



Af Sara Kerstine Kaya Nielsen,
Cand.psych. aut., ph.d.

PH.D.-STAFET

Hvad forsker danske psykologer i? Det skiftes de til at skrive om i denne ph.d.-stafet. Her skriver Sara Kerstine Kaya Nielsen om sin ph.d. med titlen *Emotion regulation, attentional control and attachment style in adult anxiety disorder: Maintaining factors and predictors of treatment outcome*, der blev forsvaret 25. maj 2018 på Københavns Universitet.

Voksne med angstlidelser – emotionsregulering, opmærksomheds- kontrol og tilknytning

I 2012 implementerede de Danske Regioner pakkeforløb til voksne med angstlidelser, som i reglen består af gruppebaseret kognitiv adfærdsterapi (KAT). Mange undersøgelser har vist, at KAT er effektiv til angstlidelser, men alligevel er der en relativ stor gruppe, som ikke profiterer af behandlingen, dropper ud eller oplever tilbagefald efter endt behandling. For at forbedre behandlingsmuligheder for voksne med angst er det afgørende at forbedre forståelsen af, hvordan angstlidelser udvikles og vedligeholdes. Derudover kan området forbedres ved at identificere, hvorfor nogle har god effekt af KAT og andre ikke.

Der er teori og forskning, der peger på, at emotionsregulering og opmærksomhedskontrol spiller en rolle for udviklingen og vedligeholdelsen af angstlidelser. Der har været en tendens, både teoretisk og empirisk, til at se på disse faktorer isoleret samt meget begrænset fokus på, hvordan emotionsregulering og opmærksomhedskontrol udvikles. Selvom teorierne og forskningen på området har givet en bedre forståelse af specifikke mekanismer i angstlidelser, så har denne viden ikke medført en signifikant bedre behandling. Angstlidelser er komplekse og involverer højst sandsynligt mere end én faktor. Derfor valgte jeg at anvende Bowlby's tilknytningsteori som fundament, da denne netop integrerer flere forskellige mekanismer og faktorer i forklaringen af adaptiv og maladaptiv udvikling. Der er desuden flere overlap fra teorien bag KAT og tilknytningsteori, og de to retninger supplerer hinanden godt. Samtidig viser flere studier, at usikker tilknytning korrelerer positivt med angstlidelser og med dårligt behandlingsoutcome til flere forskellige psykoterapier. Derfor valgte jeg at fokusere på emotionsregulering, opmærksomhedskontrol og tilknytning som mulige vedligeholdende faktorer samt prædiktorer for behandlingsoutcome.

Siden jeg blev færdiguddannet, har jeg arbejdet med og været særligt interesseret i angstlidelser. Først med børn og unge og deres familier og senere også med voksne med angstlidelser. Jeg har været meget optaget af at designe mit ph.d.-projekt i en naturalistisk setting, for at resultaterne var så anvendelige som muligt for dem, der typisk opsøger behandling i det offentlige system. Mange undersøgelser inden for angstområdet har meget strikse in- og eksklusionskriterier, hvilket har fordele, bl.a. mindre statistisk støj. Men resultaterne fra sådanne undersøgelser er samtidig mindre relevante for offentlige behandlingssystemer, hvor der ofte ses komorbide lidelser eller højere niveau af funktionsforstyrrelse. Derfor lavede jeg mit projekt i samarbejde med to psykoterapeutiske klinikker i Region Hovedstadens Psykiatri, Stolpegård og Nannasgade, og rekrutterede voksne med

angstlidelser, som modtog manualiseret gruppebaseret KAT. Jeg blev vejledt af Sarah I.F. Daniel (hovedvejleder) og Signe Vangkilde (bivejleder).

Formålet med studiet var således at undersøge, om emotionsregulering, opmærksomhedskontrol og tilknytningsstil er vedligeholdende faktorer i angstlidelser hos voksne, og om disse faktorer prædikterer udbyttet af KAT.

Fire studier

I projektet inkluderede jeg en gruppe af 91 voksne med angstlidelser (generaliseret angst, socialangst, panikangst og agorafobi), som var henvist til behandling på to psykoterapeutiske klinikker i Region Hovedstadens Psykiatri. Derudover rekrutterede jeg også en gruppe af 57 ikke-angste voksne med det formål at undersøge de udvalgte mulige vedligeholdende mekanismer i et kontrolsample. Tilknytning og emotionsregulering blev målt med selvrapporteringsskemaer, og opmærksomhedskontrol blev undersøgt med et eksperimentelt design og selvrapportering.

I første studie undersøgte jeg den teoretiske antagelse fra Bowlby, at emotionsregulering spiller en væsentlig rolle for sammenhængen mellem usikker tilknytning og angst (Nielsen, Lønfeldt, Wolitzky-Taylor, Hageman, Vangkilde, & Daniel, 2017). Resultaterne viste, at relationen imellem ængstelig tilknytning og angstsymptomer blev fuldt medieret af vanskeligheder med emotionsregulering. Dette resultat peger på, at vanskeligheder med emotionsregulering vedligeholdes af ængstelig tilknytning.

Det andet studie omhandlede prædiktorer for behandlingen for de voksne med angstlidelser (Nielsen, Hageman, Pedersen, Daniel, Wolitzky-Taylor, Winding, Lau, Steele, & Vangkilde, 2018). Her viste resultaterne, at ængstelig tilknytning prædikterede udbytte af KAT således, at de klienter med høj ængstelig tilknytning profiterede mindre af behandlingen. Emotionsregulering og opmærksomhedskontrol prædikterede ikke signifikant udbytte af KAT.

I det tredje studie undersøgte jeg, hvordan tilknytningsstil påvirker basale opmærksomhedsprocesser (Nielsen, Pleinert, Stewart, Daniel, Hageman, Pedersen, Winding, & Vangkilde) og resultaterne viste, at individer med høj ængstelig og undgående tilknytning var signifikant længere tid om at starte processering af relevant stimuli efter at være blevet præsenteret for irrelevante stimuli.

I det sidste studie undersøgte vi, om opmærksomhedskontrol, emotionsregulering og tilknytning ændrede sig signifikant efter KAT (Nielsen, Göbels, Hageman,

Wolitzky-Taylor, Vangkilde, & Daniel). Vi fandt, at både ængstelig tilknytning og emotionsregulering var forbedret efter endt behandling, men kun effekten af emotionsregulering blev vedligeholdt ved 6 måneders follow-up.

Resultaterne fra min ph.d. peger på, at ængstelig tilknytning er en vigtig faktor både i vedligeholdelsen og behandlingen af angstlidelser. Det er interessant for forståelsen af emotionsregulering og kognitive processer, at usikker tilknytning måske bidrager til udviklingen og vedligeholdelsen af angstlidelser. I forhold til på sigt at kunne tilbyde KAT til de personer, som med størst sandsynlighed vil profitere, så er der behov for mere forskning på området. Mine resultater peger på, at nogle mennesker/patienter med angstlidelser måske har nogle dybere liggende interpersonelle vanskeligheder, som ikke bliver adresseret i KAT. ●

Referencer:

Nielsen, S.K.K., Vangkilde, S., Wolitzky-Taylor, K.B., Daniel, S.I.F., & Hageman, I. (2016). An investigation of general predictors for cognitive-behavioral therapy outcome for anxiety disorders in a routine clinical setting. *BMJ Open*, 6(3), e010898. doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010898

Nielsen, S.K.K., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K.B., Hageman, I., Vangkilde, S., & Daniel, S.I.F. (2017). Adult attachment style and anxiety - The mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 218, 253-259. doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.047

Nielsen, S.K.K., Hageman, I., Pedersen, A., Daniel, S.I.F., Wolitzky-Taylor, K.B., Winding, C., Lau, M., Steele, H., & Vangkilde, S.A. (2018). Do attentional control, attachment style and emotion regulation predict response to cognitive behavioral therapy for anxiety disorders? - An investigation in a naturalistic setting. *Psychotherapy Research, ahead of print*. dx.doi.org/10.1080/10503307.2018.1425933

Nielsen, S.K.K., Göbels, A., Hageman, I., Wolitzky-Taylor, K.B., & Vangkilde, S.A., & Daniel, S.I.F. (2018). Attentional control, emotion regulation, interpersonal problems and attachment style before and after cognitive behavioral therapy: under review

Nielsen, S.K.K., Pleinert, S., Stewart, A., Daniel, S.I.F., Hageman, I., Pedersen, A., Winding, C. & Vangkilde, S.A. (2018). Attention to attachment: An investigation of the effect of adult attachment style on basic attentional abilities: under review