

Kjærlighetens følelsesregler

Parforholdets legitimitetsgrunnlag mellom fornuft og følelser

ELLEN FLAATEN

VEILEDER

Tale Steen-Johnsen og Ove Skarpenes

Universitetet i Agder, 2021

Fakultet for samfunnsvitenskap

Institutt for sosiologi

Master

Sammendrag

Parforhold, kjærlighet og skilsmisser, er utgangspunktet for denne oppgaven som stiller spørsmålet om hvordan kjærlighet forstås, og hvilke følelsesregler som gjelder for det moderne parforholdet. Samlivsbrudd er en del av norsk kultur, og noe mange opplever. Samlivsbrudd er også noe som kan vise oppfatninger om hva som tar slutt når kjærligheten tar slutt, og på den måten fortelle noe om hva kjærligheten bør inneholde.

Kjærlighet beskrives som en følelse, og ulike teoretiske perspektiver på følelser erfaringer, er utgangspunkt for denne studien. Dette handler om hvordan følelser kan forstås både som en individuell erfaring, og noe som formes av kultur. Begge disse forståelsene får konsekvenser for hvordan følelsen kan studeres, og handler om en fenomenologisk og en hermeneutisk «inngang» til følelser. Analysen tar også utgangspunkt i de teoretiske perspektivene i «*The Transformation of Intimacy*» (Anthony Giddens, 1992), og «*Why Love Hurts*» og «*The End Of Love*» (Eva Illouz, 2012 og 2019) som er sentrale sosiologiske studier om parforhold i moderne samfunn, men som gir nokså ulike forklaringer og tolkninger av dette.

Studien følger et kvalitativt design, og bruker to empiriske kilder. De to kildene er dybdeintervjuer av 9 personer som har opplevd brudd i familien, i tillegg til podcastserien «Havarikommisjonen» i NRK radio, som tematiserer samlivsbrudd. Podcasten fungerer som en case hvor parterapeuter analyserer samlivsbrudd. De to kildene supplerer hverandre, i et forsøk på å skape et noe helhetlig bilde. Intervjuene er kilde til en nær forståelse av følelser erfaringene, der man kommer tett inn på informantene og deres tolkninger. Terapeutene i podcasten er kilde til en diskursiv forståelse av følelsene, som også må ses som en viktig del av den hermeneutiske forståelsen.

Formålet har vært å undersøke kjærlighetsfølelsene slik de formes i vår kultur, og forklare noen oppfatninger om parforhold, og hvordan dette kan ses i sammenheng med samlivsbrudd. Parterapeutenes oppfatninger ser ut til å gjenspeile, og påvirke hva vi mener om kjærligheten i en diskursiv forståelse om at kjærlighet er en følelsesmessig erfaring. Undersøkelsen peker på hvordan likestilling og frihet er grunnleggende forutsetninger for kjærligheten, som skal være en demokratisk relasjon. Oppfatningene reflekterer et individualistisk perspektiv som gjenkjennes hos Giddens og bidrar til å skape bestemte forståelser om en følelsesmessig vektlegging av parforholdet. Undersøkelsen viser også hvordan den følelsesmessige vektleggingen kommer i konflikt med ulike rasjonelle vurderinger. Til tross for en følelsesmessig vektlegging, får rasjonelle hensyn stor betydning for oppfatninger om kjærlighet. De rasjonelle vurderingene gjenspeiler Illouz' teoretiske perspektiv om ny strukturell makt. Analysen peker på hvordan et «følelsesmessig manuskript» kommer i konflikt med et «rasjonelt manuskript», og viser at oppfatningene kan være tilslørende for måten vi tenker om parforhold og kjærlighet.

Kjærligheten gir ingenting annet enn seg selv og tar ingenting fra annet enn seg selv.
Kjærligheten eier ikke og kan heller ikke eies; For kjærligheten er nok i seg selv.

Kahlil Gibran, Profeten

Forord

Møtet var ikke planlagt, men heller ikke tilfeldig, for den som søker finne ofte. Kanskje var det skjebnens ironi når kaoset råder, men det måtte gå som det gikk i møtet med dette uimotståelige og spennende. I begynnelsen var det nysgjerrighet og tiltrekning, men det tok ikke lang tid før følelsene vokste, og forelskelsen var et faktum. Med årene har møtet, og forelskelsen blitt kjærighet til et fag som neppe kan mestres, bare elskes.

Denne oppgaven avslutter det som jeg vil kalle min femårige «romanse» med sosiologi og filosofi ved Universitetet i Agder, og måtte handle om kjærighet. I takt med en voksende kjærighet til sosiologi, har jeg kjent et stadig voksende problem omkring spørsmål som handler om kjærigheten og parforholdet. Selv opplevde jeg samlivsbrudd etter 20 års samboerskap. Opplevelsen av brudd i familien, er noe jeg deler med mange, og som jeg erfarer opptar mange. Å skrive om temaet, var derfor noe som bare delvis ble et valg, fordi det følte viktig å finne ut mer om dette. Samtidig kjentes det som et litt overmodig valg, fordi temaet er stort og komplisert. Håpet har uansett vært å forstå litt mer, og kanskje gå ut *litt* klokere i den andre enden av en skriveprosess. Arbeidet har vært utbytterikt på mange måter, både fordi det har vært interessant å lese seg opp på dette temaet, noe som har gitt mange nye og spennende perspektiver, men også fordi arbeidet med intervjuene og skrivingen har vært en lærerik og morsom erfaring.

Klokere eller ei, er resultatet en tekst som prøver å fortelle noe av det som har foregått med dette arbeidet, og forhåpentlig gjenspeile litt av gleden det har gitt. Jeg vil takke hovedveilederen min, Tale for gode råd og støtte i skrivingen, og for å være der når tvilen fikk overtaket. Jeg var også heldig som fikk Oves gode innspill underveis, og som alltid får meg litt «høy» på mine egne tanker. Teksten og tankene dedikeres til «de gamle» der hjemme. Mye takket være dere to, har jeg kunnet gjøre dette prosjektet. Dere er mine helter i kjærigheten. «De unge» er også i hjertet hele tiden, og den viktigste grunnen til å snakke om kjærighet.

Innhold

1. INNLEDNING	7
1.1 Jakten på kjærligheten	7
1.2 En sosiologisk tankemodell	8
1.3 Kan sosiologi forklare noe om kjærlighet?	9
1.4 Problemstilling.....	10
1.5 Avgrensning og oppbygging	11
2 TEORIETISKE PERSPEKTIVER	12
2.1 Følelser	12
2.1.1 Grunnfølelser, sammensatte følelser og kjærlighetsfølelser	12
2.1.2 Tilgang til følelser og refleksivitet	13
2.1.3 Følelser er mening i en fortolket virkelighet	13
2.1.4 Følelsesregler og kultur	14
2.2 To teoretiske perspektiver på kjærlighet: Giddens og Illous.....	15
2.2.1 Giddens: refleksivitet og frihet til å skape seg selv	15
2.2.2 Lidenskapelig og romantisk kjærlighet.....	15
2.2.3 En ny type seksualitet.....	16
2.2.4 Rene forhold og konfluerende kjærlighet	16
2.2.5 Illous: En normativ og utvidet forståelse av frihet	18
2.2.6 Negative sosiale relasjoner.....	19
2.2.7 Skopisk kapitalisme og anomie	19
2.2.8 Subjektets uklare status og ontologisk utrygghet	20
3 FENOMENOLOGISK HERMENEUTISK METODE	22
3.1 Å forske på følelser.....	22
3.1.1 Ulike perspektiver på følelser.....	22
3.1.2 To innganger til å forstå følelser.....	23
3.1.3 Fenomenologisk hermeneutikk.....	23
3.2 Datamaterialet	25
3.2.1 Informantene.....	25
3.2.2 Intervjuene	26
3.2.3 Havarikommisjonen.....	27
3.2.4 Terapeutene og diskursene.....	28
3.2.5 Likheter og forskjeller i dataene.....	29
3.3 Tolke dataene	31
3.3.1 Valg av teori.....	32
3.4 Kritiske drøftinger.....	34

3.4.1	Tolkninger og normativitet.....	34
3.4.2	Å tolke tolkninger	35
3.4.3	Utvalget	35
3.4.4	Forskjell på kvinner og menn	36
3.5	Etiske betraktninger	37
4	PRESENTASJON OG DRØFING AV FUNN	38
4.1	INFORMANTENE	38
4.1.1	«den norske verdien er jo frihet».....	38
4.1.2	En norsk kontekst: likestilling og frihet	39
4.1.3	Kjærligheten sitter i hjertet og ikke i hodet	42
4.1.4	Forholdet mellom følelser og rasjonalitet.....	43
4.1.5	Økonomiske avtaler sikrer og truer kjærligheten	45
4.1.6	Avtalenes rasjonelle problem.....	46
4.1.7	Forelskelsesfølelser og fysiske følelser.....	48
4.1.8	Forelskelsen og seksualitetens rasjonelle vektlegging	49
4.1.9	Frihet krever refleksivitet og modenhet	51
4.1.10	Refleksivitetens rasjonelle problem	53
4.1.11	Når kjærligheten tar slutt, er følelsene slutt	54
4.1.12	Samlivsbruddets følelsesmessige vektlegging, og rasjonelle problem	55
4.2	PARTERAPEUTENE	57
4.2.1	Kjærlighet handler om å lære om følelser.....	57
4.2.2	Diskursenes følelsesmessige vektlegging, og rasjonelle problem.....	59
4.2.3	Snakking er universal løsnings middel og limemiddel.....	60
4.2.4	Snakkingens rasjonelle vektlegging	61
4.2.5	Parforholdets emosjonelle kontrakt	62
4.2.6	Bekreftelsens rasjonelle vektlegging.....	63
5	FØLELESKRAVET MØTER RASJONALITETSKRAVET	65
5.1.1	Et moralsk følelseskrav	65
5.1.2	Et moralsk selvoptimaliseringskrav	66
6	OPPSUMMERING OG KONKLUSJON	68
7	LITTERATUR	70
8	VEDLEGG	74
	74

1. INNLEDNING

1.1 Jakten på kjærligheten

Romantikken var i utgangspunktet en reaksjon på opplysningstidens ensidige rasjonalisme, og romantisk filosofi ble forbundet med natur og følelser som stod i en opposisjon til en betoning av fornuftens ubegrensede muligheter (Stølen, 2020). Det romantiske refererte til noe virkelighetsfjernt slik at noe kunne være delvis sant, og delvis romantisk. I dag er romantisk kjærlighet et elastisk begrep som brukes på en romslig måte for ulike tidsepoker, på ulike steder, og med referanse til nokså ulike forhold mellom mennesker (Barclay & Holloway, 2020, s. 271). Romantiske fortellinger handler ofte om kjærligheten som vinner på tross av alle hindringene den møter. Ektepar som har holdt sammen gjennom et langt liv, og opplevd livets opp- og nedturer sammen, skaper et romantisk bilde om at det handler om å være to, livet igjennom.

Er det håp for varige parforhold spør parterapeut Eva Tryti, og legger til spørsmålet om vi virkelig *ønsker* at parforholdene skal vare lenge. Samtidig som nesten halvparten av ekteskapene går i oppløsning, viser det seg at mer enn halvparten faktisk holder sammen til den ene partneren dør. Mange av disse sier at de trives godt. Er ikke dette bra nok? (Tryti, 2011, s. 11). Skilsmissestatistikken, og et økende antall eneboere, viser at mange velger noe annet enn å dele livet med en partner, og at det har blitt vanligere å ikke leve i parforhold (Andersen, 2020). De «single» forbindes med høyt utdannede, og attraktive mennesker som lever et rikt og sosialt spennende liv (Høiby, 2016). Samtidig viser undersøkelser at psykiske problemer, rusmisbruk og dårlig økonomi er vanlige konsekvenser av samlivsbrudd (Dalland, 2007), og enkelte studier peker på at det å bo alene innebærer risiko for dårligere helse (Strande, 2006). Er det ønsket (og kravet) om selvrealisering som gjør at vi ikke har tid til kjærlighet, eller har vi rett og slett sluttet å tro på kjærligheten?

Kjærlighet er svaret på menneskets livsproblem skriver Fromm, og viser til hvordan mennesket i alle tidsaldre og kulturer står overfor det samme problem: hvordan det skal overvinne sin adskilthet, nå frem til gjenforening, og sprengte individualitetens snevre sirkel (Fromm, Erich, 1985, s. 16). Flere sosiologer vurderer kjærlighetens betydning som vesentlig større innen det moderne samfunn enn i tidligere samfunn, og det å være en del av kjærligheten, og å *føle* kjærligheten, er viktig for det moderne mennesket:

«nå er ikke bare de tradisjonelle båndene brutt. Modernitetens egne institusjonelle rammer har raknet, og individet står alene igjen. Alene mot verden, opphøyes kjærligheten til den nye religionen. Det er altså kjærligheten som sådan, kjærligheten til noen, enten det er ektefellen (eller en kommende ektefelle), eller samboer, eller bare kjæresten som står i fokus. Poenget er å være en del av et par, føle nærhet. Ikke være singel, ikke være alene» (Hassel, 1992, s. 71).

Hvordan skal vi forstå alt dette, og hva vil vi med kjærligheten? Samfunnet tematiserer kjærlighet og bidrar til å skape et bilde av den og hvordan man kan lykkes, og blir lykkelig i kjærligheten. Forskning som viser hvordan mennesker psykologisk og biologisk passer sammen, hvor ofte partnere bør ha sex, eller andre kriterier som bedømmer «kvaliteten» på kjærligheten, skal opplyse oss. Men et forhold kan fort «falle igjennom», og oppleves som mangelfullt, dersom det testes opp mot disse vurderingene. Å leve i en mangelfull parrelasjon kan føles som en belastning, og et risikabelt prosjekt slik at presset om å ta hånd om egen situasjon blir stort. Bevisstheten og fokuset på det lykkelige parforholdet kan tenkes å øke bevisstheten på oss selv slik at vi stadig kjenner etter og spør oss selv

hvordan vi har det, eller hvordan kjærlighetslivet vårt ser ut. Spørsmålet blir om kriteriene vi vurderer ut fra, egentlig fungerer til å vurdere kjærligheten.

«vi vil ha frihet, og friheten gjør oss samtidig sårbare for brudd. Vi vil at partneren vår skal være trofast, samtidig som vi selv vil være spontane. Det er ikke lenger forbundet med skam å være skilt, det er verre å være ulykkelig i sitt forhold» (Øfsti, 2008, s. 365).

En nokså vanlig oppfatning handler om på at omtrent annethvert ekteskap går i oppløsning, men dette er en upresis måte å fremstille skilsmisser. Beregninger viser at mellom 27 og 40 prosent av de som *giftet seg* i 2013, vil oppleve skilsmisse i løpet av livet. Innslaget av samboerskap har imidlertid økt kraftig, og tall viser at disse parene går oftere fra hverandre sammenlignet med gifte (Zahl-Olsen, 2018). Mange opplever skilsmisse enten i voksen alder, som barn, eller begge deler. En stor andel av brudd involverer barn, og en landsrepresentativ undersøkelse viser at 18% av mennene og 23% av kvinnene har opplevd foreldrebrudd i løpet av oppveksten (Noack, 2005). Selv om nøyaktige tall på andelen som skilles er vanskelig, viser statistikken at dette er noe mange opplever, og er en del av vår kultur.

Er hyppige samlivsbrudd et symptom på urealistiske forventninger til kjærligheten, romantikken og friheten? At «gresset ikke er grønnere på den andre siden», følges gjerne opp med at «gresset er grønnest der det blir vannet». Er det så enkelt at de som skilles ikke har forstått dette? Hvorfor elsker vi, og hvordan skal kjærligheten føles? Oppgavens ambisjon er ikke å besvare et stort, og eksistensialistisk spørsmål om hva kjærlighet er, men belyse meninger om kjærlighet i en bestemt kontekst. Utgangspunktet er en antagelse om at kjærlighet er noe vi er opptatt av, og tenker mye på, men mer usikkert er hva og hvordan vi tenker om den. Undersøkelsen ser altså på hvordan vi forstår kjærligheten ut fra en kulturell sammenheng. Dette handler om hvordan kulturelle verdier skaper mening for individene og bidrar til bestemte oppfatninger, og hvordan slike verdier får konsekvenser for hva vi føler. Kultur og følelser er derfor sentrale i jakten på kjærligheten.

1.2 En sosiologisk tankemodell

«Kjærligheten er tålmodig, kjærligheten er velvillig, den misunner ikke, skryter ikke, er ikke hovmodig. Kjærligheten krenker ikke, søker ikke sitt eget, er ikke oppfarende og glemmer ikke på det onde. Den gleder seg ikke over urett, men har sin glede i sannheten. Kjærligheten utholder alt, tror alt, håper alt, tåler alt. Kjærligheten tar aldri slutt» (Kor. 13, 4-8).

Bibelen forteller hva kjærlighet er. En uformell og uhøytidelig tolkning går ut på at en «moderne Bibel» finnes på nettet, og heter Wikipedia. Her forklares kjærlighet på en måte som er nærmere det virkelige livet, og som handler om mennesker og *menneskelige følelser*.

«kjærlighet er en menneskelig følelse, vanligvis rettet mot et annet menneske. Kjærlighet er å være glad i noen. Mange vil si at kjærlighet er irrasjonell i sin natur, og derfor vanskelig å definere, men en kan kanskje gruppere ulike former for kjærlighet: Romantisk og seksuell kjærlighet, kjærlighet til familiemedlemmer/venner, og kjærlighet til ikke-menneskelige ting» (Wikipedia).

Denne «definisjonen» kan kanskje ses som et forsøk på å systematisere og forenkle det mest kompliserte, menneskelige fenomenet som finns. Kjærligheten åpner for handlinger med lav refleksivitet, som samtidig ikke er basert på en form for gjengjeldelse eller forpliktelse mener Boltanski. Et typisk eksempel er en forelder som elsker barnet sitt betingelsesløst, lenge før barnet kan gjengjelde følelsen. I kjærlighetens handlingsarena spiller ikke status, språk eller roller noe som helst - *kjærligheten er betingelsesløs* (Haugseth, 2015). Handlinger i et moderne parforhold kan ikke kategoriseres utelukkende i denne handlingsarenaen, fordi i den virkelige verden spiller nettopp roller, avtaler, språk og former for makt en viktig rolle. Det er tanken om at denne arenaen eksisterer, og at den har noen grenser som ofte krysses, som gjør dette til en god *tankemodell*; at det går an å bare være sammen, uten refleksjon, uten kritikk og uten filter (Haugseth, 2015). Tankemodellen må også ses som et ideal på kjærlighet, som får konsekvenser for hva som er mulig å tenke om den. Selv om roller, avtaler, språk og makt påvirker kjærligheten, omslutes den samtidig av en oppfatning om betingelsesløshet som bunner i ønsket, og behovet om å elske og bli elsket på denne måten. Hvor vi «står» i forhold til dette perspektivet, kan antagelig ses som en måte å vurdere kjærligheten på. Roller, avtaler, språk og makt får altså betydning, og er det som undersøkes i denne oppgaven, men som også viser at det er vanskelig å vurdere hvor kjærligheten egentlig står.

1.3 Kan sosiologi forklare noe om kjærlighet?

Det er ikke sosiologiens oppgave å si noe om hva kjærlighet egentlig er, skriver Thagaard (Thagaard, Tove, 2005, s. 15–16).

«Kjærlighetens sosiologi handler om å studere kjærlighet i en samfunnsmessig kontekst. Vi studerer sammenhenger mellom, for det første: forestillingen om kjærlighet og handlinger som uttrykker kjærlighet; og for det andre de sosiale og kulturelle forholdene som kjærlighetsrelasjonen er en del av; og for det tredje; karakteristiske trekk ved relasjonen mellom de personene som har et følelsesmessig bånd til hverandre» (Thagaard, 2005, s.15-16).

Sosiologiske arbeid hvor kjærlighet er satt på dagsorden kan deles i tre typer (Haugseth, 2015). Den første kategorien er handlingsteorier hvor kjærlighet gjøres til en viktig komponent i forståelsen av menneske/samfunn (som hos Giddens og Boltanski). En annen kategori er studier hvor kjærligheten gjøres til et forskningsobjekt *i seg selv*, og hvor målet er å konseptualisere kjærlighet. Mange av disse ender opp med å beskrive kjærlighet som stadier man går igjennom (for eksempel Reiss' kjærlighetshjul, eller Steinbergs triangulære teori). En tredje kategori av «sosiologiske kjærlighetsstudier» finnes i undersøkelser der kjærligheten er en viktig komponent og sentral for å fortolke *andre* fenomener. Eksempel på dette er studier av fertilitet, vold i relasjoner, fordeling av husarbeid, skilsmisse, mm. Denne siste kategorien danner et stort og uoversiktlig felt, og i slike studier har temaet kjærlighet gjerne en tendens til å komme i bakgrunnen (Haugseth, 2015).

Haugseth stiller spørsmål om hvorfor norske sosiologer vegrer seg for å prate om kjærlighet, og peker på flere mulige forklaringer. Sosiologer er opptatt av å se bak, og gå i dybden på strukturelle problemer, og er kanskje ikke så villige til å gå inn på det allmennmenneskelige og indre på generelt grunnlag. De er derfor ikke like interessert i det indre følelseslivet, selv når det får vidtrekkende kulturelle og sosiale konsekvenser. Et annet problem er at sosiologer (som alle andre) først og fremst har opparbeidet psykobiologiske perspektiver på kjærlighet, noe som kan føre dem i en «forklaringsklemme» de ikke kan bruke faget til å komme seg ut av (Haugseth, 2015). Mye tyder imidlertid på at sosiologi, i likhet med psykologi kan hjelpe til å belyse de forvirrende opplevelsene og

følelsene som våre privatliv består av, og dermed utfordre et psykologisk, epistemologisk herredømme på dette området (Illouz & Hums, 2020, s. 310). Ifølge sosiologer er psyken formbar, og intimiteten må ses som en institusjon snarere enn en målestokk på en moden psyke. Sosiologien er i første rekke interessert i de sosiale forholdene som gjør at bestemte «jag-modeller» (psykologier) er mer nærliggende enn andre, og av hvilke problemer som disse (kulturelle) modellene muligens reagerer strategisk på (Illouz, 2019, s. 109).

Det kan være spesielt interessant å undersøke kjærlighet for norske sosiologer på grunn av en norsk likestillingskultur. Likestillingen bidrar til normative oppfatninger som får konsekvenser for hvordan kjønnene forstår seg selv og sin rolle. De likestilte rollene er psykologiske tilstander som bidrar til å skape bestemte forståelser, og bestemte handlingsmønstre, som gjenspeiles i kjærligheten. Skilsmissehyppigheten gjør den norske konteksten spesielt viktig, og må ses i lys av hvordan kjærlighet forstås kulturelt. Selv om skilsmisser kanskje ikke kan beskrives som handlinger som uttrykker kjærlighet direkte, kan det allikevel ses som handlinger som forklarer sentrale oppfatninger om kjærlighet. Oppgaven prøver ikke å forklare skilsmisser, men tolker oppfatninger om kjærlighet i lys av fenomenet.

1.4 Problemstilling

Oppgaven undersøker oppfatninger om kjærlighet, og stiller følgende forskningsspørsmål:

- **Hvordan forstås kjærligheten, og hvilke følelsesregler gjelder for det moderne parforholdet?**

Underspørsmål:

- **Hva tar slutt når kjærligheten tar slutt?**

Dette handler om hvordan kjærlighet forstås i en sosial kontekst, og hvordan forståelsene påvirker individets følelser. Med utgangspunkt i følelser, undersøkes altså kjærlighetsfølelser, der følelsen og følelsesopplevelsen ses i sammenheng med, og som et resultat av, følelsens sosiale uttrykk.

Undersøkelsens perspektiv er å se problemstillingen i sammenheng med samlivsbrudd og skilsmisser. For å finne svar, intervjues kvinner og menn som har gjennomgått skilsmisse. Grunnen er at samlivsbrudd kan forstås som et fenomen der kjærlighet har vært til stede, men blir borte. Skilsmisene kan på den måten bidra til å forklare hva som tar slutt når kjærligheten tar slutt.

I tillegg undersøkes parterapeuters oppfatninger om kjærlighet og parforhold. For å se på dette, undersøker jeg en podcastserie i NRK radio hvor terapeuter snakker om parforhold som ender i brudd. Podcasten kan ses som en case. Parterapeuter kan ses som profesjonelle eksperter som bidrar til en diskursiv forståelse av kjærlighet og parforhold.

1.5 Avgrensning og oppbygging

Avgrensninger handler om å undersøke forståelser om moderne, heteroseksuelle parforhold, og familien i lys av skilsmisser. Allikevel trekkes det paralleller til tidligere forståelser. Hensikten er å se, og forklare utfra en norsk kontekst og sammenheng.

De to datakildene som er brukt i analysen, baserer seg på historiene til skilte personer. Temaet om skilsmisse må også ses som en sentral avgrensning som bidrar til å påvirke funnene.

Informantene som undersøkes, er en gruppe yrkesaktive personer i alderen 35-55 år, som er urbant bosatt. Undersøkelsen fokuserer derfor på en avgrenset gruppe.

Parterapeutene som undersøkes er hentet fra podcastserien «Havarikommisjonene» i NRK radio. Programmet kan ses som en case hvor 4 ulike parterapeuter snakker om kjærlighet og parforhold.

Opgaven er delt i seks hovedkapitler:

Kapittel 1 presenterer tema og problemstilling, og viser hvordan oppgaven er strukturert.

Kapittel 2 gjennomgår noen teoretiske perspektiver om følelser både som en individuell erfaring og som samfunnskapte erfaring. Her presenteres også to teoretiske perspektiver på kjærlighet, intimitet og parforhold i moderne, vestlig kultur. Dette er sentrale perspektiver fra «*The Transformation of Intimacy*» (Anthony Giddens, 1992), og «*Why Love Hurts*» og «*The End Of Love*» (Eva Illouz, 2012 og 2019).

Kapittel 3 beskriver hvordan fenomenologisk og hermeneutisk forståelse er forutsetninger for tolkningene, og er viktig metodisk inngang. Kapitlet beskriver også arbeidsprosessen og fremdriften, og gjør noen kritiske vurderinger av studien.

Kapittel 4 utgjør en analyse som har ambisjon om å forklare oppfatninger om kjærlighet, og kjærlighetsfølelser i intime parrelasjoner, og når kjærlighet tar slutt. Med utgangspunkt i ulike fortellinger om parforhold, og de teoretiske perspektivene, diskuteres slike oppfatninger. Kapitlet er delt i to deler. Den første delen presenterer og diskuterer datamaterialet fra intervjuene, den andre delen presenterer og diskuterer datamaterialet fra podcastserien.

Kapittel 5 ser på de to delene i kapittel 4 sammen. Kapitlet tar opp noen viktige moralske forståelser som kan forklare oppfatninger om kjærlighet.

Kapittel 6 er en kort oppsummering og konklusjon på diskusjonen. Dette handler om at følelsene får mye oppmerksomhet, men at den følelsesmessige vektleggingen er problematisk og tilslørende for hvordan kjærligheten forstås.

2 TEORIETISKE PERSPEKTIVER

2.1 Følelser

Følelser er over alt, dypt innvevd i alt menneskelig liv. Hver situasjon vi er i, er følelsesmessig «stemt» på en viss måte. Å forstå det som er menneskelig, er å forstå det emosjonelle (Nyeng, Frode, 2006, s. 17). Å forstå tenkning krever en forståelse av følelser, men mangfoldet av perspektiver vi kan se og forstå følelser igjennom, gjør det å snakke om ulike typer følelser til en mangslungen affære. Ettersom kategorisering følger av faglig perspektiv, finnes ingen allment akseptert inndeling av følelser (Nyeng, 2006, s. 18). I denne delen gis noen perspektiver på følelsene som en opplevelse, og følelsene som en del av kulturen. Dette er også en måte å operasjonalisere og kategorisere følelsene som er viktige perspektiver i analysen, og som bidrar til å forklare å forstå oppfatninger om kjærlighetsfølelser.

2.1.1 Grunnfølelser, sammensatte følelser og kjærlighetsfølelser

Det er uenighet om hvor mange grunnleggende følelser vi faktisk har, noen mener at vi har 12, noen 10, andre 5, og det finnes de som hevder at det ikke finnes *grunnleggende* følelser i det hele tatt. I terapien jobber man utfra de vanligste (grunnleggende) følelsene frykt, sinne, engasjement, glede, avsky, skam, skyld og tristhet (Institutt for psykologisk rådgivning, 2020). Man kan si at hver av oss har et bestemt spekter av følelser. Dette spekteret gjenkjenner vi hos andre. Om de er biologisk bestemte, eller også vesentlig bestemt av kultur, diskuteres i forskningen (Grelland, Hans Herlof, 2020, s. 36–37). Følelsesregisteret vi er utstyrt med fra naturens og kulturens hånd, er noe vi tar i bruk når vi skal forholde oss til verden. Vi kan lære å skjule følelsene våre, eller omforme uttrykket gjennom kulturelle sedvaner. Likevel er det noe fundamentalt universelt ved følelsene som knytter menneskeheten sammen (Grelland, 2020, s. 36-37).

I tillegg til «grunnfølelsene», finnes en rekke andre følelser som kan være blandingstilstander, sekundære tilstander, eller mer nyanserte følelser av de grunnleggende følelsene. Det finnes veldig mange slike følelsetilstander, for eksempel, hat, håpløshet, nostalgi, ærefrykt, sjalusi, bitterhet og kjærlighet (Institutt for psykologisk rådgivning, 2020).

«Kjærlighet er ikke en egen følelse, men en sammensatt tilstand av forskjellige følelser der du kjenner et sterkt og varig følelsesmessig bånd og et engasjement for en annen person, eller til og med for viktige verdier/idealer. Kjærlighet er en følelse av noe varig og viktig, og den kan være med eller uten romantiske og seksuelle elementer. Følelsen tilknytning er nært forbundet med kjærlighet» (Institutt for psykologisk rådgivning, 2020)

Kjærlighet er ikke det samme som medfølelse, og ikke engang det samme som omsorg. Men kjærlighet fører ofte til omsorg, og når man elsker, åpner man seg også mot den andre slik at man åpner for at medfølelsen skal finne sted (Grelland, 2020, s. 182). Kjærlighetsfølelsen betraktes som et allment fenomen; *«At vi trenger å bli elsket, er en allment akseptert sannhet, men til dette føyer Kierkegaard at vi også har en trang til å elske»* (Grelland, 2020, s. 182).

2.1.2 Tilgang til følelser og refleksivitet

Når vi nærmer oss følelsererfaringen, og hvordan det er å ha en følelse, ser vi at en følelse alltid er en dobbel erfaring. Følelsen er rettet mot *noe*, det er for eksempel noe jeg er redd for eller glad i. Men samtidig som oppmerksomheten er rettet mot dette *noe*, som er følelsens objekt, vil den også rettes mot meg selv, og det *at* jeg er redd, glad eller trist (Grelland, 2020, s. 14).

Alle følelsesopplevelser gjennomgår en tretrinnsstruktur; først er følelsen der, som et spontant forhold til et eller annet. Så uttrykker følelser seg kroppslig, slik at vi kan se, eller kjenne ved introspeksjon at vi har følelsen. Når vi til slutt «leser» denne fornemmelsen, kan vi videre, refleksivt tenke *at* vi har følelsen (Grelland, 2020, s. 16). Denne måten å forstå følelsene, kan også ses i sammenheng med hvordan Sartre skiller mellom tre ulike bevissthetsnivåer; en pre-refleksiv bevissthet, en refleksiv bevissthet, og en selv-refleksiv bevissthet. I det tredje bevissthetsnivået blir vår egen bevissthet om oss selv, selve objektet (Daigle, Christine, 2010, s. 22). Begrepene er del av den fenomenologiske terminologien, og viktige for å forstå følelser. En følelse er alltid prerefleksiv, men vår bevissthet om å ha en følelse, er refleksiv (Grelland, 2020, s. 18).

I teori om følelser er det et ikke uvesentlig terminologisk skille mellom følelser og emosjoner. Dette skillet kan kort beskrives på følgende måte: følelse forbeholdes den opplevelsen som de ulike emosjonene kan gi den enkelte. En følelse er altså en faktisk opplevelse, det som rører seg i bevisstheten, mens en emosjon er betegnelsen på en beveget tilstand man kan være i, også uten selv å føle den, og uten selv å være oppmerksom på den som navngitt tilstand. Man kan for eksempel være sjalu uten selv å være *bevisst* på sin emosjonelle tilstand; man *kjenner* ikke sjalusien gnage. Ens væremåte kan altså være emosjonelt ladet på en bestemt måte, uten at den kjennes (Nyeng, 2006, s. 16). Måten vi føler på, og kjenner følelsene mer eller mindre bevisst, handler om følelser slik de fremstår for den enkelte, som fenomenologisk størrelse.

Disse perspektivene på følelsene, er viktige utgangspunkt for den videre diskusjonen som prøver å forstå og forklare følelser slik de oppleves nedenfra i individet.

2.1.3 Følelser er mening i en fortolket virkelighet

Følelsene handler alltid om *noe*, samtidig er den er uttrykk for meg selv og min holdning til det den tematiserer (Grelland, 2020, s. 13). Dette gjør at enhver følelse har en bestemt *mening*. Det å ha en følelse, er erfaring med et bestemt meningsinnhold, som også kan vises kroppslig gjennom for eksempel tårer eller smil. Slike tegn er viktige for oss selv, og for vår egen avklaring av egne følelser, men kan også ses og forstås av andre (Grelland, 2020, s. 13). En følelse er altså en måte å forholde seg til noe på, en ting eller en hendelse, og samtidig er den en måte å forholde seg til seg selv på. «Gjennom min måte å forholde meg til verden og meg selv på plasserer jeg meg selv i verden og den jeg er» (Grelland, 2020, s. 14).

I kunnskapsfilosofien, og i hverdagstale, hevdes det gjerne at man selv er autoriteten når det gjelder sannheten om våre egne følelser. Eksempelene som gjerne brukes i slike sammenhenger, er gjerne rent kroppslige følelestilstander som når smerten stikker i ryggen, og vi uttrykker det med «Au, der stakk det i ryggen!». Dette kan ses som et *uttrykk* for, men ikke en *omtale om* en følelse (Nyeng, 2006, s. 26). Følelsesforståelse er imidlertid ikke forståelse av emosjonelle idiosynkrasier. Ubetvilelige sinnstilstander og menneskelige følelser utgjør ulike personlige fenomener. Når vi har å gjøre med komplekse følelser, følelser som bygger på forståelse for en situasjon, og som ikke gjelder

tilstanden i ens egen kropp, blir situasjonen annerledes. Komplekse menneskelige følelser som skam, vennskapelighet, sjalusi og stolthet er ikke gitt som indre tilstander, men forhandles frem i samspill med andre – de er selv, og forholder seg til, ting med mening for flere mennesker. Vi er derfor følende organismer som forsøker å komme til klarhet om oss selv ved hjelp av andre (Nyeng, 2006, s. 26).

Sannhet om følelser må ikke ses som sannheter nærmest utilgjengelig «indre, mentale tilstander», men som følelsessituasjoner. Den rene følelsesmessige opplevelsen kan ikke skilles fra vår tolking av følelsen, noe som igjen forutsetter at vi forholder oss til den situasjonen vi er i. For den som forsker på følelser, er derfor et basisinstinkt at man forsker på en fortolket virkelighet; uansett hvilke kriterier vi bruker, vil enhver begrunnelse av kunnskap om følelser bevege seg innenfor den hermeneutiske spiralen (Nyeng, 2006, s. 26).

2.1.4 Følelsesregler og kultur

«Hvis sannheten om følelsene ligger skjult, ligger den like mye under et lag av kulturelle verdier og forestillinger som under psykiske mekanismer eller biologiske funksjoner og tendenser» (Nyeng, 2006, s. 26).

En grunnleggende forståelse om følelser, er innsikten om at følelsene formes og defineres i en sosial kontekst. Følelser er derfor ikke rene psykologiske eller biologiske fenomener iboende i ens personlighet og biologi. Å forstå følelser sosiologisk betyr å se følelser ikke bare som individuelle prosesser, men også som uttrykk for prosesser i en bestemt sosial kontekst (Poder, 2009, s. 331). Sosial kontekst kan handle om makro forhold slik som økonomi, ideologi og kultur som bidrar til å forme hvordan følelser utspiller seg i interaksjoner, men kan også handle om mikro forhold i interaksjoner. For eksempel hvordan en bestemt situasjon påvirker hva som er forventet og hvordan dette kommer til uttrykk (Poder, 2009, s. 332).

Følelsesregler er sosiale retningslinjer som forteller om ønskelige følelsestilstander, og handler om hva som oppfattes som «riktig» og «feil» forståelse av følelsene. For eksempel; er det riktig eller galt å være lei seg i et selskap, eller lettet i en begravelse? Med andre ord «passer» følelsene våre med de aktuelle følelsesreglene? Og dessuten hvem deler disse reglene? Slike regler får konsekvenser for hvilke begreper om følelser som er tilgjengelige, og legger føringer for, hvordan følelsene kan oppfattes og oppdages (Russell Hochschild, 2019, s. 10). Kultur påvirker derfor hvilke følelseserfaringer som er akseptable og realistiske, og uttrykker normative idealer om hva vi bør føle, og hvordan følelsen kan uttrykkes. Følelser er derfor ikke automatiske og spontane reaksjoner, men heller ikke utelukkende sosiale «produkt» (Poder, 2009, s. 334).

Hochschild kaster altså lys over hvordan kjærlighetsfølelser ikke kan forstås som naturlige reaksjoner, men er sterkt påvirket av kultur, og individers aktive håndtering av følelser. Årsaken er at kulturen definerer bestemte antagelser om hvordan og når man kan føle kjærlighet, og dessuten hvordan den skal uttrykkes, siden kulturen definerer noen bestemte antagelser om menneskelig tilknytning (Poder, 2009, s. 333). Innenfor en kultur kan en bestemt type følelse være ansett som mulige og realistiske i forhold til kjærlighet, mens en annen kultur tilbyr andre tenkelige og akseptable måter å føle kjærligheten på. «Følelseskulturen» inneholder derfor ideer om hvordan man bør føle, hvordan følelser bør uttrykkes, og inneholder idealer og normer om hvordan kjærlighet bør praktiseres (Poder, 2009, s. 334). Perspektivet er sentralt for analysen, og handler om at følelser må tolkes hermeneutisk og i kontekst.

2.2 To teoretiske perspektiver på kjærlighet: Giddens og Illous

I denne delen presenteres to teoretiske perspektiver på hva som skjer med kjærligheten og individene i moderne samfunn. Dette er tolkninger av kjærlighet slik den formes i moderne kontekst. Spørsmålet om frihet og kjærlighet er utgangspunktet for de to teoretiske perspektivene som tolker dette ulikt. Først beskriver jeg hvordan Giddens forstår og forklarer en moderne kjærlighet, dernest presenteres sentrale forståelser fra Illous`teori. Årsaken til å velge disse to teoriene, handler om at de gjenspeiler ulike forståelser og tolkninger. Giddens «individperspektiv» er en positiv fortolkning av hva som skjer med kjærligheten i den moderne kulturen, mens Illous «maktperspektiv» er en langt mer kritisk tolkning av dette.

2.2.1 Giddens: refleksivitet og frihet til å skape seg selv

Giddens undersøker kjærlighet og intimitet i moderne samfunn med utgangspunkt i Foucaults teori om seksualitetens historie. Hos Foucault blir diskursene konstituerende for den sosiale virkeligheten. Også hos Giddens får den tilgjengelige terminologien betydning for folks forståelser, og siver inn i selve samfunnslivet og medvirker til å omforme det. Problemet med Foucaults teori er imidlertid hans ensidige vekt på makt, diskurs og kropp som forklarende drivkrefter bak seksualitetens forandringer, hevder Giddens. Kritikken går ut på at menneskets aktive innsats knapt nok eksisterer hos Foucault, noe som stiller spørsmålstegn ved hvor selvet befinner seg i relasjon til moderniteten. Diskursene fungerer ikke som en enveis-inntrenging av vitensmakt, isteden må man se dette fenomenet som et utslag av en institusjonell refleksivitet som er i stadig endring (Giddens, Anthony, 1994, s. 36).

«Selvet er i dag for enhver, et refleksivt forehavende, en mer eller mindre uavbrutt undersøkelse av fortid, nåtid og fremtid» (Giddens, 1994, s. 38).

Giddens mener at Freuds bidrag til den moderne kulturen var å blottlegge forbindelsen mellom seksualitet og selvidentitet fordi disse tidligere var uklare. Freud påviste at disse forbindelsene var problematiske, samtidig som han har gitt individene et rikt omfang av teoretiske begreper og en ramme til bruk i skapelsen av en refleksiv fortelling om seg selv (Giddens, 1994, s. 38).

2.2.2 Lidenskapelig og romantisk kjærlighet

Giddens skiller mellom en lidenskapelig kjærlighet og en romantisk kjærlighet. Det lidenskapelige beskrives som en følelsesmessig oppslukt-het av en annen. Fenomenet er mer eller mindre universelt, og en følelse som må skilles analytisk fra den romantiske kjærligheten som i langt høyere grad er kulturbestemt (Giddens, 1994, s. 45).

Fra om med slutten av 1800-tallet begynte ideen om den romantiske kjærlighet å gjøre seg gjeldende, og innførte dermed forestillingen om en fortelling om enkeltmenneskets liv – en formulering som på radikalt vis utvidet den unike kjærlighetens refleksivitet. For første gang ble kjærlighet og romantikk forbundet med frihet, idet begge deler ble ansett som normativt ønskelige tilstander (Giddens, 1994, s. 47). Det som skjer er at følelsene får større betydning til tross for

moderniseringens dogmer om fornuft og rasjonalitet som ikke er forenlig med følelser (Giddens, 1994, s. 47).

Den romantiske kjærligheten har *innslag* av lidenskap i seg, og det er nettopp dette som gjør den ny, unik og fri. I den romantiske kjærligheten er det altså rom for lidenskap, men det stilles samtidig spørsmålstegn ved intimiteten. Romantikk har den dominerende plassen over lidenskapen og det seksuelle. Den romantiske kjærligheten kan oppstå som «kjærlighet ved første blikk», men må holdes adskilt fra den lidenskapelige kjærlighets seksuelle og erotiske drifter. «Det første blikket» må forstås som et kommunikativt signal, og en intuitiv forståelse for noen egenskaper hos den andre. Dette er en prosess hvor man føler seg tiltrukket av et menneske som kan komplettere ens liv (Giddens, 1994, s. 47).

Den romantiske kjærligheten forutsetter en viss grad av introspeksjon der man spør seg selv, hva føler jeg for den andre? Hva føler den andre for meg? Er våre følelser dype nok til å bære et langvarig forhold? (Giddens, 1994, s. 51). Den romantiske kjærligheten legger planer på to måter ved å holde fast ved, og idealisere den andre, og planlegge et fremtidig utviklingsforløp (Giddens, 1994, s. 52)

2.2.3 En ny type seksualitet

Giddens beskriver de seneste årtier som en *seksuell revolusjon*. Som følge av opplysning, p-piller og ny teknologi er seksualiteten i dag løsrevet fra kravet om forplantning, og har gjort den autonom. Særlig for kvinnene får dette betydning fordi forplantning kan foregå uten seksuell aktivitet, og seksuell aktivitet ikke behøver å føre til forplantning. Dette har ført til en frigjørelse for seksualitetens vedkommende, der den fullt ut kan bli et karaktertrekk ved det enkelte menneske og dets samspill med andre. Den seksuelle revolusjon innebærer to grunnelementer der den ene er en revolusjon for en kvinnelig seksuell autonomi, og den andre handler om en «blomstrende» homoseksualitet (Giddens, 1997, s. 35). Videre hevder Giddens at kvinnens seksuelle revolusjon også får dypgående følger for mannens seksualitet, som i høy grad er en ufullendt revolusjon (Giddens, 1997, s. 35).

Det som kjennetegner den nye, «plastiske seksualiteten» (Giddens) er at den er frigjort fra den eldgamle sammensmeltning med forplantning, slektskap og generasjoner (Giddens, 1994, s. 35). I dag eksisterer en seksuell mangfoldighet som kan karakteriseres som «perversjonens tilbakegang», fordi perversjon er skiftet ut med pluralisme. Dette kan forstås som en delvis vellykket kamp om retten til selvtutfoldelse i en liberal demokratisk stats kontekst, hevder Giddens. Samtidig pekes det på at konfrontasjoner og uenighet om en fri seksualitet stadig gjør det mulig at den frihet som er oppnådd kan skylles vekk av en reaksjonær bølge (Giddens, 1994, s. 49).

2.2.4 Rene forhold og konfluerende kjærlighet

Begrepet «forhold» i betydningen et tett og følelsesmessig bånd til et annet menneske, er først blitt en del av den alminnelige språkbruk for relativt kort tid siden. Begrepet om *rene* forhold henviser til en situasjon der to personer inngår et sosialt forhold for sin egen skyld, for hva de involverte hver for seg kan få ut av en varig forbindelse med hverandre, og som kun fortsetter dersom begge parter anser det som tilstrekkelig tilfredsstillende å bli i det. Ekteskapet har for mange i stigende grad endret seg i retning av rene forhold. Det er parets tilfredsstillelse av parforholdet som opprettholder relasjonen, ikke andre ytre faktorer som økonomi, barn eller forventninger fra andre. Den rene

relasjon søker ingen annen begrunnelse enn den erotiske og emosjonelle kjærligheten. Dette gjør at relasjonen er demokratisk. Utviklingen kan ses som en restrukturering av intimiteten og må forstås i sammenheng med utviklingen av en plastisk seksualitet (Giddens, 1994, s. 63).

Konfluerende kjærlighet forutsetter likestilling med hensyn til følelsesmessig given og tagen, og det gjør den jo mer et kjærlighetsbånd nærmer seg prototypen på det rene forhold (Giddens, 1994, s. 67). Der den romantiske kjærligheten har som mål at to forskjellige personer utfyller hverandre ("to blir til ett"), har det rene forhold mer karakter av å være konfluerende. Det vil si at det er to individer som lever side om side, men som aldri går opp i noe fellesskap. Konfluerende kjærlighet er aktiv og betinget, og baserer seg først og fremst på gjensidig tilfredsstillende både emosjonelt og seksuelt. Å fastsette personlige grenser anses som avgjørende i et forhold som ikke bygger på avhengighet. Klare grenser er derfor viktig for den konfluerende kjærligheten, og opprettholdelsen av intimiteten. Intimitet er ikke å la seg oppsluke av den andre, men å kjenne hans, eller hennes karakteregenskaper og gjøre sine egne gjeldende. Å åpne seg for den andre betyr, paradoksalt nok, personlige grenser, fordi det er et kommunikasjonsfenomen. Balansen mellom åpenhet, sårbarhet og tillit som utvikles i et forhold er bestemmende for om de personlige grensene blir til skillevegger som snarere forhindrer enn fremmer kommunikasjonen. Denne balansen forutsetter også en maktbalanse som avhenger av kvinners voksende autonomi og en plastisk seksualitet som er fri for dobbeltmoral (Giddens, 1994, s. 97).

Skillet mellom avhengighet og intimitet kan gjenkjennes ved en rekke dikotomiske egenskaper ved et forhold, som for eksempel *overdreven oppslukt-het* versus *selvutvikling som første prioritet* (Giddens, 2014, s. 98). Selv om Giddens innrømmer at dikotomiene til en viss grad er selvmotsigende, mener han at utviklingen må ses som en demokratisering og frigjøring av hverdagslivet (Giddens, 1994, s. 99). Rene forhold er skjøre og kan forklare at skillmissetallene er høye; «*Våre dagers separasjons- og skilsmissemønstre ser her snarere ut til å være et resultat av den konfluerende kjærlighets oppståen enn dens årsak*» (Giddens, 1994, s. 67). Det er altså på grunn av, og ikke på tross av kjærligheten at så mange ekteskap havarerer.

Giddens får kritikk for å legge for mye vekt på individualiseringstesen, og for lite på strukturelle problemer. Det har vært mange kritiske røster mot Giddens' beskrivelse av det senmoderne samliv. Ensidig vekt på heterofile parrelasjoner og overdrivelse av den enkeltes autonomi, og dermed en overdrivelse av den enkeltes valgmuligheter, er noen av dem. Perspektivet til Giddens er allikevel nyttig, fordi det ser ut til å gjenspeile mange forståelser om parforhold, og bidrar til å belyse sentrale oppfatninger om parforholdet.

2.2.5 Illouz: En normativ og utvidet forståelse av frihet

Giddens syn på frihet og den rene forholdene, gir ingen «løsning», men bare enda flere spørsmål, ifølge Illouz (Illouz, 2019, s. 19). Perspektivet til Illouz, er langt mer kritisk til hva som skjer med parforholdet og kjærligheten i moderne samfunn, sammenlignet med Giddens. Den kritiske forståelsen må også ses i sammenheng med hennes undersøkelser som forklarer hvorfor kjærligheten *tar slutt, og opphører*. De strukturelle forklaringene til Illouz bidrar til å forstå hva som skjer med kjærligheten i moderne samfunn, på en annen måte.

Det mangfoldige og skiftende fenomenet som kalles følelsesmessig og personlig frihet, oppstod i og med fremveksten av en privat sfære som befant seg utenfor omgivelsene og kirkens sfære. Etter hvert ble denne individuelle friheten sikret av staten, og gjennom lover som skulle beskytte den personlige integriteten. Følelsesmessig frihet handler om individets autonomi for subjektets indre liv, mens kroppslig frihet handler om beslutningsrett over egen kropp. Den følelsesmessige friheten har røtter fra bevissthetsfrihet og privatlivets historie, mens den kroppslige (og seksuelle) friheten var resultat av kvinners kamp for frigjøring og en rettslig innstilling til kroppen. Illouz hevder at følelsesmessig og kroppslig frihet flettes sammen, og har bidratt til å forsterke hverandre i en «bred» forståelse av selv(eier)rett (Illouz, 2020, s. 17).

«Kort sagt omfattet selvrett å leve sitt følelses- og sexliv uten innblanding fra ytterverden og å la sine egne følelser, ønsker eller subjektivt definerte målsetninger bestemme de egne valgene og opplevelsene» (illouz, 2020, s. 18).

Følelsesmessig frihet er en særskilt type selvrett der følelsene er veiledende, og rettferdiggjør handlingen. Denne form for selvrett markerer overgangen til noe som kan kalles en emosjonell modernitet. Giddens er den første sosiologen som presiserte denne emosjonelle modernitetens natur. I følge Giddens har hvert individ iboende ressurser for å kunne utvikle evne til å være autonom og intim på en og samme gang, men prisen for dette er en tilstand av «ontologisk utrygghet» som betyr at individet alltid bærer på en indre uro (Illouz, 2020, s. 18).

Begrepet om «rene relasjoner» må ses som er en deskriptiv og normativ støtte til moderniteten fordi den antyder at intimiteten realiserer de verdier som er sentrale for det moderne, liberale subjektet. Dette er et bevisst og fritt subjekt som kjenner til sine egne behov og kan forhandle seg frem til å få disse behovene dekket, ikke minst gjennom muligheten til å innlede og avslutte et intimt forhold når som helst (Illouz, 2020, s. 18). Perspektivet kan ses som at frihet realiseres i relasjonen til andre mennesker. Frihet danner altså den normative grunnen for kjærligheten og familien, der familien samtidig blir selve intervensjonen av frihet som realiseres i en enhet av omsorg og omtanke (Illouz, 2020, s. 19).

Illouz slutter seg til Foucaults seneste arbeider om en *følelsenes kultursosiologi*. Hun betrakter derfor frihet som en omstrukturering av et handlingsfelt som det mest innflytelsesrike og utbredte rammeverket for vår moraloppfatning, vårt syn på dannelse og menneskelige relasjoner, grunnene for vårt rettssystem, vårt syn på likhet og mer overgripende vår grunnleggende definisjon av det moderne menneskets jeg. Frihet er dermed ikke ett moralsk eller politisk ideal som opprettholdes, men en varig og dyptgripende, kulturelt rammeverk som strukturerer det moderne menneskets selvforståelse og dets relasjoner til andre (Illouz, 2020, s. 23-24).

2.2.6 Negative sosiale relasjoner

Konsumkulturen som kan sies å være det nye «navet» i den moderne identiteten, og bygger på en nærmest selvsagt måte å stadig sammenligne og velge. Selv om valgene i praksis er begrensede og forutbestemt, oppleves og fremstilles en stor del av det moderne livet som resultat av subjektive valg. Takket være den institusjonaliserte friheten, tvinges jeget til å definere seg selv, og hevde denne definisjonen gjennom utallige valg (Illouz, 2020, s. 33-34). Påvirkningen av en økonomisk tankegang har ført til et fokus på det positive valget, dvs. å ta en beslutning. Dermed har vi oversett et langt viktigere aspekt ved å velge, nemlig det negative valget, nemlig å si nei til, unngå, eller avslutte sosiale forbindelser (Illouz, 2020, s. 34). Når relasjoner tar slutt, skjer det på grunn av et moralsk påbud som utgjør kjernen i den kapitalistiske subjektiviteten; påbudet om å være autonom og fri, optimalisere seg selv og realisere sitt iboende potensial, i tillegg til å maksimalisere egen nytelse, helse og prestasjonsevne. Det er det positive påbudet om å skape og maksimere sitt eget jeg som preger det negative valget (Illouz, 2020, s. 38).

En negativ sosial relasjon drives av uvisshet, mens en positiv relasjon er relativt strukturert og følger tydelige normer (Illouz, 2019, s. 135). De relativt normløse relasjonene kjennetegner det moderne privatlivet i motsetning til arbeidslivet som er fullt av forskrifter. I normløse interaksjoner savnes et tydelig skille mellom passende og upassende oppførsel, at man følger et moralsk manus og møter sosiale sanksjoner dersom man bryter reglene. Fraværet av en kompakt normativitet beror på utøvelsen av frihet med positive påbud om selvstendighet, autonomi og hedonisme (Illouz, s. 136).

Det negative valget handler både om «valget å ikke velge», og friheten til når som helst å kunne velge bort. Det finnes instrumentelle og emosjonelle aspekter ved å binde seg. Den som skal velge en partner forsøker åpenbart å gjøre valget sitt basert på både rasjonelle og emosjonelle grunner. Forskning viser at den affektive siden pleier å overta ettersom det aldri kan være et rasjonelt valg å binde seg. Når valget innebærer flere mulige alternativer blir imidlertid muligheten til å bygge sterke emosjonelle bånd dårligere (Illouz, 2019, s. 143). For å «binde seg» kreves en spesiell evne til å forestille seg sitt fremtidige jeg, evne til å avslutte søke- og beslutningsprosessen, og å gi opp å finne et bedre alternativ. Man binder seg i det øyeblikket man bestemmer seg for ett alternativ, og avstår fra å finne et bedre. På sett og vis er kjærlighet derfor en slags forpliktelse. Dette reiser spørsmålet om når og hvorfor valgene opphørte å besitte den følelsesmessige styrken som binder oss til fremtiden, skriver Illouz (Illouz, 2019, s. 145-146).

Institusjonaliseringen av den seksuelle friheten gjennom konsumsjonskulturen og den nye teknikken, har ført til en grunnleggende uvisshet omkring innholdet i, rammene for, og formålet med seksuelle og følelsesmessige kontrakter. Noe som betyr at kontrakts-metaforen ikke egentlig lykkes i å fange de moderne relasjonenes (negative) struktur. Den seksuelle og følelsesmessige friheten har gjort selve muligheten til å definere vilkårene for en relasjon til et åpent spørsmål, og et psykologisk så vel som sosiologisk problem (Illouz, 2020, s. 19-20).

2.2.7 Skopisk kapitalisme og anomi

Markeder har utviklet seg til det sosiologiske rammeverket for mellommenneskelige møter, og markedslogikken preger kjærligheten og legger grunnlag for en skopisk kapitalisme. Sammenhengen mellom en skopisk kapitalisme og de negative relasjonene kan sammenfattes utfra fem affiniteter som tiltrekker og reagerer med hverandre på ulike måter (Illouz, 2020, s. 304): (1) «Markeder» er sosiale arenaer der aktørene gjør byttehandler som er basert på tilbud og etterspørsel. På det

moderne seksuelle markedet finner partnere sammen alt etter sin egen seksuelle kapital og smak, og for økonomiske, hedonistiske, eller følelsesmessige målsetninger. (2) Markedslogikken preger de seksuelle forbindelsene som handler om behovstilfredstillelse dermed imiterer de en konsumentinteraksjon og dens hedonistiske premisser på samme måte som konsumkulturen gjenspeiler seksualiteten. (3) Seksualiteten som styres av en skopisk kapitalisme, genererer ulike former for økonomisk og sosial verdi for kvinner og menn; kvinner handler i konsumsjonsmarkedets ved å ta vare på kroppen sin og øke sin seksuelle verdi, mens menn konsumerer kvinners seksuelle verdi som en staturmarkør i mannlig konkurransesammenheng. 4) En grunnleggende uvisshet omkring verdiene i transaksjonsforholdet, som relaterer seg til en uvisshet om egen, og den andres verdi, særlig ettersom den skopiske kapitalismen fører til at jegets verdi foreldes raskt. Etterspørselen etter en subjektiv verdi (i form av selvrespekt, selvkjærlighet og selvtilit) har økt, og resultert i defensive strategier mot det som oppleves å true det. (5) Vanskeligheten med å inngå og opprettholde et følelsesmessig forhold fordi tekniske nyvinninger, mobilitet, og fleksibilitet gjør at man ikke føler seg forpliktet til noe som helst (Illouz, 2020, s. 305).

Med utgangspunkt i Durkheims begrep om anomie, argumenterer Illouz for at moderne parforhold preges av normløshet. I dagens opp- og sammenkoblede verden, ytrer anomien seg ved en kollaps av de sosiale relasjonene og det sosiale samholdet. Dette handler ikke først og fremst om fremmedgjøring, eller ensomhet, men oppløsningen av nære og intime bånd. Fremveksten av sosiale nettverk, ny teknikk og et økonomisk lønnsomt rådgivnings- og hjelpeapparat bidrar til denne oppløsningen (Illouz, 2020, s. 12). Tradisjonelt har sosiologien betraktet anomie som en følge av isolering og svekket tilhørighet til et felleskap eller en religion, men i dagens ekstremt sammenkoblede verden, må den ta hensyn til en mer diffus egenskap ved de sosiale båndene, nemlig at de er *flyktige*. Når vi stiller spørsmålet hvorfor kjærligheten tar slutt, trer vi inn i et felt som er særlig egnet for å forstå hvorfor dagens vekselvirkning mellom kapitalisme, seksualitet, kjønnsroller og teknologi skaper en ny form for (ikke-)sosialitet (Illouz, 2020, s. 12).

2.2.8 Subjektets uklare status og ontologisk utrygghet

Kjærlighet og seksualitet har blitt avgjørende for individets selvfølelse. Den selvfølelsen som kjærligheten gir, er ekstra viktig i dagens relasjoner fordi den moderne individualismen har gjort det vanskeligere å opprette en selvfølelse og fordi presset på å utmerke seg og være unik har blitt mye større (Illouz, 2019, s. 162). Bekreftelse av jeget foregikk tidligere gjennom kjønns- og klassespesifikke regler og ritualer (Illouz, 2019, s. 163). I dag handler det ikke om korrekt adferd og oppførsel, men et fokus på jeget som ikke er låst i en sosial stilling, men i stedet defineres utfra sitt indre og følelsene. I den nye strukturen er det *andre* som tildeler kvinner og menn deres verdi. I denne strukturen er klasse- og kjønns grensene borte, og i stedet handler det om å ta vare på (det essensielle) «jeget» på riktig måte. Selvfølelsen blir på denne måten uadskillelig forbundet med jeget (Illouz, 2019, s. 164). Tidligere skulle hengivenhet og lojalitet blitt ansett som avgjørende bevis på kjærlighet, men i dag rekkes det ikke ettersom kjærlighet forventes å være en stadig pågående prosess av «bekreftelse», dvs. at man gang på gang får sin egen individualitet og verdi bekreftet. Ønsket om komplimenter er ikke et tegn på forstyrrede, narcissistiske personligheter, eller manglende selvfølelse, men viser til et grunnleggende krav om at kjærlighetsforhold skal gi sosial erkjennelse (Illouz, 2020, s. 171). Ikke-valgets mekanismer hjelper jeget å sikre sin egen verdi ved å velge bort et forhold som kjennes risikabelt (Illouz, 2020, s. 226). Å trekke seg ut av et forhold er altså en måte å løse ubevisste interessekonflikter og bevare egen autonomi og selvfølelse (Illouz, 2020, s. 229).

Den nye seksualiteten skaper et seksuelt marked som gjør det særlig vanskelig for kvinner å tilskrive seg selv egenverdi. Objektifisering av jeget henger sammen med kommersialiseringen av jeget. Det innebærer ikke bare at vi behandler oss selv og andre utfra utseende, men også behandler kroppen som en handelsvare på et marked med lignende og konkurrerende handelsvarer (Illouz, 2020, s. 168). På det moderne kjønnsmarkedet representerer særlig kvinners seksualiserte kropp en økonomisk verdi som kan omsettes til frihet og makt (Illouz 2020, s. 147 - 148). Resultatet er at særlig kvinner utfører et performativt arbeid ved å skape seksuelt attraktive kropp (Illouz, 2020, s. 152). På den andre siden er menns attraktivitet i høyere grad knyttet til sosial posisjon, status og tilganger (Illouz, 2020, s. 167).

Markedet og seksualiteten fører til utrygghet og subjektets uklare status. Debatten blant feministiske forskere er en tydelig illustrasjon på hvor uklar det seksualiserte subjektets status er og handler om den (kvinnelige) seksuelle aktøren er ett objekt eller et subjekt. Dette er det grunnleggende spørsmålet som kritikere og forsvarere av den seksuelle friheten er uenige om (Illouz, 2020, s. 189). Det faktum at dette spørsmålet har vist seg å være så vanskelig å svare på, handler ifølge Illouz om hvordan selve objektifiseringen har blitt endret og tatt form av en subjektifisering, eller hypersubjektivitet. Det seksuelle jeget, det teknologiske jeget og konsumentjeget samordnes i en eneste stor matrise og er relativt avskilt fra det emosjonelle jeget (Illouz, 2020, s. 193).

Illouz` perspektiv bidrar til å belyse strukturelle forklaringer på individuelle følelser, og er derfor utfyllende til Giddens teori. Der Giddens fokuserer på de individuelle følelsesopplevelsene, peker Illouz på hvordan markedsmekanismer fungerer som nye maktstrukturer.

3 FENOMENOLOGISK HERMENEUTISK METODE

3.1 Å forske på følelser

I dette kapitlet forklarer jeg arbeidsprosessen, og noen metodiske grep. Først forklares en metodisk forståelse om å forske på følelser. Dette er to perspektiver som er viktige for å forstå følelser; den ene handler om å forstå følelser i kontekst, dvs. hermeneutisk, og den andre handler om å forstå følelser nedenfra hos individet, dvs. fenomenologisk. Begge «blikkene» tas i bruk for å forstå oppfatninger om kjærlighetsfølelsen. Først viser jeg hva disse «blikkene» innebærer, hvordan de kan forstås, og dessuten hvorfor begge er viktige.

Andre del forklarer datamaterialet og empirien som er valgt. Undersøkelsen har to ulike empiriske kilder; intervjuer og en podcastserie. De to kildene brukes forskjellig, og har ulikt formål i analysen. Intervjuene handler om å undersøke nært, og komme tett inn på informantenes forståelser. Podcastserien handler om å zoome ut, for å se på diskursene. I denne delen beskrives også arbeidsprosessen og hvordan analysen er gjort. Del tre diskuterer viktige begrensninger og forutsetninger, og del fire handler om noen etiske betraktninger i forskningsprosessen.

3.1.1 Ulike perspektiver på følelser

Følelser kan studeres fra ulike perspektiver. Førstepersons-perspektivet handler om følelser slik de fortøner seg og erfares av den som har følelsen (Grelland, 2020, s. 13). Man kan også se følelsene i et tredjepersons-perspektiv når man ser på følelser utenfra, rent observerende. For eksempel kan det være når en nevrolog observerer hva som foregår i hjernen. Perspektivet kan også være tolkende, som når man ser smil, tårer, etc., og forstår hva slags opplevelse disse er uttrykk for. Dette kalles noen ganger et andrepersons-perspektiv (Grelland, 2020, s. 13-14).

Enkelte vitenskapelige forklaringer undersøker kjærlighet som fysiologiske, biologiske og hormonelle prosesser, og handler for eksempel om lukt eller utseende som man tiltrekkes (ubevisst) av, eller hva som skjer med kroppen når man er forelsket, osv., og som dermed fremkaller følelser. Slike studier kan ses som forsøk på å forklare følelsen i et tredjepersons perspektiv, (og på en tolknings- og fordomsfri måte). Biologien har imidlertid begrenset forklaringskraft på kjærlighet fordi forskjellen på kjærlighet og avhengighet, biologisk sett ikke er helt avklart, skriver Haugseth (Haugseth, 2016). Nyeng snakker om en grunnleggende todeling innenfor (nevro)biologiske studier; studer der følelsene som biologisk størrelse utgjør basis, og studier som på en eller annen måte nærmer seg følelsene som meningsfenomen. Disse resulterer selvsagt i vidt forskjellige fortellinger (Nyeng, 2006, s. 27).

Kjærlighet forstått som en *indirekte og sammensatt følelse*, er vanskelig å studere direkte, og som spontane følelsesuttrykk. Noen følelser, som frykt, sinne og glede kan studeres i konkrete situasjoner, og i det øyeblikket de kommer til uttrykk. Det betyr ikke at kjærlighetsfølelser ikke kan oppleves spontant og i konkrete øyeblikk, men at det er vanskelig for en forsker å tenke seg hvordan man skal fremprovosere følelsen der og da, for så å undersøke det som skjer (selv om dette altså kan gjøres for å forklare kjærlighet som biologisk størrelse). Resultatet er derfor at man forsker på en fortolket oppfatning, når forskningsobjektet snakker og forteller om sine følelseserfaringer og

opplevelser. Man kan derfor si at man tolker en fortolkning av følelsen. Denne undersøkelsen nærmer seg altså følelsen som meningsfenomen i et fortolkende perspektiv. Spørsmålet om hvorvidt følelsen skal forstås som biologisk størrelse eller kulturell størrelse får allikevel konsekvenser på grunn *oppfatninger* (og tolkninger) om biologiens betydning for kjærlighet og følelsene våre.

3.1.2 To innganger til å forstå følelser

Nyeng mener det grovt sett er to «innganger» til følelser som kan beskrives som en hermeneutisk, og en fenomenologisk forståelse. Den hermeneutiske inngangen handler om en «common sensisk» forståelse av hva følelser er, hvor man beveger seg inn i materien med klart avgrensede følelser som forankringspunkter, og stiller spørsmål om hvorvidt og hvordan disse spiller en rolle i våre liv (Nyeng, 2006, s. 22-23). Generelt kan vi si at man skiller analytisk mellom følelse, person og kultur. Følelser kan ses som det som strukturer menneskelige relasjoner gjennom bestemte, kulturelt formede script, følelsesregler, eller typiske fortellinger om hvordan følelser får oss til å reagere og handle (Nyeng, 2006, s. 22-23).

Hermeneutikken tolker menneskelige handlinger og resultatene av slike handlinger. Når man tolker følelser hermeneutisk tar man sikte på å avdekke underliggende sammenhenger, eller en dypere mening i handlingen. Enkelt sagt vil hermeneutikken klargjøre de grunnene folk har til å handle slik de gjør, og vise fram den meningen eller intensjonen som kommer til uttrykk i handlinger (Gilje, Nils, 2019, s. 11–12). I dette tolkningsarbeidet er man også opptatt av hvilke rammer og vilkår som ligger til grunn for de menneskelige handlingene. Kontekstuelle forhold vi derfor alltid være viktige for å forstå poenget, eller intensjonen med en handling. Denne måten å forstå hermeneutikken på kan karakteriseres som en hermeneutisk intensjonalitet (Gilje, 2019, s. 11-12). Følelser er altså noe som påvirker personer i deres problemløsning innenfor institusjonelle rammer. Det man undersøker er følelsens innhold og funksjon i en langt på vei forhåndsdefinert virkelighet (Nyeng, 2006, s. 22-23). Tolkningene som foregår, må ses derfor som meningsskapende perspektiver for intensjonale individer, der mening skapes i kontekst.

I den andre, fenomenologiske «inngangen», blir følelsene et verktøy for å åpne opp for ny forståelse, så å si nedenifra hos individet. Dette handler om informantenes egne følelsererfaringer og beskrivelser. En fenomenologisk inngang utgjør et åpent og kritisk blikk på hva det betyr at vi har en sosial virkelighet, ved en kritisk drøfting av hva det vil si å være menneske. Her ser man hvordan virkeligheten oppstår i mennesket, der mennesket forstås som emosjonelt samhandelnde vesen fra starten, og med en *indre* trang til å skape mening (Nyeng, 2006, s. 23). Det fenomenologiske perspektivet starter altså ikke med bestemte navngitte følelseskvaliteter, men med vår «væren i verden», og omtales gjerne som studiet av den subjektive virkeligheten, altså verden slik hver enkelte faktisk opplever den i sitt indre (Nyeng, 2006, s. 23).

3.1.3 Fenomenologisk hermeneutikk

Lindseth og Nordberg problematiserer skillet mellom hermeneutikk og fenomenologi i kvalitativ metode, og foreslår en «*fenomenologisk hermeneutisk metode*». Det fenomenologiske er ikke et objekt utenfor meningsområdet, men selve meningen. Når intervjuobjektet gir uttrykk for sine levde opplevelser, ønsker ikke forskeren å ta i bruk disse opplevelsene som noe faktisk som trenger

forklaringer. Som fenomenologer ønsker vi å fokusere på den *forståelige* betydningen av disse opplevelsene. Når intervjuobjektet opplever handlinger, holdninger, relasjoner eller andre menneskelige forhold som etisk gode, eller dårlige, vil vi forstå dette gode som den essensielle betydningen av etisk gode fenomener (eller den essensielle betydningen som mangler i etisk dårlige fenomener) (Lindseth & Nordberg, 2004, s. 146).

Som fenomenologer må vi forsøke å frita oss for en «tatt for gitt»-holdning, og strebe etter en fenomenologisk holdning der fenomenet får lov til å vises for sinnet i sin betydningsstruktur. Når vi har kommet til denne betydningen kan vi be om dens typiske, eller essensielle egenskaper (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 146). Hva gjør kjærlighet til kjærlighet? Hva utgjør kjærligheten som kjærlighet? Hvilken egenskap må vi beholde for å forbli kjærlighet når vi observerer kjærlighet i vår intuisjon? Ved å svare på slike spørsmål, kan vi undersøke og oppdage hva som er uforanderlig, dvs. dets essens. Essenser er ikke ideelle ting, gitt i en verden av (Platoniske) ideer, og klare til å forstås. De er viktige betydninger der vi må anta eksistensen av slike viktige betydninger så lenge kommunikasjon refererer til en felles verden. Meningsfull kommunikasjon (for eksempel om kjærlighet) innebærer en felles forståelse (om fenomenet kjærlighet). Dette innebærer en essensiell betydning vi alle må være kjent med for å kunne diskutere (for eksempel kjærlighet) (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 147).

I følge Husserl blir essensen av fenomenet (kjærligheten) grepet gjennom en intuisjon. I en slik intuisjon angir vi hvilke egenskaper fenomenet (kjærligheten) kan ha, og hva som ikke kan trekkes fra (eller legges til) for at det fortsatt er det samme fenomenet (kjærlighet). Imidlertid, hvis vi ser og lytter til kjennskapen vi har til fenomenet som en del av vår livsverden, må vi også vurdere det i lys av andre opplevelser og historier om det samme fenomenet. Historiene avslører betydningen av fenomenet (kjærlighet) i våre liv. Ren fenomenologi der essenser blir sett intuitivt, ukontaminert av tolking er derfor ikke mulig. Dermed ser vi at fenomenologien må være fenomenologisk hermeneutisk (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 147).

Den fenomenologiske tilnærmingen bidrar til å sette forståelsen(e) på spill fordi man må avstå fra å bedømme det faktiske. I dette perspektivet må man også forsøke å «se forbi» normative forståelser. Man må oppnå *epoche*, som innebærer en beslutning om ikke å ta stilling til det man ikke har sikker kunnskap om. Den enkleste og naturlige måten å gjøre det på, er å fortelle fra levd erfaring. I alt hermeneutisk arbeid er det viktig å skille mellom mening og sannhet. I følge Spinoza er hermeneutikken en metode som kan bidra til å rekonstruere intensjonal mening, men den er ikke egnet til å klargjøre sannhetsspørsmål. Spinoza introduserte dermed et viktig skille mellom *sannhet* og *mening* (Gilje, 2019, s. 74). Vi er ikke interessert i å oppgi fakta, men å relatere det vi har opplevd. Dermed kan man ikke si; «det du sier er riktig, eller galt», men heller delta i historien; «så dette har du opplevd, så det er det du trodde» (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 147). Ved å vise informantenes egne historier og beskrivelser av egne opplevelser, kan leseren ta del i disse for å oppnå ny kunnskap. Refleksjon over levd mening og dens essensielle egenskaper er viktig. Uten en slik refleksjon er det vanskelig å bli klar over uheldige praksiser vi er en del av, og det er umulig å gjennomføre en fruktbar diskusjon. En kritisk forståelse av diskurs er derfor nødvendig (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 148).

3.2 Datamaterialet

For å finne svar på problemstillingen har jeg valgt å bruke både egne intervjuer, i tillegg til en podcastserie i NRK radio. Datamaterialet i undersøkelsen utgjør derfor en miks av to ulike kilder. Årsaken til «miksen», er først og fremst et resultat av at det gikk tregt i starten med å skaffe til veie informanter. Mangelen på rekruttering av informanter, i kombinasjon med at denne undersøkelsen hadde en tidsfrist, førte til en søken etter andre mulige data å forske på. Da podcasten i NRK ble presentert i oktober, syntes den å være godt egnet for denne undersøkelsen, og et mulig alternativ (eller i kombinasjon med dybdeintervjuer). Prosessen med å finne informanter var imidlertid allerede i gang, og da det senere «løstnet» med tilstrømming, oppsto det nærmest et overskuddsproblem. Sett i ettertid, kan det tenkes at en reduksjon av datamaterialet ville vært mer hensiktsmessig for å ha tid til å komme dypere ned i dataene. På den andre siden er resultatet et rikt materiale som utgjør mange fortellinger om samlivsbrudd, som kan bidra til å fange flere forståelser, og dermed gjøre oppgaven bedre i stand til å svare på problemstillingen. Å kombinere ulike metoder, eller datakilder gir et bredere datagrunnlag og en sikrere basis for tolkning (Repstad, 2007, s. 29). Intervjuene og podcasten forteller til sammen 15 historier om kjærlighet som tar slutt.

«The most basic way to gain understanding of our own experiences is to narrate them and to listen to others` narratives. We can understand moral action when we listen to others` narratives about the way they acted in various situations» (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 148).

Selv om podcasten er kilde til flere historier som forteller om samlivsbrudd, var hovedårsaken til å velge å beholde podcastserien som kilde til empiri, imidlertid å få med parterapeutenes forståelser for å se hvordan de «passer inn» i en helhetlig sammenheng. Dette handler om at oppfatninger om kjærlighetsfølelser må forstås i kontekst, og at parterapeuter kan ses som formidlere av viktige diskurser som informantene forholder seg til. Parterapeutene kan derfor tenkes å speile noen viktige forståelser som finnes i samfunnet.

I analysen skiller det tydelig mellom de to ulike datamaterialene. I første del analyseres og diskuteres intervjuene, mens andre del analyserer og diskuterer materialet fra podcastserien. De to delene diskuteres i sammenheng til slutt. I det følgende gis en beskrivelse av de to kildene, og hvordan data er innhentet.

3.2.1 Informantene

Utgangspunktet for undersøkelsen var altså å gjøre en kvalitativ analyse med dybdeintervju. Den første og andre delen av analysen er basert på 9 dybdeintervjuer som ble gjennomført i perioden 15. oktober – 21. nov. 2020. Intervjuene er gjennomført i forbindelse med dette prosjektet. Dette utvalget består av både 5 kvinner og 4 menn i alderen 43 - 56 år, og representerer yrkesaktive personer med høyere utdanning. Informantene er bosatt urbant i Agder, Viken og Oslo.

Felles for informantene er at alle har opplevd samlivsbrudd fra en partner de har barn sammen med. Dette er både tidligere gifte og samboere. Kriteriet var altså at man har stiftet familie, og opplevd brudd i familien. Skillet mellom ekteskap og samboerskap er mer eller mindre utvisket (Ellingsæter, 2018), og selv om synet på kjærligheten kan være ulik mellom disse gruppene, har jeg allikevel valgt å

behandle disse under ett. Partnere refererer altså både til tidligere gifte og tidligere samboere. Informantenes eks partnere er ikke involvert i undersøkelsen, og det er kun den ene parten som har blitt intervjuet. Grunnen til det handler både om en praktisk gjennomføring, men også et bevisst valg om at intervjuobjektene skulle kjenne seg frie til å snakke mest mulig åpent. Ved å involvere eks partnere var det mulighet for at intervjuobjektene ville legge større bånd seg. På intervjutidspunktet kunne informantene være etablerte i nye parforhold, eller «single». Flere av informantene hadde mange forhold bak seg, og også barn med nye partnere.

Valg av informanter kan skje etter «snøballprinsippet», der informanter introduserer en for, eller anbefaler andre informanter. Man kan også be utenforstående anbefale hvem man bør snakke med. Ved rekruttering må man være oppmerksom på faren ved skjevhet i utvalget (Repstad, 2007, s. 57). For å komme i kontakt med aktuelle kandidater til denne undersøkelsen ble eget nettverk benyttet. Dette var både venner, kollegaer og familie som jeg spurte om visste om personer som kanskje kunne delta. Rekrutteringen foregikk ved at mine bekjente tok kontakt med personer som passet til beskrivelsen og spurte om de kunne tenke seg å motta et informasjonsskriv (se vedlegg) om prosjektet. Et viktig kriterium var at dette var personer som ikke jeg kjente fra før. Koblingen mellom meg og informantene, er altså vår felles bekjente. Av 15 personer som hadde godtatt å få tilsendt informasjon om undersøkelsen, var det 9 som takket ja til å delta (dette tok som nevnt litt tid, men må ses som god respons). Via e-post ble det videre avtalt sted og tidspunkt for hvert intervju. På grunn av corona-situasjonen og smittevern hensyn, ble det foreslått å gjennomføre intervjuet utendørs, men informanten kunne også velge annet egnet lokale i henhold til gjeldende smittevernregler (for eksempel cafe, bibliotek, egen stue, terrasse, osv.). Informantene sto også ganske fritt til å velge tidspunkt. Poenget var både å gjøre det mest mulig enkelt for informantene, og dessuten skape en intervjusituasjon som informanten var komfortabel med. Siden temaet er både personlig og sårbart, var det nødvendig å oppnå nærhet og fortrolighet, samtidig som det også var viktig at informantene kunne opprettholde sin personlige grense.

3.2.2 Intervjuene

En viktig del av jobben i forkant av intervjuene handlet om å legge til rette, og planlegge den praktiske gjennomføringen for å skape en god intervjusituasjon, og få frem informantenes historier. I intervjuteksten er intervjuobjektet «hovedforfatter» av teksten, og intervjueren er medforfatter som har deltatt på en mer eller mindre dominerende måte. For å garantere at intervjuobjektets stemme blir hørt i teksten er det viktig at intervjuobjektet føler seg fri til å fortelle sin levde erfaring (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 148).

Valg av sted for intervju, kan innvirke på om det blir vellykket (Repstad, 2007, s. 86). Å finne en egnet setting som ivaretok flere hensyn, viste seg å være viktig. I de fleste tilfellene ble resultatet veldig bra. 7 intervjuer ble gjennomført utendørs i et tur- eller parkområde. I 6 av disse intervjuene fant vi en benk å sette oss på. Siden det er vanskelig å slappe av når man fryser, var for eksempel pledd og sitteunderlag nyttige hjelpemidler. Ett av intervjuene var ikke planlagt godt nok, siden vi ikke fant et sted og sitte, og dermed ble gående hele tiden. Dette ble en urolig intervjusituasjon og ikke ideelt for å komme dypt inn i temaet. Det skal også nevnes at værgudene var til god hjelp i de 6 intervjuene; at sola skinte og varmet (eller stjernehimlen lyste), fikk nok fram fortelleren, og den gode stemningen. I det ene intervjuet som vi gikk hele veien, blåste det også ganske mye, noe som også ødela en del for gjennomføringen (og transkriberingen). To av intervjuene ble gjennomført hhv. på en cafe og hjemme hos informanten. Dette fungerte også fint.

Den mest grunnleggende måten for å forstå våre egne erfaringer, er å fortelle dem og lytte til andres fortellinger, derfor er narrative intervjuer en passende metode for å avsløre betydningen av opplevd erfaring (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 149). Ved gjennomføring av et fortellende intervju, oppfordrer intervjueren intervjuobjektet til å fortelle så fritt som mulig om hans/hennes levde opplevelse av det valgte emnet. Håpet er at fortelleren skal engasjere seg i fortellingen og nesten glemme intervjueren. Historien som blir fortalt, skal så langt det er mulig, være fortellerens egen (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 149). Undersøkelsens utgangspunkt handler om å forstå mening i et eksplorerende perspektiv. Et viktig poeng var derfor å stille ganske åpne spørsmål om kjærlighet og parforhold, for å unngå å legge unødige føringer på informanten. Intervjuene ble gjennomført som halvstrukturerte, hvor intervjuguiden fungerte som en fleksibel huskeliste for å være sikker på å få med de temaene som skulle dekkes (Repstad, 2007, s. 78). Det var ikke viktig å stille alle spørsmålene fra intervjuguiden, men heller la informanten snakke. Under intervjuet ble det kun brukt lydopptaker og ikke tatt notater. Grunnen var en antagelse om at det ville føles unaturlig, og være forstyrrende å sitte med en notatblokk (spesielt utendørs). Lydopptaket og hukommelsen ble derfor de to viktigste hjelpemidlene. Fordelen med lydopptak er mange. For det første kan intervjueren konsentrere seg om det respondenten sier under intervjuet, dessuten er det en stor fordel å ha helt ordrette gjengivelser av intervjuet i analysefasen. En ulempe er imidlertid at noen respondenter blir hemmet, slik at situasjonen blir kunstig (Repstad, 2007, s. 84). Informantene i undersøkelsen så ikke ut til å bli hemmet av båndopptageren, som heller så ut til å bli «glemt». Intervjuguiden er vedlagt i kap. 8: vedlegg.

Et intervju skjer i en talekontekst, hvor begge parter deler forståelse av intervjusituasjonen, og hvor intervjueren kan stoppe og be intervjuobjektet om å avklare hva han / hun har sagt hvis det er vanskelig å forstå (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 148). Flere av informantene ble svært engasjerte, og hadde mye å fortelle. Temaet så altså ut til å være lett å snakke om, når man først var kommet i gang. Intervjuene var følelseladete på en slik måte at mange gav uttrykk for sterke følelser. Dette handlet både om sinne, tårer, irritasjon og tristhet, men også glede, stolthet, lettelse og humor beskriver informantens sinnstilstand. Noen av informantene var vanskelige å stoppe underveis for å stille spørsmål. Dette var allikevel uproblematisk i de fleste tilfellene, siden de holdt seg greit til temaet. En interessant observasjon handlet også om at i flere tilfeller ble det nærmest *overflødig* å stille spørsmålene fra intervjuguiden, fordi informantene stilte seg selv de samme spørsmålene, nærmest «på egenhånd» (altså *før* det ble stilt). Denne erfaringen gjorde også at det ble lettere å vente litt med spørsmålene, og dermed unngå å avbryte informanten i sine refleksjoner.

De fleste intervjuene varte litt over 1 time. Det korteste er på 52 min. og det lengste på 1 t og 23 min. Intervjuene ble tatt opp på lydbånd, og 7 av de 9 intervjuene er transkribert ut i sin helhet. De to siste er kun delvis transkribert. Intervjuene ble transkribert ut i den rekkefølgen de ble gjort. Seleksjonen er derfor tilfeldig. Årsaken til at ikke alle intervjuene er transkribert, handlet først og fremst om tidspress. Transkriberingen var en viktig del av det tidlige analysearbeidet for å bli kjent med materialet.

3.2.3 Havarikommisjonen

I den andre delen av analysen brukes podcastserien for å finne svar på problemstillingen. NRK produksjonen er en serie på 6 episoder som behandler temaet parforhold, kjærlighet og skilsmisser. Havarikommisjonen er en miniserie presentert i radio dokumentaren «Mellom oss», i NRK radio;

«Her får du serier som tar deg tett på det fineste og vondeste i livet (Sæther,, (Programleder), 2020). En artikkel i NRK livsstil.no 28.10.2020 presenterer serien under overskriften «Tre tabber som kan ødelegge parforholdet». I underoverskriften står det at:

«Gresset er grønnere der du vanner det, lyder rådet fra ekspertene. Slik griper du fatt i vannkannen i tide for å unngå tabbene som fører til skilsmisser hvert år» (Bergløff, 2020).

En 3 minutters «trailer» introduserer serien den 21. okt. 2020. Presentasjonen kan gi en forståelse om hva det handler om:

- *Programlederen: «Hvordan kan et par gå fra å være sykt lykkelig, til å forakte hverandre? I Havarikommisjonen får du møte par som en gang var lykkelig forelsket»*

Vi introduseres for stemmene til de ulike parene i serien, og at de forteller om følelsene i starten av kjærlighetsforholdet.

- *«Men så; noen år senere er stemningen helt annerledes»*

Vi får høre utdrag fra parenes historier om oppvaskrester, rot og klær, at de var rasende, mangel på kommunikasjon, og at de vil skilles.

- *«Sammen med erfarne psykologer skal jeg dykke ned i disse historiene og finne ut hvorfor parene endte med å gå fra hverandre»*

Vi hører utdrag fra hvordan psykologene snakker om forskjeller, mangel på tillitt, forakt, avkobling og løsrivelse.

- *«Vi skal finne ut hvordan disse bruddene kanskje kunne vært unngått og forhåpentligvis gi deg noen gode råd»*

Avslutningsvis får vi presentert noen utdrag fra parterapeutenes råd.

«Havarikommisjonen» handler altså (også) om kjærligheten som tar slutt. De 6 episodene forteller 6 ulike historier om parforhold som ender i brudd. Alle episodene følger en felles dramaturgi og narrative struktur; vi presenteres for et par som forteller om forholdets startfase, om forelskelsen og de gode følelsene. Begge personene i parforholdet er med i programmet og forteller om sine opplevelser. Viktige hendelser i parets historie blir trukket frem, helt til bruddet er et faktum. Paret utgjør altså hovedpersonene i en fortelling der begge partene og bidrar med sin versjon av historien.

Underveis stoppes fortellingene opp av programlederen (Eivind Sæter) slik at parterapeutene kan «gå inn» og analysere det som «foregår» mellom paret. I hver episode er det to terapeuter som sammen diskuterer hva som skjedde mellom paret, hvorfor det gikk som det gikk, og hva som kunne vært gjort annerledes. Episodene avsluttes med at deltagerne (eks paret) blir bedt om å bedømme parterapeutenes analyse. Man får altså en situasjon til slutt der man stiller spørsmål om terapeutenes råd var nyttige.

3.2.4 Terapeutene og diskursene

I serien er det de fire terapeutene Sissel Gran, Catrin Sagen, Sindre Kvithyld Aasli og Dimitrij Samilow som diskuterer og analyserer deltagerne (eksparet) sine historier. Parterapeuter kan ses eksperter på parforhold, som er viktige bærere av diskurser og kollektive forståelser om kjærlighet. Terapeuter har

blitt en del av et offentlig rom, og tilgjengelige gjennom ulike medier. Tendensen går ut på at kliniske eksperter populariserer sin forskning og deler erfaringene i media og bøker (Madsen, Ole Jacob, 2017, s. 87).

Psykologer og parterapeuter har en årrekke lyttet til par, og samlet historier om samliv og samlivsbrudd og sitter derfor på viktig empirisk kunnskap og erfaring. Kunnskapen brukes til å peke på «vanlige» problemer og dilemmaer, som igjen kan brukes til å foreslå løsninger. Rådene og løsningene terapeutene har, gjenspeiler oppfatninger om kjærlighet, og har til hensikt å muliggjøre kjærlighet. Samtidig blir dette en mal på hva kjærlighet er og innebærer, og fungerer som ideologisk standard for praktiseringen av den.

Poenget med å undersøke podcastserien, er å se hvordan *parterapeutene* snakker om kjærligheten, og hvordan terapeutenes oppfatninger kommer til uttrykk, fordi både media og eksperter må ses som viktige bidragsyttere til diskursive praksiser. Podcastserien er derfor kilde til slike forståelser. I dette materialet har jeg altså valgt å fokusere på parterapeutenes uttalelser, og hvilke forståelser om kjærlighet som er sentrale hos dem.

Diskurser er kollektive forståelsesrammer som fungerer som «rettesnorer» for tanken ved at de forteller oss hva vi kan og bør tenke. Diskurser påvirker med andre ord hvordan vi tenker;

«Å anlegge en bestemt diskurs på et eller annet fenomen er å tenke om fenomenet på en bestemt måte, og denne måten er hverken unik eller personlig, den er kulturelt forankret og delt» (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 58).

Et sentralt poeng i diskursteori er at diskurser kommer til uttrykk gjennom konkrete representasjoner. Dette er gjentagende mønstre i språkbruk som faste måter å snakke, eller skrive på, og springer ut av en felles forståelsesramme. Diskurser og representasjoner kobles sammen på en slik måte at de går begge veier. På den måten påvirkes forståelsene av hvilke representasjoner vi utsettes for (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 59). Parterapeutenes oppfatninger kommer til uttrykk i podcasten, og viser noen bestemte *representasjoner*. Representasjonene kan samtidig tenkes å gjenspeile oppfatninger hos informantene, og bidra til en diskursiv forståelse om kjærlighet.

3.2.5 Likheter og forskjeller i dataene

De to kildene forteller historier om brudd, og kjærlighet som tar slutt. Hovedfokuset er på heteroseksuelle (langvarige) parforhold og familier i begge kildene. (Et av parene i podcastserien er homofile (4:6)). Seriens deltagere og informantene i intervjuene kan sammenlignes ved at de representerer en gruppe yrkesaktive, voksne kvinner og menn som tilhører en bred norsk middelklasse. Begge kildene gjengir fortellinger om parforhold og parforholdets utvikling. Det trekkes frem ulike hendelser som ses på som viktige for relasjonen, samtidig som man peker på faktorer som bidro til bruddet.

Det er også noen viktige forskjeller mellom podcastserien og intervjuene. I intervjuene kommer man tett på informantene og historien. Intervjusituasjonen er mer anonym, privat og intim, sammenlignet med podcastserien. Deltageren i podcasten er også anonymisert, men situasjonen må ses som mer åpen og sårbar. Dette handler blant annet om at når begge partnere involveres, får man kanskje en litt annen fortelling, enn om eks partneren ikke involveres (slik som i intervjuene). I tilfellet med podcasten får man imidlertid frem *begge partenes* versjon av kjærlighetshistorien og bruddet, noe som kan gi litt andre perspektiver

Hensikten med Podcasten er først og fremst å undersøke parterapeutenes oppfatninger, selv om historiene som fortelles av deltagerne i serien, kan ses som supplerende til informantene. Forståelsene hos informantene og parterapeutene i podcasten er derfor det sentrale fordi disse kan tenkes å utfylle hverandre i en bred forståelse om kjærlighet og årsaker til brudd. Dette handler om hvordan Informantenes og terapeutenes forståelser kan ses i lys av hverandre og diskursive praksiser.

3.3 Tolke dataene

Undersøkelsen er bygd opp som en tematisk analyse med elementer fra diskursteori. Tematisk analyse er en fleksibel tilnærming som kan brukes for seg, eller i kombinasjon med ulike teorier og perspektiver. Et tema er en gruppering av data med viktige fellestrekk. Nærmere bestemt er hvert tema en kategori, hvor data med viktige fellestrekk er gruppert (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 279). Temaene skal til sammen utgjøre svaret på forskningsspørsmålet. I denne prosessen trenger ikke forskningsspørsmålet å være forhåndsdefinert, men kan oppdages underveis siden dataene er mer egnet til å besvare noen spørsmål fremfor andre. At spørsmål og svar blir til underveis – om hverandre – er vanlig i kvalitative analyser. Derfor bør analysearbeidet starte så fort datamaterialet er klart (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 280).

Tematisk analyse kan fungere som en oppskrift på hvordan man kan lete. Dette sikrer at en grundig og systematisk analyseprosess, samtidig som det bidrar til å gjøre jobben overkommelig. Braun og Clarke (2006) gir en relativt utførlig presentasjon av tematisk analyse. En forenklet og justert versjon av denne gjengis i boka til Johannesen m. fl. (2019), som består av fire steg/faser:

1. forberedelse (skaffe til veie og få oversikt over data)
2. koding (fremheve og sette ord på viktige poenger i dataene)
3. kategorisering (kategorisere de kodede dataene i mer generelle temaer)
4. rapportere (rapportere temaene og deres innhold) (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 282).

Det er viktig å understreke at ordet steg/faser må tas med en «en klype salt» fordi det ikke dreier seg om klare steg, men at man i stedet beveger seg frem og tilbake mellom stegene (Johannessen, Lars E.F. et al., 2018, s. 283).

En forberedende fase er beskrevet over, og handlet om å innhente data og transkribere intervjuer. Transkriberingen ble gjort etter at alle intervjuene var gjennomført, og var en viktig del av forberedelsen for å få oversikt, og bli kjent med materialet. Etter transkripsjonen ble intervjuene importert til NVivo 12 som er et dataanalyseverktøy beregnet til kvalitativ forskning. Programmet tilbyr mange ulike funksjoner til analyse, og ble brukt for å strukturere intervjuene inn i ulike temaer og undertemaet. Programmet var derfor et nyttig verktøy for å sortere dataene, og skaffe en oversikt over intervjumaterialet. Materialet fra podcastserien var vesentlig mindre, siden jeg her var på jakt etter hva terapeutene sier. Deler av dette materialet ble transkribert og analysert i Word. De to kildene ble altså analysert hver for seg i to ulike prosesser.

I analysen av *intervjuene* handlet en første fase om å finne noen viktige poenger. Dette var deler av materialet som sto frem som mer sentrale i forhold til andre deler. Prosessen førte til et «første overblikk» og en beslutning om å dele materialet inn i temaer som også var inspirert av de teoretiske perspektivene. Kjønnroller/identitet, seksualitet, økonomi og frihet ble overordnede temaer som materialet ble delt under. Denne prosessen kan ses som en tidlig kategorisering av materialet, som også bidro til en utvelgelse og sortering, og at deler av materialet som ikke handlet om dette, ble valgt vekk. Ofte snakket informantene om flere temaer samtidig. I slike tilfeller ble det samme materialet plassert under flere kategorier. Prosessen førte altså til en reduksjon av materialet, i tillegg til at det «nye» materialet ble delt inn i (overordnede) temaer. Det «nye» materialet ble lest grundig for å finne nye poenger.

Å tolke teksten betyr å gå inn i den hermeneutiske sirkelen. Ricoeurs fenomenologiske hermeneutiske tolkningsteori var den viktigste inspirasjonen for å åpne veien inn i denne sirkelen ved

å bevege seg gjennom metodiske trinn som skaper en bevegelse mellom forståelse og forklaring (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 149). Det første trinnet innebærer *naiv lesing* som handler om å lese teksten flere ganger for å forstå dens betydning som en helhet. For å gjøre dette er det nødvendig å være åpen slik at teksten kan snakke til oss. I denne lesingen må man prøve å bytte fra en naturlig holdning til en fenomenologisk holdning. Den naive forståelsen må ses som en første antagelse, og som siden kan valideres eller ugyldiggjøres av den senere strukturelle analysen. Dermed styrer den naive forståelsen den strukturelle analysen (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 149). Strukturanalysen er en metodisk måte å tolke tekst. Det finnes flere typer strukturanalyser, men tematisk strukturanalyse er en måte å identifisere og formulere temaer på. Et tema er en meningstråd som trenger inn i tekstdeler, enten alle eller bare noen få. Det blir sett på som å formidle essensiell betydning av opplevelse. Når man utfører en tematisk analyse, kan man dele teksten inn i meningsenheter. Slike meningsenheter kan være del av en setning, en setning, flere setninger, et avsnitt, osv. (Lindseth og Nordberg, 2004, s. 149). På bakgrunn av «naiv lesing», og kategorisering av ulike meningsenheter, ble det utviklet temaer som handlet om selvutvikling, selvkritikk, usikkerhet, sterke følelser, behov og samarbeid.

De overordnede temaene, og undertemaene ble altså utarbeidet på litt ulike måter. Måten analysen og temaene er bygd opp, resulterer i gjenkjennelige overordnede temaer fra teorien, som diskuteres i lys av informantenes, og parterapeutenes forståelser.

Analysen av *podcastserien* var en mindre omfattende prosess, sammenlignet med intervjuene. I dette materialet var jeg på jakt etter hva terapeutene sier. Det er programlederens og parterapeutenes kommentarer som er fokuset for denne delen av analysen, og deler av dette materialet ble transkribert ut. Etter å ha hørt igjennom serien, ble det raskt klart at terapeutene snakker om et begrepet de kaller «*de hellige tre*». Begrepet representerer viktige hovedpoenger i terapeutenes forståelse av kjærlighet og parforhold, som de vender tilbake til i hver episode. Analysen av parterapeutene handlet om å undersøke forståelsen av dette begrepet. Siden hensikten med materialet var å undersøke parterapeutiske diskurser, har jeg også tatt utgangspunkt i Øfsti sin analyse av diskursiv parterapi.

3.3.1 Valg av teori

Utgangspunktet for denne undersøkelsen handlet om å sette seg inn i noen sentrale problemstillinger, og en pågående sosiologisk diskusjon. Prosessen startet derfor med å skaffe en oversikt over noen sentrale sosiologiske bidrag om parforhold og kjærlighet. Det finnes for mange slike studier til at man kan sette seg inn i alle på kort tid, og de som er valgt, får betydning for den videre forståelsen og måten oppgaven er løst. Siden analysen prøver å forklare *kjærlighet og intime relasjoner i dagens samfunn*, ble særlig nyere studier interessant. Illous` omfattende forskning på feltet, ble derfor et naturlig valg. I arbeidet med å lese seg opp på temaet, ble det også klart at Giddens` bok om «intimitetens forandring» er et sentralt sosiologisk bidrag. Dette perspektivet er ikke «nytt», og mange har diskutert (og kritisert) Giddens siden 90-tallet. Allikevel vurderte jeg det som viktig; på grunn av en stadig kritikk ser det nemlig ut som at Giddens fortsatt er svært aktuell å diskutere i denne sammenhengen.

Abduksjon innebærer at forskeren søker menneskets egen opplevelse og forståelse av det fenomenet som skal studeres. Beskrivelsene er informantenes egne tolkninger av sin livsverden som

forskeren arbeider videre med for så å avlede begreper som kan føre til forklaring og forståelse, og ny, eller utvidet teori (Timmermans & Tavory, 2012). Prosessen kan beskrives som en veksling mellom en induktiv og en deduktiv tilnærming, hvor det både har handlet om å forklare utfra teori, men også lete induktivt og «jordnært».

Abduksjon innebærer å bruke både teori og empiri som utgangspunkt for å få utvidet kunnskap om et fenomen. Hvis vi ønsker å fremme teorikonstruksjon, må vi verken være teoretiske ateister, eller avhengige monoteister, men informerte teoretiske agnostikere (Timmermans & Tavory, 2012). I stedet for å sette alle forhåndsoppfattede teoretiske ideer til side, bør forskeren gå inn i feltet med den dypeste og bredeste teoretiske base som mulig, og utvikle sine teoretiske repertoarer gjennom hele forskningsprosessen. I en abduktiv tilnærming oppstår det et dialektisk forhold mellom teori og empiri som inneholder elementer fra både induktiv og deduktiv forskningsmetode, hvor forskeren går frem og tilbake mellom teori og data gjentatte ganger. Dette er ikke det samme som å verifisere, avkrefte eller endre eksisterende teori, men finne ut hva som mangler (Timmermans & Tavory, 2012). Abduksjon vil på den måten bidra til å utvide kunnskapen om det undersøkte fenomenet, ikke tilby en endelig forklaring eller sannhet.

3.4 Kritiske drøftinger

I denne delen diskuteres noen kritiske spørsmål. En viktig del av forskningsprosessen består i å vurdere kritisk kvaliteten på den forskningen man gjør (Repstad, 2007, s. 134). Både datainnsamling, bearbeiding, analyse og fortolkning bør gjennomgås selvkritisk i en kvalitetsvurdering (Repstad, 20017, s. 135).

Thagaard foreslår å bruke begrepene troverdighet og bekreftbarhet for å gjøre kritiske vurderinger av kvalitative studier. Troverdighet innebærer at den kritiske leser skal bli overbevisst om at forskningen er utført på en tillitvekkende måte. Bekreftbarhet knyttes til at den forståelsen som er resultatet av et prosjekt, kan støttes av tolkninger basert på annen forskning (Repstad, 20017, s. 135).

3.4.1 Tolkninger og normativitet

Det er ikke mulig å skille følelser fra hverandre i en entydig følelsetypologi, det finnes heller ikke en metode for å skille ut det emosjonelle fra det ikke-emosjonelle (Nyeng, 2006, s. 19). Å ha følelser som tema er å bevege seg på ustøtt underlag, og i et landskap der deskriptive og normative problemstillinger overlapper hverandre.

Utgangspunktet for undersøkelsen var en idè om å forstå følelsen som fenomenologisk størrelse. Tanken var at det ville være den beste måten å forstå følelsen mest mulig ærlig, fordomsfritt og direkte. Inngangen viste seg raskt å være problematisk på grunn tolkningene, og at følelser alltid handler om noe, og har en bestemt mening. En tolknings- og fordomsfri inngang til kjærlighetsfølelser viste seg å være både problematisk og alvorlig. Selve ideen om å forstå kjærligheten tolkningsfritt, er et problem som så å si setter kjærligheten på spill. På den ene siden er *ideen* viktig, for å finne «sannheten». På den andre siden er det antagelig ingen andre følelser som er så komplekse, hvor mulighetene for tolkning nærmest er ubegrenset, og hvor sjansene for å finne en sannhet er så små.

Gadamer vil vise at opplysningens universelle krav om å overvinne alle fordommer, selv er en fordom. Det er først etter en revisjon av dette perspektivet vi kan bane vei for en adekvat forståelse som tar hensyn til både en menneskelig «væren» og en historisk bevissthet (Gadamer, Hans-Georg, 2004, s. 263). En anerkjennelse av at all forståelse i sitt vesen er fordomsfull, setter det hermeneutiske problem på spissen. Det finnes nemlig også en opplysningens fordom, som bærer og bestemmer dens vesen, nemlig fordommen mot alle fordommer overhodet. Dermed gjøres overleveringen avmektig (Gadamer, 2004, s. 257). For-forståelsen er holistisk fordi ulike forståelses-element bygger på hverandre og støtter opp om hverandre i en mer eller mindre koherent virkelighetsoppfatning (Gilje, 2019, s.163). En aktør kan ha et mer eller mindre bevisst forhold til sin egen før-forståelse. Trolig kan vi si at før-forståelsen består av både språklig artikulerte og uartikulerte elementer. I det siste tilfellet er det vanlig å hevde at taus kunnskap inngår i alle former for før-forståelse. I alt tolkningsarbeid er det særlig viktig å være oppmerksom på de sidene ved for-forståelse som vi ikke har et bevisst og reflektert forhold til, og ofte vil det her dreie seg om inngrodde for-dommer (Gilje, 2019, s. 163).

En viktig hermeneutisk tradisjon legger vekt på forskerens forutsetninger i tolkningsarbeidet og den for-forståelsen som alltid ligger til grunn for tolkning. I denne tradisjonen, som kalles en filosofisk hermeneutikk vektlegges forventninger, fordommer og bakgrunnskunnskap hos forskeren. Ved å

sette inn forståelsen av overleveringen, og å sette forståelsen på spill, sikres det det vitenskapelige temaet (Gadamer, 2004, s. 257). Metoden må ses som en viktig strategi i møte med fordommene, men innebærer allikevel at en rekke forutsetninger og forforståelser ligger til grunn når man undersøker noe. Forskerens bakgrunn, interesser og forutsetninger for å undersøke problemstillingen får dermed betydning. Dette handler om at de teoretiske perspektivene som velges, datamaterialet som undersøkes og tolkningene av dem, ikke er nøytrale, men farget av forskeren, og forskerens bakgrunn.

3.4.2 Å tolke tolkninger

I et moderne kunnskapssamfunn må samfunnsforskeren forholde seg til aktører som innhenter informasjon, tolker og tar i bruk kunnskap. Kunnskapen som sirkulerer i samfunnet er derfor ikke forbeholdt forskeren, men går tilbake til forskningsobjektet. Det er denne prosessen som kan karakteriseres som en *dobbel hermeneutikk* (Gilje, 2019, s. 206-207). Relasjonen mellom forsker og forskningsobjektet kan karakteriseres som «*doble hermeneutiske relasjoner mellom forskersamfunn og sosiale aktører (informanter)*» (Gilje, 2019, s. 225). I den doble hermeneutikken går begrep og tolkningsprosesser begge veier: fra «sosiologiske lekmenn» til forskere tilbake til «sosiologiske lekmenn». Disse prosessene har ingen ende, og kunnskapsveksten forgår heller ikke bare på forskernivå. Perspektivet handler om hvordan både parterapeutene, informantene og forskeren må ses i en kunnskapssammenheng, der den tilgjengelige kunnskapen er grunnlaget for tolkningene.

3.4.3 Utvalget

Utvalget bidrar til å påvirke funnene og resultatet. Utvalget i intervjuene er avgrenset, og fører til bestemte funn. Middelklassen utgjør imidlertid majoriteten i den norske befolkningen, og gjenspeiler derfor mye av det som foregår i samfunnet. Kritikken av utvalget handler om hvor egnet det er til å svare på problemstillingen, men også om generalisering. Spørsmålet må ses i lys av metoden, der hensikten med den kvalitative undersøkelsen ikke er å finne ut hvor vanlig noe er, men beskrive noe som fins, og dessuten belyse noe som kan være overførbart til andre fenomener.

Kriteriet om å være skilt er sentralt i undersøkelsen, og er noe som påvirker funnene. Hadde man valgt en annen gruppe, for eksempel personer som aldri har vært skilt, ville resultatet trolig blitt helt annerledes. Det er også flere problemer som knytter seg til kriteriet om å være skilt, som handler om forskjeller innad i denne «gruppa». Dette handlet særlig om at det kan være ulikt i et parforhold hvem som er «pådriver» til brudd. Sammenhengen mellom å være skilt, og valget om å skilles, kan være uklar. At man er skilt trenger altså ikke å bety at man ønsket å skilles. Dette er imidlertid ikke noe undersøkelsen fokuserer på. *Opplevelsen* av å ha gjennomgått skilsmisse er det sentrale utgangspunktet for oppfatninger om kjærlighet slik det undersøkes i denne oppgaven. Spørsmålene om utvalget må ses i sammenheng med hvor hensiktsmessig det er for å besvare problemstillingen.

Utvalget er også rekruttert via egne bekjente, noe som kan bidra til å sile ut ytterligere. I arbeidet med å rekruttere informanter, har jeg imidlertid hatt bevissthet på å forsøke å få til en spredning slik at informantene representerer ulike yrkesgrupper, er bosatt på litt ulike steder, og kan ses som personer med ulike bakgrunner.

3.4.4 Forskjell på kvinner og menn

Utvalget består av både kvinner og menn, og det skilles ikke mellom kjønnene i denne undersøkelsen. Forskning viser imidlertid at kvinner og menn har ulikt syn og oppfatninger om kjærlighet. For eksempel pekes det på en feminin oppfatning om kjærlighet som (f.eks.) handler om å snakke om følelser, og et patriarkalsk syn på kjærlighet som (f.eks.) handler om å gjøre praktiske oppgaver, og å hjelpe partneren (Thagaard & Stefansen, 2014, s. 24). Måten denne analysen er gjort, tar ikke hensyn til slike kjønnsforskjeller. Analysens forklaringskraft må vurderes i lys av kjønnsforskjeller som ville kunne nyansere forståelsene.

3.5 Etiske betraktninger

Etiske prinsipper er noe forskeren må ta hensyn til gjennom hele forskningsprosessen. Et altomfattende etisk prinsipp i forskning er at forskerens ansvarlighet først må utvises overfor forskningsdeltagerne, dernest overfor undersøkelsen og til slutt overfor forskeren selv (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 246). Utgangspunktet for forskningsetikken handler om tre grunnleggende krav til forholdet mellom forsker og dem det forskes på: informert samtykke, krav på privatliv og krav på å bli korrekt gjengitt (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 247).

Informert samtykke innebærer at de det forskes på deltar frivillig og kjenner til hvilke farer og gevinster deltagelse kan medføre (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 249). I kommunikasjonen med informanten var det viktig å gi så god informasjon som mulig på forhånd. For å ivareta dette ble det utformet et informasjonsskriv som også skulle fungerte som et «innsalgsskriv» til de aktuelle deltagerne. Dette førte til avveining på mengde informasjon, siden det er begrenset hvor mye en (mulig) informant er villig til å lese, og sette seg inn i. Nødvendig og hensiktsmessig informasjon var imidlertid viktig for å sørge for at informantene forsto hva det handlet om. Åpenhet omkring prosjektets intensjon var viktig for å sikre at informanten visste hva informasjonen skulle brukes til, og hva som var formålet med prosjektet. I informasjonsskrivet ble e-post og telefonnummer kommunisert, slik at det var mulig å ta kontakt hvis man ønsket å vite mer. Skrivet deltagerne fikk tilsendt, er vedlagt under kap. 8. «vedlegg».

Behandling av personopplysninger førte til at prosjektet var meldepliktig, og krevde godkjenning hos NSD (Norsk senter for forskningsdata) før intervjuene kunne starte. Avveining om hvilke opplysninger som skulle innhentes fra informantene, var en vurdering som måtte gjøres før intervjuene kunne starte. Dette måtte ses i sammenheng med problemstillingen, og hvilke svar jeg var på jakt etter. Behandling av følsom informasjon som religion, seksuell legning, politisk orientering, etc., ble ikke ansett som nødvendig å spørre om. Informantene ble gjort oppmerksomme på at de ikke ville få slike spørsmål, men dersom de ønsket å dele denne type informasjon, var det ønskelig å kunne bruke det i analysen hvis det var sett som relevant.

Opplysningene som ble innhentet er allikevel følsomme i den forstand at de er private og intime. «*Jo lengre inn i den private sfæren vi beveger oss, desto sterkere tiltak skal vi iverksette for å sikre privatlivets fred*» (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 250). I tillegg til hensynet til informantens privatliv, var det også viktig å ivareta dette hensynet overfor eks-partneren som *ikke* deltok i undersøkelsen (og som heller ikke måtte informeres). Siden informantene forteller om tidligere parforhold, var det nødvendig å ta ekstra hensyn til opplysningene som omhandlet eks partneren. I intervjuene ble informantene bedt om å bruke et pseudonym på eks-partner, eller bruke begrepet «eks». Et annet poeng var å be informantene om å fortelle om seg selv, og sine egne følelser i størst mulig grad, og ikke utlevere eks-partneren unødige. Pseudonymer er brukt for å sikre deltagerne konfidensialitet.

For å ivareta informantene er det også viktig at tolkningene ivaretar informanten på en god måte. Korrekt gjengivelse og presentasjon av det som blir sagt i et intervju, er viktig prinsipp som er etterstrebet. Selv om det ikke vil være mulig å gjengi resultater i sin fullstendige sammenheng, skal resultater gjengis i riktig sammenheng slik at de gir riktig presentasjon av dataene (Postholm & Jacobsen, 2018, s. 251-252).

Kryptering av data og sletting av intervjuer etter transkripsjon, har også vært en viktig del av ivaretagelsen av informantens sikkerhet i etterkant av intervjuene.

4 PRESENTASJON OG DRØFING AV FUNN

4.1 INFORMANTENE

Dette kapittelet presenteres funn i intervjuene og podcastserien. Først vises funn fra intervjuene, deretter vises funn fra podcastserien. De empiriske funnene diskuteres underveis i lys av teori.

Analysen er bygd opp slik at empirien som utgjør et «tema» presenteres først, deretter diskuteres dette i påfølgende avsnitt.

4.1.1 «den norske verdien er jo frihet»

Etter at han hadde fortalt om forholdet til eks-partneren, og andre kjærester han hadde hatt, reflekterte Jan (43 år, konsulent, bosatt i Agder) rundt begrepet om frihet. Han griper noe sentralt ved undersøkelsens utgangspunkt når han stiller spørsmål om frihet. Jan stiller nokså kritiske spørsmål til nordmenns oppfatning om frihet:

- Inf: man *tenker* i vår del av verden at den friheten.. økonomisk frihet, frihet til å elske hvem man vil.. det er bra uansett da. Men liksom *frihet*.. hvis du har sett Harald Eia sitt program på NRK, så er jo den *norskeste* verdien, ikke sant, er jo frihet. Jeg rakk opp hånda til TV-skjermen og sa: «det er frihet, selvfølgelig er det det!». Vi er så opptatt av frihet, men frihet er ikke nødvendigvis *positivt*. Det spørres hva slags frihet da.

Jan (43) satte også friheten i direkte sammenheng med kjønnsroller og makt:

- Inf: jeg har jo venner som kommer fra gamle Øst-Europa, som er født og oppvokst der og på en måte har assimilert seg i Norge..
- Intervjuer: ja..
- Inf: og.. de har en helt annen persepsjon på den friheten vi har her. De syns den friheten kan være innskrenkende i forhold til å oppnå en del ting sånn som *de* er opplært til da. Man har en større rolleforventning til kjønn for eksempel, som kanskje kan være litt *avklarende* og positivt også (stemmen høres plutselig overrasket ut). Så lenge det ikke blir brukt fra den ene siden til å dominere, men så lenge det blir brukt til å skape stabilitet som begge trives i da.
- Inf: så jeg er ikke sikker på at den friheten vi er så opptatt av i Norge er så bra alltid.

Ove (53 år, analytiker bosatt i Oslo) tok opp et annet tema knyttet til kjønnsroller som handler om likestilling. Ove var tydelig engasjert i hvordan likestilling har bidratt til økt press på familiene. Ove mener presset på familiene skaper problemer i kjærligheten:

- Men for de som ikke har det sånn, så er det (sukker oppgitt) ikke.. det kan du jo.. hvis det passer et eller annet sted i oppgaven din da. At *dette* landet er skrudd sammen *helt feil*.. for likestilling er greit og alt det der, men det er skrudd sammen veldig feil for å få det til å funke. Særlig hvis du har to, eller tre små barn, så er livet kjempestritt. Spesielt hvis to skal jobbe fullt. *Spesielt* hvis begge to ikke jobber i det offentlige. Har du tenkt på det? Altså, det er helt natta altså, for folk. Jeg ser *så* mye slitne mennesker.. men noen klarer jo å holde på kjærligheten for det da. Og så er et noen det går til dundas med, så det er jo.. ja.
- Intervjuer: men du tenker at det er mye, det.. er det..?
- Inf: det er med å ødelegge.. *mye av det praktiske er med å ødelegge*.. altså hvorfor blir nesten halvparten av de som er gift og samboere i Norge, hvorfor går de fra hverandre i løpet av.. før de dør.. there is a reason.

Å *kritisere* frihet og likestilling var ikke noe informantene i denne undersøkelsen var opptatt av. Selv om informantene snakker om frihet på ulike måter, viser de at frihet er en viktig verdi, og noe som ses som et gode. Are (53 år, lærer, bosatt i Viken) uttrykker hvordan han verdsetter frihet når han forteller om hvordan han ser på livet sitt:

- Inf: jeg.. jeg er hvert fall *veldig* fornøyd med livet mitt. Det er klart at *noen* ganger, så savner man noen, men *det* er.. eh.. det er så *liten* del av.. altså det er ikke så *ofte* at jeg har *tanker* rundt akkurat at jeg *savner* å være i et parforhold, og bo sammen, og.. det kan ha sammenheng med at man kanskje blir litt *sær* da etter å ha bodd noen år alene, for man kan *gjøre* akkurat hva man vil, og så har man ålreit økonomi, og så kan man *gjøre* akkurat det man har lyst til.. så jeg har ikke.. har ikke *savnet* det.

Friheten ses som en positiv verdi som kan balansere opp for et negativt savn av en partner som Are har av og til. Åse (45 år, organisasjonskonsulent, bosatt i Oslo) har kjæreste, men bor alene. Åse forteller noe lignende, men i tillegg kommer en ambivalens til uttrykk når hun snakker om friheten ved å bo alene:

- Inf: etter hvert som jeg har bodd så *kjempelenge* alene da, så tenker jeg ofte at det er *deilig*, det er ikke noe rot, he-he. Akkurat nå er det jo det, når jeg har hjemmekontor med A. Men det er ikke noe rot. Det er ikke noe.. det er god plass i sengen, skulle jeg til å si, he-he. Jeg kan legge meg på sengen i en «joggis» og se film fire timer på rad, og ingen kan si at «det kan du ikke *gjøre*». Det er veldig *fritt*. Eh.. og sånn. Men så er det *også* liksom.. eh.. det praktiske. At hvis noe som går i stykker her hjemme da, og det er noe som ikke jeg får til. Jeg har klart å få til veldig mye som kanskje ingen andre hadde klart å få til, eller hadde ordnet da, og jeg får jo alltid noen til å hjelpe meg å skru noe, eller fikse noe og sånt. Men det er alltid noe sånt *praktisk* at mange ganger jeg tenker sånn; «åh, nå skulle jeg ønske at han var her, så han kunne fikset det». Jeg må kanskje vente i *to* uker, eller *tre* uker før han kan komme å ordne noe for meg da. He-he, hvis du skjønner. Hvis du skal tenke litt sånn og da.

Både Åse og Are viser hvordan frihet ses som noe positivt, som trekkes inn i vurderingene omkring egen livssituasjon.

4.1.2 En norsk kontekst: likestilling og frihet

Kjærlighet ser ut til å være forbundet med frihet på en slik måte at den både er begrensende og muliggjørende for friheten. Å studere kjærligheten er ikke perifert, men sentralt for studiet av modernitetens kjerne og grunnlag. Kjennetegnende for den moderne, romantiske diskurs er kjærlighetens dobbeltnatur, dvs. at den både er kilde til eksistensiell transcens og et hett område for individer å leve ut sin kjønnsidentitet. Å være kjønn, og utkjempe kampen mellom kjønnene, er å handle ut modernitetens institusjonelle og kulturelle kjerne og dilemma. Dilemmaene kretser rundt sentrale spørsmål som autentisitet, autonomi, likestilling, frihet, ansvar og forpliktelse samt selvrealisering (Illouz, 2019, s. 21). Jan og Ove stiller noen kritiske spørsmål til likestilling og kjønnsroller, og setter de i sammenheng med makt. Temaene må ses i nær sammenheng med spørsmål og oppfatninger om frihet.

Det er to ulike posisjoner i den sosiologiske tilnærmingen til kjærlighet. Den første vektlegger felleskap og likhet (som for eksempel Giddens), det alternative (feministiske) perspektivet, vektlegger forholdet mellom makt og kjærlighet (Thagaard, 1997, s. 358). Makt har blitt betraktet som forklaringen på det meste som har gått galt i relasjonen mellom kvinner og menn, og maktsymmetri kan betraktes som kulturelle manuskript som strukturerer og regulerer seksuelle relasjoner og kjønnsrelasjoner, og bidrar til å rasjonalisere forholdet mellom kvinner og menn (Illouz, 2019, s. 237). I intervjuet snakker Jan om hvordan kjønnsroller kan være avklarende og positivt så lenge det er noe som skaper stabilitet, og ikke er noe som bidrar til maktskjevhet. Maktstrukturer kan assosieres til hvordan patriarkatet ses som kjærlighetens fiende siden kjærlighet karakteriseres med likhet og likeverd, men det knytter seg også spørsmål til hvordan kvinners dominans påvirker kjærlighet mellom partnere (Thagaard, 1997, s. 363). Begge kjønn representerer derfor ulike former for maktanvendelse som får konsekvenser for kjærligheten, og hvordan kjærligheten forstås.

Kjærlighet er i prinsippet maktens motsetning, men symbolsk makt preger kjærligheten gjennom forventninger til hvordan kvinnen og mannen forholder seg til hverandre (Thagaard, 2005, s. 203). Symbolsk makt er makt til å konstruere virkeligheten og inngår i kjærlighetsrelasjoner ved å definere utforming av kvinnelighet og mannlighet fordi det knyttes bestemte forventninger til hvordan kvinner og menn skal handle (Thagaard, 2005, s. 204). Jan mener roller kan være avklarende og positivt, siden det også bidrar til stabilitet mellom kjønnene, men problemet handler altså om hvordan disse utfordrer friheten.

Det rene forholdet (Giddens) vektlegger felleskap og likhet, og er en implisitt kvalitet av demokratiseringsprosesser i den offentlige og private sfære. Demokratiseringen av privatsfæren har fått vidtrekkende konsekvenser, og må ses som en prosess der først og fremst kvinnene har spilt hovedrollen (Giddens, 1994, s. 181). Demokratiet skal sikre frie og like forhold mellom mennesker og fremme bestemte resultater som: (1) respekt for den andres dyktighet og evner, (2) beskyttelse mot undertrykkelse og maktanvendelse, (3) involvering i avgjørelser som vedrører den enkelte, og til slutt (4) utvidelse av de økonomiske mulighetene til å utvikle de forhåndsnevnte ressursene ut fra den antagelsen at folk best kan nå sine mål når de frigjøres fra de fysiske behovenes byrder. En overveldende interesse for hvordan folk best kan avgjøre og regulere betingelsene for sine forhold, er karakteristisk for praktisk talt alle fortolkninger av det moderne demokrati (Giddens, 1994, s. 181-182).

«Mennesker bør være frie og like med hensyn til avgjørelser som angår deres egne livsbetingelser, det vil si at de bør ha samme rettigheter (og plikter) innenfor de gitte rammene som skaper og begrenser mulighetene som står i deres rådighet, under forutsetning av at de ikke utnytter disse rammene til å nekte andre deres rettigheter» (Giddens, 1994, s. 182).

Norge karakteriseres som et land med stor politisk vilje til å oppnå likhet mellom kjønnene, sammenlignet med de fleste andre land (Thagaard, 2014, s. 23). Demokrati, likhet og frihet kjennetegner de nordiske landene, og i likestillingssammenheng er vi blant verdens beste. I komparative analyser av demokrati, velferdsstat, og feminisme, holdes de Nordiske landene opp som rollemodeller i likestillingspolitikk (Lister, 2009, s. 243). Skandinavisk velferdsmodell beskrives som en suksess fordi modellen innebærer en positiv respons mellom økonomisk konkurransekraft og sosiale rettigheter (Lister, 2009, s. 244). Suksessbeskrivelsene må først og fremst ses i sammenheng med familiepolitiske målsetninger om å redusere fattigdom, opprettholde fødselstall og øke kvinnesysselsettingen. Selv om Nordiske velferdsmodeller roses internasjonalt for sin likestillingspolitikk, pekes det fortsatt på store kjønnsforskjeller som handler om arbeids- og familieliv, og at det fremdeles er langt frem til full likestilling også her. Allikevel kan man si at norske par er blant de *mest* likestilte i verden (Kulturdepartementet, 2019).

Kvinnesysselsetting er altså en av nøklene til resultatene. Thagaard peker på at arbeidslivet stiller krav til ytelse og innsats som gir kjærligheten dårligere kår. Allerede i 1992 ble problemet om *tidsklemme* tatt opp i et politisk program, og handler om er en situasjon der det er vanskelig å få nok tid til å oppfylle forpliktelsene man har (Tjernshaugen, 2021). Det er særlig viktig å se hvordan vi forestiller oss at kjærlighet kommer til uttrykk under bestemte *vilkår* (Thagaard, 2005, s. 36), skriver Thagaard:

«Karakteristisk for dagens samliv er at både mannen og kvinnen er yrkesaktive. Prestasjonspresset er stort, tidsmarginene er knappe, og det kan bli lite tid til å prioritere kjærligheten» (Thagaard, 2005, s. 36).

Synet på at arbeidspress skaper dårligere forhold for kjærlighet, slik også Ove snakker om i intervjuet, er en annen forklaring enn at skilsmisser må ses som resultat av «rene forhold» og «konfluerende» kjærlighet. «*Det er på grunn av kjærligheten at skilsmissetallene er høye*», hevder Giddens (Giddens, 1994, s. 67). Dette handler om at når kjærligheten ikke er til stede i parforholdet, er skilsmisse legitim løsning og muliggjørende for kjærlighet. Men dersom årsaken til at kjærligheten ikke lenger er til stede, handler om arbeidspress (og likestilling), er vi like langt. Ove har ingenting imot likestilling, det er arbeidspresset som skaper problemer, sier han. Måten han snakker om dette på, viser imidlertid at han tenker at disse tingene henger sammen.

Rene og demokratiske parrelasjoner oppstår når partene står på like fot, og har de samme mulighetene. Norske par kan antagelig forstås som så nært Giddens` rene relasjoner det er mulig å studere, og gjør en norsk kontekst særlig interessant. En omfattende familie- og likestillings politikk har altså resultert i både høy sysselsetting og høye fødselstall, men også høye skilsmissetall. Man kan antagelig si at både likestilling og arbeidspress fører til høye skilsmissetall, men årsakene må ses som vidt forskjellige. Hyppige samlivsbrudd er uttrykk for en spenning mellom individets utfoldelse og dets forankring i parforholdet, skriver Thagaard, og stiller spørsmål om forventninger i kjærligheten står i et motsetningsforhold til krav om å realisere seg selv (Thagaard, 2005, s. 30).

I den norske kulturen har frihet og autonomi fått en særstilling; «*Ingen andre land i Europa har en befolkning som legger så stor vekt på selvstendighet som nordmenn*» (Amundsen, 2017). Åse og Are snakker om viktigheten av å være fri til å styre seg selv, og autonom, som henger sammen med økonomisk, praktisk og følelsesmessig frihet. Verdien er sentrale og må ses i sammenheng med viktigheten om å realisere seg selv, og egne behov. I Ares tilfelle brukes friheten som et argument som oppvurderer singellivet hans. Are kobler friheten til økonomi, og at han kan gjøre mye han har lyst til både på grunn av at han har ålreit økonomi, men også at han kan gjøre det han selv har lyst til. Friheten ser ut til å være en del av en pågående og refleksiv diskusjon individene tar i bruk for å vurdere egen livskvalitet, hvor frihet er en viktig verdi.

Måten Åse snakker om friheten sin på, kan ses som to ulike «typer» frihet. Den ene refererer til å være fri til å styre seg selv (autonom) som også kan ses som en *praktisk og materiell* form for frihet, fordi hun kan gjøre hva hun vil, når hun selv vil det. Dette er imidlertid en frihet med begrensning siden hun også «styres» av at det ikke er noen som kan hjelpe henne, og hun må fikse forskjellige ting selv. Åse er bevisst på at dette gir henne et større personlig ansvar og dermed mindre frihet, og er tydelig på at dette fører til at hun allikevel ikke er så fri. Den andre formen for frihet handler om at hun ikke behøver å ta hensyn til en annen partner som har egne behov, ønsker og meninger. Siden hun ikke trenger å tenke på, eller forholde seg til en annens følelser, har hun en *følelsesmessig frihet*.

4.1.3 Kjærligheten sitter i hjertet og ikke i hodet

Oppfatningen om at økonomisk frihet og likestilling har gjort det *lettere* for ekte kjærlighet, kom til uttrykk hos flere av informantene i undersøkelsen. Ida (43 år, lærer, bosatt i Agder) mener at økonomi har fått stor betydning for henne og kvinner generelt:

- Inf: eh.. økonomien har *absolutt* noe å si tror jeg. Sånn som jeg nå har levd 12 år alene og klart meg greit økonomisk. Det hadde jo aldri min mormor kunne gjort fordi samfunnet ikke la til rette for det. Ehm.. og også den.. altså det å ha barn og ikke være gift var jo et veldig stempel tidligere, så man ville ikke utsette seg sjøl for det. Da levde man heller et liv med et menneske man ikke elsket, tror jeg.

Jan snakket også om dette:

- Inf: Og jeg tror det at man da har blitt økonomisk uavhengig, gjør at det har blitt lettere for kvinner å gå ut av et forhold som man nødvendigvis ikke vil være i.. eller tror.. det må man jo *anta*(?). eh.. og jeg tror også at man.. min bestefar som ville vært noen og hundre år nå, han kjente jeg godt, og han hadde jo en sånn holdning til ekteskapet om at det var sånn det *var*. Og så hadde han sin bedrift og sine hobbyer, og så hadde *hun* sin bedrift hjemme, hvor hun hadde ansvar for innkjøp og strykning og vasking, og barn, og alle disse tingene, og så hadde de på en måte ingen andre forventinger til livet for det var sånn det skulle *være*.

Are bruker begrepet *fornuftsbar kjærlighet* på tidligere parforhold:

- Inf: kontrollere kjærligheten, nei.. tror ikke det går an det.. i hvert fall ikke.. nå har ikke jeg tenkt så mye på *akkurat det da!* (he-he) Det er ikke sånn at jeg får sånne spørsmål så ofte.. men, eh.. det var kanskje sånn mer *før*. *Fornuftsbasert* kjærlighet.

Holdningen om at kjærlighet er fritatt fra økonomiske og rasjonelle «byrder», og handler om ekte følelser, kommer til uttrykk på forskjellige måter. Tor (56, ingeniør, bosatt i Viken) mener avhengigheten til partneren må ligge på et annen «plan» en det materielle.

- Intervjuer: skal man være avhengig av partneren sin?
- Inf: skulle til å si ja da, men jeg vet ikke om det er feil svar.. he-he
- Intervjuer: det er ikke noen riktige, eller feil svar her..
- Inf: jeg tenker det blir litt sånn feil hvis man *ikke* er det. Eh.. Det spørs jo litt hva du tenker på som avhengig da? Kanskje man ikke skal være så økonomisk avhengige, men kanskje litt mer sånn kjærlighets-messig, og følelsesmessig, så tenker jeg.. så tenker jeg det kanskje er vanskelig å vise kjærlighetsfølelser hvis man *ikke* er avhengig. At man.. hvis man liksom er redd for.. at man skal holde litt avstand for å.. at man frykter et brudd, eller noe sånt, da. Og dermed skal gjøre seg *uavhengig* liksom, for hvis det kommer et brudd, så skal det liksom gå bra.

Åse gir uttrykk for at praktiske og økonomiske vurderinger er både uønsket og dumt å blande sammen med kjærligheten. Allikevel kommer hun frem til en erkjennelse om at slike verdier er vanskelige å se bort fra:

- Inf: det høres kanskje *dumt* ut å *blande* inn det *praktiske* og *økonomiske* og alt det der inn det som har med kjærlighet å gjøre, he-he (ler litt oppgitt), men en tenker jo at alle de tingene er jo med på å gi deg en form for *frihet* og en form for *lykke*, eh, mindre *bekymring*, og da er du liksom også mer mottagelig for å ta imot.. ta *imot* kjærlighet, og *gi* kjærlighet, for du har det *godt* da.

Åse brøt forholdet til Kai etter det hun beskriver som et tillitsbrudd. Allikevel ser hun fremdeles på eksmannen som den store kjærligheten. Åse skiller mellom følelsene som ligger i hodet, og følelsene som ligger i hjertet:

- Inf: for jeg vil jo si at hvert fall nå i *voksen* alder.. hvert fall forholdene etter Kai var jo et resultat av at det var mye mer hodet, enn hjertet.

Etter bruddet med eks mannen var hun på jakt etter en ny partner. Hun trekker frem hvordan valget av den andre ektemannen var basert på fornuft.

- Inf: og så etter en liten stund så var jeg på datingside på nettet, så da møtte jeg han som virket som en veldig bra pakke. Ugift. Ingen barn. Ingen ekskoner. Ingenting. Ikke noe *tull*, ikke sant. Og så.. vi ble jo sammen, og han giftet seg med meg, men det var jo ikke den store kjærligheten, det var mer sånn fornuft, sant. Hvis du skjønner. Sånn trygt og økonomisk. Ikke gå på en smell, sånn som han første gjorde.
- Intervjuer: ja. For du var gift med han første, og hadde felles økonomi?
- Inf: riktig. Sånn at med han første, så kunne jeg jo si til han.. *før* vi giftet oss da. Jeg hadde jo lest en del juss, og sånn, og hadde en del erfaring med egne rekker med skilsmisse og sånn.. så jeg sa jo at «nå som vi gifter oss, så har jeg rett til innsyn i din økonomi, er det noe jeg bør vite?». Så husker jeg veldig godt at da slo han i bordet og sa «jeg *eier* ingenting, men *skylder* heller ingenting, så alle kan låne seg til fant». Så akkurat de ordene var det han sa. Og da husker jeg at da tenkte jeg det virker jo kjempebra, for da er vi to stykker som stiller på en måte litt likt. Vi er begge mennesker med høy utdanning, vi har begge to gode jobber. Så den dagen vi har lyst til å etablere oss utenfor byen, så kan vi jo gå i banken og låne, og kjøpe oss et rekkehus, eller hva som helst.

Å snakke om følelser og fornuft som ulike kategorier, som får betydning for kjærligheten. Selv om både Åse og Tor snakker om en følelsesmessig vektlegging, uttrykker begge også usikkerhet omkring egne følelser. Tor lurer på om han tenker feil, mens Åse lurer på om det hun tenker er dumt.

4.1.4 Forholdet mellom følelser og rasjonalitet

Det moderne parforholdet forstås som en demokratisk relasjon, som kan knyttes til oppfatningen om rene forhold som ikke bør beheftes med praktiske eller økonomiske hensyn. Oppfatningene kan ses i sammenheng med en romantisk forståelse som er en motreaksjon på rasjonalitet og fornuft. Bevissthet om at rasjonelle og praktiske vurderinger, ikke er forenlig med kjærlighet, var noe som kom til uttrykk hos informantene. Oppfatningen må ses i sammenheng med en romantisk forståelse av kjærlighet og fortellingen om at parforhold bør være basert på følelser fremfor fornuft (slik som økonomi).

Ida og Jan snakker om at man tidligere måtte leve sammen med «en man ikke elsket» på grunn av økonomi, eller «man ikke hadde andre forventninger til livet». Are snakker om en fornuftsbasert kjærlighet som fantes *før*. Oppfatningene sammenfaller med en «standardfortelling»: Et viktig standpunkt i synet på familiens historie, hevder at det kapitalistiske systemet i dag har frigjort mennesker fra et undertrykkende åk om å ta økonomiske og rasjonelle hensyn i valget av partner (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 409). Dette handler om en «standardisert fortelling» om at parforhold i dag har gått fra å være basert på pragmatiske og rasjonelle hensyn, til å være basert på ekte kjærlighetsfølelser. Illouz og Finkelmann kritiserer oppfatningen om at kjærlighet har gått fra å være rasjonelt motivert, til å være følelsesmessig motivert. For å forstå førmoderne og moderne partnervalg, må man heller se hvordan sammenhengen mellom følelser og rasjonalitet varierer, og følger en kulturell kontekst (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 403).

I stedet for å se på følelser og fornuft som motsetninger, må de heller forstås som to sider av samme sak; når vi føler noe for noe, anerkjenner vi samtidig dette *noe*. Ofte ubevisst. Anerkjennelsen er basert på fornuft (Hochschild, 2019, s. 9). Siden følelser er uttrykk for moralske dommer må de forstås som en ubevisst form for rasjonalitet. Følelser er «hot cognitions» som gjør oss i stand til å bedømme på en uformell og ubevisst måte, men må ses som rasjonelle i den forstand at de imøtekommer/forsvarer aktørens interesser, og er veiledende for handling. Dette viser at en rent emosjonell verden ikke eksisterer, og en ren rasjonell verden er heller ikke mulig fordi handling og miljø stadig er innvevd i det ikke-rasjonelle (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 407). Kultur er derfor ikke iboende emosjonell *eller* rasjonell. Det handler heller om hva som former måten vi tenker og handler på, som påvirker forholdet mellom rasjonalitet og følelser og former retningen (Illouz & Finkelmann,

2009, s. 404). Forbindelsen kan ses som et treveis forhold mellom rasjonalitet, følelser og kultur (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 407).

I motsetning til den tradisjonelle oppfatningen om at valg av partner har endret seg fra å være pragmatisk (rasjonelt) motivert, til å være følelsesmessig motivert, foreslår Illouz og Finkelmann en annen analytisk tilnærming. Fremfor rasjonalitet – følelse dikotomien, foregår en interaksjon mellom følelser og fornuft som varierer i form, omfang og styrke avhengig av den kulturelle konteksten (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 403). Det er denne interaksjonen som påvirker følelsene og får betydning for hvordan kjærlighetsfølelsen kan erfares. Følelser og fornuft bør derfor heller forstås som modale sekvenser hvor fornuft og følelser følger hverandre i to ulike prosesser:

- *følelsesmessig rasjonalitet* (måten vi forsvarer våre interesser og forfølger strategiske mål via følelsene, for eksempel uttrykker sinne som en måte å hevde egne interesser)
- *rasjonelle følelser* (måten rasjonelle avgjørelser begrunnes og formes av følelser, for eksempel når en aktør forelsker seg i en som er sosialt, økonomisk og intellektuelt kompatibel med han eller henne) (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 409).

Åse forklarer hvordan valget av den andre (eks-)mannen var basert på fornuft, men at han ikke var den store kjærligheten. Hun forteller at hun valgte med hodet og ikke med hjertet. Oppfatningen må ses i sammenheng med hvordan man skiller mellom følelser og fornuft. «*På mange arenaer er følelser nærmest ensbetydende med irrasjonalitet og motsats til det sanne, logiske og fornuftige*» fordi følelser står for en intimitet som truer perspektivet og avstanden som trengs for å bedømme noe riktig (Nyeng, Frode, 2006, s. 30). I kjærligheten ser det ut som at følelsene skal være veiledende til tross for at disse følelsene kan true dømmekraften.

Måten Tor snakker om dette på, viser en oppfatning om at den følelsesmessige avhengigheten fører til en sårbarhet som man ikke bør reservere seg imot, mens dette forholder seg annerledes i forhold til økonomi siden man ikke bør være så økonomisk avhengige. I forhold til følelsene må man dessuten tørre å satse, og man kan ikke holde følelsesmessig avstand fordi man frykter et brudd. Det ser ut til at man må oppgi noe av den følelsesmessige friheten og uavhengigheten, men bør beholde den praktiske og økonomiske uavhengigheten. Avhengigheten skal ligge på et følelsesmessig plan fordi kjærlighet handler om følelsesmessig sammensmeltning og avhengighet.

Måten Åse snakker om dette på, kan også ses som et forsøk på å få verdiene til å samsvare. Åse setter det praktiske og økonomiske i sammenheng med lykke og frihet (også her kommer frihet til uttrykk som viktig verdi som forbindes med lykke). Praktiske ting, og økonomi henger altså sammen med lykke og frihet, men hun er skeptisk til å blande dette med kjærlighet. Samtidig mener hun det er en sammenheng, fordi man har det bra. Selv om kjærlighet *egentlig* ikke handler om disse tingene, oppstår det altså en kobling der som Åse mener man også må tenke på, og ta hensyn til.

Oppfatningen om at «kjærligheten sitter i hjertet og ikke i hodet» må ses som en holdning om at kjærlighet ikke bør være rasjonelt motivert. Rasjonalitet kan forstås som en «Weberiansk» definisjon om en kalkulerende bevissthet som kan assosieres med personlig nyttemaksimering (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 404), men vurderes altså som et tvilsomt utgangspunkt for kjærlighet. Dette viser også et legitimt syn om hva kjærlighet «er», eller bør være, og handler om hvordan følelser vektlegges og gyldig-gjøres. Oppfatningen fungerer også som bestemte følelsesregler individene tar i bruk for å forstå sine egne følelser.

Forståelsene som går ut på å skille følelser og fornuft fra hverandre i to ulike kategorier for å forklare kjærlighetsfølelsen er imidlertid problematisk, siden det ikke handler om enten det ene eller det

andre, men begge to i ulike prosesser. Fremfor å se rasjonalitet som noe *annet* en følelser, må den altså ses som en del av følelsen. Rasjonaliteten følger følelsene, og motsatt, i ulike prosesser.

Til tross for en sterk vektlegging av følelser, blir allikevel rasjonalitet en viktig del av kjærlighetsfølelsen. Dette handler både om en refleksiv teknikk, men også en modal vektlegging av rasjonalitet innenfor ulike temaer som knyttes til kjærlighet; *Modal vektlegging indikerer hvordan det oppfattes at handlingen er dominert enten av følelser, eller rasjonalitet* (for eksempel ideologi om følelsenes dominans i romantisk kjærlighet) (Illouz & Finkelman, 2009, s. 408). Det er måten følelser eller fornuft vektlegges som får betydning for forståelsene av kjærlighet.

Følelsesregler er sosiale retningslinjer som forteller om ønskelige følelsestilstander, og handler om hva som oppfattes som «riktig» og «feil» forståelse av følelsene. Eksempelene viser hvordan det oppstår et skille mellom følelser og praktiske hensyn i forhold til kjærligheten, og at følelser representerer et legitimt grunnlag for kjærligheten. Rasjonalitet står i et motsetningsforhold til kjærlighet, og hva kjærlighet er, fordi kjærlighet ses som et prosjekt som skal ivareta følelsene våre. Romantikk og følelser er rasjonalitetens antitese, og sentralt for oppfatninger om kjærlighet. Synet om å skille det rasjonelle fra kjærlighetsfølelsene, handler om en mulig-gjøring av det rene forholdet som er fritatt fra materiell avhengighet, og potensiell maktskjevhet. Perspektivet ser ut til å være viktig for måten vi tenker om kjærlighet, og hvordan kjærligheten oppleves. Jeg vil også ta med denne forståelsen i den videre diskusjonene, for å vise hvordan den får konsekvenser.

4.1.5 Økonomiske avtaler sikrer og truer kjærligheten

Under intervjuene ble det ikke stilt direkte spørsmål om avtaler, men det så allikevel ut til være et tema som fikk stor betydning. Parforholdet vurderes ut fra en forståelse om likhet og rettferdighet. Økonomiske og praktiske avtaler og problemer med ulikhet var noe informantene tok opp, og som det var naturlig å snakke om. Siv (49 år, spesialrådgiver bosatt i Oslo) snakket om urettferdighet og uenighet ift. disponering av penger, og hvordan hun opplevde en skjevhet mellom seg og partneren. Her knyttes også problemet direkte til friheten:

- Inf: skjønte ikke hvorfor en sånn interessesak-konflikt kunne bli en trussel for *kjærligheten*. Jeg forsto ikke hvorfor dette liksom var en.. hvorfor han opplevde min selvstendighet, og selvråderett som så truende for vårt forhold. At han ikke kunne akseptere at vi var forskjellige. Fordi han tok seg friheter.. og han disponerte på en måte sine penger, og sin fritid så mye som han ville selv, mens jeg ikke fikk den samme grad av selvstendighet og frihet. Så det var særlig med økonomi og disponering da, mens med tid så har han alltid vært raus.

Gro (39 år, forsikringsrådgiver bosatt i Oslo) Forteller hvordan partnerens forslag om fordeling av boutgifter førte til en skepsis hos henne tidlig i forholdet:

- Inf: Det er greit at jeg skal betale, vi deler på kostnader, vi deler på utgiftene, men du skal ikke *tjene* på det at jeg skal flytte inn, med mindre vi skal gjøre motsatt. Jeg har størrelsesmessig like stor leilighet. Det er bare at det er ett mindre rom, men det holder for liksom.. da kan du leie din ut og betale til meg, så da liksom, okey. Da ble vi enige om 7000 tror jeg. Men da liksom.. vi var ikke enige, vi måtte liksom.. jeg måtte konfrontere, og da tenkte jeg liksom, hm? i hvilken grad mennesker bryr seg om deg.. og sånn som jeg tenker om kjærlighet er liksom å sørge for at den andre har det bra, og ikke prøve å ta fra det den andre har egentlig.

Ove (53) forklarer hvordan han og samboeren lagde økonomiske avtaler. De var sammen i 13 år og fikk to barn. Ove forteller hvordan han reserverte seg mot å gå «all inn» økonomisk. Ove tjente mye penger, og hadde derfor en skepsis i forhold til ekskona sine «intensjoner» da de ble sammen:

- ja, jeg *visste* dette her at hun hadde litt forkjærlighet for det der da. Det *skjønnte* jeg, men det, det var ikke.. jeg *trodde* hun hadde lagt det bak seg. Ikke sant, altså sånn.. men det var ett eller annet med hele det økonomiske, at jeg aldri på en måte.. vi var «all inn» og delte ting *likt*. Så vi hadde et *forhold*, og det var sikkert veldig *dumt* spesielt etter at vi fikk barn, at vi ikke har.. da har 100% felles økonomi og sånne ting.

Når Ove og samboeren fikk barn, og hun skulle jobbe mindre, ble behovet for å få på plass avtaler større, siden hun måtte kompenseres for et økonomisk tap:

- Inf: så vi satte opp en avtale hvor hun da skulle.. ved å jobbe mindre da.. ha mer tid hjemme med barna, skulle få en del av det jeg tjente. Men så kom finanskrisen så tjente jeg en del dårligere det året der og, så.. det gjorde ikke ting *enklere*, selv om jeg fortsatt tjente *bra* i forhold til.. og mye mer enn henne fortsatt. For jeg tjente ikke så mye som jeg gjorde de årene før.. så ja. Så hadde jo jeg sagt til henne at *etter hvert* da, at jeg skulle trappe litt ned med jobbing så hun kanskje.. men så ble det jo ikke sånn.

Ove snakket om hvordan lange arbeidsdager, barnepass, og utgifter til hus og hytte skulle organiseres og avtales, men etter hvert viste det seg at avtalene, ikke ble fulgt og egentlig ikke fungerte særlig bra. Han gir uttrykk for at disse tingene kanskje ikke ble håndtert godt nok underveis:

- Intervjuer: sto det i veien for kjærligheten, tenker du da, eller?
- Inf: hva da?
- Intervjuer: disse tingene..
- Inf: njæi, ja, altså.. dette er *praktikaliteter*.. som gjør at man ikke.. *kanskje* kommer så tett som man burde *gjort* da.

Avtaler og forhandlinger kunne være eksplisitt og tydelig formulerte, men også handle om mer underforståtte former for avtaler, slik at dette landskapet fremsto som uoversiktlig.

4.1.6 Avtalenes rasjonelle problem

Til tross for oppfatninger om følelsenes adskillelse fra fornuften, og følelsenes viktighet for kjærligheten, ser det ut til at rasjonelle avtaler får stor innflytelse på parforhold og kjærlighetsfølelsene på grunn av kravet om å holde relasjonen demokratisk. I det demokratiske parforholdet forhandles det om rettigheter og plikter, og de kan aldri tas for gitt. Rettighetene og pliktene må derfor nødvendigvis gjøres til gjenstand for kontinuerlig refleksiv oppmerksomhet (Giddens, 1994, s. 184). En institusjonalisering av autonomiprinsippet betyr en spesifisering av rettigheter og plikter mellom kjønnene. Alle forhold som nærmer seg en ren form opprettholder en «løpende kontrakt» som hver av partene kan appellere til når det oppstår situasjoner som føles urettferdige, eller undertrykkende. Denne løpende kontrakten er en underliggende konstitusjonell enhet som den er basert på, men som også er åpen for forhandling gjennom partenes åpne diskusjon om forholdets natur (Giddens, 1994, s. 188).

Avtaler og forhandlinger i parforholdet må ses som uttrykk for å verne om egne interesser og dessuten opprettholde maktbalanse. Behovet for avtaler kom til uttrykk på ulike måter, og var ofte kilde til frustrasjon, og fører til at man stiller spørsmål ved kjærligheten. Avtaler er allikevel nødvendig for å sikre parforholdet, samtidig som de føles ukomfortable, og representerer uholdbare situasjoner som truer kjærlighetsfølelsene. Gro forteller hvordan hun ble skeptisk overfor partneren når det skulle gjøres avtale om husleia. Oppfatningen om rene relasjoner ser ut til å være et «sine qua non», samtidig som dette fører til at man må inngå ukomfortable avtaler. Å snakke om likhet og rettferdighet ser imidlertid ut til å være viktig. Dersom man føler seg urettferdig behandlet, er det både riktig og viktig å stå opp for egne rettigheter, og vise at man er opptatt av å gjøre relasjonen likestilt og rettferdig. Gro tar selv i bruk et rasjonelt manus, men *skepsisen* hennes må i tillegg ses som et uttrykk for at kjærlighet og rasjonelle vurderinger er problematisk. Siv skjønner ikke hvordan

en interessesak-konflikt kunne bli en trussel for kjærligheten. Ove skiller mellom kjærlighet og praktikaliteter, men mener allikevel at praktiske og økonomiske ting kan stå i veien for, og ødelegge for kjærlighet.

Tid og penger handler altså om praktiske ting som det forhandles om, samtidig som slike forhandlinger er kilde til konflikt og skepsis. Illouz peker på hvordan det er blitt umulig å inngå avtaler på grunn av at friheten skaper usikre betingelser. De seksuelle-emosjonelle kontraktene er ufravikelig av apori og usikkerhet, siden forbindelsen når som helst kan brytes og skiller seg derfor fra de økonomiske og juridiske kontraktene hvor et kontraktsbrudd som regel medfører skade (Illouz, 2020, s. 206). Ove snakket om at han ikke var «all in», som viser at det ligger et forbehold i relasjonen. I det moderne parforholdet er relasjonen ustabil, og utfallet uforutsigbart. Kravet om frihet skaper en situasjon der ingen kan garantere seg mot å bli forlatt, ei heller å bli overmannet av egne følelser om å bryte ut av forholdet. Situasjonen krever derfor at partene selv må sikre seg et økonomisk trygt fundament, og opprette avtaler.

Ove snakker om hvordan familieførøkelse skapte utfordringer for arbeidsfordelingen. Arbeidsfordeling i familien følger ulike modeller som både handler om ressursperspektiver og kjønnsperspektiver. Ressursforhandlinger innebærer en rasjonell arbeidsfordeling der målet er å maksimere samlet mengde nytte og velvære for familien (Bringedal, 2011, s. 36), men perspektivet må også ses i sammenheng med problemstillinger om makt og likestilling. Diskusjonen viser at i tillegg til hensynet til familien, må aktørene også avveie mot et eget hensyn.

I den konfluerende kjærligheten (de negative relasjonene) er parforholdet hele tiden er oppe til vurdering, og *krever* praktiske avtaler. Kriteriene vi vurderer ut fra, hentes fra en institusjonalisert, rasjonell praksis. Dette er en bestemt refleksiv teknikk hvor partene forholder seg refleksivt til seg selv og sin egen situasjon i parforholdet fordi rene relasjoner krever at partene kontinuerlig retter oppmerksomheten mot rettferdighet slik at man *sørger* for å ikke bli en «tapende, eller utnyttet» part, og samtidig passer på eget utbytte i relasjonen.

Dette handler altså ikke om hva som er rettferdig, men hvordan oppfatninger om kjærlighet i høy grad følger et rasjonelt manus på tross av at man snakker om følelseskjærligheten som ideal. Kontinuerlige, rasjonelle forhandlinger som *sørger* for at kjærlighetsprosjektet skal oppleves som mest mulig demokratisk, gjenspeiler en vektlegging av rasjonaliteten. Rasjonaliteten på dette området kan ses som ideologisk på den måten at det er viktig og riktig å ha et rettferdig utbytte av relasjonen. *Samtidig* ser det ut som forhandlinger nærmest ses som antitesen til kjærlighet på grunn av den følelsesmessige vektleggingen som fører til at forhandlinger er illegitime for følelsene. Avtaler innebærer at relasjonen blir byråkratisk og at aktørene må ta i bruk rasjonelle metoder som truer kjærlighetsfølelsene. Resultatet er at avtaler følger *ulike regler* siden de både representerer et legitimt rasjonelt manus om likhet, som samtidig står i et motsetningsforhold til den følelsesmessige vektleggingen. Den rasjonelle vektleggingen er altså problematisk når det handler om økonomiske, praktiske og materielle spørsmål.

4.1.7 Forelskelsesfølelser og fysiske følelser

Et av spørsmålene informantene ble stilt, var «hva er kjærlighet?» og mange snakket om forelskelsesfølelser som viktige. Informantene snakket også ofte om kjærlighet og forelskelse *om hverandre*, slik at de ikke alltid skilte mellom dette som to ulike ting. For eksempel forteller Jan (43) om en ruslignende følelsererfaring:

- Inf: forbinder med kjærlighet? Eh.. sterk *tiltrekning*.. fysisk og mentalt.. eh.. at man er utålmodig når man er alene fordi man har lyst til å treffe det mennesket. Og når man er sammen så har man lyst til å.. bare være sammen. Og når jeg har vært forelska så stenger jeg liksom bare.. det er litt som å ... det er litt som å.. det er en slags *rus* da. Man blir litt sånn.. Eh.. Jeg leste et sted at.. det var en sånn psykolog som skrev: «man bør aldri ta en avgjørelse de første tre månedene av et forhold, når man er superforelska fordi det kan sammenlignes med å være midlertidig sinn-syk..

Mange ga også uttrykk for at de skilte klart mellom kjærlighet og forelskelse. Ida beskriver hvordan dette handler om en rekkefølge:

- kjærlighet er jo det som fortsetter når forelskelsen går over, tenker jeg. Ehm.. men det må jo *være* noe i den gnisten i starten for å bli til en kjærlighet og da. Jeg er nok ikke en *type* som bare kunne hatt en *kompis* og så var vi sammen over tid og så ble vi sammen. Jeg er nok ikke der. Jeg må ha den *gnisten* i starten av forholdet for å få det til, tror jeg.

Fysikk, kjemi og hormonelle forklaringer på følelsene var også en måte å forklare dette på:

Åse:

- Inf: ja. Forelskelse er vel mer noe som oppstår, ikke sant. En enorm tiltrekning, og kroppen er full av endorfiner.. du ser ikke helt *klart* og du er veldig lykkelig, og du ser bare.. det er rosenrødt.

Siv:

- Inf: eh (sukker oppgitt) forelskelse er jo en kjemisk intoksikasjon på en måte.. som er.. *det* er jeg faktisk litt sånn spent på, på en måte! fordi.. jeg blir jo eldre, og spent på om jeg.. kan bli dratt inn i en sånn *rus*. Forelskelses-rus seinere, liksom. Om det *går an igjen*! Så det er jeg litt sånn spent på da. Går det an? Jeg har kjent.. jeg kjente det litt i starten med han som jeg *dater* nå.. men det tror jeg handler mer om erotikk. Den «*betagenheten*», og betattheten man har.. helt sånn *insane* når man er forelska. For da klikker det jo på alle punktene, ikke sant. Hele sjekklista di. Når du er forelska så liksom *vanvittig* betatt. Ja. Og både erotisk tiltrukket, og emosjonelt tiltrukket, ikke sant. Altså den.. du har på en måte.. du er *aktivert* i hele hormonsubstansen din, he-he-he..

Det ble ikke stilt direkte spørsmål om seksualitet, men forklaringer om fysisk tiltrekning, tenning og sex er viktig for parrelasjonen. Siv (49) pekte på at seksualiteten har blitt enklere og friere. Siv ga uttrykk for at kjærlighet er komplekst, men at man kan bryte den ned og forklare den på ulike måter, eller deler, der seksualitet har en sentral plass:

- Inf: sånn sosiologisk sett, så tror jeg at kjærligheten er mye mer kompleks, eller kjærlighetsrelasjon. Så spør det jo hva er det du bryter ned kjærlighetsbegrepet til? Er det sex, ikke sant. Er det tilknytning i en relasjon, er tilknytning en økonomisk relasjon, er tilknytning en praktisk relasjon med delt husvære, er det en.. *opplevelse* av å være elsket, eller anerkjent, bekreftet. Som er uten tid og sted og rom og penger og (he-he), noen av disse, ikke sant, praktiske innretningene. Hva er kjærlighet, ikke sant. Og hvis det.. hvis det går på.. jeg tror nok at kjærligheten var betinget av disse praktiske forholdene før, hvor kvinner hadde mindre makt, råderett, og seksualitet, og fikk jo unger hver gang man hadde lyst på en mann.. men jeg tror seksualitet for kvinner i dag er mye, mye bedre. Det er mye friere, eh.. og ha en seksuell relasjon uten å kjenne skam, eller skyld, eller.. så det er en mye mer fri seksualitet for begge kjønn. Menn kan ha seksualiteten sin i fred, uten å gjøre noen svangre, og kvinner kan ha sin seksualitet i fred uten å bli gravide. Sånn at den seksuelle kjærligheten er jo mye friere. Mye lettere nå. Men jeg tror kjærlighet i form av alle disse bindingene med praktiske og økonomiske sidevinkler, er mye mer komplekst. Mye, mye mer komplekst. Jeg tror ikke det er lett. Så, ja..

Ove (53) snakket om kjønnsforskjeller som handler om at kvinner og menn «tenner» på forskjellige ting. Ove var opptatt av at menn og kvinner vurderer utfra ulike kriterier. Han trekker frem den

norske TV serien «Vikingane» som han mener viser dette fenomenet:

- og det gjennomgående i det hele er at hun er *bare* opptatt av *det* ikke sant. Penger og makt! Det er det som får henne til å tenne! Og så er det andre som tenner på noe helt annet, og der er jo.. eh.. altså.. jeg syns den serien tok en del sånne ting så *veldig* bra på kornet. Og det må du huske på at det er.. jeg tror det er *veldig* mange, kanskje.. jeg vet ikke hva vi gutta tenner på og ikke tenner på, og noen vil jo bare ha noen som er glad i dem, ikke sant.. og så er *de* der. Så er det noen gutter som skal ha: dama skal se sånn og sånn ut. Det er så mye sånne ting, men for *jenter* så tror jeg det er makt, status, penger.. Det kan være for gutter og. Det er jo noen gutter som er opptatt av.. altså det er så mye greier.. jeg tror spekteret for damer er *større* da. På hva du vil ha.
- Intervjuer: ja? Altså spekteret, hva mener du med spekteret?
- Inf: ja, med, med, med.. hva som *gir* attraksjon? «Attraction!». For mange damer så er ikke det fysiske utseende på mannen så veldig viktig, men mer hvem han er, og hva han er.. altså *posisjonen* hans da, kan være helt avgjørende.
- Intervjuer: ja..
- Inf: ikke sant? Eller jobben hans, eller hva.. det er så mange ting som jeg tror da.. som attraherer. Fra attraksjon til kjærlighet er jo noe annet da. Men ikke sant: hva er det som tenner?

Jan (43) beskriver noe lignende, som handler om hva menn tenner på:

- Så det blir litt sånn som å ha en fin bil da, og ha en fin dame. Og hvis ikke hun er fin nok, så kaster du henne bort. Hvis hun legger på seg, eller.. det blir en sånn overfladisk *kamp* da som er veldig interessant. Nå har jo jeg bodd i en bydel i Oslo der det er mye sånt, og veldig mange mennesker som har en sånn bruk-og-kast-mentalitet.

4.1.8 Forelskelsen og seksualitetens rasjonelle vektlegging

En «fun fact» handler om at på engelsk skiller man ikke mellom kjærlighet og forelskelse; «alt er love». På norsk er det annerledes: «*Vi har to ord for det, og ethvert barn vet forskjell på dem*» (Kraft, 2016). Det ser ut som kjærlighet og forelskelse er to begreper som flettes sammen, og at det er vanskelig å vite hva dette skillet egentlig er. Informantene ga uttrykk for at det var vanskelig å sette ord på, eller svare på, hva kjærlighet egentlig er, men at man måtte skille mellom ulike former for kjærlighet (for eksempel kjærligheten til foreldre og barn som skiller seg fra kjærligheten til partneren). Å skille mellom ulike typer kjærlighet var greit, men å skille mellom kjærligheten og forelskelsen som følelse til partneren, var vanskeligere. Kjærlighet var noe som kunne oppstå etter forelskelsen, og mange så på forelskelse som en forutsetning for kjærlighet.

Flere av informantene snakket om forelskelsen som en hormonell tilstand (forstyrrelse) som varer i en begrenset periode, og etter hvert avtar hormonene slik at forelskelsen går over. Ida sin forståelse om at kjærlighet er noe som kan oppstå etter forelskelse, var en oppfatning mange delte, og kan ses i lys av en modal sekvensering av følelser og fornuft, der følelsen vektlegges tidlig i forholdet, for senere å inkorporere mer fornuft når følelsen går over i kjærlighet. Denne sekvenseringen av følelsen representerer et gjenkjennelig følelsesmanuskript og viser til en vanlig (moderne) oppfatning om følelsenes vektlegging tidlig i parforholdet.

Siv snakker om at kjærlighet kan «brytes ned» i ulike følelsetilstander der seksualitet, tenning og sterke fysiske følelser er viktig. Siv snakker om at hun er spent på om kroppen fortsatt fungerer på en slik måte at hun kan bli skikkelig forelska igjen. Forelskelsen er viktig, og referer til en sterk og ukontrollerbar følelseserfaring som involverer både det fysiske og psykiske selvet. Fysiologiske og hormonelle prosesser var noe informantene tok i bruk for å rasjonalisere og forstå følelsene. Det er altså vanskelig å undersøke kjærlighetsfølelser i parforhold uten å se det i sammenheng med forelskesfølelser, og at man kan stille spørsmål til hvordan, eller *om* man skal skille mellom dem. Forskning viser i dag at det er vanskelig å skille det fysiske og det psykiske fra hverandre. Kunnskap om bindingen mellom følelser (psykologi), fysiologi og kultur stiller også spørsmål til om det er mulig

eller hensiktsmessig å jobbe ut fra slike skiller. Følelser kan i dag identifiseres fysisk ved hjelp av en hjerne-skanner, og gjør for eksempel at skillet mellom fysiske og psykiske hjernesykdommer har begynt å forsvinne (Borgan, 2020). Selv om forelskelse antagelig ikke bør oppfattes som en hjernesykdom, er den en fysisk påviselig tilstand som skiller seg fra andre (normale) tilstander. Biologer forklarer «kjærlighet» med kjemiske prosesser, og nevrovitenskaplige studier og viser til forekomster av et spesifikt antall kjemiske substanser i hjernen når forsøkspersonene sier de kjenner på kjærlighet. Til disse substansene tilhører testosteron, østrogen, dopamin, noradrenalin, serotonin, oxytocin og vassopressin (Illouz, 2019, s. 231). For eksempel hevdes det at dopamin- og noradrenalinivået øker dramatisk når noen er forelsket (Illouz, 2019, s. 231).

Illouz peker på hvordan kjærlighet forstått som hormonelle prosesser, *reducerer* kjærlighet til en kjemisk reaksjon i hjernen, der denne «reduksjonen» kan ses som et forsøk på å avmystifisere og rasjonalisere kjærligheten.

«Vetenskapliga förklaringar reducerar kärleken till ett epifenomen, till en effekt av orsaker som subjektet varken ser eller känner och som varken är mystiska eller unika, utan resultatet av ofrivilliga ock närmast mekaniska – psykiska, kemiska eller biologiska – processer» (Illouz, 2019, s. 233 - 234).

Et annet problem relaterer seg til kategoriseringer av følelser som denne typen forklaringer bidrar til. Siden *kategoriseringer* er tolkninger, kan de biologiske forklaringene ikke ses som objektive sannheter. Allikevel kan slike tolkninger av følelser i et *tredjepersonsperspektiv* fremstå som objektive sannheten, og fasiten på ekte følelser. Å begrense kjærligheten til noen bestemte typer fysiske følelestilstander (som bør kunne måles på bestemte måter) kan være et problem som står i et motsetningsforhold til å forklare kjærlighet. Å forstå hvordan vi mennesker reagerer i tilknytning til andre mennesker, kan imidlertid være nyttig, og bidra til å forklare og forstå følelsene våre.

Siv mener seksualitet særlig har blitt bedre for kvinner, men at det også gjelder begge kjønn. Måten Siv snakker om at seksualiteten har blitt friere, må ses i sammenheng med oppfatninger om den plastiske seksualiteten som frigjørende for individene. Den seksuelle frigjøringen på 1900-tallet må ses som et politisk og moralsk prosjekt som var en del av en prosess som satte jeget i sentrum, og seksualiteten ble en del av virkeliggjørelsen av sitt eget livsprosjekt som handlet om ulike former for konsum (og behovs dekking). I det kapitalistiske samfunnet har kjærlighetsrelasjoner blitt noe vi har begynt å konsumere. Gjennom valg og ikke-valg har seksualiteten altså blitt underkastet en instrumentell fornuft. Kjærligheten er gjort om til en gjenstand som er tilgjengelig på et marked, og det enorme markedet er blitt tilgjengelig på nettet (Engdahl, 2016, s. 250). På det seksuelle markedet blir andre (personer) reduseres til objekter som har til hensikt å tilfredsstille bestemte ønsker og behov. Aktørene reduseres til ting som kan brukes av andre til rasjonelle formål. Jeg-det forholdet kan karakteriseres som følelsene vi har til ting. Ting-kjærligheten er en viktig side ved det å være til stede i verden, og gjøre verden til et sted vi hører hjemme i (Grelland, 2020, s. 185). Med ting-kjærlighet forholder man seg til andre som *det*, dvs. som sexy, som vakker, som rik, osv. Altså som et menneske bestemt av egenskaper, roller og relasjoner, som objekt, ikke subjekt. Den romantiske kjærligheten vil alltid ha et element av ting-kjærlighet fordi man elsker den andre på grunn av kjønn, fordi den andre tiltrekker meg, er generelt tiltrekkende, osv. (Grelland, 2020, s. 186).

Synet på den plastiske seksualiteten som frigjørende for kvinner (og menn), står i sterk kontrast til hvordan Illouz tolker seksualiteten i moderne samfunn. Problemet handler særlig om at kvinners seksualitet i dag kontrolleres på nye måter, men det stilles også spørsmål til hvordan menns seksualitet påvirkes av de nye strukturene. Vanligvis går man ut fra en antagelse om at den seksuelle og følelsesmessige friheten styrker og reflekterer hverandre (slik som hos Giddens), men Illouz hevder at den følelsesmessige og seksuelle friheten har blitt et problem. Dette handler om hvordan kjærligheten i dag finnes på et «marked». Seksualitet utgjør ikke en ubevisst del av

konsumentkulturen, men konsumentkulturen har blitt den ubevisste driften som styrer seksualiteten, hevder Illouz (Illouz, 2020, s. 77 - 78). Den seksuelle objektiviseringen er en dårlig skjult logikk i den seksuelle kulturen, som kan gi kvinner og menn en følelse av makt ettersom den instrumentaliserer andre, og kan utnyttes i et slags nullsumspill. Subjektiviteten ser ut til å forsterkes av muligheten til å objektivere andre gjennom en følelsesmessig distansert væremåte der man velger, og lar være å velge. Dagens seksuelle eller romantiske vurdering foregår som et snarkjøp der man hverken har klare referansepunkter for hva man skal velge, og man er usikker på hva man vil ha (Illouz, 2020, s. 185-186).

Informantene i undersøkelsen viser både til oppfatningen om en bedre og friere seksualitet, samtidig som man er bevisst på «markedslogikken». Menn er opptatt av «å ha en fin dame» (som dessuten kan kastes som en hvilken som helst masseprodusert gjenstand som mister materiell verdi på grunn av ytre egenskaper), mens kvinner er på jakt etter penger og status. Dette handler om «hva man vil ha» som refererer til et marked. Oppfatningene refererer til et seksuelt marked og instrumentaliseringen av seksuelle objekter kan ikke karakteriseres som «en skjult logikk» siden dette fremstår som godt synlig. Informantenes beskrivelser viser oppfatningene om et seksuelt marked, der markedslogikken er uttalt, bevisst, og synlig og derfor ikke en «skjult kraft». Heller ikke de ulike «kapitalene» som kjønnene besitter, ser ut til å være skulte eller fremmede. Oppfatningene viser til en bevissthet om at begge kjønn utnytter hverandre i et konsumpsjons- og nyttemaksimeringsperspektiv, der jakten på tenning, attraksjon og sterke følelser er drivkraften både hos kvinner og menn, og hvor den gjeldende, rasjonelle markedslogikken ser ut til å være et akseptert premiss. Synet om at seksualiteten er friere og bedre, henger sammen med en rasjonell markedslogikk, og viser til en ideologisk oppfatning om en fri, seksuell og rasjonell aktør.

4.1.9 Frihet krever refleksivitet og modenhet

Friheten gir individene mange valg, og valg gjør at muligheten for å feile blir større, mener Jan (43). Jan, som også kritiserte friheten, mener at vi blir litt svimle av alle valgene:

- Inf: du har så mye muligheter da. Og så lærer du hele tiden at du kan bli hva du vil, du kan gjøre det du vil. Eh.. mamma og pappa kan hjelpe deg.. så du blir litt sånn svimmel i alle tilbudene. Og det tror jeg man blir i kjærligheten også.
- Inf: hvis man benytter seg av 100 muligheter, så er det jo åpenbart at man vil feile på en del av dem.. stort sett. Benytter man seg av 8 muligheter, så vil man jo feile på færre. Men for meg så virker det som om holdningen i dag, i forhold til for eksempel for 150 år siden da, er litt mer sånn at; du skal prøve og feile. Det vokser du på. Det er ikke *alltid* man har godt av å feile. Jeg har kjent litt på det. Men man lærer jo! Men det er ikke nødvendigvis *godt*.
- Det er vel heller min feil fordi mine opplevelser har i stor grad gjort at jeg stiller litt mange spørsmål.. og at jeg har blitt *jævlig* realist.. og *mistet* mye av denne dere *deilige* naiviteten i forhold til forelskelse og den type ting da.
- ..kanskje jeg bare er en bitter mann. Jeg vet ikke. He-he-he. Jeg vet ikke!

Ove (53) snakket om at valgene gjør at «vi blir helt Seinfeld». Ove mente at den kjente TV serien Seinfeld viser hvordan det er umulig å foreta et valg, og at det var noe som han selv kjente seg igjen i:

- Inf: og så tenkte jeg.. *dust!* Hun var jo super søt og hyggelig og sånne ting. Okei, det var et par småting, men hun var jo kjempebra, ikke sant! Så det var jo sånne ting.. hvorfor i *pokker* skal jeg være, altså jeg bruker ordet Seinfeld da. Du har sett den seien?
- ..
- Inf: for alle disse karakterene treffer folk og dater folk, og sånne ting, men det *gjennomgående* er at alt går til *dundas* for at det er alltid noe som er galt. Gjerne en liten ting som er galt. Alltid!

- Intervjuer: da er jeg med..
- Inf: skjønner du? Alltid en eller annen liten ting som er feil, og så får de noia for det, og så går det til dundas. *Det* er gjennomgående i *alle* de sesongene.
- Intervjuer: ja (lattermild), du føler.. du kjenner deg igjen da?
- Inf: ja.. altså.. det er ett eller annet der..
- Intervjuer: ja.. eh.. nemlig (lattermild)
- Inf: (humrer) altså det er det som.. men det er..
- Intervjuer: (avbryter) hvorfor blir det sånn?
- Inf: hm?
- Intervjuer: hvorfor blir det sånn?
- Inf: jeg vet ikke, jeg (oppgitt), men det er sånn.. det er jo.. det er vanskelig. Så jeg *tror* jeg er i ferd med å *modnes* litt på det da, at jeg.. at jeg må på en måte lære personen litt å kjenne og sånne ting, og må se litt forbi *sånne* ting hvis jeg treffer noen som jeg synes er veldig hyggelig.

Siv (49) gav uttrykk for hvordan hun fører dialoger med seg selv som handler om egne valg:

- Inf: ja, veldig! Hm.. og jeg lever litt.. liksom parallelt med at jeg lever livet mitt, så erfarer jeg.. har noen metadialoger inni meg på.. hm? (høres overrasket ut). Noen betraktninger som jeg gjør parallelt da, liksom mitt fysiske univers, mitt praktiske univers, og så har jeg parallelt mitt eksistensielle univers, og der.. så jeg har noen sånne metadialoger mellom disse universene mine som jeg synes er.. det er spennende å følge seg selv, liksom, i et møte med andre og de valgene det da.. jeg er *roligere* i forhold til valg. Jeg tar ikke så forhastede, ikke sant, beslutninger, jeg lar meg ikke så lett falle kanskje, eller jeg vet ikke hva det er som.. en voksenhet. Litt kjedelig voksenhet er det vel det jeg kjenner på i forhold til kjærlighetslivet nå da.

Åse (45) mener hun må gå i seg selv for å finne ut hvorfor hun ikke har den tilværelsen hun ønsker seg:

- Inf: og så tenker jeg mye på at; hvorfor havner jeg i sånne forhold som *aldri* fungerer på en måte? Så er det sikkert fordi.. *både* at pendelen svinger, at du hele tiden velger det motsatte av det du akkurat har vært i, og *også* det at du kanskje er litt ekstrem som person selv og, for ellers så hadde du ikke havnet i de situasjonene du har havnet i. Da hadde du valgt det A4.. det trygge. Da hadde du blitt sammen med kjæresten fra ungdomskolen, eller fra gymnaset da, og så hadde vi giftet oss, og så hadde vi fått tre barn, og så hadde vi bodd i B., og så har jeg ikke lyst til det *heller*, he-he, så.. man må jo gå i seg selv da, og tenke; hva er det som gjør at ikke du har funnet den A4 tilværelsen når det er egentlig *det* du ønsker deg da.

Åse snakker om dette på, viser også at man må være trygg og selvstendig, stå på egne bein og ikke være avhengig.

- Inf: så det er viktig å ha tro på at du kan stå på egne bein, sånn at du ikke er sammen med noen fordi du *må*, men fordi du har *lyst*.
- Inf: jeg synes det er *feigt* av de som er i et forhold å ikke gjøre det slutt først før de finner noe nytt da. Det er veldig sånn svakt. Dårlig karakter. At ikke du klarer å stå i det alene før du finner en ny. At du må ha en sånn «monkey-grip». Du går ikke før du har noe *nytt* å gå til.

Ida (43) forklarte hvordan hun endelig følte seg trygg i seg selv, og klar for kjærligheten.

- Inf: og jeg *krysser* fingre og tær, og håper og tror at det som jeg står i nå.. at jeg er så *trygg* i meg selv og den jeg er nå at det blir mer sånn, ok: jeg er den jeg er, *dette* er det du får, eh.. *hvis* du velger meg. Det hadde jeg syntes var kjempekoselig. Take it, or leave it. He-he. Litt mer sånn da, at jeg kanskje har nådd en alder hvor, ja.. det som skjedde er bearbeidet, jeg begynner å finne meg sjøl, og ja.

4.1.10 Refleksivitetens rasjonelle problem

Friheten gir individene flere valg og stiller krav til individenes refleksivitet. Autonomiprinsippet er rettesnor og den viktigste bestanddel i demokratiseringen av privatlivet ifølge Giddens. På privatlivets område betyr autonomi en heldig gjennomførelse av selvets refleksive prosjekt og er forutsetningen for å stå i forbindelse med andre på like fot (Giddens, 1994, s. 185). Hos Giddens innebærer friheten til å velge, en frigjøring for den enkelte, samtidig representerer valgmulighetene mange utfordringer fordi vi får større ansvar for å skape våre egne liv. For Giddens er frihet og individets mulighet for utfoldelse, selve forutsetningen for kjærlighet, mens Illouz peker på hvordan friheten også er potensielt begrensende.

Uansett hvordan man ser på friheten, er den forutsetningen for kjærlighet, skriver Giddens, men friheten fører til at vi må foreta valg, og valgmulighetene innebærer en risiko for å velge feil. Giddens tese handler om at bare individet selv kan forstå hva kjærlighet er gjennom en refleksiv holdning til seg selv og omverdenen. Utgangspunktet for en refleksiv oppmerksomhet er en erkjennelse om at det foreligger et valg. Valg betyr også en vurdering av grenser man er underlagt, og viser veien av muligheter (Giddens, 1994, s. 94).

«At velge, understreges det, kaster direkte lys over selvets natur. Hva et menneske har behov for bidrager til å definere hvem dette mennesket er. Og å finne en tryk selvidentitet er av avgjørende betydning for å erkjenne sine behov» (Giddens, 1994, s. 95).

Friheten fører altså til mange valg fordi moderniteten skaper valgmuligheter for individene. Feiling gjør vondt, men prøvingen og feilingen gjør samtidig at vi modnes. Å stille litt mange spørsmål slik Jan snakker om, må ses som en nødvendig refleksivitet som forhindrer fra å foreta nye feil. Prøvingen og feilingen er samtidig en påkjenning. Å bli Seinfeld innebærer at man ikke klarer å foreta et valg, og man står overfor et «negativt valg» som innebærer valget å ikke velge, og valget å velge bort. Ove anklager seg selv i ettertid siden han tenker at han gjorde en feilvurdering. Opplevelsen av å ha gjort et dårlig valg, blir en (negativ) påkjenning, men kan allikevel føre til en (positiv) modenhet som gjør at han kan forstå seg selv bedre. Hvordan man kan forstå seg selv, er utgangspunkt for hvordan man kan forstå kjærligheten. Trygghet, modenhet og voksenalder var både viktig og kjedelig, men handlet også om å finne seg selv.

Siv snakket om at hun kjente på voksenalder og modenhet som både var deilig og kjedelig. Metadialogene som Siv snakker om, innebærer å følge (med på) seg selv i møte med andre, og de valgene hun gjør. Valgfriheten fører til en (hyper-) refleksivitet som er nødvendig og påkrevet, siden det er gjennom denne selvpraten kan vi forstå oss selv, og bli modne og trygge. Ida hadde nylig sluttet i terapi, og selvutviklingen hadde vært nyttig for å finne ut av hvem hun egentlig er. Åse må «gå i seg selv» for å forstå.

Det refleksive øyeblikket kalles «en samtale med selvet» som kan bane vei for ny forståelse. Refleksivitet er en nødvendig betingelse hvis man vil ut av egen avhengighet, men ikke tilstrekkelig (Giddens, 1994, s. 95). For å være i stand til å foreta valg, må man være fri for «tvangsnevrotiske forhold», fordi dette utelukker en refleksiv utforskning. En person med en uutviklet, eller ukjent kjerneidentitet, opprettholder en falsk identitet som bygger på avhengighet av ytre kilder (Giddens, 1994, s. 95). Dialogen Åse har med seg selv viser hvordan valgfriheten fører til at hun må bruke en selv refleksiv teknikk for å forklare og skape mening i tilværelsen. Åse beskriver hvordan hun tenker på valgene sine og at valgene hennes er basert på tidligere erfaringer. At «pendelen svinger» handler om at hun tar et valg på bakgrunn av det hun har erfart, og på bakgrunn av tidligere valge hun har

gjort. Siden hun ikke vil gjøre den samme feilen en gang til, må hun tenke igjennom hvorfor hun har havnet i de situasjonene som hun har havnet i.

Refleksiviteten og den kognitive bevisstheten må ses som en del av teknikken i rasjonalitet-følellesprosessen. Som undersøkelsen viser, er refleksjon noe man foretar på bakgrunn av noe annet. Å reflektere (tvangs-) fritt utfra en kjent og stabil kjerneidentitet blir en problematisk forståelse fordi refleksjoner innebærer at vi tar i bruk følelsene våre. Siden følelser alltid handler om noe, relaterer de seg også til noe (annet) og gjør det problematisk å se for seg hvordan man kan reflektere *ufritt*, siden andre forståelser og tidligere erfaringer får betydning for refleksjonen. Oppfatninger om at refleksiviteten gir frihet, er utgangspunkt for å modnes, og nødvendig for å oppnå personlig vekst var noe som kom til uttrykk hos informantene. Samtidig handler den om tidligere erfaringer som fører til bestemte tenkemåter. Refleksivitet handler ikke bare om følelser, men er en selv-refleksiv og rasjonell holdning til følelsene. Når man feiler, må man gå i seg selv og analysere og søke forklaringer på en refleksiv måte.

Et annet problem som knytter seg til (den nødvendige) refleksiviteten, handler om at den er kilde til en kjedelig fornuft, og at man blir altfor realistisk. Melankoli får konsekvenser for kjærligheten som får en depressiv karakter, skriver Engdahl (Engdahl, 2016, s. 137). Både sorg og aggressivitet rettes mot objektet for kjærligheten, noe som i tråd med klassisk psykoanalytisk teori, er symptomatisk for depresjon. Selvanklagelser som den deprimerte ofte gir uttrykk for, anses i klassisk psykoanalytisk teori for å være uttrykk for anklagelse mot den andre. Den deprimerte tilstanden uttrykker en ambivalens og karakteriseres ved *både* idealisering og nedvurdering av den andre og seg selv på samme tid (Engdahl, 2016, s. 156-157). Det ser ut som perspektivet kan overføres på refleksiviteten; refleksiviteten utsettes for en ambivalens der den både idealiseres og nedvurderes. Resultatet er en utmattende følelse på de «frie» individene.

4.1.11 Når kjærligheten tar slutt, er følelsene slutt

Informantene gav også uttrykk for hva som «skjer» når parforholdet og kjærligheten tar slutt.

Åse

- Inf: Først var jeg var redd fordi *ingen* kommer til å være like glad i meg som det K. har vært. Denne kjærligheten kommer jeg *aldri* til å oppleve igjen. Det tenkte jeg. Og så.. samtidig som jeg tenkte at jeg hadde vanskeligheter for å tilgi, på en måte (blir rørt) et sånt tillitsbrudd, og at han var svak på det området som var det viktigste for meg da. Den *stabiliteten* og tryggheten, og det å kunne *stole* på han da. Så når det forsvant så, ja, forsvant liksom følelsen.. eller vil ikke si at følelsene forsvant, men eh.. *respekten* ble borte da.

Are:

- Inf: nei, jeg føler jo at vi hadde det godt sammen, men det ble liksom ikke den forelskelsen lenger, og den nærheten, så det ble jo.. man ble jo etter hvert bare gode venner, og det er vi jo fortsatt i dag og, så for hun så var det liksom at vi sklei fra hverandre, og like godt kunne leve hver for oss..

Jan gir en litt annen versjon, som handler om det samme. Man har plutselig blitt forskjellige:

- Og så er det jo mange av mine voksne venner som går ut av forhold som på mange måter har vært bra, men som.. hvor man opplever kanskje etter 20 år sammen da, at man.. begge to har levd 20 år til.. så *der* vi er når vi er 20, er vi ikke når vi er 40..
- Intervjuer: nei..
- Inf: ehm.. at man har blitt *lei* av uvanene til hverandre. At man vil forskjellige steder, man får forskjellige behov. Noen vil hele tiden bygge materialismen opp, mens noen vil utvikle seg *faglig*, emosjonelt, osv.

Tor:

- ved at vi hadde skidd fra hverandre, og gjorde forskjellige ting, hadde forskjellige interesser, så var det liksom ikke.. ja.. kanskje så mye å kjempe for.

Ove:

- det er *så mange* ting som kan ødelegge for kjærligheten, og det er *så mange* som vokser fra hverandre (litt overrasket).

4.1.12 Samlivsbruddets følelsesmessige vektlegging, og rasjonelle problem

Det er på grunn av, og ikke på tross av kjærligheten at ekteskap havarerer, hevder Giddens. Samlivsbrudd kan derfor bidra til å forklare hvordan kjærligheten oppfattes, og hva kjærligheten skal «inneholde». Å forklare årsakene til brudd, handler om at følelsene tar slutt. Når kjærligheten blir borte, blir følelsene borte. Å se sier først at følelsen forsvant, men korrigerer seg selv siden det var respekten som ble borte. *Respekten* er imidlertid en følelse som antagelig kan forstås som en del av den sammensatte kjærlighetsfølelsen. Brudd forstås altså som en situasjon om manglende, eller ødelagte følelser.

«Det som for mange er avgjørende for bruddet, er manglende kjærestefølelser» (Wilhelmsen, 2018). Are forteller at nærheten og forelskelsesfølelsene forsvant, og at han og eksen, etter hvert var «bare gode venner».

Thuen mener det har skjedd en drastisk endring i hvordan mennesker begrunner skilsmissten. Tidligere gikk mennesker fra noe som var fælt. Et forhold fylt av fyll, vold eller noen annet svært vanskelig. I dag går mennesker fra hverandre på grunn av fravær av noe fint, som nærhet og opplevelsen av kjærlighet, sier Thuen (Yttervik et al., 2010).

Som jeg tidligere har diskutert, følger forelskelsesfølelser et legitimt rasjonelt manus. Brudd handler imidlertid om en situasjon der man opplever manglende følelsesmessig kontakt og nærhet til partneren. Det er altså følelsene som «får skylden» når man velger å skilles, og den rasjonelle vurderingen som også er en del av dette er mindre synlig.

Brudd forklares litt ulikt, men handler om at man vokser, eller skliir fra hverandre. Å forklare, eller snakke om samlivsbrudd ser ut til å følge et «manus» som vektlegger følelser, og at man peker på manglende følelser, eller ødelagte følelser som årsak til brudd. Denne måten å forstå samlivsbrudd, kan også ses en legitim oppfatning som kan knyttes til det rene forholdet, og at forholdet er en relasjon som er for «sin egen skyld». Dette handler om hva de involverte hver for seg kan få ut av en varig forbindelse med hverandre, og at forbindelsen kun kan fortsette å eksistere dersom begge parter anser det som tilstrekkelig å bli i det (Giddens, 1994, s. 63).

Når relasjonene tar slutt, handler det om et moralsk påbud som utgjør kjernen i den kapitalistiske subjektiviteten, hevder Illous. Et påbud om å være autonom og fri, optimalisere og realisere seg selv, og dessuten maksimalisere egen nytelse og helse (Illous, 2020, s. 38) er noe som ligger til grunn for vurderingene. Som jeg har diskutert i denne analysen, er rasjonalitet og følelser to sider av samme sak, og følger man denne forståelsen blir det problematisk å si at manglende følelser er årsak til samlivsbrudd. Man må også inkorporere rasjonaliteten. Å bryte ut av forholdet på grunn av manglende følelser, er rasjonelt når følelsene representerer en stor verdi. Siden vi har sterke følelser

for følelsene våre, blir det rasjonelt å ivareta de. Å gå fra noe som er fælt trenger derfor ikke (bare) å handle om å gå fra fysisk vold, men også opplevelsen av at følelsene er truet. Dersom den ene, eller begge partene mangler følelsesmessig utbytte av relasjonen, vil det være *følelsesmessig rasjonelt* å bryte ut av forholdet. Dette handler altså om hvordan følelsene i seg selv representerer en stor verdi, som må ses i sammenheng med måten man snakker om, og fremhever følelser som viktige og essensielle.

4.2 PARTERAPEUTENE

I denne delen vises, og diskuteres funnene i podcastserien, i lys av de teoretiske perspektivene. Kapittelet er bygd opp på samme måte som det forrige. Først vises noen empiriske funn, og deretter diskuteres dette opp mot teori.

Analysen peker på diskurser som kommer til uttrykk gjennom bestemte representasjoner. Jeg har også valgt å trekke inn Øfsti sitt teoretisk perspektiv om parterapeutiske diskurser i denne delen. Perspektivet på følelser og rasjonaliteten blir diskutert videre i denne delen.

4.2.1 Kjærlighet handler om å lære om følelser

Historien om Halvard og Kristin (episode 2:6) kommenteres av parterapeutene Sissel Gran og Dimitrij Samilow. Programlederen lurer på om man kan lære noe av andres feil:

- Sæther (programleder): Kan man lære noe av hvordan andre har feilet?
- Gran: Jeg tror det er masse å lære. Mer enn sånne solskinnshistorier egentlig, for da blir man bare litt skamfull over hvordan man selv har det.

Hver episode avsluttes med at deltagerne forteller om de synes de har lært noe av å høre parterapeutenes analyse, og hvilke råd de vil ta med seg videre:

Ole og Ellen (3:6):

- Sæther: Ole, hva var det egentlig som gjorde mest inntrykk av det kommisjonen sa?
- Ole: dette å hele tiden, i et parforhold, jobbe med å forstå liksom denne underteksten da, som de er veldig opptatt av, disse parterapeutene. Så det å prøve alltid å huske på.. hvis man krangler med kjæresten sin, eller samboeren. Kona si. Så er det nok andre ting som ligge under. Hva handler det om? forsøke å se den hverandre, og forsøke å få med meg hva den andre egentlig forsøker å formidle. Det er det jeg prøver å ta med meg.

Lars og Solfrid (5:6):

- Sæther: Solfrid?
- Solfrid: Det ble kanskje bare enda tydeligere for meg, hva jeg burde og kunne ha gjort annerledes, og ikke minst hvordan jeg er, og hvordan det virker på den jeg er sammen med, så en fin «wake up call». Kan gjøre meg mer bevisst på hvordan jeg er i mine forhold i dag.

Marius og Eva (6:6)

- Marius: Det å tørre å være sårbar og litt åpen om egne følelser er noe.. i hvert fall for min del da, er alltid noe man må legge vekt på.
- Sæther: Eva, tenker du også at det er ting du kan ta med deg videre?
- Eva: Absolutt, altså for egen del så skjønner jeg jo at når jeg opplever at en person trekker seg tilbake, fordi jeg er på hugget.. eh, så er det absolutt grunn til å liksom stoppe opp, og være på en helt annen måte enn å være på hugget. Det er ikke første gangen jeg har hørt det heller.. hehe.

Eksemplene under viser hvordan parterapeutene snakker om ulike følelser som er sentrale å forstå, og lære:

Halvard og Kristin (2:6)

- Gran: hun har veldig blandede **følelser**, ikke sant, og det kan være veldig vanskelig å forstå sine egne blandede **følelser** når du er en sånn bunt av **følelser**. Det er vi ikke så gode på. Vi er ikke så gode på å kjenne etter på *hva* er

hva, ikke sant. Hun vil, og hun vil ikke, hun tror og hun tror ikke, hun er litt engstelig for det, men samtidig så er hun fascinert av det, glad i han. Hun er snill jente som ikke vil skuffe.

- Dimitrij: jeg også får inntrykk av at de er på et veldig ulikt sted på klarhet for et forhold, hvor han er helt sånn; dette vil han, hun er; ja-ja, jeg har tenkt at jeg skal holde meg litt unna, og jeg har nettopp funnet den perfekte leiligheten hvor jeg finner ut hvordan jeg vil ha det, hvem jeg egentlig jeg? ..og så plutselig kommer hun i en posisjon hvor hun må svare på hans **følelser**, og det blir vanskelig å vite; hva **føler** egentlig jeg? Hva er det egentlig jeg vil? Og da er det ikke så rart at hun kjenner en tvil når hun går inn i forholdet. Men klart det kan jo bli en slags snikende gift..

Parterapeutene snakker om tvil. Tvil kan ses som en egen «følelseskategori». Tvil er også altså en egen *type følelse*, (men samtidig noe som kan være en del av den mer sammensatte kjærlighetsfølelsen):

- Sæther: ideen vår om den store kjærligheten, er at det er et skråsikkert opplegg. Det er liksom «done deal». Da har du funnet fram, men dere sier; **tvil** i vei?
- Sissel: ja, du får noe når du forplikter deg overfor et annet menneske, men du må også gi noe fra deg. Og det som er vanskelig for Kristin, kanskje, og som hun kjenner, det er at hun må gi fra seg en frihet og en tid kanskje til å tenke mer over, hvem er jeg og hva vil jeg fremover i livet. Hun var egentlig litt ferdig med menn akkurat da.. og så kommer han feiende inn som en vårvind, ikke sant
- Dimitrij: det er en vanskelig situasjon for begge å være i for begge å være i, ikke sant, for han kjenner hennes **tvil** og hun er i den posisjonen hvor hun føler et økt press, selv om han sier; du får fri når du er klar, så er det jo.. hver gang hun titter på han så ser hun forventning i blikket hans, og spørsmålet er; er hun klar nå, er hun klar snart? Så presset forsvinner jo ikke av den grunn
- Sæther: hvis man er den som **tviler**, Sissel, hva skal man gjøre? Hva er den lureste veien?
- Gran: jeg tror det er veldig viktig å *si* det, jeg. Hvis du **tviler**. Du må si; jeg **tviler**, jeg vet ikke riktig, jeg trenger tid, eller..
- Sæther: selv vi som er redde for å såre?
- Gran: ja! Altså en ting er at vi er redde for å såre, men det er noe med at du kan være tvilende til din egen **tvil**. Du kan tenke at din egen **tvil** er feil, og at du er en dust, ikke sant, som ikke sier ja! Og med åpne armer tar imot det gode som den andre vil gi deg. Også er det noe med årene som går, ikke sant. Får jeg denne sjansen igjen? Er dette liksom den store sjansen som jeg kanskje er i ferd med å gi slipp på. Så man kan **tvile** veldig på sin egen **tvil**.
- Sæther: ah, det blir himla mye å tenke på!
- Gran: ja det gjør det!

Parterapeutene snakker om følelsene som oppstår i en konkret situasjon. Tvillingfødselen ble et «parforholdstraume»:

- Gran: det som skjer her, som jeg tror jeg setter seg i henne, er det vi kaller et parforholdstraume.
- Dimitrij: jeg tror ikke det handler om den gaven i det hele tatt, om hun hadde vært helt trygg på dette av andre årsaker, eller fordi de hadde en form for **følelsesmessig** kontakt, så hadde det ikke blitt tema; gave eller ikke gave..
- Gran: han forstår ikke underteksten, han forstår ikke hvilke grunnleggende såre **følelser**, og hvilken *frykt* hun har opplevd..
- Sæter: men, Sissel, hvis vi ser det litt fra hans ståsted.. hvordan leser du han i den situasjonen?
- Gran: jeg leser litt avmakt; han sier at dette er jeg ikke noe redd for, dette er ikke noe problem for meg, osv., men **følelser** er vanskelig.. det er klart at i en sånn situasjon er det masse **følelser**. Det er det som gjør at han rygger..
- Dimitrij: vi må ikke, liksom blame han for det, fordi at han er jo også i en situasjon hvor hun fisker etter noen signaler som det er litt vanskelig å forstå, hva er det hun *egentlig* er på jakt etter, de er begge litt hjelpeløse i dette her.. men han sier noe som er ganske genialt, som jeg tror kan hjelpe og så liksom forså hva som har skjedd, fordi han sier; jeg er ikke så redd for disse praktiske tingene, men jeg er mer redd for **følelser**, og hvis du er redd for dine egne, mer vanskeligere, smertefulle **følelser**, så er det også mye vanskeligere å leve seg inn i hvordan partneren har det, fordi du kan ikke leve deg ordentlig inn i det uten å **føle** på din egen smerte, og det er ofte noe som blokkerer mellom partnere da.

4.2.2 Diskursenes følelsesmessige vektlegging, og rasjonelle problem

Vitenskapelige forklaringer på kjærligheten spredte seg på 1900-tallet, først gjennom psykoanalysen og psykologien, senere gjennom biologi, evolusjonspsykologi og nevrovitenskap. En freudiansk populærkultur har i dag gjennomsyret de fleste moderne samfunn, og hevder at kjærlighet handler om ulike psykologiske effekter. Den psykologiske forståelsen av kjærligheten fører til at den stadig må utsettes for analyse som krever selverkjennelse og selvransakelse (Illouz, 2019, s. 226).

Programlederens spørsmål om hva man kan lære, må ses i sammenheng med utgangspunktet for podcastserien som går ut på at man kan lære av å høre om andres erfaringer og feiltrinn. Hensikten er altså å formidle kunnskap om parforhold. Gran snakker om at vi kan lære av andres feiltrinn. Deltagene i programmet blir også stilt spørsmål om hva de har lært. Selv om de hadde litt ulikt syn på hvor godt terapeutene traff med sine analyser, mente de at dette var både nyttig og lærerikt. Rådene deltagerne tar med seg, handler om økt bevissthet og refleksivitet i forhold til personlige egenskaper og reaksjonsmåter. Ved å kjenne seg selv bedre, og vite om «vanlige» reaksjonsmønstre, kan man altså handle mer hensiktsmessig i fremtiden. Ole kan jobbe med å forstå, mens Solfrid og Eva kan bli enda mer bevisste på hvordan de er. Løsningene som presenteres av terapeutene handler altså om at læring er viktig for å lykkes med kjærligheten.

Øfsti har forsket på parterapeuters diskurser om kjærlighet, og mener at terapeutene snakker frem ulike diskurser. Den «arbeidende diskursen» handler om å være ansvarlig og jobbe med forholdet (særlig hvis det er barn involvert), og den romantiske diskursen er opptatt av at man bor sammen fordi man elsker hverandre (Øfsti, 2008, s. 366). De to diskursene bidrar til å skape et diskursivt dilemma, og problemer for parforholdene, skriver Øfsti. De to kravene kommer i konflikt når paret mangler romantiske følelser, og bidrar til usikkerhet. Når man ikke *føler* romantikken, blir vi altså usikre. Den romantiske, og den arbeidende diskursen havner dermed i et slags motsetningsforhold når parterapeutene pålegger parene å ha romantiske følelser for hverandre. «Å elske» ligger som et premiss for å bo sammen, men kan dermed også fungere som tanketvang (Øfsti, 2008, s. 367). Dersom følelsene ikke er til stede, må man arbeide for å fremkalle de, og dersom man ikke elsker, er det noe galt med følelsene. Parterapeutenes råd handler om at når paret mangler romantiske følelser, bør man jobbe for å fremskaffe slike følelser.

Rådene og løsningene må også ses som en viktig del av den arbeidende diskursen som har til hensikt å *muliggjøre* kjærlighet gjennom bevissthet og refleksivitet, og dessuten lære seg noen konkrete grep. Terapeutene trekker ut det de mener er viktige poenger i analysene av deltagerne. Poengene gjentas og brukes for å vise sammenhengene på en pedagogisk måte. Pedagogikk er kunnskap om en hensiktsmessig overføring av definerte læringsmål til en bestemt målgruppe, og handler om en tilsiktet og kontrollert påvirkning i den hensikt å forme individer i henhold til bestemte verdier og interesser. En pedagogisk humanisme vektlegger sosialisering til en mest mulig fri og uavhengig tenking med basis i universelle menneskelige verdier, men innenfor en sosial og kulturell sammenheng (Tjeldvoll, 2018). Pedagogikken kan også ses som gjentakende representasjoner som kommer til uttrykk ved å snakke om følelser og læring.

Terapeutene snakker om de viktige følelsene og eksemplene over viser hvordan parterapeutene vektlegger følelser i parforholdet. Parterapeutenes forklaringer fokuserer på hva som skjer med følelsene i parforholdet. Å anerkjenne og forstå egne og partnerens følelser, er viktig. Dette handler både om å forstå følelsene i individet som bestemte følelestilstander, og hvordan man kan forstå de følelsesmessige prosessene som foregår mellom paret. Terapeutene forklarer hvordan det kan være vanskelig å forstå egne blandede følelser, når man «er en bunt av følelser». Dette handler både om å forstå og anerkjenne egne følelser, men også forstå og anerkjenne partnerens følelser.

Følelsemessig forståelse gjelder en rekke ulike følelsestilstander, der tvil er en spesifikk type følelsesopplevelse. *Ulike* følelser må anerkjennes og forstås, men tvilen er en av dem som dessuten må anerkjennes som (legitim) del av kjærlighetens følelsesopplevelse. Den skaper imidlertid problemer, og selvrefleksive prosesser der man kan «være i tvil om sin egen tvil». Tvilen knyttes til spørsmålet om frihet. Følelsen må uansett anerkjennes. Også av partneren.

Diskursene viser hvordan følelser er det eneste legitime grunnlaget for kjærlighet hos parterapeutene, og viser en oppfatning om at kjærlighet er noe som *bør føles*. Den romantiske diskursen handler ikke om å lære seg, eller å arbeide med følelser, men å *ha* (de riktige) følelsene. Terapeutenes oppdrag går ut på å løse det som oppfattes som en problematisk situasjon om manglende følelser. Løsningen er terapeutenes metode som gjenspeiler deres forståelse av kjærlighet. Til tross for den følelsemessige vektleggingen, handler det om rasjonelle teknikker og metoder for å fremskaffe de. Å arbeide for kjærligheten er ikke målet med den. Den arbeidende diskursen (det som er nødvendig for kjærlighet) representerer en rasjonell arbeidsmetode der følelsene er målet. Den arbeidende diskursen er derfor det rasjonelle ved kjærlighet, mens den romantiske diskursen er det essensielle ved kjærlighet.

4.2.3 Snakking er universal løsnings middel og limemiddel

Første episode om Tobias og Lilly (1:6) kommenteres av terapeutene Catrin Sagen og Sindre Kvithyld Aasli. Etter at de har blitt introdusert for parets tidlige fase, ut de utfordringene Tobias og Lilly møtte i en tidlig fase av forholdet, stiller programlederen spørsmål om hva terapeutene mener, og hvordan utfordringene burde vært løst. Terapeutene trekker frem behovet for å snakke og lytte:

- Sæther: Hva skal til for å overleve når sånne store ting treffer en i et forhold?
- Aasli: eh.. Kan høres veldig enkelt ut å si, men det er jo det handler jo å **snakke** om det som skjer. Og de som kanskje kommer best ut, eller hvert fall er best *stilt* til å komme seg gjennom sånne opplevelser.. jo de som klarer å **snakke** sammen: hvordan treffer dette meg? Hvordan er det for meg å oppleve akkurat dette, og at partneren klarer å ta imot det. at de på en måte klarer å bytte på å **snakke** sammen. For det ofte vi kan se i terapirommet, er jo at begge to vil **snakke** om sine behov samtidig. Og da blir det fort krøll

Tobias og Lilly opplever en krise i parforholdet når Tobias svikter i kritisk situasjon. Snakkingen kan både reparere når det har gått galt, og forebygge fremtidig skade:

- Aasli: «Det er rett og slett en umulig oppgave å gå gjennom et langt parliv uten å falle og slå seg». Da kan bli sår og noen stikke dypere enn andre. De skikkelig dype sårene, slik som i dette tilfellet, de må renses, sys og plastres igjen. Og det gjør man jo ved å så inne å **snakke** om hva er det som har skjedd her. Hvordan følte jeg meg når dette skjedde..
- Sagen: Dette handler om; «kan jeg stole på deg?» kommer du når jeg trenger deg?
- Sæther: riktig.. og hva skal Tobias gjøre da?
- Sagen: han må legge seg flat. Han må reparere. Han må trøste, han må forklare. Han må gå inne i seg selv og prøve å skjønne; hva var det som skjedde med meg, eller..
- Aasli: Det er også superviktig å komme dit at den som har tråkket over, kan **snakke** om hvor det kom ifra, fordi det kan gi den andre mulighet til å forstå. Ved å utforske sammen det som skjer, kan man lære hverandre å kjenne, og bli trygge på hverandre.

Snakking gir belønning:

- Sæther: Hvis det var mulig å spole alt tilbake, og gitt dette paret et råd helt i starten. Hva ville dere sagt?
- Sagen: Dere vil få noen skikkelige trøkker. Ta dere tid til å reparere ikke mist kontakten, da går det til hælsike!
- Aasli: Og så vil jeg legge til at grunnen til at dere skal **snakke** om det som er aller vondest, og det som er aller farligst, er at gevinsten er enorm!

Snakkingen utgjør en prosess som ikke kan oppheve, og en kunst som må øves opp. Å ha en god samtale må også læres gjennom ulike teknikker:

Ole og Ellen (3:6)

- Aasli: Veldig mange kan forstå hverandre mye bedre med en om gangen. At han på sin side kunne **snakke** ut om hva er jeg redd for å miste. At for eksempel han gjør det først, og så bytter de etterpå.
- Sæther: Jeg skjønner. Dette her høres ut som et veldig bra konkret tips. Gi hverandre det kvarteret, og nå holder vi fokus på deg.
- Aasli: Hmm.. Og det kvarteret er ikke sånn «engangskvarter». Disse **samtalene må man øve på** og ha igjen og igjen og igjen og igjen..

4.2.4 Snakkingens rasjonelle vektlegging

Snakking og lytting er noe terapeutene fremhever som viktig for parforholdet. Problemer, og forebygging av problemer handler om tett kommunikasjon. Å snakke sammen handler både om å være åpen og sårbar, og tørre å fortelle om sine innerste følelser, i tillegg til å være lyttende, lydhør og forstående overfor partneren. Nødvendigheten av dette repeteres, og kommer til uttrykk på ulike måter. Dette kan også ses som et av terapeutenes hovedbudskap. Snakking reparerer og løser problemer, og fungerer både som universal «løsnings middel», og «limemiddel».

Oppfatningen må ses i sammenheng med det rene forholdet, og at for at forhold skal fortsette å vare, må man ivareta respekten for den andre, i tillegg til nødvendigheten av å åpne seg for den andre (Giddens, 1994, s. 186). Dersom man holder sine virkelige hensikter skjult for partneren, kan man ikke yte det som skal til for i felleskap å treffe beslutninger om hvilke betingelser som skal gjelde for forholdet. Alle terapeutiske tekster som handler om samlivsforhold vil vise hvorfor blottleggelsen overfor den andre, mere som et kommunikasjonsmiddel enn som en emosjonell erfaring, er et uunngåelig mål for en demokratisk ordnet interaksjon (Giddens, 1994, s. 186). Kravet om fri og åpen kommunikasjon et «sine qua non» for det rene forhold; forholdet er sitt eget forum (Giddens, 1994, s. 190). På dette punkt er ringen sluttet. Selvautonomi, bruddet med det tvangsmessige, er betingelsen for en åpen dialog med den andre. Dialogen representerer dermed både formidleren som uttrykker individuelle behov og middelet som organiserer forholdet refleksivt (Giddens, 1994, s. 190). Å åpne seg for den andre betyr, paradoksalt nok, personlige grenser fordi det er et kommunikasjonsfenomen, skriver Giddens og viser hvordan dette henger sammen med maktbalansen.

Snakkingen handler altså ikke nødvendigvis om en emosjonell erfaring, men er det nødvendige grunnlaget for opprettholdelsen av den demokratiske relasjonen. Snakkingen er en forhandlingsarena, der den andre kan gi uttrykk for behov og mangler. Aasli forklarer et vanlig problem i terapirommet om at «begge vil snakke om sine behov samtidig», som viser hvordan snakking handler om å forsvare, og hevde egne interesser, og dermed gjenspeiler en *følelsesmessig rasjonalitet*. Manglende kommunikasjon skaper avstand og utrygghet. Snakking er nødvendig for å kjenne et grunnleggende behov om trygghet i parforholdet. Koblingen mellom snakking og grunnleggende behov for trygghet forklares også fysiologisk. Når dette ikke er til stede, reagerer vi altså både mentalt og fysisk. Utryggheten som manglende kommunikasjon i parforholdet, gir en tilstand der man føler seg truer på livet. Snakkingen som også bekrefter den andre, ses som livsnødvendig av terapeutene og må ses i sammenheng med forståelsen om det rene forholdet. Parterapeutene konkluderer med at det gikk galt med Tobias og Lilly fordi det ble for farlig å dele hverandres sårbare følelser. Hvis de hadde skjønt hverandres reaksjonsmønster, og følelser, kunne

det gått andreledes. Rådet på et tidlig tidspunkt ville vært å prøve å finne ut av hverandre, og hvordan de var skrudd sammen ulikt.

De vonde følelsene må altså snakkes om. Det kan se ut som snakkingen særlig handler om *forhandling om følelser*, og at «interessene» som forsvares, dreier seg om følelser, og at ivaretagelse av egne følelser er viktig for maktbalansen. Forståelsen må ses i sammenheng med oppfatningen om følelsenes verdi.

4.2.5 Parforholdets emosjonelle kontrakt

(Lars og Solfrid 5:6) Problemet med Lars og Solfrid (5:6) er at de ikke ser og bekrefter hverandre godt nok:

- Gran: når et par har kommet hit, så har de på en måte brutt forholdets emosjonelle kontrakt. Og den kontrakten handler om å bli holdt, altså å bli sett.. og det gjør de ikke. Og så syns jeg de har brutt det du snakker om Dimitrij; «de hellige tre».
- Sæther: Hva er de hellige tre?
- Dimitrij: De hellige tre er; vi trenger signaler av hverandre, at vi er tilgjengelige for hverandre. Det er T-en. Og hun beskriver veldig at de opplevde en.. at når hun beskriver jobben, så møtte hun ikke helt et svar, en respons, som er R-en, og det tredje er engasjementet man har i hverandre. Så det er T-R-E
- Sæther: ..heh! noen har tenkt, he.he..
- Dimitrij: ja.. og som gjør at man er spesiell for den andre, og han beskriver liksom følelsen av at nå vet jeg liksom ikke lenger hvem jeg er for deg, om jeg er liksom din utvalgte, og hun vet ikke helt om han på en måte syns at hun er interessant nok, og hun vender seg liksom litt vekk fra forholdet. Og istedenfor å bringe liksom ting som hun syns er viktig til han, så blir det andre arenaer hvor hun får mere svar, og det er en veldig farlig ting å gjøre hvis man skal ta vare på et parforhold.
- Sæter: dette når hun begynner å lete litt der ute etter noe annet, er hun da en liten forbyrter?
- Gran: nei! for det som skjer med henne her, det er at hun leter nok etter den hun egentlig *er*

Terapeutene trekker frem behovet for å bli sett (av partneren) som utvider følelsen av hvem vi er. Å bli sett og bekreftet, kobles også til forelskelsesfasen, hvor de forelskede bekrefter hverandre på en intens måte (Halvard og Kristin 2:6):

- Sæter: Begge snakker om den nesten berusende følelsen av å bli sett. Hva er det den gjør med oss?
- Gran: Den er kanskje noe av det viktigste for oss mennesker..
- Dimitrij: Går rett inn i noe som vi alle ikke har så lett for å innrømme, men som vi alle lengter etter. Bli så betydningsfull, og bli så sett og kunne se oss selv i en annens øyne. Det er veldig, veldig sterkt, og utvider vår følelse av hvem vi er.
- Sæther: er det sånn også at det er lett å bli litt forelsket i selve forelskelsen?
- Dimitrij: Absolutt. Folk snakker jo ofte om det at det at føles så godt. Denne spenningen i begynnelsen, og de intense følelsene helt i starten. Noen klarer ikke helt å etablere et forhold fordi de blir så betatt av begynnelsen at de har bare lyst til å begynne på nytt og på nytt og på nytt, fordi man blir så avhengig av de følelsene.
- Gran: ..med en ny..
- Dimitrij: ..med en ny selvfølgelig, for at man får liksom ikke akkurat de følelsene..
- Sæter: ..å fy flate, men det er jo begynnelsen det virkelig svinger av..
- Gran: Det er i hvert fall slik i vår kultur. I andre kulturer så begynner de i andre enden, ikke sant, mens vi begynner med et smell.

Programlederen gir uttrykk for at han synes det er vanskelig å forstå sammenhengene, men rydding handler også om å bekrefte partneren:

Ole og Ellen (3:6)

- Sæther: Åh, alt betyr noe mer enn det det høres ut som. Men Sindre når folk kommer til deg på kontoret ditt. Hvor mye høres ut som helt absurde små ut når de kommer til deg? Altså hjemme hos oss er det sånn klassisk at

jeg skjønner at jeg sender et ganske dårlig signal når jeg har glemt å rydde av bordet, noe jeg er typen til å gjøre.. men det viser nok en gang at jeg ikke leverer på ryddefronten. Jeg synes det er en bagatell, og hun synes det forteller noe litt større.. mistenker jeg..

- Aasli: hm.. (bekreftende) jeg tror at når folk kommer til meg og tar det opp, så er det egentlig et tydelig signal på at det ligger noe mer under. Hvis det er bare sånne forglemmelser, så rydder man opp i det ganske kjapt og kommer seg videre og glemmer det. Men det man liksom blir stående fast i, og de tingene som kommer igjen og igjen og igjen, det er et signal på at her treffer det noe viktig i oss.
- Sæther: riktig, så da skal man være litt obs, hvis man kjenner at dette begynner å bli et slags refreng i livet vårt.
- Aasli: ja, altså sånn; la oss stoppe opp litt nå
- Sagen: ikke sant, og du sier jo Eivind.. det du må gjøre der, er jo nettopp å melde henne, og si at «vit at når jeg glemmer å rydde sånn som jeg vet at jeg har gjort nå, og du kommer hjem og ser at all dritten fremdeles står på bordet. Vit at jeg vet at du blir lei deg. Sukk, og det var ikke derfor jeg gjorde det. det var fordi jeg er dårlig på å rydde, og jeg rakk ikke, og jeg er dårlig på å prioritere, og jeg skjønner at du kan bli lei deg, og det er ikke det jeg vil at du skal bli. Unnskyld»
- Sæther: det der skal jeg skrive rett ned.
- Sagen og Sæter: he-he..

4.2.6 Bekreftelsens rasjonelle vektlegging

En praktisk rettet retning som begynner å få gjennomslagskraft blant en del parterapeuter, er den såkalte emosjonsfokuserte parterapien som bygger på tilknytningsteori. Her hevder enkelte forskere at tilknytningsbehov er det sentrale elementet i de følelsesmessige båndene i nære relasjoner, som også kan forklare den gåtefulle romantiske kjærligheten (Tryti, 2011, s. 171). Parterapeutene viser hvordan parforholdets viktigste oppgave er å gi individene grunnleggende viktige følelser.

Tryggheten, anerkjennelsen, bekreftelsen og tilhørigheten er følelser som terapeutene trekker frem som viktige og grunnleggende behov. Parforholdets emosjonelle kontrakt har to paragrafer; *tilknytning og identitetsbekreftelse* (Gran, 2017). Tilknytning handler om et grunnleggende, menneskelig behov; ideen om det moderne mennesket kamuflerer det faktum at vi fortsatt er umoderne, og avhengige, og at vi trenger hverandres beskyttelse (for noen er dette et skambelagt, «gammeldags» behov de nesten ikke tør å anerkjenne), skriver Gran. Brudd på parforholdets emosjonelle kontrakt er årsak til mange samlivsbrudd. Tilknytningslengsel som ikke blir møtt utløser separasjonsangst og isolasjonsfølelse (Gran, 2017). Identitetsbekreftelse som uteblir skaper skam over å ikke være noe verdt, og frykt for å bli utradert.

Et bredt spekter av psykologer og psykoanalytikere representerer oppfatningen om at jeget er i behov av stadig bekreftelse. Mye tyder på at det har skjedd en viktig forandring av kjærlighetens betydning i moderne tid: i den gjensidige kjærligheten bekrefter de elskende hverandres unik-het og verdi. De bekrefter bokstavelig hverandres eksistens og verdi (Illouz, 2019, s. 165). Alle lengter etter å ha det bra, og når en viss person får oss til å føle oss ekstra bra, blir vi overrasket over hvor viktig og attraktiv denne personen blir for oss. Her gjelder ritualene for erkjennelse jegets innerste vesen, og det å føle seg bra er derfor både en årsak til at man blir forelsket og selve hensikten med å bli forelsket. Sæther snakker om å bli forelsket i selve forelskelsen som handler om en sterk følelsesopplevelse, som gir enorm følelse av bekreftelse. Slike sterke følelsesopplevelser ble også diskutert i dette kapitlets del om informantene.

En viktig del av parforholdet handler om å få bekreftelse av den andre, men programlederen gir uttrykk for at han synes det er vanskelig å forstå sammenhengene. Når «alt betyr noe mer enn det det høres ut som», refererer han til at enhver handling har en underdimensjon som tolkes som bekreftelse eller ikke-bekreftelse av partneren. Dette er forståelser om hvordan partneren reagerer følelsesmessig dersom han for eksempel har glemt å rydde bordet. Bekreftelsen er sentralt for

selvfølelsen, og behovet for bekreftelse uttrykkes gjennom store og små handlinger. «Å rydde av bordet» er den rette handlingen som bekrefter partneren, og dersom Sæther har gjort feilen å glemme å rydde, handler det om å vise at man forstår partneren allikevel: å si «vit at jeg vet at du er lei deg», bidrar derfor også til bekreftelse, dersom det gikk galt (i første omgang). Det er altså ikke ryddingen som er problemet, men ryddeproblemet er et signal om at noe er galt med følelsene.

Å være følelsesmessig koblet på partneren er viktig. Når kjærlighetens emosjonelle kontrakt er brutt, har man førsømt «de hellige tre». Man er ikke lenger tilgjengelig, responderende og engasjert overfor partneren. Å bli sett, er en del av den emosjonelle kontrakten i det moderne parforholdet som også er en rasjonell ivaretagelse av selvet. Tidligere kunne hengivenhet og lojalitet blitt ansett som «bevis» på kjærlighet, skriver Illouz, men i dag rekkes ikke det fordi kjærlighet anses som en stadig pågående prosess av bekreftelse. Når det rene forholdet ikke gir tilstrekkelig bekreftelse, er det heller ikke tilfredsstillende å bli i det.

Det er ikke tilstrekkelig «å bare være der». Den andre må også ses og bekreftes for å ivareta en viktig følelse av verdi. Moderniteten fører til at individenes behov for bekreftelse av andre individer øker, og terapeutenes løsninger handler om å lære hvordan vi kan se, bekrefte og anerkjenne hverandre. Parforholdets «ansvar» er så å si, å gi bekreftelse. Fremfor å problematisere dette, ser det ut som terapeutene er opptatt av å peke på hvordan dette kan løses innenfor parforholdet. Bekreftelsene som parforholdet skal gi, ses som nødvendige og selvfølgelige, slik at fokuset er rettet på hvordan dette kan gjøres og læres. Terapien bidrar til å forsterke følelsenes viktighet, men kan tenkes å skape en voksende kløft mellom erfaringer og forventninger.

5 FØLESESKRAVET MØTER RASJONALITETSKRAVET

Diskusjonen i forrige kapittel viser hvordan vektlegging av følelser er noe som gjelder både hos informantene og parterapeutene. En følelsesmessig vektlegging av kjærligheten er dessuten noe som kan stå i et konfliktforhold til rasjonaliteten. Problemet kommer særlig til uttrykk hos informantene. Måten man snakker om, og fokuserer på følelser, kan være tilslørende for de rasjonelle vurderingene. I dette kapittelet vil jeg vise hvordan viktige moralske oppfatninger kan ses som en forklaring på hvorfor dette skjer.

5.1.1 Et moralsk følelseskrav

«Frihet har varit och förblir de moderna politiska institutionernas största prestation» (Illouz, 2019, s. 91). Ikke desto mindre gjelder det å ha to saker i tankene når man bruker frihet som målestokk for å bedømme politiske samfunn. Frihet utfordrer konkurrerende og usammenlignbare verdier (som solidaritet), og stiller spørsmål ved ideen om at frihet bør være det ytterste målet med det vi gjør (Illouz, s. 92). Når man snakker om frihet, må man ha (minst) to tanker i hodet samtidig. Ansvar og forpliktelse handler om at vi til syvende og sist ikke kan gjøre «akkurat hva vi selv vil», men også må handle moralsk både overfor oss selv og andre. Friheten må derfor ses i sammenheng med viktige moralske verdier.

Moralen refererer til ulike verdier som vurderes høyt, og moralske perspektiver får betydning for hvordan vi tenker om kjærlighet. Den norske middelklassen har utviklet egalitære moralske verdier som kjennetegnes ved to ulike «moralske repertoarer», skiver Saksind og Skarpenes. Dette handler om et *kristenhumanistisk perspektiv*, som refererer til å være «en god samaritan» og det andre refererer til å være en *samfunnsansvarlig borger* som bidrar til samfunnet. «Den gode samaritan» må ses i en bred forståelse om å representere altruistiske verdier, og være et godt menneske som bryr seg om sin neste (Saksind & Skarpenes, 2014). Kjærlighet handler om å bry seg om sin neste, og påvirkes av moralske oppfatninger om hvordan vi skal forholde oss til hverandre.

Baumann snakker om en «nærhetens moral» og en «medfølelsens moral» som basert på ideen om den gode samaritan viser til hvordan vi alltid er moralsk ansvarlige for den andres ve og vel. Et moralsk maksime viser hvordan vi alltid er uforbeholdent ansvarlige for den andre, som fører til at «å-være-for-den-andre», går forut for «å-være-med-den-andre» (Jacobsen, 2019, s. 106). Perspektivet må ses som en «medfølelsens moral» som kan beskrives som et følelsesunivers på mikro-nivå, reservert mellom to individer, fremfor en kodifisert og institusjonalisert følelse, skriver Jacobsen. Perspektivet til Baumann får kritikk for å virke nokså emosjonelt overjordisk, men Jacobsen mener allikevel Baumann treffer spikeren på hodet når han beskriver hvordan det faktisk føles å være en moralsk person fordi «moralen gjenkjennes med en gnagende følelse av ufullendthet». Det moralske selvet er derfor et selv som hjemses av mistanken om at det aldri er moralsk nok (Jacobsen, 2019, s. 106). Perspektivet til Baumann ser ut til å være viktig for å forstå problemet om når kjærligheten tar slutt.

I moderne samfunn får følelsene økt betydning fordi følelsene får større anerkjennelse og legitimitet (Illouz, 2020, s. 23). Informantene trekker frem følelser som selve grunnlaget for kjærligheten. Parterapeutene snakker om hvordan følelsene påvirker oss både fysisk og psykisk, og viser til hvordan følelser handler om en essensiell, eksistensiell og meningsskapende størrelse. Vi lever i et kulturelt klima som er svært mottagelig for budskap om at tanker og følelser er alt som betyr noe,

skriver Madsen (Madsen, 2017, s. 95). Moralen gir personlige følelser sentral plass og økt betydning. Det å bry seg om sin neste, innebærer en moralsk forståelse om å ta ansvar for den andres ve og vel ved å ta hensyn til, og anerkjenne den andres følelser. Anerkjennelse av følelser handler også om en fenomenologisk forståelse av følelsen. Dette innebærer at en følelse aldri er feil, fordi følelsen alltid er reell for den som kjenner den. Følelsen kan derfor aldri være feil (selv om den kan være basert på feil antagelser). Forståelsen er særlig synlig hos terapeutene som forklarer hvordan man må sette seg inn å og forstå partnerens følelser. Terapeutenes beskrivelser kan ses som et følelsesunivers på mikronivå, der nærhet krever medfølelse og innlevelse. Medfølelsen og forståelse er forutsetning for kjærligheten, der medfølelse og innlevelse strekker seg så langt den andre har behov for. Et moralsk følelseskrav innebærer å sette seg inn i, og forstå den andres følelser, uavhengig av hvor fremmed de kjennes. Dette innebærer imidlertid også å sette egne følelser til siden.

Kjærlighet handler både om å bli møtt med forståelse, og å forstå. Men når den andres følelser kommer i konflikt med egne følelser (og interesser), blir kravet om medfølelse en trussel mot friheten til å uttrykke, eller kjenne på egne følelser, samtidig som man risikerer å ikke blir møtt med grunnleggende behov for anerkjennelse av egne følelser. Baumanns perspektiv ser ut til å være relevant for forståelsen av parforholdet, som kanskje krever emosjonelt overjordiske *evner* hos enkeltindivider. Det moralske kravet gir imidlertid opplevelsen av å ikke kunne lykkes uansett.

5.1.2 Et moralsk selvoptimaliseringskrav

Samtidig med det moralske følelseskravet, har vi også et moralsk ansvar overfor oss selv. I analysen diskuteres hvordan valgfriheten fører til økt ansvar for eget liv, og en nødvendig refleksivitet. Å være en *samfunnsansvarlig borger*, må også ses i sammenheng med ansvaret den enkelte har om «å passe på seg selv». I den nye terapeutiske kulturen betraktes selvoppofrelse med stor skepsis ettersom evnen til å verne om sine egne interesser har blitt synonymt med psykisk helse. Å kjenne til, og forsvare sine egne interesser og behov er ensbetydende med følelsesmessig modenhet (Illous, 2019, s. 228). I og med at autonomi ble stadig mer sentralt i psykologiens idealbilde, ble følelsesmessig sammensmeltning sett som en trussel mot autonomien. En nær relasjon ble ansett for å være noe som måtte vokse frem gjennom at to autonome viljer overvåker hverandre, og må skreddersys etter begges behov og psykiske egenskaper. Dermed opphevede psykologien den gamle assosiasjonen mellom kjærlighet og transcens, dvs. at kjærligheten er en kraft som står over individets spesifikke behov og vilje (Illous, 2019, s. 227).

Kravet om å optimalisere seg selv og ta ansvar for eget liv og egen lykke, er en viktig del av friheten for det moderne mennesket. Et grunnleggende dilemma i vår tid er motsetningen mellom individets frihet til å foreta valg på egne premisser, og ønsket om en trygghet som tilknytning til etablerte sosiale strukturer innebærer (Thagaard, 2005, s. 26-27). Tiden vi lever i, preges av en tørst etter en ekspertise som kan hjelpe oss med å velge hva som er rett for oss. Selvforholdet er blitt et problem, skriver Madsen, og derfor det viktigste forholdet vi har her i livet. «Selvfølelse» (som en følelse av egen verd) er derfor en viktig psykologisk teknikk som sammenfaller med nyliberalismens styringsideal der folk selv skal ta tak i problemene (Madsen, 2017, s. 95). Behovet for ekspertise refererer til en kultur der den enkelte må navigere livet sitt i et individualistisk prosjekt, og for å finne retning, og der følelsene fungerer som veiledende kompass. Psykologi har i dag blitt normalisert og de-stigmatisert i den terapeutiske kulturen, og inngår nå som del av selvoptimeringen til den moderne kvinne om mann på samme måte som den personlige treneren (Madsen, 2017, s. 88).

Selvoptimaliseringskulturen representerer rasjonelle hyperrefleksive individer på jakt etter lykkefølelser. Bourdieu impliserer rasjonaliteten selv som en form for habitus, og en tillært/ervertet predisposisjon som fungerer som kognitivt verktøy som hjelper aktørene til å håndtere institusjoner og handle strategisk innenfor dem (Illouz & Finkelmann, 2009, s. 406).

Psykologien og psykologiseringen er problematisk fordi den bidrar til å redusere komplekse saksforhold til spørsmål om individuell psyke, og legger ansvaret på den enkeltes skuldre (Madsen, 2017, s. 15). Når vi ikke lenger kan støtte oss på etablerte sosiale strukturer, må vi bruke vår egen fornuft og rasjonalitet, men hvorvidt fornuften evner å gi livene våre mening, er det avgjørende spørsmålet. Fornuft og rasjonalitet gjør verden mer forutsigbar og trygg, men også mer intetsigende. Risikoen er utarming av meningsinnhold som følger av den samme rasjonaliteten. Prisen for kunnskap og fornuft er at alt som en gang ble holdt hellig, i dag blir profant (Illouz, 2019, s. 219). Evnen til å tenke objektivt kalles fornuft, skriver Fromm. Den emosjonelle bakgrunn for en slik forstandsmessig innstilling er *ydmøykhet*. Å være objektiv, bruke sin forstand, sin evne til å forstå, er bare mulig når man har ervertet seg en ydmøyk holdning overfor virkeligheten og har gitt avkall på drømmer om allvitenhet (Fromm, 1985, s. 116).

Dufour diskuterer fremveksten av et postmoderne subjekt, og hevder at det moderne subjektet har to aspekter; på den ene siden i stand til å handle autonomt ut fra en kantiansk moralsk forståelse og med støtte fra en kritisk offentlig fornuft. På den andre siden blir subjektet, i og med denne friheten og evnen til offentlig kritikk, også i stand til å handle feil og derfor oppstod den nevrotiske skyldfølelsen som en skygge av det kritiske subjektet, slik det ble beskrevet av Freud (Møyen, 2020, s. 117). Dersom enkeltmennesket mislykkes i å skape et sammenhengende biografisk narrativ som kan gi en følelse av mening, er faren reell for eksistensiell meningsløshet og fare for depresjon. Selvrealisering i dagens «det er bare du selv som setter grenser for hva som er mulig»-kultur, oppmuntrer mange, men koster også for mange. Selvhjelpskulturen er en stadig påminnelse om at absolutt alt i livet ditt kan forbedres, og det er du selv som kan gjøre det. En vanlig definisjon på depresjon er manglende samsvar mellom ambisjoner og evner, eller muligheter til å innfri disse ambisjonene (Madsen, 2017, s. 34). Utilstrekkelighetspatologien som gjenspeiler individets forhold til prestasjonskulturen får også konsekvenser for kjærligheten når prestasjoner likestilles med menneskelig verdi. «*Den deprimerte oppfattes i dag som en person som lider av prestasjonsangst og handlingslammelse og dermed mister både mål og mening*» (Engdahl, 2016, s. 250). Fokuset på oss selv, og egen individualistisk fremgang gjør oss utmattede fordi i kjærligheten er vi, og forblir vi, utilstrekkelige.

6 OPPSUMMERING OG KONKLUSJON

I denne oppgaven har jeg diskutert oppfatninger om moderne parforhold i lys av ulike perspektiver om følelser, og i lys av hvordan Giddens og Illouz tolker dette. Utgangspunktet for diskusjonen handler om grunnleggende og sentrale oppfatninger om frihet og likestilling som kjennetegner vår kultur, og gjenspeiler viktige verdier. Diskusjonen peker på noen paradoksale konsekvenser av friheten, og at frihet også kan være begrensende for individene fordi mange valg kan gjøre livet vanskeligere. Analysen peker på hvordan valgfriheten fører til at individene må ta i bruk rasjonaliteten og være ansvarlige i skapelsen av sine egne kjærlighetsliv, og at grunnlaget for følelseserfaringene i stor grad styres av rasjonelle vurderinger (på tross av oppfatninger om at følelsene ses som det eneste mulige grunnlaget for kjærlighet).

Opgavens problemstilling er hvordan kjærligheten forstås, og hvilke følelsesregler som gjelder for det moderne parforholdet. Oppfatninger om at kjærligheten er følelsesmessig motivert, og fri fra rasjonelle hensyn, fungerer som en «standardisert» fortelling som hevder at likestillingen muliggjør rene og konfluerende forhold. Forståelsene gjenspeiler det positive individperspektivet til Giddens om et demokratisk kjærlighetsprosjekt. Perspektivet ser ut til å få stor betydning, og være grunnleggende for hvordan vi tenker om kjærlighet. Refleksiviteten som Giddens peker på, er også viktig, men den gir ikke alltid følelse av frihet. «Kravet» om et demokratisk forhold skaper også problemer for kjærligheten, på grunn av en påkrevet rasjonalitet.

Diskusjonen viser at synet som bygger på «standardfortellingen» om at kjærlighet i dag handler om følelser og er fritatt fra rasjonelle hensyn, er problematisk, og delvis tilslørende for måten vi tenker om moderne parforhold. Illouz perspektiv handler om at moderne parforhold følger nye rasjonelle markedslogikker, og dermed underlegges en kapitalistisk maktstruktur, og forklarer også oppfatninger om parforhold. I følge Illouz er markedsmekanismene skjult, men analysen viser at dette ser ut til å være ulikt, avhengig av hvordan man tematiserer kjærligheten, og at mekanismene er spesielt «synlige» i forhold til seksualiteten.

Både informantene og terapeutene gir uttrykk for en følelsesmessig vektlegging av parforholdet. Den følelsesmessige vektleggingen, må ses i sammenheng med oppfatningen om at økonomisk og seksuell frihet skaper grunnlag for å ha autentiske følelses- og kjærlighetsopplevelser. Dette reflekterer også synet om at følelser og rasjonalitet bør skilles fra hverandre i to ulike kategorier når man snakker om kjærlighet. Rasjonalitet kan knyttes til økonomiske og praktiske problemstillinger, men kan ikke knyttes til kjærlighetsfølelser. Forelskelse, sterke følelsesopplevelser og seksualitet handler om følelser, men problemet er at disse følelsene ikke nødvendigvis kan knyttes til kjærlighet, og for å forstå dem kan man ta i bruk en rasjonell logikk. *Oppfatninger om parforholdet følger derfor ulike regler, avhengig av hvordan man diskuterer parforholdet og kjærligheten.* Dette kan også ses som bestemte følelsesregler; når det handler om praktiske forhold (økonomi og avtaler), kan ikke rasjonaliteten forklare kjærlighet. I slike spørsmål kan rasjonalitet bli en trussel mot kjærligheten. Når det handler om sterke, uforklarlige, og fysiske følelser, kan rasjonaliteten brukes for å forstå, og forklare kjærligheten.

Parterapeuter ser ut til å gjenspeile og fremheve oppfatningene om en følelsesmessig vektlegging. Terapeutene er også opptatt av å peke på hvordan følelser handler om grunnleggende behov, og på den måten rasjonalisere følelsen. Terapeutene viser hvordan følelsene må forstås og anerkjennes, slik at partnere er følelsesmessig påkoblet hverandre, og gir hverandre livsnødvendig bekræftelse. Forståelsen er viktig for å forklare oppgavens underspørsmål om når kjærligheten tar slutt, som kan

beskrives som en situasjon der følelsene er borte. Siden kjærlighet oppfattes som en påkoblet følelser erfaring som gir individuell bekreftelse, oppstår det en mulighet for at dette kan forsvinne, for eksempel når følelsesopplevelsen beskrives som at man «sklir», eller «vokser» fra hverandre.

I denne diskusjonen har jeg vist på hvordan følelsene ses på som det legitime grunnlaget for kjærlighet. Jeg har også pekt på hvordan oppfatningene må ses i sammenheng med følelsenes økende legitimitet og betydning i moderne samfunn. Undersøkelsen viser først og fremst at vi trenger mer kunnskap om koblingen mellom følelser, individ og samfunn for å forstå hva som skjer med kjærligheten, men også hva som skjer innenfor andre institusjoner. Forskning på familien er noe sosiologien er opptatt av, og kan antagelig ses som forskning som handler kjærlighet, allikevel blir ofte følelsene borte i slike studier. Flere sosiologiske studier som er opptatt av å forstå koblingene mellom institusjonene og følelsene er nødvendig for å forstå samfunnet og individet.

7 LITTERATUR

- Andersen, E. (2020). *Flere bor alene*. ssb.no. Hentet 20. april 2021 fra <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/flere-bor-alene>
- Barclay, K., & Holloway, S. (2020). Interrogating Romantic Love. *Cultural and Social History*, 17(3), 271–277. <https://doi.org/10.1080/14780038.2019.1685839>
- Bergløff, C. B. (2020). *Tabbene som ødelegger ekteskap og ender i skilsmisse*. NRK. Hentet 30. april 2021 fra <https://www.nrk.no/livsstil/tabbene-som-odelegger-ekteskap-og-ender-i-skilsmisse-1.15206142>
- Bringedal, K. H. (2011). *Holdninger til likestilling og deling av husarbeid og barneomsorg: En sammenligning av Norge, Frankrike, Tyskland og Ungarn* [Masteroppgave, UiO]. Universitetet i Oslo.
- Daigle, Christine. (2010). *Jean-Paul Sartre*. Routledge.
- Dalland, E. (2007). *Sliter etter skilsmisse: Nå skal årsakene til brudd kartlegges*. NRK. Hentet 5. mai 2021 fra <https://www.nrk.no/livsstil/sliter-etter-skilsmisse-1.3925530>
- Ellingsæter, A. L. (2018). Bryllup i avtradisjoniseringens tidsalder. *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 59(03), 261–279. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-291X-2018-03-02>
- Engdahl, E. (2016). *Depressiv kärlek: En social patologi*. Daidalos.
- Fromm, Erich. (1985). *Om kjærlighet* (9. utg.). Aventura.
- Gadamer, Hans-Georg. (2004). *Sandhed og metode: Grundtræk af en filosofisk hermeneutik*. Systime academic.
- Giddens, Anthony. (1994). *Intimitetens forandring: Seksualitet, kærlighed og erotik i det moderne samfund*. Hans Reizels forlag.
- Gilje, Nils. (2019). *Hermeneutikk som metode: Ein historisk introduksjon*. Samlaget.
- Gran, S. (2017, 7. - 8. september). *Samlivsbrudd: Løsrivelsesprosessens psykologi* [Foredrag]. Psykologikongressen 2017, De nære ting. Oslo. Hentet 4. mai 2021 fra <file:///C:/Users/ellen/Downloads/Sissel+Gran.pdf>
- Grelland, Hans Herlof. (2020). *Om følelsene* (1. utg.). Fagbokforlaget.
- Hassel, C. (1992). *Å leve sammen: Moderne heterofile parforhold mellom individualitet og felleskap* [Hovedfagoppgave, UiO]. Universitetet i Oslo. <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/15690/sammen.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Haugseth, J. F. (2015). Kjærlighetens sosiologi. *Sosiologinytt*, 40(2), 8–13.

- Høiby, I.-E. (2016). *I Japan kjøper de kos og sex for å være single: Mer status å være singel nå enn før*. dagbladet.no. Hentet 20. april 2021 fra <https://www.dagbladet.no/nyheter/i-japan-kjoper-de-kos-og-sex-for-a-vaere-single---mer-status-a-vaere-singel-na-enn-for/60309566>
- Illouz, E. (2019). *Därför gör kärlek ondt: En sociologisk förklaring*. Boförlaget Daidalos.
- Illouz, E., & Finkelmann, S. (2009). An odd and inseparable couple: Emotion and rationality in partner selection. *Theory and Society*, 38(4), 401–422. <https://doi.org/10.1007/s11186-009-9085-5>
- Illouz, E., & Hums, S. (2020). *Därför tar kärleken slut: De negativa relationernas sociologi*. Daidalos.
- Institutt for psykologisk rådgivning. (2020). *Om følelser*. Følelseskompasset. Hentet 27. april 2021 fra <https://www.folelseskompasset.no/>
- Jacobsen, M. H. (2019). Liquid-modern emotions: Exploring Zygmunt Bauman's contribution to the sociology of emotions. *Emotions and Society*, 1(1), 99–116. <https://doi.org/10.1332/263168919X15580836411878>
- Johannessen, Lars E.F., Rafoss, T. W., & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori?: Nyttige verktøy i kvalitativ analyse* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Kraft, N. (2016). *Kjærligheten: En revolusjon for to*. Dagens Perspektiv. Hentet 25. april 2021 fra <https://www.dagensperspektiv.no/artikkel/4857/104986>
- Kulturdepartementet. (2019). *Likestillingspolitisk redegjørelse 2019*. Regjeringen.no; regjeringen.no. Hentet 25. april 2021 fra <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/likestillingspolitisk-redegjorelse-2019/id2643307/>
- Lindseth, A., & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experience. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 18(2), 145–153. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2004.00258.x>
- Madsen, Ole Jacob. (2017). *Den terapeutiske kultur* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Møen, A. (2020). *Sigmund Freuds samfunnsteori*. <https://scandinavianacademicpress.no/boker/sigmund-freuds-samfunnsteori-open-access>
- Noack, T. (2005). *Langt flere barn opplever foreldrebrudd enn det skilsmissestatistikken viser*. ssb.no. Hentet 20. april 2021 fra <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/langt-flere-barn-opplever-foreldrebrudd-enn-det-skilsmissestatistikken-viser>
- Nyeng, Frode. (2006). *Følelser: I filosofi, vitenskap og dagligliv*. Abstrakt forlag.

- Poder, P. (2009). The sociology of emotions: Managing exchanging and generating emotions in everyday life. I *Encountering the everyday. An introduction into the sociologies of the unnoticed* (s. 329–353). Palgrave Macmillian Ltd.
- Postholm, M. B., & Jacobsen, D. I. (2018). *Forskningsmetode for masterstudenter i lærerutdanningen*. Cappelen Damm akademisk.
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse kvalitative metoder i samfunnsfag*. Universitetsforl.
- Russell Hochschild, A. (2019). Emotions and society. *Emotions and Society*, 1(1), 9–13.
<https://doi.org/10.1332/263168919X15580836411805>
- Sakslind, R., & Skarpenes, O. (2014). Morality and the Middle Class: The European Pattern and the Norwegian Singularity. *Journal of Social History*, 48(2), 313–340. <https://doi.org/10.1093/jsh/shu074>
- Strande, M. (2006, august 14). *Å bo alene skader hjertet*. Tu.no. Hentet 5. mai 2021 fra <https://www.tu.no/artikler/a-bo-alene-skader-hjertet/262271>
- Stølen, T. (2020). Romantikken – filosofi. I *Store norske leksikon*. Hentet 20. april 2021 fra http://snl.no/romantikken_-_filosofi
- Sæther,, (Programleder), E. (2020). *Havarikommisjonen—Mellom oss*. NRK Radio. Hentet 22. mai 2021 fra https://radio.nrk.no/podkast/mellom_oss/sesong/havarikommisjonen
- Thagaard, T., & Stefansen, K. (2014). Expressions of commitment and independence: Exploring men's emotional responsibility in heterosexual couple relationships. *Nordic Journal of Social Research*, 5, 18.
- Thagaard, Tove. (2005). *Følelser og fornuft: Kjærlighetens sosiologi*. Abstrakt forlag.
- Timmermans, S., & Tavory, I. (2012). Theory Construction in Qualitative Research: From Grounded Theory to Abductive Analysis. *Sociological Theory*, 30(3), 167–186. <https://doi.org/10.1177/0735275112457914>
- Tjeldvoll, A. (2018). Pedagogikk. I *Store norske leksikon*. Hentet 4. mai 2021 fra <http://snl.no/pedagogikk>
- Tjernshaugen, A. (2021). Tidsklemme. I *Store norske leksikon*. Hentet 20. mai 2021 fra <http://snl.no/tidsklemme>
- Tryti, E. (2011). *Evig din?: Sex, plikt og kjærlighet*. Gyldendal.
- Wilhelmsen, P. N. (2018). *Derfor blir det skilsmisse, og slik kan du redde ekteskapet*. Telemarksavisa. Hentet 30. april 2021 fra <https://www.ta.no/5-50-668193>
- Yttervik, L., Bugge, S., & Saltbones, I. (2010). Norske par gir opp for lett. VG. Hentet 23. april 2021 fra <https://www.vg.no/nyheter/innenriks/i/za6Kb/norske-par-gir-opp-for-lett>

Zahl-Olsen, R. (2018). Går annethvert ekteskap i oppløsning?: En prospektiv kohortundersøkelse av skilsmisser i Norge 1886–2013. *Fokus på familien*, 46(01), 53–73. <https://doi.org/10.18261/issn.0807-7487-2018-01-06>

Øfsti, A. K. S. (2008). Om å ta den romantiske diskursen for gitt: Et essay om diskursiv parterapi. *Idunn*, 36(4), 362–374.

8 VEDLEGG

Vil du delta i undersøkelsen

” Hva er kjærligheten ”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et prosjekt hvor formålet er å undersøke oppfatninger om kjærlighet i vår tid. I dette skrevet får du informasjon om målene for prosjektet, og hva deltakelse innebærer for deg.

Formål

Undersøkelsen søker å finne oppfatninger og holdninger om parforholdet og kjærligheten. Ett eller annet sted i skjæringspunktet mellom frihet og forpliktelse, individualitet og felleskap finnes den gode kjærlighetsrelasjonen mange ønsker seg. Men hva skal denne kjærligheten være, hvilke forventninger har vi, og hvorfor tenker vi akkurat som vi gjør omkring dette? Undersøkelsen forsøker å finne frem til bevisste og underbevisste tanker som får konsekvenser for hva vi tenker om dette.

Undersøkelsens overordnede spørsmål er *«hvordan forstås kjærligheten i vår tid, og hvordan påvirker det kjærlighetsrelasjoner»?* Videre stilles spørsmålet *«Hva er det som tar slutt når kjærligheten tar slutt»?*

Mange ekteskap og samboerskap oppløses, og er noe som kan ses på både som et uttrykk for holdninger til kjærligheten, og et fenomen som skaper holdninger. Undersøkelsen ønsker å finne frem til noen slike kjærlighetsforståelser ved å intervju 10-12 kvinner og menn med samlivsbrudd bak seg.

Hvem er ansvarlig?

Undersøkelsen blir gjennomført av undertegete, og opplysningene skal utelukkende brukes i forbindelse med dette masterprosjektet. Ansvarlig for prosjektet er Universitetet i Agder, Fakultet for Samfunnsvitenskap.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Spørsmål om å delta rettes til personer i alderen 35 – 55 år, og som har gjennomgått skilsmisse fra partner med felles barn. Utvalget er yrkesaktive personer med fast inntekt. Du får denne henvendelsen fordi du oppfyller disse kriteriene, og fordi jeg har fått tilgang til dine kontaktopplysninger via en bekjent.

Hva innebærer det å delta?

Undersøkelsen følger et kvalitativt forskningsdesign og dybdeintervju med personer som passer beskrivelsen overfor.

Hvis du velger å delta i prosjektet, ber jeg om at du kan stille til et intervju der du deler egne tanker om kjærligheten. Sted og tidspunkt for intervjuet avtales slik at det passer for deg. Jeg vil be om noen opplysninger som alder, kjønn og yrke, men alle opplysninger blir anonymisert slik at det ikke vil være mulig å identifisere deg i undersøkelsen. Spørsmålene som stilles vil være om det tidligere forholdet og skilsmissen, men hovedsakelig handler de om meninger du har knyttet til temaet kjærlighet. Du velger selv om du ønsker å informere eks-partner(e) om at du deltar i denne undersøkelsen. Det blir ikke stilt direkte spørsmål om seksuell legning, politisk oppfatning, religion, eller helse, men dersom du mener det er relevant og ønsker å dele det, bes det om samtykke til å bruke opplysningene i oppgaven. Samtalen vil vare ca. 1 1/2 time, og tas opp på lydbånd.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Side 1 av 3

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Opplysningene vi får av deg vil kun være tilgjengelige for undertegnede student og veileder som er bundet av taushetserklæring.
- Navnet ditt vil ikke kunne knyttes til intervjuet, men lagres på separat, kryptert kodenøkkel. (kontaktopplysninger, erstattes med koder som lagres på egen liste adskilt fra øvrige data).
- Ingen deltagere vil kunne gjenkjennes i publikasjonen.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 15.09.2021. Opptak og kodenøkkel vil slettes etter prosjektets avslutning. Alt transkribert materiale vil da være anonymisert. Dette materialet vil kunne brukes for å avslutte publikasjoner fra prosjektet.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Agder har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Universitetet i Agder ved veileder Tale Steen-Johnsen (tale.steen-johnsen@uia.no) eller student Ellen Flaaten (ellen.flaaten@gmail.no)
- Vårt personvernombud: Ina Danielsen (ina.danielsen@uia.no)

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Ellen Flaaten
(student)

Tale Steen-Johnsen
(veileder)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*hva er kjærlighet*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

INTERVJGUIDE

Personopplysninger (Alder / Kjønn / Yrke / Sivilstatus)

Først stiller jeg spørsmål som handler om det tidligere forholdet og om skilsmissen. Etter hvert stiller jeg spørsmål som går på dine meninger om kjærlighet. Det er fint hvis du i størst mulig grad forteller om deg selv og dine egne erfaringer. Jeg må også be om at du ikke tiltaler eks-en (eller eks-ene) med navn.

Om den tidligere kjærligheten og skilsmissen

- Hvor lenge var dere samboere / gift?
- Hvor mange barn har dere sammen?
- Hvor lenge er det siden skilsmissen?
- Kan du fortelle litt om forholdet?

- Var det noe som endret seg underveis og førte til bruddet?
- Hvorfor tror du at dere ble skilt? Gikk dere på noe tidspunkt i samlivsterapi?
- Var det en av dere som var mer interessert i å avslutte forholdet enn den andre?
- Tror du dere kunne fortsette å være et par hvis noe hadde vært annerledes?
- Hva tenker du om bruddet i ettertid?
- Var det noe annet ved forholdet og bruddet som du mener er viktig?

Om livssituasjonen i dag, og tanker om kjærligheten.

- Har du hatt nye forhold etter skilsmissen?
- Er du i et forhold nå?

- Hva er kjærlighet?
- Hva forbinder du med kjærlighet?

- Tenker du ofte på kjærligheten?
- Er kjærlighet noe du snakker mye eller ofte om?
- Kan livet være like bra uten at man er i et parforhold?

- Skiller du på kjærlighet og forelskelse?
- Hvordan vet man at man er forelsket?
- Hvordan kan man vite at det er kjærlighet?

- Er det noe, eller noen som påvirker deg i synet ditt på kjærlighet?
- Har du endret synet på kjærligheten med årene?
- Tror du det er stor forskjell på hvordan menn og kvinner tenker om kjærlighet?

- Må man lære om kjærligheten, eller er det noe medfødt?
- Er kjærligheten noe vi har kontroll på?
- Er kjærligheten noe man må arbeide hardt for?

- Tror du kjærligheten er lettere eller vanskeligere i dag, sammenlignet med før i tida?

- Er det noe annet om kjærligheten som du mener er viktig, og som vi ikke har snakket om?