



Foto: Pexels

Vi-fortællinger, der ikke stemmer overens

Af Regner Hansen, *journalist*

Katherine Panattoni undersøger i et forskningsprojekt, hvad det kan tilføre, hvis kliniske psykologer beder partnerne i et kriseramte kærlighedsbaseret parforhold om hver især at beskrive, hvordan de tror, at den anden partner fortæller sin historie om parforholdet.

Der er en almen erkendelse af, at vi bruger fortællinger til at organisere oplevelser og erfaringer og skabe mening i tingene. Nogle handlinger kommer med. Andre forbliver ubemærket.

Fortællingerne er som regel forskellige – selv når personer skal berette om samme tema eller begivenhed. Således har partnerne i et kærlighedsbaseret parforhold generelt forskellige beskrivelser af parforholdet, hvilket ligeledes er accepteret som en kendsgerning.

Tilstedeværelsen af disse divergerende narrativer er årsagen til, at kliniske psykologer ofte beder partnere, som er i parterapi, om at give deres version af forholdet. Typisk er forskellene større, når der er krise. Metoden kan hjælpe til at udforme forslag til justeringer i tænkning og adfærd.

Katherine Panattoni, ph.d. og ekstern lektor på Psykologisk Institut på Aarhus Universitet, vurderer, at det formentlig er muligt at udbygge og derved styrke fortællinger som et terapeutisk redskab i parterapi yderligere.

Hun har indledt et forskningsprojekt, der fokuserer ikke kun på parternes individuelle fortælling om parforholdet, men som går et skridt videre og også undersøger, hvordan hver af partnerne tror, at deres partner opfatter forholdet.

Vi-fortællinger, der ikke stemmer overens, hedder postdoc-projektet, som hun gennemfører med et stipendium på 1,6 millioner kroner fra Danmarks Frie Forskningsfond.

– Jeg vil gerne tættere på et svar på, hvor meget den ene partner i virkeligheden kender den anden? Eller hvor meget den ene partner projicerer sine egne ønsker om, hvordan den anden er, over på den anden? Jeg tror, at mere klarhed om dette måske kan medvirke til at bringe forholdet tilbage på sporet, siger hun.

Katherine Panattoni er amerikaner, og hun blev oprindeligt uddannet til jurist og arbejdede med familieret. Her fik hun blik for, hvad hun ser som fortællingers centrale rolle i parforhold – det gjaldt bl.a., når hun mødte par, ”som helt klart ikke holdt af hinanden længere”. Hun har også været konfliktmægler. Oplevelserne førte til beslutningen om at tage en universitetsgrad i psykologi og fortsætte med et ph.d.-forløb, efter at hun flyttede til Danmark.

Kraften i narrativer

”Vi-fortællinger” tager afsæt i teori om narrativ identitet og er ifølge Panattoni relevant for kærlighedsforhold af flere grunde:

Narrativer er kendetegnet ved at berøre ”det specifikke, det personlige og det kontekstuelle”, hvilket i

høj grad gælder for faste kærlighedsforhold set i et livsforløb. Narrativer har samme karakteristika, som findes i kærlighedsbaserede parforhold, fordi de har faser, fortællekurve, højdepunkter og lavpunkter, konflikter og løsninger, samt hovedpersoner, der stræber efter at nå visse mål. Narrativer hjælper ydermere til at forstå erfaringer ikke kun i livet, men også i kærlighedsforhold.

”Vi-fortællinger” om parforhold er historier, som partnerne har udformet sammen for skabe en ny identitet, og denne nye identitet er selve parforholdet – et ”os”, forklarer hun. Heri integrerer de deres fælles fortid, nutiden og forventninger til fremtiden.

– Fortællinger kan minde hver partner om, hvorfor vedkommende knyttede sig til den anden person? Hvordan de mødtes? Hvad der giver en følelse af varme og intimitet i relation til den anden person? siger Katherine Panattoni.

– Fortællinger om positive aspekter kan tjene som en stødpude, når der opstår problemer i forholdet. Samtidig kan fortællingerne medvirke til at blotlægge de indbyrdes afvigelser – og især karakteren og graden af afvigelserne. Og således kan de give håb om at løse problemerne, fordi der bliver blotlagt flere relevante informationer om forholdet, siger Panattoni med henvisning til den hidtidige, ret sparsomme forskning om emnet.

Et af de tidligere studier er gennemført under ledelse af William Dunlop, lektor i psykologi på University of California, Riverside, der er Katherine Panattonis samarbejdspartner i forbindelse med postdoc-projektet.

Dette studie viste, at individer, som har fremhævet dybt venskab, kærlighed, nærhed og fællesskab plus en positiv tone i deres fortælling om deres kærlighedsliv, oplever højere autenticitet, selvværd og sund tilknytning i deres parforhold.

Et andet studie med Sara Gildersleeve, psykologuddannet på Connecticut College, som førsteforfatter tyder på, at ”vi-fortællinger”, der blev fortalt sammen af tæt knyttede par, indeholder humor, omsorg, fælles værdier og triumfer frem for kampe.

Fokus på afvigelser

Men Panattoni hæfter sig ved, at disse og andre studier er baseret på ”vi-fortællinger” om parforhold fortalt enten af kun én partner fra parret eller sammen af partnerne. Hun påpeger, at hvis begge partnere bliver bedt om separat at komme med deres fortællinger om parforholdet og tilmed, hvordan de tror, at den anden i forholdet oplever parforholdet, vil det give yderligere indsigt i mekanismerne i forholdet.

- Uoverensstemmelser mellem, hvordan en partner beretter 'vi-fortællingen' fra den andens perspektiv og fra eget perspektiv vil måske indikere, at empatien og forståelsen for den anden partner er svindende. 'Vi-fortællinger', der ikke stemmer overens, kan signalere, at der kun sporadisk bliver delt minder om glædelige oplevelser og kun sporadisk bliver indledt diskussioner om tidligere problemer i parforholdet, og det mindsker mulighederne for at knytte sig til hinanden og påminde partneren om tidligere succeser og høstede erfaringer, siger Katherine Panattoni.

Hun er dog åben over for, at partnerne i et parforhold eventuelt kan føle sig nært knyttet til hinanden, selv om der er klare forskelle i respektive sæt af "vi-fortællinger", og at årsagen i så fald kunne søges i, at partnerne hver især kommer med "vi-fortællinger" med overlap mellem egen fortælling og forventningen om partnerens "vi-fortælling".

- Den subjektive følelse af nærhed skyldes muligvis her, at partneren opfatter det sådan, at begge personer i parforholdet har samme oplevelse af forholdet, siger Panattoni om spørgsmålene, som hun undersøger.

I sin ph.d.-afhandling arbejdede hun ligeledes med narrativer, og da var det hele livsfortællinger. Her kunne hun netop konstatere, at hver af partnerne i et kærlighedsbaseret parforhold farver den andens livsfortælling således, at den ligner deres egen.

Udsagn kombineret med ansigtsudtryk

Der findes også andre tilgange til analyse af narrativt materiale, der er blevet anvendt til at undersøge kærlighedsbaserede parforhold.

En af måderne fokuserer på, hvordan partnerne beskriver hinanden og parforholdet, mens de sammen fortæller om det, kombineret med registrering af deres ansigtsudtryk og kropslige signaler. Denne måde kaldes *Mundtlig Historie Interview* og blev introduceret af John Gottman, som nu er professor emeritus på University of Washington i Seattle.

Til Mundtlig Historie Interview-teknikken hører også en vurdering af udsagn og ansigtsudtryk på ni dimensioner, heriblandt kaos og at "forherlige kampen" i parforholdet. Næppe overraskende er det

ved at zoome ind på dimensionerne blevet påvist, at fortællinger, der rummer meget kaos, indikerer en øget risiko for at blive skilt i de nærmeste år, mens fortællinger, hvor partnerne er tilbøjelige til at "forherlige kampen", med større sandsynlighed fortsætter med at holde sammen.

En anden af de andre tilgange er at fokusere på partnernes sprogbrug, mens de sammen fortæller om forholdet. Især kan partnernes foretrukne brug af personlige stedord i flertal - "vi", "os", "vores" - afspejle, at de føler sig veltilpas i parforholdet og generelt har et godt fysisk og psykisk velbefindende.

En vifte af "ægteskabelig tilfredshed"

Katherine Panattonis forskningsprojekt rekrutterer fra et udvalg på 200 personer, nemlig 50 par, som er sammen, og 50 par, som er nyligt separeret. William Dunlop, University of California, Riverside, som har adgang til en stor database til at rekruttere deltagere, hjælper hende med at lokalisere parrene.

- Jeg har et ønske om, at deltagerne tilsammen repræsenterer en vifte af 'ægteskabelig tilfredshed', siger Panattoni.

Ideelt set vil undersøgelsen blive gennemført med ansigt-til-ansigt interviews, som er strukturerede og således foregår ud fra et fast skema, og de er sat til at vare i to timer hver.

Deltagerne bliver orienteret om, at studiet handler om parforhold, og de skal være parat til hver for sig fortælle stort set alle detaljer om vigtige begivenheder i parforholdet mod et løfte om fortrolighed. Deltagerne vil samtidig blive bedt om at afstå fra at tale med deres partner om indholdet af interviewet, inden partneren selv har deltaget.

- Dette er for at undgå 'forurening' - at deltageren ikke forsøger at forberede til studiet ved at bruge input fra partneren, når de svarer, siger Panattoni.

Interviewene vil blive optaget og analyseret ved hjælp af et anerkendt kodningssystem. Panattoni vil slå ned på et antal prominente scener i fortællingerne og vurdere dem på en række dimensioner, som til dels er inspireret af Gottmans Mundtlig Historie Interview. Udsagnene bliver oversat til en talværdi, der svarer til styrken af udsagnene.

”
Den subjektive følelse af nærhed skyldes muligvis her, at partneren opfatter det sådan, at begge personer i parforholdet har samme oplevelse af forholdet

– Jeg overvejer at tilføje to-tre dimensioner, bl.a. om *redemption*, *agency* og fællesskab. Man ved fra meget identitetsforskning, at evnen til redemption er meget bestemmende for en persons velbefindende. Dette er, hvis det er muligt at give en negativ episode en positiv afslutning. Hvis denne viden overføres til et parforhold, er der for mig flere lighedspunkter mellem tilgivelse og at 'forherlige kampen' i forholdet. Jeg finder også agenthed væsentligt. Hvor meget en partner i et forhold ser sig selv og partneren i stand til at skubbe forholdet i den ønskede retning? siger Katherine Panattoni.

Sammen med interviewene udleverer Panattoni et spørgeskema til deltagerne for at registrere, hvad hun kalder den ægteskabelige tilfredshed og intimitet, og hun kontakter deltagerne et år senere for at få dem til at udfylde samme spørgeskema. Hun kan sammenholde svarene med analysen af interviewene.

Der findes et andet perspektiv

Mange kliniske psykologer har formentlig en rutine med at høre partnernes fortællinger, når de udfører parterapi, men Katherine Panattoni håber, at hendes forskning kan bidrage til, at der lægges et lag på i terapien.

– Hvis psykologen mødes med partnerne separat og også beder dem om at komme et bud på 'vi-fortællingen' fra den andens perspektiv, så kan det måske afdække flere anvendelige oplysninger om mekanismerne i parforholdet. Psykologen kan spørge, om personen tror, at partneren vil fremstille forholdet på samme måde? Det er en meget nyttig måde til at få personen til at genoverveje sin egen fortælling og begynde at rekonstruere fortællingen på en ny, mere tilpasset måde, siger hun.

– En sådan fremgangsmåde, der henter elementer fra det strukturerede interview i forskningsprojektet, kan hjælpe til at vurdere, hvor risikofaktorerne er, og hvor det kan gøre en forskel at sætte ind med justeringer, så begge får mere positive oplevelser, parforholdet styrkes, og faren for skilsmisse minimeres, siger Katherine Panattoni. •