



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Kandidatuppsats

Spår från barndomen
En studie om unga vuxnas anknytning och betydelsen
av närvarande fäder

Traces of Childhood
A review of young adults' attachment and the role of
present fathers

Författare: Tala Radwan & Marim Zeid

Kandidatuppsats HT 23

Handledare: Niklas Cederström

Examinator: Magnus Lindén

Abstract

This study aims to examine young adults' attachment patterns in relation to the presence of fathers. In order to create an understanding of how a father's presence during childhood affects young adults' attachment, a survey was constructed for the purpose of the survey. The survey had 152 participants who were between 18 and 35 years old. The questionnaire consisted of two main parts; the first had 12 rating questions that focused on the participants' perception of their fathers' role during their early childhood. While the second part of the questionnaire consisted of 19 statements measuring the participants' current attachment. The results showed that the attachment formed during childhood influences the relationships that are then created in adulthood. Children with secure attachments tend to develop trust and emotional regulation for future relationships. Children with insecure attachment are likely to experience difficulties in creating and maintaining healthy relationships in adulthood.

Keywords: Fathers presence, Attachment, Internal working models, Relationships.

Sammanfattning

Denna studie har som mål att undersöka anknytningsmönster hos unga vuxna i relation till närvaron av fäder. För att skapa en förståelse för hur fäders närvaro under barndomen påverkar anknytningen genomfördes en enkät konstruerad specifikt för studiens ändamål. Totalt deltog 152 personer i åldern 18 till 35 år. Enkäten bestod av två huvuddelar; den första delen inkluderade 12 skattningsfrågor som fokuserade på deltagarnas uppfattning om deras fäders roll under uppväxten. Den andra delen innehöll 19 påståenden som mätte deltagarnas nuvarande anknytning. Resultaten indikerade att anknytningen som formas under barndomen ofta påverkar relationerna som senare utvecklas i vuxen ålder. Barn med trygga anknytningar tenderar att utveckla förtroende och känslomässig reglering för framtida relationer. Barn med otrygg anknytning upplever sannolikt svårigheter i att skapa och bibehålla hälsosamma relationer i vuxen ålder.

Nyckelord: *Närvarande fäder, Anknytning, Inre arbetsmodeller, Relationer.*

Tack!

Vi vill uttrycka vår djupa tacksamhet till Niklas Cederström för den omfattande vägledning och värdefulla rådgivningen. Vi är tacksamma för det stöd och tålamod du visade oss under studiens tid. Vi hoppas att vi lyckats uppfylla ett värde i din handledning och ditt engagemang.

Spår från barndomen

En studie om unga vuxnas anknytning och betydelsen av närvarande fäder

Anknytning hos människor utvecklas och tar sig uttryck på många olika sätt. Bowlby (1994) menar att anknytningsmönster uppstår i tidig ålder och att de sedan etableras under uppväxten till så kallade *inre arbetsmodeller*. Dessa bär individen sedan med sig genom livet. Barndomen är en tid av stor förändring där individen formar en grundläggande förståelse om sig själv och andra. Perioden tycks också vara avgörande för individens kognitiva och sociala utveckling (Ainsworth, 1989).

The Fathering Project 2020 har sammanställt litteratur och forskning under de senaste 10 åren som klargör fäderns centrala roll. Resultaten från projektet visar att fäder påverkar barnets utveckling över olika områden, inklusive social och kognitiv utveckling. Den påverkan sträcker sig även till emotionellt och fysiskt välbefinnande. Detta i vilket kvarstår genom vuxen ålder. Enligt Yogman och Garfield (2016) har faderskap en betydande roll både under barndomen och i senare utvecklingsstadier. I kontrast till tidigare, då fäder främst ansågs försörjande, betraktas faderskap idag som en integrerad del av barns uppfostran. I den här samtiden är fäder vårdgivare och en central del av barnomsorgen (Bäck-Wiklund & Johansson, 2012).

Fädernas roll har utvecklats från att enbart vara försörjare till att aktivt delta i barnomsorgen (Bäck-Wiklund & Johansson, 2012). Aktuell forskning strävar efter att främja fäderns centrala roll genom att uppmuntra deras engagemang från spädbarnsåldern ända upp till vuxenlivet. Fäderns deltagande associeras med ökade nivåer av social kompetens och starkare sociala relationer. Detta deltagande främjar empati och positivt självförtroende, förbättrar självkontroll och underlättar sociala interaktioner (Yogman & Garfield, 2016).

Den rådande forskningen har även visat negativa effekter på mental hälsa hos individer som haft en dålig relation till sina fäder. Detta leder till bland annat ökade depressiva symtom (Yogman & Garfield, 2016). En god relation till en fadersfigur förbättrar den sociala kompetensen. Individer som uppfostras av engagerade fäder utvecklar social mognad, vilket visat sig kunna underlätta sociala interaktioner. Att vara en bra far skapar möjligheter till god hälsa och social framgång, minskar risken för beteendeproblem och främjar känslomässigt välbefinnande (Yogman & Garfield, 2016).

Enligt Statistiska Centralbyrån (2022) lever idag 1,2 miljoner familjer i Sverige med barn under 18 år. Av dessa visar statistiken att sju av tio familjer utgör kärnfamiljer, medan drygt två

av tio utgörs av ensamstående föräldrar där majoriteten är ensamstående mödrar (Statistiska Centralbyrån, 2022). Detta väcker inte bara ett intresse kring de barn som växer upp utan en fadersfigur, utan också kring de barn som växer upp med en helt och/eller delvis närvarande och engagerad fader. Det råder en hel del komplexitet kring detta ämne. Främst då flera olika faktorer kan påverka en individs anknytningsmönster. Trots att forskningen pekar på vikten av fäderns närvaro under barndomen (Yogman & Garfield, 2016), återstår ännu att utforska hur denna närvaro faktiskt kan se ut och hur denna sedan kan komma att påverka den senare utvecklingen av anknytning.

I en studie från 2003 med titeln *Life with (or without) Father: The benefits of living with two biological parents depends on the father's antisocial behavior* framkommer det att frånvarande fäder kan ha negativa konsekvenser för barn. Forskningen visar att barn som växer upp med sina biologiska föräldrar generellt sett har bättre kognitiva och beteendemässiga resultat jämfört med de som lever med en ensamstående förälder. Utbildningsnivån och förmågan att anpassa sig till olika situationer är också högre hos barn som lever med båda föräldrarna.

En viktig faktor som påverkar detta är kvaliteten på faderns närvaro under barnets uppväxt. Om fadern uppvisar antisocialt beteende minskar fördelarna med att ha två föräldrar. Studien indikerar att barn vars far visar låg till måttlig grad av antisocialt beteende och bor med dem tenderar att ha mindre antisocialt beteende själva. Å andra sidan, om fadern uppvisar höga nivåer av antisocialt beteende, kan barnet uppta liknande beteendemönster, särskilt om de tillbringar mycket tid med honom.

Det mest problematiska scenariot för barn är när en förälder har låga nivåer av antisocialt beteende och samtidigt är frånvarande under barnets uppväxt. Även barn som växer upp med en far med höga nivåer av antisocialt beteende har visat stora beteendeproblem enligt studien.

Sammanfattningsvis visar studien att när en förälder har låga nivåer av antisociala problem och bor tillsammans med barnets andra förälder, har detta inte en negativ påverkan på barnet.

I en studie utförd av Rohner och Veneziano (2001) undersöktes fäderns närvaro och dess påverkan på barns utveckling. Resultaten tydliggjorde den betydande roll som fäder spelar under barns uppväxt och hur deras närvaro kan ha en avgörande inverkan på barnets välbefinnande och beteende. När en förälder är frånvarande under barnets uppväxt kan det leda till känslor av oro,

ångest och aggressivitet hos barnet, vilket i sin tur kan följa med dem in i vuxen ålder och påverka deras beteende.

En annan observation från studien är att mammans inverkan också kan bidra till beteendeproblem senare i livet. Det understryker vikten av att både fäder och mödrar spelar en betydelsefull roll i barns liv och välbefinnande.

Studien, som involverade över 10 000 deltagare, visade att känslor av ångest och fientlighet från barndomen hade en tendens att följa med individer in i vuxen ålder. Personer som hade upplevt övergivenhet tidigare i livet hade särskilt svårigheter med att upprätthålla stabila vuxna relationer, vilket innebär en utmaning när det gäller att skapa trygga och varaktiga relationer senare i livet.

Rohner och Veneziano (2001) framhåller vikten av att uppmärksamma och främja faderskap för att öka fäderns engagemang i sina barns liv. De argumenterar för att fadersrelationer är nödvändiga och har en betydande inverkan på barns nuvarande och framtida personlighet och välbefinnande. Det är därför av yttersta vikt att fäder ges möjlighet att spela en aktiv och positiv roll i sina barns liv för att främja en sund och stabil utveckling.

Anknytningsteori

Idag betraktas anknytningsteorin som en av de mest centrala psykologiska teorierna när det gäller individens sätt att förhålla sig i relationer (Broberg, 2008). Teorin tar sin utgångspunkt i hur en individ formar band till sin primära vårdnadshavare och hur detta kan komma att influera relationerna som skapas senare i livet. Anknytningsteorin grundades ursprungligen av John Bowlby och utvecklades sedan vidare av Mary Ainsworth. Teorin menar att barn har en medfödd instinkt att skapa intima och känslomässiga band, vilket också anses vara grundläggande för individens överlevnad (Bowlby, 2010).

En sund relation mellan förälder och barn genererar en känsla av trygghet och harmoni, medan en osäker relation kan resultera i ångslan, svartsjuka och vrede (Bowlby, 2010). Bowlby (2010) menar att anknytningsbeteendet bildas i samband med utvecklingen av relationen. Redan vid födseln initierar modern och det nyfödda barnet en form av socialt samspel och en ömsesidig önskan om närhet. Denna tidiga interaktion mellan barnet och den primära vårdgivaren är många gånger avgörande för den fortsatta utvecklingen av deras relation. Vårdgivaren behöver vara

känslomässigt lyhörd för att uppfatta spädbarnets signaler och kunna tillgodose dess behov (Bowlby, 2010).

Föräldrar bör utgöra en trygg bas som barnet eller tonåringen kan återvända till. Denna stabila grund ger stöd och ger barnet förutsättningen att våga ge sig ut och utforska världen (Bowlby, 2010). Barn med en trygg anknytning vågar ta risker och visar oftast en ökad förmåga att hantera motgångar (Bowlby, 2010). Föräldrar som finns nära till hands samtidigt som de främjar självständighet, ger sina barn bättre förutsättningar för senare framgång (Bowlby, 2010). Förändringar i föräldrars beteende gentemot sina barn under de första åren kan påverka barnets beteendemönster. Över en längre tid skulle sådana beteendemönster istället kunna bli en del av barnets personlighet (Bowlby, 2010).

Enligt Bowlby (1994) och Ainsworth et al. (2015) kan *fyra distinkta anknytningsstilar* identifieras. Barn med trygg anknytning, söker närhet och trygghet när de känner sig osäkra. De försöker aktivt etablera känslor och kontakt med sina föräldrar. Det nära och känslolagda bandet mellan förälder och barn är tydligt när barnet är rädd eller i behov av tröst. Dessa barn litar på att deras föräldrar kommer att vara lyhörda för deras signaler och visa kärlek och omsorg när de söker tröst från skrämmande situationer (Bowlby, 2010). Barn med en otrygg undvikande anknytning döljer sina känslor och undviker att uttrycka dem för sina föräldrar. Detta beror på en övergripande känsla av att bli bortstött. Dessa barn lär sig att vara självständiga och trycka undan sina egna känslor eftersom föräldrarna upprepade gånger har varit avvisande eller känslomässigt otillgängliga när barnet sökt tröst (Bowlby, 2010). Barn med otrygg ambivalent anknytning är rädda för separation eftersom deras föräldrar visat sig vara oförutsägbara när det gäller tillgänglighet. Detta leder till att barnet växelvis söker kontakt och överdriver sina känslor för att få uppmärksamhet från föräldrarna. Samtidigt kan de reagera genom att avvisa föräldrarna. Dessa barn varierar mellan aggressivt och hjälplöst beteende, bestraffande och inställsamt beteende, samt hotfullt och försonande beteende (Ainsworth & Bell, 1970). Forskaren Crittenden (1992) kom senare fram till ytterligare en anknytningsstil. Desorganiserad anknytning innebär ofta en brist i strategi för att etablera kontakt med sina föräldrar. Deras beteende är inkonsekvent och motstridigt gentemot föräldrarna och de verkar sakna tydliga avsikter med sitt beteende. Detta manifesterar sig i form av förvirrat beteende. Denna anknytningsstil kan leda till utmaningar i mellanmänniska relationer, där individer kan se andra som antingen goda eller onda och där vänskapsrelationer kan vara mycket skiftande (Crittenden, 1992).

Redan under spädbarnsåldern utvecklas det som kallas för inre arbetsmodeller. Begreppet uppmärksammades i relation till anknytningsteorin och utgör en central del av forskningen (Broberg, Risholm, Mothander & Granqvist, 2020). Inre arbetsmodeller är mentala representationer eller mönster som barnet konstruerar under barndomen baserat på sina interaktioner med vårdnadshavare eller nära personer. Dessa mentala modeller formuleras genom upplevelser av hur man förväntas agera och svara i relationer och utgör en sorts "manual" eller ett "schema" för hur barnet tolkar och navigerar i sociala sammanhang (Bowlby, 1973). Barns minne samlar på sig känslomässiga erfarenheter, representationer av självet och de sociala relationerna i vilka sedan hjälper dem att förutsäga verkligheten och tolka föräldrarnas beteende (Bowlby, 1973). De inre arbetsmodellerna reglerar barns anknytningsbeteenden och under uppväxten förbättras förmågan att förstå sin omgivning och de mentala representationerna. Individens inre arbetsmodeller fortsätter att utvecklas och påverka deras förhållningssätt gentemot andra. Dessa tycks ha en avgörande betydelse för framtida känslomässiga relationer (Mikulincer & Shaver, 2007). Då dessa skapas genom tidiga erfarenheter kan de vara både medvetna och omedvetna. Exempelvis kan en människa som upplevt trygga och stöttande relationer under barndomen utveckla en inre arbetsmodell som gör att de förväntar sig positiva och stöttande interaktioner med andra i vuxen ålder. De inre arbetsmodellerna är inte oföränderliga utan kan förändras och anpassas över tid i samband med nya relationer och interaktioner (Broberg, Risholm, Mothander & Granqvist, 2020).

Barn med trygg anknytning reagerar på olika sätt vid separation vilket blir tydligt i hur de hanterar återföreningen med vårdnadshavaren eller den så kallade anknytningspersonen. Vid exempelvis lek, blir en del barn ledsna vid separation med vårdgivaren men förväntar sig att söka tröst vid återföreningen. Den förväntan skapar ett slags lugn hos barnet. Andra barn fortsätter att leka utan större problem under separationen men signalerar vid återföreningen att de haft det bra men att det är ännu bättre när föräldern är närvarande igen (Broberg, Risholm, Mothander & Granqvist, 2020). Den balans mellan utforskande och sökande av trygghet är avgörande (Ainsworth & Bell, 1970). Vid undvikande anknytning uppvisar barnet istället undvikande beteende vid återföreningen och söker inte tröst hos vårdnadshavaren. Problematiken yttrar sig inte enbart i hur barnet hanterar separationen utan också i hur barnet söker tröst hos föräldrarna när de återförenas (Ainsworth & Bell, 1970). Föräldrarna bör utgöra det centrala stödet för barns emotionella behov och tillfredsställa dessa (Bowlby, 2010). Liknande mönster kan observeras vid

otrygg ambivalent och desorganiserad anknytning, där barnets behov inte blir tillfredsställda och barnet har svårt att komma till ro (Broberg, Risholm, Mothander & Granqvist, 2020).

Fäders närvaro & engagemang

Mary Ainsworths genomförande av observationsstudier (1967) kunde tydligt visa att barn i första hand vänder sig till sin primära anknytningsperson, vilket många gånger var modern. Detta innebar dock inte att faderns roll var oväsentlig. När modern inte är lyhörd vänder sig barnet istället till fadern i hopp om att få sina behov uppmärksammade. Under de första decennierna var anknytningsforskningen fokuserad på moderns roll och hon betraktades därför som den primära vårdgivaren (Mary Ainsworth, 1967). Med tiden började dock undersökningarna inkludera fäders betydande inflytande på anknytningsprocessen. På 1970-talet intresserade sig Michael Lamb för den påverkan som fanns på anknytning orsakat av fäder. Han menade att många föräldrar reagerar lika mycket på barnets signaler, men att skillnaden ligger i hur deras respons gentemot barnens behov ser ut. Fäder tenderar att i större utsträckning stimulera barnen genom fysiska aktiviteter, vilket ger dem möjlighet att vara mer lekfulla och utforskande. Detta medan modern istället ofta fyller barnets emotionella behov. Forskningen menar att fäder och mödrar bidrar till föräldraskapet på olika sätt, även om det finns likheter i förmågan till omvårdnad (Lamb, 1976). Bowlby (2010) framhöll tidigt att det är fördelaktigt att ha mer än en person som anknytningsperson.

Corneau (1995) definierar begreppet frånvarande fäder som en kombination av både emotionell och fysisk frånvaro. Omständigheter som kan hindra fäder från att vara engagerade, känslomässigt tillgängliga och fysiskt närvarande kan vara ett resultat av exempelvis missbruk, depression, dödsfall och/eller skilsmässa. I sin bok "Absent Fathers, Lost Sons: The Search for Masculine Identity" (1995), utreder Corneau konsekvenserna av frånvarande fäder. Han diskuterar bland annat den påverkan som finns av att växa upp utan en fadersfigur och betonar det psykologiska och emotionella resultatet. Han menar att en frånvaro av en fadersfigur under uppväxten kan resultera i känslor av tomhet, osäkerhet och ett s.k. sökande efter en maskulin gestalt i relation till identitetsskapande. Det kan alltså skapa svårigheter i att förstå självet och i att etablera en stark självbild under uppväxten. Dessutom kan denna frånvaro orsaka känslomässiga utmaningar i att navigera i sociala sammanhang och etablera relationer till andra. Corneau uppmärksammar att detta i många fall formar de beteenden och uppfattningar som skapas i vuxen ålder. Utöver Corneau har flera forskare och psykologer undersökt hur denna frånvaro kan påverka

en individs utveckling. Michael E. Lambs forskning har fokuserat på föräldrars betydelse och mer specifikt faderns roll under uppväxten. Lambs forskning inkluderar olika aspekter av faders närvaro, engagemang och den inverkan som finns på barns välbefinnande. Närvarande och engagerade fäder har en ytterst positiv påverkan på barns kognitiva, emotionella och sociala utveckling. Denna positiva inverkan har visat sig bidra till barns emotionella stabilitet, självkänsla och sociala färdigheter. Positiva och stöttande relationer till fäder främjar också barns förmåga att hantera stress, utveckla empati och skapa sunda relationer senare i livet (Yogman & Garfield, 2016).

Syfte och frågeställningar

Följande studie kommer inte att examinera specifika anknytningsmönster utan har i avsikt att undersöka hur förutsättningarna under barndomen kan komma att påverka relationsskapande i vuxen ålder. Mer specifikt kommer studien syfta till att undersöka anknytningen hos unga vuxna och vidare undersöka om det finns en korrelation mellan en högre grad av trygg anknytning och närvaron av fadersfigurer under uppväxten. I följande studie definieras *närvaro* enligt deltagarnas egen uppfattning om det engagemang och den fysiska närvaron av deras fäder. Med bakgrund i detta fenomen har följande frågeställning utvecklats: Finns det en korrelation mellan en tryggare anknytning i unga vuxnas relationer och närvaron av en fadersfigur under barndomen?

Metod

Deltagare

152 personer deltog i studien. Genom att använda ett snöbollsurval som ett metodologiskt tillvägagångssätt, kunde studien inkludera deltagare med olika bakgrunder och erfarenheter. Detta bidrog dessutom till en rikare datamängd och en mer omfattande analys av anknytningsmönster hos unga vuxna. Deltagarna delades in i totalt fem olika grupper: Ogrupperat (N=152), Kön - Kvinnor (N=130), Kön - Män (N=22), Åldersgrupp 1 (N=70), Åldersgrupp 2 (N=82).

Material

Studien utfördes som en tvärsnittsstudie och en enkät konstruerades för undersökningens ändamål. Innan deltagarna påbörjade enkäten ombads de att ange sin ålder för att säkerställa att de befann sig inom åldersintervallet 18 till 35 år. Deltagarna delades in i två åldersgrupper, *åldersgrupp 18-25 år* och *åldersgrupp 26-35 år*. För att kunna selektera bort deltagare vars fäder avlidit i ett mycket tidigt stadium av deras uppväxt, eller deltagare som inte vuxit upp med någon av deras föräldrar alls, formulerades frågan “växte du upp med båda dina föräldrar?”. Respondenter som svarade “Ja” på frågan slussades vidare till nästa del av enkäten. För alla respondenter som svarat “Nej”, dök en följdfråga upp där deltagarna fick specificera anledningen till frånvaron av den ena föräldern. Respondenter som svarat att de inte haft någon förälder närvarande selekterades bort. Med dessa inledande frågor kunde en avgränsning göras tidigt i undersökningen där exempelvis deltagare vars fäder avlidit uteslöts. Detta gjordes då studiens ändamål inte var av relevans för deras specifika erfarenheter.

Enkäten bestod av två huvuddelar. Det första blocket inkluderade 12 skattningsfrågor som fokuserade på deltagarnas uppfattning om deras faders roll under deras tidiga uppväxt. Dessa påståenden är konstruerade med inspiration ur tidigare forskning som beskriver hur en fadersfigur kan tyckas uppfylla ett barns behov med sin emotionella och fysiska närvaro (Corneau, 1995). Syftet var att kunna utvärdera deltagarnas minnen av hur närvarande och engagerade deras fäder varit. Detta gjorde deltagare genom att skatta påståenden om hur väl deras fäder uppfyllde olika villkor under deras uppväxt. Dessa påståenden inkluderade exempelvis “Min pappa kunde läsa av mina känslor och svara på ett sätt som fick mig att känna att han förstod hur jag kände” och “Som barn var jag rädd att min pappa skulle överge mig”.

Det andra blocket av enkäten bestod av 19 påståenden som mäter deltagarnas nuvarande anknytning, dessa skattningsfrågor är skapade med inspiration ur Attachment Style Questionnaire (ASQ; Feeney, Noller & Hanrahan, 1994) som utgörs av 40 påståenden som bedömer respondenternas anknytningsmönster när det gäller relationer och förtroende gentemot andra. Exempel på påståenden var “Jag föredrar att förlita mig på mig själv snarare än andra människor” och “Andra människor gör mig ofta besviken”.

I enkätens huvuddelar ombads deltagarna att svara på varje påstående genom att använda en skala från 1 till 6. I skalan representerade 1 “Aldrig” eller “Stämmer inte alls” och 6 motsvarade “Alltid” eller “Stämmer helt”. Detta möjliggjorde en mångfald av svar där deltagarna

gradvis kunde uttrycka uppfattningar och erfarenheter med avseende på deras nuvarande anknytningsmönster samt intrycken av deras fäder under barndomen. Enkätstudiens huvuddelar som mäter närvaro av fadersfigur och anknytning i vuxen ålder delades upp i två block. Block 1 mäter *graden av fysisk och/eller emotionell närvaro av fadersfiguren under barndomen*, se bilaga 1. Block 2 mäter *anknytning i vuxen ålder*, se bilaga 2. Varje deltagare ombads skatta ett antal påståenden i respektive block. Dessa besvarades på en skala från 1 (lägst/sämst) till 6 (högst/bäst).

Procedur

Enkäten publicerades offentligt på sociala plattformar, såsom Facebook, under perioden 10-12-23 till 31-12-23. I studiens undersökning rekryterades deltagarna från en population av unga vuxna i åldersgruppen 18-35 år. Detta med avsikt att den inkluderade målgruppen innefattar individer som juridiskt sett betraktas som vuxna och kan ge informerade samtycken om att delta i forskningsstudien. Det innebär att de anses kunna fatta autonoma beslut gällande deltagande, studiens syfte och de potentiella risker och fördelar som är involverade. Det valda åldersspannet möjliggjorde dessutom för säkrare reflektion kring barndomsupplevelser och anknytningsmönster hos respondenterna. Yngre ungdomar kan fortfarande befinna sig i olika stadier av kognitiv och emotionell utveckling, vilket kan göra enkätsvar mindre tillförlitliga. Forskningsfokuset blir därmed endast relevant för en vuxen målgrupp.

Strukturen för enkäten och frågeformuleringen utformades på ett sätt som möjliggjorde en djupare förståelse för deltagarnas personliga uppfattningar om deras fäders fysiska och/eller emotionella närvaro under deras uppväxt, samt deras nuvarande anknytning. Genom att kombinera frågor som adresserar både tidiga upplevelser från barndomen och nuvarande anknytning, eftersträvas en omfattande bild av hur frånvaron av fäder under barndomen kan komma att påverka individers anknytningsmönster i vuxen ålder.

Statistisk procedur

. Ett genomsnitt för skattningarna i block 1 och block 2 räknades ut för samtliga deltagare enligt följande formler:

$$Score_1 = \frac{Sum(block\ 1)}{12}$$

$$Score_2 = \frac{Sum(block\ 2)}{19}$$

Detta genererade 2 olika *scores* för varje deltagare. Ett antal frågor och påståenden från block 1 respektive block 2 vändes med hjälp av MS excel för att kunna räkna ut ett medelvärde för samtliga deltagare. Populationen delades sedan in enligt *ogrudderat* (hela populationen), *grupp kvinnor*, *grupp män*, *ålder 18-25* och *ålder 26-35*. Dessa grupper testades sedan i relation till respektive block. För att kunna studera första frågeställningen mellan studiens variabler genomfördes sambandsanalyser med *Pearson's r* korrelationer. För att undersöka andra frågeställningen genomfördes en multipel regressionsanalys.

Etik

Genomförandet var i enlighet med de etiska riktlinjer och föreskrifter. Enkätstudien distribuerades digitalt till de respondenter som frivilligt valde att delta. Varje deltagare fick ta del av detaljerad information om syftet med studien, deras rättigheter, samt information om konfidentialitet och dataskydd som studien tillämpar. Deltagarna uppmanades att svara på enkäten ärligt och fritt, med förståelse för att deras bidrag var konfidentiellt och endast skulle användas för studiens forskningsändamål. Deltagarnas anonymitet skyddades genom att inga personuppgifter samlades in utöver ålder och kön.

Resultat

Tabell 1 visar deskriptiv statistik över studiens deltagare och studiens variabler. Som kan beskådas i tabellen så är samtliga medelvärden för variablerna högre än 3, vilket tyder på generellt höga skattningar för respektive block. Resultatet av den bivariata korrelationsanalysen visade en signifikant positiv korrelation mellan båda blocken i hela gruppen ($r = .45$; $p < .001$), kvinnorna ($r = .54$; $p < .001$) och i båda åldersgrupp 1 ($r = .56$; $p < .001$) och 2 ($r = .33$; $p < .01$). Ingen signifikant relation återfanns i gruppen av männen. Detta ger delvis stöd åt vår hypotes att det finns ett

samband mellan tryggare anknytning i unga vuxnas relationer och närvaron av en fadersfigur under barndomen

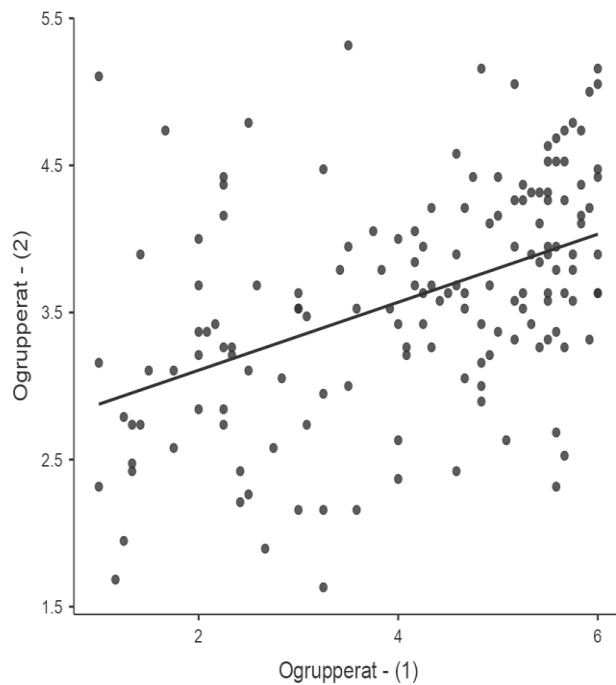
Tabell 1

Deskriptiv statistik

Ogrupperat Block 1	152	4.11	1.51
Ogrupperat Block 2	152	3.60	0.78
Kvinnor 1 Block 1	13	4.11	1.53
Kvinnor 2 Block 2	13	3.56	0.80
Män 82 Block 1	22	4.11	1.39
Män Block 2	22	3.82	0.65
Åldersgrupp 1 Block 1	82	4.11	1.54
Åldersgrupp 1 Block 2	82	3.58	0.74
Åldersgrupp 2 Block 1	70	4.11	1.49
Åldersgrupp 2 Block 2	70	3.61	0.84

Nedanstående graf skildrar det linjärt samband mellan variablerna *närvaro av fadersfigur* och *graden av anknytning i vuxen ålder* för hela gruppen

Graf 1.



Not. 1. Emotionell och fysisk närvaro av fadersfigur under barndomen kodades med (1).
2. Graden av anknytning i vuxen ålder kodades med (2).

Diskussion

Syftet bakom undersökningen var att påvisa ett möjligt samband mellan unga vuxnas anknytning och vikten av den emotionella och/eller den fysiska närvaron av fadersfigurer. Hypotesen som formulerades förutsatte att unga vuxna som under barndomen haft en fysiskt- och/eller emotionellt närvarande fadersfigur tenderar att utveckla en trygg anknytning i vuxen ålder. Resultaten som erhöles av undersökningen som gjordes på totalt 152 unga vuxna gav delvis stöd åt hypotesen. Deltagare vars fäder varit fysiskt och/eller emotionellt närvarande under barndomen rapporterade en tryggare anknytning i ung vuxen ålder. Den typen av anknytning som formas under barndomen påverkar många gånger relationerna som sedan skapas i vuxen ålder (Ainsworth, 1989). Av ett flertal studier har det kunnat påvisas att barn med trygga anknytningar bland annat tenderar att utveckla tillit och känslomässig reglering för framtida relationer (Broberg, Risholm Mothander & Granqvist, 2020). Resultaten som erhöles i denna studie skulle kunna tolkas på liknande vis. Deltagare som rapporterade en hög närvaro och ett känslomässigt engagemang från deras fäder, rapporterade också en potentiellt tryggare anknytning i vuxen ålder. Rollen av en fader influerar mycket uppriktigt den anknytningen som bildas hos barnet. Barn med otrygg anknytning upplever sannolikt svårigheter i att skapa och bibehålla sunda relationer i vuxen ålder (Ainsworth, 1989). Det bör dock understrykas att dessa svårigheter ger sig uttryck på olika vis. Deltagarna som svarade lägre i block 1 (närvaro och engagemang av fader) hade väldigt olika svar på block 2 (anknytning). Detta kan bero på att samtliga deltagare med olika bakgrunder och livssituationer givits olika förutsättningar till utveckling, stöd och bearbetning. Detta kan vara en av orsakerna till att svaren för anknytning varierade mycket för de deltagare som svarade lägre i block 1.

Det går alltså inte att påstå att människor vars fäder varit frånvarande eller mindre engagerade alltid utvecklar en otrygg eller "sämre" anknytning i vuxen ålder. Det har uppmärksammats att dessa löper större chans att uppleva svårigheter och kan komma att utveckla otrygga och destruktiva anknytningar (Bowlby, 1973). Detta är dock inte alltid fallet. Anknytning kan förändras över tid, speciellt i respons gentemot nya upplevelser, relationer och i samband med personlig utveckling. Trots den påverkan som finns av tidiga anknytningsmönster, uppmärksammar forskningen att anknytningen inte är oföränderlig (Broberg, 2006). Sannolikt

skulle ett antal deltagare som angav lägre skattningar för närvaro och engagemang av deras fadersfigur haft bättre förutsättningar som givit de fler möjligheter att utveckla en trygg anknytning i vuxen ålder. Det skulle kunna förklara de tydligt varierande *medelvärden* för anknytning. Dessa förutsättningar och möjligheter kan också se väldigt olika ut. En faktor av stor betydelse är alla de nya relationerna som bildas under livet. Positiva, stödjande och hälsosamma relationer främjar en fördelaktig förändring av anknytning. Att forma säkra och trygga relationer med vänner, familj och andra människor påverkar hur personen ifråga uppfattar och engagerar sig i relationer (Feeney, 1999). Ett annat perspektiv på dessa förutsättningar är medvetenhet och självreflektion. En ökning i medvetenhet och reflektion över tidigare upplevelser, oavsett om dessa klassas som destruktiva eller inte, kan resultera i en bättre förståelse över ens egen anknytning. Denna medvetenhet eller förståelse ger i sin tur individer möjligheten att medvetet anstränga sig för att ändra sina reaktioner och beteenden i relationer (Sonnby- Borgström, 2005). Även terapeutiska insatser kan hjälpa individer med att förbättra interpersonella färdigheter och med att omforma anknytningsmönster. Individer som vuxit upp med otrygg anknytning kan alltså med hjälp av exempelvis nya positiva upplevelser och terapi möjliggöra för en tryggare anknytning (Sonnby- Borgström, 2005). Detta innebär att individer med en så kallad trygg anknytning motsatsvis kan utveckla nya otrygga mönster. Livserfarenheter såsom trauma eller förlust kan orsaka en negativ förändring av anknytning (Broberg, 2006). Anknytning är föränderlig och dynamisk, men processen är ofta tidskrävande och ansträngande. Det finns många olika faktorer som kan komma att spela en väsentlig roll i förändringen av anknytning. Dessa innefattar bland annat varaktigheten av den otrygga anknytningen en individ haft och svårighetsgraden av tidigare erfarenheter. Individuella skillnader i resistens och uthållighet är också avgörande för förändringens omfattning (Broberg, 2006).

Engagemang och närvaro av en fader under barndomen har visat sig influera många olika aspekter av en persons liv. Inte minst ur Bowlbys och Ainsworths forskning har det kunnat påvisas ha en påverkan på självkänsla, tillit gentemot andra och på anknytningsmönster. Bowlby menade att det fanns stor betydelse av att fäder försåg barnen med en annan kompletterande vårdnad i barnens emotionella välmående. Efter att ha analyserat svaren som erhöles av enkäten kunde ett så kallat svarsmönster identifieras för fäders närvaro och engagemang. Det visade sig att fäder generellt sett inte fick så höga skattningar på frågor gällande emotionell vårdnad. Michael Lamb (1976) menade i sin forskning att fäders sätt att uppfylla deras barns behov skiljer

sig från modern. De tenderar att stimulera barnen bland annat genom fysisk aktivitet vilket gynnar barnens egna utforskning och lekfullhet. Det kan dras en parallell till resultatet i denna studie där deltagarna generellt angav högre skattningar på frågor rörande fysisk aktivitet. Dessa mönster som kunde noteras kan också jämföras och liknas med de normer och strukturer som idag präglar vårt samhälle. Den tidigare forskningen visar att förmågan till omvårdnad skiljer sig åt mellan mödrar och fäder trots många likheter i föräldraskapet. Detta tycks också vara djupt inrotat i våra gemensamma uppfattningar kring normer och samhällsstrukturer. Trots dessa skillnader framhölls det som ytterst fördelaktigt med mer än en anknytningsperson under barndomen (Bowlby, 2010).

Att tolka resultaten ur ett genusperspektiv vore ytterst intressant men blir i detta fallet problematiskt då fördelningen mellan könen var ojämn. Endast 22 av deltagarna var män och resterande 130 var kvinnor. Det blir därför svårt att jämföra resultaten ur den aspekten. Representationerna av ålder 1 (18-25) respektive ålder 2 (26-35) var mer jämnt fördelade. Där påvisades en starkare signifikans för ålder 1. Alltså korrelerade *scoren* starkare mellan den yngre målgruppen i block 1 och 2. Detta kan bero på att deltagarna som tillhörde en yngre målgrupp ännu inte hunnit eller givits möjligheten till personlig utveckling. Det kan dock också innebära att denna målgrupp som tillhör en senare generation haft bättre förutsättningar för positivt faderskap i samband med den ökade informationen kring betydelsen av närvarande fäder. Det vore även rimligt att anledningen till detta är en kombination av ovanstående.

Styrkor, begränsningar och framtida forskning

Som tidigare nämnt har forskningsstudien fokuserat på att undersöka unga vuxnas anknytningsmönster i relation till närvaron av fäder. Den genomfördes med hjälp av korrelationsstudier för att undersöka orsakssamband mellan anknytning och fäder. Genom att analysera hur variablerna samverkar blir det möjligt att dra slutsatser. Dock är det komplexa fenomen, och med ett begränsat stickprov krävs försiktighet vid generalisering. Studien inkluderade 152 deltagare, vilket utgör ett litet urval. Om möjligheten finns kan studien förbättras genom en ökad datamängd för att stärka det empiriska stödet och öka tillförlitligheten, vilket skulle förbättra undersökningens kvalitet.

I studien observerades en ojämn könsfördelning, där endast 22 av 152 deltagare var män och resten kvinnor. Enligt Bryman och Bell (2005) tenderar fler kvinnliga respondenter att svara på surveyundersökningar, vilket kan förklara den snedvridna könsfördelningen. Om fler män

hade deltagit, hade resultatet möjligtvis sett annorlunda ut. Det vore intressant för framtida studier att utforska en urvalsgrupp med en jämnt omfattande representation av könen. Detta för att möjliggöra ytterligare forskning kring skillnaden i påverkan på kvinnor och män.

Ämnesområdet anknytning kräver resurser och mångsidig data, och att utmana befintliga data kan bidra med alternativa perspektiv. En fördel med anknytningsområdet är den omfattande kunskapsbasen, vilket underlättar att hitta underlag som stöder datainsamlingen.

Korrelationsstudier är fördelaktiga för sin enkelhet och utförs dessutom i den naturliga miljön utan att påverka deltagarna. Dock begränsas de av att det inte går att fastställa ett orsakssamband.

Slutligen var Qualtrics en värdefull resurs i studien, eftersom den följer etiska riktlinjer, säkerställer anonymitet för deltagarna och inte samlar in kontaktinformation.

Slutsatser

Studiens avsikt var att undersöka om graden av en emotionellt och fysiskt närvarande fadersfigur relaterar till anknytning i ung vuxen ålder. Frågeställningen som formulerades förutsatte att unga vuxna som under sin barndom haft en emotionellt och/eller fysiskt närvarande fadersfigur löper större chans till att utveckla en trygg anknytning i vuxen ålder. Med hjälp av Pearsons r korrelationer kunde ett positivt signifikant samband påvisas mellan graden närvaro av fadersfigur och anknytning i vuxen ålder för hela gruppen, dock ej när männen analyserades separat. I resultatet konstaterades därför att anknytning uttrycker sig på olika sätt för de deltagare som vuxit upp med en delvis/helt frånvarande fadersfigur. Detta styrks dessutom av tidigare forskning som tyder på att individens anknytning i vuxen ålder inte enbart beror på de förutsättningar som funnits under dess uppväxt. Anknytning kan alltså förändras över tid, speciellt i samband med nya upplevelser, relationer och personlig utveckling.

Av resultatet kunde ett antal svarsmönster identifieras vilket tyder på en potentiell gemensam uppfattning kring fäders sätt att uppfylla barns behov på. Denna indikation gjordes då deltagarna tenderade att skatta högre på påståenden gällande fysisk aktivitet och materialistisk försörjning. Påståenden gällande emotionell tillgänglighet fick generellt lägre skattningar. Detta skulle kunna vara ett resultat av hur det tidigare såg ut då fadersfigurer inte var lika integrerade i föräldraskapet.

Vidare forskning kring skillnader på kön vore intressant för att kunna bredda kunskapen kring hur en närvarande respektive frånvarande fadersfigur kan komma att påverka individer på

olika sätt. Även ytterligare forskning kring hur individer kan ges fler möjligheter till personlig utveckling tidigare i livet för att förebygga och omforma destruktiva anknytningsmönster.

Referenser

- Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behaviour of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49–67.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709–716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press.
- Broberg, A., Risholm Mothander, P. & Granqvist, P. (2020). *Anknytningsteori*. (Andra utökade utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur
- Broberg, A. (2008). *Anknytning i praktiken: tillämpningar av anknytningsteorin*. (1. utg.) Stockholm: Natur och kultur.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss Vol. 2 Separation : anxiety and anger*. London: Hogarth.
- Bowlby, J. (2010). *En trygg bas: Kliniska tillämpningar av anknytningsteorin*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Broberg, A. (2006). *Anknytningsteori: betydelsen av nära känslomässiga relationer*. (1. utg.) Stockholm: Natur och kultur.
- Bowlby, J. (1994). *En trygg bas*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Bryman, A. & Bell, E. (2005). *Företagsekonomiska forskningsmetoder*. (1. uppl.) Malmö: Liber ekonomi.
- Bäck-Wiklund, M. & Johansson, T. (red.) (2012). *Nätverksfamiljen*. (2. utg.) Stockholm: Natur & Kultur.
- Cassidy, J. & Shaver, P.R. (red.) (1999). *Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications*. New York, N.Y.: Guilford Press.
- Corneau, G. (1995). *Frånvarande fäder, förlorade söner*. Stockholm: Centrum för jungiansk psykologi.
- Crittenden, P. (1992). Children's strategies for coping with adverse home environments: An interpretation using attachment theory. *Child Abuse & Neglect*.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Attachment Style Questionnaire (ASQ) [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t29439-000>

- Jaffee, S., Moffitt, T., Caspi, A., & Taylor, A. (2003). Life with (or without) father: The benefits of living with two biological parents depend on the father's antisocial behavior. *Society for Research in Child Development*, 74(1), 109-126.
- Khaleque, A., & Rohner, R. P. (2011). Transnational relations between perceived parental acceptance and personality dispositions of children and adults: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, 16(2), 103-115.
DOI:10.1177/1088868311418986
- Lamb, M.E. (red.) (1976). *The role of the father in child development*. New York: Wiley.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Rohner, R., & Veneziano, R. (2001). The importance of father love: History and contemporary evidence. *Review of General Psychology*, 5(4), 382-405.
- Statistiska centralbyrån (SCB). (2022, juni 14). *Barn- och familjestatistik 2021*. Statistiknyhet. Hämtad från <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/levnadsforhallanden/barn-och-familjestatistik/pong/statistiknyhet/barn--och-familjestatistik-2021/>
- Sonnby-Borgström, M. (2005). *Affekter, affektiv kommunikation och anknytningsmönster: ett bio-psyko-socialt perspektiv*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- The Fathering Project. (2020, september). *The Fathering Project: Research Report*. Hämtad från <https://thefatheringproject.org/wp-content/uploads/2021/06/Research-Report-final-1-09-FINAL.pdf>
- Yogman, M., & Garfield, C. (2016). Fathers' roles in the care and development of their children: The role of pediatricians. *Pediatrics*, 138(1), e20161128.

Bilagor

Bilaga 1

Block 1: Hur uppfattar du att följande villkor uppfylldes av din pappa eller fadersfigur?

1. Skyddade mig från faror och hot. Jag kände mig trygg när jag var med honom.
2. Kunde läsa av mina känslor och svara på ett sätt som fick mig att känna att han förstod hur jag kände.
3. Var fysiskt närvarande när jag växte upp.
4. Visade ett genuint intresse för mig och uttryckte glädje över vem jag var. Jag kände mig speciell och uppskattad av min pappa.
5. Uppmuntrade mig till utforskning och upptäckter, hjälpte mig att hitta och uttrycka mina naturliga intressen och talanger.
6. Lugnade och tröstade mig effektivt när jag blev bekymrad, upprörd eller överväldigad.
7. Gav mig saker som jag ville ha (som leksaker, cyklar, kläder, datorer osv).
8. Gav mig tillräckligt med mat och husrum, och sjukvård när det behövdes.
9. Tog mig till aktiviteter (som musiklektioner, idrottslag, läger, mm.) och/eller för att besöka vänner.
10. Som barn tyckte jag att det var lätt att lita på min pappa.
11. Som barn var jag rädd att min pappa skulle överge mig.
12. Det hjälpte att vända sig till min pappa i nödsituationer.

Bilaga 2

Block 2: Hur uppfattar du att följande påståenden stämmer in på dig idag?

1. Överlag, anser jag mig vara en värdig person.
2. Jag känner mig trygg med att andra kommer att finnas där för mig när jag behöver dem.
3. Jag föredrar att förlita mig på mig själv snarare än andra människor.
4. Jag föredrar att hålla mig för mig själv.
5. Att be om hjälp är att erkänna att man är ett misslyckande.
6. Att uppnå saker är viktigare än att bygga relationer.
7. Det är viktigt för mig att andra tycker om mig.
8. Det är viktigt för mig att undvika att göra saker som andra inte kommer att gilla.
9. Jag tycker det är svårt att fatta beslut om jag inte vet vad andra människor tycker.
10. Jag tycker att det är svårt att lita på andra människor.
11. Jag tycker att det är relativt lätt att komma nära andra människor.
12. Jag känner mig bekväm med att förlita mig på andra människor.
13. Jag oroar mig för att andra inte ska bry sig om mig lika mycket som jag bryr mig om dem.
14. Jag undrar varför människor skulle vilja vara involverade med mig.
15. Jag oroar mig mycket över mina relationer.
16. Jag känner mig ofta utelämnad, exkluderad eller ensam.
17. Jag skäms och kan känna mig dum när jag pratar med andra om mina problem.
18. Om något bekymrar mig är andra vanligtvis medvetna om det.
19. Andra människor gör mig ofta besviken.

Appendix

Tabell 3. Korrelationsmatrix

		Grupp Kvinnor - (1)	Grupp Kvinnor - (2)	Grupp Män - (1)	Grupp Män - (2)	Åldersgrupp 1 - (1)	Åldersgrupp 1 - (2)	Åldersgrupp 2 - (1)	Åldersgrupp 2 - (2)	Ogrupperat - (1)	Ogrupperat - (2)
Grupp Kvinnor - (1)	Pearson's r	—									
	N	—									
Grupp Kvinnor - (2)	Pearson's r	0.536 **	—								
	N	130	—								
Grupp Män - (1)	Pearson's r	-0.043	-0.141	—							
	N	22	22	—							
Grupp Män - (2)	Pearson's r	-0.258	0.320	-0.270	—						
	N	22	22	22	—						
Åldersgrupp 1 - (1)	Pearson's r	0.154	0.120	-0.126	0.105	—					
	N	82	82	22	22	—					
Åldersgrupp 1 - (2)	Pearson's r	0.087	0.082	-0.021	0.185	0.557 ***	—				
	N	82	82	22	22	82	—				
Åldersgrupp 2 - (1)	Pearson's r	0.187	0.177	0.222	0.155	0.204	0.316 **	—			
	N	70	70	22	22	70	70	—			
Åldersgrupp 2 - (2)	Pearson's r	0.146	0.298 *	0.066	0.109	-0.011	0.001	0.331 **	—		
	N	70	70	22	22	70	70	70	—		

Ogrupperat - (1)	Pearson's r	0.112	0.073	-0.126	0.105	1.000	***	0.557	***	0.204	-0.011	-			
	N	130	130	22	22	82		82		70	70	-			
Ogrupperat - (2)	Pearson's r	-0.004	0.042	-0.021	0.185	0.557	***	1.000	***	0.316	**	0.001	0.446	***	-
	N	130	130	22	22	82		82		70	70	152	-		

* $p < .10$, ** $p < .05$, *** $p < .01$.

1. Emotionell och fysisk närvaro av fadersfigur under barndomen kodades med (1).

2. Graden av anknytning i vuxen ålder kodades med (2).