

## Sammendrag

I denne masteroppgaven presenteres forskningsprosjektet mitt som undersøker selvbevissthetens subjekt/objekt dynamikk innenfor par relasjoner. Problemstillingen i oppgaven er:

*«Klarer en å se seg selv som objekt, og sin partner som subjekt?»*

For å svare på problemstillingen har jeg benyttet en Q-metodologisk forskningsmetode, og seks personer (tre par) sorterte 40 utsagn i henhold til fire instruksjonsbetingelser.

Instruksjonsbetingelsene var: «Min oppfatning av meg selv»; «Min oppfatning av min partner»; «Min partners oppfatning av seg selv»; og «Min partners oppfatning av meg». Utsagnene ble sortert ut i fra om deltagerne var enige, uenige, eller nøytrale til dem. På denne måten fikk deltagerne uttrykt sin subjektive opplevelse av temaet, noe som dannet grunnlaget for analyse og tolkning. Utsagnene ble utformet med bakgrunn i teorier om subjekt/objekt relasjon og kommunikasjon, og ble tilpasset deltagerne kommunikasjonsunivers. Etter faktoranalyse av deltagerne Q-sorteringer ekstraherte jeg ut to distinkte faktorer. To-faktorløsningen representerte alle deltagerne, og 23 av 24 sorteringer.

Faktorfortolkningen viste at faktor 1 har en stor grad av selvbevissthet, og ser på seg selv som objekt og på sin partner som subjekt. En opplever å være i en gjensidig relasjon, og benytter seg av både verbal og nonverbal kommunikasjon for å innhente informasjon om partneren. Faktor 2 er tilsynelatende lite selvbevisst, og ser på seg selv som subjekt og på sin partner som objekt. En opplever å være i en uavhengig relasjon, og benytter hovedsakelig tolkning av nonverbal kommunikasjon for å innhente informasjon om partneren. Resultatet av faktorfortolkningen drøftes opp mot teori, og mulige konsekvenser av faktorsynene diskuteres.

## **Abstract**

In this master thesis I will present my research which explores the subject/object dynamics of self-awareness within relationships. My research question is this:

“Do we have the ability to see ourselves as an object, and our partner as a subject?”

To answer this question I have used the scientific method Q-methodology. Three couples (six subjects) have sorted 40 statements, according to four different sorting conditions. The sorting conditions were: "My perception of myself"; "My perception of my partner"; "My partner's perception of them self" and "My partner's perception of me". The participants sorted the statements by how much they agreed, disagreed or were neutral to the them. By doing this the participants were able to express their subjective experience of the topic, which again formed the basis for analysis and interpretation. The statements were generated based on theories concerning subject/object relation and communication, and adapted to the participant's communication universe. Through factor analysis of the participants Q-sorts I extracted two distinct factors. The two-factor solution represented all participants and 23 of 24 sorts.

The factor interpretation revealed that factor 1 has an evolved self-awareness, and views them self as an object and their partner as a subject. Factor 1 has an experience of mutuality in their relationship, and utilizes both verbal and non-verbal communication to obtain information about their partner. Factor 2 appears to be less self-aware and views them self as a subject and their partner as an object. The latter perceives them self as being part of an independent relationship, and primarily uses interpretation of non-verbal communication to obtain information about their partner. The result of the factor interpretation was debated in light of theory and possible implications of the factor views were discussed.

## Forord

Ferdigstillingen av denne masteroppgaven representerer både en avslutning og en ny start. Fem år på universitetet er nå over og jeg sitter igjen med mye ny kunnskap, nyervervede gode venner, og en vekket nysgjerrighet på meg selv og verden. Jeg føler virkelig at jeg har havnet på rett hylle ved å gå master i rådgivning, og har nå større mulighet til å følge mitt kall som er å hjelpe mennesker til å hjelpe seg selv. Jeg har arbeidet med mennesker i hele mitt voksne liv, og føler meg nå bedre rustet til å ivareta behovene til de som søker min hjelp på en riktig og god måte. Rådgivning har tydeliggjort for meg at kun en selv er ekspert på seg selv, og understreket viktigheten av å møte mennesker der de er med respekt for de individuelle verdenssynene. Det å gå master i rådgivning har i stor grad også vært en selvutviklingsreise, og jeg føler jeg nå sitter igjen med større selvbevissthet og evne til refleksjon enn når jeg startet studiet. Nå skal jeg igang med jobbsøking, og er svært spent på hvor veien tar meg videre.

Det å skrive en master er en arbeidsom og lang prosess, og det er mange som fortjener en påskjønnelse fra meg. Jeg vil først å fremst takke min beste venn, kjæreste og ektemann Gøran Henriksen. Selv om jeg innimellom har vært svært ivrig med å iverksette de metodene jeg har lært, og dermed nok til tider har vært mer rådgiver enn kjæreste, har du vist stor forståelse, kjærlighet og støtte under hele studieforløpet. Jeg vil også rette en stor takk til mine gode venner som sa seg villige til å være deltagere i undersøkelsen. Deres engasjement, ærlighet og tilbakemeldinger har vært til stor hjelp. En annen som fortjener min takk er min gode venn og medstudent Bodil Margrete Holm. Tusen takk for gode samtaler, starthjelp med oppgaven, fantastiske stunder på vakre Otterøy og supplerings av elgkjøtt! Jeg vil også takke Silje Alise Ness for mange og lange faglige og filosofiske diskusjoner, både med og uten god mat og drikke. Takket være våre samtaler har jeg fått tilgang til et metaperspektiv på de teoriene og teoretikerne studiet mitt var basert på. Sist, men ikke minst, vil jeg takke min veileder Eleanor Allgood, som alltid var tilgjengelig, og gav meg konkrete og gode tilbakemeldinger.

Trondheim, 25.02.2014

Marit Valberg

## **Innhold**

<b>Kapittel 1 – Innledning</b>	s.1
1.1 Bakgrunn for valg av oppgave og problemstilling	s.1
1.2 Oppgavens oppbygning	s.2
<b>Kapittel 2 – Teori</b>	s.3
2.1 Self-awareness	s.3
2.2 Subjekt/objekt dynamikken	s.5
2.2.1 Persepsjon	s.5
2.2.2 Den fundamentale attribusjonsfeilen og bekreftelsestilbøyelighet	s.6
2.2.3 Automatiserte adferdsmønstre	s.6
2.2.4 Subjekt/Objekt	s.7
2.2.5 Min definisjon av subjekt/objekt dynamikken	s.9
2.3 Kommunikasjon	s.10
2.3.1 Nonverbal kommunikasjon	s.11
<b>Kapittel 3 – Metode</b>	s.14
3.1 Valg av metode	s.14
3.2 Presentasjon av Q-metode	s.15
3.2.1 Kommunikasjonsunivers, Q-utvalg og Design	s.17
3.2.2 Personutvalg – P-sett	s.21
3.2.3 Instruksjonsbetingelser	s.22
3.2.4 Q-sortering	s.23
3.2.5 Faktoranalysen	s.24
3.3 Kvaliteten til undersøkelsen – Validitet og Reliabilitet	s.25
3.4 Etske betraktninger	s.26
3.5 Forskerrollen	s.26
<b>Kapittel 4 – Presentasjon av funn</b>	s.27
4.1 Fremgangsmåte	s.27
4.2 Presentasjon av to-faktor løsningen	s.28
4.3 Faktorfortolkning – analyse av faktorene	s.29
4.3.1 Presentasjon av faktor 1	s.29
4.3.2 Presentasjon av faktor 2	s.33
4.3.3 Fellestrekk mellom faktorene	s.36

<b>Kapittel 5 – Drøfting av faktorene i lys av teori</b>	s.38
5.1 Syn på selv	s.38
5.2 Syn på andre	s.41
5.3 Kommunikasjon	s.42
5.4 Relasjon	s.44
5.5 Member check	s.45
5.6 Oppsummerende refleksjon	s.47
<b>Kapittel 6 – Avsluttende kommentarer og refleksjon over forskningen</b>	s.49
Referanseliste	s.51
Liste over vedlegg	s.53
Vedlegg 1 – Q-utvalg	s.54
Vedlegg 2 – Gjennomsnittssorteringer for faktorene i egne matriser	s.57
Vedlegg 3 – Faktorenløsning med ladninger for faktorene	s.58
Vedlegg 4 – Distinguishing statements	s.59
Vedlegg 5 – Consensus statements	s.60
Vedlegg 6 – Informasjonsskriv og samtykkeerklæring	s.61
Vedlegg 7 – Sorteringsinstruks	s.63
Vedlegg 8 – Følgeliste til sorteringene	s.64
Vedlegg 9 – Godkjenning fra NSD	s.65
Vedlegg 10 – Ekskludering av faktor 3	s.66

## **Kapittel 1 - Innledning**

### **1.1 Bakgrunn for valg av oppgave og problemstilling**

Det var mange tema som engasjerte meg iløpet av studiet i rådgivning, og et av dem var selvbevissthet. Særlig to aspekter ved selvbevissthet fanget min interesse. Det ene omhandler hvordan en ofte ubevisst ser på seg selv som subjekt og på andre som objekt. Det andre aspektet handler om evnen til se seg selv utenfra ved å separere seg fra sine tanker, følelser og gjerninger. Det som vekket min interesse var kunnskapen om hvor lett det er å ha fordommer mot andre mennesker, og hvor stabil denne fortolkningen ofte er. Når en først har dannet seg et bilde av en person, legger en gjerne mest merke til adferd som bekrefter ens eksisterende inntrykk. Et annet aspekt som fascinerte meg er hvor lett en har for å tolke andre på annet grunnlag enn vi tolker oss selv. En ser gjerne hvor påvirkbar egen adferd er av situasjoner mens en ofte glemmer at situasjonelle årsaker også påvirker våre medmennesker, og tilskriver dermed ofte andres handlinger til personlighet. Persepsjon har vært en interesse for meg i mange år, og har røtter i min bachelorgrad i psykologi. Hvordan man persiperer og kommuniserer i nære relasjoner ble et særskilt fokusområdet for meg. Grunnen til at jeg finner disse temaene interessante er fordi de har bevisstgjort meg selv på i hvor stor grad mine tolkninger og fordommer har kommet i veien for å virkelig «se» andre mennesker. Personlig tror jeg at mye uenigheter og misforståelser kunne vært unngått dersom en var bevisst disse tendensene.

For å konkretisere selvbevissthet valgte jeg å fokusere på teorier om subjekt/objekt relasjon, og hvordan denne dynamikken påvirker oss i våre forhold. Det jeg imidlertid ikke visste var at teorimodellen jeg ønsket å bruke som grunnlag faktisk ikke eksisterte, ihvertfall ikke i tråd med min opplevelse og tolkning av temaet. Jeg brukte derfor lang tid på å søke etter og lese litteratur for å finne teorier om det spesifikke området jeg ville undersøke. Jeg fant teorier om subjekt/objekt forhold innenfor mange forskjellige fagretninger, men ingen som dekket de aspektene jeg søkte. Dette fikk meg i en periode til å vurdere å skifte tema for oppgaven da jeg ikke fant teoretiske modeller å basere designen på. Dette snudde jeg imidlertid til å bli en positiv ting. Det å skrive en masteroppgave handler i stor grad om å tilegne seg erfaring med å lese, utføre og tolke forskning. Det at jeg ikke fant teoretiske modeller skulle ikke hindre meg, men derimot oppmuntre meg til å forske på noe som tilsynelatende var lite dokumentert.

Den type rådgivning jeg ønsker å arbeide med i fremtiden er i en-til-en relasjon, eller som par- og familierådgiver. Ved å kombinere de temaene jeg brenner mest for med min fremtidige

drømmejobb kom jeg frem til temaet for denne oppgaven. Gjennom min forskning ønsket jeg å studere selvbevissthet gjennom å se på oppfattelsen av og bevisstheten rundt subjekt/objekt dynamikken, og hvordan dette blir kommunisert i nære relasjoner. Dette undersøkte jeg ved bruk av q-metoden. Deltagerne i undersøkelsen var tre par som alle uttrykte sin oppfatning av seg selv og av partneren. Ikke bare fant jeg dette personlig interessant, men jeg ser for meg at resultatet av undersøkelsen kan hjelpe meg til å bedre forstå nyansene i denne dynamikken i mitt fremtidige arbeid. Problemstillingen i masteroppgaven min lyder som følger:

*«Klarer en å se seg selv som objekt, og sin partner som subjekt?»*

## **1.2 Oppgavens oppbygning**

Oppgaven min er bygd opp av seks kapitler. I dette kapitlet (kapittel 1) redegjør jeg for valg av tema, og sier litt om bakgrunnen for min interesse for tematikken. Jeg beskriver oppbygningen av oppgaven, og presenterer problemstillingen. Kapittel 2 presenterer teoriene som ligger til grunn for forskningen, og jeg redegjør for min egen definisjon av subjekt/objekt dynamikken. Kapittel 3 er et metodekapittel som gir en innføring i forskningsmetoden jeg har valgt å bruke, samt trinnene i forskningsprosessen. I dette kapitlet sier jeg også litt om kvaliteten til q-metodologiske undersøkelser, redegjør for etiske hensyn som er tatt, og sier litt om forskerrollen. I kapittel 4 presenteres faktorene som er ekstrahert ut av analysen, og faktorfortolkningen beskrives i detalj. Kapittel 5 er et drøftingskapittel hvor jeg diskuterer funnene av undersøkelsen opp mot teori, presenterer tilbakemeldingen fra deltagerne som vektet høyest på faktorene (member check), og sier litt om mulige konsekvenser av faktorsynene. Avslutningsvis reflekterer jeg i kapittel 6 rundt egen forskningsprosess, samt rundt nytte av forskningen og eventuell videre forskning.

## Kapittel 2 - Teori

I dette kapitlet presenterer jeg teoriene som er grunnlaget for forskningen. Kapitlet er delt inn i avsnitt. I første avsnitt skriver jeg om «self-awareness» som er hovedtemaet for oppgaven. Dette avsnittet følges så av teori om subjekt/objekt dynamikken, som jeg oppfatter som et viktig aspekt av «self-awareness». Jeg beskriver her teorier fra både rådgivning, psykologi og analytisk filosofi. Det er verdt å merke seg at jeg ikke har benyttet meg av en teoretisk modell her, men funnet teorier fra flere samfunnsvitenskapelige leire for å komme nærmest mulig min opplevelse av den dynamikken jeg ønsket å forske på. Avslutningsvis i denne delen presenteres min definisjon av subjekt/objekt dynamikken, som jeg har satt sammen av de tidligere presenterte teoriene. Til sist kommer et avsnitt om kommunikasjonsteori.

### 2.1 Self-awareness

Self-awareness er et vidt begrep som har forskjellige definisjoner med variert meningsinnhold avhengig av fagretning. På engelsk skiller en mellom betydningen av «consciousness» og «awareness», men begge oversettes til det norske ordet bevissthet. Jeg har derfor valgt å oversette «self-awareness» til selvbevissthet, i mangel på et navn som dekker flere aspekter av dimensjonen. «Self-awareness» (heretter selvbevissthet) kan enkelt beskrives som kapasiteten en har til introspeksjon, og evnen til å erkjenne at en selv er et individ som er adskilt fra omgivelsene. Thomas Jordan (2002) beskriver selvbevissthet som en dimensjon hvor man fokuserer på utviklingen av bevisstheten rundt det som skjer inni oss. I sosialpsykologien definerer man selvbevissthet som en selvbevisst tilstand hvor ens oppmerksomhet er fokusert på seg selv. Dette gjør mennesker mer følsomme for egne holdninger og disposisjoner (Myers, 2008). Molly Young Brown (2009) sier at selvbevissthet er essensielt for vekst, og uten dette vil en kun handle ut fra vaner. Mitt fokus innenfor selvbevissthet i denne oppgaven er på bevissthet om adferdsmønstre, tanker, følelser og tolkninger.

Thomas Jordan (2002) sier at dersom en har en høyt utviklet grad av selvbevissthet kan en betrakte seg selv utenfra uten å være låst i bevissthetsinnholdet. Bevisstheten blir i seg selv gjenstand for vår oppmerksomhet. Dette kaller Jordan metabevissthet. Ved å bli bevisst aspekter av det som skjer på innsiden av oss selv, kan en anskue disse som objekter. Dette gjør at en kan ha et fritt forhold til prosessene og reflektere over dem. Dersom en ikke distanserer seg fra sine tanker, følelser, og meninger er det her all vår bevissthet ligger. En opplever at en *er* tankene, følelsene og meningene sine, i motsetning til at en er en person som *har* disse prosessene. I slike tilfeller vil prosessene fylle



hele vår oppmerksomhet, dominere våre erfaringer og dermed til en viss grad kontrollere vår vilje. Det vi da persiperer er resultatet av prosessene, mens prosessene i seg selv er gjemt for oss (Brown, 2009; Whitmore, 2004; Jordan, 2002; Kegan, 1982; Carey, 1999).

Jordan (2002) beskriver tre steg i selvbevissthetsprosessen som viktige. En må først bli oppmerksom på de kognitive, emosjonelle og viljestyrte prosessene i bevisstheten vår. Dette vil frigjøre vår oppmerksomhet fra å være fastlåst i bevisstheten. Når en har blitt oppmerksom på disse prosessene vil en i andre fase ha mulighet til å aktivt forholde seg til de tanker, følelser og ønsker som kommer. Man kan her gjenkjenne følelser som har blitt vekket, men en er nå fristilt til å avgjøre hva en skal gjøre med disse følelsene isteden for å handle automatisk i henhold til gamle mønstre. Tredje fase er når ens opplevelse av seg selv naturlig skifter fra å være en del av bevissthetsnivået, til å betrakte sin bevissthet utenfra.

Forskere og teoretikere innenfor analytisk filosofi har også interessert seg for selvbevissthet. I en artikkel fra 2002 peker Dan Zahavi på flere likheter mellom fenomenologiens og den analytiske filosofiens teser om selvbevissthet. Han mener det ikke er tilstrekkelig å ha et subjektivt synspunkt for å være selvbevisst. Selvbevissthet krever at en er i stand til å tenke på seg selv *som* seg selv. Han refererer til Bermudez (1998) som sier at selvbevissthet en ikke-konseptuell bevissthet på at en selv har psykologiske egenskaper. Zahavi sier videre at vår subjektivitet viser seg når vi på samme tid er bevisst andre objekter, og vår opplevelse av disse objektene. Han kritiserer språk-filosofenes syn på selvbevissthet, som ifølge han selv mener at alt som er verdt å vite om selvbevissthet kan læres gjennom å studere mekanismene bak lingvistisk selvbevissthet. Han vektlegger imidlertid viktigheten av å studere bruken av første person pronomen siden det er dette som muliggjør «Jeg-tenkning», men følger opp med å si at lingvistisk selvreferanse artikulerer selvbevissthet, men leder ikke til det. Det å se seg selv som et distinkt psykologisk individ kan dessuten kun oppstå i møte med andre psykologiske individer (Zahavi, 2002; Macmurry, 1961/1999).

Som det kommer frem av de presenterte definisjonene av selvbevissthet, er det forskjeller her. Det refereres til som en kapasitet, en evne, en tilstand og en dimensjon. Selv om det er variasjoner innenfor definisjonene, er det sammenfallende at selvbevissthet handler om hvordan man gjennom å sette fokus innad bedre kan oppfatte seg selv i relasjon til verden. Jeg velger å legge hovedvekten av mitt teorigrunnlag om selvbevissthet på teori fra rådgivningsfaget og psykologien. Dette fordi de er de mest relevante i forhold til den fagdisiplinen jeg kommer fra og skriver i, samt at teoriene herfra er mer kompatibel med den tematikken jeg ønsker å belyse.

## 2.2 Subjekt/objekt dynamikken

Min definisjon av denne dynamikken er grunnet i tendensen mennesker har til å se på seg selv som subjekt og andre som objekt. Dette er et aspekt av selvbevissthetsteoriene jeg har beskrevet over. Dersom en gjennom å rette blikket innad har erfart at en selv konstruerer verden, og ikke *er* sine tanker, følelser og handlingsmønster men *har* dem, kan en lettere se seg selv objektivt. En får tilgang til å bevisst observere og vurdere hvordan egen adferd påvirker andre, noe jeg tror gjør det lettere å innse at andre personer også handler ut fra et subjektivt ståsted. Grunnen til at jeg har valgt å kalle dette for en dynamikk er at bevissthetsfokuset er i stadig bevegelse. Min erfaring tilsier at det er vanskelig å ha fokus på både seg selv og sine omgivelser på samme tid. Jeg tror også det er usannsynlig at en klarer å se seg selv objektivt hele tiden selv om en har en stor grad av selvbevissthet. Noen ganger tar følelser overhånd, og man reagerer uten å tenke. Andre ganger ønsker en ikke å være objektiv, for eksempel når en er såret eller sint og bevisst ønsker å forsvare sitt ståsted. Denne erfaringen sammenfaller med den tredje fasen i selvbevissthetsprosessen Jordan (2002) beskriver, hvor ens opplevelse av seg selv naturlig veksler mellom å være en del av bevissthetsnivået til å betrakte bevisstheten utenfra. Min forståelse av denne subjekt/objekt dynamikken er hentet fra flere steder. For å tydeliggjøre grunnlaget for min definisjon av dynamikken, samt gi leserene tilgang på hvor jeg har hentet min oppfatning fra, vil jeg her presentere teoriene som har vært mine viktigste påvirkningskilder.

### 2.2.1 Persepsjon

Det er flere teorier innenfor psykologien jeg tror ligger til grunn for subjekt/objekt dynamikken. For å få en oversiktlig presentasjon av disse finner jeg det nødvendig å starte med å definere begrepet persepsjon. Ifølge Larsen og Buss (2008) er persepsjon prosessen av å organisere informasjonen en får fra sanseorganene, og er et nivå av vår kognisjon. Kognisjon er en generell term som av Larsen og Buss defineres som bevissthet og tenkning, men i tillegg omhandler begrepet spesifikke mentale handlinger som tolkning, oppfattelse, hukommelse, tro, forventning og fokus. Persepsjon er med andre ord identifisering, organisering og tolkning av sensorisk informasjon, noe som er nødvendig for å danne seg et bilde av og forståelse for våre omgivelser. Persepsjon er imidlertid en subjektiv og ofte ubevisst prosess. Mennesker legger merke til ulike ting i situasjoner, og har unike referanserammer som er basert på våre tidligere erfaringer. Det er dette vi organiserer vår sanseinformasjon etter, noe som medfører at vi tolker verden, oss selv og hverandre på ulike måter. Dette kan gi problemer i våre relasjoner, da en lett kan tro at andre persiperer det samme som vi selv gjør.

### *2.2.2 Den fundamentale attribusjonsfeilen og bekreftelsestilbøyelighet.*

Innenfor sosialpsykologien finner en attribusjonsteorier. Attribusjonsteori er teori om hvordan en forklarer andre menneskers oppførsel (Myers, 2008). Dette gjøres for eksempel ved å tilskrive andres oppførsel enten indre disposisjoner som typiske trekk, motiver og holdninger, eller eksternt til den aktuelle situasjonen. Attribusjonsforskere har funnet at et vanlig problem med menneskers attribusjon er at vi ofte underestimerer viktigheten av situasjonelle påvirkninger, og overvurderer hvor mye som faktisk gjenspeiler individuelle trekk og holdninger når vi vurderer andres adferd. Vi har en tendens til å anta at andre *er* måten de handler på. Denne mekanismen er ifølge Myers (2008) så sterk at selv når vi vet at vi selv har forårsaket reaksjonen til et annet menneske, undervurderer vi fremdeles de situasjonelle påvirkningene. Dette kalles «Den fundamentale attribusjonsfeilen».

Mennesker observerer andre fra et annet perspektiv enn vi observerer oss selv. Når vi observerer en annen person agere, er vår oppmerksomhet fokusert på personen og omgivelsene faller i bakgrunnen. Når vi selv agerer krever omgivelsene vår oppmerksomhet. Dette medfører at når vi observerer en annens handling vil personen se ut til å forårsake det som skjer, men når vi selv handler tenderer vi mot å tilskrive egen adferd til situasjonen vi befinner oss i. Mennesker som fokuserer innover ser gjerne seg selv på samme måte som en observerer andre, ved å attribuere egen adferd mer til indre faktorer enn situasjonelle faktorer (Myers, 2008). En av mekanismene bak den fundamentale attribusjonsfeilen er, ifølge Myers, at vi finner årsaker der vi leter etter dem. Dette tar meg videre til et annet psykologisk fenomen og begrep, nemlig «bekreftelsestilbøyelighet» (fritt oversatt fra «Confirmation bias»). Bekreftelsestilbøyelighet er tendensen mennesker har til å kun se etter bevis som bekrefter våre tidligere antagelser, og ikke se etter bevis som muligens kan avkrefter våre antagelser (Larsen & Buss, 2008).

### *2.2.3 Automstiserte adferdsmønstre*

Vår adferd er i stor grad styrt av automatiserte reaksjoner og handlingsmønstre en har tilegnet seg, og disse mønstrene er ofte ubevisste. Når en adferd er automatisert er den i liten grad gjenstand for intensjonelt valg (Jordan, 2002; Kolb, 1984). Automatisering av adferd er nødvendig for mennesker. Det er for eksempel lite effektivt å måtte lære seg å knyte sko på nytt hver dag, eller lurt å gå i konfronterende diskusjoner med en person som virker sint og utilregnelig. Gjennom livet erverver mennesker et stort utvalg av handlingsmønstre ved å teste ut forskjellige adferder og reaksjoner. Vi reagerer og handler på måter som tidligere har fungert godt for oss, og tar som oftest kun disse mønstrene opp til revisjon når vi utsettes for situasjoner de ikke fungerer i. Da tester en gjerne ut nye handlings- og reaksjonsmønstre, og når vi finner et som gir ønsket effekt beholder vi dette til

det trengs ny modifisering (Jordan, 2002; Kolb, 1984). Handlingsmønstrene og våre automatiserte reflekser kan være vanskelig å oppdage, og er i sin natur et sjeldent fokusområde for vår bevissthet (Jordan, 2002).

#### 2.2.4 *Subjekt/objekt*

The Arbinger institute gav i 2008 ut boken «Lederskap og selvbedrag». Her er subjekt/objekt dynamikken et fokusområde. I møte med andre mennesker kan en, ifølge boken, velge hvordan en oppfatter seg selv og andre. Dersom en ser på andre som objekter oppleves dette som om en er *personen* blant objekter, men hvis en ser på andre som subjekter opplever en seg selv som en person blant mennesker. Man tar i det siste tilfelle hensyn til at andre mennesker også har behov, håp, frykter og usikkerheter på lik linje med seg selv. Dersom en er fastlåst i sitt subjektive ståsted og ser på andre som objekter, er det lett å komme i forsvarsposisjon for egne handlinger. Andre mennesker kan her oppleves som hindre for å oppnå egen agenda. De skriver at i kraft av vår forståelse av det å være menneske, får vi ofte innskytelser om hva vi burde gjøre for andre. Alle mennesker har instinktivt innskytelser, følelser og impulser om å gjøre det rette, som her handler om å behandle andre som mennesker (subjekter). Boken bruker i mange tilfeller ekteskapsrelasjon som eksempel, noe som gjør den ekstra relevant i forhold til min oppgave.

Et eksempel som er brukt i boken handler om et ektepar som blir vekket av at barnet gråter. Den første innskyttelsen til mannen var at han selv skulle stå opp slik at kona fikk sove. Han følte en trang for å gjøre noe for sin kone, men ble likevel liggende å høre på gråten. Ved å gjøre det motsatte av det han instinktivt følte var riktig, sviktet han sin oppfatning av hvordan en burde behandle et annet menneske. Her har mannen ignorert den første innskyttelsen sin som var å behandle sin kone som subjekt, og hans egen subjektivitet slår inn. Han leter etter, og finner, mange gode årsaker til at hans kone burde stå opp. Årsakene han finner fører til at han nå ser på sin kone som lat, utakknemlig, ufølsom og hensynsløs, mens han ser på seg selv som hardtarbeidene, viktig, rettferdig og følsom (The Arbinger institute). Her spiller muligens den fundamentale attribusjonsfeilen en rolle (forklaring tidligere i teksten). Han ser sine egne handlinger som situasjonsbetinget, men sin kones handlinger som personlige trekk. Hans kone er nå blitt et objekt, og dermed et hinder for han til å få dekket sine egne behov.

Når en har fokus rettet mot seg selv og egne behov, ser en ofte verden på en måte som rettferdiggjør egne handlinger. I følge The Arbinger institute blåser en opp viktigheten av tingene som rettferdiggjør handlingen, en blåser opp andres feil og egen fortreffelighet, og man bebreider andre.

Denne rettferdiggjøringen av egne avgjørelser og adferd er et kjent fenomen innenfor psykologien. Dersom man har en god og rettferdig forklaring på sine handlinger, støtter og beskytter dette vår selvfølelse og integritet (Myers, 2008). Denne mekanismen er basert på teorier om kognitiv dissonans, som sier at mennesker rettferdiggjør sine handlinger for seg selv for å minske ubehag. Kognitiv dissonans oppstår når en har to inkonsekvante tilgjengelige tanker samtidig. Dette kan resultere i handlinger hvor en agerer i strid med ens holdninger uten tilstrekkelig rettferdiggjørelse, eller at en favoriserer det ene alternativet over det andre på tross av gode grunner for å gjøre det motsatte. Etter å ha tatt en avgjørelse, reduserer mennesker eventuell dissonans ved å oppgradere viktigheten av det valget en tok, og nedgradere betydningen av det valget en ikke tok. Mekanismen er også basert på teorier om selv-presentasjon som sier at mennesker, grunnet strategiske årsaker, uttrykker holdninger som får en til å virke konsekvent.(Myers, 2008).

Allgood og Kvalsund (2005) skriver om viktigheten av å ha en subjekt – subjekt relasjon til sine klienter. Ifølge dem indikerer Carl Rogers (1955) at dersom en kun ser sine klienter som objekter, vil de ha en tendens til å forbli bare objekter. Jeg tror dette er overførbart til alle relasjoner en har, også utenfor rådgivning. Subjekt/objekt dynamikken viser seg i våre dialoger, som ifølge Kvalsund og Allgood (2008) ofte egentlig er adskilte monologer. En går inn i en samtale med en person der hovedinteressen ikke er den andre personen i seg selv, men hvordan personen kan hjelpe deg til å dekke dine behov. Dette sammenfaller med teoriene fra The arbingers institutt(2008) som er presentert over. En tar ikke hensyn til at den andre har egne behov og virkelighetsoppfatninger, og personen blir objekt for oss. De fleste individuelle samtaler en har representerer nettopp et slikt subjekt-objekt forhold, sier Agyris, Putman og McLain (1985, henvist til i Kvalsund & Allgood, 2008). De som snakker sammen blir objekter for hverandre, og i slike samtaler mener Agyris et al. at personlig mestring og konkurranse vil være viktige verdier for oss.

Det er naturlig å trekke inn den konstruktivistiske utviklingspsykologen Robert Kegan når en snakker om subjekt/objekt dynamikken. Kegan (1982) skiller mellom to personlighetsstrukturer. Den ene er selv-som-subjekt, og den andre er selv-som-objekt. Den første strukturen er der en danner sin virkelighet, mens den siste er det aspektet av ens bevissthet som kan observeres bevisst. Han sammenligner selv-som-subjekt med linsen en ser seg selv og verden gjennom, og poengterer at linsen i seg selv er det eneste en ikke kan observere. Forholdet mellom selv-som-subjekt og selv-som-objekt er i konstant endring, siden det som er subjekt i et utviklingsstadium kan bli objekt i et senere utviklingsstadium (Kegan, 1982; Carey, 1999; Berger & Fitzgerald, 2002). Kegan (1982) sin teori sier at mennesker ikke *har* ting som er subjekt for en, ting som er subjekt *har* oss, da de ikke er

tilgjengelig for refleksjon. En viktig del av personlig utvikling er i følge Kegan å flytte flest mulige ting fra subjekt til objekt, da en derved har mulighet til å se, reflektere over, handle etter og ta ansvar for disse tingene. Dette vil gi et mer sammensatt verdenssyn. Når en oppdager at ens verdenssyn, sannheter og antagelser er av begrenset natur, er det naturlig å stritte i mot denne oppdagelsen. En tolker gjerne heller situasjoner på en måte som passer inn i ens eksisterende syn, og en velger selektivt hvilken informasjon en tar til seg. På den måte kan en bevare sine sannheter (Kegan, 1982; Carey, 1999; Berger & Fitzgerald, 2002). Dette sammenfaller med bekreftelsestilbøyeligheten jeg tidligere har forklart. Å forkaste egne sannheter tror jeg kan være smertefullt, da en må innrømme for seg selv at en har tolket seg selv og verden feil over tid. Ens verdenssyn og selvbylde er det som dirigerer våre tanker og handlinger, og en vil kanskje oppdage at man har gjort både seg selv og andre urett med sitt tidligere syn. Molly Young Brown (2009) påpeker at når selvbevisstheten øker, må en forholde seg til følelser, tanker og adferd som kan være vanskelig å vedkjenne seg. Det er en grunn til at disse har vært skjult for ens bevissthet, da de ofte representerer sider av oss selv vi ikke ønsker å erkjenne.

#### *2.2.5 Min definisjon av subjekt/objekt dynamikken*

Min definisjon av subjekt/objekt dynamikken er sammensatt av de teoriene jeg har presentert i dette kapitlet. I min q-metodologiske forskningsdesign (se tabell 3.1 nedenfor i metode kapittel) har jeg to effekter innenfor denne dynamikken. Den første er «meg-selv», med nivåene -som subjekt, og -som objekt. Effekt nummer to er «andre», med nivåene -som subjekt og -som objekt.

Selv som subjekt: Dette nivået representerer at en ser seg selv som subjekt. En har ikke tilgang til å observere bevisstheten sin og er dermed heller ikke bevisst sin adferd, sine tanker, sine følelser eller sine tolkninger. En *er* disse mekanismene, en *har* dem ikke. En er nødvendigvis heller ikke klar over at alle mennesker persiperer seg selv og verden ulikt, og har derfor en tendens til å tro at sannheten er objektiv. Mye av adferden er automatisert, og en handler og reagerer i tråd med sine etablerte mønstre. En har en sterk bekreftelsestilbøyelighet, og legger dermed kun merke til det som bekrefter ens eksisterende oppfatning. Man har liten grad av selvbevissthet.

Selv som objekt: Dette nivået representerer en person med en utviklet selvbevissthet. En har gjennom å sette fokus innad fått tilgang til å observere bevisstheten sin. Dette fører til at en i større grad er bevisst sine tanker, følelser, tolkninger, og kan dermed ha kontroll over sin adferd. Man er bevisst at mennesker persiperer og konstruerer verden på forskjellige måter, og at vi alle derfor har subjektive verdenssyn og sannheter. En vet at ens egen adferd påvirker relasjoner og samtaler, og

attribuerer egne handlinger både til personlighet og situasjon.

Andre som subjekt: Har en andre som subjekt representerer dette en selvbevisst person. En har forstått at andre ikke er objekter, men mennesker med behov, håp, frykter og usikkerheter på lik linje med seg selv. En respekterer verdenssyn som ikke samsvarer med ens eget, og vet at sannheten er subjektiv. Ser en andre som subjekt gjør man sjeldent den fundamentale attribusjonsfeilen, men forstår at andres adferd også er situasjonsbetinget.

Andre som objekt: Dette nivået representerer en tilbøyelighet for å glemme at andre mennesker også har behov, håp, frykter og usikkerhet. Hovedinteressen i møte med et annet menneske er ikke personen i seg selv, men hvordan denne personen kan hjelpe en til å dekke egne behov.

Representanter for dette nivået gjør nok ofte den fundamentale attribusjonsfeilen, ved å tilskrive andres handlinger mer til personlighet enn til situasjonelle påvirkninger, og en legger kun merke til ting som bekrefter sin eksisterende oppfatning (bekreftelsestilbøyelighet). En «eier» sannheten, og tolker andre ut fra sitt eget verdenssyn. Det å ha andre som objekt sier i seg selv ikke noe om hvor selvbevisst en er, men det indikerer at man ihvertfall ikke har brukt selvbevisstheten til å forstå andre mennesker.

### **2.3 Kommunikasjon**

Når en hører ordet kommunikasjon tenker en gjerne på det som blir eksplisitt og verbalt uttrykt i en samtale. Kommunikasjon er imidlertid mye mer, og handler i følge Kvalsund og Allgood (Kapittel 4 i Thorsen & Allgood, 2010) om å skape en felles forståelse for og tolkning av budskap som formidles mellom sender og mottaker. Dette gjelder både verbal og nonverbal kommunikasjon. Gjennom blant annet kroppsspråk, lytting, blikk og tonefall kan en få tilgang til informasjon som ikke blir verbalisert. Min erfaring er at selv om noe blir kommunisert verbalt, er det ikke sikkert at den kommuniserte meningen blir oppfattet identisk med det som faktisk ble uttrykt. Det en hører vil være avhengig av ens persepsjon, så en må skille mellom observerbare data og ens persepsjon av disse. Det en hører blir tilskrevet mening gjennom det en tolker, gjetter eller formoder var meningen bak ytringen, og ens respons reguleres av hvordan en reagerer på egen tolkning av det som ble kommunisert. Kommunikasjon er en av effektene i min forskningsdesign. Årsaken til dette er at jeg ønsker å se på hvor mennesker henter informasjonen om sine partnere fra, i henhold til subjekt/objekt dynamikken. Hvor stor grad av menneskers forståelse av sine partners subjektivitet er hentet fra det som er kommunisert verbalt, hvor stor grad av forståelsen er egne tolkninger av verbal og nonverbal kommunikasjon, og hvilken av disse to kommunikasjonsformene tror en mest

på og tilegner størst sannhet? Jeg har delt kommunikasjon inn i to nivåer, verbal og nonverbal kommunikasjon. Verbal kommunikasjon er ikke basert på teori, da det simpelthen representerer det man kommuniserer til hverandre gjennom språket.

### *2.3.1 Nonverbal kommunikasjon*

Nonverbal kommunikasjon er det som kommuniseres gjennom nonverbale uttrykk som en ikke har tilgang til gjennom verbale kanaler (Swensen, 1973). Denne kommunikasjonsformen regnes av enkelte som hovedmåten forandringer i kvaliteten av et personlig forhold signaliseres på (Ekman & Frisen, 1968, referert til i Swensen, 1973). Nonverbal kommunikasjon varierer i forhold til situasjoner og kulturer, og forskere innenfor feltet understreker derfor at spesifikke nonverbale signaler ikke kan tillegges en konkret mening. For å forstå den spesifikke meningen av nonverbale signaler må dette studeres innenfor konteksten den eksisterer i.

Kommunikasjonsprosessen inneholder alt som sansene oppfatter, som ord, fakter, holdning og ansiktsuttrykk (Swensen, 1973). Ekman og Frisen (1968, referert til i Swensen, 1973) mener det er flere relasjoner mellom verbal og nonverbal kommunikasjon, og jeg presenterer nå enkelte av disse forholdene. Den nonverbale kommunikasjonen kan være kongruent med det som blir uttalt, for eksempel når en sier en er trist og en ser trist ut. Den kan også formidle meninger som er inkongruente med det som blir verbalisert, eksempelvis når en ser trist ut men sier at en ikke er det. En kan gjennom nonverbal kommunikasjon få tips om hva som kommer til å komme videre i den verbale kommunikasjonen, og det opprettholder og regulerer flyten av en samtale gjennom å indikere om en lytter til det som blir sagt. Dersom to personer er uenige i en diskusjon, kan den nonverbale kommunikasjonen dem imellom også indikere om forholdet likevel fremdeles er tilfredsstillende og sterkt (Swensen, 1973).

For å undersøke hvilke former for nonverbal kommunikasjon en benytter som informasjonsdeling og informasjonsinnhenting i parforhold, konkretiserte jeg det ned til fire aspekter. De aspektene jeg valgte å inkludere i utsagnene var kroppsspråk, lytting, tonefall og blick. Disse aspektene er hentet fra teorier om nonverbal kommunikasjon, og oppmerksomhetsferdigheter. Selv om lytting og blick ikke nødvendigvis kategoriseres som nonverbal kommunikasjon, er dette viktige elementer for ens opplevelse av kommunikasjonsprosessen.

**Kroppsspråk (kinesics):** Kroppsspråk kommuniserer informasjon, og består av enhver kroppsbevegelse man kan dedusere en slags beskjed ut fra, som for eksempel ansiktsuttrykk,



holdning eller gestikulering. Denne kommunikasjonen kan være ubevisst, og uttrykker personligheten til den som kommuniserer. Hovedvekten av informasjon som vises gjennom kroppsspråk er uttrykk for våre følelser, noe mottakeren av informasjonen kan registrere (også ubevisst) og agere på. Man kan kommunisere flere ting gjennom kroppsspråket på samme tid med forskjellige kroppsdelene (Swensen, 1973). Kroppsspråket kan også informere oss om det er kongruens mellom språkformidling og meningsinnhold (Kvalsund, 2009; Swensen, 1973).

Tonefall (paraspråk): Det man kommuniserer gjennom måten en sier ting på, og ikke gjennom ordene en sier (Swensen, 1973; Kvalsund 2009). Ved å legge merke til stemmekvaliteten utvides ens mulighet til å fortolke det som sies. Tonefallet er viktig for å forstå dybden i, og sidene av, innholdet som kommuniseres verbalt. Det er flere aspekter ved paraspråk en bemerker seg, for eksempel om stemmen er skarp eller myk, høy eller lav. En bemerker seg også følelsetonen i stemmen, for eksempel om den virker hard, nølende, rask, urolig, rolig og om den har stakkato rytme eller er i flyt (Kvalsund, 2009).

Blikk: I vestlig kultur er det å ha direkte øyekontakt med personen man lytter til god kutyme. Å ha blikkontakt med dem vi kommuniserer med er en måte å vise respekt på nonverbalt (Ivey, D'Andrea, Ivey & Simek-Morgan, 2009). En viser den andre at en har fokus på dem og det de sier. Mine erfaringer har lært meg at en kan hente mye informasjon ut fra blikket til en person. Dette tror jeg er et kjent fenomen da vi i språket vårt har uttrykk som for eksempel; «hvis blikk kunne drepe», og «øynene er sjelens speil». Øynene er også et viktig sanseorgan når vi innhenter informasjon om andre, og det organet vi bruker for å legge merke til andres kroppsspråk.

Lytting: Lytting er en oppmerksomhetsferdighet, og hjelper mennesker å etablere god kontakt og skape tillitsforhold i våre relasjoner (Kvalsund, 2009). Innenfor teori om oppmerksomhetsferdigheter skilles det mellom passiv og aktiv lytting. En aktiv lytter gir en åpenbar og synlig respons på det som kommuniseres, gjerne verbalt, mens en passiv lytter responderer mer med kroppsspråk som nikking og smiling. Den passive lytteren kan være mer oppmerksom på samtalepartnerens stemmebruk og kroppsspråk, noe som gir et mer holistisk bilde av sammenhengen mellom innholdet i og måten noe blir formidlet på (Kvalsund, 2009). Jeg tror dette kan skyldes at når en selv ikke uttrykker seg verbalt, frigjøres bevisstheten til å være mer oppmerksom på den en snakker med. Gjennom forskning referert til i Kvalsund har man vist at den som snakker ønsker tilbakemeldinger og klar respons fra lytteren. I den generelle populasjonen, som ikke har studert lytteferdigheter, oppfatter jeg et kvalitetskilleville mellom det å *høre* og det å *lytte*.

Lytter man til noen anses dette som en aktiv prosess hvor man forsøker å sette seg inn i og forstå det som kommuniseres, mens det å høre representerer en passiv registrering av ordene som uttrykkes.

## Kapittel 3 – Metode

I dette kapitlet redegjør jeg først for mitt valg av forskningsmetode. Etter en presentasjon av opphavet til Q-metoden, beskriver jeg stegene i en Q-metodologisk forskningsprosess. Jeg synliggjør samtidig for leseren hvordan jeg har gått frem i de ulike stegene, og valgene jeg har tatt i forskningsprosessen argumenteres for fortløpende. Avslutningsvis kommenterer jeg spørsmål om validitet og reliabilitet rundt Q-metodologisk forskning, beskriver etiske betraktninger som er gjort, og reflekterer rundt mitt ståsted som forsker.

### 3.1 Valg av metode

Valg av forskningsmetode er avhengig av hva en ønsker å undersøke da de ulike metodene gir forskjellige type data på fenomener. For å velge den metoden som egner seg best for forskningen, må en derfor først ha en klar problemstilling. Alle metodetilnærmingene har sine styrker og svakheter. Kvantitative metoder er dominerende i den sosialvitenskapelige tradisjonen, og gir data det er mulig å generalisere ut fra, det vil si å gjøre antagelser om populasjonen ved å undersøke et utvalg. De kvantitative metodene kan formulere kausale årsaksforhold, og er presise og kontrollerte. Fenomener måles og telles, og en er mer interessert i nettopp kvantifisering av fenomener enn beskrivelse av dem. Hypotetisk deduktiv metode er mye brukt innen denne metodeformen. Dette innebærer at en formulerer hypoteser basert på teori, som testes i et utvalg. Resultatet av forskningen vil så indikere om hypotesene beholdes eller forkastes. Svakheten til disse metodene er at en kan overforenkle en kompleks menneskenatur, og menneskers subjektivitet og individualitet tas ikke høyde for (Langdridge, 2006).

Innenfor kvalitativ forskning er en interessert i å studere kvalitetene ved fenomener og beskrive disse, og legger til rette for å oppdage nye sannheter om mennesker og verden gjennom bruk av induktiv metode. Ved induksjon utvikler en teori på bakgrunn av data, i motsetning til deduksjon hvor en utvikler hypoteser for å teste teori (Howitt, 2010). En gjør seg antagelser om et fenomen, som en så undersøker ved å eksempelvis observere og/eller foreta dybdeintervju av mennesker som representerer den populasjonen det fenomenet en ønsker å studere eksisterer i. Dette gir data med stor bredde og grundige beskrivelser av fenomener. Generaliserbarhet er ikke et fokusområde innenfor den kvalitative tradisjonen, og en kan heller ikke benytte seg av tradisjonelle begreper som reliabilitet og validitet på dataene. Dette blir sett som en svakhet ved metodene. Styrkene til kvalitative metoder er at de kan gi oss ny innsikt i mennesker og verden, og gjør det mulig å få innblikk i forskjellige sosiale verdener. Metodene tar, i motsetning til kvantitative metoder, høyde

for menneskers subjektive erfaringer (Langdridge, 2006).

Gjennom min forskning ønsket jeg å studere selvbevissthet gjennom se på oppfattelsen av og bevisstheten rundt subjekt/objekt dynamikken, og hvordan dette blir kommunisert i nære relasjoner. Det å basere forskningen min på den subjektive opplevelsen var viktig, siden selvbevissthet i seg selv er en subjektiv dimensjon. I mine litteratursøk fant jeg heller ikke tidligere forskning eller etablerte teoretiske modeller på den valgte tematikken, så jeg kunne ikke dedusere hypoteser ut fra teori. Disse momentene utelukket bruk av kvantitative metoder for min undersøkelse. Jeg visste heller ikke hvilke meningsoppfatninger som eksisterer i populasjonen rundt valgt tematikk, så induktiv eller abduktiv metode fremsto som de aktuelle. Abduktiv og induktiv metode søker begge ny innsikt i fenomener, men det er en forskjell her. Mens en i induktive metoder søker etter å beskrive fenomener, er fokuset innenfor abduksjon å forklare fenomener (Watts & Stenner, 2012). Selv om jeg ønsket å forske på det subjektive, ville jeg samtidig se om jeg fant noen generelle meninger rundt temaet. Ved å velge kvalitative metoder ville jeg kommet dypere i opplevelsene til den enkelte, men hadde måtte gi tapt ønsket om å finne generelle meningsdimensjoner. Valget falt derfor på Q-metoden, hvor jeg kunne kartlegge opplevelsen av og kommuniseringen rundt fenomenet subjekt /objekt dynamikk, samtidig som jeg fikk mulighet til å måle mønstre av forskjeller og likheter i mitt utvalg. Q-metoden legger dessuten til rette for å oppdage noe nytt på en systematisk måte, noe som var viktig siden jeg valgte å forske på et lite dokumentert tema.

### **3.2 Presentasjon av Q – metoden**

Q-metoden så dags lys i 1935, og ble utarbeidet av fysikeren og psykologen William Stephenson (1902-1989). Stephenson var elev av og protegeen til den kjente psykologen Charles Spearman som fant opp faktoranalysen, og Q-metoden baserer seg på denne metodikken. Faktoranalysen var på 30 – tallet, og er den dag i dag, den mest brukte metoden for å kartlegge og sammenligne individuelle forskjeller i relasjon til spesifikke psykologiske karakteristikk og trekk. Faktoranalyse fungerer ved å isolere grupper av variabler, som for eksempel personlighets trekk, evner o.l, og munnert ut i målte resultater som har variert proporsjonalt i utvalgspopulasjonen. Faktoranalysen benytter seg av standardiserte mål, noe som er nødvendig når variabler måles på forskjellige nivå, som for eksempel hvis en ser etter eventuelle korrelasjoner mellom IQ og selvtilfredshet. Gjennom standardisering kan variabler med ulike målenivå sammenlignes direkte. Man standardiserer resultater ved å kalkulere hvor hver av de absolutte skårene (skåren til hver deltager) posisjonerer seg relativt innenfor hele distribusjonen av innsamlede skårer. Avstanden mellom hver enkelt skåre og gjennomsnittsskåren i utvalget regnes ut, og forteller oss hvor mange standardavvik skåren ligger

fra gjennomsnittet. Faktoranalysen benytter normalfordelingskurven for å foreta en estimering av hvordan skårene til hele populasjon normalt sett ville fordelt seg. Gjennom standardisering av skårer vil man imidlertid fremmedgjøre de absolutte/personlige skårene. Dette så Stephenson som et problem. Han påpekte at faktorene som dukker opp i en faktoranalyse, mye på grunn av standardiseringen, ikke ville kunne si noe om forskjellige individers karakteristikk og perspektiver (Watts & Stenner, 2012). Han var kritisk til at menneskers subjektive tanker, adferd og følelser ble redusert ned til objektive målinger, og grunnla derfor en metode hvor subjektiviteten fikk større spillerom (Thorsen & Allgood, 2010). Stephenson ønsket å benytte Q-metoden som et middel for å systematisk og holistisk identifisere blant annet ulike mennesketyper, meninger og humør (Watts & Stenner, 2012).

Subjektivitet var viktig for Stephenson, og er et sentralt begrep innen Q-metoden. Stephenson beskriver subjektivitet som situasjonen slik hvert enkelt individ ser den fra sitt eget ståsted, og den delen av kommunikasjonsuniverset som oppleves som vår egen. Han oppfattet subjektivitet som en adferd som ikke kan observeres av andre siden det er en indre erfaring. Stephenson mente subjektivitet ikke måtte forveksles med mentale konsepter som bevissthet og sinn, men forstås som en aktivitet man bare kan forstå i relasjon til påvirkningen det har på våre nære omgivelser (Watts & Stenner, 2012). Den subjektive atferden kan imidlertid bli gjort til gjenstand for vitenskapelige studier, ved at den tar form i samtaler og forestillinger (Thorsen & Allgood, 2010). Gjennom faktoranalyse finner man i Q-metoden operante faktorer. Det at en faktor er operant henviser til at man oppdager, heller enn tester, hypoteser når man gjennom tolkning av faktorene får en forståelse av hvilke syn faktorene representerer (Kvalsund, 2005). Metoden blir derfor regnet som en abduktiv metode, hvor målet er å oppdage og forklare fenomener. Q-metoden søker objektive mål på subjektive responser og har personer som variabler, isteden for forskjellige tester (Smith, 2001). Dette medfører at metoden ofte anses som en blanding mellom kvantitativ og kvalitativ metode. Deltagerne gir uttrykk for sin subjektivitet gjennom q-sorteringer (forklart under), og gir forskeren mulighet til å gjøre en objektiv sortering av personene. Med objektiv menes det her at man refererer til noen andres subjektive mening (Smith, 2001).

Samfunnsvitenskapelig forskning har tradisjonelt to hovedposisjoner, som er positivistisk og hermeneutisk tradisjon. Q-metoden befinner seg under den hermeneutiske tradisjonen, som ofte refereres til som «fortolkningslæren». I hermeneutikken søker man å fortolke meningsfulle fenomener, og vektlegger viktigheten av at all fortolkning er i stadig bevegelse. Man må se på både helhet og del, samt det som skal tolkes, i forhold til både vår egen forforståelse og konteksten det

tolkes i (Johannesen, Tufte & Christoffersen, 2011). I tillegg til at fortolkning er sentralt i abduktive metoder, vektla Stephenson viktigheten av å ha en holistisk fremgangsmåte å studere menneskers subjektivitet på. Det finnes to tradisjoner innenfor Q-tradisjonen, den konstruktivistiske og den konstruksjonistiske. I Europa benytter vi oss for det meste av den konstruksjonistiske tilgangen. I den konstruktivistiske tradisjon, mye brukt i USA, fokuserer de på psykologiske og personlige aspekter ved meningskonstruksjon, mens man innen den konstruksjonistiske tradisjon er mer opptatt av å identifisere felles sosiale aspekter av de samme konstruksjonene.

### *3.2.1 Kommunikasjonsunivers, Q-utvalg og Design.*

Kommunikasjonsunivers (Concourse) beskrives som enhver samling av stimuli der personer kan uttrykke sine preferanser. Dette universet er i prinsippet uendelig, og representerer all mulig kommunikasjon rundt et tema (Thorsen & Allgood, 2010). Stimuli skal, i så stor grad som mulig, representere de utsagn som totalt sett brukes om et tema i en kommunikasjonskultur, og må være gjenkjennelig for den kulturen man undersøker. Ut fra kommunikasjonsuniverset velger man et utvalg som representerer dette universet. Dette utvalget kalles Q-utvalg. Utvalget vil aldri kunne representere den uendelige populasjonen av utvalg, men søker å hindre at store deler av kommunikasjonsuniverset om temaet utelates. Det er derfor viktig at utvalget er balansert. Deltagerne i Q-metoden gis dette stimulifeltet (Q-utvalg) hvor de uttrykker sine subjektive responser, og dette gir igjen grunnlaget for å vurdere helheten gjennom representative design (Kvalsund, 2005). I denne studien er stimuliene 40 forskjellige utsagn, og det er disse utsagnene deltagerne i forskningen benytter under sorteringene.

For å ivareta ønsket om et balansert og representativt utvalg av utsagn, benyttet jeg meg av Fisher's balanserte blokkdesign. Dette tvinger en til å tenke helhetlig og teoretisk om temaet, og fungerer som et hjelpemiddel for å skape et balansert utvalg som representerer ulike syn blant deltagerne i forskningen. Dersom utsagnene er ubalanserte og en samler for mange utsagn innenfor et bestemt syn, får ikke sortereren mulighet til å representere andre og avvikende syn. Når en utformer utsagnene er det også viktig at de balanseres i forhold til å ha en positiv eller negativ ordlyd, slik at en får med de forskjellige meningsdimensjonene og fanger opp mest mulig nyanser (Thorsen & Allgood, 2010). Min forskningsdesign er presentert i tabell 3.1 under.

**Tabell 3.1** Eksperimentell design basert på Fisher`s balanserte blokkdesign

Effekter	Nivå	Nivå	Celler
Meg-selv-som	Subjekt (a)	Objekt (b)	2
Andre-som-	Subjekt (c)	Objekt (d)	2
Kommunikasjon	Verbal (e)	Nonverbal (f)	2

Tabell 3.1 over viser at den første effekten jeg har valgt er «Meg selv som», og har nivåene subjekt og objekt. Dette representerer den oppfatningen en har av seg selv, og deles inn i om man ser på seg selv som subjekt, eller som objekt. Den andre effekten er «Andre-som». Denne effekten deles også inn i nivåene subjekt og objekt, og representerer om man ser på andre som subjekt eller objekt. I min undersøkelse er partneren representant for «andre». Den siste effekten jeg har er kommunikasjon, som deles inn i nivåene verbal og nonverbal. I det at noe kommuniseres verbalt legger jeg at det eksplisitt uttrykkes i samtaler. Det nonverbale nivået representerer informasjon en får tilgang til gjennom kroppsspråk, blick, lytting og tonefall. Teoriene jeg har lagt til grunn for min design har jeg redegjort for i teorikapittelet (Kapittel 2).

For å finne kommunikasjonsuniverset innenfor mitt tema var det ikke nok for meg å basere dette på teori. Dette fordi jeg ikke fant konkrete teoretiske modeller som representerte subjekt/objekt dynamikken jeg var ute etter å studere. Jeg fant det derfor nødvendig å skrive utsagn som representerte kombinasjonene av de ulike cellene (forklart under tabell 3.2) individuelt, basert på min definisjon av denne dynamikken. Min egen definisjon er basert på teorier om blant annet selvbevissthet, subjekt-objekt relasjon og attribusjonsteorier presentert i kapittel 2. Dette gjelder kun for de to første effektene i designen, som representerer det synet en har på seg selv og det synet en har på sin partner. Siden jeg ikke har brukt teoretiske modeller som utgangspunkt for subjekt/objekt dynamikken, vil utsagnene fra denne dynamikken ofte mer implisitt enn eksplisitt representere de forskjellige synene. Den siste effekten som er kommunikasjon, er i større grad basert på teoretiske modeller. Her har jeg forsøkt å være eksplisitt i min representasjon av de nonverbale kommunikasjonsuttrykkene jeg har vektlagt. Cellekombinasjonene viser jeg under.

**Tabell 3.2** 8-kategorikombinasjon

1. ace	5. bce
2. acf	6. bcf
3. ade	7. bde
4. adf	8. bdf

Kategorikombinasjonene dannes ved å multiplisere nivåene for effektene, og gir i min design  $2 \times 2 \times 2 = 8$  celler. En celle representerer hvert nivå i en vertikal sammensetning, og de tre effektene bygges derved inn i hvert utsagn. For å representere og balansere cellene godt utformer man flere utsagn innenfor hver celle. I min undersøkelse er hver celle representert med fem utsagn, noe som gir et totalt utvalg på  $8 \text{ celler} \times 5 \text{ utsagn} = 40 \text{ utsagn}$ . Selv om utsagnene for hver celle skal representere cellen ved å uttrykke noenlunde det samme innholdet, har jeg forsøkt å variere dem slik at de kan fremstille nyanserte stimuli (Thorsen & Allgood, 2010).

For å danne utsagn har jeg forsøkt å sette meg inn i hvordan synet til hver cellekombinasjon oppleves subjektivt. Jeg har de siste fem årene vært spesielt interessert i subjekt/objekt dynamikken, og bevisst observert samtaler i mitt nærmiljø og i media i et forsøk på å merke meg «typiske» uttalelser som representerer de forskjellige subjekt-objekt synene. Jeg har også reflektert over egne samtaler for å identifisere hvor jeg og min partner stiller oss innenfor denne dynamikken i forskjellige situasjoner. Mine tolkninger har jeg så kunne sjekket ut med min partner, for å se om hans opplevelse av dynamikken samsvarte med min. Jeg har i tillegg hatt mange samtaler med venner, medstudenter og lærere om dette temaet, og gjennom dette fått tilgang på utsagn de tror er typiske for cellekombinasjonssynene. Selv om jeg har basert min definisjon av subjekt/objekt dynamikken på teorier, er de observasjonene jeg har gjort meg subjektive tolkninger, noe som kan gå ut over den vitenskapelige tyngden i min forskning. For å veie opp for dette, forsøker jeg å være tydelig i mine definisjoner, samt å gjøre forskningen min så transparent som mulig. Leseren skal ha tilgang på vurderingene jeg har gjort underveis, og på teoriene jeg bygger mine antagelser og definisjoner på.

For å vise leseren hvordan jeg har gått frem for hver cellekombinasjon viser jeg celle 1 (ace) som eksempel. Celle 1 representerer et syn som ser på seg selv som subjekt og på andre som subjekt, og har tilgang til denne dynamikken via verbal kommunikasjon. Etter min egen definisjon vil en person som ser på seg selv som subjekt ikke ha tilgang til å observere bevisstheten sin, og er dermed heller ikke bevisst sin adferd, sine tanker, sine følelser eller sine tolkninger. En *er* disse mekanismene, en *har* dem ikke. En er nødvendigvis heller ikke klar over at alle mennesker persiperer seg selv og verden ulikt, og har derfor en tendens til å tro at sannheten er objektivt. Mye av adferden er automatisert, og en handler og reagerer i tråd med etablerte mønstre. En har en gjerne sterk bekreftelsestilbøyelighet, og legger kun merke til ting som bekrefter sin eksisterende oppfatning. En har en liten grad av selvbevissthet.



En person som ser på andre som subjekt representerer en mer selvbevisst person. En har forstått at andre ikke er objekter, men mennesker med behov, håp, frykter og usikkerheter på lik linje med en selv. En respekterer verdenssyn som ikke resonerer med ens eget, og mener at sannheten er subjektiv. Ser en andre som subjekt gjør en sjelden den fundamentale attribusjonsfeilen, men forstår at andres adferd også er situasjonsbetinget.

En ser av mine definisjoner at det er enkelte motsetninger mellom det å se seg selv som subjekt og samtidig se sin partner som subjekt. En viktig kontradiksjonen er at i det første synet er en lite selvbevisst, mens man i det andre er mer selvbevisst. Slike kontradiksjoner vil en finne i flere av cellekombinasjonene, noe som medfører at ikke alle sidene av hvert enkelt nivå vil være representert i hvert av de respektive utsagnene. Dette har jeg avveid i forhold til cellenivåkombinasjonene. I utsagnene som representerer Celle 1 har jeg for eksempel valgt å ikke bruke setninger som eksplisitt vektlegger selvbevissthet, siden disse er motstridene i de to nivåene av subjekt-objekt synet. Jeg anser ikke dette som et problem siden selvbevissthet er eksplisitt uttrykt i mange av de andre cellekombinasjonsutsagnene, og vil dermed dukke opp i faktortolkningen når en ser på hvor utsagnene plasseres i forhold til andre utsagn.

Et eksempel på utsagn fra Celle 1 kombinasjonen er setning 26: «Når vi er uenige, er det viktig for meg å se saken fra den andres perspektiv.» Dette er en setning som eksplisitt representerer det å se sin partner som subjekt, da man innser at partneren ikke er et objekt men et menneske med sitt eget verdenssyn. Det at utsagnet vektlegger at det er *viktig* å se saken fra den andres perspektiv, indikerer at man har respekt for andres syn og perspektiver. Utsagnet sier ingenting om eget verdenssyn, noe som implisitt kan representere en person som ser på seg selv som subjekt. Personen har, etter min definisjon av selv-som-subjekt, ikke tilgang på å anskue sin egen bevissthet. Det verbale elementet i setningen ligger under setningsdelen «når vi er uenige». Det å være uenige med noen indikerer at både en selv og partneren verbalt har uttrykt sine standpunkt. Så hvilke personer representerer dette synet? Det kan være en person som underminerer viktigheten av sine egne behov, tanker, følelser og sannheter, og som stoler mer på sin partners tolkninger enn sine egne. Det kan også være en person som er trygg i seg selv og ikke er redd for å uttrykke sine subjektive meninger, men som på samme tid respekterer sin partners syn og ståsted. Mulighetene og variasjonene er mange.

For å forsikre meg om at utsagnene jeg endte opp med var forståelige og relevante i forhold til temaet jeg valgte, fikk jeg tre personer til å lese gjennom Q-utvalget mitt. Jeg fikk tilbakemeldinger som førte til at jeg gjorde endringer i enkelte av utsagnene. De fleste tilbakemeldingene gikk ut på

at utsagnene var forståelige og lett å relatere til, men at de kunne være vanskelig å si seg enig eller uenig i. Dette gjaldt spesielt setninger hvor de forskjellige nivåene presenteres eksplisitt, hvor de kunne være enig i en del av setningen, men ikke like enig i den andre delen av setningen. Dette kjenner jeg meg igjen i fra første gang jeg var deltager i en q-metodologisk undersøkelse, og skulle sortere Q-utvalg. To av de som kontrollerte for meg er masterstudenter ved NTNU under andre fakulteter enn meg. Gjennom utdanninger som benytter seg av kvantitative og kvalitative metoder er man drillet i å ikke ha tvetydige setninger i forskning, samt å stille ett spørsmål av gangen (Langdridge, 2006). Personlig tror jeg, og erfarte selv, at forkunnskapen en har om metodologi gjør denne tvetydigheten vanskelig. Noe som styrket denne antagelsen for meg er at person nummer tre som kontrollerte utsagnene, som ikke har universitetsutdanning, ikke fant denne tvetydigheten problematisk i det hele tatt. Det er vanskelig å komme seg unna en viss tvetydighet i Q-utvalget dersom en skal få med seg alle nivåene hver enkelt celle representerer.

### *3.2.2 Personutvalg – P-sett*

Utvalget i en Q-metodologisk undersøkelse blir omtalt som P-settet, og representerer deltagerne i forskningen som skal gjennomføre sorteringene av Q-utvalget. P-settet velges av forskeren, og skal være representative for det temaet som studeres. Dette innebærer at de har meninger om temaet som studeres, og vil kunne bidra til å nyansere meningsdimensjonen (Thorsen & Allgood, 2010). Temaet for min forskning er selvbevissthet som kommer til uttrykk gjennom subjekt/objekt dynamikken, og hvordan dette kommuniseres. For å få tilgang til det meningsuniverset jeg ønsket å studere, valgte jeg å forske blant par som har vært samboere i minst fem år. Grunnen til at jeg valgte denne relasjonen som bakteppe for forskningen min er at min egen erfaring og intuisjon fortalte meg at subjekt/objekt dynamikken kan være lett å få tilgang til i nære relasjoner. Kjenner en et menneske godt, har en gjerne en ganske klar oppfatning om hvem denne personen «egentlig» er. Jeg tror også det er lett å falle inn i faste handlingsmønstre når en omgås den samme personen daglig over lang tid. Et annet aspekt som gjorde at jeg valgte par-relasjonen er at en gjennom et langvarig forhold som regel er trygg nok til å kommunisere sin egen subjektivitet. Disse antagelsen har jeg sjekket ut gjennom personlige samtaler. Alle jeg har snakket med har personlig erfaring med dårlige relasjoner til mennesker som står dem nært, mye på grunn av subjekt/objekt dynamikken. Dette være seg en storebror som ikke respekterer ditt verdenssyn, men påstår du vil forstå sannheten når du blir like gammel og klok som han. Det kan være en bestevenninne som alltid kritiserer dine valg, som ifølge hennes verdenssyn er de feile valgene for deg, og så videre.

Mitt P-sett besto egentlig av fire heterofile par, men da det ene paret trakk seg i slutten av

prosessen, endte jeg opp med tre par. Jeg og min ektemann var ett av parene i utvalget, og de andre to parene er venner av oss. Parene er i aldersgruppen 27 – 40 år, og har vært samboere eller gift i fem år eller mer. Jeg har med andre ord et bekvemmelighetsutvalg. Svakheten med dette er at deltagerne, i kraft av å være mine venner, representerer et homogent utvalg. Dette kan føre til at de meningsdimensjonene som dukker opp i analysen ikke nødvendigvis er representative for andre par. Grunnen til at jeg valgte å bruke venner som deltagere har med forskningens natur å gjøre. Gjennom sortering av utsagnene blir en konfrontert med det synet en har på sin partner, og med sin egen evne til selvbevissthet. Dette kan åpne opp for mange prosesser. I og med at deltagerne er mine gode venner kunne jeg følge dem opp etter sorteringene, og være der som en støttende rådgiver hvis behovet meldte seg. Et annet element var at jeg anmodet om å være så ærlig som overhodet mulig, og stole på intuisjonen og sin første innskytelse under sorteringene. Det var mange utsagn som skulle sorteres, og et krevende tema. Jeg føler meg sikker på at mine deltagere har tatt dette seriøst, og forsøkt å etterkomme mine anmodninger så langt det lot seg gjøre.

### *3.2.3 Instruksjonsbetingelser*

Instruksjonsbetingelser er en veiledning som angir hvilken situasjon og retning innenfor det temaet som er valgt deltagerne skal fokusere på når de sorterer utsagnene. Utsagnene kan fremstå som kun beskrivende fakta uten mening, så instruksjonen er det som gir mening til hvordan en skal gi dem verdi i forhold til egen subjektivitet (Kvalsund, 1998). I mitt studie hadde jeg fire forskjellige instruksjonsbetingelser, som representerte fire forskjellige fokusområder. Dette medførte at hver deltager sorterte de samme utsagnene fire separate ganger. Grunnen til at jeg valgte å ha fire forskjellige instruksjonsbetingelser var for å få tilgang til flere aspekter av subjekt/objekt dynamikken. De fire instruksjonsbetingelsene var som følger:

Første sortering: Min oppfatning av meg selv

Andre sortering: Min oppfatning av min partner

Tredje sortering: Min partners oppfatning av seg selv

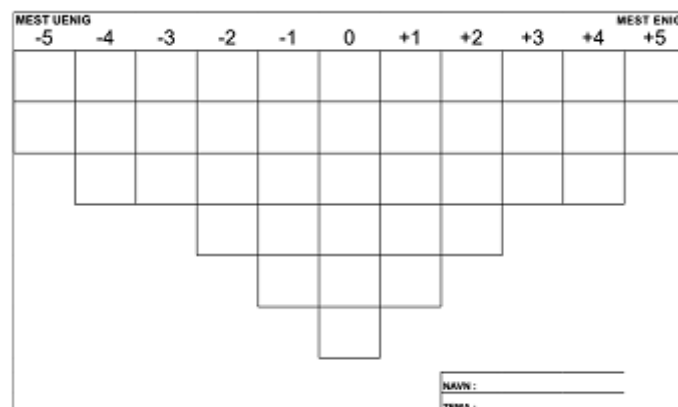
Fjerde sortering: Min partners oppfatning av meg

Første og andre sortering vil kunne gi tilgang til hvordan en oppfatter seg selv og sin partner i forhold til subjekt/objekt dynamikken i forholdet. Disse er selvrefererende. Tredje og fjerde sortering forutsetter at en forsøker å tre inn i en annen persons verdenssyn. Disse sorteringene vil være mer basert på antagelser og tolkninger en har gjort seg. Jeg antar at det her kan avdukes meninger deltagerne selv ikke nødvendigvis er bevisste. Målet med undersøkelsen er å få tilgang på

meningsuniverser rundt tematikken. Ønsket var at jeg med disse fire instruksjonsbetingelsene kunne fange opp et bredere og mer representativt univers, enn jeg ville oppnå med kun en instruksjonsbetingelse. Instruksjonsbetingelsene skrev jeg på hver enkelt av de respektive matrisene de skulle sortere i, så fokusområdet var synlig under hele sorteringsprosessen. Jeg vektla viktigheten av å ha flere dager mellomrom mellom de ulike sorteringene, slik at man ikke blandet de forskjellige fokusområdene.

### 3.2.4 Q-sortering

Q-sortering er handlingen P-settet (deltagerne) gjør gjennom å sortere Q-utvalget (utsagnene) i faste matriser, og det er her deltagerne gir et bilde av sin subjektivitet. Ved å tolke og reflektere rundt utsagnene og rangere dem i forhold til hverandre, vil sortereren kunne gi et bilde av egne meninger (Thorsen & Allgood, 2010). Dette bildet vil kunne variere fra dag til dag avhengig av blant annet humør og dagsform, noe som indikerer at den subjektiviteten man henter er befestet i det synet sortereren har «her og nå» (Watts & Stenner, 2012; Thorsen & Allgood, 2010). Det er viktig at deltagerne setter seg inn i det fokusområdet som er gitt ved hver sortering. Jeg hadde i min undersøkelse 40 utsagn (5 utsagn for hver celle), og matrisen jeg benyttet er vist under i figur 3.1.



Figur 3.1 Sorteringsmatrisen

Deltagerne sorterer utsagnene i forhold til graden de er enige eller uenige i dem i henhold til instruksjonsbetingelsene. De utsagn de er mest enige i plasseres på +5, og de utsagn de kjenner seg minst igjen i plasseres på -5. Nøytrale utsagn, det vil si de utsagnene som ikke vekker sterke følelser eller gir mening til deltagerne, plasseres rundt verdien 0. De ferdigutfylte matrisene gir et helhetlig og rikt bilde som inneholder mye informasjon ut ifra rangeringen av utsagnene i forhold til

hverandre. De skildrer deltagernes syn, ståsted og subjektive sinnstilstand gjennom sorteringsprosessen (Allgood, 1994/1995; Thorsen & Allgood, 2010; Watts & Stenner, 2012). Utformingen av matrisen har utgangspunkt i normalfordelingskurven, og har dermed størst antall utsagn plassert i midten (-1, 0, +1) og få i ytterkantene (-5, +5) (Watts & Stenner, 2012). Det antas også at kun noen få utsagn i utvalget blir ekstremt viktige for sortereren (+5, -5, +4, -4). Disse representerer sterke positive og negative meninger, og bli ansett som å ha høy psykologisk signifikans. Utsagn som plasseres rundt 0 er nøytrale, og har lav psykologisk signifikans. En kan på forhånd ikke estimere hvilke utsagn som har liten, stor eller ingen psykologisk signifikans, da dette varierer fra person til person. Det er dette som er grunnlaget for å få tilgang til forskjellige subjektive syn, og de operante faktorene ender opp med (Thorsen & Allgood, 2010).

Q-utvalget og matrisene ble sendt i posten til mine deltagere, sammen med en veiledning for gjennomføring av sorteringene og et følgebrev (Vedlegg 7 og 8). Deltagerne sorterte hjemme hos seg selv, og hadde en måned på å utføre de fire sorteringene. Jeg var tilgjengelig på telefon og mail under hele sorteringsperioden, slik at eventuelle uklarheter kunne oppklares. Utsagnene er randomiserte og nummerert tilfeldig i forhold til designen.

### *3.2.5 Faktoranalysen*

Faktoranalysen i denne studien ble gjort ved hjelp av dataprogrammet PQMethod 2.11 for Windows (Schmolk, 2002). Her analyseres datamaterialet statistisk etter man har lagt inn verdiene fra alle sorteringene. Man får frem faktorer som representerer de underliggende strukturene i temaet som undersøkes ved å klassifisere variablene, som her er de ulike sorteringene (Allgood, 1994/1995). Faktorene representerer med andre ord delte meninger og syn som samvarierer i sorteringene. Gjennom analysen får man også mål på i hvor stor grad hver enkelt Q-sortering vektet på, det vil si er typiske for, de respektive faktorene. Hvor mye faktorene korrelerer med hverandre er av betydning. Dersom faktorer har høy korrelasjon indikerer dette at meningsdimensjonene faktorene representerer har mange likhetstrekk. Ved lav korrelasjon indikerer dette to ulike meningsdimensjoner rundt temaet. Det er viktig å understreke at faktorene ikke representerer enkelte deltagere, men grupperinger av subjektivitet (Watts & Stenner, 2012). Når faktorene foreligger gjenstår det en omfattende analyse- og fortolkningsprosess. Man forsøker her å sette seg inn i subjektiviteten faktorene representerer ved å bruke abduktiv logikk (se avsnitt 3.1/3.2).

I denne undersøkelsen sorterte seks personer de samme utsagnene fire ganger med forskjellige instruksjonsbetingelser, noe som gir 24 separate sorteringer. Sorteringene ble skrevet inn i

analyseprogrammet, og det ble kjørt en varimax faktorrotasjon. Ved hjelp av faktorrotasjonen synliggjorde to distinkte faktorer seg, som var de jeg endte opp med å bruke som grunnlag for analysen. Alle deltagerne i undersøkelsen var representert i de to faktorene, med henholdsvis fem deltagere på faktor 1 og to deltagere på faktor 2. En av deltagerne vektet på faktor 1 på to av sorteringene, og på faktor 2 i de andre to sorteringene, noe forklarer hvorfor det er syv representasjoner fra seks deltagere (se vedlegg 3). Korrelasjonen mellom faktorene var svært lav (2.5%), noe som indikerer at de viser til to ulike meningsdimensjoner, såkalte rene faktorer (Thorsen & Allgood, 2010). Deltagere som vektet høyt på en av faktorene vektet lavt på den andre faktoren, noe som kan bekrefte at faktorene representerer forskjellige meningsoppfatninger og syn rundt temaet. To-faktorløsningen jeg valgte har en forklart varians på  $39\% + 11\% = 50\%$ . Dette sier oss at 50% av alle mulige meninger om temaet fanges opp av faktorene. Det sier også at 50% av meninger om temaet ikke fanges opp. Deler av meningsinnholdet vil imidlertid alltid forsvinne ved en faktorrotasjon. Dette er fordi ikke alle utsagnene har et meningsinnhold som er relevante for deltagerne som representerer de valgte faktorene. (Forklares grundig i kapittel 4.)

### **3.3 Kvaliteten til undersøkelsen**

Innenfor forskning er begrepene validitet og reliabilitet beskrivende for kvaliteten av forskningen. Validiteten antyder om undersøkelsen faktisk måler det man ønsker å måle, og reliabiliteten sier noe om hvor stabilt det vi måler er i kraft av å produsere de samme resultatene ved gjentatte målinger (Langdridge, 2006). Man kan imidlertid ikke fastsette kriterier for validitet på subjektive meninger, og i fravær av slike kriterier blir det å snakke om validitet i Q-metoden meningsløst (Watts & Stenner, 2012). Ved at deltagerne er aktive i forskningen gjennom å sortere utsagn ut fra egne meninger og følelser, som igjen gir faktorer som representerer ulike meningsdimensjoner, mener Watts og Stenner (2012) er bevis nok på at Q-metoden er en valid forskningsmetode. Man kan heller ikke måle reliabiliteten i Q-metode på samme måte som ved andre forskningsmetoder. Gjentatte sorteringer av samme utsagn, utført av samme deltager, med den samme instruksjonsbetingelsen, vil si mer om reliabiliteten til deltageren enn metoden. Det eneste målet på reliabilitet en kan forvente å finne i Q-metoden er dersom en finner samsvarende faktorer i lignende Q-metodologiske undersøkelser, med et tilsvarende utvalg av deltagere (Watts & Stenner, 2012). For å sikre at man måler det en er ute etter å måle (validitet), blir personutvalget i en Q-metodologisk undersøkelse viktig. Man må velge deltagere man tror har erfaring med og innsikt i temaet som studeres, spesifisere et definert fokusområde, samt gi en klar instruks på hvordan sorteringene gjennomføres. Det er også viktig å være tilgjengelig for spørsmål under sorteringsprosessen, slik at mulige misforståelser og usikkerheter kan rettes opp underveis. Når jeg

var ferdig med faktoranalysen gjennomførte jeg en «member-check», som er et post intervju av deltagerne som lader høyest på faktorene. Jeg presenterte her min tolkning av faktorene for å se om deltagerne kjente seg igjen i den, noe som var en måte å reliabilitetsteste forskningen på.

### **3.4 Etiske betraktninger**

Jeg har i min forskning forholdt meg til retningslinjene for god forskningsetikk, utarbeidet av Norsk forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (2006). Alle deltagerne mottok skriftlig informasjon der de ble informert om prosjektet, opplyst om at de kunne trekke seg fra undersøkelsen når som helst uten å oppgi grunn, og at opplysningene som ble innhentet ville bli anonymisert og behandlet konfidensielt. Informasjonsbrevet fungerte også som en samtykkeerklæring, og ble signert og innsamlet fra alle deltagerne (se vedlegg 6). I og med at studien omhandler forskning på mennesker, ble den søkt inn og godkjent hos Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) (se vedlegg 9). For å ivareta kravet om anonymitet og konfidensialitet har deltagerne blitt tilskrevet fiktive navn i dataanalysen, og data som kan identifisere deltagerne har vært innelåst i min leilighet gjennom hele prosessen. Materiell med identifiserbare opplysninger vil bli destruert ved prosjektets slutt.

### **3.5 Forskerrollen**

Hvordan en utformer og analyserer forskning vil i stor grad avhenge av hvilken vitenskapstradisjon en selv tilhører. Den vitenskapsteoretiske tradisjonen en forsker stiller seg under avhenger av forskerens syn på epistemologi og ontologi, og avgjør i stor grad hvilken metodologi en bruker for å avdekke den kunnskapen en søker (Sohlberg & Sohlberg, 2009). Jeg anser meg selv som å tilhøre den eksistensialistisk-humanistiske tradisjonen, som igjen stiller seg under den hermeneutiske tradisjonen (beskrevet på side 16). Denne tradisjonen fokuserer på menneskers relasjoner til hverandre, og bygger på forståelsen av at mennesker selv har makt til å kontrollere sitt eget liv og sin skjebne (Ivey et al., 2009). Mine egne antagelser og forforståelser om temaet jeg undersøker vil påvirke hele forskningsprosessen, helt fra produsering og utvelgelse av utsagn, til analysen jeg gjør av faktorene. Prosessen hvor man forsøker å frigjøre seg fra forutinntatte ideer en har om det temaet en undersøker blir kalt for epochè eller bracketing, og ansees av mange som en umulighet (Langdridge, 2006). Dette er en oppfatning jeg stiller meg bak. Når jeg analyserte faktorene forsøkte jeg derfor å være bevisst min egen forforståelse, slik at jeg kunne åpne opp for nye innsikter. Første delen av faktortolkningene mine gjorde jeg sammen med en av mine medstudenter som ikke hadde forkunnskap om min forskningsdesign, noe som gav mulighet til å oppdage meninger jeg ellers kunne oversett grunnet min egen forforståelse av temaet.

## Kapittel 4 - Presentasjon av funn

I dette kapittelet synliggjør jeg først fremgangsmåten jeg brukte for å ekstrahere en to-faktorløsning. (Vurderingen jeg tok om å ekskludere faktor 3 er forklart i vedlegg 10). Deretter presenterer og beskriver jeg to-faktorløsningen med utgangspunkt i tabell 4.1, og ser på korrelasjonen mellom faktorene. Etter presentasjon av faktorene vises faktorfortolkningene jeg har gjort.

Faktorfortolkningene ble gjort ved å se på plasseringen av de ulike utsagnene i gjennomsnittssorteringene for faktorene (se vedlegg 2). Faktorene fortolkes hver for seg, samt at jeg sammenligner faktorene ved å se på likheter og forskjeller mellom dem.

### 4.1 Fremgangsmåte

Den statistiske analysen i denne studien ble gjort ved hjelp av dataprogrammet PQMethod 2.11 for Windows (Schmolck, 2002), og det ble kjørt en Varimax rotasjon. Varimax rotasjon søker å forsikre at hver Q-sortering definerer, det vil si vektet høyt på, bare *en* av studiets faktorer. Faktorene posisjoneres deretter slik at den totale faktorløsningen maksimerer mengden forklart varians i studien. En velger så ut faktorer som kan gi mening til eller forklare temaet, og som ikke har mindre enn to personer som lader på og definerer faktoren. En viktig karakteristikk av de faktorene en til sist velger å bruke er at de burde redegjøre for så mye av variansen i den originale korrelasjonsmatrisen som mulig (Watts & Stenner, 2012).

Eigenverdi og variansmål indikerer styrken til, og den potensielle forklaringsmakten til ekstraherte faktorer. Forklart varians indikerer hvor stor prosentandel av alle mulige meninger som fanges opp av faktorene. Jeg har i denne studien fokusert på to faktorer. Faktor 1 forklarer 39% av den delte variansen i denne studien, altså over en tredjedel av alt sorteringene har til felles. Faktor 2 forklarer 11% av delt varians (se tabell 4.1 under). Tilsammen forklarer de to faktorene 50% (39% + 11%), altså halvparten av alle mulige meninger om temaet. Forklart varians mellom 35-40%, eller høyere, er ansett som en sterk løsning på grunnlag av felles faktorer (Watts & Stenner, 2012). Eigenverdien indikerer en faktors statistiske styrke og forklaringsmakt. Man beholder helst bare faktorer med eigenverdi over 1. Dette er fordi at dersom eigenverdien til en faktor er mindre enn 1, redegjør den for mindre av variansen i studien enn en enkel sortering. Eigenverdien til Faktor 1 er i min undersøkelse 9.3806, og eigenverdien for Faktor 2 er på 2.6379. Ifølge Watts og Stenner (2012) er høye eigenverdier og høy forklart varians generelt ansett som et godt tegn.



## 4.2 Presentasjon av to-faktorløsningen

Tabell 4.1 Faktorladninger hvor X markerer sorteringer som definerer faktoren

Nr	Q-sortering	Faktor 1	Faktor 2
1	F3	<b>0.8618X</b>	-0.0114
2	E3	<b>0.8566X</b>	0.0611
3	E4	<b>0.8542X</b>	0.0455
4	F4	<b>0.8528X</b>	0.0623
5	E2	<b>0.8522X</b>	0.1115
6	E1	<b>0.8282X</b>	0.0124
7	A1	<b>0.7750X</b>	-0.1060
8	B1	<b>0.7688X</b>	0.0313
9	C1	<b>0.7362X</b>	0.3219
10	B3	<b>0.7219X</b>	0.0260
11	F2	<b>0.7092X</b>	-0.0835
12	F1	<b>0.7050X</b>	0.2691
13	C2	<b>0.6570X</b>	0.4127
14	B4	<b>0.5891X</b>	-0.1905
15	A3	<b>0.5082X</b>	-0.3674
16	B2	<b>0.4877X</b>	0.2887
17	A2	<b>0.4570X</b>	-0.3533
18	A4	<b>0.4186X</b>	-0.0228
19	C3	0.0019	<b>0.7967X</b>
20	C4	-0.0618	<b>0.6507X</b>
21	D1	-0.0252	<b>0.5814X</b>
22	D2	-0.1103	<b>0.5584X</b>
23	D4	0.1818	<b>0.3577X</b>
24	D3	0.1825	0.2685
%	<b>Eksp.variance</b>	<b>39</b>	<b>11</b>
	<b>Eigenvalues</b>	<b>9.3806</b>	<b>2.6379</b>

Tabell 4.1 gir en oversikt over to-faktorløsningen, der sorteringer som definerer faktoren er markert med X. Tallet foran hver X indikerer hvor høyt den enkelte sortering korrelerer med faktorene. Jeg har konstruert faktoroppsettet slik at faktor 1 viser ladningene fra Q-sortering 1-18, og faktor 2 fra 19-23. For å gi en bedre oversikt over faktorstrukturen er nummerrekkefølgen på personene endret i forhold til den opprinnelige faktormatrisestrukturen (se vedlegg 3). Navnet til deltagerne som har

sortert er anonymiserte, og representeres her med bokstavene A-F etterfulgt av numrene 1-4. I min undersøkelse utførte deltagerne fire sorteringer. Hver person er representert med en bokstav, og de ulike sorteringene personen har sortert i forhold til de ulike instruksjonsbetingelsene representeres med nummer. For eksempel er A1 personen A, som presenterer sin oppfatning av seg selv. A2 er person A som presenterer sin oppfatning av sin partner, etc. (se teorikapittelet for de forskjellige instruksjonsbetingelsene). Deltagere A, C og E er kvinner, og B, D og F er menn.

Faktor 1 defineres av atten sorteringer, og faktor 2 defineres av fem sorteringer. En av sorteringene (D3) lader ikke signifikant på de to ekstraherte faktorene. Totalt 23 av 24 sorteringer definerer altså faktorstrukturen. Alle deltagerne i undersøkelsen er representert i de to faktorene, med henholdsvis fem deltagere på faktor 1 (A, B, C, E, F) og to deltagere på faktor 2 (C, D). En av deltagerne (C) vektet på faktor 1 på de to første sorteringene, og på faktor 2 i de to siste sorteringene, noe forklarer hvorfor det er syv representasjoner av seks deltagere.

**Tabell 4.2** Korrelasjon mellom faktorene

	1	2
1	1.0000	0.0255
2	0.0255	1.0000

Tabell 4.2 viser korrelasjonen mellom faktor 1 og 2. Vi ser av tabellen at kun 2,5% av faktorene korrelerer, noe som indikerer at de viser til to ulike meningsdimensjoner, såkalte rene faktorer.

### 4.3 Faktorfortolkning – analyse av faktorene

Faktorfortolkning er prosessen en gjør for å få en forståelse av meningsdimensjonene som ligger til grunn for hver av faktorene. Faktorene er modeller for det teoretiske gjennomsnittsmønsteret av sorteringene som definerer faktoren (vedlegg 2), og uttrykker tilnærmet det synet som holdes av disse personene. I og med at faktorene har sitt opphav fra individuelle sorteringer, vil faktorene være et uttrykk for operant subjektivitet (forklart i kapittel 3.2). Det er faktorsynet og faktorskårene man setter i fokus når man skal fortolke, så man kan ikke knytte faktoren til en bestemt person. Faktorene representerer det samme synet, uavhengig av hvor mange personer som lader på og definerer faktoren (Thorsen & Allgood, 2010).

#### 4.3.1 Presentasjon av Faktor 1

De mest fremtredende utsagnene på den positive siden av faktor 1 er 13, 15, som er plassert på +5

(Tabell 4.3 nedenfor). Disse utsagnene indikerer at faktor 1 er reflektert og tar mye hensyn til sin partner. En er oppmerksom på sin partners kroppsspråk, og bruker dette som veiledere for egen adferd. Selv om faktor 1 tolker kroppsspråk, er det som partneren verbalt uttrykker vel så viktig. Det kan virke som faktor 1 er bevisst at egne tolkninger må sjekkes ut, og er bevisst at kun partneren har tilgang på sine egne tanker og følelser. Setning 15 og 16 gir et inntrykk av at faktor 1 bærer mye kjærlighet og respekt for sin partner, og kan sette sin partners behov over sine egne. Av utsagnene som er plassert på +4 (32, 36, 39) kan en videre se at faktor 1 er trygg på seg selv og forholdet de er i, og tør å gå i konfrontasjoner. En klarer dog å se seg selv som objekt, og er klar over at en selv påvirker dynamikken i forholdet. Utsagn 36 bekrefter utsagnene som er plassert på 5+, og indikerer at faktor 1 reflekterer over egne handlinger og er selvbevisst.

**Tabell 4.3** Fremtredende utsagn for faktor 1

13	Når kroppsspråket til min partner indikere at han har en dårlig dag, gir jeg han/henne rom, og prøver å vise både tålmodighet og kjærlighet. <b>(bcf)</b>	+5
15	Jeg forsøker å lytte aktivt når min partner forteller om sine tanker og følelser. Det er jo slik jeg blir kjent med han/henne. Mine tolkninger av min partner er jo nettopp bare det .. tolkninger. <b>(acf)</b>	+5
32	Jeg prøver ofte å betrakte meg selv utenfra for å se hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet vårt. <b>(bce)</b>	+4
36	Jeg har lett for å si unnskyld hvis jeg forstår at jeg har gjort min partner urett <b>(bce)</b>	+4
39	Jeg vet hvem jeg er, og har ingen problem med å fortelle min partner hva jeg mener. <b>(ace)</b>	+4
18	Både jeg og min partner har sterke personligheter, så det kan bli heftige diskusjoner fra tid til annen. <b>(ace)</b>	0
31	Selv om min partner kanskje ikke reflekterer mye over seg selv, fyller han/hun andre viktige roller i livet vårt. Dette er noe jeg setter pris på, og ofte forteller han/henne. <b>(bde)</b>	-4
27	Jeg kan ofte forklare min partner hvorfor han/hun har handlet som han/hun gjør. Her kan vi være uenige om årsakene, men han/hun ville nok innsett at jeg ofte har rett hvis han/hun brukte litt mere tid på selvrefleksjon. <b>(bde)</b>	-4
24	Svært lite min partner sier overrasker meg, derfor tenker jeg nok mer på hva jeg vil si i en samtale, enn å lytte nøye til det min partner sier. Jeg vet jo hva som kommer! <b>(ade)</b>	-4
33	Hadde min partner vært mer som meg, hadde forholdet vårt vært bedre. <b>(bdf)</b>	-5
19	Jeg kjenner nok meg selv bedre enn min partner kjenner seg selv, og jeg har forstått ganske mye om selvbevissthet min partner enda ikke forstår. <b>(bdf)</b>	-5

De mest fremtredende utsagnene på den negative siden av faktor 1 er 19 og 33, som er plassert på -5. Plasseringen av disse utsagnene indikerer at faktor 1 anser seg og sin partner som likestilte

individer. De innser at de selv har feil og mangler på lik linje med andre. En får bekreftet inntrykket av at faktor 1 er reflektert og selvbevisst. Det er verdt å merke seg at begge disse utsagnene er negative i ordlyden, noe som kan være med på å avgjøre plasseringen av dem. De uttrykker eksplisitt meninger som kanskje ikke er populære å tenke om andre mennesker. Utsagnene som er plassert på -4 (31, 27, 24) viser oss at faktor 1 er opptatt av å lytte til sin partner. En forstår at en kun er ekspert på seg selv, og det bilde en har av sin partner tas stadig opp til revisjon (utsagn 24 og 27). Dette bekrefter tolkningen av utsagnene på +5. Faktor 1 ser på sin partner som et subjekt som også reflekterer (utsagn 31). Inntrykket om at de ser på sin partner som likestilt forsterkes, og gjensidighet og respekt i forholdet ser ut til å være viktig for faktor 1.

Utsagnene som faktor 1 har plassert på +3, +2, og på -3, -2 bekrefter det synet tolkningen av de fremtredende utsagnene har gitt (se vedlegg 1 for alle utsagn, og vedlegg 2 for gjennomsnittssorteringen for faktor 1). Faktor 1 virker å være reflektert og selvbevisst (utsagn 37 plassert på +2, og utsagn 1 plassert på +3). En klarer å se seg selv utenfra, og har respekt for sin partners meninger og verdenssyn. En bruker både kroppsspråk og verbal kommunikasjon for å få tilgang til sin partners tanker og følelser, og gjensidighet i forholdet ser ut til å være viktig for faktoren (utsagn 16 og 20 plassert på -3; utsagn 1 og 2 plassert på +3). En er trygg i seg selv og forholdet (utsagn 1 og 29, plassert på 3+), noe som også bekreftes ved å se på plasseringen av utsagn 18 kontra utsagn 39 (se tabell 4.3 over). Utsagn 39 er plassert på 4+, og indikerer at faktor 1 er trygg nok til å uttrykke sine meninger og gå i konfrontasjoner. Utsagn 18 er plassert på 0, og viser at paret kan ha heftige diskusjoner, men at dette ikke har stor psykologisk signifikans for faktoren. Ved gjennomgang av +2, +3, og -2, -3 vises det i tillegg at faktor 1 unngår å gjøre den fundamentale attribusjonsfeilen. Utsagn 2 «Omstendighetene påvirker selvsagt også min partner, noe jeg tar hensyn til i våre diskusjoner.» er plassert på +3, og utsagn 40 «Min adferd endres etter situasjoner, mens min partner har en mer forutsigbar personlighet.» er plassert på -2. Disse utsagnene er nærmest motsatt i mening, så plasseringen av dem i forhold til hverandre gir mening.

I tabell 4.4 under vises de utsagnene som særlig skiller faktor 1 fra faktor 2, og utsagn med høye verdier på både + og – siden for faktor 1 er tatt med. I parentes etter utsagnet står faktorskårverdiene for henholdsvis faktor (1 og 2). Hvis det er 2 eller mer i avstand mellom faktorskårene indikerer dette signifikante forskjeller. Dette gir grunnlag for å fortolke utsagnene som forskjellige uttrykk for subjektivitet (Watts & Stenner, 2012; Thorsen & Allgood, 2010). En ser av tabellen at nesten alle utsagnene som er fremtredende, både på den positive og den negative siden av faktoren, er med på å skille faktor 1 fra faktor 2. Av de utsagn som var med i tabell 4.3, er

det kun utsagn 27 og 33 som ikke er med i tabell 4.4. En ser også at det er stor avstand mellom faktorskårene. Eksempelvis plasseres utsagn 15 på +5 hos faktor 1, og på -4 hos faktor 2, noe som gir hele 9 i avstand. Den minste avstanden mellom utsagn som skiller faktor 1 fra faktor 2 finner vi i utsagn 19, som har 3 i avstand (-5, -2). Dette bekrefter at faktorene representerer to distinkte meningsunivers.

**Tabell 4.4** Distinguishing statements, Faktor 1

15	Jeg forsøker å lytte aktivt når min partner forteller om sine tanker og følelser. Det er jo slik jeg blir kjent med han/henne. Mine tolkninger av min partner er jo nettopp bare det .. tolkninger. <b>(acf)</b>	(5 , -4)
13	Når kroppsspråket til min partner indikere at han har en dårlig dag, gir jeg han/henne rom, og prøver å vise både tålmodighet og kjærlighet. <b>(bcf)</b>	(5 , -1)
39	Jeg vet hvem jeg er, og har ingen problem med å fortelle min partner hva jeg mener. <b>(ace)</b>	(4 , -1)
36	Jeg har lett for å si unnskyld hvis jeg forstår at jeg har gjort min partner urett. <b>(bce)</b>	(4 , -2)
32	Jeg prøver ofte å betrakte meg selv utenfra for å se hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet vårt. <b>(bce)</b>	(4 , -5)
19	Jeg kjenner nok meg selv bedre enn min partner kjenner seg selv, og jeg har forstått ganske mye om selvbevissthet min partner enda ikke forstår. <b>(bdf)</b>	(-5, -2)
24	Svært lite min partner sier overrasker meg, derfor tenker jeg nok mer på hva jeg vil si i en samtale, enn å lytte nøye til det min partner sier. Jeg vet jo hva som kommer! <b>(ade)</b>	(-4, 0)
31	Selv om min partner kanskje ikke reflekterer mye over seg selv, fyller han/hun andre viktige roller i livet vårt. Dette er noe jeg setter pris på, og ofte forteller han/henne. <b>(bde)</b>	(-4, 2)

Ved å se på utsagnene som skiller faktorene, bekreftes helhetssynet som allerede har åpenbart seg om faktor 1. I forhold til subjekt/objekt dynamikken kan en si at faktor 1 ser på seg selv som objekt, og på sin partner som subjekt. En har stor respekt for sin partners syn, og sjekker opp sine tolkninger som stadig tas til revidering. Faktor 1 tar mye hensyn til si partner, og kan sette egne behov til side. En tolker kroppsspråk for å bedre lese sin partner, men vektlegger det partneren forteller om seg selv høyere enn egne tolkninger. En klarer å se seg selv utenfra, og vet at en selv påvirker dynamikken i forholdet. Aktiv lytting er viktig. Faktor 1 viser generelt sett en stor grad av selvbevissthet, og går sjeldent i «den fundamentale attribusjonsfella». Gjensidighet og likeverd ser ut til å være av stor verdi for faktor 1, og det reflekteres over egen adferd. En er trygge på seg selv, og på det forholdet en er i, og frykter ikke konfrontasjoner.

### 4.3.2 Presentasjon av Faktor 2

De mest fremtredende utsagnene på den positive siden av faktor 2 er 11 og 18, som er plassert på +5 (Tabell 4.5 nedenfor). Utsagnene indikerer at faktor 2 ilegger tolkning av kroppsspråk stor mening (utsagn 11), og er trygge nok i forholdet til å tåle konfrontasjoner (utsagn 18). En får inntrykk av at faktor 2 kanskje er litt stolt og sta, og at uavhengighet i forholdet er viktig. For å se om denne tolkningen stemmer, så jeg på utsagnene faktor 2 plasserte på +4. Utsagn 8 bekrefter at faktor 2 er oppmerksom på nonverbal kommunikasjon og tolker dette, men viser at disse tolkningene sjekkes ut. Viktigheten av tolkning av nonverbal kommunikasjon vises også i utsagn 12, men dette utsagnet indikerer at faktor 2 ikke er konsekvent med å sjekke ut sine tolkninger, og kanskje stoler mer på egne tolkninger enn på det partneren uttrykker. Faktor 2 er sensitiv ovenfor sin partners uttrykk, og reflekterer over både seg selv og partneren (utsagn 10 og utsagn 12). Utsagn 10 understøtter også tolkningen av at faktor 2 kan være litt stolt og sta, men det kan og indikere at faktor 2 ikke alltid er bevisst egne følelser.

Tabell 4.5 Fremtredende utsagn for faktor 2

11	Når min partner er sint på meg ser jeg det tydelig i hans/hennes kroppsspråk. <b>(acf)</b>	+5
18	Både jeg og min partner har sterke personligheter, så det kan bli heftige diskusjoner fra tid til annen. <b>(ace)</b>	+5
8	Min partners blick avslører mange følelser, og jeg bruker ofte det som kilde til en foreløpig tolkning av hans/hennes humør. For å vite om tolkningen stemmer, må jeg selvsakt spørre min partner. <b>(bcf)</b>	+4
10	Av og til blir jeg sint på min partner og kjefter på han/henne uten helt å vite hva som ledet opp til det. I retrospekt ser jeg at jeg gjerne kan ha overreagert. <b>(bce)</b>	+4
12	Dersom det min partner sier ikke stemmer overens med tonefallet det blir sakt i, tenker jeg det kan ligge noe i bunn her som min partner selv ikke er klar over, eller at det er noe han/hun ikke vil dele med meg. <b>(bcf)</b>	+4
26	Når vi er uenige, er det viktig for meg å se saken fra den andres perspektiv. <b>(ace)</b>	0
1	Min partner er en viktig kilde for at jeg blir kjent med meg selv. <b>(bcf)</b>	0
15	Jeg forsøker å lytte aktivt når min partner forteller om sine tanker og følelser. Det er jo slik jeg blir kjent med han/henne. Mine tolkninger av min partner er jo nettopp bare det .. tolkninger. <b>(acf)</b>	-4
16	Hadde min partner stolt mer på min tolkning av han/henne, hadde nok både han/hun og vi hatt det bedre. <b>(bde)</b>	-4
38	Jeg vet akkurat hvordan min partner kommer til å reagere i de fleste situasjoner. <b>(adf)</b>	-4
32	Jeg prøver ofte å betrakte meg selv utenfra for å se hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet vårt. <b>(bce)</b>	-5
33	Hadde min partner vært mer som meg, hadde forholdet vårt vært bedre. <b>(bdf)</b>	-5

De mest fremtredende utsagnene på den negative siden av faktor 2 er nummer 32 og 33, som er plassert på -5. En betrakter ikke seg selv utenfra, og reflekterer ikke over hvordan egen adferd påvirker forholdet (utsagn 32). Sett i sammenheng med de fremtredende utsagnene på + siden, indikerer dette at det er viktig for faktor 2 å tolke sin partners nonverbale kommunikasjon, men at en kanskje ikke er særlig selvbevisst. En reflekterer mer rundt sin partners adferd enn sin egen. En innser imidlertid at en også har feil og mangler, og stiller seg selv ikke høyere enn sin partner (utsagn 33). Utsagn 33 er en setning med sterk negativ ordlyd, og representerer kanskje et syn en ikke ønsker å vedkjenne seg. Dette kan påvirke plasseringen av utsagnet. Utsagnene faktor 2 har plassert på -4, viser oss at en ikke har et fastlåst bilde av partneren sin (utsagn 38), og at en ikke nødvendigvis er klar over at egne tolkninger ikke er hele sannheter (15). Utsagn 15 indikerer også at det å lytte til hva partneren sier om seg selv er en mindre viktig kilde til å bli kjent med partnerer, enn det er å stole på egne tolkninger. Denne antagelsen styrkes av plasseringen av utsagn 12 på +4.

Ved en gjennomgang av plasseringen av utsagn på +3 og -3, dukket det opp nyanser og aspekter ved faktor 2 (se vedlegg 1 for alle utsagn, og vedlegg 2 for gjennomsnittssorteringen for faktor 2). Det blir bekreftet at faktor 2 har en tendens til å stole mer på egne tolkninger av nonverbal kommunikasjon, enn å vektlegge hva partneren faktisk uttrykker (utsagn 25, plassert på 3+). Utsagn 20 «Min partner tar ofte ikke hensyn til mine følelser, selv om han/hun sier han gjør det.» er plassert på +3, og det samme er utsagn 22 «Min partner forstår ikke viktigheten av refleksjon over egen adferd og erfaring, selv om jeg har kommunisert det en rekke ganger». Det at faktor 2 stoler sterkt på egne tolkninger av sin partner, kan være grunnet i at de føler seg oversett. En synes handling er viktigere enn ord, og føler at en selv tar mer hensyn enn sin partner (utsagn 20). En har også en opplevelse av å være mer reflektert enn partneren sin, og føler at man ikke blir tilstrekkelig hørt (utsagn 22). Utsagn 9 «Mine argumenter er som regel veloverveide, mens min partner ofte snakker fra et følelsesmessig standpunkt», som faktor 2 har plassert på -3, kan indikerer at en opplever seg selv som i kontakt med følelsene sine, men sin partner som logisk og veloverveid. En har kanskje ikke tilgang på sin partners følelser gjennom verbal kommunikasjon, noe som kan forklare viktigheten av å tolke nonverbal kommunikasjon for faktor 2. En gjennomgang at utsagnene faktor 2 har plassert på +2 og -2 bekrefter at faktor 2 vektlegger egne tolkninger av nonverbal kommunikasjon høyt, og at en ikke nødvendigvis er selvbevisst. En får bekreftet antagelsen om at faktor 2 føler de tar mer hensyn enn sin partner, og at en ikke har tilgang på sin partners følelser eller er bevisst sin partners syn (utsagn 3, 17 og 31). Hvis en ser på utsagn faktor 2 har plassert nøytralt på 0, altså utsagn som ikke har psykologisk signifikans, styrker det antagelsen om at en kanskje ikke har tilgang til sin partners tanker og følelser (utsagn 1). En søker heller ikke å se ting

fra sin partners perspektiv, noe som bekrefter tidligere antagelser om lav selvbevissthet.

**Tabell 4.6** Distinguishing statements, Faktor 2

11	Når min partner er sint på meg ser jeg det tydelig i hans/hennes kroppsspråk. <b>(acf)</b>	(5 , 2)
18	Både jeg og min partner har sterke personligheter, så det kan bli heftige diskusjoner fra tid til annen. <b>(ace)</b>	(5 , 0)
8	Min partners blikk avslører mange følelser, og jeg bruker ofte det som kilde til en foreløpig tolkning av hans/hennes humør. For å vite om tolkningen stemmer, må jeg selvsakt spørre min partner. <b>(bcf)</b>	(4 , 2)
10	Av og til blir jeg sint på min partner og kjefter på han/henne uten helt å vite hva som ledet opp til det. I retrospekt ser jeg at jeg gjerne kan ha overreagert. <b>(bce)</b>	(4 , 0)
12	Dersom det min partner sier ikke stemmer overens med tonefallet det blir sakt i, tenker jeg det kan ligge noe i bunn her som min partner selv ikke er klar over, eller at det er noe han/hun ikke vil dele med meg. <b>(bcf)</b>	(4 , 0)
32	Jeg prøver ofte å betrakte meg selv utenfra for å se hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet vårt. <b>(bce)</b>	(-5, 4)
15	Jeg forsøker å lytte aktivt når min partner forteller om sine tanker og følelser. Det er jo slik jeg blir kjent med han/henne. Mine tolkninger av min partner er jo nettopp bare det .. tolkninger. <b>(acf)</b>	(-4, 5)
38	Jeg vet akkurat hvordan min partner kommer til å reagere i de fleste situasjoner. <b>(adf)</b>	(-4,-2)

I tabell 4.6 over vises de utsagnene som særlig skiller faktor 2 fra faktor 1, og utsagn med høye verdier på både + og – siden for faktor 2 er tatt med. I parenteser etter utsagnet står faktorskårverdiene for henholdsvis faktor (2 og 1). Ved å se på utsagnene som skiller faktor 2 fra faktor 1 bekreftes faktorsynet slik jeg har tolket det. Av fremtredende utsagn for faktor 2 på både pluss og minus siden (tabell 4.5), er det kun utsagn 33 og 16 som ikke er med i tabell 4.6. For å oppsummere vektlegger faktor 2 nonverbal kommunikasjon for å tolke partneren sin, og en sjekker kun ut tolkningene av og til. Dersom det partneren sier ikke stemmer overens med dem, har en imidlertid en tendens til å stole mer på egne tolkninger av sin partner enn det partneren faktisk verbaliserer. Faktor 2 søker ikke å se ting fra partnerens perspektiv, og lytter heller ikke aktivt. Det er indikasjoner på at en opplever egne tolkninger som sannheter, og en er ubevisst at en selv påvirker dynamikken i forholdet. En føler en tar mer hensyn til, og er mer reflektert enn sin partner. Selv om en er reflektert, viser man ikke stor grad av selvbevissthet, og søker ikke aktivt å se seg selv utenfra. Faktor 2 har ikke tilstrekkelig tilgang til sin partners tanker og følelser. Kanskje opplever en partneren sin som følelsesmessig lukket. En er imidlertid trygg i seg selv og forholdet, og frykter ikke konfrontasjoner. Det kan virke som faktor 2 opplever å være i et uavhengig forhold, og kan være litt stolt og sta. En innser at en selv har feil og mangler, og stiller ikke seg selv høyere



enn sin partner. En har heller ikke et fastlåst bilde av partneren sin.

#### 4.3.3 Fellestrekk mellom faktorene

Som en ser av faktorpresentasjonene ovenfor er det mange utsagn som skiller synet til faktorene. Dersom man kun fokuserer på disse kan man risikere å gå glipp av informasjon. For å få frem eventuelle nyanser i faktorene, og for å få en mer helhetlig analyse, velger jeg å også se på de utsagnene som ikke skiller faktorene (Tabell 4.7, under). I parenteser etter utsagnet står faktorskårverdiene for henholdsvis faktor (1 og 2).

**Tabell 4.7** Consensus statements – Ikke signifikante,  $P > .05$ .

3	Ofte er det ikke det min partner sier, men tonefallet han/hun sier det i, som plager meg. <b>(acf)</b>	(1, 2)
7	7 - Min partner har uvaner han/hun ikke kan endre, uansett hvor mange ganger jeg bemerker dem. <b>(ade)</b>	(-1, 0)
9	Mine argumenter er som regel veloverveide, mens min partner ofte snakker fra et følelesmessig standpunkt. <b>(bde)</b>	(-2, -3)
14	Selv om min partner lytter til meg, tror jeg ofte han/hun bare forstår deler av hva jeg sier. <b>(bdf)</b>	(0, 1)
16	Hadde min partner stolt mer på min tolkning av han/henne, hadde nok både han/hun og vi hatt det bedre. <b>(bde)</b>	(-3, -4)
21	Jeg kan tolke av min partners kroppsspråk hva han/hun egentlig føler, selv om han/hun kanskje ikke er klar over dette selv. <b>(adf)</b>	(0, 1)
27	Jeg kan ofte forklare min partner hvorfor han/hun har handlet som han/hun gjør. Her kan vi være uenige om årsakene, men han/hun ville nok innsett at jeg ofte har rett hvis han/hun brukte litt mere tid på selvrefleksjon. <b>(bde)</b>	(-4, -3)
29	Jeg er ikke enig i alt min partner sier, og det er heller ikke alltid jeg forstår hans/hennes reaksjoner. Dette er egentlig greit, og jeg pleier å si ifra når det skjer. <b>(ace)</b>	(3, 2)
33	Hadde min partner vært mer som meg, hadde forholdet vårt vært bedre. <b>(bdf)</b>	(-5, -5)
35	Jeg vet ofte hva min partner tenker bare ved å se på han/henne. <b>(adf)</b>	(-1, -1)

Flere av utsagnene i tabell 4.7 er plassert nøytralt (rundt 0) av begge faktorene, og kan dermed ikke tillegges så mye ny mening uten å se dem i relasjon til plasseringen av andre utsagn i de respektive faktorene. Utsagn 9, 16, 27 og 33 er derimot plassert sterkt på minus siden av begge faktorene. Utsagn 33 og 16 indikerer at begge faktorene mener at forholdet ikke hadde blitt bedre dersom partneren var mer lik dem selv, eller stolte mer på deres tolkninger. Utsagn 9 og 27 er plassert tilnærmet likt av faktorene, men i henhold til tolkningen av hele faktorbildet tilegner jeg disse ulik

mening. Tolkningen av faktor 2 sin plassering av utsagn 9 er utdypet under presentasjon av faktorpresentasjon av faktor 2, og indikerer at en opplever seg selv som i kontakt med følelsene sine, men sin partner som logisk og veloverveid. For faktor 1 indikerer det derimot at en opplever sin partner som likeverdig, og i kontakt med både den logiske og følsomme siden sin, på lik linje med faktoren selv. Det at faktor 2 har plassert utsagn 27 på -3 kan være en kontra-indikasjon på tolkningen jeg har gjort, da en vektlegger egen tolkning høyere enn partners uttalelser og tror en reflekterer mer enn partneren. Dette kan imidlertid også bety at faktor 2 ikke synliggjør sine tolkninger for partneren. Plasseringen av utsagn 27 på -4 for faktor 1 er redegjort for under faktorpresentasjonen av faktor 1. En er kun ekspert på seg selv, og reviderer bilde av partneren kontinuerlig.

## **Kapittel 5 - Drøfting av faktorene i lys av teori**

I dette kapittelet diskuteres tolkningen som er gjort av faktorene i lys av teori. Problemstillingen min var: «Klarer en å se seg selv som objekt, og sin partner som subjekt?». Hovedvekten av fokuset ligger på teoriene som var grunnlaget for den eksperimentelle designen i mitt studie. Effektene i min design var «meg selv som» (subjekt/objekt), «andre som» (subjekt/objekt), og «kommunikasjon» (verbal/nonverbal). I løpet av faktoranalysen kom det imidlertid frem aspekter ved kommunikasjon som ikke var med i designen, så jeg trekker inn ny teori for å belyse funnene. Det viste seg også gjennom tolkningen at faktorsynene vektlegger forskjellige typer relasjon (uavhengig og gjensidig), så jeg presenterer også ny teori om relasjonsdimensjon i diskusjonen. Kapittelet er bygd opp slik at faktorene sammenlignes innenfor de forskjellige effektene i designen, og diskuteres opp mot teori fortløpende. Ny teori presenteres der det er hensiktsmessig å trekke det inn. Etter faktorsammenligningen presenteres resultatet av «member check», som er tilbakemelding på faktorfortolkningen fra de deltagerne som vektet høyest på faktorene. Avslutningsvis i kapittelet oppsummerer jeg, diskuterer eventuelle konsekvenser det har for forhold hvis man vektet på forskjellige faktorer, og konkluderer funnene opp mot problemstillingen.

### **5.1 Syn på selv**

For å se på faktorene i lys av teori starter jeg med teorien som ligger til grunn for designen. Den første effekten er det synet en har på seg selv, med nivåene subjekt og objekt. Faktoranalysen indikerer en forskjell i synet på seg selv mellom de to ekstraherte faktorene. Faktor 1 er klar over at en påvirker dynamikken i forholdet, og søker å se seg selv utenfra. Dette er et av hovedpremissene for å oppnå selvbevissthet. Faktor 2 representerer et annet syn. En prøver ikke å se seg selv utenfra, og er heller ikke bevisst at en selv påvirker dynamikken i forholdet. Dette gir en pekepinn på at faktor 2 er låst i eget bevissthetsinnhold, og har dermed ikke mulighet til å betrakte egne mentale prosesser (Jordan, 2002; Zahavi, 2002; Brown, 2009; Whitmore, 2004; The Arbinger institute, 2008; Kegan, 1982; Berger & Fitzgerald, 2002). Dersom en ikke ser seg selv utenfra, eller er bevisst at en selv påvirker dynamikken i forholdet, kan det være lett å legge all skyld hos partneren når uenigheter oppstår. Ved å se seg selv utenfra har en derimot mulighet til å anskue sin egen bevissthet, og gjøre den tilgjengelig for refleksjon (The Arbinger institute, 2008; Kegan, 1982; Berger & Fitzgerald, 2002). Dette medfører at en bedre kan oppfatte seg selv i relasjon til andre. Når uenigheter oppstår i forholdet vil en dermed lettere se at en selv kan være en del av problemet. En forventer ikke at kun den andre må endre seg eller sitt syn for å komme til enighet, men påtar seg delansvar for både uenigheten og endringene som eventuelt kreves for å løse problemet. Dette

åpner for dialoger hvor en sammen kan finne løsninger hvor begge partneres behov og syn tas hensyn til.

Faktor 1 sjekker ut de tolkningene en gjør av partneren sin, noe som indikerer at faktor 1 er bevisst at man persiperer verden ulikt. Faktor 2 er også klar over at mennesker persiperer verden ulikt, da en av og til sjekker ut egne tolkninger av partneren. Faktor 2 har dog en tendens til å stole mer på egne tolkninger enn sin partners selvavsløringer. Kunnskap om at vi tolker verden, oss selv og hverandre ulikt, vil kunne føre til at man unngår å ilegge sin partners adferd meninger som ikke eksisterer. Ved å sjekke ut sine tolkninger kan en få en forståelse for de subjektive årsakene bak handlingene. Dette vil minske misforståelser i forhold, og åpne for dialog. Mennesker har ulike referanserammer som er basert på tidligere erfaringer, og en legger merke til forskjellige ting i de samme situasjonene (Larsen & Buss, 2008). Partneren kan dermed ha grunner til å agere som er ukjente for en, og dersom en kun tolker adferden ut fra egen referanseramme er sjansen for å feiltolke stor. Det at faktor 2 stoler mer på egne tolkninger en hva partneren sier, kan med andre ord føre til misforståelser da en risikerer å ofte feiltolke partneren. Det er gjennom kommunikasjon og tolkning av observert adferd en blir kjent med andre mennesker. Hvis en tillegger sin partners adferd årsaksforklaringer som er usanne, vil dette kunne påvirke tolkningen av hele personen. Man risikerer å tilskrive partneren egenskaper, verdier og holdninger som ikke eksisterer, og får dermed et feil bilde av hvem partneren egentlig er. Faktor 1 ser ut til å unngå å gjøre den fundamentale attribusjonsfeilen i sin tolkning av partnerens adferd. En attribuerer med andre ord sin partners adferd på lik måte som en attribuerer egen adferd, ved å ta hensyn til både situasjonelle påvirkninger og personlige disposisjoner (Myers, 2008). Dette vil gi et nyansert bilde av partneren, og sjansen for å tillegge partneren egenskaper som ikke eksisterer minsker. Faktor 2 tenderer på den andre siden mot å gjøre den fundamentale attribusjonsfeilen, noe som kan gi et fragmentert og uriktig bilde av partnerens egenskaper. Det å bli tolket på denne måten kan være sårende. En vet som regel selv hvorfor en har agert som en har gjort, og det at ens handlinger blir tilskrevet kun personlige egenskaper og ikke situasjonelle betingelser kan oppleves som urettferdig. En ønsker, og forventer, gjerne at de samme hensynene tas av partneren når han vurderer sin egen og din adferd. Den fundamentale attribusjonsfeilen gjøres imidlertid ofte ubevisst, så det er viktig at dette synliggjøres og kommuniseres verbalt for å få mulighet til å endre dette synet (Myers, 2008; Larsen & Buss, 2008).

Felles for faktorenes syn på seg selv er at en ikke har en fast bekreftelsestilbøyelighet, der en kun legger merke til adferd som beviser ens tidligere antagelser (Larsen & Buss, 2008; Berger & Fitzgerald, 2002). Hverken faktor 1 eller faktor 2 har et fastlåst bilde av partneren sin, men

reviderer sine tolkninger fortløpende. Det at faktor 2 stoler mer på egne tolkninger enn hva partneren faktisk uttrykker, kan likevel indikere at faktor 2 har en høyere grad av bekreftelses-tilbøyelighet enn faktor 1. At begge faktorene reviderer sine tolkninger av partneren, tegner også på at en ikke kun handler i tråd med automatiserte handlingsmønstre (Jordan, 2002; Kolb, 1984). Noe som styrker denne antagelsen er at begge faktorene ser ut til å reflektere over egen og partners adferd. Et forbehold tas likevel grunnet faktor 2 sin plassering av utsagn 10 på +4, som viser at faktor 2 kan bli sint å kjeft på sin partner uten å vite hva som ledet opp til det (se vedlegg 1 for utsagn 10). Automatiserte handlingsmønstre er ofte ubevisste, og ikke gjenstand for intensjonelt valg (Jordan, 2002; Kolb, 1984). Det kan dermed virke som om faktor 2 tenderer mot oftere å handle i tråd med etablerte automatiserte mønstre, enn det faktor 1 gjør. Dette kan man kanskje forvente, med tanke på forskjellene mellom faktorene i forhold til det å betrakte seg selv utenfra. Er man låst i eget bevissthetsinnhold vil dette til en viss grad kontrollere vår vilje (Jordan, 2002). Handler man i henhold til automatiserte mønstre tar en mindre hensyn til situasjonelle påvirkninger.

Selv om faktor 2 reflekterer og stadig reviderer sitt eksisterende syn på partneren, vises som sagt tendenser til både bekreftelsestilbøyelighet og det å agere i tråd med automatiserte mønstre. Dette bidrar til at faktor 2 har en tilbøyelighet til å legge merke til det en forventer å observere hos partneren, noe som gir et unyansert bilde som er ute av kontekst. Det å bli tolket av andre som ikke tar hensyn til kontekst, og kun vektlegger deler av det en uttrykker, tror jeg kan lede til stor frustrasjon. Det vil være lett å føle seg forhåndsdømt og misforstått, noe som kan føre til både krangler, oppgitthet og tilbaketrekning. Dersom partneren i tillegg opplever samme respons hos faktor 2 uansett egen adferd (automatisert adferdsmønster), vil dette nok virke demotiverende i forhold til å eventuelt endre adferd for å vise mer hensyn. Forholdet kan da bli låst i en dynamikk som ikke nødvendigvis er sunn, og en kan forutse at en distanserer seg fra hverandre. Følelsen av at ingenting en gjør bidrar til å forbedre forholdet vil kunne føre til at man til slutt gir opp å jobbe med det. Denne dynamikken vil også kunne være frustrerende for faktor 2. En undrer seg nok over hvorfor partneren ikke endrer seg når en eksplisitt har uttrykt at en spesifikk adferd er uønsket. Dette kan oppleves som egoisme og stahet, og som om at partneren ikke tar hensyn til ens behov. Faktorfortolkningen indikerer at faktor 2 opplever seg selv og partneren som stae og stolte, og at en tar mer hensyn enn partneren gjør. Muligens ligger noe av forklaringen her. En kan og sitte igjen med en følelse av at partneren lyver når adferd forklares med årsaksforhold en selv ikke har erfaring med, forstår eller synes er relevant, noe en risikerer når en tolker ut fra eget perspektiv.

Oppsummerende kan jeg si at de teoriene jeg referer til i dette avsnittet indikerer at faktor 1 ser på seg selv som objekt i parforholdet, og har en utviklet selvbevissthet. Faktor 2 ser ut til å ha et

subjektsyn på seg selv, og liten grad av selvbevissthet. Ikke alle egenskapene som definerer selv som subjekt er gjeldene for faktor 2, men tilstrekkelig mange til at faktoren vektet mest på dette synet. Det at faktor 2 stoler mer på egne tolkninger enn hva partneren selv sier, kan for eksempel skyldes utenforliggende årsaker. Dette kan blant annet forårsakes av at partneren er emosjonelt utilgjengelig, noe jeg kommer nærmere inn på når jeg ser på kommunikasjonseffekten i designen (under 5.3). Det å se seg selv som subjekt eller objekt er heller ikke en statisk tilstand, og det virker som faktor 2 kan ha tilgang til begge synene avhengig av fokusområde og situasjon. Faktor 2 innser tross alt at de selv har feil og mangler, sjekker av og til ut egne tolkninger, og har ikke et fastlåst bilde av partneren.

## **5.2 Syn på andre**

Den andre effekten i designen min er syn på andre, som i mitt studie er partneren. Effekten deles opp i nivåene subjekt og objekt. Også her skiller synene til faktorene seg. Som vist under avsnitt 5.1 (over) vet begge faktorene at man persiperer verden ulikt, og endrer stadig det bilde en har av partneren. Dette indikerer at begge faktorene ser på sine partnere som subjekt. Det at faktor 2 tenderer mot å ha bekreftelsestilbøyelighet og handle i tråd med etablerte automatiserte mønstre, indikerer på den andre siden et syn på partneren som objekt (Jordan, 2002; Kolb, 1984; Larsen & Buss, 2008; Berger & Fitzgerald, 2002). Faktor 2 stoler mer på egne tolkninger enn det partneren sier om seg selv. Dette kan vitne om at en på enkelte plan «eier» sannheten og tolker partneren ut fra eget verdenssyn, noe som er representativt for et syn på andre som objekt. Konsekvensene det har for forhold at en har bekreftelsestilbøyelighet, automatiserte handlingsmønstre, samt stoler på egne tolkninger uten å sjekke de ut, er diskutert i forrige avsnitt om syn på seg selv (5.1). Faktor 1 ser ut til å respektere andres verdenssyn i større grad enn faktor 2, og virker mer bevisst på at sannheten er subjektiv da en alltid sjekker ut egne tolkninger med partneren. Dette er avgjørende for mennesker som ser andre som subjekt (Larsen & Buss, 2008; Zahavi, 2002). At en er bevisst at sannheten er subjektiv leder til at faktor 1 unngår å gjøre den fundamentale attribusjonsfeilen, mens faktor 2 kan havne i denne attribusjonsfella når en tolker partners adferd (Myers, 2008). Dette er også nærmere forklart og diskutert i forrige avsnitt (5.1).

Dersom en ser andre som subjekt tar en hensyn til at andre mennesker også har behov, håp, frykter og usikkerheter (The Arbinger institute, 2008). Faktorfortolkningene viser at faktor 1 bærer stor respekt og forståelse for sin partner, og vektlegger likeverd og gjensidighet. Faktor 2 føler derimot at en selv tar mere hensyn til, og er mer reflektert enn partneren, noe som kan vitne om at en har fokus rettet mot seg selv og egne behov. En har da en tendens til å blåse opp egen fortreffelighet og bebreide andre, og en ser verden på en måte som rettferdiggjør egne handlinger (Myers, 2008; The

Arbinger institute, 2008). Det kan virke som faktor 2 ikke tar sin partners behov, håp, frykter og usikkerheter i betraktning på lik linje med egne, og stiller seg derved under synet på andre som objekt. For å oppsummere har faktor 1 et klart syn på sin partner som subjekt, mens faktor 2 stiller seg mest under et syn på sin partner som objekt. Dette er imidlertid ikke et fastlåst syn. En stiller ikke seg selv høyere enn sin partner, sjekker ut egne tolkninger innimellom, og reviderer det bilde en har av partneren kontinuerlig. Ut fra antagelsen om at faktor 2 ikke alltid evner å se seg selv som objekt, vil dette kunne føre til at en heller ikke har tilgang til å se partneren som subjekt. Dersom en ikke klarer å distansere seg fra egne tanker og følelser, og tidvis glemmer at alle mennesker har subjektive verdenssyn, vil en tolke andres handlinger ut fra eget verdenssyn. Dette vil gi en unyansert og ofte uriktig oppfatning av partneren, og partneren blir fort objekt for en (Jordan, 2002; Zahavi, 2002; Larsen & Buss, 2008; Kvalsund & Allgood, 2008; The Arbinger institute, 2008).

### **5.3 Kommunikasjon**

Den siste effekten i min design er kommunikasjon, som deles inn i nivåene verbal og nonverbal. Den største delen av tiden vi samhandler med andre er fylt av nonverbal, ikke verbal, kommunikasjon. Medmenneskelige relasjoner avhenger derved av evnen til å uttrykke nonverbal adferd, samt å være følsom overfor andres kroppsspråk. Mens verbal kommunikasjon uttrykker mening eksplisitt og typisk omhandler kognitiv informasjon, vil nonverbal kommunikasjon uttrykke personligheten til den som kommuniserer og avsløre informasjon om våre følelser (Hargie, 2011; Swensen, 1973). Det en kommuniserer verbalt kan kontrolleres og avgjøres i forhold til ønsket effekt, mens kroppsspråk kan unnsnippe vår sensur, og det en egentlig tenker og føler kan «lekke ut» (Hargie, 2011). For faktor 2 ser det ut som egen tolkning av nonverbal kommunikasjon er essensielt for å få informasjon om partnerens humør og følelser, og en stoler mer på egne tolkninger enn på det partneren faktisk selv forteller. Ved å se på fremtredende utsagn for faktor 2 (tabell 4.5 i kapittel 4) ser en at tre av fem utsagn som ligger på +5 og +4 vektlegger tolkning av nonverbal kommunikasjon (utsagn 11, 8 og 12). Her angis både kroppsspråk, blick og tonefall som kilder til tolkning av partneren. Det at man gjennom kroppsspråket «lekker ut» informasjon om følelser som ikke gjøres tilgjengelig verbalt, understreker viktigheten av å kunne tolke kroppsspråk for å kjenne sin partner. Hargie (2011) stadfester at medmenneskelige relasjoner er avhengig av evnen til å være følsom overfor andres kroppsspråk, og går så langt som å indikere at nonverbal kommunikasjon er «sannere» en verbal kommunikasjon da det kan gi innsikt i hva som ligger bak den verbale beskjeden. Det er dermed ikke rart at faktor 2 vektlegger tolkning av nonverbal kommunikasjon så høyt, spesielt dersom partneren er emosjonelt utilgjengelig.

Selv om Hargie (2011) skulle ha rett i sin antagelse om at nonverbal kommunikasjon er sannere enn verbal kommunikasjon, vil det at andre tolker ens nonverbale kommunikasjon feil kunne føles som et overgrep. Spesielt dersom en forsøker å forklare hva som egentlig ligger til grunn for egen adferd, men ikke blir trodd. En har kun selv tilgang på egne tanker og følelser, og dersom andre skal fortelle en hva en egentlig tenker og føler, sier det seg selv at dette provoserer. En slik dynamikk åpner ihvertfall ikke opp for dialog og forståelse, snarere tvert imot. Faktorfortolkningen viser at faktor 1 tolker kroppsspråk for bedre å lese sin partner, men vektlegger det partneren forteller om seg selv høyere enn egne tolkninger. Det kan se ut som faktor 1 tolker kroppsspråk aktivt for å få en bedre forståelse av sin partner, og for å kunne ta hensyn dersom det virker som partneren har en dårlig dag. En slik bruk av tolkning av kroppsspråk vil ikke være provoserende for partneren, men snarere oppleves som partneren har forståelse og omsorg for en. Det at faktor 1 sjekker ut sine tolkninger, vil betrygge partneren på at en ikke misforstås. En kan forestille seg at denne dynamikken fremmer trygghet, og en tør kanskje lettere å være ekte og ærlig i forholdet. En vil alltid ha gehør hos partneren for å i etterkant kunne forklare seg, dersom man har agert ufint. Vi har alle dårlige dager, og er man stresset eller sliten er det lett å behandle andre på en måte som motstrider det en egentlig ønsker (The Arbinger institute, 2008). Da er det godt å vite at partneren viser tålmodighet, og ikke tolker adferden som et konstant uttrykk for ens personlighet.

Faktor 1 søker videre å lytte aktivt til det partneren sier for å bli bedre kjent (utsagn 15 på 5+, se tabell 4.3). Det å lytte aktivt hjelper oss å etablere god kontakt og skape tillitsforhold (Kvalsund, 2009). Dette stemmer godt overens med tidligere tolkning av faktor 1, da gjensidighet og likeverd ser ut til å være viktig for en, og en har stor respekt for sin partners verdenssyn. For å være fornøyde i forhold er det viktig for mennesker å ha mulighet til å snakke om seg selv (Weiss, 1974, referert til i Hargie, 2006). Det individer verbalt uttrykker om seg selv kalles selvavsløring (Hargie, 2011). Ifølge Hargie (2006) er selvavsløring et avgjørende kjennetegn for intime forhold, og en må dele noe personlig og relativt hemmelig informasjon med hverandre for at forholdet skal fungere. Dette gir en informasjon som hjelper å redusere usikkerhet en har om partnerens verdier, holdninger og personlighet. Etter å ha vært sammen en stund vil mengden av emosjonell informasjon som utveksles mellom partnere øke. Dette gjelder både informasjon om hvordan en selv har det, og hvordan en føler om partneren og forholdet. Det å være i stand til å verbalt uttrykke egne følelser og tanker er essensielt for å forhindre problemer i forhold, samt å løse eksisterende problem (Hargie, 2006). Det er flere faktorer som påvirker graden av selvavsløring, blant annet personlighet, kjønn og alder, men vel så viktig er adferden til mottakeren av informasjonen. Dersom en er en aksepterende og empatisk lytter vil dette fremme andres selvavsløringer. For å være en empatisk



lytter må man blant annet vise engasjement for den som snakker, være i stand til å se ting fra den andres perspektiv, vise aksept for det som avsløres, og ha forståelse og omsorg for den som snakker (Hargie, 2011).

Gjennom faktorfortolkningen åpenbarte det seg indikasjoner på at faktor 2 opplever partneren sin som emosjonelt lukket. Hvis disse antagelser stemmer, kan en anta at partneren er sparsom med selvavsløringer. Dersom faktor 2 har en partner som ikke verbalt forteller om sine verdier og holdninger, vil en kanskje ikke ha annet valg enn å stole på egne tolkninger av kroppsspråk for å få en indikasjon på hva partneren tenker og føler. Om man ser tilbake på fremtredende utsagn for faktor 2 (tabell 4.5 i kapittel 4) viser det seg at Faktor 2 ikke søker å lytte aktivt til det partneren forteller om egne tanker og følelser (utsagn 15 plassert på -4). I følge Hargie (2011) er det å være en empatisk lytter avgjørende for å fremme andres selvavsløringer. Dette krever blant annet at man er i stand til å se ting fra den andres perspektiv. Tolkningen av faktor 2 indikerer at en har en tendens til å tolke sin partners handlinger ut fra eget verdenssyn. Her kan en ane en sirkulær dynamikk. Partneren er sparsom med selvavsløringer, noe som overlater til faktor 2 å tolke partnerens følelser og tanker ut fra nonverbal kommunikasjon. Faktor 2 tolker imidlertid ut fra egen persepsjon noe som kan føre til feiltolkninger, og resultere i at partneren ikke får lyst til å komme med ytterligere selvavsløringer. Denne dynamikken kan fort lede til et forhold med dårlig kommunikasjon, fylt av misforståelser, lukkethet og sårethet. Selv om selvavsløring har en viktig funksjon i forhold, kan det også by på problemer. Å fortelle partneren hva en egentlig føler kan være sårene og ødeleggende, spesielt dersom partneren ikke forstår eller respekterer ens perspektiv. I følge Hargie (2006) er forhold bare vellykket når den persepsjonen en har av partneren sammenfaller tilstrekkelig med persepsjonen partneren har av seg selv.

#### **5.4 Relasjon**

Faktorfortolkningen indikerte at faktorene vektlegger forskjellige dimensjoner i parrelasjonen. Faktor 1 ser ut til å vektlegge gjensidighet og likeverd, mens det for faktor 2 virker som uavhengighet er av større betydning. Faktor 2 er ikke alltid bevisst at egne tolkninger ikke er hele sannheter, søker ikke å forstå partnerens perspektiv, og opplever at en er mer reflektert og tar mer hensyn enn partneren. I en uavhengighetsrelasjon er en uavhengig av den andre, og personen er i isolasjon (Kvalsund & Meyer, 2005). En kjenner sin egen posisjon i forhold til partneren sin, men valgene en tar baseres fullt og helt på ens indre referanseramme og egen refleksjon rundt erfaringer. Det er med andre ord egne intensjoner og vilkår som styrer ens handlinger, noe som vil være styrende for virkelighetssynet som skapes (Macmurray, 1961/1999; Kvalsund & Meyer, 2005). Det

at faktor 2 opplever å være i en uavhengighetsrelasjon korrelerer med de andre tolkningene som er gjort. Faktor 2 har ikke et fastlåst syn på partneren, og viser respekt og refleksjon. En kjenner med andre ord sin egen posisjon i forhold til partneren, men søker ikke å se ting fra den andres perspektiv. Dette vil nok kunne oppfattes som et egoistisk og lite empatisk ståsted, og inviterer ikke til dialog. Partneren vet at faren er stor for å bli misforstått, da faktor 2 stoler mest på egne antagelser basert på sitt eget verdenssyn. Dersom en lar eget verdenssyn være enerådende i sin relasjon til partneren, vil dette indikere at en ser seg selv som subjekt og partneren som objekt. Det å bli sett som objekt, og ikke som et menneske med tanker, følelser og behov på lik linje med partneren, vil kunne gi følelsen av å ikke bli respektert eller forstått.

Faktor 1 opplever på den andre siden å være i en likeverdig og gjensidig relasjon. I en gjensidig relasjon vil en gjennom aktivt samspill med partneren oppnå å realisere sine intensjoner, og det er en dynamisk bevegelse mellom helhet og del (Macmurray, 1961/1999, Kvalsund & Meyer, 2005). Faktor 1 har stor respekt for partneren, lytter aktivt til selvavsløringer, og tar mye hensyn. Dette tyder på symmetri og gjensidig ivaretagelse, samt inkludering av partneren, noe som er representativt for en gjensidig relasjon. Faktorfortolkningen viser også at faktor 1 kan sette egne behov til side for partnerens behov. Denne bevegelsen vekk fra totalt selvsentrerte motiver som en uavhengig relasjon representerer, mot inkludering av partneren, er også typiske for gjensidige relasjoner (Macmurray, 1961/1999, Kvalsund & Meyer, 2005). I følge Kvalsund og Meyer (2005) erkjenner man i denne typen relasjon både de negative og positive sidene i ulike relasjonsdimensjoner, og både avhengighet og uavhengighet inkluderes i en kontinuerlig prosess. En veksler mellom å være uavhengig av partneren gjennom refleksjon, og i et avhengighetsforhold til partnerens responser. Denne dimensjonen rommer helheten i det relasjonelle feltet, og en forstår at alle dimensjonene fra tid til annen eksisterer og opererer i enhver relasjon, noe som gjør at denne vekslingen ikke oppleves som truende. En kan forutse at det føles trygt å være i en slik relasjon, hvor en både blir ivaretatt av, og ivaretar sin partner. Her spiller en på lag, og støtter hverandre. Dette vil kunne tilrettelegge for en dyp kontakt, med forståelse og respekt for hverandres syn. Er en i en gjensidighetsrelasjon vil dette nok åpne opp for å komme med ærlige tilbakemeldinger, uttrykke sine følelser og adressere problemer som dukker opp. En kan estimere at en i slike relasjoner har god og åpen kommunikasjon, og derved unngår misforståelser og fastlåste konflikter.

## **5.5 Member check**

For å reliabilitetsteste studien foretok jeg en «member check» etter faktorfortolkningen. Dette gjøres for å se om deltagerne som vektet høyest på faktorene kjenner seg igjen i tolkingen en har

gjort (se tabell 4.1 i kapittel 4, eller vedlegg 3). Den sorteringen som vektet høyest på faktor 1 var F3 (0,8618), men i og med at sortering E3 hadde en nesten like høy faktorladning (0.8566), fikk jeg tilbakemelding fra begge deltagerne. Deltager E og F er et par. Deltager F sier: *«Denne tolkningen stemmer veldig bra! Det eneste som ikke stemmer helt er at jeg ikke er redd for å gå i konfrontasjoner. Jeg kan nok til tider være litt konflikt sky»*. Deltager E sier: *«Synes generelt at faktor 1 stemmer bra, og flere av punktene gir et godt bilde av meg. Den delen jeg prøver på, men kanskje ikke er så dyktig til, er å se meg selv utenfra og være bevisst at jeg selv påvirker dynamikken i forholdet. I motsetning til min partner er jeg overhodet ikke redd for å gå i konfrontasjoner»*. Da faktorene ikke representerer enkelte individer, men gjennomsnittsmeninger i sorteringene, er det forventet at deltagerne ikke kjenner seg hundre prosent igjen i faktorfortolkningen. Tilbakemeldingene viser at deltager F er konflikt sky, mens deltager E ikke er det. Likheten mellom dem er dog stor nok på de andre aspektene til at de lader høyt på samme faktorsyn. Tilbakemeldingene fra deltager F og E bekrefter min tolkning av faktor 1.

Sorteringen som vektet høyest på faktor 2 var C3 (0.7967). Det interessante med deltager C er at hun (det er en dame) vektet på faktor 1 på første og andre sortering (min oppfatning av meg selv, og min oppfatning av min partner), mens hun vektet på faktor 2 på sortering 3 og 4 (min partners oppfatning seg selv, og min partners oppfatning av meg). Deltager C er i forhold med deltager D, som vektet på faktor 2 på tre av sine sorteringer. Dette indikerer at deltager C sin oppfatning av partnerens syn korrelerer med det synet partneren (deltager D) faktisk har. Tilbakemeldingen jeg fikk fra deltager C var: *«I forhold til faktor 1 stemmer det meste. Det som ikke stemmer helt er at det er lett å uttrykke seg og gå i konfrontasjon. Vi har strevd litt de siste årene, og ergo er vi ikke helt trygge i forholdet. Men vi berger oss ved å ha stor forståelse for hverandre, og er soleklar over egne feil»*. I forhold til faktor 2 sier deltager C: *«Det at min partner opplever meg som lukket og lite emosjonelt tilgjengelig tror jeg er «spot on»! Han sier også at vi begge er ekstremt sta. Det at min partner tror jeg ikke selv ser hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet stemmer nok, men dette er noe jeg virkelig er bevisst! Jeg har flere ganger blitt skikkelig sint fordi jeg føler min partner er fastlåst i egne antagelser om meg, men trekker meg ofte tilbake for å unngå krangler. Generelt vil jeg si at disse faktorsynene stemmer ikke alltid. I vanskelige tider er det mye introverte handlinger, mens i gode perioder er det mye nærmere samhandling»*.

Tilbakemeldingen fra deltager C bekrefter tolkningen av faktor 1. Det som ikke stemmer er at det er lett å uttrykke seg og gå i konfrontasjoner. Dette er imidlertid med på å bekrefte tolkningen av faktor 2, som indikerer at partneren syns hun er sparsom med selvavsløringer og emosjonelt

utilgjengelig. Dette uttrykker deltager C også eksplisitt i sin tilbakemelding på faktor 2 fortolkningen. Deltager C trekker i sin tilbakemelding på faktor 1 frem at en er klar over sine feil, og har forståelse for hverandre, noe som er representativt for begge faktorene. I sin tilbakemelding på faktor 2 sier deltager C videre at partneren er fastlåst i sine egne antagelser om henne. Dette viser at min tolkning om at faktor 2 ikke søker å se ting fra andres perspektiv, og heller ikke er klar over at egne tolkninger nødvendigvis er sannheter, stemmer. Videre rapporterer deltager C at hun trekker seg tilbake for å unngå krangler, noe som kan være en delaktig årsak til at faktor 2 vektlegger egen tolkning av nonverbal kommunikasjon. En har her ikke tilgang på partners tanker og følelser via verbale uttrykk. Tilbakemeldingene fra deltager C bekrefter dermed mine tolkninger av begge faktorene.

### 5.6 Oppsummerende refleksjon

Temaet for mitt studie var å undersøke selvbevissthetens subjekt/objekt dynamikk, og hvordan dette kommuniseres i parforhold. Gjennom analysen av resultatet viste to distinkte factorsyn seg. Faktor 1 ser på seg selv som objekt, og på sin partner som subjekt. En tolker nonverbal kommunikasjon, men sjekker ut egne tolkninger verbalt ved å spørre partneren. Faktor 1 er i en gjensidighetsrelasjon, og har stor respekt for sin partners persepsjon og verdenssyn. En kan oppsummerende si at faktor 1 er selvbevisst. Faktor 2 tenderer mot å se seg selv som subjekt, og sin partner som objekt. Egne tolkninger av nonverbal kommunikasjon ser ut til å være hovedkilden til innhenting av informasjon om partneren, og en stoler mer på egne antagelser enn hva partneren uttrykker verbalt. En søker ikke å forstå partnerens perspektiv og verdenssyn, og opplever å være i en uavhengig relasjon. Faktor 2 viser dermed lite selvbevissthet.

Deltager C og D representerer par der partnerne vektet på hver sine faktorer. Som jeg nevnte i kapittelet 2 under presentasjon av subjekt/objekt dynamikken, er ikke nødvendigvis synet en har på seg selv og andre konstant (Jordan, 2002). Det er naturlig å tro at dette endrer seg i ulike perioder og situasjoner. Tilbakemeldingen jeg fikk fra deltager C bekrefter dette, da hun rapporterer: *«Generelt vil jeg si at disse factorsynene stemmer ikke alltid. I vanskelige tider er det mye introverte handlinger, mens i gode perioder er det mye nærmere samhandling»*. Denne uttalelsen kan vitne om at faktor 2 egentlig befinner seg i en gjensidighetsrelasjon, men for tiden er inne i en uavhengighetsfase. I gjensidighetsrelasjoner vil både avhengighet og uavhengighet inkluderes i en kontinuerlig prosess (Kvalsund & Meyer, 2005). Sorteringene deltagerne gjør representerer det subjektive synet deltagerne sitter med her og nå, og er ikke nødvendigvis et konstant syn (beskrevet i metodekapittelet). Deltager C sier videre at de har strevd litt de siste årene, noe en kan anta vil

påvirke subjekt/objekt dynamikken. Dersom en ikke føler seg trygg i forholdet, eller har god kommunikasjon og forståelse for hverandre, tror jeg det er lett å tendere mot å se seg selv som subjekt og sin partner som objekt. I en konfliktsituasjon er det naturlig at en ønsker å beskytte seg selv, og forsvare egen adferd (The Arbinger institute, 2008). Dette kan være viktig å ta med seg hvis en skal være rådgiver for par i konflikter. Kanskje paret trenger å lære og bli oppmerksom på denne dynamikken for å få større forståelse for hverandre. Forskningen min viser også viktigheten av selvavsløringer i forhold. Dersom en ikke forteller verbalt hva en tenker og føler, vil partneren være avhengig av å tolke kroppsspråk. Hvis tolkningen av kroppsspråk ikke korrelerer med de følelsene en egentlig sitter med, kan det medføre store misforståelser som igjen kan lede til konflikter. For å komme med selvavsløringer er det viktig at partneren lytter til det som kommuniseres. Som rådgiver er det greit å være bevisst disse mekanismene. Selvavsløring og lytteferdigheter er konkrete dimensjoner en kan jobbe med, og kan være nyttige redskap for en rådgiver å inkludere i sin «verktøykasse».

Dersom begge partene i et forhold har lav selvbevissthet, og konsekvent representerer faktor 2 synet, ser jeg for meg at dette kan lede til problemer. Hargie (06) sier at forhold kun er tilfredsstillende og suksessfulle når persepsjonen en har av sin partner sammenfaller tilstrekkelig med partnerens persepsjon av seg selv. Dette krever en viss grad av selvbevissthet. En må være klar over at mennesker persiperer forskjellig og har forskjellige verdenssyn, for å fullt ut forstå og respektere sin partners syn. Dersom en ikke har utviklet noe selvbevissthet vil en tolke andre ut fra eget verdenssyn, noe som kan være frustrerende for partneren. En vil kanskje her få en opplevelse av at partneren ikke lytter til det man sier, og heller ikke forstår og respekterer de meningene og følelsene en har. Dette vil kunne skape distanse i forholdet, og påvirke hva man velger å uttrykke verbalt. Det å hjelpe klienter til å få tilgang til partnerens perspektiv og verdenssyn kan derfor være av stor betydning. Dette kan hjelpe klientene til å utvikle større selvbevissthet, og bidra til innsikt i at de selv ikke eier sannheten og påvirker dynamikken i forholdet. I relasjoner hvor begge partnerne representerer faktor 1 synet vil en forutse få fastlåste konflikter, og stor respekt og forståelse for hverandre. Det er dette synet jeg ønsker å hjelpe fremtidige klienter å få tilgang til.

Konkluderende kan jeg si at det i mitt studie eksisterer to syn i forhold til problemstillingen. Det ene ser seg selv som objekt og sin partner som subjekt, mens det andre tenderer mot å se seg selv som subjekt og sin partner som objekt. Både nonverbal og verbal kommunikasjon blir brukt for å innhente informasjon om partnerne, men synet som ser seg selv som subjekt og partneren som objekt bruker hovedsakelig tolkning av nonverbal kommunikasjon som informasjonskilde.

## Kapittel 6 - Avsluttende kommentarer og refleksjon over forskningen

Jeg ønsker avslutningsvis å reflektere litt rundt egen forskning, og nytten av denne. Resultatet av forskningen viser to distinkte faktorer. Dette indikerer at det eksisterer svært forskjellige meningsoppfatninger om selvbevissthet innenfor par relasjoner. For å være en god rådgiver for par tror jeg det er viktig å være klar over disse forskjellene, slik at en kan møte sine klienters behov på best og riktigst mulig måte. Jeg og min partner var deltagere i forskningen, og oppdaget et nyttig aspekt ved selve forskningsprosessen. Da vi hadde gjennomført alle sorteringene i tråd med de ulike instruksjonsbetingelsene, hadde vi mulighet til å sammenligne egne sorteringer med hverandre. Gjennom å gjøre dette oppdaget vi oppfatninger vi hadde om oss selv og hverandre som tidligere hadde vært skjult for oss, noe som åpnet opp for dialog og utvidet forståelse. Sortering av utsagn innenfor tematikken selvbevissthet, med fokus på både oppfatning om seg selv og partneren, kan se ut til å ha en verdi i seg selv, og kan benyttes som et verktøy i rådgivning av par.

Jeg ønsker også å si litt om det å være deltager i egen forskning. Når en sorterer utsagn en har laget selv, kan det være vanskelig å løsrive seg fra kunnskapen om hvilken cellekombinasjon i designen utsagnene tilhører. Dette kan medføre at en favoriserer utsagn som representerer det synet en selv tror en tilhører, noe som gjør at sorteringene blir mindre reliable. I min forskning gikk det to måneder mellom produksjon av utsagn og egne sorteringer. Dette gjorde at jeg ikke husket hvilke celler utsagnene opprinnelig tilhørte, noe jeg mener hjalp meg å sortere ut fra mitt subjektive ståsted i her og nå situasjonen. Det å være deltager i egen forskning vil også kunne styre faktorfortolkningen, da en lett kan fortolke faktoren en selv vektet på med utgangspunkt i egen selvforståelse. Imidlertid hadde hverken jeg eller min partner sorteringer som vektet høyest på faktorene, noe som gjorde det enklere for meg å fristille meg fra dette. Jeg allierte meg dessuten med en medelev fra rådgivningsstudiet i starten av faktorfortolkningen, for å få hjelp til oppdage meninger jeg ellers kunne oversett grunnet min forforståelse av temaet. Ordlyden i utsagnene kombinert med de forskjellige instruksjonsbetingelsene viste seg også være en utfordring. Det blir for litt hjernegymnastikk når en skal forsøke å sette seg inn i sin partners syn (tredje og fjerde sortering), og mange av utsagnene er påstander om «min partner». Dette fikk jeg tilbakemelding på fra enkelte av deltagerne, og erfarte selv. Det ble derfor ekstra viktig at en hadde gode pauser mellom sorteringene (flere dager), og at en var opplagt når man sorterte.

Forskningsprosessen har vært utfordrende, men svært givende. Jeg sitter igjen med en større forståelse av selvbevissthetens subjekt/objekt dynamikk, og ser absolutt verdien av å ha kunnskap

om dette i mitt fremtidige arbeid som rådgiver. Forskningen min pirker imidlertid bare i overflaten av selvbevisstheten subjekt/objekt dynamikk. Resultatet indikerer at det eksisterer store meningsforkjeller innenfor temaet, og det er meget mulig at det finnes flere meningsunivers i populasjonen enn det jeg fant i min forskning. De to ekstraherte faktorene i denne undersøkelsen forklarer tross alt bare 50 % av alle mulige meninger om temaet (forklart varians på 39% + 11%, se kapittel 3 og 4). Dette resultatet åpner for videre forskning for å finne eventuelle andre faktorer, samt undersøke flere aspekter av subjekt/objekt dimensjonen. I en eventuell fremtidig undersøkelse av samme tema kunne en for eksempel ta med relasjon og selvavsløringer i designen, da dette viste seg å være av betydning for faktorene.

## Referanser

- Allgood, E. (1994/1995). Persons-in-relations and Q-methodology. *Operant subjectivity*, 18. (1-2), 17-35
- Allgood, E. & Kvalsund, R. (2005). *Learning and discovery*. Trondheim: Tapir Academic Press.
- Berger, J. G. & Fitzgerald, C. (2002). *Executive coaching: Practices and perspectives*, s. 27-57. Palo Alto, CA: Davies-Black Publishing.
- Brown, M. Y. (2009). *Growing whole*. Minnesota: Hazelden.
- Carey, M. (1999). *Heraclitean fire. Journeying on the path of leadership*. Dubuque Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Forskningsetiske komiteer (2006). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Lastet 01.09.2012 ned fra:  
<http://www.etikkom.no/Documents/Publikasjoner-som-PDF/Forskningsetiske%20retningslinjer%20for%20samfunnsvitenskap,%20humaniora,%20juss%20og%20teologi%20%282006%29.pdf>
- Hargie, O. (2006). *The handbook of communication skills*. 3<sup>th</sup>, ed. USA og Canada: Routledge.
- Hargie, O. (2011). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice*. USA og Canada: Routledge.
- Howitt, D. (2010). *Introduction to qualitative methods in psychology*. Essex, England: Pearson Education Limited.
- Ivey, A. E., D'Andrea, M., Ivey, M. B. & Simek-Morgan, L. (2009). *Theories of counseling & psychotherapy*. 6<sup>th</sup>, ed. Boston: Pearson Education Inc.
- Johannesen, A., Tuft, P. A. & Christoffersen, L. (2011). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4. utg.). Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Jordan, T. (2002). Self-awareness, meta-awareness and the witness self. Upublisert artikkel tilgjengelig på <http://www.perspectus.se/tjordan/>
- Kegan, R. (1982). *The evolving self: problem and process in human development*. Cambridge, Ma: Harvard University Press.
- Kolb, D. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Kvalsund, R. (1998). *A theory of the person*. Dr. polit. avhandling. Trondheim: NTNU.
- Kvalsund, R. (2005). *Coaching: Metode: Prosess: Relasjon*. Finland: Synergy Publishing.



- Kvalsund, R. (2009). *Oppmerksomhet og påvirkning i hjelperelasjoner*. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag.
- Kvalsund, R. & Meyer, K. (2005). *Gruppeveiledning, læring og ressursutvikling*. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag.
- Kvalsund, R. & Allgood, E. (2008). Persons-in-relation. Dialog as transformative learning in counseling. I: G. Granzina (red.), *Santykis ir Pokytis. Tarpasmeniniu rysiu gelmines prielaidosir psichoterapija*. Vilnius: Universiteto Leidykla, s. 84-106.
- Langdridge, D. (2006). *Psykologisk forskningsmetode*. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag.
- Larsen, R. J. & Buss, D. M. (2008). *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature*. 3<sup>th</sup>, ed. Boston: McGraw-Hill.
- Macmurray, J. (1961/1999). *Persons in relations*. USA: Humanity Books.
- Myers, D. G. (2008). *Social psychology*. 9<sup>th</sup>, ed. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Schmolck, P. (2002). *PQMethod (Version 2.11)*. Lastet ned 14.10.2012 fra <http://schmolck.userweb.mwn.de/qmethod/pqmanual.htm>.
- Smith, N. W. (2001). *Current systems in psychology: History, theory, research, and applications*. Belmont, CA. : Wadsworth Thomson Learning.
- Sohlberg, P. & Sohlberg, B. M. (2009). *Kunskapens former: Vetenskapsteori och forskningsmetod*. Egypt: Shara Printing.
- Swensen, C. H. (1973). *Introduction to interpersonal relations*. Glenview: Scott, Foresman & Co. Kap. 2, 6.
- Teigen, K. H. (2004). *En psykologihistorie*. Bergen: Fagboklaget Vigmostad og Bjørke AS.
- The Arbinger Institute. (2008). *Leadership and self-deception: Getting out of the box*. USA: Berrett-Koehler Publishers.
- Thorsen, A. A. & Allgood, E. (2010). *Q-metodologi: En velegnet måte å utforske subjektivitet*. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag.
- Watts, S. & Stenner, P. (2012). *Doing Q methodological research: Theory, method and interpretation*. London: SAGE Publications.
- Withmore, D. (2004). *Psychosynthesis Counseling in Action*. 3<sup>th</sup>, ed. London: Sage
- Zahavi, D. (2002). First-person thought and embodied self-awareness: Some reflections on the relation between recent analytical philosophy and phenomenology. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 2002, s.7-26. Lastet ned 08.08.13 fra <http://link.springer.com/article/10.1023%2FA%3A1015568518276>

## **Liste over vedlegg**

Vedlegg 1 – Q-utvalg

Vedlegg 2 – Gjennomsnittssorteringer for faktorene i egne matriser

Vedlegg 3 – Faktorenløsning med ladninger for faktorene

Vedlegg 4 – Distinguishing statements

Vedlegg 5 – Consensus statements

Vedlegg 6 – Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Vedlegg 7 – Sorteringsinstruks

Vedlegg 8 – Følgerev til sorteringene

Vedlegg 9 – Godkjenning fra NSD

Vedlegg 10 – Ekskludering av faktor 3

## Vedlegg 1 - 40 Utsagn

Bokstavene i parentesene bak utsagnene angir hvilken celle av designen de tilhører.

Første bokstav: Effekt: Syn-på-selv. To alternative nivå: Subjekt (a) og (b) Objekt.

Andre bokstav: Effekt: Syn-på-andre. To alternative nivå: Subjekt (c) og (d) Objekt.

Tredje bokstav: Effekt: Kommunikasjon. To alternative nivå: Verbal (e) og Nonverbal (f)

1 – Min partner er en viktig kilde for at jeg blir kjent med meg selv. (bcf)

2 – Omstendighetene påvirker selvsagt også min partner, noe jeg tar hensyn til i våre diskusjoner. (ace)

3 – Ofte er det ikke det min partner sier, men tonefallet han/hun sier det i, som plager meg. (acf)

4 – Når vi diskuterer vil både kroppsspråk og tonefall avsløre om vi er mest interessert i å kommunisere våre egne argumenter, eller om vi faktisk lytter til hverandre. (bdf)

5 – Noen ganger sier jeg ting bare for å såre min partner. (bce)

6 – Hvis vi begge har en dårlig dag ender det fort med krangling om filleting. Hvorfor skal jeg ta hensyn til min partners humør, når han/hun ikke tar hensyn til mitt? (acf)

7 - Min partner har uvaner han/hun ikke kan endre, uansett hvor mange ganger jeg bemerker dem. (ade)

8 – Min partners blikk avslører mange følelser, og jeg bruker ofte det som kilde til en foreløpig tolkning av hans/hennes humør. For å vite om tolkningen stemmer, må jeg selvsakt spørre min partner. (bcf)

9 - Mine argumenter er som regel veloverveide, mens min partner ofte snakker fra et følelesmessig standpunkt. (bde)

10 – Av og til blir jeg sint på min partner og kjefter på han/henne uten helt å vite hva som ledet opp til det. I retrospekt ser jeg at jeg gjerne kan ha overreagert. (bce)

11 – Når min partner er sint på meg ser jeg det tydelig i hans/hennes kroppsspråk. (acf)

12 – Dersom det min partner sier ikke stemmer overens med tonefallet det blir sakt i, tenker jeg det kan ligge noe i bunn her som min partner selv ikke er klar over, eller at det er noe han/hun ikke vil dele med meg. (bcf)

13 – Når kroppsspråket til min partner indikere at han har en dårlig dag, gir jeg han/henne rom, og prøver å vise både tålmodighet og kjærlighet. (bcf)

14 – Selv om min partner lytter til meg, tror jeg ofte han/hun bare forstår deler av hva jeg sier. (bdf)

15 – Jeg forsøker å lytte aktivt når min partner forteller om sine tanker og følelser. Det er jo slik jeg blir kjent med han/henne. Mine tolkninger av min partner er jo nettopp bare det .. tolkninger. (acf)

- 16 - Hadde min partner stolt mer på min tolkning av han/henne, hadde nok både han/hun og vi hatt det bedre. (bde)
- 17 – Jeg svelger flere kameler i våre diskusjoner enn min partner gjør. (ade)
- 18 – Både jeg og min partner har sterke personligheter, så det kan bli heftige diskusjoner fra tid til annen. (ace)
- 19 - Jeg kjenner nok meg selv bedre enn min partner kjenner seg selv, og jeg har forstått ganske mye om selvbevissthet min partner enda ikke forstår. (bdf)
- 20 - Min partner tar ofte ikke hensyn til mine følelser, selv om han/hun sier han gjør det. (ade)
- 21 - Jeg kan tolke av min partners kroppsspråk hva han/hun egentlig føler, selv om han/hun kanskje ikke er klar over dette det selv. (adf)
- 22 – Min partner forstår ikke viktigheten av refleksjon over egen adferd og erfaring, selv om jeg har kommunisert det en rekke ganger. (bde)
- 23 – Jeg kan se på blikket til min partner når han/hun syns det jeg snakker om er for høytflyvende. (bdf)
- 24 - Svært lite min partner sier overrasker meg, derfor tenker jeg nok mer på hva jeg vil si i en samtale, enn å lytte nøye til det min partner sier. Jeg vet jo hva som kommer! (ade)
- 25 – Tonefallet avslører alltid min partner hvis han/hun er sint på meg, men sier han/hun ikke er det. (adf)
- 26 – Når vi er uenige, er det viktig for meg å se saken fra den andres perspektiv. (ace)
- 27 - Jeg kan ofte forklare min partner hvorfor han/hun har handlet som han/hun gjør. Her kan vi være uenige om årsakene, men han/hun ville nok innsett at jeg ofte har rett hvis han/hun brukte litt mere tid på selvrefleksjon. (bde)
- 28 – Ett blikk fra min partner er nok til at jeg vet hvilket humør han/hun er i. Dette prøver jeg å ta hensyn til i min responsadferd. (acf)
- 29 – Jeg er ikke enig i alt min partner sier, og det er heller ikke alltid jeg forstår hans/hennes reaksjoner. Dette er egentlig greit, og jeg pleier å si ifra når det skjer. (ace)
- 30 - «Det du egentlig mener er...» er noe jeg har sagt til min partner, gjerne under litt opphetede diskusjoner. (ade)
- 31 – Selv om min partner kanskje ikke reflekterer mye over seg selv, fyller han/hun andre viktige roller i livet vårt. Dette er noe jeg setter pris på, og ofte forteller han/henne. (bde)
- 32 – Jeg prøver ofte å betrakte meg selv utenfra for å se hvordan jeg påvirker dynamikken i forholdet vårt. (bce)
- 33 - Hadde min partner vært mer som meg, hadde forholdet vårt vært bedre. (bdf)

- 34 – Det er vanskelig å se seg selv utenfra. Dette er et tema vi har snakket om. (bce)
- 35 - Jeg vet ofte hva min partner tenker bare ved å se på han/henne. (adf)
- 36 – Jeg har lett for å si unnskyld hvis jeg forstår at jeg har gjort min partner urett (bce)
- 37 – Det kan være lett å glemme at man selv gjerne hører det man VIL høre i en diskusjon. (bcf)
- 38– Jeg vet akkurat hvordan min partner kommer til å reagere i de fleste situasjoner. (adf)
- 39 – Jeg vet hvem jeg er, og har ingen problem med å fortelle min partner hva jeg mener. (ace)
- 40 – Min adferd endres etter situasjoner, mens min partner har en mer forutsigbar personlighet. (adf)

## Vedlegg 2 - Gjennomsnittssortering for faktorene i egne matriser

### Faktor 1:

MEST UENIG					MEST ENIG					
-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
19	24	16	6	5	10	3	8	1	32	13
33	27	20	9	7	12	4	11	2	36	15
	31	22	38	17	14	28	26	29	39	
			40	25	18	30	37			
				35	21	34				
					23					

### Faktor 2:

MEST UENIG					MEST ENIG					
-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
32	15	9	2	4	1	5	3	20	8	11
33	16	27	19	13	7	6	17	22	10	18
	38	30	23	28	26	14	29	25	12	
			36	35	24	21	31			
				39	34	40				
					37					

### Vedlegg 3 – Faktorløsning med ladninger for faktorene

Faktorladninger hvor X markerer sorteringer som definerer faktoren.

Nr	Q-sortering	Faktor 1	Faktor 2
1	A1	<b>0.7750X</b>	-0.1060
2	A2	<b>0.4570X</b>	-0.3533
3	A3	<b>0.5082X</b>	-0.3674
4	A4	<b>0.4186X</b>	-0.0228
5	B1	<b>0.7688X</b>	0.0313
6	B2	<b>0.4877X</b>	0.2887
7	B3	<b>0.7219X</b>	0.0260
8	B4	<b>0.5891X</b>	-0.1905
9	C1	<b>0.7362X</b>	0.3219
10	C2	<b>0.6570X</b>	0.4127
11	C3	0.0019	<b>0.7967X</b>
12	C4	-0.0618	<b>0.6507X</b>
13	D1	-0.0252	<b>0.5814X</b>
14	D2	-0.1103	<b>0.5584X</b>
15	D3	0.1825	0.2685
16	D4	0.1818	<b>0.3577X</b>
17	E1	<b>0.8282X</b>	0.0124
18	E2	<b>0.8522X</b>	0.1115
19	E3	<b>0.8566X</b>	0.0611
20	E4	<b>0.8542X</b>	0.0455
21	F1	<b>0.7050X</b>	0.2691
22	F2	<b>0.7092X</b>	-0.0835
23	F3	<b>0.8618X</b>	-0.0114
24	F4	<b>0.8528X</b>	0.0623
<b>%</b>	<b>Eksp.variance</b>	<b>39</b>	<b>11</b>
	<b>Eigenvalues</b>	<b>9.3806</b>	<b>2.6379</b>

## Vedlegg 4: Distinguishing statements

(P < .05; Asterisk (\*)) Indicates Significance at P < .01)

Both the Factor Q-sort Value (RNK) and the Normalized Score are Shown (Z-SCR).

Faktors			
		1	2
No.	Statement	RNK, Z-SCR	RNK, Z-SCR
15	Jeg forsøker å lytte aktivt	5 2.10*	-4 -1.18
13	Når kroppsspråket til min partner	5 1.87*	-1 -0.46
39	Jeg vet hvem jeg er og har ingen	4 1.49*	-1 -0.54
36	Jeg har lett for å si unnskyld hvis	4 1.34*	-2 -0.55
32	Jeg prøver ofte å betrakte meg selv	4 1.20*	-5 -1.72
1	Min partner er en viktig kilde	3 1.18*	0 -0.28
2	Omstendighetene påvirker selvsagt	3 1.06*	-2 -0.75
11	Når min partner er sint	2 0.77*	5 1.85
26	Når vi er uenige er det viktig for meg	2 0.68*	0 -0.05
8	Min partners blikk avslører	2 0.65	4 1.22
37	Det kan være lett å glemme at man	2 0.60	0 0.11
34	Det er vanskelig å se seg selv utenfra	1 0.51	0 -0.07
4	Når vi diskuterer vil både	1 0.39*	-1 -0.29
28	Ett blikk fra min partner er nok	1 0.37*	-1 -0.39
30	Det du egentlig mener er noe jeg har	1 0.33*	-3 -1.03
23	Jeg kan se på blikket til min partner	0 0.27*	-2 -0.60
10	Av og til blir jeg sint	0 0.12*	4 1.40
12	Dersom det min partner sier	0 -0.10*	4 1.69
18	Både jeg og min partner har sterke	0 -0.21*	5 2.11
17	Jeg svelger flere kameler	-1 -0.25*	2 0.69
5	Noen ganger sier jeg ting	-1 -0.49	1 0.13
25	Tonefallet avslører alltid min partner	-1 -0.50*	3 1.09
6	Hvis vi begge har en dårlig dag	-2 -0.72*	1 0.42
40	Min adferd endres etter situasjoner	-2 -0.72*	1 0.43
38	Jeg vet akkurat hvordan min partner	-2 -0.94*	-4 -1.69
22	Min partner forstår ikke viktigheten	-3 -1.01*	3 1.07
20	Min partner tar ofte ikke hensyn	-3 -1.03*	3 0.98
31	Selv om min partner kanskje ikke	-4 -1.08*	2 0.68
24	Svært lite min partner sier overrasker	-4 -1.09*	0 -0.28
19	Jeg kjenner nok meg selv bedre	-5 -2.00*	-2 -0.62



## Vedlegg 5 – Consensus statements

Consensus Statements – Those that do not distinguish between the Factors.

All listed statements are non-significant at  $P > .01$ , and those flagged with \* are also non-significant at  $P > .05$ .

Both the Factor Q-sort Value (RNK) and the Normalized Score are Shown (Z-SCR).

<b>Faktors</b>			
		<b>1</b>	<b>2</b>
No.	Statement	RNK, Z-SCR	RNK, Z-SCR
3*	Ofte er det ikke det min partner sier	1 0.51	2 0.71
5	Noen ganger sier jeg ting	-1 -0.49	1 0.13
7*	Min partner har uvaner	-1 -0.22	0 -0.02
8	Min partners blikk avslører	2 0.65	4 1.22
9*	Mine argumenter er som regel	-2 -0.88	-3 -0.83
14*	Selv om min partner lytter	0 0.01	1 0.43
16*	Hadde min partner stolt mer	-3 -1.05	-4 -1.44
21*	Jeg kan tolke av min partners	0 -0.10	1 0.30
27*	Jeg kan ofte forklare min partner	-4 -1.35	-3 -1.15
29*	Jeg er ikke enig i alt min partner sier	3 0.97	2 0.86
33*	Hadde min partner vært mer som meg	-5 -2.07	-5 -1.92
34	Det er vanskelig å se seg selv utenfra	1 0.51	0 -0.07
35*	Jeg vet ofte hva min partner tenker	-1 -0.60	-1 -0,30
37	Det kan være lett å glemme at man	2 0.60	0 0.11

## Vedlegg 6 – Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

### Forespørsel om å delta på Q-sortering i forbindelse med min masteroppgave.

Jeg er masterstudent i rådgivning ved NTNU og holder nå på med den avsluttende masteroppgaven. Temaet for oppgaven er selvbevissthet, og jeg skal undersøke hvilke oppfatninger og syn man har på seg selv og sin partner. Jeg er interessert i å finne av hvilket meningsunivers som eksisterer i mitt utvalg.

For å finne ut av dette, ønsker jeg å la fire par (åtte personer) sortere utsagn som jeg har laget, etter spesifikke instruksjonsbetingelser. Parene i utvalget mitt har alle vært samboere eller gift i minst fem år. Utsagnene vil dreie seg om det syn man har på seg selv og sin partner, både i forhold til kommunikasjon og persepsjon. Hver deltager skal sortere utsagnene fire ganger etter et prebestemt mønster (matrise), og hver sortering har sin spesifikke instruksjonsbetingelse. Det jeg ønsker med min masteroppgave er å forstå mer om den subjektive erfaringen som mennesker i langvarige forhold har om seg selv og hverandre. Jeg ønsker også å se om det finnes noe mønstre av forskjeller og likheter i mitt utvalg. Dette kan gi et innblikk i, og kanskje bedre forståelse av nyansene i pardynamikk i forhold til de valgte temaer.

Q-metoden bruker såkalt abuksjon som metode, noe som medfører at jeg ikke har noen predefinerte hypoteser eller teoretiske antagelser om resultatet av undersøkelsen. Instruksjonsbetingelser, Q-utvalget (utsagnene) og sorteringsmatrisene vil bli sent dere i posten, og jeg vil ha en muntlig gjennomgang med dere hvor jeg forklarer sorteringsprosessen. Sorteringene må gjøres med minimum to dagers mellomrom mellom de forskjellige instruksjonsbetingelsene. Hver sortering tar fra en halv til en hel time. Etter dataene er samlet inn og analysen er ferdig, ønsker jeg å ha et kort intervju med den/de av dere som har mest til felles med faktoren/e som analysen synliggjør. Dette er for å undersøke om dere kjenner dere igjen i analysen, noe som kan styrke, svekke eller gi nytt lys til analysen.

Det er frivillig å være med og du har mulighet til å trekke deg når som helst underveis, uten å måtte begrunne dette nærmere. Dersom du trekker deg vil alle innsamlede data om deg bli anonymisert. Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i den ferdige oppgaven. Opplysningene anonymiseres og dataene slettes når oppgaven er ferdig, innen 01.03.14.

Dersom du har lyst å være med på studien, er det fint om du skriver under på den vedlagte samtykkeerklæringen og sender den til meg.

Hvis det er noe du lurer på kan du ringe meg på xx xx xx xx, eller sende en e-post til [maritvalberg@gmail.com](mailto:maritvalberg@gmail.com). Du kan også kontakte min veileder Eleanor Allgood ved institutt for voksenes læring og rådgivning på mail [eleanor.allgood@svt.ntnu.no](mailto:eleanor.allgood@svt.ntnu.no) .

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Med vennlig hilsen

Marit Valberg  
Xxxxxxxvegen 8  
7050 Trondheim

Samtykkeerklæring:

Jeg har mottatt skriftlig informasjon og er villig til å delta i studien.

Signatur ..... Telefonnummer .....

## Vedlegg 7 – Sorteringsinstruks

### Q-sortering: Struktur for gjennomføring (40 utsagn)

1. Les først alle utsagnene for å få en oversikt over hele innholdet.
2. Del så utsagnene i 3 noenlunde like grupperinger i samsvar med de betingelser som ligger i instruksjonen.
  - Til høyre: de utsagnene som beskriver deg eller du er enig om
  - Til venstre: de utsagnene som ikke beskriver deg eller du er uenig om
  - I midten: de utsagnene som er mer nøytrale, som ikke gir så mye mening, virker tvetydige, tvilsomme, uklare eller motsigende
3. Du skal nå gjøre mer detaljerte fordelinger, der du skal velge ut tallverdier på hvert utsagn fra en skala på +5 til -5.
4. Først legg ut all utsagnene i gruppa til høyre (de som er lik deg). Les så gjennom dem igjen, og velg ut to utsagn som er mest lik deg. Plasser utsagnet lengst til høyre, +5 i pakt med skjemaets mønster.
5. Deretter gjør det samme med gruppa til venstre (de utsagnene som er mest ulik deg), og plasser deretter de to utsagnene som er mest ulik deg lengst til venstre (-5 i henhold til skjemaets mønster).
6. Gå så tilbake til de utsagnene som er mest lik deg og velg nå 3 som fortsatt er svært lik deg, og plasser dem ved siden av utsagnet som du plasserte lengst til høyre, +4.
7. Gjør nå tilsvarende for den andre gruppa. Velg 3 utsagn, og plasser dem på siden av utsagnet som du plasserte lengst til venstre, - 4.
8. Når du kommer til +3 kolonnen, plasser 4 utsagn først under +3 så 4 under -3. Videre for +-2, +-1 og 0. I rubrikkene mellom -2 til +2 er det de små nyansene som avgjør i hvilken kolonne du plasserer utsagnene. Vær nøye og bruk god tid til å være så nyansert som råd. Pass på at du plasserer riktig antall utsagn i hver rubrikk. Plasserer 5 utsagn under +2, 6 utsagn på -1 og 8 på 0 (se skjemaets mønster).
9. Når du nå har fullført fordelingen og plasseringen, se over den på nytt og avgjør om du er enig med deg selv. Hvis det fortsatt er noe du er misfornøyd med, juster plasseringene slik at du blir fornøyd. Plasser utsagnenes nummer på skjemaet og lever dette.

**Lykke til! 😊**

## Vedlegg 8 – Følgebrev til sorteringene

Hei !

Her kommer forskningen min som dere har vært snille å sagt dere villige til å delta på. Igjen tusen takk for det! I konvoluttene finner dere hver sine konvolutter med 40 utsagn (påstander). Det er de samme utsagnene i begge konvoluttene, men jeg har sendt dere en hver ifall dere vil gjøre det samtidig. Dere finner også 4 matriser hver (de omvendte pyramidene) hvor numrene på utsagnene skal skrives inn når de er sortert. Jeg har sendt med 2 ark med forklaring på hvordan denne sorteringen foregår. Den heter Struktur for gjennomføring (40 utsagn). Følg denne når dere sorterer.

Utsagnene er nummerert fra 1-40. Det er nummeret som står på dem som skal inn i matrisene. Her er det svært VIKTIG at ALLE numrene er med i matrisen, og KUN en gang. Jeg vektlegger dette da jeg tidligere har sett matriser hvor f.eks. ett nummer har stått to forskjellige plasser, og andre nummer har vært utelatt. Da blir det umulig å analysere dette. Så tunga rett i munnen når dere skriver inn i matrisene.

Dere skal gjøre fire sorteringer. Poenget med dette er at dere skal tenkte på forskjellige ting hver gang dere sorterer. Disse fire er; Min oppfatning av meg selv, Min oppfatning av min partner, Min partners oppfatning av seg selv, og Min partners oppfatning av meg. Det er svært viktig at dere har fokus på de respektive oppfatningene når dere sorterer! Jeg har skrevet dette øverst på hver matrise, så pass på at dere bruker den rette matrisen for hvert fokus. Det burde gå minst to dager mellom hver sortering, så dere kan innstille dere på det dere skal fokusere på. Tiden dere vil bruke på hver sortering vil nok variere fra person til person, men jeg anslår mellom 30-45 min på hver. Det går nok og raskere etterhvert når dere har fått erfaring med gjennomføringen.

Til sist vil jeg oppfordre dere til å være så ærlige som dere kan, og stole på magefølelsen. Det er ikke nødvendig å tenke alt for grundig over hvert utsagn. Jeg vil og understreke at sorteringene blir behandlet konfidensielt, så det nytter ikke ringe meg for å snike på sin partners svar! ;) I analysen vil jeg lete etter generelle mønster (faktorer), så jeg ser ikke etter enkeltpersoners meninger.

Hvis noe er uklart er det bare å ta kontakt! Lykke til med sorteringene!

Mvh Marit

## Vedlegg 9 – Godkjenning fra NSD

**Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS**  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfages gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47 55 58 21 17  
Fax: +47 55 58 06 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Eleanor Allgood  
Institutt for voksnes læring og rådgivningsvitenskap  
NTNU  
7491 TRONDHEIM

Vår dato: 27.03.2013

Vår ref:33552 / 3 / MS

Deres dato:

Deres ref:

### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 25.02.2013. Meldingen gjelder prosjektet:

33552	<i>Hvor godt kjenner man sin partner?</i>
Behandlingsansvarlig	NTNU, ved institusjonens øverste leder
Daglig ansvarlig	Eleanor Allgood
Student	Marit Valberg

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.07.2013, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

  
Knut Kalgraff Skjåk

  
Marte Sivertsen

Marte Sivertsen tlf: 55 58 33 48

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Marit Valberg, Presetekragevegen 8, Leil. 32, 7050 TRONDHEIM

Auditeringskontorene / District Offices

OSLO NSD Universitet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47 22 85 52 11. nsd@uo.no  
TRONDHEIM NSD Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47 73 59 75 07. kje@wano@ntnu.no  
TRONDHØI NSD SVT, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47 77 64 41 36. nsdsvt@svt.no

## Vedlegg 10 – Ekskludering av faktor 3

Faktor 3 hadde i min analyse en forklart varians på 9%, og en Eigenverdi på 2.1637 før Varimax rotasjonen. Disse verdiene er høye nok til at Faktor 3 skulle kunne tas med som egen faktor. For å finne ut om denne faktoren var signifikant benyttet jeg meg av «humphrey`s rule» som sier at en faktor er signifikant hvis kryssproduktet av de to høyeste faktorladningene overskrider den doble verdien av standardfeilen (Watts & Stenner, 2012). Standardfeilen regnes ut ved formelen:  $1 / \sqrt{\text{antall utsagn som sorteres}}$ . Standardfeilen i min studie er:  $1 / \sqrt{40} = 0.158 = 0.16$  rundet opp. Den doble verdien av standardfeilen er:  $0.16 + 0.16 = 0,32$ . Kryssproduktet av de to høyeste ladningene var på faktor 3 =  $0.6449 \times 0.5882 = 0.372$ . Til sammenligning er kryssproduktet til Faktor 1 =  $0.8618 \times 0.8566 = 0.738$ , og for Faktor 2 =  $0.7967 \times 0.6507 = 0.5184$ . Faktor 3 ligger med andre ord nært grensen for å være signifikant. Når man velger ut faktorer man skal bruke som grunnlaget for faktoranalysen, leter man også etter såkalte rene faktorer. Dette er faktorer som har høy korrelasjon internt, og lav korrelasjon mellom faktorene (Thorsen & Allgood, 2010). Faktor 1 og Faktor 2 har en svært lav korrelasjon mellom seg på kun 2,5%. Det at jeg hadde to rene og distinkte faktorer, samt at Faktor 3 var nær signifikansgrensen i følge «humphrey`s rule», var avgjørende for at jeg valgte å gå for en to-faktor løsning.