

## **Att växa upp i skuggan av en narcissistisk förälder**

En kvalitativ studie om hur barndomen kan påverka den vuxna kvinnans självkänsla och anknytning även senare i livet.

## **Growing up in the shadow of a narcissistic parent**

A qualitative study on how childhood can affect the adult woman's self-esteem and attachment even later in life.

Examensarbete för kandidatexamen med huvudområdet socialpsykologi

Grundnivå 15 högskolepoäng

Vårtermin År 2025

Doris Lindström & Wictoria Warell

Examinator: Anette Lundin

## Deklarering

Härmed intygar vi, Doris Lindström och Wictoria Warell, att vi helt på egen hand och utan olovlig hjälp genomfört denna studie inom ramen för det Socialpsykologiska programmet på Högskolan i Skövde med ambitionen att erhålla en kandidatexamen i socialpsykologi.

Datum och ort: 2025-04-30, Skövde.

## Resumé

Grunden för vår självkänsla och anknytningsmönster formas redan i tidig ålder, under spädbarnsåren. Syftet med denna studie är att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Genom en kvalitativ studie genomfördes 10 semistrukturerade intervjuer kring narcissism, självkänsla och anknytning med kvinnor i åldern 25 och uppåt. Resultatet grundar sig således på dessa kvinnors egna erfarenheter och upplevelser. Det är en studie med deduktiv ansats och insamlad data har därmed transkriberats och analyserats med utgångspunkt i socialpsykologiska teorier såsom anknytningsteorin (Bowlby) och sociometerteorin (Leary & Guadagno). Genom resultatet av studien dras slutsatsen att såväl självkänslan som anknytningen påverkas hos en människa som växer upp med en narcissistisk förälder. Vidare framkommer att samtliga respondenter inte insåg narcissismen förrän de var äldre. Med anledning av att de inte längre lever med sin narcissistiska förälder finns möjlighet till någon form av intervention i form av åtgärd, behandling eller insats. Det kan vara särskilt betydelsefullt för de som vill bli eller snart ska bli föräldrar och som själva reflekterat över sin egen uppväxt.

**Nyckelord:** Narcissism, föräldraskap, självkänsla, anknytning, relationer.

## Abstract

The foundation for our self-esteem and attachment patterns is formed at an early age, during infancy. The purpose of this study is to shed light on how growing up with a narcissistic parent affects women's relationship with themselves and their ability to create relationships with others. Through a qualitative study, 10 semi-structured interviews were conducted about narcissism, self-esteem and attachment with women aged 25 and up. The results are therefore based on these women's own experiences and perceptions. It is a study with a deductive approach and the data collected has therefore been transcribed and analyzed based on social psychological theories such as attachment theory (Bowlby) and sociometric theory (Leary & Guadagno). The results of the study conclude that both self-esteem and attachment are affected by a person who grows up with a narcissistic parent. Furthermore, it appears that all respondents did not realize narcissism until they were older. Because they no longer live with their narcissistic parents, there is the possibility of some form of intervention in the form of action, treatment or effort. This can be particularly important for those who want to become or will soon become parents and who have reflected on their own upbringing.

**Keywords:** Narcissism, parenting, self-esteem, attachment, relationships.

## Förord

Till att börja med vill vi rikta ett stort tack till alla våra respondenter som genom sitt deltagande möjliggjort genomförandet av denna studie. Vi vill även tacka det Instagramkontot som hjälpte oss dela vårt inlägg om deltagare till denna studie. Slutligen vill vi även tacka varandra för ett roligt och lärorikt samarbete.

# Innehållsförteckning

<b>1</b>	<b>Inledning</b> .....	<b>1</b>
1.1	Syfte och frågeställningar .....	3
<b>2</b>	<b>Tidigare forskning inom fältet</b> .....	<b>4</b>
2.1	Narcissism och självkänsla .....	4
2.2	Narcissism och anknytning .....	5
2.3	Narcissism och relationer.....	6
<b>3</b>	<b>Teoretiska utgångspunkter</b> .....	<b>7</b>
3.1	Narcissism.....	8
3.2	Anknytning.....	9
3.3	Självkänsla .....	10
<b>4</b>	<b>Metod</b> .....	<b>11</b>
4.1	Vetenskapsteoretisk utgångspunkt.....	11
4.2	Metodval .....	12
4.3	Instrument .....	13
4.4	Urval.....	13
4.5	Tillvägagångsätt.....	15
4.6	Tillvägagångsätt under intervjutillfällena.....	16
4.7	Analysmetod.....	17
4.8	Kvalitetskriterier .....	19
4.9	Etiskt förhållningssätt .....	20
<b>5</b>	<b>Resultat och analys</b> .....	<b>22</b>
5.1	Att uppfostras av en narcissist .....	23
5.2	Att inte våga tro på sig själv .....	26
5.3	Att våga känna tillit till sig själv och andra.....	29
5.4	Förmågan att skapa relationer.....	32
5.5	Avslutande reflektioner .....	36
<b>6</b>	<b>Diskussion och slutsatser</b> .....	<b>37</b>
6.1	Diskussion om kvalitetskriterier och etiskt perspektiv .....	41
6.2	Slutsatser .....	42
<b>7</b>	<b>Referenser</b> .....	<b>1</b>
<b>8</b>	<b>Bilagor</b>	
8.1	Bilaga 1 – Informationsbrev	
8.2	Bilaga 2 – Instrument	

8.3 Bilaga 3 - Kodningsschema

8.4 Bilaga 4 – Analysmatris

# 1 Inledning

Enligt Folkhälsomyndigheten (2024) har förhållandena under de tidiga levnadsåren samt ungdomsåren en stor betydelse för såväl den mentala som den fysiska hälsan. Därmed främjar tidiga åtgärder i hemmiljö barn och ungas hälsa samt minskar gapet gällande uppväxtvillkor. Ytterligare klargör Folkhälsomyndigheten att miljön i hemmet är en viktig faktor som påverkar barn och ungas hälsa under uppväxten och även senare i livet. En god relation och trygg anknytning mellan barn och förälder har potential att minska risken för olika hälsoproblem och riskbeteenden hos barnen. Hälsans bestämningsfaktorer kan illustreras likt en rund modell med olika lager, där vi längst in i kärnan finner de bestämningsfaktorer vilka vi inte kan påverka, såsom arv och ålder. Övriga yttre lager är påverkbara bestämningsfaktorer, exempelvis barnets levnadsvanor, karakteristika hos föräldrar samt levnadsförhållanden, exempelvis tillgång till barnhälsovård (Folkhälsomyndigheten 2024).

Forskarna har i denna studie valt att utgå från kvinnors syn på narcissism då detta inte bedöms utforskat i samma utsträckning som männens. Det finns tidigare studier som belyser kvinnans perspektiv vilket forskarna anser kan fördjupas och utvecklas vidare med tillförande förslag på framtida åtgärder. Denna studie handlar följaktligen om att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Uppfostran av en narcissistisk förälder kan resultera i flera efterföljande motgångar och orsaka depression samt ångest hos vuxna eftersom denna föräldrastil präglas av hög kontroll i kombination med låg omsorg (Lyons, Brewer, Hartley & Blinkhorn 2023). Studien berör således hur uppväxten i ett narcissistiskt hem formar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Det kommer läggas betydande fokus på att belysa hur kvinnors självkänsla påverkas även senare i livet efter en barndom präglad av narcissism. Studien grundar sig på respondenternas egna erfarenheter och upplevelser av narcissism. Narcissism är en personlighetsstörning och grunden till detta tros vara en kombination av genetiska faktorer samt miljöpåverkan, då främst under barndomen. Begreppet *narcissist* är vanligt förekommande i dagens media, exempelvis i radio och

TV, podcasts och sociala medier. Narcissism kännetecknas bland annat av egoism, ytlighet, hänsynslöshet och förakt för andra människor. Det bör dock förtydligas att narcissism inte är det samma som *egoism*, vilket innebär en etisk ståndpunkt som betonar individens självkärlek med en strävan efter att maximera sin egen tillfredsställelse och välfärd. Narcissism innebär en överdriven och onaturlig kärlek till sig själv. Ytterligare utmärkande drag för narcissisten är en *grandios självbild*, vilket innebär en falsk och uppblåst självbild gällande exempelvis begåvning, skönhet, talang eller särskild framgång (Sigrell & Teurnell 2011, s. 48).

Anknytning är en process vars resultat är det psykologiska bandet mellan ett barn och dess förälder. Den grundläggande anknytningen utvecklas till mentala representationer och genom detta inpräglas anknytningen hos barnet för att sedan blir en viktig beståndsdel i personlighetsutvecklingen och därtill barnets hela levnad (Broberg, Risholm Mothander & Granqvist 2020, s. 15). Anknytningen mellan ett barn och en narcissistisk förälder påverkas negativt av bristen på empati och självupptagenhet hos föräldern. Barnet kan känna medkänsla för föräldern och anpassar sig för att undvika att vara till besvär. Relationen blir därför traumatisk och i vuxen ålder kan det uppstå ett starkt behov av att bearbeta och gestalta det som hände under barndomen (Sigrell & Teurnell 2011, s. 102). Självkänsla innebär hur en människa värderar sitt själv och sin självbild. Vår självkänsla utvecklas under uppväxten genom uppskattning och gränssättning med tillhörande konsekvenser och sedan i vuxen ålder genom feedback från andra. En positiv självkänsla leder till ökad säkerhet i det sociala samspelet medan en låg självkänsla kan leda till osäkerhet i sociala sammanhang och relationer kan uppfattas som hotande (Nilsson 2015, s. 30). Tidigare studier visar att självkänslan hos ett barn påverkas av att växa upp med en narcissistisk förälder. Resultaten visar på låg självkänsla hos de drabbade även i vuxen ålder (Määttä och Uusiautti, 2018). Det framgår även att föräldranarcissism relaterar till negativt föräldraskap och att bristerna i föräldraskapet har samband med barns mentala hälsa (Rawn, Keller och Widiger, 2023). Trots att det finns tidigare studier som belyser kvinnors perspektiv relaterat till narcissism anser forskarna till denna studie att det kvarstår en kunskapslucka gällande

ett bredare kvinnoperspektiv, särskilt i relation till självkänslan. Därtill finns utrymme att djupare undersöka hur anknytningen påverkas av narcissism under uppväxten då denna är föränderlig och vanligtvis studeras på gruppdata och inte på den enskilda individen (Broberg m.fl. 2020, s. 331). I utbildningsplanen för det Socialpsykologiska programmet på Högskolan i Skövde framgår att ett av högskolans profilområden är hälsa och denna inriktning utgår från WHO:s definition vilken särskilt fokuserar på hälsans psykologiska samt sociala aspekter (Högskolan i Skövde 2020). Studien berör såväl psykologiska som sociala aspekter av människors beteende. Forskningsproblemet berör hur kvinnors självbild påverkas av att uppfostras av en narcissistisk förälder och detta kan studeras utifrån ett socialpsykologiskt perspektiv genom kvalitativ metod och intervjustudier. Vidare är vårt forskningsproblem relevant att studera med hjälp av socialpsykologi då det berör mänskliga beteenden som påverkar det sociala livet såsom relationer och socialt samspel. Studien har potential att bidra med ny information gällande sambandet mellan narcissism, självkänsla och anknytning samt ge förslag till potentiella åtgärder. Gällande målgrupp kan studien anses relevant för människor som kommer i kontakt med narcissism samt forskargrupper bestående av generalister, vilket innebär sådana som känner till hur vetenskapligt arbete går till i allmänhet men som befinner sig utom sitt specialområde (Backman 2016, s. 67).

## **1.1 Syfte och frågeställningar**

Syftet med denna studie är att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Syftet leder till följande frågeställningar:

1. Hur påverkas självkänslan hos en person som uppfostras av en förälder med en grandios självbild?
2. Hur påverkas förmågan att skapa förtroendefulla relationer i vuxen ålder?
3. Vilka konsekvenser har anknytningen för självkänsla senare i livet?

## 2 Tidigare forskning inom fältet

För att samla information till denna studie har tidigare forskning inom ämnet granskats. Detta gjordes främst genom referensdatabasen LibSearch vilken finns tillgänglig via Högskolan i Skövde. Valet att utgå från referensdatabasen LibSearch gjordes då det är en databas som forskarna har använt tidigare och känner till väl. Fördelar med LibSearch är bland annat att den ger tillgång till fulltext men även att den besitter filtreringsverktyg vilket gör den enkel att hantera. De sökord som användes i LibSearch var främst: *narcissism*, *självkänsla/self-esteem*, *relationer/relationships* och *anknytning/attachment theory*. Utöver dessa sökord har fler ord lagts till och tagits bort, därav uppstod emellanåt fler resultat. Sökorden valdes utefter studiens syfte och frågeställningar. Även om både syfte och frågeställningar kom att omformuleras något under studiens gång var grundpelarna detsamma, det vill säga fokus på självkänsla och anknytning i relation till narcissism och dess påverkan. Samtliga vetenskapliga artiklar som ligger till grund för denna studie har genomgått *peer reviewed* och är därmed granskade av andra forskare. Tio vetenskapliga artiklar valdes till slut ut då de genom artiklarnas sammanfattning ansågs relevant för denna studie. Därmed valdes en hel del artiklar bort då ämnet och innehållet i artikeln gled ifrån denna studies syfte alltförmycket. Artiklarna sammanfattades och delades in i olika teman. Detta resulterade i att artiklarna delades in i tema ”Narcissism och självkänsla”, ”Narcissism och anknytning” samt ”Narcissism och relationer”. Då narcissismen är den grundläggande och gemensamma komponenten i studien valdes att detta skulle återfinnas i samtliga teman.

### 2.1 Narcissism och självkänsla

Määttä och Uusiautti (2018) åskådliggör hur det är att växa upp i narcissistiska hem med föräldrar som manipulerar och skuldbelägger med avsikt att dölja sin egen låga självkänsla. Forskningsdeltagarna bestod av 13 kvinnor som återberättade sin barndom. Flertalet av kvinnorna uppgav att deras uppväxt i ett narcissistiskt hem fortsatt präglade deras självkänsla och identitet även i vuxen ålder på så vis att de har en låg eller icke

existerande självkänsla. Även Shaw (2010) belyser genom sin narrativa analys, vilken fokuserar på en kvinnas berättelse, hur uppväxten med en narcissistisk mamma präglat hennes liv. Kvinnan uppger att hon anser sig själv som lågpresterande, har en svag självkänsla och att de låga förväntningar hennes mamma haft på henne bekräftats. Även kvinnans kärleksrelationer har påverkats av hennes svaga självkänsla och blir tydlig genom henne val av män. Mannen hon dejtar uppges paranoid och tvångsmässig. Kvinnan uppger en ständig känsla av att alltid ha fel och aldrig en chans att vinna.

Vidare förklarar Rawn, Keller och Widiger (2023) hur tidigare forskning belyst hur föräldrarcissism relaterar till föräldraskap. En kvantitativ undersökning genomfördes där deltagarna i studien bestod av 457 föräldrar till barn i åldrarna 6–18 år. Resultatet visade samband mellan hög grandios självbild hos förälder relaterat till negativt föräldraskap genom att barnet inte blivit prioriterat eller fått den bekräftelse och omtanke som krävs för en trygg uppväxt. Narcissism hos föräldern visade sig även påverka barnets självkänsla eftersom självkänslan grundas redan i tidig ålder genom att föräldern bekräftar barnet och visar omtanke. När detta uteblir påverkas således självkänslan hos barnet och leder därmed till en låg självkänsla. Sammanfattningsvis kan det således konstateras med hjälp av tidigare forskning att narcissism hos en förälder präglar barnets självkänsla och fortsätter att göra det även i vuxen ålder.

## **2.2 Narcissism och anknytning**

Lyons m.fl. (2023) har studerat hur det är att växa upp med narcissistiska föräldrar och vilket inflytande det har på barnet. Själviskhet, kyla och en grandios självbild beskrevs som personlighetsdrag hos en narcissist. Studien utfördes online med totalt 77 anonyma deltagare. Resultatet visar att flertalet forskningsdeltagare uppgav att deras föräldrar skapat en brist på tillit till andra människor och att de haft svårt med anknytning även senare i livet, till exempel i kärleks- och vänskapsrelationer på grund av att de har en låg eller sviktande tilltro till andra människor. Den form av anknytning de är vana vid är någon form av otrygg anknytning, det vill säga att de förväntar sig att bli avvisade och håller därför en distans. Det kan även bli tvärtom att de skrämmer i väg andra människor på grund av sin enorma önskan om närhet. Vissa är så pass rädda att bli

övergivna att de undviker relationer helt och hållet. Ytterligare genomförde Baker (2006) en kvalitativ studie genom semistrukturerad intervju med 40 respondenter som upplevt föräldraalienation under sin uppväxt. I artikeln beskrivs detta som något ett barn kan uppleva när en förälder medvetet vänder barnet mot den andra föräldern. Detta kan till exempel ske genom att barnet i samband med en konflikt mellan föräldrarna tar avstånd från den förälder vilken barnet tidigare haft en fungerande relation till. Detta helt ovetandes om att grunderna till själva avvisandet beror på den andra förälderns påverkan på barnet. Även Kealy och Ogrodniczuk (2023) skriver om att identifiera personlighetsdrag som ligger bakom patologisk narcissism. Patologisk narcissism innebär en förvrängd självbild där drabbade individer förlitar sig på beundran, utnyttjande eller grandiosa fantasier för att känna sig accepterade. En kvantitativ onlinestudie gällande anknytningsosäkerhet genomfördes med 392 deltagare. Resultatet visade att anknytningsångest och dysfunktionell identitet var signifikanta prediktorer för patologisk narcissism. Anknytningsångest och dysfunktionell identitet medierade även sambandet mellan upplevt negativt föräldraskap och patologisk narcissism där det sistnämnda involverar en otrygg anknytningsstil samt nedsatt självuppfattning. Allt som allt blir det således tydligt genom tidigare forskning att uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar barnets anknytningsmönster och dess tillit till andra människor. Sammanfattningsvis kan konstateras genom tidigare studier att narcissism hos en förälder kan påverka barnets självkänsla och identitet även i vuxen ålder. Kopplingen mellan narcissism och anknytning visar att tilliten hos en person som vuxit upp med en narcissistisk förälder brister i senare relationer, både kärleks- och vänskapsrelationer kan komma att påverkas.

## **2.3 Narcissism och relationer**

Campbell (1999) framlägger genom sin studie om narcissism och romantisk attraktion hur narcissister tenderar att attraheras av mycket positiva och beundrande människor. Studien visar även att attraktionen tenderar att vara mindre för individer som erbjuder potential för känslomässig intimitet. Resultatet visar att narcissister föredrar mer självorienterade egenskaper framför andraorienterade (omtänksamma) egenskaper hos

en kärlekspartner. Narcissistens romantiska attraktion är delvis resultatet av en strategi för att höja sin egen självkänsla. I en annan studie belyser Campbell, Foster & Finkel (2002) sambanden mellan narcissism, självkänsla och kärlek. Resultatet visar att narcissism främst associerades med en *spelande kärleksstil*. Narcissisten har ett behov av makt och autonomi vilket kopplas till större relationsalternativ och ett mindre engagemang. Narcissister anser sig vara unika, smartare och mer attraktiva än andra. Studien förklarar att självkänsla är negativt kopplad till manisk kärlek och positivt kopplad till passionerad kärlek.

Syftet med studien utförd av Ponti, Ghinassi & Tani (2019) var att analysera såväl de direkta som indirekta förhållandena mellan sårbar narcissism samt storslagen narcissism. I studien deltog 473 deltagare. Samtliga var involverade i ett stabilt romantiskt förhållande. Resultatet tyder på att båda formerna av narcissism, det vill säga sårbar och storslagen, är kopplade till psykologiska övergrepp men på olika sätt. Sårbar narcissism kopplades till psykisk misshandel indirekt genom rollen som romantisk svartsjuka. Storslagen narcissism å andra sidan ansågs vara direkt förknippad med psykisk misshandel inom en romantisk relation. Keller m.fl. (2013) har för avsikt att förklara effekterna av narcissism kopplat till en romantisk dyad. Studien undersökte sambanden mellan narcissism och konfliktbeteenden hos båda parter inom en romantisk dyad. Det var 190 studentpar som deltog i studien. Det visade sig att en persons narcissism var relaterad till deras användning av aggression samt partners användning av aggression. Resultaten indikerade därtill en tendens till homogami för narcissism, det vill säga att människor tenderar att välja en partner som är lika dem själva i olika slags avseenden.

### **3 Teoretiska utgångspunkter**

För att kunna förstå hur en narcissistisk förälder kan komma att påverka en kvinnas relation till sig själv samt förmåga att skapa relationer med andra kommer tre teman stå i fokus. Dessa tre teman är narcissism, anknytning och självkänsla. För att kunna besvara syftet respektive frågeställningarna behövs således grundläggande kunskap

inom anknytningsteorin, narcissism och självkänsla. Utöver dessa tre nämnda teman och med anledning av att syftet berör hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnans relation till sig själv samt förmåga att skapa förtroendefulla relationer till andra, krävs även kännedom om förhållandet mellan narcissism, självkänsla och relationer. Nedan följer därför definitionen av begreppet narcissism (Sigrell & Teurnell 2011), en sammanställning av anknytningsteorin (Broberg m.fl. 2020) samt beskrivning av sociometerteorin om självkänsla (Leary och Guadagno, 2011).

### **3.1 Narcissism**

Narcissism är en personlighetsstörning och kännetecknas bland annat av egoism, ytlighet, hänsynslöshet och förakt för andra människor (Sigrell & Teurnell 2011, s. 48). Det senaste har det skett en förändring gällande attityder och värderingar och aldrig tidigare har generationerna varit sådana självupptagna individualister som nu, vilka värderar självförverkligande högst av allt. Människan har en medfödd egoism och står sig själv allra närmast (Sigrell & Teurnell 2011, s. 9). Sigrell och Teurnell (2011, s. 19) förklarar att det förekommer olika former av narcissism. En sund narcissism leder till en god självkänsla och positiv självbild. Begreppet narcissistiska försvar innebär att vi kan behöva skydda vår självbild mot angrepp och hot utifrån genom att stöta bort kritik från omgivningen. Patologisk narcissism förklaras som en störning vilken grundar sig i tidiga utvecklingsskador, exempelvis separationer eller en frånvarande och/eller känslomässigt avstängd förälder. Dessa personer har en extrem känsla av självhävdelse i kombination med en bristande verklighetsuppfattning. Därtill har de brist på empati för andra människor samt ett oerhört stort behov av att stå i centrum (Sigrell & Teurnell 2011, s. 25). Barn till en patologisk narcissist upplever sig ofta otillräckliga och tenderar att utveckla en låg självkänsla i och med att bekräftelse och omhändertagande från föräldern uteblir. Dessa barn som växer upp utan stöd från sin förälder eller som utsätts för ett undvikande alternativt avvisande beteende kommer troligtvis drabbas av någon form av otrygg anknytning då deras behov inte tillgodoses (Broberg m.fl. 2020, s. 81).

## 3.2 Anknytning

Anknytningsteorin grundades av John Bowlby och kommer från det engelska begreppet *attachment*. Anknytningsteorin innebär den process vars resultat är det psykologiska bandet mellan ett barn och dess förälder/omvårdnadspersoner. Anknytningen kommer sedan utvecklas till mentala representationer hos barnet och genom detta har anknytningen inpräglats hos barnet för att sedan blir en väsentlig beståndsdel i personlighetsutvecklingen och barnets hela levnad (Broberg m.fl. 2020, s. 15).

Trygg anknytning är den vanligaste formen och bygger på goda relationer till sina omvårdnadspersoner vilka kunnat tillgodose ens väsentliga behov under barndomen. I vuxen ålder har en person med trygg anknytning lätt att komma nära andra samt fungera i långvariga relationer. Personer med trygg anknytning trivs även bra i sitt eget sällskap. En otrygg – undvikande anknytning innebär att barnet redan från tidig ålder fått klara sig på egen hand utan stöd. Vårdnadshavarna kan ha varit direkt avvisande alternativt undvikande. I vuxen ålder är personer med otrygg undvikande anknytning ofta omtycka av sin omgivning men tenderar att fungera bättre i mer ytliga relationer snarare än djupa. De upprätthåller en distans i nära relationer och kan upplevas svåra att komma nära inpå eftersom de lätt drar sig undan när krav på närhet uppstår. En otrygg – ambivalent anknytning innebär att barnets behov inte konsekvent kommit i första hand då föräldern varit upptagen med sig själv och inte kunnat lyssna in barnet. I vuxenlivet uppfattas personer med otrygg ambivalent anknytning ofta som kreativa och nära till sina känslor men i nära relationer tenderar de att skrämman i väg andra på grund av sin starka önskan om närhet. En del är dock så pass rädda att bli övergivna att de i stället undviker att ha nära relationer. Slutligen, en otrygg – desorganiserad anknytning betyder att barnet knutit an till någon som är skrämmande eller skadlig, då anknytningen i sig är en process som är omöjlig att undvika. Barnet har vuxit upp under svåra förhållanden med inslag av våld eller annat trauma och sedan utvecklat ett desorganiserat anknytningsmönster. Denna form av anknytning leder ofta till särskilt svåra relationsstörningar även i vuxenlivet och denna grupp tillhör de med störst behov av professionell hjälp för att bryta sitt anknytningsmönster (Broberg m.fl. 2020, s. 81).

Anknytningen är en rörlig utvecklingsprocess som påverkas av flertalet faktorer. Det lilla barnet har endast behov av att *få* omvårdnad men är oförmögen att *ge* vilket skapar en asymmetri. I skolåldern och tonåren uppträder nya relationer som ställer krav på ömsesidighet och social kompetens. I vuxenlivet etableras parrelationer där reproduktivitet, anknytning och omvårdnad möts. I ålderdomen skapas återigen en asymmetri, där den som tidigare kunnat *ge* omvårdnad till andra återigen blir beroende av att *få* omvårdnad (Broberg m.fl. 2020, s. 330).

### 3.3 Självkänsla

Människan strävar efter att bli accepterad av andra människor och undvika avvisande. Leary och Guadagno (2011) menar att människor har utvecklat en sociometer, det vill säga ett psykologiskt system inom självregleringen där självkänslan fungerar som en sociometer. Människan ska själv kunna reglera sitt beteende för att undkomma avvisning från andra människor, detta för att underlätta överlevnad. Enligt Leary och Guadagno (2011) handlar sociometerteorin om en slags övervakning av den sociala miljön som sedan avgör om människan är avvisad eller accepterad av andra människor. Detta sker genom ledtrådar som sedan mynnar ut i om individen anses vara accepterad eller avvisad av gruppen. Är individen accepterad ökar det relationella värdet och leder till en positiv effekt där individen känner sig mer inkluderad. Skulle individen vara avvisad sjunker det relationella värdet och leder till en negativ effekt där individens självkänsla försämras och känslor som ledsamhet och avundsjuka kan uppkomma (Leary & Guadagno 2011).

Vidare menar Leary och Guadagno (2011) att människors självkänsla påverkas när de antingen blir accepterade eller avvisade av andra människor. När en individ upplever ett lågt relationellt värde uppkommer det också tankar om att det delvis är deras eget fel, vilket leder till en försämrad självkänsla då de tycker illa om sig själva.

Sammanfattningsvis menar Leary (2005) att sociometerteorin beskriver hur människors trodda uppfattning om varandra är så stark kopplad till självkänslan. Teorin visar på sambandet mellan psykologiska fenomen och självkänsla, alltså psykologiska fenomen såsom intergruppbetenden, sociala känslor och självbetjänande fördomar.

## 4 Metod

I detta kapitel presenteras metodologiska överväganden. Kapitlet inleds med ett avsnitt bestående av argument för den vetenskapliga utgångspunkten följt av en beskrivning av metodval och instrument för denna studie. Därefter presenteras tillvägagångssätt, tillvägagångssätt under intervjuerna och kvalitetskriterier för studien. Vidare klargörs även studiens urval vilket tydliggörs med en urvalsmatris och slutligen presenteras studiens etiska överväganden.

### 4.1 Vetenskapsteoretisk utgångspunkt

Ontologi innebär hur människan uppfattar begreppet sanning. Kunskap om ontologi och forskningstraditioner ger forskaren en djupare förståelse (Sapsford, Still, Wetherell, Miell & Stevens 2003, s. 126). Det ontologiska perspektiv som anses relevant för denna studie är idealistisk ontologi. Denna tolkning bygger på idéer och tolkningar, det vill säga att det krävs en tolkande människa för att skapa en sanning. Viktigt att poängtera är dock att sanningen inte alltid kan avgränsas eller mätas. Idealistisk ontologi följer den hermeneutiska forskningstraditionen (Sapsford m.fl. 2003, s. 79). Datainsamling kommer ske genom kvalitativa intervjustudier. Det kommer således handla om att tolka och förstå den insamlade data som erhålls via respondenterna. Det är ingen säkerställd sanning mer än genom våra egna tolkningar. Forskaren behöver vara objektiv i sin roll och inte låta sin egen förståelse för studiens område färga hur frågorna formuleras eller hur svaren tolkas. Detta kallas *bridling*, vilket innebär att tygla sig samt förhå sig om det du vet (eller tror dig veta) i utformandet av en studie för att förbli kritisk (Vagle, Hughes & Durbin 2009). Understrykas bör att denna studie eftersträvar att belysa just respondenternas egna erfarenheter av narcissistiska drag och inte narcissism i klinisk bemärkelse. Det är således inte säkerställt att respondenternas föräldrar i fråga är diagnostiserade med narcissism, då detta inte anses väsentligt för denna studie.

Sapsford m.fl. (2003, s. 75) förklarar att epistemologi innebär *läran om kunskap* och hur vi kan skaffa oss denna kunskap. Gällande det epistemologiska perspektivet anses denna studie tillhöra rationalism, vilket innebär kunskap via vårt förnuft och tänkande.

Hit kopplas även hermeneutik där det handlar om tolkningar och förståelse, det är således inte konstaterat att det är sanning på grund av att tolkningar inte kan valideras såsom en serie experiment kan. Därtill kan vårt eget intresse och förkunskap för narcissism färga våra tolkningar (Sapsford m.fl. 2003, s. 80). Med detta sagt är betydelsen av att kunna tygla sig som forskare viktigt. Vagle, Hughes och Durbin (2009) belyser vikten av att kunna lägga tidigare kunskap åt sidan eller omvandla den till icke inflytningsrik kunskap. Det handlar således inte om att radera all tidigare kunskap utan att kunna *tygla* den.

## 4.2 Metodval

Denna kvalitativa intervjustudie åskådliggör hur kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra påverkas av att växa upp med en narcissistisk förälder. Det är respondenternas egna erfarenheter som står i centrum och utgör grunden för denna studie. Kvale och Brinkmann (2014, s. 17) förklarar att den kvalitativa forskningsintervjun försöker förstå världen utifrån respondenternas synvinkel och utveckla mening ur deras erfarenheter. Forskningsintervjun är ett professionellt samtal med ett syfte och struktur. Intervjun bygger på att kunskap konstrueras genom interaktion mellan intervjuaren och respondenten som samtalar om ett tema av ömsesidigt intresse. Det är forskaren som definierar och kontrollerar situationen och detta kräver således att forskaren ställer sina frågor omsorgsfullt samt innehar ett lyhört lyssnande (Kvale & Brinkmann 2014, s. 19). Påpekas bör att forskningsintervjun är ett specifikt professionellt samtal vilket innefattar en tydlig maktasymmetri mellan forskare och respondenten. Det behöver inte handla om ett avsiktligt maktutövande från intervjuarens sida, dock kan respondenten emellertid mer eller mindre medvetet uttrycka det hon tror intervjuaren vill höra (Kvale & Brinkmann 2014, s. 52). Samtliga intervjuer kommer därför att genomföras med hänsyn till de etiska kraven vilka kommer presenteras närmare senare i detta kapitel. Valet av en kvalitativ metod baseras även på att den vetenskapsteoretiska utgångspunkten är idealistisk ontologi som följer den hermeneutiska forskningstraditionen vilken bygger på tolkningar och idéer (Sapsford m.fl. 2003, s. 79). Därtill belyser även Green (2017, s.

31) att kvalitativ forskning fokuserar mer djupgående på upplevelser hos en mindre mängd människor, till skillnad från den kvantitativa forskningen som fokuserar på kvantiteten. Studien har en deduktiv ansats med ett så kallat ”top-down”-förfarande, vilket innebär att forskarna utgår från teman till att skapa koder och det finns således en tydlig tolkningsram när analysen påbörjas (Bernard & Ryan 2010).

### 4.3 Instrument

Det empiriska instrument som används i denna studie är en intervjuguide med 12 semistrukturerade intervjufrågor vilka är kopplade till syftet med studien, det vill säga att belysa hur kvinnors självbild påverkas av att växa upp med en narcissistisk förälder. Genom användandet av semistrukturerade frågor ges även möjlighet att ställa följdfrågor under intervjuens gång, vilket i sin tur ger möjlighet till förtydligande eller utveckling av svaren. De tre forskningsfrågorna berör hur identiteten påverkas av en uppväxt med en narcissistisk förälder samt vilka konsekvenser anknytningen har gällande självkänsla senare i livet.

Följande är exempel på intervjufrågor från intervjuguiden (bilaga 2):

- *Hur skulle du beskriva din egen självkänsla?*
- *Vad innebär begreppet anknytning för dig?*
- *Vilka narcissistiska drag upplevde du hos din förälder under din uppväxt?*
- *Hur har relationen till dina föräldrar påverkat hur du ser på dig själv idag?*

### 4.4 Urval

Urvalet är ett så kallat målstyrt urval vilket innebär handplockade respondenter som anses relevanta för syftet med studien (Patton 2002, s. 230). I denna studie medverkar 10 kvinnor i åldern 25 år och uppåt. Valet av en undre åldersgräns används för att nå respondenter som inte längre bor kvar hemma hos sin narcissistiska förälder. Därtill är det önskvärt att de fått en distans till sin uppväxt och eventuellt själva skapat nya familjesituationer. Antalet respondenter det krävs för en studie beror på undersökningens syfte. I detta fall genomförs en kvalitativ intervjustudie och forskarna

väljer därför att ägna mycket tid åt förberedelserna inför intervjuerna samt analysen av dem och eftersträvar därmed kvalitet framför kvantitet, allra helst med hänsyn till det känsliga ämnet som studeras (Kvale & Brinkmann 2014, s. 156). Respondenterna rekryteras genom inlägg på sociala medier och då främst via Facebookgrupper och Instagramkonton som behandlar ämnet narcissism. I meddelandet som postades online framgick syftet med studien, att respondenterna behövde vara kvinnor, minst 25 år gamla samt ha egna erfarenheter av att växa upp med en narcissistisk förälder. Potentiella respondenter svarade via mail alternativt Messenger där de skrev en kort text om sig själva och sina erfarenheter av narcissism. Därigenom fick forskarna en bild av respondenten och uppskattning om denna skulle passa för studien samt vara kapabel att hantera det deltagandet eventuellt medför. Därefter valde forskarna att gå vidare med 10 av dessa även om det var fler som hörde av sig. Det var väsentligt att respondenten hade erfarenheter av en narcissistisk förälder vilket kontrollerades innan genomförandet av intervjun. Studien syftar till att belysa respondenternas upplevelser ur ett socialpsykologiskt perspektiv snarare än ett kliniskt psykologiskt perspektiv och därför kontrollerades aldrig att den narcissistiska föräldern i fråga blivit diagnostiserad, då detta inte är relevant för syftet med studien.

Vid en tematisk analys används tidigare kunskaper och teoretiska perspektiv hos forskaren under analysen, detta betyder att resultatet och analysen kan färgas av egna livserfarenheter och insikter kring det som studeras. Det finns en distans till datamaterialet under analysprocessen av tematiseringen (Fejes & Thornberg 2024, s. 39). En urvalsmatris (se tabell 1) skapas för att enklare få en överblick gällande respondenterna och deras demografi. Urvalsmatrisen åskådliggör varje respondents ålder samt vilken förälder det är som har narcissistiska drag, det vill säga om det är mamman eller pappan.

**Tabell 1, urvalsmatris:**

Respondent	Ålder		Narcissistisk förälder
R1	33		Mamma
R2	25		Pappa
R3	39		Pappa
R4	53		Mamma
R5	43		Mamma
R6	62		Mamma
R7	57		Mamma
R8	71		Mamma
R9	53		Pappa
R10	67		Mamma

## **4.5 Tillvägagångsätt**

Denna studie utfördes genom att respondenter rekryterades via sociala medier såsom Facebook och Instagram. Det skickades ut förfrågan om deltagande samt informationsbrev (se bilaga 1) till potentiella respondenter där de informerades om syftet med studien, vad de kan förvänta sig och att deras medverkan är frivillig samt att de har rätt att avbryta när som helst under studiens gång. Det hölls 10 intervjuer på max 60 minuter vardera. Samtliga respondenter är kvinnor i enlighet med syftet med studien. En intervju hölls på plats på Högskolan i Skövde och resterande 9 intervjuer hölls digitalt via Messenger, Zoom och telefon med hänsyn till respondentens önskemål då rekryteringen skedde nationellt. Vid intervjutillfällena närvarade samtliga forskare för studien i största möjliga mån. Data samlades in genom semistrukturerade intervjuer för att få en djupare förståelse av kvinnornas egna upplevelser av att växa upp med en narcissistisk förälder. Genom aktivt lyssnande till vad respondenten sa och hur det sades upprätthöll intervjuaren en attityd av största möjliga öppenhet och fick således chans att ställa följdfrågor för eventuellt tydliggörande eller utvecklande av tidigare svar. Det är

intervjuarens uppgift att avgöra vad som ska följas upp i relation till kunskap om intervjuämnet och med hänsyn till känslighet för den sociala relationen i en intervju (Kvale & Brinkmann 2014, s. 180). Ljudupptagningar från intervjuerna spelades in via en applikation på en mobiltelefon och transkriberades sedan i sin helhet för att kunna analyseras med hjälp av en tematisk analys. Intervjuerna transkriberades i ordbehandlingsprogrammet Word. Initialt skrevs samtliga ord ned för att få en fullständig överblick. Därefter omarbetades texten till skriftspråk från talspråk i sin helhet. Sedan markerades ord i texten som ansågs betydelsefulla för vår studie. Detta innebär att studien har en deduktiv ansats. Det kunde röra sig om ord och begrepp som var direkt kopplade till vårt syfte eller frågeställningar, det vill säga sådant som: självkänsla, anknytning, narcissism eller relationer. Vidare valdes citat ut som ansågs lämpliga och kunde styrka påståenden i studien och som kunde hjälpa till att besvara såväl syfte som frågeställningar.

#### **4.6 Tillvägagångssätt under intervjutillfällena**

Av samtliga tio intervjuer hölls 9 intervjuer digitalt och en intervju på plats på Högskolan i Skövde. Av dessa 9 digitala intervjuer hölls 5 via Messenger, 2 via Zoom, en via WhatsApp samt en via telefonsamtal. Samtliga intervjuer spelades in via ljudupptagning men utan bildupptagning. Det var aldrig några besvär med vare sig bild- eller ljudkvalitet under samtalen. Intervjuarna stämde av med respondenten att även hon hörde och såg oss bra för att undvika eventuella störningar under intervjun. Fördelar med att hålla intervju digitalt är att det blir smidigare för samtliga inblandade som slipper ta sig i väg någonstans. Det enda som krävdes var en dator eller mobil samt en avskild plats, vilket de flesta respondenter hade i sitt eget hem. Dessutom kunde rekryteringen av respondenter ske i hela Sverige då avståndet inte spelade någon roll. Eftersom alla utom en respondent intervjuades via videosamtal kunde även det icke-verbala såsom kroppsspråk, ansiktsuttryck och gester läsas av. En nackdel med digitala samtal kan vara att störningar i form av brus eller dålig mottagning kan uppkomma men detta var ingenting vi upplevde. Även i telefonsamtalet utan video flöt allting på bra och utan problem. Samtliga ljudinspelningar är raderade men kontaktuppgifter till samtliga

respondenter finns att tillgå för att de ska kunna ta del av studien. Dessa uppgifter förekommer dock inte i form av hela namn utan mer som kodnamn kopplat till varje respondents nummer.

Intervjun som hölls på Högskolan i Skövde ägde rum i ett grupprum. Fördelar med en fysisk intervju är att respondenten får en helhetsbild av personen som intervjuar och vice versa, det sker en direkt personlig interaktion. Icke-verbal kommunikation såsom gester, ansiktsuttryck och kroppsspråk blev enkla och tydliga att läsa av. Det uppstod inga störningsmoment under intervjun så som det kan göra under en digital intervju, risken för misstolkningar minskades därför. Fysiska intervjuer kan dock vara mindre flexibla då respondenten behöver ta sig från ett ställe till ett annat. På grund av detta blev därför de digitala intervjuerna mer funktionella i denna studie. Med tanke på att intervjuguiden innehöll frågor med möjlighet till följdfrågor kunde en djupare förståelse skapas under intervjun. Vid minsta oklarhet ställdes en kontroll- eller följdfråga för att följa upp svaret. Även respondenten fick chans att ställa följdfrågor om någonting kändes otydligt. Redan efter första intervjun där respondenten påtalade att hon var ensam barn och att detta påverkat hennes uppväxt beslutades att lyfta detta även vid kommande intervjuer om lämpligt tillfälle uppstod. Vidare ställdes även följdfrågor om respondenten kunde identifiera narcissistiska drag även hos sina syskon och/eller mor- och farföräldrar.

## **4.7    Analysmetod**

Studien har en deduktiv ansats vilket betyder att forskarna utgår från teman till att skapa koder och det finns följaktligen en tydlig tolkningsram när analysen påbörjas (Bernard & Ryan 2010). Den valda analysmetoden är tematisk analys. Detta är en metod som används för att analysera kvalitativ data vilken genererats genom den kvalitativa intervjustudien. En tematisk analys är i synnerhet användbar vid uppsatsskrivande och kvalitativ forskning och därför föll valet på just denna. Genom en tematisk analys kodas och sorteras data för att hitta mönster och teman. Under utförandet av en tematisk analys använder forskaren kreativitet och förförståelse, detta för att skapa meningsfulla teman för det som studeras. Vid genomförandet av en tematisk analys läses först

insamlade data igenom för att sedan kodas och kategoriseras (Fejes & Thornberg 2024, s. 38). Under analysprocessen av tematiseringen finns en distans till datamaterialet samt reflektioner kring bland annat innebörder, avsikter och mening såsom det uttrycks språkligt och symboliskt. Stärkandet av analysens tillförlitlighet och transparens sker genom kontinuerlig dokumentation och reflektioner samt diskussion. I och med detta stärks resultatets trovärdighet. Under analysprocessen är forskarens roll att vara tänkande, tolkande samt filtrerande. Det insamlade datamaterialet samt tolkningen av det är i slutändan i mer eller mindre utsträckning kontextberoende. Detta innebär att det är giltigt i ett socialt och kulturellt sammanhang under en viss tidsperiod (Fejes & Thornberg 2024, s. 39).

Identifiering av likheter och olikheter inom det insamlade datamaterialet görs genom kodning. Kodningen utgick från sökande av meningsbärande enheter såsom meningar eller stycken där respondenterna förmedlar något. Till exempel om flertalet respondenter uttryckte sig likvärdigt flertalet gånger togs det i beaktning, oftast genom att markera eller stryka under de meningar där respondenterna uttryckte sig likvärdigt kring sina upplevelser. Olika citat, meningar och fraser som ansågs relevanta för syftet med undersökningen markerades. Flertalet citat från transkriberingarna valdes ut, dessa citat valdes ut då de ansågs som betydelsefulla och talande för studiens syfte. Citaten som valdes ut skrevs om till skriftspråk och överflödiga ord såsom “typ” och “eh” togs bort. De respondenter som uttryckte sig likvärdigt kring upplevelsen av att växa upp med en narcissistisk förälder blev viktiga då dessa kan komma att stärka resultatens trovärdighet. Viss data som ansågs unik kodades också för att kunna identifiera olikheter mellan respondenterna. Genom analysen av kodningen och transkriberingen växte fyra teman fram, dessa baseras på den teoretiska utgångspunkten där narcissism, anknytning och självkänsla står i fokus. Under kodningsprocessen synliggjordes också fyra subteman som uppstod genom kodningen av transkriberingarna. Dessa skapades genom totalt 14 koder som analyserats utifrån datamaterialet. Dessa subteman är: upplevd självsyn, uppväxt och utveckling, grandios självbild och uppfostran och relationsskapande. Därefter förankrades dessa i huvudteman. Till *upplevd självsyn*

kopplades koder som “brist på bekräftelse”, “obefintlig självkänsla” och “brist på kärlek”. Dessa koder plockades ut då majoriteten av respondenterna uttryckte sig likvärdigt kring frågorna som ställdes under intervjun. Utifrån det analyserade datamaterialet uppkom också koder såsom “beroendekänsla” och “negativt”, dessa kopplades till *uppväxt och utveckling*. Gällande *grandios självbild och uppfostran* var koderna “egoistisk”, “bestraffning” och “självgod” ursprunget till subtemat. “Öppenhet”, “osunda relationer”, “skam” och “rädsla” kopplades till *relationsskapande* (se bilaga 3). Kodningen underlättade processen för skapandet av subteman och huvudteman. Intervjuguiden utformades på ett sätt där studiens syftet och frågeställningar stod i fokus, därav handlade de semistrukturerade frågorna om respondenternas upplevelse kring just anknytning, självkänsla, narcissism och relationsskapande. Den tematiska analysen resulterade därför slutligen i dessa fyra teman, det vill säga narcissism, anknytning, självkänsla och relationer. Dessa teman fångar ett mönster i datamaterialet som i relation till syftet och frågeställningarna är meningsfullt kring det som studeras (se bilaga 4).

## 4.8 Kvalitetskriterier

Reliabilitet behandlas ofta i relation till huruvida ett resultat kan reproduceras vid annat tillfälle och av andra forskare. Det handlar om transparens och möjligheten att reproducera själva metoden snarare än resultatet (Kvale & Brinkmann 2014, s. 295). Ytterligare handlar reliabilitet om att mäta på ett tillförlitligt sätt. Gällande denna studie anpassas intervjufrågorna utefter syfte och frågeställningar för att hållas inom ramen för det studien avser undersöka. Angående validitet inom samhällsvetenskaplig forskning handlar det om ifall en metod undersöker det den påstås undersöka samt det som är relevant i sammanhanget (Kvale & Brinkmann 2014, s. 296). Följaktligen behöver forskarna säkerställa att empirin besvarar frågorna som ställs och att dessa i sin tur är valida i sammanhanget. Enkelt förklarar det om att ställa rätt fråga vid rätt tillfälle. Vidare menar Kirk och Miller (1986, s. 13) att språket i ett vardagligt samtal innehåller en bred uppfattning om tillförlitlighet och giltighet. Giltigheten syftar till sanningen och riktigheten i ett påstående. Ett argument kan anses giltigt och starkt eller

rent av ogiltigt. Likaså kan en person beskrivas som pålitlig eller opålitlig. Som forskare behöver du därför anses pålitlig och ställa rätt frågor för att kunna uppnå ett så sanningsenligt resultat som möjligt. För att det ska finnas en överensstämmelse mellan de teoretiska idéerna och observationerna som görs bör även intern validitet tas i hänsyn (Kirk & Miller 1986, s. 13). I denna studie genomfördes kodningen på så vis att författarna kodade och analyserade insamlad data tillsammans. Transkriberingen delades lika mellan författarna, det vill säga fem transkriberingar var, och därefter när dessa var utskrivna i sin helhet kodade författarna det sammanställda underlaget tillsammans.

## **4.9 Etiskt förhållningssätt**

En intervjuundersökning består av moraliska och etiska frågor och den mänskliga interaktionen påverkar intervjupersonen. Ytterligare påverkar den kunskap som produceras genom undersökningen vår förståelse av människans villkor. I och med att forskarens integritet är avgörande för såväl studiens kvalitet som ståndaktighet ska detta tas i största beaktning. Informationsbrev (se bilaga 2) skickas ut till samtliga respondenter innan intervjuerna genomförs för att säkerställa att de är informerade om vad som gäller, det vill säga vad de kan förvänta sig av oss och studien samt vad det innebär för respondenten att delta. Informerat samtycke innebär att respondenten delges information om studiens syfte och hur den är upplagd, risker och fördelar med deltagandet i forskningsprojektet. Samtycke innebär även att respondenten deltar frivilligt samt innehar rätten att dra sig ur när som helst (Kvale & Brinkmann 2014, s. 107). Forskarna följer de etiska kraven för att värna om respondenternas trygghet och för att i möjligaste mån undvika skada. Gällande eventuella konsekvenser görs allt som går för att risken att deltagarna lider skada ska bli så liten som möjligt. Detta görs genom att initialt vid samtliga intervjuer kontrollerar intervjuaren att respondenten godkänner att intervjun spelas in med ljudupptagning inför kommande transkribering samt att respondenten är införstådd med att deltagandet i studien är helt frivilligt och kan avbrytas om respondenten önskar. Därtill uppmanades respondenten att återkomma om eventuella frågor eller dylikt uppstod även efter intervjutillfället. Samtliga

respondenter avidentifieras i studien och det går inte att koppla deras svar tillbaka till dem eftersom deras namn inte finns nedskrivna i sin helhet någonstans utan har gjorts om till kodnamn som endast forskarna kan tyda.

Konfidentialitetskravet syftar till de överenskommelser vilka deltagarna ingår samt vad den data de skapar kan användas till. Det handlar således om vilken information som ska vara tillgänglig för vem (Kvale & Brinkmann 2014, s. 109). Det är väsentligt att bedöma konsekvenserna av en kvalitativ studie både relaterat till eventuell skada deltagarna kan lida samt de vetenskapliga fördelar deras deltagande i studien ger. Det är viktigt att informationen inte kan härledas tillbaka till respondenten då denna är anonym. Den etiska principen syftar här till risken att deltagaren lider skada ska vara så liten som möjligt (Kvale & Brinkmann 2014, s. 110). Vid samtliga intervjuer poängterar således intervjuaren att respondenten kommer avidentifieras i studien för att svaren i möjligaste mån inte ska kunna kopplas tillbaka till respondenten. Avidentifieringen sker på så vis att respondenten kallas "R" följt av en siffra vilken motsvarar den tur i ordningen respektive intervju skedde, exempelvis R1, R2 etc. Respondenternas hela namn finns inte nedskrivna någonstans utan forskarna har i stället valt att använda sig av kodnamn i form av förkortningar och liknande. Vidare förklaras att studien kommer finnas tillgänglig online för andra att ta del av samt att varje respondent kan få den slutgiltiga rapporten skickad till sig om så önskas.

Syftet med studien är att utforska hur en människa påverkas av att växa upp med en narcissistisk förälder och för att göra detta mindre komplicerat gällande de etiska kraven vid intervju med minderåriga föll valet i stället på vuxna kvinnor som får återberätta sin barndom och de erfarenheter de har med sig i det vuxna livet. För att säkerställa att ingen skada sker ser forskarna noga över konsekvenserna samt riskerna erfarenheten av att delta kan föra med sig. Forskarna eftersträvar även att negativa konsekvenser ska reduceras. Innan intervjutillfällena hade forskarna fått en kortare beskrivning av respondenten och dennas erfarenhet av narcissism. Under intervjuerna försäkras sig intervjuaren om att respondenternas deltagande i studien är frivilligt samt att de bara delger information de själva anser sig bekväma att dela. Det förekom aldrig under

intervjutillfällena att respondenten upplevdes besvärad eller negativt påverkad av intervjun trots det allvarsamma ämne som berördes. Intervjuaren var noga med att bekräfta respondenten för att denna skulle känna sig bekväm. Därtill var intervjuaren lyhörd genom hela intervjun och anpassade eventuella följdfrågor utefter situationen. Samtliga 10 respondenter bekräftade vikten av att denna studie genomförs och att de är tacksamma att ämnet narcissism uppmärksammas. Det blev påtagligt att de som drabbats av en narcissist vill förmedla vidare sin kunskap inom ämnet för att åskådliggöra problematiken kring narcissismen. Framhävas bör att det denna studie eftersträvar att belysa är respondenternas egna erfarenheter av narcissistiska personlighetsdrag och inte narcissism i klinisk psykologiskt perspektiv. Därmed är det inte säkerställt att respondenternas föräldrar är diagnostiserade med narcissistisk personlighetsstörning då detta inte anses relevant för syftet med studien. För studiens syfte är det tillräckligt att respondenten själv upplevt narcissism hos sin förälder och kan redogöra för dessa drag och sina erfarenheter.

Det sista etiska kravet handlar om rollen som forskare. Forskarens integritet är avgörande för den vetenskapliga kunskapens kvalitet samt hållbarhet i de etiska beslut som fattas under undersökningens gång. Forskaren ska därtill upprätthålla en hög vetenskaplig kvalitet på den kunskap som rapporteras (Kvale & Brinkmann 2014, s. 111). Som forskare och intervjuare i denna studie har vi valt att dela upp intervjuerna på så vis att endast en av oss två ställer intervjufrågorna medan den andra närvarar vid sidan av och för anteckningar. Detta för att respondenten endast ska behöva förhålla sig till en person under intervjun. Dessa roller har vi bytt växelvis och fördelat jämnt på totalt 10 intervjuer, det vill säga fem intervjuer vardera. I rollen som forskare har vi gjort vårt yttersta för att vara så pålästa som möjligt inom ämnet. Flertalet respondenter har under intervjutillfällena uppgett att det varit givande att få prata med oss som är insatta och har förståelse i ämnet narcissism.

## **5 Resultat och analys**

I följande kapitel presenteras det sammanställda resultatet av studien och analysen.

Detta är en kvalitativ studie med inriktning mot idealistisk ontologi vilket bygger på idéer och tolkningar och att det krävs en tolkande människa för att skapa sanning. Sanningen kan således inte alltid avgränsas eller mätas. Idealistisk ontologi följer den hermeneutiska forskningstraditionen (Sapsford m.fl. 2003, s. 79). Studien innehar en deduktiv ansats. En tematisk analys illustreras genom en tematisk matris (bilaga 4) och resultatet presenteras utefter de teman som använts i analysen. Det första temat (se 5.1) berör narcissism och beskriver utmärkande drag för någon med denna personlighetsstörning. Det andra temat (se 5.2) behandlar självkänsla och hur denna påverkats och formats under uppväxten. Det tredje temat (se 5.3) inriktar sig på anknytning och förmågan att knyta an till andra. Slutligen, det fjärde temat (se 5.4) behandlar relationer, både inom familj och förmågan att skapa nya relationer senare i livet. Varje respondent presenteras med "R" följt av den siffra som är kopplad till dem, det vill säga från R1 upp till R10 (se Tabell 1, Urvalsmatris), vid hänvisning till resultat och analys av studien.

## **5.1 Att uppfostras av en narcissist**

Utmärkande kring frågorna om narcissism var att samtliga tio respondenter förklarade att det var först senare i livet som de förstått vad de varit med om och att deras förälder var narcissist. Insikten om uppväxten med en narcissist uppstod hos flertalet respondenter i relation till någon stor livsomställning, såsom att själv bli förälder, genomgå skilsmässa eller förlora någon närstående. R1 förklarade att hon i vuxen ålder och sedan hon själv blev mamma sett tillbaka på sin uppväxt med andra ögon och kan idag se de narcissistiska drag hennes mamma uppvisade redan då. Hon berättade att det inte gick att lita på hennes mamma och att mammans humör kunde skilja sig från den ena stunden till den andra och det krävdes att hon anpassade sig efter detta. De stunder mamman var extra glad kan hon nu i vuxen ålder koppla till de tillfällen de skulle i väg och göra något särskilt. Då skapades en falsk stämning om att allting var bra. Däremot påtalade R1 att hon aldrig känt att hon duger för sin mamma och har heller aldrig fått till sig det vilket hon uttryckte på följande vis:

När jag kom hem från skolan undrade jag alltid vad hon var på för humör. Om hon

var på det där goa glada eller inte. Det var som olika personligheter nästan. Nu i efterhand ser jag ju att när hon var glad så var det när vi skulle i väg någonstans eller göra nånting, för då bygger man upp en liten stämning och låtsas att 'åh vad mysigt vi har det'. Ja, det var liksom... Det var att man aldrig kunde lita på henne riktigt. Man dög aldrig, man fick aldrig höra det. Jag har aldrig hört det. (R1)

Genom citatet blev det tydligt att en narcissist ändrar sitt sätt att vara beroende på situationen. Människan har en medfödd egoism och står sig själv allra närmast (Sigrell & Teurnell 2011, s. 9). I en hemmamiljö där endast familjen vistas är narcissisten inte särskilt angelägen om att upprätthålla den där perfekta fasaden av att vara en trevlig och social person. Därtill blir det påtagligt att en narcissist inte bekräftar sina nära anhöriga om att de duger och är tillräckliga utan de är bara narcissisten själv som är viktig. De narcissistiska drag R3 upplevt hos sin pappa är den typiska grandiosa självbilden. Han ansåg sig vara störst, bäst och vackrast och ingenting förutom det spelade någon roll. Andra människor var mest i vägen för honom och det fanns aldrig nån omtanke eller sympati hos honom. En grandios självbild innebär en falsk och uppblåst självbild gällande exempelvis begåvning, skönhet, talang eller särskild framgång (Sigrell & Teurnell 2011, s. 48). R3 uttryckte sig på följande vis kring denna självbild: "Alltså han har ju liksom haft en väldigt grandios självbild. Tror att han är störst, bäst och vackrast och kör gärna över alla människor. Han bryr sig inte om att han sårar andra" (R3). Förutom den tydliga grandiosa självbilden blev det påtagligt att en narcissist inte bryr sig om andra människor runt omkring utan har bara sig själv i fokus då det är det mest väsentliga för en narcissist.

Ett oerhört stort ego med fokus endast på sig själv hellre än sin omgivning beskriver en narcissist lättbegripligt (Sigrell & Teurnell 2011). R4 och hennes yngre syster brukar tala om att deras mamma är "hög på en egotripp" och hänvisar detta till att allting bara handlar om mamman och hennes nytta. Barnen var aldrig det väsentliga i mammans liv utan kom i andra hand. Födelsedagar firades med fokus på mamman som fött och skapat dessa döttrar men barnen själva fick aldrig någon uppmärksamhet. Om mamman var bjuden på tillställningar där hon själv inte skulle stå i fokus valde hon emellanåt att inte närvara alls alternativt anklagade hon barnen i efterhand för att de inte gett henne den

uppmärksamhet hon förtjänar och ständigt förväntar sig. R4 förklarade mammans egoism enligt följande:

Vi har sagt det i många år nu jag och min syster, att vår mamma är hög på en egotripp. Allting som finns runtomkring henne är bara för hennes gagn och hennes nytta liksom. Vi har aldrig firat våra födelsedagar när vi var små utan den dagen var snarare som en hyllning till henne, för att hon är vår mamma. (R4)

Detta belyser hur narcissisten lever i sin egen värld utan bekräfta omvärlden. Det är narcissisten själv som är viktigast och ingen annan kan ta den platsen. Ännu en gång bekräftades den grandiosa självbilden hos narcissisten. Gällande särbehandling inom familjen förklarade R5 att tre av fyra syskon insett att deras mamma är narcissist medan det fjärde syskonet, den äldsta av dem, inte håller med. Han har fortsatt en nära kontakt med mamman medan de andra syskonen valt att ta ett steg tillbaka. En av systrarna mådde så pass dåligt att hon avslutade sitt liv vilket självklart var en stor tragedi för familjen. Dock kunde mamman ändå inte inse sin del i det hela utan pratade som om hon och dottern varit väldigt nära varandra när det i själva verket var tvärtom och denna dotter var den som först uppmärksammade mammans narcissistiska drag. Efter denna tragiska händelse valde syskonen att ta avstånd från mamman och har endast ”nödvändig” kontakt, det vill säga via barnbarnen eller vid särskilda tillställningar. Den äldsta brodern har dock fortfarande en nära kontakt med mamman och ser inte det de andra syskonen ser. R5 beskrev familjerelationen enligt följande:

Det är tre av oss syskon som liksom inser att 'ja men mamma är narcissist'. Hon gör de här grejerna som inte är bra. Sen har vi storebror då. Han har liksom fortfarande inte... Han har ännu inte insett det medan vi är tre syskon som liksom inte vill ha någon jättekontakt med mamma. (R5)

Att brodern inte höll med övriga syskon kan ha att göra med att han själv har narcissistiska drag, detta är något R5 själv nämnde senare under intervjun. Brodern sticker ut i jämförelse med övriga syskon och har en särskild relation till deras narcissistiska mamma samt verkar så bortom mammans narcissistiska drag. Enligt Folkhälsomyndigheten (2024) ökar *riskfaktorerna* att en individ ska

utveckla narcissistisk personlighetsstörning när de *skyddande* faktorerna minskar. Detta innebär således att uppväxtmiljön och huruvida barnet har skyddande faktorer omkring sig eller inte faktiskt spelar stor roll. Eftersom narcissism kännetecknas av egoism, hänsynslöshet och förakt för andra människor kan det leda till brister i föräldraskapet gällande de skyddande faktorerna (Sigrell & Teurnell 2011).

## 5.2 Att inte våga tro på sig själv

Genom det sammanställda resultatet blev det påtagligt att självkänslan bland respondenterna är låg. Uppväxten med en narcissistisk förälder har påverkat respondenterna i olika grad och samtliga respondenter förutom R1 och R9 uppgav en låg självkänsla. R1 uppgav däremot en icke existerande självkänsla medan R9 förklarade att hennes självkänsla var bra men att självförtroendet var sämre. Vidare berättade R1 att självkänsla är någonting hon inte vet hur det känns eftersom det är någonting som alltid saknas hos henne. Under sin uppväxt har hon aldrig fått känna sig tillräcklig eller att hon duger och belyser detta på följande vis: ”Alltså självkänsla är någonting som... Som jag inte alls vet hur det känns. Jag vet inte hur det känns att tro på sig själv eller känna att man duger för den känslan har aldrig funnits hos mig” (R1). Det var påtagligt att R1 inte fått den bekräftelse eller omtanke ett barn behöver under sin uppväxt. Dessutom berättade R1 att detta fortsatt även i vuxenålder och att mamman klankar ner på henne och hennes livsval i stället för att agera stöd i sin roll som förälder. Självkänslan utvecklas redan under uppväxten genom uppskattning och gränssättning med tillhörande konsekvenser (Nilsson 2015, s. 30). Ett barn som växer upp utan bekräftelse från föräldrarna riskerar därför att få en låg eller utebliven självkänsla, vilket kan konstateras i detta fall.

Vidare förklarade R3 att hon alltid haft en låg och relativt dålig självkänsla. Däremot har den inte orsakat skada i form av dåliga livsval eller liknande men hon förklarade att den alltid varit svag. Något som dock på senare år förstärkte hennes självkänsla var att själv bli mamma. I mammarollen har hon fått en förändrad och starkare självkänsla vilken hon beskrev så här:

Alltså den har varit rätt så dåligt kan jag känna. Ända sen jag var liten, från tonåren och upp i tidigt vuxenliv. Inte så att jag gjort en massa dåliga val men jag har känt att jag liksom haft en svag självkänsla. Men den har blivit mycket bättre sen jag blev mamma, så de senaste fem åren har den varit mycket starkare och förändrad.

(R3)

Självkänslan kan förändras genom livet och beror på livssituationen. I en trygg familj som visar omtanke och ger varandra kärlek kan självkänslan byggas upp från att ha varit låg på grund av förhållandena under uppväxten. Även R6 beskrev en låg självkänsla genom åren men förklarade att hon på senare år känt sig hel efter att ha jobbat mycket med sig själv och därigenom funnit sitt autentiska jag. Hon uppgav att hon alltid satt alla andra och deras behov framför sina egna samt alltid varit väldigt omhändertagande, både på gott och ont. Terapi kunde inte hjälpa då hon upplevde att terapeuten inte var tillräckligt insatt i ämnet narcissism och allt vad det innebär men hon har hittat andra vägar i livet och känner sig idag hel även om självkänslan fortfarande uppgavs vara låg. R6 förklarade hur hennes självkänsla påverkats hur hon är i relationer och att hon haft ständig otur med detta genom livet, då hon alltid dragits till män med narcissistiska drag som behandlat henne illa vilket hon beskrev enligt följande:

Idag så är jag ju hel kan man säga. Men min självkänsla har ju inte varit något bra under nästan hela mitt liv. Jag har ju varit en sån här som har tagit hand om alla människor och trott att jag ska kunna ändra på dem och så där. Men genom att jag har jobbat mycket med mig själv och så de här sista åren så har jag hittat mitt autentiska jag. (R6)

Genom att ha jobbat med sig själv ansåg sig R6 numera ”vara hel” även om självkänslan fortsatt var låg. Detta är dock någonting som hon i jämförelse med tidigare erfarenheter kan leva med. Enligt Leary och Guadagnos (2011, s. 340) sociometerteori påverkas självkänslan hos människan när de blir accepterade eller avvisade av andra människor. Detta bekräftade R10 som berättade om sin mammas narcissistiska drag och specifikt att ”allting alltid handlar om henne”. Vidare berättade R10 att hon aldrig riktigt känt sig älskad av sin mamma. Under uppväxten har hon inga minnen av att hon kramat eller suttit i knät på sin mamma. Däremot har hennes pappa varit mer närvarande. Hon

beskrev detta på följande vis: ”Hon har aldrig sagt till mig att hon tycker om mig, älskar mig eller kramat mig” (R10). Vid följdfrågan om respondentens barn blivit behandlade på samma sätt av sin mormor (det vill säga respondentens mamma) uppgav R10 att hon tror att det varit så. Hon kunde inte minnas att hennes barn heller fått en kram av sin mormor eller att mormodern visat omtanke i någon form. Däremot påtalade R10 att det varit viktigt för henne att inte bli som sin mamma utan hon är nog med att ge närhet och uppskattning till sina barn och har god kontakt med samtliga tre. R10 berättade även om påverkan hennes narcissistiska ex-pojkvän och hennes narcissistiska mamma har haft på henne. Hon har upplevt att många runt omkring henne gett henne bekräftelse såsom att hon är duktig och fin. Hon upplevde dock att detta inte spelade någon roll då hon önskade att bekräftelsen hon sökt skulle ha kommit från hennes mamma och ex-pojkvän vilket hon förklarar enligt följande:

Det är ju min mamma och mitt ex, det är ju dom som liksom på något jäkla vis ändå betytt mest för mig i mitt liv, men dom kan inte säga att jag gjort någonting bra någon gång. (R10)

Även om andra människor omkring respondenten bekräftade henne kände hon sig inte fulländad med tanke på att bekräftelsen uteblivit från de två personer som respondenten önskade bekräftelse ifrån mest. Visserligen kan djupa sår lindras av andra människor i ens omgivning men det är endast den som orsakat såren som kan läka dem helt. Vidare förklarade R9 att det som skadat henne mest under uppväxten är vad hon benämner som *silent treatment*. Hon berättade att hon växt upp med en narcissistisk pappa som använt sig av olika härskartekniker där *silent treatment* har varit den mest skadliga. På frågan vilka narcissistiska drag R9 upplevt hos sin förälder svarade hon: ”Oj, allt! Jag kan säga det som skadat mig mest är silent treatment. Det här med att jag... ja, men jag existerade verkligen inte. Om jag inte hade sagt, gjort, varit eller uttryckt någonting som var jag, så straffar det som en tystnad” (R9). Vidare berättade R9 att hon gjorde allt i sin makt för att försöka vara snäll men fick ändå ”bara skit för det”. Det spelade ingen roll vad hon gjorde, pappan kunde alltid vända och vrida på det för att få det till hennes nackdel. Han utövade såväl härskarteknik som sarkasm redan under hennes barndom.

Om en person blir avvisad av andra personer så kan tankar kring att det är deras eget fel uppkomma och detta bekräftade R2 när hon berättade om sin narcissistiska pappa och hur han fått henne att känna att hon aldrig var bra nog. ”Man var aldrig bra nog, gjorde han fel så var det alltid mitt fel. Så mycket ligger nog där i att man fick varje detalj petad på sig hela tiden så fort man gjorde fel” (R2). Grunden för självkänsla skapas redan i tidig ålder och om bekräftelse från föräldrar uteblir riskerar detta att påverka självkänslan hos barnet. Därtill kan självkänslan skadas om någon som står dig nära ständigt trycker ner dig i stället för att lyfta och bekräfta dig. Enligt Leary och Guadagno (2011) strävar människan efter att bli accepterad av andra människor i sin omgivning samt att undvika avvisande från andra då detta påverkar vår självkänsla negativt. Vidare menar Leary och Guadagno (2011) att en försämrad självkänsla skapas genom att personer tycker illa om sig själva.

### **5.3 Att våga känna tillit till sig själv och andra**

Resultatet gällande anknytning visade att de flesta respondenter reflekterade över anknytningen till vänner och nuvarande familj snarare än den anknytning som sker mellan ett spädbarn och förälder. R3 var däremot insatt i anknytningsteorin och dess olika mönster och hade själv insett att hon innehar en otrygg ambivalent anknytning. Denna form av anknytning innebär enligt Bowlbys teori att barnets behov inte konsekvent kommit i första hand då föräldern varit upptagen med sig själv och inte kunnat lyssna in barnet (Broberg m.fl. 2020, s. 81). “Jag har ju kommit på att jag inte har den där trygga anknytningen utan jag har den som är otrygg ambivalent. Det kom jag på här för några år sedan” (R3). R3 har på senare år insett vad hon genomgått under sin uppväxt och har därför börjat intressera sig för ämnet narcissism. R3 har även förmedlat vidare sina kunskaper till sin lillasyster som varit med om liknande upplevelser trots att hon är betydligt yngre och först nu på senare tid kommit till insikt. R3 förklarade att hon föddes som prematur och därför tillbringade sina första månader i en kuvös. Föräldrarna fick bara hälsa på en timme om dagen och omständigheterna blev för svåra för de nyblivna föräldrarna att hantera. Detta påverkade i allra högsta grad anknytningen som kom att bli otrygg ambivalent. Personer med en otrygg ambivalent

anknytning kan i vuxenlivet ofta uppfattas som kreativa och nära till sina känslor. I nära relationer tenderar de dock att skrämmas i väg andra på grund av sin starka önskan om närhet. En del är så pass rädda för att bli övergivna att helt undviker att ha nära relationer (Broberg m.fl. 2020, s. 81).

På frågan om hur respondenten såg på begreppet anknytning berättade R7 att hon kände obehag av ordet anknytning och förklarade att det genast förde hennes tankar till någon form av beroende på ett negativt sätt. Eventuellt grundade sig denna tanke och känsla i att hennes egen anknytning inte var av trygg karaktär utan någon form av otrygg anknytning med tanke på hennes uppväxt med en narcissistisk förälder. Tankarna for direkt till någon form av beroende och beroendeställning vilket ledde till att hon kände sig illa till mods vilket hon förklarade på detta vis:

Oj, jag får någon sån här känsla av beroende. Det är beroende som skapas mellan två personer. Och det kanske är den känslan jag känner blir negativ då. Alltså jag vet inte, men jag känner att anknytning inte var ett så positivt ord för mig. (R7)

Grunden för anknytning utgörs redan i spädbarnsåren och troligtvis är det på grund av en otrygg anknytning som R7 kopplade ordet till någonting negativt. Hon påtalade dock senare under intervjun att hon har god anknytning till den familj hon själv valt i sitt vuxna liv.

R9 berättade att hennes egen anknytning var ”jätteskadad” på grund av hennes uppväxt och att detta gett konsekvenser även i det vuxna livet. Vidare påtalade R9 att vi kan ändra vårt anknytningsmönster men att det kräver mycket arbete, exempelvis i form av terapi, och att de invanda beteendena ändå oftast finns kvar på grund av att människan är sådan. Respondenten har under sitt vuxna liv brutit med hela sin familj, både föräldrar och syskon då hon ansåg att det var enda sättet att komma vidare i sitt eget liv. Hon har försökt ta hjälp av vården och genom terapi men förklarar att hon inte kunnat få den hjälp hon behöver då det råder en kunskapslucka i ämnet narcissism och att detta således påverkar den utsatta. R9 lider i dag av en särskild form av PTSD som i dagsläget är tämligen utforskad och det finns endast begränsad hjälp att tillgå. Hon förklarade sin anknytning så här:

Ja, men för mig personligen så är den ju jätteskadad, vilket har konsekvenser i mitt vuxna liv också. Så att ja, men det är ju det band vi skapar i tidig ålder som vi sen även har i våra vuxna relationer. Vi kan ju alltså ändra anknytning, men om man inte jobbat extremt mycket med sig själv så sitter ju ofta beteendena kvar. (R9)

För att komma vidare i livet ansåg R9 att enda vägen var att bryta helt med sin familj som orsakat hennes skadade självkänsla och nuvarande PTSD. Hon fortsätter att jobba med sig själv på det sätt hon kan även om resurserna är begränsade vilket hon själv påtalade under intervjun. R9 uppvisade en form av otrygg anknytning vilken ofta leder till särskilt svåra relationsstörningar även i vuxenlivet och denna grupp tillhör de med störst behov av professionell hjälp för att bryta sitt anknytningsmönster (Broberg m.fl. 2020, s. 81).

Angående anknytning och narcissism förklarade R10 att det var hennes dotter som fick henne att förstå att hon vuxit upp med en narcissistisk mamma. Dottern hade påtalat att hennes mormor verkade besitta flertalet narcissistiska drag. Däremot var dottern tydlig med att dessa drag inte återspeglades i hennes egen mamma och var snarare förvånad över hur hennes mamma kunde vara så bra med tanke på den uppväxt hon haft. R10 berättade: ”Och liksom, ja för X säger ju det åt mig att det är ju helt makalöst egentligen att du är den mamma du är med den uppväxt som du haft” (R10). Det framgick att respondenten själv kunnat identifiera dessa narcissistiska drag hos sin mamma och hon varit lättad över att hon inte ärvt detsamma. Hon kunde även förstå varför hon känt på ett visst sätt när hon tittar tillbaka på olika händelser genom livet och applicerar narcissismen därpå. Hon hade aldrig känt sig sedd, älskad eller uppskattad av sin egen mamma.

R8 berättade att hon är äldst av två systrar. Hon uppgav att det blivit tydligt för henne på senare år att det var hennes pappa som ville ha barn, inte hennes mamma. Därtill hade mamman gjort det extra tydligt att lillasyster var oönskad genom att sagt det direkt till henne vilket R8 belyste genom följande: ”Hon sa rakt ut någon gång att hon inte ville ha mer än en. Det måste ju ha påverkat min syster att inte vara önskad naturligtvis” (R8). Att som barn få höra av sin egen förälder att du inte var önskad sätter självklart

sina spår både i självkänsla och anknytning. Det sårar och skadar dig som person att tryckas bort av den som ska hålla dig närmast. R8 fortsatte att berätta om sin relation till mamman:

Jag kan tänka på att jag aldrig tyckte om min mamma. Jag ville själv inte ha barn på grund av att jag inte kunde fatta att man ville bli mamma. Om moderskap innebar att man skulle vara så elak, då förstod jag ingenting. (R8)

R8 förklarade att hon aldrig fått uppleva vare sig kärlek eller ömhet från sin mamma. Hon kunde inte förstå varför hennes mamma valt att skaffa barn. Det satte sådana spår i respondenten att hon under många år själv var säker på att hon inte ville ha barn. Detta ändrades dock med tiden och hon fick en dotter som hon har en god relation med. Det var flera av respondenterna som uppgav att de var rädda att bli som sin egen förälder och i vissa fall hade den rädslan varit så pass stor att respondenten valt att inte skaffa barn, som till exempel R9. Hon kunde inte se någon mening med att skaffa barn när hon tittade tillbaka på hur hon själv behandlats under hela sin uppväxt. Hon kunde heller inte förstå varför ”en sådan person” som hennes pappa valde att skaffa barn, berättade R9.

Resultatet visade att flera av deltagarna uppgav att föräldrarna skapat en brist på tillit till andra människor, vilket sedan påverkat anknytningen i sig men också kärleks- och vänskapsrelationer i vuxen ålder. Detta kan kopplas till anknytningsteorin och de anknytningsmönster som skapas under barndomen. Broberg m.fl. (2020, s. 81) förklarar att barn som växer upp utan stöd från sina föräldrar, eller som utsätts för ett undvikande alternativt avvisande beteende, förmodligen kommer drabbas av någon form av otrygg anknytning även senare i livet då deras grundbehov inte tillgodosätts.

## **5.4 Förmågan att skapa relationer**

Resultatet gällande relationer och förmågan att skapa nya relationer samt relationen till sig själv visar att respondenterna ansåg sig över lag ha lätt för att skapa nya relationer. Flera av respondenterna poängterade att de själva inte ville bli som sin narcissistiska

förälder som de uppfattade hade ett begränsat eller icke existerande socialt liv. Det uppfattades även en rädsla hos vissa av respondenterna när det kom till att själva bli föräldrar. R1 ville bli tvärtemot sin egen mamma och säger följande: ”Jag vill ju vara allting som... Som jag inte fick när jag var liten och jag ville vara motsatsen till allt vad min egen mamma är” (R1). Det blev tydligt att mamman orsakat R1 djupa sår under uppväxten och att hon vill läka dessa genom att behandla sina egna barn tvärtemot hur hon själv blivit behandlad under sin uppväxt. Även R2 gjorde det tydligt att hon kände likadant gällande sin förälder för berättar: ”Jag tror jag sa det till mamma, att jag inte ville bli som pappa. För jag tyckte han var en väldigt ensam person” (R2). Ytterligare påtalade R2 dock att hon haft en god förebild i sin mamma som stöttat henne genom hela uppväxten men tydliggjorde att pappan orsakat hennes låga självkänsla och bristande tilltro på sig själv.

R5 berättade att hennes pappa räddade hennes uppväxt med en narcissistisk mamma. Däremot led pappan senare av alkoholism som en reaktion på det medberoende han levte med under många år. Hon tror även att pappan undermedvetet försökte skydda barnen från mamman och hennes beteende: ”Ja men pappa, han var liksom den trygga punkten. Han var snäll och han drack inte då på den tiden. Han försökte nog skydda oss från mamma utan att han visste om det, tror jag” (R5). En person som viker ner sig och bara göra vad den blir tillsagd utan att streta emot är det perfekta offret. En narcissist drabbar alla inblandade och det är oerhört svårt att bryta sig loss.

Vidare förklarade R6 att hon alltid varit öppen för nya relationer trots sin uppväxt men att hon i dag är noga med vilka hon släpper in på djupet. Hon har lätt för att skapa relationer men har på grund av sin uppväxt tidigare hamnat i flertalet destruktiva relationer då det var det hon drogs till på grund av att hon kände igen sig i det. R6 sa följande:

Nej men alltså jag är en öppen människa idag. Alltså, jag har ju varit öppen hela tiden och släppt in liksom osunda relationer i mitt liv. Men idag är jag på ett annat vis. Jag är inte rädd för att möta människor men jag är väldigt noga med vilka som jag bjuder in i mitt privatliv om man säger så. Vilka jag vill ha som vänner och så.

(R6)

R6 är tydlig med att hon idag är noga med vilka hon bjuder in i sitt privatliv. Campbell, Foster och Finkel (2002) belyser att narcissism ofta är associerat med en spelande kärleksstil. En spelande kärleksstil betyder bland annat att det är mindre fokus på att skapa långsiktiga band och sannolikt mer manipulation samt otrohet. Campbell, Foster och Finkel (2022) menar också att narcissister kan ha en tendens till att söka sig till individer med låg självuppfattning, det vill säga lätta byten för narcissister att starta en relation med. Därav kan det bli svårt att ta sig ur en destruktiv relation och det är tydligt att det tar tid att läka och att barndomen och uppväxten sätter sina spår hos en människa. En del sår kan lindras och blekna med tiden medan andra djupa sår blir kvar genom hela livet utan att läka. Något som varit svårt med anledning av att det inte finns förståelse från omgivningen har varit att bryta kontakten med sin förälder. R7 beskrev att hennes vänner inte haft förståelse utan mer anklagat henne när hon velat kapa bandet till sin mamma. De har föreslagit att hon ska be mamman ändra sig och sitt beteende men inte varit insatta i vad narcissism innebär och hon belyste skammen på följande vis: ”Den ganska stora skammen att bryta kontakt med sin mamma har ju varit otrolig. Normalt sätt så bryter man inte kontakt med sin mamma” (R7). Ytterligare berättade R7 att trots att hon brutit med sin mamma flertalet gånger blir det aldrig konstant eftersom mamman finner sina vägar tillbaka in i sin dotters liv och hon berättar: ”Så hon är där i periferin hela tiden” (R7). På senare tid har respondenten valt att inte berätta för omgivningen om att hon brutit kontakten med sin mamma då det ändå inte finns någon förståelse utan mer anklagelser och skuldbeläggande på henne. Hon berättade att hon blir arg av tanken på att hon är den som blir klandrad när det är hon som är den drabbade i situationen.

Det finns som tidigare nämnts en underliggande oro att själv bli som sin narcissistiska förälder eller att ha ärvt dessa drag. R7 menade att hon har väldigt lätt att skapa nya relationer med människor men att hon stundtals funderar över om det beror på att hon, likt sin mamma, är manipulativ. Hon berättade att hon emellanåt reflekterar över att hon alltid varit omtyckt och har lätt att ta sig an nya människor men känner en oro över att det beror på att även hon besitter manipulativa drag. Detta är dock ingenting hon fått

bekräftat att hon haft vilket hon tydliggjorde. Angående respondentens förmåga att skapa relationer sa hon så här:

Jag har nog inte svårt att skapa relationer. Det som ligger mig i fatet efter min uppväxt och min mamma är väl det här om jag är manipulativ eller inte. Är det så att jag manipulerar i och med att jag känner att jag har lätt att *connecta*? Är det för att jag är duktig på att manipulera? Den tanken slår mig ibland. (R7)

Att växa upp med en manipulativ förälder har satt sina spår hos respondenten på så vis att hon ifrågasatt om hennes förmåga att skapa nya relationer i grund och botten beror på att hon, likt sin mamma, är manipulativ.

För att komma vidare i livet behövde R9 bryta med hela sin familj. Det var hennes pappa som hade narcissistiska drag och beteenden men hon har på senare år förstått att även hennes bror visat ett liknande beteende. Därtill påtalade hon att det än i dag är jobbigt för henne att skapa relationer med andra, hon ger allt men vågar inte stå upp för sig själv. Detta ser hon som en konsekvens av att ha växt upp i ett narcissistiskt hem. På frågan om hur respondenten beskriver sin självkänsla svarar hon: ”Ehm... ja men noll. Min biologiska familj har jag brutit med helt och resultatet av min uppväxt har gjort att jag har valt att inte ha relation. Så att det får ju ofta svåra konsekvenser på många håll” (R9). Vidare berättade R9 att hon å ena sidan har lätt att skapa nya relationer på så vis att alla vill vara hennes vän för hon är så snäll och omtänksam men att det sedan slår tillbaka på henne själv då hennes egna behov läggs åt sidan till förmån för andras.

Likaså R4 ansåg sig ha lätt att forma nya relationer i vuxenlivet och förklarade att med tanke på den uppväxt hon haft har hon behövt jobba extra mycket på detta. På frågan om hennes förmåga att skapa nya relationer svarade R4:

Den får ju sådana ungar som jag jobba med eftersom att vara barn till narcissistisk förälder är att egentligen vara med i en sekt. Du är väldigt låst kring dem för att de behöver hela tiden bekräftelse på att allting handlar om dem. (R4)

Det har inte förefallit sig naturligt för R4 under barndomen att bli vare sig prioriterad eller bekräftad. Hon har dock på senare år lärt sig hur hon ska agera för att fungera kring andra människor och har dragit nytta av sina erfarenheter från

barndomen. R4 var noga med att poängtera att hon inte under några som helst omständigheter vill uppfattas på samma sätt som sin narcissistiska mamma.

Resultaten av denna studie kan kopplas till Campbells (1999) studie som visar hur narcissister tenderar att attraheras av mycket positiva och beundrande människor. Därtill tenderar attraktionen att vara mindre för de som erbjuder potential för känslomässig intimitet. Slutligen visar resultatet att narcissistens romantiska attraktion är en del av en strategi för att höja sin egen självkänsla (Campbells,1999).

## **5.5 Avslutande reflektioner**

Samtliga tio respondenter bekräftade att det var i vuxen ålder de förstått att deras förälder var narcissist. I och med att de inte längre lever tillsammans med sin narcissistiska förälder finns möjlighet till intervention, det vill säga någon form av åtgärd, behandling eller insats. En intervention kan förklaras som en medveten åtgärd för att åstadkomma en förändring (Socialstyrelsen, 2012). Detta kan vara särskilt betydelsefullt om respondenten själv vill bli- eller snart ska bli förälder och reflekterar över sin egen uppväxt. Det blev påtagligt genom studien att omvärlden har svårt att förstå vad narcissism innebär och hur allvarligt det är för den som drabbas. I en tidigare studie gjord av Shaw (2010) är det tydligt att konsekvenserna hos den drabbade är stora. Konsekvenser såsom en svag självkänsla, osunda kärleksrelationer och en känsla av att alltid ha fel kan komma att förfölja den utsatta under stora delar av livet. Den som väljer att bryta med sin narcissistiska förälder blir snabbt skuldbelagd av sin omgivning som inte förstår allvaret med narcissism. De föreslår i stället sådant som att personen ska be sin förälder ändra sig eller att de ska försöka ”se bortom det där” (R8) för du kan inte bryta relationen med din förälder. Skammen faller således på personen som väljer att bryta från någon som skadar dem i stället för att läggas på den som faktiskt är skyldig vilket i detta fall är narcissisten. Flera av deltagarna i Lyons m.fl. (2023) studie berättar om att de brutit kontakten med sin narcissistiska förälder, detta har visat sig vara positivt för återhämtningen. En av deltagarna berättade att relationen till hennes man blivit starkare och bättre sedan kontakten med föräldern bröts. Lyons m.fl. (2023)

belyser också svårigheterna kring att bryta kontakten med sina föräldrar. Ofta förstår inte de drabbades partner eller svärföräldrar varför kontakten till föräldrarna har brutits och personen som sagt upp kontakten med sina föräldrar upplever ofta stigma från andra människor. Det kan till exempel handla om att den drabbade upplevs som barnlig eller självisk.

Ytterligare klargjorde det sammanställda resultatet att det var övervägande mammor som hade dessa narcissistiska drag. Av totalt tio respondenter uppgav 7 att det var deras mamma som var narcissist medan 3 respondenter uppgav att det var pappan som var det. Flera av respondenterna uppgav att det fanns ett medberoende hos den förälder som inte var narcissist men som levde i ett förhållande med en. Detta medberoende förekom exempelvis i form av alkoholism. En respondent berättade att hennes pappa använde sig av "silent treatment" och behandlade henne således som luft och bekräftade inte hennes existens. När en människa inte blir sedd eller bekräftad av andra människor kan det leda till låg självkänsla. Leary och Guadagno (2011) menar att människan strävar efter att bli accepterad, när människan då i stället blir avvisad kan det påverka självkänslan negativt och destruktiva tankar kring hur man är som person kan uppstå.

## **6 Diskussion och slutsatser**

Syftet med denna studie är att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Det är respondenternas egna erfarenheter och upplevelser som står i fokus och studien utgår från ett socialpsykologiskt perspektiv snarare än klinisk psykologiskt perspektiv vilket kan riktas mer mot exempelvis barnmisshandel vilket denna studie inte behandlar. För att undersöka studiens syfte har vi utgått från tre frågeställningar där den första handlar om hur självkänslan påverkas hos en person som vuxit upp med en narcissistisk förälder. Genom denna studie blir det tydligt att självkänslan påverkas ogynnsamt för en individ som växer upp med en narcissistisk förälder. Grunden till en bra självkänsla bottnar i bekräftelse och omhändertagande, att bli sedd och bekräftad av sin närmaste omgivning och i synnerhet av sina föräldrar (Leary & Guadagno, 2011).

En narcissistisk förälder har varken viljan eller förmågan att tillgodose någon annans behov framför sina egna vilket leder till att barn till narcissister blir åsidosatta och kommer i andra hand. Tidigare studie utförd av Lyons m.fl. (2023) åskådliggör hur uppfostran av en narcissistisk förälder kan resultera i låg självkänsla och flertalet efterföljande motgångar senare i livet och orsaka exempelvis depression och ångest eftersom denna föräldrastil präglas av hög kontroll i kombination med låg omsorg. Ytterligare studier genomförda av Määttä och Uusiautti (2018) klarlägger att självkänslan påverkas av att växa upp i ett hem med narcissistiska föräldrar och flertalet forskningsdeltagare i studien uppger att deras uppväxt fortsatt sätta sin prägel på deras självkänsla även i vuxen ålder. Även Rawn, Keller och Widiger (2023) åskådliggör genom sin studie hur föräldrarnarcissism relaterar till negativt föräldraskap på grund av den grandiosa självbilden hos föräldern. Även barnets självkänsla påverkades av föräldrarnarcissism i och med att barnet inte fick tillräckligt med bekräftelse eller omtanke. Samtliga tidigare studier återspeglar vad som framförts i denna studie, det vill säga att självkänslan hos en individ som växer upp med en narcissistisk förälder kommer att påverkas och kan fortsätta göra det genom hela livet.

Leary och Guadagno (2011) belyser hur avvisande och social acceptans påverkar självkänslan hos människor. Att självkänslan kan pendla från låg till hög har att göra med människors erfarenheter av utanförskap och sociala inkludering. En ökad självkänsla kan utvecklas genom positiva erfarenheter av social inkludering, medan negativa erfarenheter och upplevelser av socialt utanförskap påverkar självkänslan negativt. Flera av respondenterna förklarade att de upplevt någon form av avvisning från sin narcissistiska förälder under sin uppväxt. Det kunde till exempel vara att de inte känt sig älskade av sin mamma eller pappa men också bristen på kärlek och ömhet i hemmet under uppväxten. Flertalet av respondenterna har negativa erfarenheter av utanförskap och avvisning från deras narcissistiska förälder vilket kan leda till en skadad självkänsla både som barn men också fortsatt som vuxen. Vidare menar Leary och Guadagno (2011) att "relationellt värde" är en avgörande faktor för människans självkänsla. Det relationella värdet handlar om i vilken grad en relation till en annan

människa uppfattas som värdefull eller viktig. Leary och Guadagno (2011) menar att en individs relationella värde till andra människor kan påverka människans självkänsla, ju högre relationellt värde en individ har i andras ögon desto mer sannolikt är det att individen blir inkluderad och skyddad.

Utifrån den andra forskningsfrågan som berör hur förmågan att skapa förtroendefulla relationer påverkas uppmärksammades att flertalet av respondenterna påtalade att deras relationer i vuxenlivet, såväl kärleksrelationer och vänskapsrelationer, påverkats när det kommer till tillit och att våga släppa in någon på djupet. Shaw (2010) belyser genom en narrativ analys som fokuserar på en kvinnas berättelse hur uppväxten med en narcissistisk mamma präglade hennes liv. Kvinnans kärleksrelationer har påverkats av hennes svaga självkänsla och starka misstro på andra människor. Lyons m.fl. (2023) har studerat hur det är att växa upp med narcissistiska föräldrar och vilket inflytande det har på barnet. Resultatet visar att föräldrarna skapat en brist på tillit till andra människor och att barnen haft svårt med anknytning även senare i livet, till exempel i kärleks- och vänskapsrelationer. I vuxen ålder är personer med otrygg undvikande anknytning ofta omtvetyckta av sin omgivning men tenderar att fungera bättre i mer ytliga relationer snarare än djupa. Kopplat till Campbell, Foster & Finkel (2002) studie om sambanden mellan narcissism, självkänsla och kärlek visade det sig att narcissism associeras med mer ytliga relationer än djupa. De upprätthåller en distans i nära relationer och kan upplevas svåra att komma nära inpå eftersom de lätt drar sig undan när krav på närhet uppstår. En otrygg ambivalent anknytning kan leda till att personer i vuxenlivet uppfattas som kreativa och nära till sina känslor men i nära relationer tenderar de att skrämmas i väg andra på grund av sin starka önskan om närhet. En del är dock så pass rädda att bli övergivna att de i stället undviker att ha nära relationer. En otrygg desorganiserad anknytning kan leda till särskilt svåra relationsstörningar även i vuxenlivet och denna grupp tillhör de med störst behov av professionell hjälp för att bryta sitt anknytningsmönster (Broberg m.fl. 2020, s. 81).

Den tredje och sista frågeställningen handlar om vilka konsekvenser anknytningen har för självkänslan senare i livet och här blir det tydligt genom samtliga respondenters svar

att anknytningen påverkats av uppväxten med en narcissistisk förälder. Majoriteten av respondenterna kopplade initialt begreppet anknytning till sina nuvarande familje-, vänskaps- och kärleksrelationer snarare än den anknytning som skett mellan dem och deras egna föräldrar. Utmärkande under intervjuerna var när begreppet otrygg ambivalent anknytning lyftes av en respondent som var väl insatt i ämnet. Denna form av anknytning innebär att barnet har erfarenhet av att inte bli omhändertagna eller ibland rentav avvisade när de söker hjälp och tröst hos föräldern. Denna osäkerhet kan leda till att barnet känner separationsångest och rädsla. Därtill är majoriteten av dessa barn i stor utsträckning känslolösta. Hos en vuxen kan denna form av anknytning leda till utmaningar gällande kärleks- och vänskapsrelationer samt inom professionella sammanhang på grund av att en otrygg anknytning tenderar att påverka självkänslan negativt, vilket innebär att personen i fråga kan ha tillitsproblem gällande andra människors avsikter samt en rädsla för att bli svikna och lämnade (Broberg m.fl. 2020).

Syftet med studien är att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Det är således respondenternas egna erfarenheter och upplevelser som ligger till grund för resultatet och analysen. Utifrån detta vill vi även utreda hur självkänslan påverkas av uppföstran av en narcissistisk förälder. Därtill undersöks hur förmågan att skapa förtroendefulla relationer i vuxen ålder påverkas samt vilka konsekvenser anknytningen har för självkänslan senare i livet. Syftet med studien anses uppfyllt med hänvisning till att det via samtliga tio respondenter framkommit belägg som visar på att självkänslan påverkas negativt av att växa upp med en narcissistisk förälder. Dessutom framgår att problemet inte ligger i att skapa nya relationer utan snarare i att skapa förtroendefulla relationer i vuxen ålder då det förekommer en övervägande tillitsproblematik bland respondenterna. Med tanke på att respondenterna inte längre lever tillsammans med sin narcissistiska förälder finns möjlighet till någon form av intervention för att komma vidare i processen genom en medveten åtgärd för att åstadkomma en förändring. Slutligen, gällande anknytningen ses en påverkan på självkänslan i och med att bekräftelse, omtanke och kärlek från föräldern uteblivit och därmed har någon form av

otrygg anknytning bildats hos samtliga respondenter.

## **6.1 Diskussion om kvalitetskriterier och etiskt perspektiv**

För att säkerställa reliabiliteten är intervjuguiden baserad på syftet och frågeställningarna i studien, detta för att hållas inom ramen för det studien avser att undersöka. Intervjufrågorna är väl genomtänkta vilket genererar mer trovärdig data som sedan kan analyseras. För att säkerställa validiteten i studien säkerställdes att empirin besvarade frågorna som ställdes. Frågorna som ställdes under intervjuerna anses valida i sammanhanget då de ansågs relevanta för syftet och frågeställningarna. Kirk och Miller (1986, s. 13) menar att tillförlitlighet och pålitlighet är kopplat till språket i ett vardagligt samtal. Forskarna av studien tog i beaktande att alltid vara pålitliga och ställa rätt frågor vid rätt tillfälle, detta för att kunna uppnå ett så sanningsenligt resultat som möjligt. Gällande de fyra etiska principerna tas dessa i största beaktning genom hela studien. Under rekryteringen av respondenter informeras att deltagandet är helt frivilligt och anonymt. I samband med rekryteringen delger samtliga respondenter forskarna en kort information om sig själv samt sin erfarenhet av en narcissistisk förälder. Innan intervjun äger rum skickas informationsbrevet ut till samtliga respondenter med information om syftet med studien och vad deras deltagande kan bidra med. Varje intervju inleds med insamlande av samtycke från respondenten angående ljudinspelning och en påminnelse om att deltagandet är frivilligt samt att respondenten kommer avidentifieras i studien. Samtliga intervjuer äger rum i avskildhet för att minimera risken att bli avbrutna eller att någon obehörig avlyssnar samtalet. Respondentens namn nämns aldrig under inspelningen med hänsyn till konfidentialitetskravet och för att bevara största möjliga anonymitet. Vidare kallas samtliga respondenter för "R" följt av en siffra för att kunna skilja dem åt. Den siffra de fått är helt enkelt samma som de hade i turordningen de intervjuades, från 1 till 10. När transkriberingarna och analysen är ordentligt utförda raderas det inspelade materialet, det vill säga ljudupptagningarna. Respondenternas fullständiga namn finns inte nedskrivna någonstans, i stället används kodnamn kopplat till varje respondent, detta för att bevara anonymiteten i största möjliga mån. Forskarna gör sitt yttersta för att bidra till att respondenten ska känna sig

bekvämt och sedd genom hela intervjun. Respondenten ska inte behöva känna sig besvärad på grund av sitt deltagande i studien. Forskaren tillämpar lyhördhet och följsamhet under intervjun genom att bekräfta och ställa eventuella följdfrågor när tillfälle ges. För att underlätta för respondenten håller endast en av forskarna i intervjufrågorna medan den andra sitter bredvid och antecknar, detta för att minska pressen på respondenten och för att skapa en känsla av förtrolighet.

Det åldersspann som användes initialt vid rekryteringen av respondenter var 25–35 år. Förfrågningar om deltagande i studien publicerades i olika Facebookgrupper som innehöll ordet ”narcissist” och på Instagram via en profil med över 6 000 följare. Till en början var det endast ett fåtal som hörde av sig och ville ställa upp i studien. Då det krävs minst 10 respondenter behöver en justering göras och därför togs det övre åldersspannet bort. Det nya var således respondenter i åldern 25 år och uppåt. Det märktes genast en stor skillnad och respondenter hörde av sig både via mail och på Messenger. Det enda som krävdes var att respondenten skulle vara kvinna i åldern 25 år och uppåt samt ha vuxit upp med en narcissistisk förälder. Tack vare att den övre åldersgränsen på 35 år togs bort kunde även äldre kvinnor medverka i studien som nu har ett spann på 25 till 71 år. Det blev tydligt under studiens gång att de flesta hade insett först senare i livet att de vuxit upp med en narcissistisk förälder och möjligen var det därför deltagandet ökade då åldersgränsen på 35 år togs bort. Den lägre gränsen på 25 år valdes med önskan om att respondenten skulle ha hunnit flytta ifrån sina föräldrar, fått distans och kanske själv skaffat partner, barn etc. Denna åldersgräns kvarstod därför genom studiens gång.

## **6.2 Slutsatser**

Kunskapsluckan denna studie grundar sig på är fördjupning av ett kvinnligt perspektiv gällande narcissism och dess påverkan på självkänslan och förmågan att skapa förtroendefulla relationer senare i livet. Även om det kvinnliga perspektivet lyfts i tidigare studier, exempelvis i Määttä och Uusiauttis (2018) studie, anses det finnas ytterligare utrymme för bredare och mer djupgående undersökning kring detta. Därtill sågs utrymme att vidare undersöka hur anknytningen påverkas i och med att denna är

obeständig och vanligtvis studeras på gruppdata och inte på den enskilda individen (Broberg m.fl. 2020). Genom studien dras slutsatsen att samtliga kvinnor som deltagit i studien först senare i livet fått insikt om narcissismen de själva upplevde under barndomen och även fortsatt upplever. I och med att respondenterna inte längre lever tillsammans med sin narcissistiska förälder dras även slutsatsen att det finns möjlighet för intervention för att skapa förändring. Detta kan vara särskilt betydelsefullt om respondenten själv vill bli förälder och har reflekterat över sin egen barndom och dess påverkan. Något som framkommit genom studien och som anses utmärkande är förmågan att bygga tillit. Det handlar både om att skapa tillit till andra och tilliten till sig själv. Denna slutsats är något som kan appliceras på den samhälls- och praktiska nytta denna studie bidrar med. Tidiga hjälpinsatser från omgivningen, exempelvis från BVC, skulle kunna hjälpa att stötta då anknytningen och därmed tilliten brister. Insats av andra omvårdnadspersoner än endast föräldrar kan vara att föredra om narcissistisk personlighetsstörning förekommer hos föräldern, då detta kan gynna anknytningen hos barnet.

Studien åskådliggör tio kvinnors individuella redogörelser om hur deras uppväxt påverkat deras självkänsla även i vuxen ålder. Forskningsproblemet i denna studie berör hur kvinnors självbild påverkas av att uppfostas av en narcissistisk förälder. Det är nödvändigt att sluta skuldbelägga den som drabbas av en narcissist. Om skammen ska ligga någonstans är det på utövaren, det vill säga narcissisten, och inte på offret i fråga. Samtliga respondenter i denna studie uppger att deras självkänsla påverkats av att växa upp med en narcissistisk förälder i och med att de inte fått den bekräftelse, omtanke eller kärlek som krävs för att bygga en bra grund för självkänslan under barndomen. Begreppet narcissism behöver lyftas och åskådliggöras mer i samhället för att skapa en större förståelse för vad det innebär och vad samhället kan göra för den som är utsatt. Vad som framkommit i studien finns en ytterst begränsad hjälp att få för att bryta sig loss från en narcissist. Det är inte tillräckligt för den drabbade att genomgå psykolog- eller kuratorsamtal om den legitimerade i fråga inte innehar tillräckligt med kunskap inom ämnet narcissism. Det finns en begränsad mängd specificerade på narcissism

vilket leder till att det blir en ekonomisk fråga ifall den drabbade kan få den hjälp som krävs. Denna studie bidrar till förståelse för såväl de som drabbas av narcissism som för de som sedan ska hjälpa de drabbade. Ju mer ämnet narcissism lyfts i samhället desto större allmän förståelse skapas. Det är således tydligt genom denna studie att det krävs en bredare kunskap inom samhället angående narcissism. Därtill behövs utökade hjälpinsatser för de som drabbas av narcissism då det i nuläget finns ytterst begränsad hjälp att få.

## 7 Referenser

- Alvinus, A., Borglund, A. & Larsson, G. (2023). *Tematisk analys*. Lund: Studentlitteratur.
- Backman, J. (2016). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.
- Baker, A. (2006). Patterns of Parental Alienation Syndrome: A Qualitative Study of Adults Who were Alienated from a Parent as a Child. *The American Journal of Family Therapy*, 34, s. 63–78. doi: 10.1080/01926180500301444.
- Bernard, R. and Ryan, G. (2010). *Analyzing qualitative data: Systematic approaches*. London: SAGE Publications.
- Broberg, A., Risholm Mothander, P., Granqvist, P. & Ivarsson, T. (2020). *Anknytning i praktiken: tillämpningar av anknytningsteorin*. Första utgåvan [Stockholm]: Natur & Kultur.
- Campbell, W. K. (1999). Narcissism och romantisk attraktion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77 (6), 1254–1270. doi: 10.1037/0022-3514.77.6.1254.
- Campbell, W. K., Foster, C. A. & Finkel, E. J. (2002). Leder självkärlek till kärlek till andra? En berättelse om narcissistiskt spelande. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (2), 340–354. doi: 10.1037/0022-3514.83.2.340.
- Folkhälsomyndigheten (2024). *Utveckling av barn och ungas hälsa*.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/halsa-i-olika-grupper/barn-och-unga/utveckling-av-barns-och-ungas-halsa/> [2025-01-09]
- Fejes, A., & Thornberg, R. (red.) (2024). *Handbok i kvalitativ analys*. Upplaga 4 Stockholm: Liber.
- Green, L. (2017). *Understanding the life course: sociological and psychological perspectives*, . 2nd edition Cambridge: Polity Press.
- Högskolan i Skövde (2020). *Socialpsykologiskt program*. [Utbildningsplan].  
<https://pdfproxy.his.se/programmesyllabus/14363/SV>.

Kealy, D. & Ogrodniczuk, J. (2023). Attachment insecurity and dysfunctional identity as contributors to pathological narcissism, and mediators of adverse parenting. *Discover Psychology*, 3(43), 10.1007/s44202-023-00109-y.

Keller, P. S., Blincoe, S., Gilbert, L. R., DeWall, C. N., Haak, E. A., & Widiger, T. (2014). Narcissism i romantiska relationer: Ett dyadiskt perspektiv. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33 (1), 25–50. doi: 10.1521/jscp.2014.33.1.25.

Kirk, J. & Miller, M. (1986). *Reliability and validity in qualitative research*. Los Angeles: Sage publications.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Leary, M. R. (2005). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem. *European Review of Social Psychology*, 16(1), 75-111. doi: 10.1080/10463280540000007.

Leary, M. R. & Guadagno, J. (2011). *The sociometer, self-esteem, and the regulation of interpersonal behavior*. I Baumeister, R. F. (red.) & Vohs, K. D. (red.). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (2 utg.). New York: The Guildford Press, s. 339-352.

Lyons, M., Brewer, G., Hartley, A-M. & Blinkhorn, V. (2023). "Never Learned to Love Properly": A Qualitative Study Exploring Romantic Relationship Experiences in Adult Children of Narcissistic Parents. *Social Sciences*, 12(3), s. 159. doi: 10.3390/socsci12030159.

Määttä, M. & Uusiautti, S. (2018). Mitt liv kändes som en bur utan utgång" – berättelser om barndomen under misshandel av en narcissistisk mamma. *Tidig barnutveckling och vård*, 190(7), s. 1065–1079. doi: 10.1080/03004430.2018.1513924.

Nilsson, B. (2015). *Socialpsykologi. Teorier och tillämpning*. Stockholm: Liber.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. London: Sage publications.

- Ponti, L., Ghinassi, S. & Tani, F. (2019). Den sårbara och storslagna narcissismens roll i psykologiskt övergrepp inom parrelationer: romantisk svartsjukas förmedlande roll. *The Journal of Psychology*, 154 (2), 144–158. doi: 10.1080/00223980.2019.1679069.
- Rawn, K P., Keller, P S. & Widiger, T A. (2023). Parent Grandiose Narcissism and Child Socio-Emotional Well Being: The Role of Parenting. *Sage publications*. doi: 10.1177/00332941231208900.
- Sapsford, R., Still, A., Wetherell, M., Miell, D. & Stevens, R. (2003). *Theory and social psychology*. London: Open university.
- Shaw, D. (2010). Enter Ghosts: The Loss of Intersubjectivity in Clinical Work With Adult Children of Pathological Narcissists. *The International Journal of Relational Perspectives*, 20(1), s. 46-59. doi: 10.1080/10481880903559120.
- Sigrell, B. & Teurnell, L. (2011). *Narcissism – jag, mig och mitt*. Finland: Bookwell.
- Socialstyrelsen. (2012). Svenska effektutvärderingar av psykosociala interventioner. [www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2012-12-31.pdf](http://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2012-12-31.pdf) [2025-04-24]
- Vagle, M., Hughes, H. & Durbi, D. (2009). Remaining Skeptical: Bridling for and with One Another. *Field Methods*, 21(4), s. 347–367. doi: 10.1177/1525822X09333508.

## 8 Bilagor

### 8.1 Bilaga 1 – Informationsbrev

Hej!

Vi är två studenter från det socialpsykologiska programmet på Högskolan i Skövde som ska genomföra vårt examensarbete under våren 2025. Syftet med examensarbetet är att belysa hur kvinnors självbild påverkas av att växa upp med en narcissistisk förälder.

Målgruppen vi riktar oss till är kvinnor i åldern 25 och uppåt.

Vi kontaktar dig med förfrågan om du skulle vilja medverka i en intervjustudie vilken vi beräknar ta ca. 60 minuter att genomföra. Intervjuerna kommer att äga rum i Skövde alternativt digitalt fram till mitten av mars månad.

Ditt deltagande är frivilligt och du har rätt att avbryta din medverkan när som helst under studiens gång. Vi vill uppmärksamma att intervjun är sekretessbelagd. Intervjun kommer spelas in för att sedan transkriberas, därefter raderas allt inspelat material. Du som respondent kommer att avidentifieras i studien. När arbetet är färdigt återkommer vi gärna till dig och du kan få ta del av studien som ett tack för din medverkan. Vi hoppas du vill delta i vår studie och ser fram emot att ta del av dina erfarenheter i ämnet!

Hör gärna av dig så snart som möjligt om du vill delta i studien eller om du har vidare frågor!

Med vänlig hälsning,

Doris Lindström & Wictoria Warell

Doris Lindström

Wictoria Warell

## 8.2 Bilaga 2 – Instrument

### Intervjuguide

Denna kvalitativa intervjustudie handlar om att belysa hur uppväxten med en narcissistisk förälder påverkar kvinnors relation till sig själva samt deras förmåga att skapa relationer med andra. Samtliga 10 respondenter är kvinnor i åldern 25 år och uppåt. Intervjun är sekretessbelagd och samtliga respondenter är anonyma. Intervjun beräknas ta cirka 60 minuter.

### Uppvärmningsfrågor

1. Hur gammal är du?
2. Vad har du för sysselsättning?
3. Hur ser din relationsstatus och eventuella familjesituation ut?

### Huvudfrågor

4. Vad innebär begreppet *självkänsla* för dig?
5. Hur skulle du beskriva din egen självkänsla?
6. Vad innebär begreppet *anknytning* för dig?
7. Hur ser du på din förmåga att skapa relationer med andra?
8. Vad innebär begreppet *narcissism* för dig?
9. Vilka narcissistiska drag upplevde du hos din förälder under din uppväxt?
10. Hur har relationen till dina föräldrar påverkat hur du ser på dig själv idag?

### Avslutningsfrågor

11. Är det något jag inte frågat som du skulle vilja berätta om?
12. Hur upplevde du denna intervju?

**Tack för din medverkan!**

/Doris & Wictoria

## **8.3 Bilaga 3 - Kodningschema**

### **Tema 1: Självkänsla**

Subtema: Upplevd självsyn

- Brist på kärlek
- Aldrig bra nog
- Brist på bekräftelse
- Obefintlig känsla

### **Tema 2: Anknytning**

Subtema: Uppväxt och utveckling

- Beroendekänsla
- Påverkan i ung och vuxen ålder
- Negativt

### **Tema 3: Narcissism**

Subtema: Grandios självbild och uppfostran

- Egoistisk
- Självgod
- Bestraffning

### **Tema 4: Relationer**

Subtema: Relationsskapande

- Öppenhet
- Osunda relationer
- Skam
- Rädsla

## 8.4 Bilaga 4 – Analysmatris

Citat	Tema
<p><i>Alltså självkänsla är någonting som... Som jag inte alls vet hur det känns (...) (R1)</i></p> <p><i>Alltså den har varit rätt så dåligt kan jag känna. Ända sen jag var liten, från tonåren och upp i tidigt vuxenliv (...) (R3)</i></p> <p><i>Idag så är jag ju hel kan man säga. Men min självkänsla har ju inte varit något bra under nästan hela mitt liv (...) (R6)</i></p> <p><i>Hon har aldrig sagt till mig att hon tycker om mig, älskar mig eller kramat mig. (R10)</i></p> <p><i>Det är ju min mamma och mitt ex, det är ju dom som liksom på något jäkla vis ändå betytt mest för mig i mitt liv, men dom kan inte säga att jag gjort någonting bra någon gång. (R10)</i></p> <p><i>Man var aldrig bra nog, gjorde han fel så var det alltid mitt fel. Så mycket ligger nog där i att man fick varje detalj petad på sig hela tiden så fort man gjorde fel. (R2)</i></p>	<p><b>Självkänsla</b></p> <p><b><i>Att inte våga tro på sig själv (5.2)</i></b></p>
<p><i>Jag har ju kommit på att jag inte har den där trygga anknytningen utan jag har den som är otrygg ambivalent. Det kom jag på här för några år sedan (R3)</i></p> <p><i>Oj, jag får någon sån här känsla av beroende. Det är beroende som skapas mellan två personer. Och det kanske är den känslan jag känner blir negativ då (...) (R7)</i></p> <p><i>Ja, men för mig personligen så är den ju jätteskadad vilket har konsekvenser i mitt vuxna liv också. Så att ja, men det är ju det band vi skapar i tidig ålder som vi sen även har i våra vuxna relationer (...) (R9)</i></p>	<p><b>Anknytning</b></p> <p><b><i>Att känna tillit till sig själv och andra (5.3)</i></b></p>

Citat	Tema
<p><i>Och liksom, ja för X säger ju det åt mig att det är ju helt makalöst egentligen att du är den mamma du är med den uppväxt som du haft (R10)</i></p> <p><i>Hon sa rakt ut någon gång att hon inte ville ha mer än en. Det måste ju ha påverkat min syster att inte vara önskad naturligtvis. (R8)</i></p> <p><i>Jag kan tänka på att jag aldrig tyckte om min mamma. Jag ville själv inte ha barn på grund av att jag inte kunde fatta att man ville bli mamma. Om moderskap innebar att man skulle vara så elak, då förstod jag ingenting. (R8)</i></p>	<p><b>Anknytning</b></p> <p><b><i>Att känna tillit till sig själv och andra (5.3)</i></b></p>
<p><i>När jag kom hem från skolan undrade jag alltid vad hon var på för humör. Om hon var på det där goa glada eller inte. Det var som olika personligheter nästan. Nu i efterhand ser jag ju att när hon var glad så var det när vi skulle i väg någonstans eller göra nånting, för då bygger man upp en liten stämning och låtsas att 'åh vad mysigt vi har det' (...) (R1)</i></p> <p><i>Alltså han har ju liksom haft en väldigt grandios självbild. Tror att han är störst, bäst och vackrast och kör gärna över alla människor. Han bryr sig inte om att han sårar andra. (R3)</i></p> <p><i>Vi har sagt det i många år nu jag och min syster, att vår mamma är hög på en egotripp. Allting som finns runtomkring henne är bara för hennes gagn och hennes nytta liksom (...) (R4)</i></p> <p><i>Det är tre av oss syskon som liksom inser att 'ja men mamma är narcissist'. Hon gör de här grejerna som inte är bra. Sen har vi storebror då. Han har liksom fortfarande inte (...) (R5)</i></p>	<p><b>Narcissism</b></p> <p><b><i>Att uppfostras av en narcissist (5.1)</i></b></p>

Citat	Tema
<p><i>Oj, allt! Jag kan säga det som skadat mig mest är silent treatment. Det här med att jag... ja, men jag existerade verkligen inte. Om jag inte hade sagt, gjort, varit eller uttryckt någonting som var jag, så straffar det som en tystnad” (R9)</i></p>	<p><b>Narcissism</b> <i>Att uppfostras av en narcissist (5.1)</i></p>
<p><i>Jag vill ju vara allting som... Som jag inte fick när jag var liten och jag ville vara motsatsen till allt vad min egen mamma är. (R1)</i></p> <p><i>Jag tror jag sa det till mamma, att jag inte ville bli som pappa. För jag tyckte han var en väldigt ensam person. (R2)</i></p> <p><i>Ja men pappa, han var liksom den trygga punkten. Han var snäll och han drack inte då på den tiden. Han försökte nog skydda oss från mamma utan att han visste om det, tror jag. (R5)</i></p> <p><i>Nej men alltså jag är en öppen människa idag. Alltså, jag har ju varit öppen hela tiden och släppt in liksom osunda relationer i mitt liv. Men idag är jag på ett annat vis (...) (R6)</i></p> <p><i>Så hon är där i periferin hela tiden. (R7)</i></p> <p><i>Jag har nog inte svårt att skapa relationer. Det som ligger mig i fatet efter min uppväxt och min mamma är väl det här om jag är manipulativ eller inte (...) (R7)</i></p> <p><i>(...) Min biologiska familj har jag brutit med helt och resultatet av min uppväxt har gjort att jag har valt att inte ha relation. Så att det får ju ofta svåra konsekvenser på många håll. (R9).</i></p> <p><i>Den får ju sådana ungar som jag jobba med eftersom att vara barn till narcissistisk förälder är att egentligen vara med i en sekt. Du är väldigt låst kring dem för att de behöver hela tiden bekräftelse på att allting handlar om dem. (R4)</i></p>	<p><b>Relationer</b> <i>Förmågan att skapa relationer (5.4)</i></p>