-0,01	0,14	0,28*	0,15	0,27*	0,14	0,28*	0,29*	0,32**	0,18	0,33**
Besvikelse	0,01	0,00	0,27*	0,02	0,16	0,06	0,12	-0,04	0,16	0,11	0,12
Öppenhet	0,12	0,12	0,30**	0,13	-0,10	0,17	0,30**	0,01	0,12	0,43**	0,45**
Emotioner M	0,04	-0,01	0,18	0,04	0,02	-0,04	0,14	0,17	0,23	0,36**	0,29*
Emotioner P	0,14	0,11	0,33**	-0,00	-0,05	0,29*	0,20	01	0,13	0,25*	0,21

Notera. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$. CDM = Cognitive Decision Making; PCR = Positive Cognitive Reconstructing; EFS = Emotion Focused Support; PRE = Physical Release of Emotions; DPS = Direct Problem Solving; SU = Seeking Understanding; EF = Expressing Feelings; DA = Distracting Actions. M = Mamma, P = Pappa.

Diskussion

Denna studie undersöker huvudsakligen vilken betydelse social inlärning har för emotionsreglering hos barn i mellanbarndomen. Resultaten visade enligt författarnas hypoteser att den sociala inläringen var betydelsefull, detta då det fanns samband mellan och barnets kapacitet att hantera känslor på ett adaptivt sätt och den kunskap och medvetenhet som barn har om svåra känslor hos mamman. Värt att notera är också att kön inte visade sig ha någon betydande påverkan på barns emotionsreglering.

I enlighet med förväntan erhöles skillnader mellan anknytningsgrupperna gällande öppenhet, men beträffande barnets upplevelse av egna svåra känslor fanns det enbart skillnader mellan de olika anknytningsgrupperna vad gäller barns kunskap och medvetenhet om ilska. Likt tidigare forskning visat, kunde denna studies resultat bekräfta rimligheten i att separera mellan olika svåra känslor, då rädsla verkar vara en känsla som skiljer sig från de övriga svåra känslorna. Däremot var upplevelsen av egen rädsla relaterad till upplevelsen av rädsla hos båda mamma och pappa.

Överraskande erhöles inga samband mellan problemlösningstrategier och barns kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos mamma, medan ett sådant samband kunde identifieras avseende kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos pappa. Slutligen konstaterades att *Emotions Interview* har samband med relaterade mått i FFI avseende igenkänning av såväl positiva som negativa känslor samt emotionsreglering, vilket kan tolkas som en indikation på att metoden är valid.

Kunskap och Medvetenhet om Svåra Känslor, Egna och Föräldrarnas

Hög medvetenhet om en svår känsla samvarierade med en hög medvetenhet om andra svåra känslor i denna studie. Undantaget är emotionen rädsla som inte verkar hänga samman med de övriga svåra känslorna, där det enbart finns ett svagt samband mellan rädsla och ilska. En hög kunskap och medvetenhet om rädsla tycks följaktligen inte ha något samband med en hög kunskap och medvetenhet om de andra svåra känslorna. Detta bekräftas vidare i den faktoranalys som utfördes som visar att rädsla inte ingår i den övergripande faktorn Upprördhet. Det kan därmed spekuleras kring om det möjligtvis är så att rädsla är en känsla som grundar sig i ett annat system än de övriga svåra känslorna, vilket är en hypotes som även cirkulerat i tidigare forskning (Rydell et al., 2003). Barnets egen medvetenhet och kunskap om emotionen rädsla verkar dock hänga samman med en medvetenhet och kunskap om både mammans och pappans upplevelse av känslan, dock med ett starkare samband till mammans upplevelse. Sambanden är dock endast svaga till måttliga, vilket antyder att barnets

medvetenhet och kunskap beträffande sin egen rädsla även påverkas av något annat än hur mamma och pappa hanterar sin rädsla.

Barns kunskap och medvetenhet om föräldrarnas upplevelser och hantering av svåra känslor är betydelsefulla för barnets emotionella liv, då barn lär sig om emotioner och reglering av dessa via social inlärning (Denham et al., 1997; Parke, 1994; Saarni et al., 1998). Vid granskning av barnets summerade kunskap och medvetenhet om samtliga känslor hos mamma respektive pappa framkommer det enbart samband mellan kunskap och medvetenhet om mammas svåra känslor och samtliga av barnets egna svåra känslor. Av detta kan man dra slutsatsen att den sociala inlärningen har betydelse för barns kunskap och medvetenhet om egna svåra känslor när det gäller social inlärning kopplat till den som erhålls från mamman. Att barnen har störst kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos mamma ligger i linje med resultat från tidigare forskning (Fivush et al., 2000; McDowell et al., 2002).

En hög kunskap och medvetenhet om egna svåra känslor (med undantag för emotionen rädsla) hörde även ihop med en hög kunskap och medvetenhet av upplevelsen om att ens mamma är ledsen. Vidare verkar det finnas ett samband mellan barnets egen ledsnad och upplevelse av att ens mamma varit ledsen, men inga sådana samband framkommer mellan barnets egen ledsnad och motsvarande känsla (ledsenhet) hos pappan. Till skillnad från rädsla, som är en mer plötslig och direkt reaktion på en situation och som därmed kan vara svårare att ”dölja”, så fungerar möjligtvis ledsenhet på ett annat sätt. Det är troligt att ledsenhet hos pappor, till skillnad från rädsla, undantrycks (i alla fall i stunden) och därmed inte bli synlig för barnet. En förklaring till varför detta inte är aktuellt i barnets relation till sin mamma, kan i enlighet med tidigare forskning bero på att mammor i större utsträckning är mer emotionella inför sina barn och i större utsträckning kan uppvisa och tala om svåra känslor än vad pappor kan (Bariola et al., 2012; Fivush et al., 2000). Vid en närmare kvalitativ granskning av de transkriberade intervjuerna konstateras att närmre 40 % av barnen aldrig sett sin pappa vara ledsen medan motsvarande siffra var 15 % för mammor. Vidare konstaterades att 80 % av barnen aldrig sett sin pappa vara rädd, jämfört med 51 % gällande mamma. Detta skulle möjligtvis kunna spegla den kanske ännu förekommande stereotyp av hur en man ska vara, ”stark” och en som ”inte visar känslor”, eller vad forskning tidigare hävdade gällande att det inom familjen förekommer intuitiva värderingar om hur emotioner skiljer sig mellan män och kvinnor (Thompson & Meyer, 2007).

Vidare innebär en hög grad av öppenhet inom familjen en hög medvetenhet och kunskap om de egna svåra känslorna. Det verkar alltså som att förekomsten av en hög öppenhet inom familjen, där det är tillåtet att dela med sig av, uppvisa och prata om svåra

känslor, innebär att barnet också har en högre grad av medvetenhet och kunskap om sina egna svåra känslor. Detta är i linje med tidigare forskning där det hävdats att föräldrars acceptans av emotionella uttryck kan relateras till en större förståelse av emotioner och emotionell kompetens hos barn (Denham et al., 1997). Forskning har även visat att vid motsatsen till en hög grad av öppenhet, det vill säga när föräldrar är icke-uppmuntrande eller bestraffar barnets uttryck av emotioner, finns en risk att barnet lär sig att se sina egna och andras känslor som ett hot, vilket i sin tur kan leda till att barnet undviker att utforska emotioners mening (Eisenberg, Cumberland & Spinrad, 1998). På liknande sätt har det även hävdats att den andel emotioner som uttrycks, både verbalt och icke-verbalt, påverkar barns emotionella utveckling (Morris et al., 2007). När det däremot gäller barnets upplevelser av svåra känslor hos föräldrarna verkar öppenhet inte vara lika betydelsefullt. De samband som finns mellan öppenhet och upplevelsen av svåra känslor hos föräldrarna är dock starkast i förhållande till kunskap och medvetenhet om mammas svåra känslor, vilket överensstämmer med tidigare diskuterade forskningsfynd kring att mammor tenderar att diskutera emotionella aspekter med sina barn i högre utsträckning än pappor (Fivush et al., 2000), samt att mammor verkar ha en mer central roll gällande barns emotionella fungerande än vad pappor har (McDowell et al., 2002).

En Underliggande Faktor bakom Kunskap och Medvetenhet om Svåra Emotioner

Tidigare forskning har framhåvt vikten av att separera olika negativa känslor, så som de svåra känslor som undersöks i *Emotions Interview* – rädsla, ilska, ledsenhet samt besvikelse (Halberstadt et al, 1999; Rydell et al. 2003; Thomson & Meyer, 2007). Föreliggande studie har antagit denna ansats och undersökt barns kunskap och medvetenhet om dessa känslor separat. Vid analys av eventuella förekomster av bakomliggande faktorer, kunde det konstateras en underliggande faktor. Denna faktor innehöll variablerna Ilska, Ledsenhet, Besvikelse, Öppenhet samt Ledsenhet Mamma. I enlighet med tidigare forskning ingick inte emotionen rädsla i denna faktor, vilket ytterligare stärker hypotesen om att rädsla ingår i ett separat motivationssystem, och därför inte bör sammanfogas med andra svåra känslor (Rydell, et al., 2003). De emotioner som inkluderats i faktorn skulle kunna representera en bakomliggande faktor som berör upprördhet. Att Öppenhet ingår i faktorn, kan tänkas spegla det faktum att barn i mellanbarndomen befinner sig i ett mellanstadium mellan beroende och individuation, där de ibland kan hantera svåra känslor på egen hand, medan de ibland kan behöva föräldrarnas stöd, hjälp och tröst (Kriss et al., 2012). Att variabeln Ledsenhet Mamma ingår kan vid en kvalitativ undersökning av intervjuerna tänkas bero på att ledsenhet hos mamma lätt väcker en ledsenhet (upprördhet) hos barnet. Att motsvarande variabel för pappa

(Ledsenhet Pappa) inte ingår i faktorn, kan eventuellt hänga samman med att färre barn hade observerat ledsenhet hos sina pappor.

Förmåga och Vilja att Diskutera Egna och Andras Känslopplevelser och Anknytning

Föreliggande studie fann stark evidens för viktiga skillnader mellan tryggt respektive otryggt anknytta barn när det gäller barnens öppenhet i att kunna dela med sig av information om sina känslor till föräldrarna, samt vända sig till dem för stöd och tröst. Den trygga anknytningsgruppen kan i högre grad uttrycka och dela med sig av svåra känslor inom familjen jämfört med de barn som har en otrygg anknytning. Detta resultat är förväntat, utifrån vad tidigare forskning kunnat visa vad gäller kopplingen mellan anknytningsstil och emotionsuttryckande, där den trygga anknytningsstilen karaktäriseras av just öppenhet i att kunna uttrycka en variation av känslor (Cassidy, 1994).

Beträffande övriga svåra känslorna är resultaten inte lika tydliga. Det erhöles signifikanta skillnader mellan den trygga anknytningsgruppen och den undvikande anknytningsgruppen, men endast tendens till skillnad mellan den undvikande anknytningsgruppen och den ambivalent/desorganiserad anknytningsgruppen vad gäller barnets upplevelse av ilska samt barnets kunskap och medvetenhet om ledsenhet hos mamman. Det skulle dock kunna indikera att den trygga anknytningsgruppen och den ambivalenta/desorganiserade anknytningsgruppen tenderar ha högre medvetenhet och kunskap om sin egen ilska samt en högre medvetenhet och kunskap om ledsenhet hos sin mamma än den undvikande anknytningsgruppen. Detta är i enlighet med vad tidigare forskning hävdar. Den trygga anknytningsstilen innebär att barnet fritt kan dela med sig av negativa känslor till föräldern. Den ambivalent/desorganiserade anknytningsstilen karaktäriseras av ett förhöjt emotionsuttryckande och den undvikande anknytningsstilen innebär ett minimerat emotionsuttryckande (Cassidy, 1994). Den trygga anknytningsgruppen och den ambivalent/desorganiserade anknytningsgruppen uttrycker och förmedlar med andra ord sin ilska (dock med olika mål), vilket skulle kunna innebära att barnet därmed har en större kunskap och medvetenhet om dem, jämfört med den undvikande anknytningsgruppen som istället undviker att uttrycka den.

Däremot konstateras ingen skillnad mellan anknytningsgrupperna vad gäller rädsla, vare sig barnets egen eller upplevelsen av känslan hos föräldern, vilket inte var enligt förväntan då tidigare teorier lyft fram den nära kopplingen mellan rädslosystemet och anknytningssystemet (Broberg et al., 2006). Det verkar därmed som att anknytning inte har någon betydande funktion för barns kunskap om sin egen rädsla eller kunskapen och medvetenheten om rädsla

hos föräldrarna, utan detta verkar följaktligen bero på något annat. Anknytning verkar vidare inte heller vara speciellt betydelsefullt för barnets kunskap och medvetenhet om besvikelse, som inte heller har signifikanta samband. Dessa resultat är därmed inte i linje med vad tidigare forskning har kunnat konstatera (Cassidy, 1994). En skillnad mellan denna studie och Cassidy (1994) emellan är dock att det i föreliggande studie separerats mellan svåra känslor, vilket skulle kunna vara en förklaring till det oförenliga resultatet. Vidare har även Kerns (2008) påpekat bristen på studier gällande emotioner i förhållande till anknytning hos just barn i mellanbarndomen. Ytterligare en hypotes till varför anknytning inte kan kopplas till rädsla är att rädsla starkare triggat igång en direkt respons i situationen jämfört med andra svåra känslor. Då rädsla är en sådan omedelbar, stark och obehaglig känsla, går den inte heller att undantrycka, såsom det skulle kunna vara möjligt att göra med många andra svåra känslor. En trygg anknytning innebär att man har en öppenhet och tolerans inom familjen att uppvisa och prata om exempelvis svåra känslor, något som de andra anknytningsstilarna inte har. Det skulle därmed kunna vara så att just rädsla, som verkar fungera på ett annat sätt, inte har en intim koppling till ett öppet och tillåtande klimat inom familjen, utan att denna känsla kan uttryckas oberoende detta. En spekulation beträffande varför anknytning inte verkar vara av betydelse vad gäller besvikelse är att barn i mellanbarndomen mer och mer når individuation och därmed använder föräldrarna i mindre utsträckning och signifikanta andra, såsom vänner, i större utsträckning vid svåra situationer (Calkins & Hill, 2007). En annan hypotes är att besvikelse inte är en så pass svår känsla att denna aktiverar anknytningssystemet, utan barnet är så pass kapabelt att lugna sig på egen hand eller med hjälp av andra personer än föräldrarna, och därmed spelar anknytning ingen betydande roll för just besvikelse.

En slutlig hypotes till detta resultat är att den bedömda kunskapen och medvetenheten om svåra känslor i *Emotions Interview* speglar två av de tre aspekter som Saarni (2011) föreslagit i sin uppdelning av komponenter beträffande emotionell kompetens. Kanske är det så att just anknytning inte har någon större betydelse för igenkänning och förståelse av emotioner, utan att det är den sociala inlärningen som är av störst betydelse beträffande dessa två aspekter av emotionell kompetens. Tidigare forskning har hävdats att barn genom föräldrarnas diskurs kring emotioner, observation av föräldrarnas emotionsuttryck, samt föräldrarnas föräldrastil i form av emotionscoachning, får större förståelse om känslor och bättre emotionell kompetens (Denham et al., 1997; Parke, 1994). Därmed skulle resultaten i föreliggande examensuppsats styrka vad denna tidigare forskning konstaterat beträffande den sociala inlärningens påverkan på barns kunskap och medvetenhet om svåra känslor.

Till sist, en trolig förklaring till varför de konstaterade skillnaderna enbart framkommer som tendenser, kan vara att n-talet i gruppen ambivalent/desorganiserad är lågt och skiljer sig nämnvärt i jämförelse med de andra grupperna. Detta skall vidare ses som en begränsning med uppsatsens resultat.

Anknytning, Social Inläring och Öppenhet Kopplat till Emotionsreglering

I linje med vad tidigare forskning konstaterat (Cassidy, 1994; Colle & Del Giudice, 2010), kan denna studie bekräfta att anknytning spelar en väsentlig roll för barnets emotionsreglering. Barnets kunskap om att föräldern finns tillgänglig och kan fungera som en trygg bas och säker hamn, predicerade barnets emotionsreglering bäst och förklarade 48 % av variansen i adaptiv reglering av svåra känslor. Dessutom visade det sig att barnets samlade kunskaper och medvetenhet om emotionalitet beträffande mammans svåra känslor, det vill säga den sociala inläringen kopplat till mamman, är av betydelse för barnets emotionsreglering där motsvarande variabel förklarade ytterligare 6 % av variansen i adaptiv reglering av svåra känslor.

Det konstateras vidare att barnets öppenhet i form av att barnet upplever sig kunna dela med sig av svåra känslor till föräldrarna samt vända sig till dem för stöd och tröst inte kan förklara något av variansen av barnets emotionsreglering. Detta är egentligen inte speciellt anmärkningsvärt, då öppenhet till att kunna uttrycka känslor i familjen kan ses som en inneboende aspekt i en trygg anknytning (Broberg et al., 2006). Då trygg bas till föräldrarna redan predicerar en stor del variansen av barnets emotionsreglering, blir konsekvensen att barnets öppenhet inte på egen hand får någon genomslagskraft i regressionsanalysen.

Angående hur social inläring kan påverka barnets emotionsreglering, när anknytning samt kön redan tagits i beaktande kunde det utifrån analysen konstateras att det inte fanns några skillnader vad gäller kön. Att undersöka eventuella könsskillnader avseende emotionsreglering är inte denna studies huvudsakliga syfte, men det är värt att notera att då denna aspekt togs i beaktande erhöles inga signifikanta skillnader. Detta antyder att för barn i mellanbarndomen finns ingen betydande påverkan av kön avseende emotionsreglering.

Beträffande barns kunskap om svåra känslor kopplat till copingstrategier verkar det som att de barn som har en högre grad av medvetenhet och kunskap om såväl egna svåra känslor som upplevelsen av svåra känslor hos föräldern, också använder sig av adaptiva copinglösningar i signifikant större utsträckning än de barn som har en lägre grad av egen medvetenhet och kunskap. Detta är ett fynd i enlighet med vad tidigare forskning bekräftat (Eisenberg et al., 1996; Gottman et al., 1996). Studiens resultat visar vidare att barn som i

högre utsträckning vänder sig till andra för stöd (emotionsfokuserat stöd) också har en större egen medvetenhet om svåra känslor som ledsenhet och besvikelse, en större kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos pappa, samt bedöms vara mer benägna att vara öppna med sina egna känslor gentemot föräldrarna och vänder sig i större utsträckning till sina föräldrar för att få hjälp med sina känslor. Detta är föga förvånande då öppenhet och emotionsfokuserat stöd speglar samma konstrukt (Program för Prevention Research, 1999; Psouni et al., 2013).

Överraskande erhålls däremot inga signifikanta samband mellan barnets kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos mamma och barnets problemlösningstrategier. Självskattningsformuläret CCSC beskriver dock barnets strategier när det uppstår svåra situationer medan *Adaptive response* ur FFI mer specifikt undersöker barnets strategier när det är upprört (Program för Prevention Research, 1999; Steele et al., 2009). Det är alltså troligt att dessa två mätinstrument fångar olika aspekter av emotionsreglering där *Adaptive response* specifikt berör en känsla, medan CCSC inte utgår ifrån ett känsloperspektiv, utan grundar sig i att man i svåra situationer tvingas hantera situationen genom handling. Eftersom barnet internaliserar normativa förväntningar för hur man typiskt beter sig emotionellt, baserat på upplevelser i familjen och hur de olika familjemedlemmarna hanterar sina egna känslor (Dunsmore & Halberstadt, 1997) är en hypotes att det skulle kunna vara så att barnet uppfattar sin pappa som mer handlingsbenägen vid upplevandet av svåra känslor än vad de gör i relation till sin mamma. Eftersom mammor i större utsträckning diskuterar emotionella aspekter med sina barn än vad pappor gör (Fivush et al., 2000) förmedlar mammor genom språket möjligtvis mer säkerhet och trygghet i att uppleva sina egna svåra känslor, medan pappor måste hantera situationen på ett annat sätt, till exempel genom att använda olika copingstrategier. När barnet ser sin mamma uppleva svåra känslor, uppfattas situationen därför inte som problematisk, eftersom den går att prata om och förstå, medan när barnet ser sin pappa uppleva svåra känslor uppfattas den just som ett problem att lösa. Barnet internaliserar därmed denna skillnad i hur ens mamma och pappa hanterar svåra känslor, och kommer därmed handla annorlunda i dessa situationer.

Tillförlitlighet och Trovärdighet

Den aktuella studien har gett upphov till några första, indikativa data om tillförlitlighet och validitet hos *Emotions Interview* jämfört med de relaterade delskalorna *Adaptive response* och *Diversity of feeling* ur FFI, samt självrapporteringsformuläret CCSC. *Emotions Interview* syftar till att undersöka barns kunskap och medvetenhet om såväl egna svåra känslor, som svåra känslor hos föräldrarna (Psouni et al., 2013), och en stor del av arbetet med föreliggande

uppsats har ägnats åt konstruktionen av en scoringmanual för intervjun, varvid det är av intresse att undersöka reliabilitet i scoringen samt intervjuens validitet i jämförelse med andra mått som ämnar mäta liknande eller relaterade konstrukt.

Gällande metodens tillförlitlighet fanns en mycket hög interbedömarreliabilitet mellan såväl enbart de två författarna som kodare, som mellan samtliga tre kodare. Interbedömarreliabilitet handlar om huruvida olika bedömare uppfattar manualens riktlinjer på samma sätt och därmed bedömer respondentens berättelse på samma sätt. Men den mycket höga interbedömarreliabiliteten kan även ses som en naturlig följd av att de två bedömare tillsammans med *Emotions Interviews* upphovskvinna har utformat manualen för kodningen av intervjun (Psouni et al., 2013). Konstruktionen av manualen för kodning har inneburit att författarna ägnat mycket tid åt att sätta sig in i intervjuer och diskussioner kring uppbyggnaden av kodningssystemet, vilket onekligen bidragit till att författarna har andra förkunskaper jämfört med vad framtida bedömare, som inte varit inblandade i konstruktionen av manualen, kommer att ha. Manualens verkliga prövning avseende interbedömarreliabilitet kommer därav först att komma till stånd då den brukas av framtida bedömare.

Beträffande validiteten för *Emotions Interview*, relaterat till såväl CCSC som delskalorna *Adaptive response* samt *Diversity of feeling*, är samtliga signifikanta samband enligt förväntan positiva. De barn som bedöms ha en högre grad av medvetenhet och kunskap om såväl egna svåra känslor som svåra känslor hos föräldern, använder sig av konstruktiva copinglösningar i signifikant större utsträckning än de barn som bedöms ha en lägre grad av egen medvetenhet och kunskap enligt *Emotions Interview*. Det framkommer vidare att barn som i större utsträckning är öppna med sina känslor gentemot föräldrarna och som kan vända sig till dem för stöd och tröst, också är mer benägna att känna igen både positiva och negativa känslor i sina relationer, samt använder adaptiva strategier för att hantera sin upprördhet i större utsträckning.

Även den övergripande faktorn Upprördhet uppvisar måttliga positiva signifikanta samband med båda delskalorna i FFI, vilket kan ses som en indikation på att de känslor som tillsammans kan anses reflektera barns upprördhet är en hållbar faktor som verkligen speglar ett bakomliggande konstrukt som samvarierar med liknande konstrukt i FFI.

Slutligen verkar det som att känslan hjälplöshet har varit en svår känsla att förstå för deltagarna. Vid en granskning av de transkriberade intervjuerna uppdagas att drygt 85 % av barnen inte har sett sin mamma vara hjälplös samt att närmre 95 % inte sett sin pappa vara hjälplös. Vidare kan det konstateras att en del barn inte verkar ha den språkliga förståelse av ordets egentliga innebörd, då barnet har skildrat känslan felaktigt. Vid vissa tillfällen när

intervjuledaren av en händelse frågat barnet om dess kunskap om ordets betydelse, framkommer det att barnet inte vet vad ordet innebär, och vid andra tillfällen har ordet förklarats felaktigt av intervjuledaren, vilket har lett till att barnet gett en felaktig redogörelse av känslan och därmed fått lägre poäng. Detta väcker funderingar kring hur många av deltagarna som faktiskt haft kunskap om ordets egentliga betydelse och det är troligt att denna variabel istället mäter en språklig komponent och inte barnets kunskap och medvetenhet om föräldrarnas eventuella hjälplöshet. Validiteten beträffande denna variabel är därmed diskutabel och resultaten bör i och med det beaktas med försiktighet.

Studiens Styrkor och Begränsningar

En av studiens huvudsakliga fördelar är att den i viss utsträckning utgår ifrån FFI som är en kvalitativ metod. Genom förekomsten av specifika instruktioner för kodning är det sedan möjligt att bearbeta barnens responser till kvantitativa variabler med vilka statistiska uträkningar kan genomföras. Fördelen med denna ansats är att barnen får formulera sig fritt i en större utsträckning än vad som är möjligt om mer strikta kvantitativa metoder hade brukats, vilket gör att man kan få tillgång till mer information om barnets tankevärld. En begränsning som däremot följer med intervjumetoden är att ett färre antal barn har kunnat ingå i studien, som en följd av den mertid som är oundviklig vid intervjuer. Om ett större antal deltagare ingått i studien hade detta kunnat innebära att de statistiska beräkningarna fått större power vilket möjligtvis hade kunnat innebära att säkrare slutsatser hade kunnat dras.

Då såväl *Emotions Interview* samt FFI är narrativa metoder är en tänkbar följd att verbal förmåga kan ha inverkan på resultaten, vilket inte har kontrollerats i denna studie. Dock har tidigare forskning funnit att det inte föreligger ett samband mellan FFI samt verbal intelligens (Steele & Steele, 2005). Däremot är det inte kontrollerat huruvida det råder ett samband mellan verbal förmåga och *Emotions Interview*, vilket kan ses som en begränsning med studien. Då både *Emotions Interview* samt FFI utgår ifrån barnets berättelse, har information om ett stort antal pappor kunnat erhållas. Detta kan ses som en styrka med studien då en begränsning inom forskningsvärlden berör det faktum att det oftast är information från mammor och inte pappor som ingår i studierna.

Uppdelning avseende anknytningsgrupper har inneburit att de deltagare som tillhör den otryggt ambivalenta och den desorganiserade gruppen har sammanfogats till en grupp. Detta gör att eventuella mönster som kan vara specifika för respektive anknytningsstil inom denna grupp inte framkommer i analysen. Däremot kan det ses som en styrka att studien undersöker

anknytning kopplad till barnens upplevelser av föräldrarnas svåra känslor, vilket oss veterligen inte tidigare studerats.

Då *Emotions Interview* inte är ett välbeprövat instrument förekommer bortfall i responser, då intervjuens frågor kan behöva justeras för att passa målgruppen. Ett exempel är frågorna kring hjälplöshet hos föräldrarna, där det vid granskning av de transkriberade intervjuerna framkommit att ordet *hjälplos* inte självklart förstås av alla barn, samt att ordets betydelse förväxlats eller förklarats på ett felaktigt sätt av intervjuledaren. Detta har bland annat inneburit att resultaten avseende denna variabel bör betraktas med försiktighet. Vidare undersöktes enbart upplevelsen av de egna svåra känslorna rädsla och ledsenhet tillsammans med motsvarande känslor hos föräldrarna, medan varken barnets upplevelser av föräldrarnas ilska eller besvikelse efterfrågades. Då studien ämnar undersöka betydelsen av social inlärning hade det varit fördelaktigt om även denna information funnits tillgänglig.

Ytterligare en styrka i studien är att den, likt tidigare forskning föreslagit (Rydell et al., 2003), har separerat olika negativa känslor. Detta har möjliggjort en analys av eventuella samband mellan var och en av de olika svåra känslorna som ingår i *Emotions Interview*, likväl som studien har kontrollerat för förekomsten av eventuella bakomliggande faktorer. Här indikerade studiens resultat att det är rimligt att även framöver separera olika negativa känslor, då framförallt rädsla inte verkar vara relaterad till de övriga svåra känslorna i någon större utsträckning.

Förslag till Framtida Forskning

Denna studie utgick från en trevägs-klassificering av anknytning, trygg-, undvikande- och ambivalent/desorganiserad anknytningsgrupp, på grund av för små gruppstorlekar vid en fyrvägs-klassificering. En nackdel med en sådan indelning är att det kan förekomma skillnader i hur barn med ambivalent anknytning och barn med desorganiserad anknytning har kunskap och medvetenhet om egna svåra känslor och upplevelsen av dessa hos sina föräldrar, samt emotionsreglering. Genom att studera dessa två anknytningsstilar tillsammans, finns en risk att viktiga skillnader i dessa barns emotionsutveckling och kompetens kan ha gått förlorade. Det kan därmed vara värdefullt att i framtida forskning göra uppdelningen efter samtliga fyra anknytningsstilar, för att undersöka eventuella skillnader. För att kunna åstadkomma detta krävs dock ett större stickprov, då forskning konstaterat att barn med desorganiserad anknytningsstil står för en liten del av normalpopulationen (Van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 1996, 2008). Vid ett större stickprov kan vidare undersökas om de tendenser till skillnader föreliggande examensuppsats funnit mellan anknytningsstilarna

kopplade till kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos sig själv samt hos föräldrarna kan stärkas ytterligare. En hypotes är att det kan förekomma skillnader grupperna emellan, där den ambivalenta gruppen har större kunskap och medvetenhet än den undvikande vad gäller samtliga svåra känslor, med undantag för emotionen rädsla som verkar vara en emotion som skiljer sig grundläggande från de andra.

Även om mycket redan har gjorts är det av stort intresse att i framtida forskning vidare undersöka anknytning kopplad till kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos föräldern. Tidigare forskning har ensidigt studerat anknytning kopplad till barns egen emotionalitet, men forskning som undersökt kopplingen till barns upplevelse av föräldrarnas emotionalitet är begränsad. Oss veterligen är detta första gången det har studerats och därmed är det önskvärt med vidare forskning kring detta. Detta är av särskild vikt i ljuset av den aktuella studiens fynd, att barns upplevelse av svåra känslor hos pappan inte har samma betydelse som deras upplevelse av svåra känslor hos mamman, för hur de själva upplever svåra känslor. En hypotes, som är värd att vidare forska kring, är möjligheten att de tillfrågade svåra känslorna i *Emotions Interview* (ledsen, rädd och hjälplös) uppfattas som särskilt ”kvinnliga”. Det hade därför varit av intresse att även undersöka känslor som kan uppfattas som ”manliga”, exempelvis ilska eller känslor som kan anses vara könsneutrala såsom skam, skuld och avsky.

Ytterligare en aspekt av intresse för framtida forskning vore att undersöka det samband som uppdagades mellan kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos pappa och copingstrategierna emotionsfokuserat stöd samt kognitivt beslutsfattande. Ett sådant samband uppenbarade sig inte gällande kunskap och medvetenhet om svåra känslor hos mamman, varvid detta kan vara intressant att undersöka vidare.

Ett sista förslag till framtida forskning är en vidare validering av den utarbetade kodningsmanualen för *Emotions Interview*, som ett tillförlitligt mått. Då valideringen för närvarande grundar sig på två kodare som tillsammans konstruerat manualen (författarna) så är det av största intresse att få den prövad och validerad av oberoende framtida bedömare.

Avslutande Kommentar

I mellanbarndomen sker dramatiska förändringar av bland annat barnets emotionella kompetens (Colle & Del Giudice, 2010), vilken vidare har föreslagits skall studeras utifrån tre grundläggande aspekter: Igenkänning, förståelse samt reglering av känslor (Saarni, 2011). I föreliggande studie har det konstaterats att anknytning har en betydande roll för emotionsreglering i mellanbarndomen, men däremot inte i lika stor utsträckning vad gäller kunskap och medvetenhet om emotioner. Kunskap och medvetenhet har vidare har diskuterats

kunna spegla de två övriga aspekterna av emotionell kompetens, igenkänning och förståelse. En hypotes är att det snarare är den sociala inläringen som är den mest betydelsefulla komponenten för igenkänning och förståelse, medan anknytning är den mest väsentliga komponenten för reglering. Vidare har det konstaterats att social inläring, främst utav mamman, är av betydelse för barns emotionsreglering, och att det finns vinster i att separera svåra känslor från varandra vid undersökandet av dem. Även om barn i mellanbarndomen i allt mindre utsträckning använder sig av sina föräldrar vid hantering av svåra känslor, och alltmer influeras av signifikanta andra (Kerns, 2008), kan det i denna studie konstateras att barns kunskap, medvetenhet och hantering av egna svåra känslor trots detta i fortsatt utsträckning påverkas av den sociala inläringen från föräldrarna.

Referenser

- Achenbach, T.M. & Rescorla, L.A. (2001). *Manual for the ASEBA school-age forms & profiles*. Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth and Families.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Bariola, E., Hughes, E.K. & Gullone, E. (2012). Relationships between parent and child emotion regulation strategy use: A brief report. *Journal of Child and Family Studies*, 21(3), 443-448. doi: 10.1007/s10826-011-9497-5
- Barrett, K.C. & Campos, J.J. (1987). Perspectives on emotional development II: A functionalist approach to emotions. I J.D. Osofsky (Red.), *Handbook of infant development* (ss. 555-578). New York: Wiley.
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T. & Risholm Mothander, P. (2006). *Anknytningsteori: Betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Calkins, D.S. (1994). Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 53-72. doi: 10.2307/1166138
- Calkins, D.S. & Dedmond, S.E. (2000). Physiological and behavioral regulation in two year-old children with aggressive/destructive behavior problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(2), 103–118. doi: 10.1023/A:1005112912906
- Calkins, D.S. & Hill, A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation. I J.J. Gross (Red.), *Handbook of emotion regulation* (ss.229-248). New York: The Guilford Press.
- Calkins, D.S. & Johnson, M.C. (1998). Toddler regulation of distress to frustrating events: Temperamental and maternal correlates. *Infant behavior and Development*, 21(3), 379-395. doi: 10.1016/S0163-6383(98)90015-7
- Calkins, D.S., Smith, C.L., Gill, K.L. & Johnson, M.C. (1998). Maternal interactive style across contexts: Relations to emotional, behavioral and physiological regulation during toddlerhood. *Social Development*, 7(3), 350-369. doi: 10.1111/1467-9507.00072
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228-249. doi: 10.2307/1166148
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.

- Cole, P.M., Martin, S.E. & Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333. doi: 10.2307/3696638
- Colle, L. & Del Giudice, M. (2010). Patterns of attachment and emotional competence in middle childhood. *Social Development*, 20(1), 51-72. doi: 10.1111/j.1467-9507.2010.00576.x
- Denham, S.A., Mitchell-Copeland, J., Strandberg, K., Auerbach, S. & Blair, K. (1997). Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and Emotion*, 21(1), 65-86. Hämtad från <http://link.springer.com.ludwig.lub.lu.se/article/10.1023/A%3A1024426431247>
- Dunsmore, J.C. & Halberstadt, A.G. (1997). How does family emotional expressiveness affect children's schemas? I K.C. Barrett (Red.), *The Communication of emotion: Current research from diverse perspectives*. (ss. 45-68). San Francisco: Jossey Bass.
- Eisenberg, N., Cumberland, A. & Spinrad, T.L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273. doi: 10.2307/1449728
- Eisenberg, N., Cumberland, A., Spinrad, T.L., Fabes, R.A., Shepard, S.A., Reiser, M., ... Guthrie, I.K. (2001). The Relations of regulation and emotionality to children's externalizing and internalizing problem behavior. *Child Development*, 72(4), 1112-1134. doi: 10.2307/1132432
- Eisenberg, N., Fabes, R.A. & Murphy. B.C. (1996). Parents' reactions to children's negative emotions: Relations to children's social competence and comforting behavior. *Child Development*, 67(5), 2227-2247. doi: 10.1111/1467-8624.ep9706060164
- Eisenberg, N., Gershoff, E.T., Fabes, R.A., Shepard, S.A., Cumberland, A.J., Losoya, S.H., ... Murphy, B.C. (2001). Mothers' emotional expressivity and children's behavior problems and social competence: Mediation through children's regulation. *Developmental Psychology*, 34(4), 475-490. doi: 10.1037//0012-1649.37.4.475
- Eisenberg, N., Hofer, C. & Vaughan, J. (2007). Effortful control and its socioemotional consequences. I J.J. Gross (Red.), *Handbook of emotion regulation* (ss. 287-306) New York: Guilford Press.
- Eisenberg, N., Spinrad, T.L. & Morris, A.S. (2002). Regulation, resiliency, and quality of social functioning. *Self and Identity*, 1(2), 121-128. doi: 10.1080/152988602317319294

- Eisenberg, N., Valiente, C., Morris, A.S., Fabes, R.A., Cumberland, A., Reiser, M., ... Losoya, S.H. (2003). Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation, and quality of socioemotional functioning. *Developmental Psychology*, 39(1), 3-19. doi: 10.1037/0012-1649.39.1.3
- Fivush, R. (1998). Gendered narratives: Elaboration, structure, and emotion in parent-child reminiscing across the preschool years. I C.P. Thompson & D.J. Herrmann (Red.), *Autobiographical memory: Theoretical and applied perspectives* (ss. 79-103). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Fivush, R., Brotman, M.A., Buckner, J.P. & Goodman, S.H. (2000). Gender differences in parent-child emotion narratives. *Sex Roles*, 42(3/4), 233-253. doi: 10.1023/A:1007091207068
- Gordon, S.L. (1989). The socialization of children's emotions: Emotional culture, competence and exposure. I C. Saarni & P.L. Harris (Red.), *Children's understanding of emotion* (ss.319-349). New York: Cambridge University Press.
- Gottman, J.M., Katz, L.F. & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3), 243-268. doi: 10.1037/0893-3200.10.3.243
- Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2007). Caregiver influences on emerging emotion regulation. I J.J. Gross (Red.), *Handbook of emotion regulation* (ss.229-248). New York: The Guilford Press.
- Gullone, E. & Taffe, J. (2012). The emotion regulation questionnaire for children and adolescents (ERQ-CA): A psychometric evaluation. *Psychological Assessment*, 24(2), 409-417. doi: 10.1037/a0025777
- Gunnar, M. & Vazquez, D. (2006). Stress neurobiology and developmental psychopathology. I D. Cicchetti & D. Cohen (Red.), *Developmental psychopathology* (2. uppl.). Vol. II. (ss. 533-577). New York: Wiley.
- Halberstadt, A.G., Crisp, V.W. & Eaton, K.L. (1999). Family expressiveness: A retrospective and new directions for research. I P Philippot & R.S. Feldman (Red.), *The social context of nonverbal behavior* (ss. 109-155). New York: Cambridge University Press.
- van IJzendoorn, M. H. & Bakermans-Kranenburg, M.J. (1996). Attachment representations in mothers, fathers, adolescents, and clinical groups: A meta-analytic search for normative data. *Journal of Consulting and Clinical psychology*, 64(1), 8-21. doi: 0022.0106X/%/\$3.0

- van IJzendoorn, M. H. & Bakermans-Kranenburg, M.J. (2008). The distribution of adult attachment representations in clinical groups: A meta-analytic search for patterns of attachment in 105 AAI studies. I H. Steele & M. Steele (Red.), *Applications of the adult attachment interview* (ss. 69-96). New York: The Guilford Press.
- Keenan, K. (2000). Emotion dysregulation as a risk factor for child psychopathology. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 7(4), 418-434. doi: 10.1093/clipsy/7.4.418
- Kerns, K.A. (2008). Attachment in middle childhood. I J. Cassidy, & P.R. Shaver (Red.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (ss. 366-382). New York: The Guilford Press.
- Kerns, K. A., Aspelmeier, J. E., Gentzler, A. L. & Grabill, C.M. (2001). Parent-child attachment and monitoring in middle childhood. *Journal of Family Psychology*, 15(1), 69–81. doi: 10.1037/0893-3200.15.1.69
- Kopp, C. (1982). Antecedents of self-regulation: A developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199-214. doi: 10.1037/0012-1649.18.2.199
- Kriss, A., Steele, H. & Steele, M. (2012). Measuring attachment and reflective functioning in early adolescence: An introduction to the friends and family interview. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 15(2), 87-95. doi: 10.7411/RP.2012.009
- Lagattuta, K.H. & Thompson, R.A. (2007) The development of self-conscious emotions: Cognitive processes and social influences. I R.W. Robins, J.L.Tracy, & J.P. Tangney (Red.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (ss. 91-113). New York: The Guilford Press.
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2) 66-104. doi: 10.2307/3333827
- Main, M. & Solomon, J. (1986). Discovery of a new, insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. I T.B Brazelton & M. Yogman (Red.), *Affective development in infancy* (ss. 95-124). Norwood, NJ: Ablex.
- McDowell, D.J, Kim, M., O'Neil, R. & Parke, R.D. (2002). Children's emotional regulation and social competence in middle childhood. *Marriage & Family Review*, 34(3-4), 345-364. doi: 10.1300/J002v34n03_07
- Morris, A.S., Silk, J.S., Steinberg, L., Myers, S.S. & Robinson, L.R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, 16(2), 361-388. doi: 10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x

- Mullin, B.C. & Hinshaw, S.P. (2007). Emotion regulation and externalizing disorders in children and adolescents. I J.J. Gross (Red.), *Handbook of emotion regulation* (ss. 229-248). New York: The Guilford Press.
- Oatley, K., Keltner, D. & Jenkins, J.M. (2006). *Understanding emotions*. Malden, Mass: Blackwell Publishing.
- Parke, R.D. (1994). Progress, paradigms, and unresolved problems: A commentary on recent advances in our understandings of children's emotions. *Merril-Palmer Quarterly*, 40(1), 157-169. Hämtad från <http://wsupress.wayne.edu/journals/detail/merrill-palmer-quarterly>
- Program for Prevention Research. (1999). Manual for the children's coping strategies checklist & the how I coped under pressure scale. Arizona State University.
- Psouni, E. (2010). The friends and family interview (FFI). Svenska. Opublicerad. Institutionen för psykologi, Lunds universitet. Godkänd av Steele och Steele.
- Psouni, E., Andersson, A. & Malmström, C. (2013). The Emotions Interview coding guidelines. Opublicerad manual. Institutionen för psykologi, Lunds universitet.
- Psouni, E. & Apetroaia, A. (in press). Measuring scripted attachment-related knowledge in middle childhood: The secure base script test. *Attachment and Human Development*.
- Rydell, A-M., Berlin, L. & Bohlin, G. (2003). Emotionality, emotion regulation, and adaptation among 5- to 8-year-old children. *Emotion*, 3(1), 30-47. doi: 10.1037/1528-3542.3.1.30
- Saarni, C. (2011). Emotional competence and effective negotiation: The integration of emotion understanding, regulation, and communication. I F. Aquilar & M. Galluccio (Red.), *Psychological and Political Strategies* (ss.55-74). New York: Springer. doi: 10.1007/978-1-4419-7430-3_4
- Saarni, C., Campos, J. J., Camras, L. A. & Witherington, D. (2006). Emotional development: Action, communication, and understanding. I N. Eisenberg (Red.), *Handbook of child psychology. Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (ss. 226-299). New York: Wiley.
- Saarni, C., Mumme, D. & Campos, J.J. (1998). Emotional development: Action, communication, and understanding. I N. Eisenberg (Red.), *Handbook of child psychology: Vol. 3 Social, emotional and personality development* (ss. 237-309). New York: Wiley.

- Sandler, I.N., Tein, J-Y. & West, S.G. (1994). Coping, stress, and the psychological symptoms of children of divorce: A cross-sectional and longitudinal study. *Child Development, 65*(6), 1744-1763. doi: 10.2307/1131291
- Silk, J.S. Steinberg, L. & Morris, A.S. (2003). Adolescent's emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development, 74*(6), 1869-1880. doi: 10.1046/j.1467-8624.2003.00643.x
- Sim, L., Adrian, M., Zeman, J., Cassano, M. & Friedrich, W.N. (2009). Adolescent deliberate self-harm: Linkages to emotion regulation and family emotional climate. *Journal of Research on Adolescence, 19*(1), 75-91. doi: 0.1111/j.1532-795.2009.00582.x
- Steele, H. & Steele, M. (2005). The construct of coherence as an indicator of attachment security in middle childhood: The friends and family interview. I Kerns, K.A., & Richardson, R.A. (Red.), *Attachment in middle childhood* (ss. 137-188). New York: The Guilford Press.
- Steele, H., Steele, M. & Kriss, A. (2009). The friends and family interview (FFI) Coding guidelines. Opublicerad manual. Center for Attachment Research. New York: New School for Social Research.
- Stievenart, M., Casonato, M., Muntean, A. & van de Schoot. (2012). The friends and family interview: Measurement invariance across Belgium and Romania. *European Journal of Development Psychology, 9*(6), 737-743. doi: 10.1080/17405629.2012.689822
- Stifter, C.A. & Braungart, J.M. (1995). The regulation of negative reactivity in infancy: Function and development. *Developmental Psychology, 31*(3), 448-455. doi: 10.1037/0012-1649.31.3.448
- Thompson, R.A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 25-52. doi: 10.2307/1166137
- Thompson, R.A. & Lagattuta, K. (2006). Feeling and understanding: Early emotional development. I K. McCartney & D. Phillips (Red.), *The Blackwell handbook of early childhood development* (ss. 317-337). Malden, Mass: Blackwell Publishing.
- Thompson, R.A. & Meyer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. I J.J. Gross (Red.), *Handbook of emotion regulation* (ss. 229-248). New York: The Guilford Press.

Bilaga

Exempel på poängbedömning (1-4) avseende frågan “Är du rädd för något? och följdfrågor.

Svar som bedöms ge 1 poäng

Intervjuare: Är du rädd för något?

Respondent: ...äh, jag vet inte. Nej.

Svar som bedöms ge 2 poäng

Intervjuare: Är du rädd för något?

Respondent: Spindlar.

Intervjuare: Vad gör du då när du är rädd?

Respondent: Skriker till.

Svar som bedöms ge 3 poäng

Intervjuare: Är du rädd för något?

Respondent: Mm, jag är lite rädd för spindlar, lite rädd för mörker och lite rädd för bin, humlor och getingar.

Intervjuare: Vad brukar du då göra när du är rädd?

Respondent: Jag brukar kalla på mamma och pappa.

Svar som bedöms ge 4 poäng

Intervjuare: Är du rädd för någonting?

Respondent: Hmm... ska jag ta allt som jag är rädd för då eller?

Intervjuare: Du kan ta ett exempel på nånting.

Respondent: Hajar. Eller så när jag var liten så var jag jätterädd för krokodiler, jag vågade inte ens simma i bassänger för det var liksom grönt på botten och sånt, jag blev jätterädd då.

Intervjuare: Vad gör du då när du blir rädd?

Respondent: Mm eh jag tar ett exempel. Igår så hörde jag liksom nån kliva in i mitt rum fast ingen var där, så blev jag så rädd, men jag blundade och försökte liksom – det var inget.
