

Kamuflering: Atferd under negativ forsterkningskontroll og et eksempel på psykologisk infleksibilitet?

Stian Orm¹, Børge Strømgren² og Jon Arne Løkke^{1,3}

¹Høgskolen på Vestlandet, ²OsloMet – Storbyuniversitetet og ³Høgskolen i Østfold

Kamuflering er en samlebetegnelse for atferd som funksjonelt sett innebærer å unngå og dekke over sosiale vansker. Kamuflering er beskrevet som vanlig hos personer med autismespekterforstyrrelser. Formålet med studien var å teste en oversatt versjon av *Camouflaging of Autistic Traits Questionnaire* (CAT-Q) med konfirmerende faktoranalyse og i tillegg å teste hypotesen om at kamuflering er assosiert med psykologisk infleksibilitet, slik det beskrives og måles innenfor kontekstuell atferdsvitenskap. Vi inviterte 233 voksne til å svare på CAT-Q og *Acceptance and Action Questionnaire II* (AAQ-II). Deltakernes skårer på AAQ-II forklarte mellom 20 og 47% av variasjonen i selvrapportert kamuflering målt med CAT-Q. Resultatene støtter hypotesen om at kamuflering av sosiale vansker kan være et eksempel på psykologisk infleksibilitet og atferd under negativ forsterkningskontroll. Studien viser at to fenomener kan være funksjonelt like, og at funksjonell diagnostisering er et viktig supplement til psykiatrisk diagnostisering.

Nøkkelord: kamuflering av sosiale vansker, kontekstuell atferdsvitenskap, psykologisk infleksibilitet, opplevelsesmessig unngåelser, negativ forsterkning

A cross-sectional study of camouflaging of autistic traits and psychological inflexibility

Camouflaging is a phenomenon described in individuals with neurodevelopmental disorders, where the purpose is to compensate for one's own social deficits in social situations. The objective of this study was to investigate the hypothesis that camouflaging is associated with psychological inflexibility. We assessed 233 adults with the Camouflaging of Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q) and the Acceptance and Action Questionnaire II (AAQ-II). The results showed that AAQ-II significantly predicted CAT-Q scores, explaining between 20 and 47% of the variance in the three subscales adjusted for age and gender. The results support the hypothesis and suggests that camouflaging in social situations could be an expression of psychological inflexibility and experiential avoidance. If replicated this finding could have important implications on clinical practice with individuals with reduced psychological flexibility or individuals who camouflage in social situations.

Keywords: camouflaging of autistic traits, contextual behavioral science, psychological inflexibility, experiential avoidance, rule-governed behavior

Personer med autismespekterdiagnoser (ASD) har ofte vansker med en rekke sosiale

og emosjonelle ferdigheter (Begeer et al., 2008; Williams White et al., 2007). Selv om ASD regnes som en livslang tilstand, er det likevel en liten andel av de som oppfyller diagnosekriteriene i barndommen som

Alle forfattere har godkjent siste versjon av manuskriptet. Korrespondanse vedrørende manuskriptet kan rettes til Jon A. Løkke på jon.lokke@hiof.no

ikke lengre oppfyller kriteriene i voksenlivet (Helles et al., 2015). Endringen kan skyldes tidlig og effektiv hjelp, individuelle egenskaper ved personene, eller en kombinasjon. En annen forklaring er at personene har lært strategier for å kamufflere ASD eller kompensere for utfordringene ASD medfører (Livingston & Happé, 2017).

For noen med ASD blir ikke sosiale ferdigheter automatisert slik som hos andre, noe som kan føre til mye tid og energi brukt på å tolke sosiale situasjoner og opptre sosialt kompetent (e.g. Skafle et al., 2020). Høyere alder og IQ er assosiert med større bevissthet om egne sosiale vansker, som igjen er assosiert med depresjon og sosial angst (Kaland, 2019; Vickerstaff et al., 2007). Forsøk på å kompensere for sosiale vansker blir viktig for å dempe ubehaget ved egne sosiale mangler.

Strategiene som benyttes for å kamufflere ligner på generelle sosiale ferdigheter, men krever anstrengelser hos personer med ASD og har sammenheng med dårlig perspektivtakningsferdigheter (Lai et al., 2017). Kamufferingsstrategiene koster mye for personer med ASD, omfattende privat atferd gjør det mer krevende å være i sosiale situasjoner (Bargiela et al., 2016).

Kamufflering er assosiert med lavere velvære, depresjon, angst og suicidalitet (Cassidy et al., 2019; Hull et al., 2019). Sammenhengen mellom kamufflering og henholdsvis lavere velvære og symptomer på sosial angst er sterkere hos personer uten ASD enn personer med ASD (Hull et al., 2019).

Kamufflering antas å være vanlig blant voksne med ASD. Blant 262 voksne med ASD rapporterte 70 prosent å kamufflere i betydelig grad i enkelte kontekster (Cage & Troxell-Whitman, 2019). Enkelte former for kamufflering er enkle, som å ikke selvstimulere og benytte regler i sosiale situasjoner. Andre er mer komplekse og inkluderer å lese psykologibøker om sosial atferd, studere andres atferd i sosiale situasjoner og bevisst kopiere andres kroppsspråk og ansiktsuttrykk (Hull et al., 2019; Mandy, 2019).

Voksne med ASD forteller om ulike motiver for å kamufflere i sosiale situasjoner. Mange føler at de må skjule sine autistiske trekk for å møte de sosiale forventningene fra andre og bli akseptert, og føler at deres idiosynkratiske atferd og interesser gjør at de fremstår avvikende i sosiale situasjoner (Cage & Troxell-Whitman, 2019; Hull et al., 2017). Andre motiver inkluderer ønsker om jobb, å være et fungerende samfunnsmedlem og ikke bli utestengt, mobbet og stigmatisert av andre (Cage & Troxell-Whitman, 2019; Hull et al., 2017).

Det har blitt foreslått at kamufflering kan være en årsak til at kvinner med ASD «går under radaren» og diagnostiseres sent, og at det kan være en medvirkende årsak til at en del voksne med ASD ser ut til tilsynelatende å ikke oppfylle kriteriene for ASD lengre (Livingston & Happé, 2017). Kvinner med ASD ser ut til å kamufflere mer enn menn med ASD. Kjønnforskjellen ser ut til å oppstå tidlig. Gutter rundt 8 år med ASD leker alene, mens jenter med ASD på samme alder bruker kompenserende strategier som å holde seg i nærheten av sosiale aktiviteter og jevnaldrende, slik at de i større grad kan gli inn og ut av sosial samhandling (Dean et al., 2017). Hos personer uten ASD er det ikke observert kjønnsforskjeller (Hull et al., 2020; Lai et al., 2017; Schuck et al., 2019).

Hittil har det vært tenkt at kamufflering er et fenomen spesifikt for ASD. Det gjenspeiler seg i at det eneste standardiserte måleverktøyet hittil, eksplisitt omtaler det som kamufflering av autistiske trekk (Hull et al., 2019). Imidlertid fant en nylig publisert studie en signifikant sammenheng mellom sosial kompetanse og kamufflering hos personer uten ASD (Scheerer et al., 2020). Personer med lav sosial kompetanse kamufferer mer enn personer med høy sosial kompetanse, og personenes skåre på sosial kompetanse forklarer 25% av variasjonen (Scheerer et al., 2020). Studien antyder at kamufflering ikke er spesifikt for personer med ASD, men heller et allmennmenneskelig fenomen som eksisterer i ulik grad hos alle mennesker.

Tankegangen er i overensstemmelse med nevrodiversitetsperspektivet, der nevrologi og atferd ses på som dimensjoner med ulike verdier heller enn kategorier. Innenfor nevrodiversitetsperspektivet betraktes kjennetegn ved diagnoser som ASD, slik som kamuflering, som en del av naturlig menneskelig variasjon og egenskaper som finnes på et kontinuum fra lite til mye hos alle mennesker (Løkke et al., 2019).

Psykologisk fleksibilitet og infleksibilitet

Vansker innenfor to hovedområder er definerende for ASD (APA, 2013). I tillegg til vansker med sosial interaksjon og kommunikasjon, er infleksibilitet i tanker og atferd karakteristisk (Orm & Løkke, 2020). Infleksibilitet i tanker og atferd kommer blant annet til uttrykk som dårligere prestasjoner på tester av eksekutive funksjoner som krever at man responderer på raske skifter mellom regler (Hill, 2004), motstand mot endringer i hverdagen (Szabo, 2019), og oppfattelse av tanker og følelser som absolutte og styrende for egne handlinger (Maisel et al., 2019) leading to a strong emotional response and a narrowed behavioral repertoire. Cognitive defusion (CD).

Psykologisk fleksibilitet er et begrep hentet fra kontekstuell atferdsvitenskap og kan defineres som «... evnen til å være til stede her og nå, våkent, oppmerksomt og med åpenhet overfor våre opplevelser, og å handle i tråd med våre verdier» (Harris, 2013, s. 29). Det motsatte av psykologisk fleksibilitet vil være psykologisk infleksibilitet. Psykologisk infleksibilitet innebærer en dårlig evne til å endre atferd i tråd med endringer i situasjonelle betingelser og fremtidig prefererte utfall (Hayes et al., 2006). Infleksibel atferd kan oppleves stressende og ubehagelig for personen selv og er assosiert med psykiske lidelser som angst og depresjon (Törneke et al., 2008).

Negativ forsterkning og kamuflering

Når atferd har som funksjon å dempe eller fjerne ubehag omtales atferden som

under negativ forsterkningskontroll. Negativ forsterkning er en av grunnprinsippene for å forstå atferds funksjon og utvikling, og har en lang forskningshistorie innenfor atferdsanalyse (Dymond & Roche, 2009; Orm et al., 2019). Det kan tenkes at mye av atferden som beskrives som kamuflering involverer unngåelse, flukt og annen reduksjon av sosialt eller privat ubehag. Kamuflering er assosiert med blant annet sosial angst, og to-faktor læringsteori for unngåelsesatferd har vært sentral for å forstå hvordan angstlidelser etableres og opprettholdes gjennom klassisk og operant betingning (Kryptos, Effting, Kindt, & Beckers, 2015). Negativ forsterkning, som et overordnet læringsprinsipp gir seg mange uttrykk. Et kjent eksempel er opplevelsesmessig unngåelse som er en av seks grunnprosesser innenfor kontekstuell atferdsvitenskap og aksept- og forpliktelses-terapi (Orm & Løkke, 2020).

Psykologisk infleksibilitet innenfor kontekstuell atferdsvitenskap omtales som seks grunnprosesser, i tillegg til opplevelsesmessig unngåelse (1) som omhandler unngåelse og flukt fra vanskelige tanker og følelser (privat atferd), er følgende prosesser inkludert: (2) oppmerksomt nærvær, (3) verdiorientering, (4) forpliktende handling, (5) selvet i kontekst, og (6) fusjonering med egne tanker og følelser (e.g. Hayes et al., 2006).

Kamuflering kan inkludere både prosessen opplevelsesmessig unngåelse og fusjonering med egne tanker og følelser. I forbindelse med sosiale sammenkomster kan personer som kamuflerer fusjonere med tanker om egen sosial utilstrekkelighet og tendere til å unngå sosiale sammenkomster og/eller ubehaget forbundet med sammenkomstene. Personen kamuflerer for å dempe ubehaget. Eksempelet antyder at kamuflering kan innebære to psykologisk infleksible prosesser og den grunnleggende læringsmekanismen negativ forsterkning. Vi kjenner ikke til tidligere studier som ser på sammenhengen mellom psykologisk

infleksibilitet og kamuflering. Formålet vårt var å fylle forskningsgapet. Dersom det finnes en sammenheng mellom psykologisk infleksibilitet og kamuflering kan det være viktig kunnskap for å utvikle tiltak rettet mot de negative konsekvensene kamuflering kan ha i form av psykiske tilleggsversker og redusert livskvalitet. Videre bidrar studien til å bygge bro mellom tredjegerasjon klinisk atferdsanalyse, det grunnleggende læringsprinsippet negativ forsterkning og kamuflering som et ikke-atferdsanalytisk begrep.

Hensikten med denne studien er (1) å undersøke en oversatt versjon av CAT-Q med hensyn på faktorstruktur (med konfirmerende faktoranalyse), og (2) å undersøke om kamuflering er assosiert med psykologisk infleksibilitet. Vår hypotese er at kamuflering kan tolkes som et uttrykk for psykologisk infleksibilitet, og at psykologisk infleksibilitet dermed kan forklare en betydelig andel varians i kamufleringskårer.

Metode

Deltakere og design

Deltakere til studien ble rekruttert gjennom sosiale medier på sider og i grupper med 2000 til 13 000 medlemmer/følgere, for å sikre anonymitet. Data ble samlet inn med et anonymt internett-basert spørreskjema gjennom tjenesten Nettskjema for Høgskolen i Østfold, i tråd med NSD sine retningslinjer for anonyme spørreundersøkelser. Totalt besvarte 233 voksne over 18 år spørreskjemaet. Majoriteten av deltakerne var kvinner (79.4%). Aldersgruppedelingen var slik: 17.6% var 18 til 29 år, 46 % var 30 til 49 år og 18.5% var 50 til 69 år. Vi har ingen annen informasjon om deltakerne. Spørreskjemaet inneholdt i tillegg til spørsmål om alder og kjønn, to instrumenter for å kartlegge henholdsvis kamuflering og psykologisk infleksibilitet. Planen var å sammenholde data fra de to instrumentene.

Materiell

Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q; Hull et al., 2019).

CAT-Q er det første selvrapporterings-skalaen for måling av kamuflering i sosiale situasjoner (Hull et al., 2019). Totalskalaen *Kamuflering* består av 25 utsagn som skåres på en 7-punkts Likert skala fra 1 (Veldig uenig) til 7 (Veldig enig), med mulig totalskåre fra 25-175. I den originale valideringsstudien ble tre subskalaer identifisert; (1) *Maskering* som omhandler inntrykkshåndtering eller strategier som brukes for å skjule autistiske trekk (eks. «Jeg følger nøye med på kroppstaket eller ansiktsuttrykket mitt, slik at jeg fremstår avslappet»), (2) *Assimilering* som er strategier for å passe inn i sosialt ukomfortable situasjoner (eks. «Når jeg er i sosiale situasjoner forsøker jeg å unngå å samhandle med andre»), og (3) *Kompensering* som er strategier for å håndtere vansker med sosial kommunikasjon (eks. «Jeg har laget meg en oppskrift å følge i sosiale situasjoner (eks. en liste med spørsmål eller samtaleemner)»).

CAT-Q ble oversatt fra engelsk til norsk ved enveis oversetting. Første og tredjeforfatter diskuterte seg frem til endelig oversettelse. Den originale engelske versjonen av CAT-Q har demonstrert gode psykometriske egenskaper (Hull et al., 2019). Totalskalaen og subskalaene var internt konsistente ($\alpha = .86$ til $.94$) og test-retest reliabiliteten var akseptabel ($r = .70$ til $.78$). Videre ble konvergent validitet demonstrert gjennom signifikante korrelasjoner til autistiske trekk, depresjon, angst og velvære (Hull et al., 2019). For deltakere uten autisme oppga Hull et al. gjennomsnitt (standardavvik) for Totalskalaen 3.48 (1.04), *Kompensering* 2.89 (1.27), *Maskering* 4.29 (1.10) og *Assimilering* 3.32 (1.27).

Psykometriske egenskaper: Konfirmerende Faktoranalyse. Vi gjennomførte en bekreftende faktoranalyse (CFA) med de samme tre subskalaene som Hull et al. (2019) publiserte. Hull et al. delte datasettet sitt i to og gjennomførte en prinsippal komponent-

analyse, en form for eksplorerende faktoranalyse (Field, 2018), med den ene halvdel (Exploratory sample: $N = 402$), ekskluderte noen utsagn og stod igjen med 25 utsagn som samlet seg i tre underliggende faktorer. Faktorstrukturen ble videre testet med en konfirmerende faktoranalyse der den andre halvdel av datasettet (Confirmatory sample, $N = 430$) ble brukt, og faktorstrukturen med 25 utsagn som samlet seg i tre underliggende faktorer ble bekreftet.

Ved oversettelse av skalaer kan man velge å bruke eksplorerende eller konfirmerende faktoranalyse, konfirmerende er nyttig når man allerede har en teoretisk modell som man skal teste dataene opp mot, mens eksplorerende er nyttig når man ikke har en teoretisk modell i utgangspunktet, men vil undersøke om det er grunnlag for en i dataene (Mueller & Hancock, 2015). Fordi Hull et al. også gjorde en konfirmerende faktoranalyse og oppnådde *good model fit*, altså at data passet godt med den teoretiske modellen, ville vi se om det også gjaldt for den oversatte skalaen.

In en konfirmerende faktoranalyse tester man om dataene passer med den teoretiske modellen, såkalt *model fit*. Vi brukte statistikkprogrammet JASP med DWLS estimator for å se om de samme tre subskalaene i den oversatte versjonen ga en *good model fit*, om dataene passer den teoretiske modellen, eller om modellen bør modifiseres. En måte å modifisere en modell på er ved såkalte *modification indices*, men dette kan være en usikker fremgangsmåte, særlig ved en modell som består av flere underliggende faktorer, da anbefales det å benytte *squared multiple correlations*, og fjerne utsagn med lavere R^2 enn .20 (Hooper et al., 2008).

For å vurdere om hvert item korrelerte med en antatt latent faktor vurderte vi *squared multiple correlations* (Wiebe et al., 2008) i tillegg til indikasjoner på *good model fit*. De indikasjoner på *good model fit* vi brukte var *Normed Chi-square* (NC; kjikvadratstimat delt på frihetsgrader) der verdi under 3 er ansett som indikasjon på *good fit*. Videre

brukte vi *Comparative Fit Index* (CFI; $> .95$ er flott), *Tucker-Lewis Index* (TLI; $> .95$ er flott), *Root mean square error of approximation* (RMSEA; $< .05$, nært null for nedre 90 % CI og $< .08$ for øvre 90 % CI er bra), og til sist så vi på *Standardized root mean square residual* (SRMR; $< .09$ er akseptabelt).

Hull et al. (2019) oppga NC verdier på henholdsvis 2.19, 2.28 og 3.56 for sine tre grupper med deltakere, og videre RMSEA på henholdsvis .06, .05, og .05 (med CI rundt .05 nedre og under .08 for alle), og til sist SRMR, alle $< .09$. For litteratur på disse indikatorene for *good model fit*, se Hu & Bentler (1998).

Den oversatte skalaen med 25 utsagn hadde *good model fit*, NC var 1.3, CFI var .99, TLI var .99, RMSEA var .04 [.07, .05], og SRMR var .05. Imidlertid hadde utsagnene 12 og 24 ingen *squared multiple correlation* med underliggende faktor, R^2 var henholdsvis .01 og .02.

Vi testet derfor en modell uten de utsagnene, da med 23 utsagn og tre faktorer. De utsagnene som ble tatt ut var (i norsk oversettelse) «12. Jeg føler ikke behov for å ha øyekontakt med andre hvis jeg ikke vil» og «24. Jeg er ikke oppmerksom på kroppsspråk og ansiktsuttrykk i sosiale situasjoner».

Den nye modellen hadde bedre *model fit* på flere indikatorer, NC var 1.2, CFI var .99, TLI var .99, RMSEA var .03 [.01, .04], og SRMR var .07. Standardiserte faktorladninger var alle signifikante og over .44.

Subskalaene hadde også høy covarians, alle med $p < .01$. *Kompensering* mot Maskering hadde .68, *Kompensering* mot Assimilering hadde .68, og *Maskering* mot Assimilering hadde .68.

På vanlig ikke-statistisk språk betyr dette at dataene ser ut til å passe godt til hypotesen om at Kamouflering består av tre underliggende faktorer.

Psykometriske egenskaper: Reliabilitet.

Vi brukte statistikkprogrammet JASP for å beregne intern konsistens for Totalskalaen med Cronbach's alpha (α) (Wissink et al., 2016). Vi beregnet også *Corrected Item-Total*

Correlations (CI-CT; bør være $> .3$), og *Cronbach's Alpha if Item Deleted* (bør være lik Totalskalaverdier) (Chalmers, 2018; Field, 2018; Watkins, 2018) for å anslå reliabilitet for totalskalaen. Vi beregnet også gjennomsnitt og standardavvik for Totalskalaen, og subskalaene.

For hele skalaen med 23 utsagn var intern konsistens $\alpha = .93$, og alle utsagn korrelerte over $.40$ totalskala (CI-CT). Siden α if *Item-Deleted* ikke er forskjellig fra totalskalaverdiene kan ny totalskala med 23 utsagn anses som reliabel. Gjennomsnitt for totalskala var 76.93 og standardavvik 23.73. Gjennomsnitt for utsagnene var 3.46 og standardavvik 1.03.

Kompensering (9 utsagn) hadde god intern konsistens $\alpha = .85$. Gjennomsnitt for utsagnene var 3.02 og standardavvik 1.11. *Maskering* (6 utsagn) hadde god intern konsistens $\alpha = .83$. Gjennomsnitt for utsagnene var 4.31 og standardavvik 1.24. *Assimilering* (7 utsagn) hadde god intern konsistens $\alpha = .89$. Gjennomsnitt for utsagnene var 3.33 og standardavvik 1.29.

På vanlig ikke-statistisk språk betyr dette at det er en god sannsynlighet for at skalaen måler pålitelig og måler ganske likt med samme person over gjentatte målinger, og slik sett kan brukes i forskning og klinikk.

Acceptance and Action Questionnaire-II (AAQ-II).

AAQ-II (Bond et al., 2011) er en selvrapporteringsskala som måler psykologisk fleksibilitet (PF). Skalaen har 7 utsagn som måles på en Likert-skala fra 1 (Stemmer aldri) til 7 (Stemmer alltid), med mulig totalskåre fra 7-49. Eksempler på utsagn er «Mine smertefulle erfaringer og minner gjør det vanskelig for meg å leve et liv jeg ville satt pris på» og «Bekymringer hindrer meg i å lykkes». Bond et al. fant gjennom eksplorerende og konfirmerende faktoranalyser at den hadde én faktor, riktignok med korrelerte målefeil mellom utsagnene 2(1)-5(4), og god intern konsistens, $a = .88$. Test-retest var $.81$ etter 3mnd. og $.79$ etter 12 mnd. AAQ-II viste god konvergent (angst og depresjon) og

diskriminant (sosial ønskerverdighet) validitet.

Skalaen er oversatt og validert til flere språk, deriblant norsk (Østergaard et al., 2020). Østergård et al. gjennomførte en konfirmerende faktoranalyse som bekreftet én faktor, riktignok med korrelerte målefeil mellom utsagnene 1-4 og 2-3, og med god intern konsistens $a = .87$. Skalaen hadde et gjennomsnitt på 28.57 med standardavvik på 8.53. Den norske versjonen viste også god konvergent (eksempelvis angst og depresjon) og diskriminant (livskvalitet og positiv mental helse) validitet.

Psykometriske egenskaper: Reliabilitet. For AAQ-II var intern konsistens i denne studien utmerket, $\alpha = .93$, og alle utsagn korrelerte over $.40$ med skalaen (CI-CT). Siden α if *Item-Deleted* ikke var forskjellig fra $.93$ kan skalaen anses som reliabel. Gjennomsnitt for skalaen var 22.46 og standardavvik 8.99, og for utsagnene henholdsvis 3.21 og 3.1.

På vanlig ikke-statistisk språk betyr dette at det er en god sannsynlighet for at skalaen måler pålitelig og slik sett kan brukes i forskning og klinikk.

Statistiske analyser

Korrelasjoner mellom variabler. Vi undersøkte også korrelasjoner mellom variablene Kjønn, Alder, AAQ-II, og CAT-Q skalaene *Kompensering*, *Maskering* og *Assimilering*. Vi testet for normalfordeling, og ingen av skalaene hadde *Skewness* eller *Kurtosis* verdier på over eller under 1, men inspeksjon av distribusjon antydnet monotoniske forhold mellom variablene (Field, 2018). Vi brukte derfor JASP for å kjøre korrelasjoner med Spearman's rho (ρ) med 95 % konfidensintervaller.

Sammenhengen mellom sosial kamuflering og psykologisk infleksibilitet. For å undersøke sammenhengen mellom sosial kamuflering og psykologisk fleksibilitet gjennomførte vi lineære regresjonsanalyser i SPSS 27 med CAT-Q subskalaene som avhengige variabler og AAQ-II, Alder og Kjønn (rekodet til dummyvariabel) som uavhengige (prediktor) variabler.

Resultater

Korrelasjonsanalyser

Tabell 1 viser korrelasjoner mellom de ulike variablene inkludert i studien. Alle subskalaene for Kamouflering korrelerte signifikant positivt med AAQ-II. AAQ-II korrelerte også positivt med kjønn, kvinner skårer høyere enn menn. Alder korrelerte negativt med kompensering og maskering, som kan antyde at eldre voksne bruker slike strategier mindre enn yngre voksne. I tabellen er det opplyst om hva som utgjør en svak, medium og sterk korrelasjon.

Regresjonsanalyser

Tre hierarkiske regresjonsanalyser ble gjennomført for å undersøke hvor mye av variansen i de ulike kamoufleringsstrategiene som psykologisk infleksibilitet kan forklare. I modell 1 ble henholdsvis *Kompensering*, *Maskering* og *Assimilering* lagt inn som avhengig variabel, mens kjønn og alder ble

lagt inn som uavhengige (prediktor) variabler. Modell 1 ga ingen signifikante koeffisienter for noen av kamoufleringsstrategiene, de endres ikke med alder og er ikke forskjellige mellom kjønn. I modell 2 ble AAQ-II lagt til som uavhengig variabel, og her var alle koeffisientene signifikante, AAQ-II forklarte 24.3% av variansen med *Kompensering*, ($F(229) = 24.50, p = < .001$); 20.7 % av variansen med *Maskering* ($F(229) = 19.98, p = < .001$), og 46.8 % av variansen med *Assimilering* ($F(229) = 67.11, p = < .001$). Tabell 2 viser regresjonsresultatene. Høyere skåre på psykologisk infleksibilitet (AAQ-II) predikerte høyere skåre på de ulike formene for kamouflering.

Diskusjon

Formålet med studien var å undersøke om kamouflering er assosiert med psykologisk infleksibilitet. Resultatene tyder på en sterk korrelasjon mellom psykologisk infleksibilitet

Tabell 1. Korrelasjoner.

Variabel	Kjønn	Alder	AAQ-II	CAT-Q	CAT-Q
				Kompensering	Maskering
Kjønn	-				
Alder	-.00 [-.13, .13]	-			
AAQ-II	.14* [.01, .26]	-.15* [-.27, -.02]	-		
CAT-Q Kompensering	-.00 [-.12, .13]	-.14* [-.27, -.01]	.46** [.35, .55]	-	
CAT-Q Maskering	.12 [-.01, .24]	-.15* [-.28, -.02]	-.42** [.32, .53]	.55** [.45, .63]	-
CAT-Q Assimilering	.05 [-.08, .18]	-.16* [-.28, -.03]	-.68** [.61, .75]	.64** [.56, .71]	.53** [.43, .62]

Noter: *p-verdi ≤ 0.05 , **p-verdi ≤ 0.01 , [] = 95 % konfidensintervall

Tolkning av Spearman's rho (r_s): $\leq .30$ = svak, $.31 - .50$ = moderat, $\geq .51$ = sterk

Tabell 2. Regresjonskoeffisienter.

	<i>B</i>	<i>SE B</i>	β	<i>p</i>
Kompensering				
Konstant (intercept)	15.03 [11.98, 18.10]	1.55		.000
AAQ-II	.54 [.41, .67]	.06	.48	.000
Maskering				
Konstant (intercept)	17.74 [15.41, 20.07]	1.18		.000
AAQ-II	.36 [.265, .46]	.05	.44	.000
Assimilering				
Konstant (intercept)	9.13 [6.48, 11.79]	1.35		.000
AAQ-II	.78 [.67, .89]	.06	.68	.000

Note: [] = 95% CI

og kamuflering. Regresjonsanalysene viser at psykologisk infleksibilitet forklarer mellom 20% og 47% av variansen i kamuflering. Høyere skåre på psykologisk infleksibilitet predikerte høyere skåre på de ulike formene for kamuflering. Hypotesen om at kamuflering og psykologisk infleksibilitet er assosiert ble dermed styrket. Sammenhengen mellom assimilering og psykologisk infleksibilitet var spesielt sterk, men det trengs replikasjoner. Utsagnene som omhandler assimilering dreier seg i stor grad om ubehag og unngåelse i sosiale situasjoner, mens utsagnene relatert til kompensering og maskering i større grad omhandler teknikker for å håndtere sosiale situasjoner. Å håndtere sosiale situasjoner er inkompatibelt med unngåelse og flukt.

Overlappet mellom kamuflering og psykologisk infleksibilitet antyder at kamuflering bør studeres i andre kliniske populasjoner enn hos personer med ASD. Det kan eksempelvis tenkes at personer med andre psykiske lidelser og sosiale vansker, slik som personer med sosial angst eller schizofreni, kamuflerer i sosiale situasjoner. Hull et al. (2019) fant eksempelvis at kamuflering er assosiert med økte symptomer på sosial

angst og lavere velvære hos personer uten ASD. Sammen med studien av Scheerer et al. (2020), som viste en sammenheng mellom lav sosial kompetanse og økt bruk av kamuflering hos personer uten ASD, tyder våre resultater på at kamuflering er relevant ved andre kliniske tilstander. Tolkningen er imidlertid usikker da vi ikke har noe informasjon om omfanget av kliniske vansker blant deltakerne i denne studien.

Det kan tenkes at tittelen på prosjektet, «sosial kamuflering og psykologisk velvære», som ble brukt i rekrutteringen gjennom sosiale medier og «word of mouth» kan ha selektert ut visse grupper. Vi fant forskjell mellom deltakerne i denne studien og ASD-utvalget til Hull et al. (2019), med lavere gjennomsnittsskårer på totalskalaen, kompensering og assimilering, men ikke maskering (Tabell 1). Det var ikke forskjell mellom deltakerne i denne studien og Hull et al. sitt ikke-ASD utvalg på noen skalaer. For alle utvalg var maskering lik, så vidt over midten på skalaen (4 = «hverken enig eller uenig»). I denne studien ble 2 utsagn fra maskeringsskalaen (12 og 24) tatt ut, uten at det burde påvirke gjennomsnittet i stor

grad. Våre gjennomsnittsskårer er svært lik ikke-ASD skårene til Hull et al. Det kan tyde på at utvalget i denne studien har vært mer likt ikke-ASD utvalget enn ASD-utvalget til Hull et al.

Deltakerne i studien ble ikke spurt om hvorvidt de hadde en ASD-diagnose eller ikke. Vi vet ikke om utvalget vårt inkluderer personer med ASD, eller eventuelt hvor mange. Deltakerne ble rekruttert via sosiale medier, på store grupper og sider med noen tusen medlemmer. Blant medlemmene er det sannsynlig at det finnes personer med ASD, men vi vet ikke hvilke medlemmer som har besvart spørreundersøkelsen. Videre var nesten 80% av respondentene kvinner, noe som gjør det usikkert om resultatene kan generaliseres til menn. En annen svakhet dreier seg om oversettelsen. Det ble ikke gjennomført frem-og-tilbake oversettelse. Formålet med studien var først og fremst å undersøke sammenhengen mellom psykologisk infleksibilitet og kamouflering, ikke å undersøke skalaens egenskaper på norsk. En siste svakhet med studien vår er at vi har benyttet selvrapporteringsskalaer. Det er ikke nødvendigvis korrespondanse mellom hva folk sier og hva de gjør, men korrespondansen er ikke alltid i disfavør av hva folk sier.

Sammenhengen mellom kamouflering og psykologisk infleksibilitet kan tilby en ny forklaring av fenomenet hvor personer med ASD vokser ut av diagnosekriteriene for tilstanden sin. En mulig hypotese er at grunnvanskene med fleksibilitet vedvarer, men at voksne med ASD benytter vanskene med fleksibilitet som en styrke innen regelfølging og analysing av omgivelsene til å kompensere for sosial-kognitive vansker og tilpasse atferden i sosiale situasjoner. Slik blir kamouflering et uttrykk for kjernevanskene med fleksibilitet, samtidig som kamouflering bidrar til å kompensere for kjernevanskene innen sosial interaksjon og kommunikasjon.

Resultatene fra vår studie tyder på at kamouflering overlapper betydelig med psykologisk infleksibilitet. Når et problem kan kobles direkte til et kjent psykologisk

fenomen, kan det gi innspill til behandling og tiltak. Overlappet med psykologisk infleksibilitet antyder at aksept- og forpliktelsesterapi (e.g., Orm & Løkke, 2020) kan være effektiv behandling. Psykologisk infleksibilitet er også knyttet til en rekke andre dysfunksjonelle atferder, oppsummert som psykiske lidelser (Törneke et al., 2008). Funksjonen til kamouflering er å unngå ubehag i sosiale situasjoner, og unngåelse av ubehag er en fellesnevner mellom atferd som kamouflering og atferd som opplevelsesmessig unngåelse, som kjenner seg ut ved psykiske lidelser som depresjon og angst. Det kan tenkes at psykologisk infleksibilitet er en kjerne ved ulike psykiske lidelser og at behandling eller tiltak som retter seg mot kjernen kan ha god effekt i å forebygge kamouflering og annen dysfunksjonell atferd. Det er særlig aksept- og mindfulnessbaserte teknikker som kan være aktuelle; personer som kamouflerer må oppdage at de kamouflerer og være villige til å eksponere seg for ubehaget. Fremtidig forskning bør undersøke om eksempelvis aksept- og forpliktelsesterapi kan bidra til å redusere kamouflering.

Som tidligere nevnt kan atferdene som oppsummeres som kamouflering ligne på sosiale ferdigheter. Topografien til kamouflering og sosiale ferdigheter er delvis overlappende, men vi vil gjøre oppmerksom på at forsterkningsbetingelsene er ulike. Atferd som oppsummeres som kamouflering er etablert under negativ forsterkningskontroll, målet er å unngå ubehag, med mulighet for emosjonelle bivirkninger som stress og angst for å likevel havne i ubehagelige situasjoner. I motsetning etableres vanligvis sosiale ferdigheter under positiv forsterkningskontroll, atferdene fører med seg goder som sosial oppmerksomhet, ros og gode relasjoner. Tolkningen er i tråd med en atferdsanalytisk maksime; atferd i seg selv er uinteressant, det er atferd i en kontekst som er interessant.

Referanser

Bargiela, S., Steward, R., & Mandy, W. (2016). The Experiences of Late-diag-

- nosed Women with Autism Spectrum Conditions: An Investigation of the Female Autism Phenotype. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(10), 3281–3294. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2872-8>
- Begeer, S., Koot, H. M., Rieffe, C., Meerum Terwogt, M., & Stegge, H. (2008). Emotional competence in children with autism: Diagnostic criteria and empirical evidence. *Developmental Review*, 28(3), 342–369. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2007.09.001>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T. & Zettle, R. D. (2011). Preliminary Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II: A Revised Measure of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676–688. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Cage, E., & Troxell-Whitman, Z. (2019). Understanding the Reasons, Contexts and Costs of Camouflaging for Autistic Adults. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(5), 1899–1911. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-03878-x>
- Cassidy, S. A., Gould, K., Townsend, E., Pelton, M., Robertson, A. E., & Rodgers, J. (2019). Is Camouflaging Autistic Traits Associated with Suicidal Thoughts and Behaviours? Expanding the Interpersonal Psychological Theory of Suicide in an Undergraduate Student Sample. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04323-3>
- Chalmers, R. P. (2018). On misconceptions and the limited usefulness of ordinal alpha. *Educational and Psychological Measurement*, 78, 1056–1071. <https://doi.org/10.1177/0013164417727036>
- Dean, M., Harwood, R., & Kasari, C. (2017). The art of camouflage: Gender differences in the social behaviors of girls and boys with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(6), 678–689. <https://doi.org/10.1177/1362361316671845>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (5th. utg.). SAGE.
- Helles, A., Gillberg, C. I., Gillberg, C., & Billstedt, E. (2015). Asperger syndrome in males over two decades: Stability and predictors of diagnosis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(6), 711–718. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12334>
- Hill, E. L. (2004). Executive dysfunction in autism. *Trends in Cognitive Sciences*, 8(1), 26–32. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2003.11.003>
- Hooper, D., Couglan, J. & Mullen, M. R. (2008). Equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Journal of Business Research Methods*, 6(6), 53–60. <http://www.ejbrm.com/volume6/issue1/p53>
- Hu, L.-t. & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3(4), 424–453. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.3.4.424>
- Hull, L., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., Petrides, K., & Mandy, W. (2020). Gender differences in self-reported camouflaging in autistic and non-autistic adults. *Autism*, 24(2), 352–363. <https://doi.org/10.1177/1362361319864804>
- Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P., & Petrides, K. V. (2019). Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(3), 819–833. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3792-6>
- Hull, L., Mandy, W., Lai, M.-C., Baron-Cohen, S., Allison, C., Smith, P. & Petrides, K. V. (2019). Development and Validation of the Camouflaging Autistic Traits Questionnaire (CAT-Q).

- Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(3), 819–833. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3792-6>
- Hull, L., Petrides, K. V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M.-C., & Mandy, W. (2017). “Putting on My Best Normal”: Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519–2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>
- Kaland, N. (2019). Sammenhengen mellom sosial fungering og sosial angst hos barn, ungdom og voksne med autisme. *Norsk Tidsskrift for Logopedi*, 65(4), 18–30.
- Lai, M.-C., Lombardo, M. V., Ruigrok, A. N., Chakrabarti, B., Auyeung, B., Szatmari, P., Happé, F., & Baron-Cohen, S. (2017). Quantifying and exploring camouflaging in men and women with autism. *Autism*, 21(6), 690–702. <https://doi.org/10.1177/1362361316671012>
- Livingston, L. A., & Happé, F. (2017). Conceptualising compensation in neurodevelopmental disorders: Reflections from autism spectrum disorder. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 80, 729–742. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.06.005>
- Løkke, J., Orm, S., & Dechsling, A. (2019). Misforståelser om anvendt atferdsanalyse i nevrodiversitetsbevegelsen. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 46(1), 55–63.
- Maisel, M. E., Stephenson, K. G., Cox, J. C., & South, M. (2019). Cognitive defusion for reducing distressing thoughts in adults with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 59, 34–45. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.12.005>
- Mandy, W. (2019). Social camouflaging in autism: Is it time to lose the mask? *Autism*, 23(8), 1879–1881. <https://doi.org/10.1177/1362361319878559>
- Mueller, R. O. & Hancock, G. R. (2015). Factor analysis and latent structure analysis: Confirmatory factor analysis. 8, 686–690. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25009-5>
- Orm, S., & Løkke, J. (2020). Kan aksept- og forpliktelsesterapi øke psykologisk fleksibilitet hos personer med autismespekterforstyrrelser?. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 47(1), 17–31.
- Orm, S., Løkke, J. A., & Løkke, G. E. H. (2019). Pathological Demand Avoidance: En transaksjonell atferdsanalytisk forklaringsmodell uten patologi. *Norsk Tidsskrift for Atferdsanalyse*, 46(1), 29–43.
- Scheerer, N. E., Aime, H., Boucher, T., & Iarocci, G. (2020). The Association Between Self-Reported Camouflaging of Autistic Traits and Social Competence in Nonautistic Young Adults. *Autism in Adulthood*. <https://doi.org/10.1089/aut.2019.0062>
- Schuck, R. K., Flores, R. E., & Fung, L. K. (2019). Brief Report: Sex/Gender Differences in Symptomology and Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(6), 2597–2604. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-03998-y>
- Skaflø, I., Nordahl-Hansen, A., & Øien, R. A. (2020). Short Report: Social Perception of High School Students with ASD in Norway. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(2), 670–675. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04281-w>
- Szabo, T. G. (2019). Acceptance and Commitment Training for reducing inflexible behaviors in children with autism. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 12, 178–188. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.03.001>
- Törneke, N., Luciano, C., & Salas, S. V. (2008). Rule-Governed Behavior and Psychological Problems. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8(2), 141–156.
- Vickerstaff, S., Heriot, S., Wong, M., Lopes, A., & Dossetor, D. (2007). Intellectual Ability, Self-perceived Social Competence, and Depressive Symptomatology in Children with High-functioning

- Autistic Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 37(9), 1647–1664. <https://doi.org/10.1007/s10803-006-0292-x>
- Watkins, M. W. (2018). Exploratory factor analysis: A guide to best practice. *Journal of Black Psychology*, 44, 219–246. <https://doi.org/10.1177/0095798418771807>
- Wiebe, S. A., Espy, K. A. & Charak, D. (2008). Using confirmatory factor analysis to understand executive control in preschool children: I. Latent structure. *Developmental Psychology*, 44(2), 575–587. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.2.575>
- Williams White, S., Keonig, K., & Scahill, L. (2007). Social Skills Development in Children with Autism Spectrum Disorders: A Review of the Intervention Research. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 37(10), 1858–1868. <https://doi.org/10.1007/s10803-006-0320-x>
- Wissink, I. B., Colonnesi, C., Stams, G. J. J. M., Hoeve, M., Asscher, J. J., Noom, M. J., Polderman, N. & Kellaert-Knol, M. G. (2016). Validity and Reliability of the Attachment Insecurity Screening Inventory (AISI) 2–5 Years. *Child Indicators Research*, 9, 533–550. <https://doi.org/10.1007/s12187-015-9322-6>
- Østergaard, T., Lundgren, T., Zettle, R. D., Landrø, N. I. & Haaland, V. Ø. (2020). Norwegian Acceptance and Action Questionnaire (NAAQ): A psychometric evaluation. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 15, 103–109. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.12.002>
-