

GÖTEBORGS UNIVERSITET  
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

**Att ta del av berättelser om andras liv**

Parinazz Iranmanesh

Examensuppsats 30 hp  
Psykologprogrammet  
Höstterminen 2019

Handledare: Mats Eklöf

# Att ta del av berättelser om andras liv

Parinazz Iranmanesh

*Sammanfattning.* Syftet med denna studie var att i en kvalitativ intervjustudie bland studenter på psykologprogrammet och psykoterapeutprogrammet som har ett intresse av att ta del av berättelser om andras liv undersöka hur mottagaren förstår sitt intresse och vad för funktioner berättelser om andras liv har på mottagaren. Åtta deltagare rekryterades. Till intervjun användes en semistrukturerad intervjuguide. Intervjuerna analyserades tematiskt med induktiv ansats. De svar som framkom kan förstås i termer av olika funktioner som andras berättelser kunde ha för mottagaren. Sammantaget visade studien att berättelser om andras liv gör världen, andra och sig själv förståeliga, fungerar stöttande och som en resurs för problemlösning samt är existentiellt meningsfullt.

Vi omges ständigt av olika berättelser. Kanske redan nu när du läser introduktionen till den här uppsatsen har du fått ta del av olika berättelser. Du kanske nyss har lyssnat på radio om de senaste nyheterna, läst ett eller flera inlägg på sociala medier, pratat med en vän om olika händelser, lyssnat på en föreläsare eller en låttext, kanske har du till och med tagit del av någons berättelse på spårvagnen. Du har säkert tagit del av minst en berättelse eller med andra ord minst ett *narrativ* under en dag.

Narrativ är en vetenskaplig term för det en i allmänna termer kallar för berättelse som på engelska benämns som *story*, *storytelling*. Narrativ kan handla om ett minne, en återgivning av en händelse eller olika sammanhängande delar av en händelse (Psykologiguiden, u.å.). I boken *Storytelling in Daily Life* av Langellier och Peterson (2004) förklarade de att en stor del av vår vardagliga kommunikation är att ta del av narrativ. Några exempel på vad narrativ kan utgöras av är: samtal, självbiografier, fiktiva verk, facklitteratur, historiska och vetenskapliga berättelser, tidningar, magasin, radio, TV, film, digitala narrativ på nätet och konst (Langellier & Peterson, 2004; Peterson & Langellier, 2012; Djikic, Oatley, Zoeterman & Peterson, 2009).

Jag har valt att definiera berättelser om andras liv som alla de berättelser som berör andra personers liv bestående i minnen, återgivningar, händelser (Psykologiguiden, u.å.) inom samtal, självbiografier, fiktiva verk, facklitteratur, historiska och vetenskapliga berättelser, tidningar, magasin, radio, TV, film, digitala narrativ på nätet och konst (Langellier & Peterson, 2004; Peterson & Langellier, 2012; Djikic, Oatley, Zoeterman & Peterson, 2009). Jag valde även att själv lägga till låttexter som en form av att ta del av andras berättelser.

Varför jag ville göra en studie just på ämnet berättelser började med att jag följde Instagramkontot: *Humans of New York* (HONY) som grundades av Brandon Stanton. Stanton lägger upp livsberättelser och tillhörande bild på personer han möter i sin vardag på kontot där andra som följer kan gilla och kommentera andras livsberättelser (Bosman, 2013). Kontot har över arton miljoner följare på Facebook och över nio miljoner följare på Instagram. Berättelserna på HONY beskrivs som *network narratives* som är berättelser, narrativ om andras liv på internet (Wang, Kim, Xiao & Jung, 2017).

Här väcktes mitt intresse för mottagarens perspektiv och jag blev nyfiken på vad berättelser om andras liv tillför oss.

## **Att förstå sig själv och andra**

Langellier och Peterson (2004) menar att människor gör mening av sina erfarenheter, förankrar identiteter och interagerar med andra genom berättelser. Ritivoi (2016) redogör i sin artikel om empatisk teori, intersubjektivitet och narrativ förståelse om hur berättelser kan föra oss närmre andra människor och inte bara för att observera någon annans liv utan också för att göra mening av dem och för att kunna ta andras perspektiv. Patt-Shamir (2010) har även nämnt i sin uppsats hur berättelser kan få oss att reflektera om vårt eget liv samtidigt som vi tar del av andras berättelser.

Mar och Oatley (2008) har i sin artikel gjort en teoretisk översikt av andras empiriska forskning om fiktiv litteraturs inverkan på läsaren. Mar och Oatley (2008) menar att fiktiva berättelser simulerar social interaktion med läsaren, närmare att läsaren lär sig att förstå andra som är olika en själv, får ökad empati och förståelse för det sociala samspelet med andra. Fiktiv litteratur tränar också läsaren att förstå sig på andras känslor (Mar & Oatley, 2008).

Kidd och Castano (2013) presenterar fem experiment i sin artikel om hur läsning av fiktiva berättelser förbättrar Theory of Mind (förmågan att läsa av och förstå andras känslor och intentioner (Workman & Reader, 2014)). Kidd och Castano (2013) bekräftar att fiktiva berättelser expanderar vår kunskap om andras liv och hjälper oss att känna igen likheter mellan andra och oss själva. Fiktiv litteratur är unik på det sättet att den transporterar oss in till en imaginär värld som ger oss en kognitiv och emotionell simulering av vår sociala värld (Mar & Oatley, 2008).

## **Lärandefunktion i utbildning och i arbete**

Att ta del av berättelser har också visat sig vara funktionellt i undervisningssyften, för framtida arbete och i arbete med patienter (Charon, 2001; Erikson, Erikson & Punzi, in press; Moore & Hallenbeck, 2010). Erikson, Erikson och Punzi (in press) har undersökt vad psykologstudenter anser om att läsa fiktiva verk som en lärandeaktivitet och vad de känner att de lär sig utav att läsa fiktiva verk. Resultaten visade på att studenterna ansåg att fiktiv litteratur gjorde dem mer medvetna om att olika emotionella tillstånd kan uttryckas på olika sätt. Dessa observationer är något som behövs i ett kliniskt arbete och är en del av lärandet till att bli klinisk psykolog. En del studenter ansåg också att ta del av fiktiva karaktärer kunde ge dem perspektiv på hur andra människor känner, tänker och förstår sig själva. Genom att läsa och förstå karaktärerna kunde det även få studenterna att förstå sig själva bättre. Studenterna tyckte att fiktiva verk gav en djupare och rikare förståelse för psykologiska tillstånd än enstaka exempel som kom från forskning eller teori. En intressant aspekt som studenterna i undersökningen nämnde var att de upplevde sig själva som mer respektfulla och ödmjuka när de tog del av riktiga fall medan de kände mindre ansvar med fiktiva fall. Studenterna vågade ta upp både positiva och negativa perspektiv hos de fiktiva karaktärerna eftersom det var möjligt att komma med olika infallsvinklar utan att vara nedlåtande mot andra (Erikson, Erikson & Punzi, in press).

Charon (2001) ser också berättelsers funktioner som viktiga i undervisningssyfte och inom arbete. I Charons artikel (2001) gör hon en teoretisk redovisning om hur berättelser kan vara funktionella för läkarstudenters yrkesidentitet och i det kliniska arbetet som läkare med patienter. Det finns självbiografiska memoarer där läkare beskriver berättelser från sin praktik i syfte att ge deras kollegor en unik insyn i deras arbetsmiljö men också för att nå andra inom sitt fält (Charon, 2001). Charon (2001) skriver att läkarstudenter går igenom stora personliga förändringar oftast under en kort tid; det kan leda till att studenterna känner sig förvirrade i sig själva. Olika uppgifter inom läkaryrket tillkommer i ens vardag som en troligtvis inte hade innan och Charon (2001) menar därför att det behövs mer litteratur som berättar om förändringen som kan ske hos läkarstudenter när de börjar anamma en ny yrkesidentitet.

Att arbeta med patienters berättelser i läkar- och patientrelationen kan öka läkarens förståelse för patienten och för relationen mellan patient och läkare (Charon, 2001). Genom att Charon (2001) i sin läkarpraktik skrev ner sina patienters historia kunde hon förstå patienten och sitt arbete bättre. När hon visade att hon ville lära känna och ta del av patientens berättelse märkte hon att det skapades en trygghet hos patienten som i sin tur ledde till att relationen mellan henne och patienten stärktes (Charon, 2001). Istället för att inge en känsla av att vara en allvetande läkare om patientens hälsotillstånd bjöd Charon (2001) in patienten till att berätta om sin livshistoria i ett sammanhang kopplat till de symtom patienten bar på, vilket bidrog till att patienten kände sig inkluderad i arbetet mot en förbättrad hälsa. Charon (2001) märkte att patienterna gav viktig information som kom att bli meningsfull i kopplingen mellan livshistoria och nuvarande hälsotillstånd.

## **Stöd och bekräftelse**

Att dela erfarenheter och berättelser med andra kan fungera stöttande för individer (Bülow, 2004; Bradshaw & Muldoon, 2019; Steffen, 1997). Bülow (2004) har undersökt konversationer från patienter som lider av kroniskt trötthetssyndrom och hur de delar erfarenheter och berättelser om sitt tillstånd med varandra. Bülow (2004) fann att genom att dela erfarenheter och berättelser med andra som led av samma tillstånd fick ens erfarenheter och lidande bekräftelse på att de var verkliga. Ifall andra led på liknande sätt som en själv ledde det till att ens eget lidande blev mer trovärdigt (Bülow, 2004).

Steffen (1997) har skrivit om hur medlemmar i Anonyma Alkoholister (AA) delar med sig av sina personliga berättelser. Steffen (1997) beskriver att personliga berättelser är ett sätt att uttrycka erfarenheter och ett sätt för oss att uttrycka det vi har inom oss samt att berättelser är grundläggande för vår mänskliga förståelse (Steffen, 1997). I många terapeutiska grupper används personliga berättelser som ett sätt att dela ens erfarenheter med andra och i syfte att kunna lösa problem (Steffen, 1997). I AA-grupper ska medlemmarna hjälpa varandra genom att dela med sig av sina erfarenheter (Steffen, 1997). Steffen (1997) menar att ens sjukdomsberättelse kan ha stor nytta för andra eftersom personens berättelse kan bli kollektiv kunskap. Sjukdomsberättelsen kan hjälpa både den drabbade genom att hans smärta och lidande kan delas med andra och de som tar del av berättelsen genom att en får tillgång till nya perspektiv och reflektioner (Steffen, 1997).

Bradshaw och Muldoon (2019) undersökte hur medlemmar i en stödgrupp för partners till män i fängelse delar erfarenheter med varandra. Bradshaw och Muldoon (2019) fann att medlemmarna kunde identifiera sig med varandras erfarenheter och det kunde leda till att medlemmarna kände tillhörighet, mening och socialt sammanhang med andra. Det Bradshaw och Muldoon (2019) hittade hos medlemmarna i stödgruppen kallas också för *social cure*, vilket kan ge gruppmedlemmar hantering och stöttning i svåra situationer som stress, trauma eller motgångar i vardagen (Jetten, Haslam & Haslam, 2012).

## **Modifiera våra egna berättelser och förändras med andra**

Att ta del av andras berättelser kan ändra våra egna berättelser och vi kan också förändras med de berättelser vi tar del av (Steffen, 1997; Scott, 2018). Steffen (1997) beskriver när en tar del av den andres berättelse står en inte bara utanför berättelsen utan en tvingas in i berättelsen, han menar att det inte finns någon neutral position som "lyssnare" till någon annans berättelse i ett AA-möte, utan medlemmarna påverkas. Som mottagare av den andres berättelse är vi själva i ständig förändring, vi blir kontinuerligt förändrade av andra och vi förändrar också andras erfarenheter (Steffen, 1997).

Ett annat perspektiv på hur vi förändras av andras berättelser är inom forskningsfältet autoetnografisk forskning. Autoetnografisk forskning är en forskningsmetod där forskaren använder sina personliga erfarenheter för att beskriva och ifrågasätta kulturella fenomen (Adams, Ellis & Jones, 2015). Metoden bekräftar och värderar forskarens relation med andra och använder självreflektion för att förstå relationen mellan självet, samhället, det enskilda och det generella, det personliga och det politiska (Adams, Ellis & Jones, 2015). Scott (2018) har gjort autoetnografisk forskning där hon utforskar personliga narrativ hos äldre med minnesproblem. Scott (2018) ville med sin forskning försöka förstå hur berättelser kan få oss att förstå våra liv, andra och vår kulturella kontext. Scott (2018) har skrivit om hur våra berättelser är i ständig förändring och hur en som publik till en annans berättelse kan omkonstruera sin egen berättelse. Scott (2018) lyssnade på tre personers berättelser och redogjorde ur autoetnografisk utgångspunkt hur hon analyserade sina egna berättelser ihop med de tre berättelserna hon tog del utav.

De personer Scott (2018) intervjuade led alla utav någon form av minnesproblem, de fick berätta vad de ville med kriteriet att det skulle vara en berättelse som var viktig för dem och som de inte ville glömma bort. Efter varje historia märkte Scott (2018) hur hennes egna erfarenheter och personliga berättelser förändrades. Scott (2018) menar att genom att lyssna på andras berättelser kan det ändra, fördjupa och skapa förståelse kring sig själv och sina egna upplevelser och även vara med i omskapandet av vår identitet. Scott (2018) förklarar vidare att våra identiteter inte bara formas efter vår kultur utan också i mötet med andra. Vi gör mening av oss själva och våra liv genom andra (Scott, 2018; Langellier & Peterson, 2004; Ritivoi, 2016). På samma sätt som Steffen (1997) menade i sin artikel om hur vi som mottagare av andras berättelser är i ständig förändring menar Scott (2018) att ens berättelser, ens värderingar, relationer och tillhörighet är rörliga. Berättelser behöver inte ha fasta perspektiv, utan ens perspektiv på ens berättelse om en själv kan ändras. Vi kan få ny förståelse genom våra möten med andras livsberättelser (Scott, 2018). Att berätta sin

berättelse öppnar både upp den person som berättar och den som lyssnar, till den ständiga processen i skapandet av oss själva och i interaktionen med den andre (Scott, 2018). När vi är publik till andras berättelser engagerar vi oss i en meningsskapande process (Scott, 2018). Att ta del av andras berättelser avslöjar vad som är viktigt för oss, vad vi tror på, vad vi är rädda för och vad vi längtar efter (Scott, 2018).

I de ovanstående rubrikerna; Lärandefunktion i utbildning och arbete, Stöd och bekräftelse och Korrigera våra egna berättelser och förändras med andra har jag mestadels refererat till litteratur som handlar om berättelsers funktioner inom ohälsa/lidande och för ett kliniskt arbete inom det. Rubriken Överlevnad här nedan går över från en mer behandlingsrelaterad kontext till hur berättelser kan komma till nytta i en mer allmän livskunskapskontext.

## **Överlevnad**

Att ta del av andras berättelser kan också ha ett överlevnadsvärde (Mar & Oatley, 2008; Scalise Sugiyama, 2001) Mar och Oatley (2008) skriver att den sociala informationen vi får från fiktiva verk inte bara är fascinerande utan också är fakta som kan ha överlevnadsvärde. Exempelvis menar Mar och Oatley (2008) ifall en läser om krig kan läsare få en unik upplevelse om krig utan att på riktigt utsättas för det. Att projicera sig själv in till en svår situation ger oss möjlighet att växa emotionellt. Genom att en som läsare tar del av en svår fiktiv situation kan det också förbereda oss ifall vi hamnar i en liknande situation som karaktärerna i berättelsen är med om. Det ger möjlighet till att tänka och fråga oss själva vad vi skulle göra i en liknande situation. Mar och Oatley (2008) menar vidare att genom läsning om andras liv kan läsaren själv få verktyg att navigera sig i världen. Liknande resonemang drar Scalise Sugiyama (2001) som har gjort en teoretisk redogörelse över berättelsers roll för människans överlevnad i jägar- och samlarsamhällen. Scalise Sugiyama (2001) menar att berättelser skapar en representation av världen som kan fungera ersättande för förstahandserfarenheter som oftast kan vara farliga att vara med om. Dock menar Scalise Sugiyama (2001) att berättelser som innehåller information om överlevnad förenklar den komplexitet i hur det är på riktigt (Scalise Sugiyama, 2001). Exempelvis menar Scalise Sugiyama (2001) att nybörjarjägare lär sig om djurs beteende och liv från de berättelser som mer erfarna jägare delar i lägren under jakturer, utan att själva vara inblandade i dem eventuellt farliga jägaraktiviteterna.

## **Identifikation och förebilder**

I Erikson, Erikson och Punzi (in press) artikel redogjorde psykologstudenterna också hur de kunde identifiera sig med karaktärerna i det fiktiva verk de fick ta del av. En kunde leva sig in i karaktärens liv och se hur det skulle kännas att vara i en viss situation (Erikson, Erikson & Punzi, in press). Genom att reflektera kring sina egna reaktioner och hur en själv skulle göra i en situation kunde det leda till att en kunde förstå och lära sig mer om sig själv. Det kunde också leda till att ens förståelse för andra blev bättre (Erikson, Erikson & Punzi, in press). Mar och Oatley (2008) har också skrivit hur läsare kan börja identifiera sig med karaktärerna i en fiktiv berättelse. De

menar att de psykologiska effekterna av att läsa om en karaktär blir att en kan känna igen sig i karaktären och att lära känna sina egna beteenden och få insikten i att vara sig själv samtidigt som en delar olika egenskaper med andra (Mar & Oatley, 2008).

Hoggan och Cranton (2015) har i sin rapport om fiktiva berättelsers roll i högre utbildning bland studenter fått resultat om hur läsare kan se huvudpersonen som förebild och som en källa till inspiration samt att en även ville bli som huvudpersonen.

Utifrån den refererade litteraturen kan berättelsers inverkan på oss sammanfattas som:

- Berättelser får oss att förstå och göra mening av andra och ens egna erfarenheter.
- Berättelser kan ha en lärandefunktion om andra och sig själv i undervisning och i ens arbete med patienter.
- Berättelser kan ge oss stöttning och bekräftelse när en är sjuk eller lever i en utsatt position.
- Berättelser ger oss möjligheten att korrigera våra egna berättelser och att förändra oss med andra.
- Berättelser kan ge oss överlevnadsrelevant information för att kunna navigera oss i våra liv.
- Berättelser kan få oss att identifiera oss med och vilja vara som personerna i berättelserna.

## **Syfte och undersökningsfrågor**

Forskningsområdet på ämnet är smalt och det mesta av litteraturen jag har hänvisat till handlar om berättelsers funktioner i ett specifikt narrativt område: inom behandling eller i fiktiv litteratur. I min studie fokuserar jag inte på ett specifikt narrativ utan vill studera hur deltagare förstår och påverkas av berättelser om andras liv på ett allmänt och personligt plan. Jag har avgränsat mig till att undersöka berättelser som rör andra människors liv.

En annan studie som har undersökt liknande population som min studie är Erikson, Erikson och Punzi (in press) som undersökte vad psykologstudenter anser om att läsa fiktiva verk i undervisning och vad de känner att de lär sig utav att läsa fiktiva verk. Men som skrivet innan kommer min studie inrikta sig på hur deltagare förstår sitt intresse och hur berättelser om andras liv påverkar deltagare på ett personligt och mer allmänt plan.

Syftet med denna studie var att undersöka hur studenter på psykologprogrammet och psykoterapeutprogrammet förstår sitt intresse av att ta del av berättelser om andras liv och undersöka vad för funktioner berättelser om andras liv har på mottagaren. För att undersöka ovanstående syfte togs följande frågeställningar fram:

- 1) Hur en själv förstår sitt intresse om berättelser om andras liv.
- 2) Vilka aspekter i berättelser om andras liv som en finner intressanta och inte intressanta.
- 3) Hur en påverkas av att ta del av sådana berättelser.

## Metod

För att besvara studiens frågeställningar användes en semistrukturerad intervju. Åtta intervjuer med totalt åtta studenter från psykologprogrammet respektive psykoterapeutprogrammet intervjuades under september och oktober 2019. Intervjuerna bearbetades genom tematisk analys utifrån induktiv ansats.

## Deltagare

**Inklusionskriterier.** (1) Studenter på psykologprogrammet eller psykoterapeutprogrammet på Göteborgs Universitet. (2) Har ett personligt intresse för berättelser om andras liv. Specifikt de berättelser som har ett djup och ett tydligt sammanhängande innehåll, inte om de berättelser om andras liv som innefattar ett mer ytligt innehåll som enskilda nyheter och mindre informationsbitar om andra.

**Rekrytering av deltagare.** Ett följebrev skrevs ihop (se Bilaga 1) inför rekryteringen som lades upp på Facebook i grupperna: *Psykologprogrammet i Göteborg* och *Psykologer*. Mail skickades ut till psykoterapeutklassen med inriktning mot Psykodynamisk terapi. Besök hos klasser på psykologprogrammet i termin 1-5 genomfördes där jag delade ut informationsblad och presenterade studien. Följebrevet affischerades på Psykologiska institutionen. Jag valde psykoterapeutklassen som hade psykodynamisk terapi som inriktning då jag tänkte att det kunde vara en lämplig målgrupp som hade ett personligt intresse för berättelser om andras liv. De personer som var intresserade av studien kontaktade mig antingen via mail eller Facebook.

Sammanlagt åtta deltagare rekryterades. Medelåldern på deltagarna var 34 år och åldersspannet 25-48 år. Fyra av deltagarna definierade sig som kvinna och resterande som män. Två var psykoterapeutstudenter och sex var psykologstudenter.

## Intervjuguide

I genomförandet av intervjuerna användes en semistrukturerad intervjuguide. Frågorna i intervjuguiden formulerades utifrån att de skulle vara relativt öppna och de skulle också uppmana deltagare att svara så fritt som det var möjligt. Sammanlagt innehöll intervjuguiden tre frågor. Den första frågan: *Vad ger intresset om att ta del av berättelser om andras liv dig?* utformades i syfte att fungera mer öppen än de övriga två intervjufrågorna, dels för att få igång deltagarens associationer och för att kunna fånga en mer spontan respons i vad berättelser om andras liv gav deltagaren. Första frågan kan beskrivas som mer generell och spontan. Den andra frågan var: *Personers livsberättelser kan handla om väldigt många olika saker, vad är det för aspekter/delar/teman som du upplever är särskilt intressant att ta del av? Varför?* Till skillnad från den första intervjufrågan formulerades den andra frågan till att vara mer specifik och kräva mer reflektion kring vilka berättelser om andras liv som deltagaren tycker är mer intressanta. Den tredje frågan var: *Vilka delar/teman av livsberättelserna vill en inte ta del av? Varför?* Den sista frågan utformades med målet att undersöka hur deltagaren ser på berättelser som hen inte vill ta del av i syfte att kunna jämföra det med berättelser som intresserar deltagaren. Mellan frågorna ställdes följdfrågor för att



fördjupa, klargöra och utveckla materialet.

## **Tillvägagångssätt**

**Genomförande av intervjuer.** Åtta intervjuer genomfördes under september-oktober 2019 på förbokade rum på Psykologiska institutionen och Annedalseminariet i Göteborg. Att delta i studien var frivilligt. Innan intervjun började gick jag igenom etiska riktlinjer. Detta innefattade: 1) alla intervjusvar behandlas konfidentiellt, 2) deltagaren kan när som helst avbryta sin medverkan utan att behöva ange skäl till detta, 3) samtalen kommer att spelas in och så fort ljudfilerna transkriberats kommer ljudfilen att raderas, 4) resultaten av intervjuerna rapporteras på gruppnivå och utan möjlighet att spåra enskilda individers svar. När jag hade gått igenom förutsättningarna för intervjun fick deltagaren medge sitt samtycke till att delta genom signering. Alla deltagare gav sitt godkännande i form av sin egen signatur förutom en deltagare där jag glömde be om deltagarens signatur men fick istället ett muntligt godkännande innan intervjun startade. Information om kön, ålder, termin på psykologprogrammet eller psykoterapeutprogrammet samlades endast in för att kunna användas vid beskrivning av deltagare under metodavsnittet. Intervjuernas längd varierade från 40 minuter som kortast till 70 minuter som längst. Intervjuerna spelades in på min mobiltelefon genom en röstapplikation.

Efter att den första intervjun hade genomförts frågade jag om feedback kring förbättringar i intervjufrågorna och om mig som intervjuare. Feedbacken jag fick var bland annat att innan intervjun började skulle det varit bra om jag uppmanade till mer fri association. Jag tog med mig deltagarens feedback in i de resterande intervjuerna och innan intervjuerna började uppmanade jag till fri association och att det inte fanns några rätt eller fel svar. Efter varje intervjutillfälle gjorde jag en utvärdering om hur jag kunde förbättra intervjuteknik och följdfrågor.

**Databearbetning.** Alla åtta intervjuer transkriberades ordagrant. Redan under transkriberingen skapades mening av data och under tiden kommenterade jag vid sidan om dokumentet om det var någon tanke som kom upp. Därefter utgick databearbetningen ifrån Braun och Clarkes (2006) steg för steg- guide i tematisk analys. Under den första fasen fokuserade jag på att lära känna materialet. Jag läste igenom alla transkriberade intervjuer och gjorde samtidigt egna notiser vid sidan av texten om möjliga begrepp, teorier, tolkningar och förslag till koder och teman. Den andra fasen läste jag igenom intervjuerna ännu en gång men denna gång med fokus på att koda de ord, meningar, stycken som jag ansåg vara relevanta och intressanta för studiens syfte och frågeställningar. När materialet hade kodats började jag foga samman relevanta koder för att kunna bilda lämpliga teman. Därefter undersökte jag om de teman jag skapat var relevanta teman för de koder som hittats och om temana representerade hela datamaterialet på ett relevant och överensstämmande sätt.

Bearbetningen av koder och teman utfördes fysiskt med papper och penna och med ordbehandlingsprogrammet Word.

**Avvägningar inför analys.** Innan en börjar med den tematiska analysen rekommenderar Braun och Clarke (2006) att ställa sig följande frågor för att göra avvägningar innan data analyseras. Dessa är: Ska tematiska analysen utgå ifrån essentialism/realism eller konstruktivism? Induktiv eller teoretisk ansats? Vad räknas

som ett tema? Ska teman vara på semantisk eller latent nivå? (Braun & Clarke, 2006) Följande frågor besvaras nedan.

Den tematiska analysen har valts att studeras utifrån en essentialistisk och realistisk teoretisk vinkel. Att utgå ifrån essentialistisk och realistisk teoretisk bas innebär att en fokuserar på deltagarens verklighet och erfarenheter så som deltagaren själv uttrycker i materialet (Braun & Clarke, 2006). Data analyserades med induktiv ansats. Vad som räknas som teman är inte endast kvantitet exempelvis mest förekommande koder, utan relevansen av koderna i relation till forskningsfrågan för bildandet av meningsfulla teman (Braun & Clarke, 2006). Även data som sticker ut och som kan bidra till ett intressant perspektiv trots att det bara återfinns i en eller några intervjuer kan bli teman. Jag har valt att vara flexibel och utgå ifrån både de mest förekommande koderna, de relevanta koderna och de koder som kan bidra till intressanta perspektiv och nyanser i bildandet av teman. De teman och tillhörande koder som kommit fram har valts att analyseras på semantisk nivå. Det innebär att jag identifierar koder och teman som en ser i materialet, att en försöker beskriva det som sagts, vad som kommit fram, meningen av materialet och inte det som dolt sägs bakom utsagorna (latent nivå) (Braun & Clarke, 2006).

**Litteraturgenomgång.** Eftersom studiens ansats är induktiv sökte jag på bakgrundslitteratur efter att teman hade skapats. Jag fann mina artiklar på Google Scholar, Göteborgs universitetsbiblioteksfunktion; Supersök och databasen PsycINFO med olika typer av engelska sökord och kombinationer, exempelvis; *Narrative Life Story, Collective narrative, Life experiences, Social Identity, Curiosity, Reading stories, Intersubjektivitet, Empathy, Storytelling, Listeners, Audience, Influence, Shared stories, Coping + other narratives, Life stories/Narrative + social identity*. Jag använde också artiklars och böckers referenslistor samt fick tips från lärare vid Institutionen för Litteratur, Idéhistoria och Religion och Psykologiska Institutionen.

**Etik och reflexivitet.** Innan intervjuerna och teman bildades funderade jag på om jag kunde försäkra att deltagarnas svar inte gick att spåra till vilka dem var. Eftersom informationen som kom fram under intervjuerna är kopplade till deltagares personliga liv var många detaljer och tankar högst personliga. Även om inga uppgifter kring kön, ålder och termin på psykologprogrammet respektive psykoterapeutprogrammet tas med under dataanalys finns det en risk att andra läsare som är bekanta med elever på Psykologiska institutionen känner igen eller påminner om deltagare som kan varit med i studien. Jag har tänkt mycket under analysfasen hur jag ska försöka få fram ett personligt material genom kodning, tematisering och citatreferering utan att det ska avslöja deltagarnas identitet.

I takt med att jag i skrivande stund går min sista termin på psykologprogrammet har jag med mig en mångfald av teorier och begrepp från tidigare kurser, moment och patientarbete. Inte minst har jag även en personlig anknytning till ämnet då jag tycker det är intressant med berättelser om andras liv. Trots en strävan efter att vara så objektiv som möjligt är det oundvikligt att bortse från ens egna teoretiska och personliga referensramar som en ständigt verkar inom. Därför kan teorier, begrepp och personliga erfarenheter ha påverkat de följdfrågor jag ställt och verkat inom de analyser jag gjort av materialet som framkommit.

## Resultat

Syftet med denna studie var att undersöka hur studenter på psykologprogrammet och psykoterapeutprogrammet förstår sitt intresse av att ta del av berättelser om andras liv och undersöka vad för funktioner berättelser om andras liv har på mottagaren. För att undersöka ovanstående syfte togs följande frågeställningar fram:

- 1) Hur en själv förstår sitt intresse om berättelser om andras liv.
- 2) Vilka aspekter i berättelser om andras liv som en finner intressanta och inte intressanta.
- 3) Hur en påverkas av att ta del av sådana berättelser.

Resultaten är indelade i två tabeller där den första tabellen (Tabell 1) består av teman som förklarar funktionerna som berättelser om andras liv har för mottagaren. Den andra tabellen (Tabell 2) består av teman om hur mottagaren förstår sitt intresse, vart det kommer ifrån och hur en tar sig an berättelser om andras liv på olika sätt. Funktioner vävs också in under den andra tabellen men då med perspektivet på hur berättelser om andras liv *blev* funktionellt för mottagaren i en tidig period av deltagares liv.

Nedan presenteras tabellerna med tillhörande teman.

Tabell 1

*Olika funktioner som berättelser om andras liv har för mottagaren.*

---

Tema	Undertema
1.	Hjälpa sig att förstå sin egen värld- självreflektion och självhjälpsprocess
2.	Att få möjligheten att låna någon annans liv och öppna upp egna möjligheter för alternativa sätt att leva
	2.1 Inge hopp och få kraft att välja sin egen väg
	2.2 Att bli fysiskt påverkad av berättelser
	2.3 Hur en ser på personerna som inspirerar en
3.	Problemlösning, tröst och sällskap
4.	Kärlek som lockande och oförståeligt
5.	Skapa andrum och paus

---

Tabell 2

*Hur en förstår sitt intresse, vart det kommer ifrån och hur en tar sig an berättelser om andras liv.*

---

Tema	Undertema
6.	Existentiellt viktigt att ta del av berättelser om andras liv
7.	Barndom och familjeförhållanden: Vart intresset för andras berättelser började och dess tidiga funktioner på mottagaren
8.	Tråkigt eller utmanande: Hur en förstår sig på berättelser som inte tilltalar en
	8.1 Ointressanta berättelser: Självförhärmande berättelser
	8.2 Berättelser som alltför mycket utmanar mottagarens tanke- och beteendemönster
9.	Berättelser om andras liv mottas olika beroende på...
	9.1 Mottaglighet
	9.2 Form och autenticitet
	9.3 Hur en förstår och tar sig an berättelser från personer som en har en relation till än personer som en inte har en relation till

## Tabell 1: Olika funktioner som berättelser om andras liv har för mottagaren

Beskriver de olika funktioner som berättelser om andras liv har för mottagaren och på vilket sätt de påverkar mottagaren. Denna del består av fem teman: "Hjälpa sig att förstå sin egen värld, självreflektion, igenkänning och acceptans", "Att få möjligheten att låna någon annans liv och öppna upp egna möjligheter för alternativa sätt att leva", "Problemlösning, tröst och sällskap", "Kärlek som lockande och oförståeligt" samt "Skapa andrum och paus". Nedan redovisas teman och underteman mer ingående.

**1. Hjälpa sig att förstå sin egen värld, självreflektion, igenkänning och acceptans.** Genom att ta del av berättelser om andras liv kunde deltagare få möjligheten att bearbeta sin egen berättelse, hantera och förstå sin egen värld och bli till i relation till andra. Förutom att berättelser om andras liv skapar nyanser i ens tillvaro kan berättelserna också fungera som något en reflekterar sig själv mot. Deltagare beskrev att en inte var ett vitt papper: Genom att en tog del av andras berättelser i form av samtal eller konst skapades det en relation mellan en själv och berättelsen, där en reflekterade om sig själv i relation till berättelsen en tog del av. Vid reflektion fanns det en möjlighet att bli påverkad och att skapa om sig själv. Det blev ett identitetsskapande:

*"Man blir till i relation till vilka människor eller vilka uttryck man möter och jag blir olika till. Det ser inte statistiskt ut."*

Att känna igen sig i andras berättelser var väsentligt för deltagare om berättelser om andras liv skulle göra ett djupare intryck hos dem. Igenkänning kunde leda till att deltagare fick perspektiv på hur andra kunde leva på liknande sätt som dem själva och få hjälp i att förstå sin värld men också hur ens personliga egenskaper kunde accepteras av en själv. Att känna igen sig i någon annans berättelse kunde medföra att en också kände samhörighet med den andre och att ens egen berättelse kunde normaliseras och få ta plats i ens värld. Deltagare nämnde att när en fick ta del utav nära personers barndomsberättelser och detaljer i dessa kunde även deltagares egen uppväxt få sin plats att finnas. Det gav deltagare tillåtelse att ha kvar sin egen berättelse eftersom någon annan persons berättelse hade bekräftat att det kunde se ut så. Genom att förstå att någon annan också kunde ha gått igenom liknande händelser kunde det ge en känsla av samhörighet och intresset för den andres berättelse kunde öka:

*"Jag tror att mitt intresse för dem här djupa sammanhangen och hur människor upplever sina liv och hur dem påverkas av olika saker som händer dem- att det också handlar om mig som person. Att jag kan känna igen mig i deras berättelse- jag tror att det är det som gör det intressant för mig."*

Det var även väsentligt att se att andra personer i böcker eller berättelser kunde vara annorlunda och att det inte bara var en själv som kände sig annorlunda. Genom att se att andra personer var mer som en själv kunde det stärka en att bära sig själv och känna sig mindre ensam. Det kunde få en att känna att ens egna egenskaper en bar på inte behövde upplevas som stigmatiserande. Det kunde även leda till att en sökte sig till personer som vågade visa sig sårbara för att en själv önskade att visa det en kände inombords men inte kunde göra det i den tillvaro en levde i.

**2. Att få möjligheten att låna någon annans liv och öppna upp egna möjligheter för alternativa sätt att leva.** Genom att ta del av berättelser om andras liv kunde en få inspiration till att se att andra sätt att leva på var möjliga. En kunde få möjlighet att leva sig in i och förstå hur andra kunde ha det. När deltagare tog del av andras upplevelser och andras liv kunde det leda till att ens egna liv kändes större och rikare. Ju fler upplevelser en fick desto större upplevelsebank skapades inom en:

*”/.../ genom att lyssna på andras berättelser så kan jag också se, asså mentalisera hur dem lever och vad dem upplevt vilket gör att mängden av upplevelser i mitt liv blir nästan större.”*

Deltagare nämnde också att genom att få lov att åka med på en berättelse som en inte ägde ledde det till att en får vara alla möjliga personer och göra alla möjliga saker utan att göra något själv.

*”Ibland är det bara text man läser och ibland är det någon man träffar som har en berättelse men tillsammans blir det, för mig blir det nog fantastiska scenarier och bilder och jag får lite låna dem och åka med på den här resan som jag själv inte har gjort någonting. Det är inte jag som är bäraren av berättelsen men jag får ändå följa med in i det här /---/ det är att få vara alla möjliga människor och göra alla möjliga saker utan att själv behöva vara just den människan eller göra just dem sakerna.”*

Det fanns också den aspekten att det inte finns tillräckligt med tid att uppleva allt i ett liv och därför tog deltagare del av andras berättelser eftersom berättelserna kunde ge en upplevelser som en aldrig skulle hinna uppleva annars. En berättelse skriven i förstaperson i en roman kunde försätta deltagare i ett tillstånd där en upplevde sig själv som personen i romanen.

Att ta del av andras berättelser ledde också till att komma utanför sin egen värld och sin egen ensidighet. Deltagare nämnde att det skulle vara väldigt tråkigt ifall en bara skulle se världen med sina egna ögon eller bara umgås med personer som bara var som en själv och tyckte likadant som en själv.

Samtidigt som en fick lov att leva sig in i andras liv och bli berikad av andras upplevelser kunde berättelser också fungera som inspiration i det egna livet. Andras berättelser kunde trigga en själv till att bli motiverad till liknande upplevelser som exempelvis att ge sig och resa. Berättelser om andra som levde på ett annat sätt än en själv kunde bli ett fönster till att komma utanför sig själv. På det sättet kunde en upptäcka nya stigar som en tidigare inte hade gått på. I berättelser om andras liv visar det många olika sätt att vara och leva på och berättelserna kunde ge inspiration till att det var möjligt och samtidigt visa hur en själv levde idag:

*”En annan person med bara sin person eller livsberättelse med att dela med sig av hur hen förhåller sig till sitt liv så kan det visa på ens egna låsta sätt att vara på.”*

Berättelser som vågade vara något annat och sticka ut och frångå normen var önskvärda att ta del av eftersom de gav en nya perspektiv. Deltagare tyckte att berättelser om transsexuella och homosexuella var tilltalande eftersom de stod för vem

de var och att det fanns en inspiration och önskan hos mottagaren själv att stå för vem en var.

**2.1 Inge hopp och få kraft att välja sin egen väg.** Det fanns en positiv syn på de personer som höjde sin röst mot förtryckande system och det upplevdes som en mäktig känsla när en tog del av någon annans berättelse om deras kamp. Att se att andra satte ner foten ingav en känsla av hopp om mänskligheten. Det ingav också känslan av att vilja ifrågasätta de maktstrukturer en levde inom när en såg att andra höjde sin röst och få inspiration till att inte anpassa sig till givna normer och välja sin egen väg.

**2.2 Att bli fysiskt påverkad av berättelser.** Deltagare förklarade hur en blev fysiskt påverkad av berättelser som visade på ett annat liv. Exempelvis berättelser där det var accepterat att vara sig själv och hur det kunde påverka hur ens hållning och hur en promenerade:

*”Det kan vara att jag har kollat på massa tv-serier om folk i New York och då har de, en viss new york stil som är ”Don’t worry about it” du vet så börjar man sitta lite mer avslappnat inte såhär stelt, utan man slappnar av, man sjunker ner med axlarna man är lite sådär ”det är inte farligt”, man märker när man går att man går lite mer bredbentare, jag går inte som att jag försöker ta lite med plats, för annars brukar man höra att man inte ska vara vad heter det böjd i ryggen utan man ska vara rak men det är okey att ha böjd rygg, det är okey att vara sådär en annan hållning som inte är sådär normala kvinnliga hållningen och att det kan vara något, det känns i en när man gör dem rörelserna att det är okey liksom, det är okey att vara annorlunda.”*

Det fanns något kraftfullt i att bli fysiskt påverkad av andras berättelser eftersom berättelserna om andras liv fungerade som en uppmaning till att hitta sig själv. Personerna i berättelserna och deras egna berättelser kunde fungera som guider och visa hur en kunde vara annorlunda och att det var acceptabelt.

**2.3 Hur en ser på personerna som inspirerar en.** De personers berättelser som en tog del av och som visade och kunde förstärka ett annat sätt att leva och hur en såg på sig själv kunde leda till att en idealiserade de personer som bar på inspirerande berättelser:

*”Jag tror att jag naturligt idealiserar dem och tänker att dem är felfria så jag kan nog tänka att, det gör ju att jag ser på dem som praktexempel på hur man bör vara och som personer som kanske har hittat sitt sätt att leva på i världen, så dem har nästan... Inte knäckt koden i hur det är att leva men hittat ett sätt att vara i världen.”*

Efter att en tagit del av en bra berättelse som intresserat och engagerat en kunde en uppleva en värme inför den andre personen och att en ville fortsätta fråga om hur det gick för personen. En tacksamhet över att andra personer vågar resa sig mot förtryckande strukturer och orka öppna upp sig om sin berättelse kunde också väckas hos deltagare.

**3. Problemlösning, tröst och sällskap.** Genom att ta del av andras berättelser kunde deltagare bygga upp en kunskapsbank av andras upplevelser som de senare kunde använda. Exempelvis nämnde deltagare att andras upplevelser och erfarenheter blev som en kompass för en själv när en hamnade i en liknande situation, händelse eller ett problem. Att en kunde tänka vad den andre gjorde och hur en själv kunde agera.

Deltagare resonerade att ifall det fanns något en inte förstod kunde en se hur andra gjorde i en liknande situation. På det sättet kunde en få en förklaring till hur en skulle gå tillväga med ett problem en hade. Genom att ta del av hur andra hade handskats med sina problem och erfarenheter kunde det också bli en tröst för deltagare:

*”Ja jag följde en skådespelare ett tag som försökte ”sälja sig” [tjäna på att vara skådespelare]. För jag tycker det är jättesvårt, det är därför jag själv har slutat med det [dokumentärfilm], för att jag inte kan sälja mig själv eller min produkt. Jag blev så intresserad av hur de gör och så gjorde jag en film av det, men det kanske inte hjälpte så mycket men jag fick ändå några tankar hur det är och att det inte bara är jag som har de problemen utan det är väldigt många andra som också kämpar med det här med konst och hur man ska överleva. Jag tror det är ganska mycket jag som inte lyckas men sen får man se andra som inte heller lyckas och så blir det någon tröstande input.”*

Deltagare resonerade att en försökte se varje person som någon en kunde lära sig utav. Deltagare plockade ut och valde de bästa bitarna ur andras berättelser och erfarenheter för att sedan lägga det i sin egen kunskapsbas för att på sikt kunna använda de bitarna för senare tillfälle i sitt liv. Genom att ständigt lära sig från andras liv kunde en också förbättra sig själv och förbättra sitt eget liv.

Personerna vars berättelser deltagare har tagit del av kan följa med som en vän som bryter ens egen ensamhet. Att en kan resonera med personerna i ens vardag och att deras berättelser styr ens associativa tänkande.

**4. Kärlek som lockande och oförståeligt.** Kärlek som tema i berättelser om andras liv var ett område som deltagare tyckte var komplext och svårt att förstå sig på. Det fanns en fascination för kärlek eftersom en inte visste hur kärlek ”ska gå till”. Det fanns en bild av hur kärlek ska förstås och deltagare frågade sig: Hur vet en att en älskar den andre personen? När är den känslan nog? Deltagare resonerade att tvivel och att veta går ihop, genom att söka svaren i berättelser om kärlek fanns det en chans till att själv veta och sluta tvivla. Samtidigt resonerade deltagare att på ett omedvetet plan vet en att kärlek aldrig kommer kunna förstås. En vill få input och veta hur kärlek går till och berika sig själv med exempel men samtidigt fanns det också en underliggande känsla av att en inte *helt* kommer att förstå:

*”Jag tror att om man var intresserad av återhämtning efter en bilolycka och så kollar man på massa sådana dokumentärer och hur dem rehabiliteras och så, då skulle man kunna, fördom, då är det lättare att ta till sig och göra på samma sätt för att det är en sån enkel mekanism men kärlek är så komplex. Och därför också abstrakt, kanske att jag vill ha input för att förstå [kärlek] men i det omedvetna så vet jag redan att jag inte kommer att förstå.”*

Kärleksberättelserna kunde också inge en känsla av ensamhet ifall en själv inte kände vissa givna känslor i sitt eget kärleksliv som beskrevs i andras kärleksberättelser.

**5. Skapa andrum och paus.** En annan typ av funktion som berättelser om andras liv kunde ha på mottagaren var att inge en skön känsla i att ge sig hän till någon annans berättelse eftersom det kunde skapa paus och andrum i ens egna händelser i ens liv. Det fungerade som en form av vila. Berättelser kunde dock inte bara fungera som en paus utan också som en tillflykt från sina egna händelser:



*”/.../ många gånger tar ju det jag håller på med i mitt eget liv mina, relationer och mina begär så stor plats att andras berättelser kan vara mer en tillflykt som man sen lämnar där dem är”*

## **Tabell 2: Hur en förstår sitt intresse, vart det kommer ifrån och hur en tar sig an berättelser om andras liv.**

Redovisar hur deltagare förstår sitt intresse med fokus på vart intresset kommer ifrån och hur en tar sig an berättelser om andras liv på olika sätt beroende på olika faktorer. Denna del består av fyra teman: ”Existentiellt viktigt att ta del av berättelser om andras liv”, ”Barndom och familjeförhållanden: Vart intresset för andras berättelser började och dess tidiga funktioner på mottagaren”, ”Tråkigt eller utmanande: Hur en förstår sig på berättelser som inte tilltalar en” samt ” Berättelser om andras liv mottas olika beroende på...”. Nedan redovisas teman och underteman mer ingående.

**6. Existentiellt viktigt att ta del av berättelser om andras liv.** Berättelser om andras liv har en existentiellt viktig funktion för deltagare och det finns ett starkt driv av att ta del av andras berättelser. Deltagare beskriver att en inte skulle kunna leva ett liv ifall en inte fick ta del av människors berättelser i form av film, böcker, konst eller teater och att en skulle ”skrumpna ihop och dö” ifall en inte fick ställa frågor till personer i sin närhet.

Det är viktigt att ta del av andras berättelser eftersom det ger perspektiv och för att det är viktigt att världen är färggrann samt att olika berättelser får finnas i ens värld. Det är viktigt att bry sig om andras liv eftersom livet annars skulle bli tråkigt, tomt och fattigt.

Berättelser om andras liv fungerar som en påfyllnad av energi i ens liv och för att orka och kunna hantera sina egna saker en går igenom.

Det var även viktigt med variation i berättelserna eftersom det skulle bli tråkigt om det bara fanns en tolkning av en berättelse, samtidigt är det lika viktigt att vara bland människor som inte är som en själv för att ens tillvaro inte ska bli trist och entonig.

Ihop med att det är existentiellt viktigt att ta del av berättelser om andras liv beskriver deltagare att det finns ett starkt driv i att förstå andra människor. Deltagare beskrev det som att det är en drivkraft av att vilja förstå om vad det innebär att leva och vara människa:

*”Det är väl också något där något mänskligt i att vilja förstå, i att vilja sätta sig in i andras tänk, att man har det drivet som människa. Det skulle jag i alla fall tro att dem flesta har att lära sig mer och vilja förstå saker som man än så länge inte förstår eller att man gör ett försök till att bredda sin förståelse vad det innebär att leva, vad det innebär att vara människa.”*

**7. Barndom och familjeförhållanden: Vart intresset för andras berättelser började och dess tidiga funktioner på mottagaren.** Olika faktorer verkade samverka för att ett intresse för berättelser om andras liv skulle ta form. Många informanter nämnde hur intresset kunde börja när en var barn samt hur familjeförhållanden kunde leda till att en identifierade sig mer som en ”lyssnare” och någon som tog emot andras berättelser.

Deltagare beskrev sin roll som mottagare till berättelser om andras liv som ett sätt att försöka förstå de intryck en fick av omvärlden. Deltagare beskrev att det alltid

funnits en nyfikenhet och fascination för människor och hur de upplevt sig själva och sina liv. Ett exempel som framkom ur materialet var att intresset för att läsa mormors veckotidningar, speciellt de avsnitt där en kunde läsa insändare som handlade om människors liv. Intresset att ta del av andras berättelser har beskrivits som något som alltid hängt med sen de var barn eller som uppkommit i väldigt tidig ålder. Deltagare ansåg andras berättelser intressanta eftersom det fanns en nyfikenhet för hur andra kände sig och hur olika saker i andras liv påverkade personens liv.

Deltagare beskrev sitt intresse som något som kan ha växt ur familjen och familjeförhållandena de levde i. Deltagare nämnde att ifall en som barn växte upp under otrygga förhållanden var det viktigt att vara en betraktare av andras liv eftersom det hjälpte en att förstå hur världen såg ut och för att koppla hur saker och ting hängde ihop i ens egen värld. Samt att det även var viktigt att kunna fly in i en annans berättelse för att komma ifrån sin egen situation i överlevnadssyfte och för att roa sig själv.

Deltagare beskrev att intresset för berättelser om andras liv också kan ha berott på att en haft en överblickande roll i familjen och sett andras mående och därav var van att ta del av andras liv och deras berättelser.

Genom att växa upp med föräldrar som var genuint nyfikna och ville förstå andra människor kunde det leda till att en ville ta över sina föräldrars världsbild. Föräldrars intresse för andra människors liv kunde också leda till att deltagare fick med sig förmågan att ifrågasätta sådant som redan var givet och mer söka sig till en djupare förklaring och nyfikenhet i vad det innebär att vara människa.

Deltagare beskrev också att ens intresse kunde bero på att föräldrarna var skilda och att det ledde till att en var mer för sig själv och därför sökte sig till berättelser om andras liv då berättelser kunde fungera som guider och vägleda en i livet.

*”Jag vet inte om det har med det att göra men mina föräldrar är skilda och att jag har varit väldigt mycket on my own, jag tror också det beror på att jag vill få reda på saker så att jag kan hjälpa mig själv så att jag inte är så beroende av andra...”*

**8. Tråkigt eller utmanande: Hur en förstår sig på berättelser som inte tilltalar en.** Deltagare kunde uppleva att det var svårt att prata om berättelser en inte ville ta del av eller tyckte var ointressanta eftersom de ointressanta berättelserna snabbt glömdes bort. Detta tema delas upp i två underkategorier: Ointressanta berättelser (8.1) och Berättelser som alltför mycket utmanar mottagarens tanke- och beteendemönster (8.2).

**8.1 Ointressanta berättelser: Självförhärligande berättelser.** Ett tema som upplevdes ointressant var självförhärligande berättelser där det handlade om att framställa sig själv i en viss dager. Exempelvis att den andre personen återberättar hur framgångsrik hen blev och vilka motgångar hen stött på men att det gick bra i slutändan ändå. Deltagare menade att det är en typ av berättelse som det redan finns mycket utav i samhället idag och att det upprepar en mytologi om framgång, utveckling och prestation. Temat genomsyrar vår kultur och vår tid och det skapar inget nytt. Det är inte nödvändigtvis mer berättelser om lyckade människor vi behöver höra utan snarare om de berättelser där prestation och framgång inte är centrala. Deltagare menade att det blev alltför narcissistiskt präglat att ta del av andras framgångsberättelser och att inte var något som en tilltalades utav.

**8.2 Berättelser som alltför mycket utmanar mottagarens tanke-och beteendemönster.** Ett annat tema på berättelser som en inte ville ta del av var de

berättelser som alltför mycket utmanade mottagarens tanke och beteendemönster, exempelvis ens moral och livsstil. Berättelser om människor som begått övergrepp eller utfört massakrer var innehåll en aktivt valde bort för att skydda sig själv och för att inte tappa hoppet om mänskligheten.

Andra teman på berättelser som en inte ville ta del av kunde vara berättelser som tog för mycket energi att förstå. Exempelvis jämfördes hur skillnaden upplevdes mellan fantasyfilmer och Abraham som ska offra sin son i Bibeln. I en fantasyfilm kunde en uppleva att det föll sig naturligt att lägga sitt kritiska tänkande åt sidan och kunna njuta av filmen trots att en visste att vissa scener inte kunde hända i verkligheten. I berättelsen i Bibeln när Gud uppmanar Abraham om att offra sin son gick det inte att lägga sitt kritiska tänkande åt sidan. Berättelsen kunde inte förstås, det blev att en måste lägga för mycket åt sidan och anstränga sig för mycket för att få berättelsen att funka. Det krävdes för mycket av mottagaren för att ta till sig berättelsen och det ledde till att det inte kändes naturligt för deltagare att ägna sig vidare åt berättelsen. Det fanns också deltagare som sökte sig till berättelser om människor som hamnar i katastrofer eller i krig. Eftersom det fanns en fascination i hur personer klarar av horribla situationer och det väckte egna frågor om vad som är rimligt att förvänta sig av människor under olika omständigheter.

Berättelser som pekade på att en borde ändra sin livsstil kunde också vara berättelser en inte ville ta del av, exempelvis om en äter kött och tar del av berättelser där djur far illa av människor. Deltagare menade att det krävdes för mycket av en att ändra sin livsstil och därför gjorde ett aktivt val i att avstå från berättelser som kunde kräva för mycket energi utav en för att ändra ens livsstilsval. Medan för andra deltagare var det mer än viktigt att vara medveten om sina val så att en inte stöttade en världsbild som förstörde för djur.

En ville inte heller ta del av personer berättelser vars världsbild var för snäv, det fanns inget intresse av att förstå personen eller höra på hens livsberättelse för att det bara skulle leda till irritation. Det fanns inget engagemang i att ta del av berättelserna eftersom det skulle kännas som att deras synsätt kunde smitta av sig på en själv.

## **9. Berättelser om andras liv mottas olika beroende på...**

**9.1 Mottaglighet.** Det var inte bara berättelsens innehåll som avgjorde om det var intressant eller inte utan även hur väl mottagaren kunde ta emot berättelsen spelade stor roll. Dagar då deltagare kände sig trötta eller ouppmärksamma fanns inte behovet av att bredda sin upplevelsebank lika mycket som vid dagar när en kände att en hade energi till att ta till andras berättelser.

Har en ett yrke där en tar del av mycket berättelser om andras liv som i psykolog och psykoterapeutyrket kunde det också finnas ett behov av att inte alltid ta del av berättelser om andras liv under sin fritid. Samt ifall något stort hade hänt i ens liv exempelvis att en blivit förälder kunde berättelser om föräldraskap och familj bli mer aktuellt under en period.

**9.2 Form och autenticitet.** För att en berättelse skulle stanna kvar hos mottagaren och bli meningsfull gällde det att berättelsen hade ett djup i innehållet och i språket. Innehållet skulle också förmedlas på ett intressant sätt. Deltagare resonerade att när budskap i berättelser är för givna kan det ge en viss ytlighet. Deltagare föredrog berättelser som berättades på ett mer ärligt och avskalat sätt eftersom det upplevdes som mer på riktigt:

*“Vissa berättelser hör man tydligt att den som ska berätta detta har bestämt sig innan på vilket sätt den ska berätta och så berättar den det och det ger någon form utav en ytlighet i en berättelse på något sätt medans man kan uppleva att andra skriver på ett sätt som är ah mer naket och mer ärligt kanske där det finns sprickor och brister, saker som inte går ihop det finns otydligheter och förvirring precis som det gör i ett liv så känns det mer som på riktigt och då kan jag också mer förlora mig i eller engagera mig i berättelsen.”*

Deltagare ville att berättelserna skulle kännas äkta. Detta kunde komma in i hur andra framför sin berättelse, exempelvis att det ska vara en förstahandsupplevelse och där den andre pratar på ett trovärdigt eller övertygande sätt när den förmedlade sin berättelse. Detta kunde leda till hur äkta en berättelse kändes och hur väl en tog till sig berättelsen efteråt. Deltagare menade att det är viktigt att en berättelse ska vara sann. Berättelser som upplevdes autentiska i innehållet och i språket var något en föredrog. Ärligheten i berättelser om andras liv var viktig eftersom det speglade något en själv strävade efter att vara:

*”Jag tycker det är så viktigt med ärlighet. /---/ En har lärt sig hur man ska vara på ett visst sätt för att bli älskad, fasaden som blockar bort allt och att inklusive mig är så rädd att vara ärlig med sina känslor och sina tankar och allt. Ah ja jag tycker det är väldigt fint [att visa sig ärlig], något jag strävar efter tror jag.”*

Deltagare menade att inte alla berättelser behövde vara äkta eller på riktigt utan det kunde också vara underhållande med fantasi. Deltagare menade att i vissa fall kräver en autenticitet som i situationer när någon återberättar något från ens liv och i vissa fall vill en bara ha en berättelse som är fantasifull. Att välja när en vill ha en berättelse som är på riktigt eller inte var något deltagare valde aktivt.

**9.3 Hur en förstår och tar sig an berättelser från personer som en har en relation till än personer som en inte har en relation till.** Det är skillnad på hur en tar del av människors berättelser beroende på vilken relation en har till personen. Om en inte hade någon personlig anknytning till personen som berättar var en endast en mottagare, fri att uppleva utan krav på motprestation. Men när det kom till att någon i ens personliga relationer delade med sig av en berättelse kunde en känna av mer ansvar att ha fokus på den andre:

*”Ja jag måste ta mer ansvar över dem närmre berättelserna och förvalta dem och där har jag någon slags känsla över att jag vill ge tillbaka något och förstå någonting men i andra människors berättelse så kanske det är mer att jag bara ska vara en mottagare och ska uppleva någonting och känna någonting i detta.”*

Deltagare beskrev det som ett medmänskligt ansvar när en exempelvis tar del av sina vänners berättelser. I berättelser som kom från anhöriga fanns det ett naturligt intresse eftersom en också hade en vilja av att upprätthålla relationen till den andre.

Att ta ansvar för någons berättelse blir också extra tydligt inom psykolog- och psykoterapeutyrkena då det handlar om att hjälpa en annan individ när den delar med sig utav sin berättelse och där strålkastaren riktas mot patientens process och inte sig själv.

Deltagare beskrev att relationen till ett fiktivt verk är annorlunda än till dem personliga relationerna och upplevs mer unikt för sig själv:

*”När man får en relation till en karaktär i en berättelse då är det bara min relation tänker jag /.../ Det liknar det många beskriver som är troende vilket jag personligen inte är men att det blir en relation som bara är mellan mig och den här personen eller instansen. ”*

## **Diskussion**

Studien utgick från tre huvudfrågor: 1) Hur en själv förstår sitt intresse om berättelser om andras liv. 2) Vilka aspekter i berättelser om andras liv som en finner intressanta och inte intressanta. 3) Hur en påverkas av att ta del av sådana berättelser. De resultat som framkom kan förstås i termer av olika funktioner som berättelser kunde ha för mottagaren.

Studiens resultat går i huvudsak i linje med tidigare forskning på ämnet, dock handlar den refererade forskningen mer om berättelsers funktioner inom fiktiv litteratur och ohälsa/lidande. Trots min studies och tidigare forsknings olika ingångar i ämnet har jag märkt många likheter mellan den senares och min studies resultat när det gäller berättelsers funktioner.

### **Att förstå sig själv och andra**

De mest återkommande funktionerna deltagare delgav var hur berättelser om andras liv kunde hjälpa dem att förstå sig själva och andra (tema 1-7). I resultatet framkom det att berättelser om andras liv ledde till att deltagare reflekterade om sig själva i relation till andras berättelser. Det går i linje med vad Patt-Shamir (2010) menar om hur berättelser kan få oss att reflektera om vårt eget liv. Detta är även något som Erikson, Erikson och Punzi (in press) bekräftat i sin forskning om hur studenter genom att läsa om och förstå karaktärerna i ett fiktivt verk fick ökad medvetenhet om och förståelse för sig själva.

Att ta del av berättelser om andras liv öppnade upp möjligheten att bearbeta sin egen berättelse, hantera och förstå sin egen värld och bli till i relation med andra. Detta tolkar jag i linje med Langellier och Petersons (2004) och Scotts (2018) artiklar där de menar att människor försöker skapa mening av sina erfarenheter och förankra sin identitet och interagera med andra genom berättelser. På det sättet kan en säga att deltagare både kan förstå sig själva, sin värld och sina egna erfarenheter i ett samspel med andra. Att ta del av berättelser om andras liv är ett socialt samspel som inte bara ger ökad förståelse för oss själva men som också kan föra oss närmre andra.

Deltagare beskrev att det fanns ett existentiellt driv att förstå sig på andra och vad det innebar att vara människa. Ritivoi (2016) menar att berättelser kan föra oss närmre och skapa meningsfullhet med varandra. Mar och Oatley (2008) menar liknande att fiktiv litteratur lär läsaren att förstå sig på det sociala samspelet med andra och Kidd och Castano (2013) skriver att fiktiva berättelser expanderar vår kunskap om andras liv och hjälper oss att finna och känna igen likheter mellan andra och oss själva.

## Stöd och bekräftelse

Att finna likheter mellan andra och sig själv i berättelser var något deltagare såg som viktigt för att förstå sig själva. Med igenkänning i andras berättelser fick deltagare perspektiv på hur andra kunde leva på ett liknande sätt och få hjälp med att förstå sin värld, hur ens personliga egenskaper kunde accepteras av en själv och hur ens egna berättelse kunde få ta plats i ens värld. Det kunde vara rent kurativt för deltagare att känna igen sig i andras livsöden och gav deltagare en känsla av samhörighet. Det var även väsentligt att se att andra personer i böcker eller berättelser kunde vara annorlunda och att det inte bara var en själv som kände sig annorlunda. Genom att se att andra personer var mer som en själv kunde det stärka en att bära sig själv och känna sig mindre ensam. Detta går i linje med Mar och Oatleys (2008) text där de menar att dem psykologiska effekterna av att läsa om en karaktär blir att en kan känna igen sig i karaktären och att lära känna sina egna beteenden och få insikten i att vara sig själv samtidigt som en delar olika egenskaper med andra. Personer vars berättelser deltagare tog del av kunde också följa med som en vän som bröt ens ensamhet. Dessa personer kunde följa med i ens vardag och fungera som en vän en kunde resonera med. Sherif (1936) refererad i Hogg och Vaughan (2014) skrev om hur gruppnormer utvecklas och menar att människor behöver ha bekräftelse på att det de gör, tänker och känner är korrekt och lämpligt. En iakttar andras beteenden för att se vilka möjliga beteenden som finns, Sherif kallade detta för *frame of reference* (Hogg och Vaughan, 2014). Det blir en bekräftelse på att andra också kan leva, tänka och känna på liknande sätt, det blir normaliserat och genom det tänker jag mig att deltagare känner samhörighet och inkludering med andra.

Detta kan också ses i linje med vad Bülow (2004), Bradshaw och Muldoon (2019) och Steffen (1997) menar om att det är stöttande med att dela erfarenheter med andra som antingen har liknande sjukdomstillstånd eller lever i social utsatthet. När en delar erfarenheter med varandra fungerar det stöttande för individer. Bülow (2004) beskriver att genom att dela erfarenheter och berättelser med andra som lider av samma tillstånd (i hennes artikel rörde det sig om patienter med kroniskt trötthetsyndrom), så kunde en få bekräftelse på att ens erfarenheter och lidande var på riktigt. Deltagare i min studie menade också att när de kunde känna igen sig i andras berättelser kunde den egna berättelsen få ta plats i ens värld. Detta tolkar jag i linje med Bülows (2004) resultat; att ens tillstånd, ens liv får bekräftelse att existera och tas på allvar. Att en kan identifiera sig med varandras erfarenheter och att det leder till en känsla av tillhörighet, mening och socialt sammanhang med andra, detta kallas också för social cure (Jetten, Haslam, Haslam, 2012).

Samtidigt som en får bekräftelse på hur en är och lever genom att känna igen sig i andras berättelser ger det också deltagare nya perspektiv och reflektioner. Liknande menar Steffen (1997) att sjukdomsberättelser kan hjälpa andra genom att en får tillgång till nya perspektiv och reflektioner (Steffen, 1997). Min studies resultat visar just på hur deltagare får inspiration av berättelser om andras liv och hur det kan få deltagare att upptäcka nya stigar. Berättelser om andras liv kunde fungera stöttande i att ”gå sin egen väg” och deltagare upplevde att det fanns möjlighet till att kunna förändra sitt liv i den riktning en önskade med hjälp av berättelser om andras liv. Detta går i linje med Scott (2018) som menar att vi kan få ny förståelse och få syn på nya perspektiv genom våra möten med andras berättelser. Deltagare i min studie förespråkade också att andras

berättelser kunde ge en upplevelser som en annars inte skulle hinna uppleva eftersom det inte finns tillräckligt med tid för att uppleva allt i ett liv.

Steffen (1997) beskriver hur delandet av sjukdomsberättelser med andra bidrar till kollektiv kunskap hos andra. Detta var något som deltagare i min studie på liknande sätt delgav. Mer om det kommer i nästa avsnitt.

## **Problemlösning, överlevnad och KASAM**

Tidigare nämndes Steffens (1997) forskning om hur delandet av erfarenheter kunde leda till kollektiv kunskap, Steffen (1997) menar också att delandet av erfarenheter kan fungera problemlösande. Deltagare i min studie resonerade att ifall det fanns något en inte förstod kunde en se hur andra gjorde i en liknande situation. På det sättet kunde en få en förklaring till hur en skulle gå tillväga med ett problem en hade. Deltagare menade också att de plockade ut och valde de bästa bitarna ur andras berättelser och erfarenheter för att lägga dem i sin kunskapsbas för att i ett senare tillfälle kunna använda dem i sitt liv.

Berättelser om andras liv kan därför ses som en hjälp i problemlösning och för att göra världen förståelig. Med andra ord kan berättelser om andras liv beskrivas som ett sätt för deltagare att navigera i tillvaron, jag skulle därför säga att dessa berättelser också bär på överlevnadsrelevant information. Mar och Oatley (2008) har skrivit om att fiktiva verk kan bära på fakta som kan ha överlevnadsvärde och menar på liknande sätt som i min studie att när läsare tar del av en svår fiktiv situation kan det förbereda dem ifall de skulle hamna i en liknande situation som karaktärerna i berättelsen är med om. Mar och Oatley (2008) menar vidare att genom läsning om andras liv kan läsaren själv få verktyg att navigera i världen. Scalise Sugiyama (2001) förespråkar också berättelsers överlevnadsvärde och menar att berättelser skapar en representation av världen som kan fungera ersättande för förstahandserfarenheter.

Att berättelser om andras liv kunde förklara hur en själv, andra och världen fungerade var en central funktion för deltagare. Exempelvis under uppväxten, ifall en som barn växte i otrygga förhållanden var det viktigt att vara en betraktare av andras liv eftersom det hjälpte en att förstå hur världen såg ut och för att koppla hur saker och ting hängde ihop i sin egen värld. Jag tolkar det som att det var viktigt att berättelser om andras liv gav en annan referensram av världen än den en växte upp i. I det finns det också en överlevnadsaspekt, att försöka navigera i sin värld och göra den begriplig för en själv. Så hur klarar en sig trots motgångar? Hur kan berättelser om andras liv fungera som en copingstrategi? Med det skrivet ska jag först redogöra kort för Antonovskys begrepp *känsla av sammanhang* (KASAM) (Antonovsky & Elfstadius, 2005).

KASAM är ett begrepp och en motståndsresurs som hjälper människor att hantera stress och påfrestningar (Eriksson & Lindström, 2006). KASAM består av tre delkomponenter: Begriplighet: Att uppfatta att livet och dess händelser är begripliga och rimligt förutsägbara. Hanterbarhet: Bedömningen att en själv har kunskap och förmåga samt tillgång till stöd och andra resurser för att hantera livet och dess händelser. Meningsfullhet: Att livet och dess händelser kan ge tillfredsställelse och mening och därför är värda engagemang (Antonovsky & Elfstadius, 2005). Forskning har funnit samband mellan starkare KASAM och bättre hälsa (Eriksson & Lindström, 2006).

I min studie pekar resultat på hur berättelser hjälper deltagare att göra dem själva, andra och världen begriplig. Berättelser om andras liv kan, som vi sett hjälpa

mottagaren i att få ökad kunskap om sig själv och andra. Vilket i sin tur kan inge känslan av att världen är förutsägbar. Samtidigt har min studie visat att berättelser om andras liv fungerar som en resurs, en funktion att vända sig till för att hantera problem och för överlevnadssyfte. I min studie framkom det också hur berättelser om andras liv ger existentiell mening till deltagare eftersom andras berättelser ses som livsviktigt att ta del av. Det finns ett starkt driv av att vilja förstå andra och vad det innebär att vara människa. Det är även viktigt att berättelser om andras liv ger perspektiv och gör världen färggrann, livet skulle annars bli tråkigt, tomt och fattigt.

Mina resultat antyder att berättelser om andras liv kan bidra till KASAM och vara hälsofrämjande (Eriksson & Lindström, 2006).

## **Hur berättelser kan komprimera verkligheten**

Som skrivet ovan har Scalise Sugiyama (2001) skrivit hur berättelser med överlevnadsrelevant information förenklar den komplexitet i hur det är på riktigt. Exempelvis menade Scalise Sugiyama (2001) att nybörjarjägare lär sig om djurs beteende och liv från de berättelser som mer erfarna jägare delar i lägren under jakturer, utan att själva vara inblandade i dem eventuellt farliga jägaraktiviteterna. På samma sätt som berättelser om andras liv kan ge oss olika funktioner kan det också finnas en risk för att de komprimerar förklaringar som i verkligheten är mycket mer komplexa. Deltagare tog exempelvis upp temat kärlek som ett svårt och komplext ämne. I detta komplexa ämne fanns det en tjusning i att vilja ta del av andras kärleksberättelser för att få svar på hur kärlek kan fungera men samtidigt förstod deltagare att en inte helt kommer att förstå (se tema 4). Det finns alltså ett behov över att komprimera och förenkla komplexa ämnen för att på det viset göra dem mer förståeliga. Dock kan priset för en förenkling innebära att det blir en krock med hur verkligheten ter sig.

## **Berättelser som inte kräver något tillbaka**

Andra delar av resultat jag fann intressant var också hur berättelser kunde mottas på olika sätt beroende på om berättelsen kom från en person som en har en relation till eller från en person en inte har en relation till (se tema 9, underrubrik 9.5). Det fanns en ansvarsaspekt av att vilja ta hand om och bry sig om de berättelser som kom från personer en har en relation till. När det gällde berättelser som kom från personer en inte hade en relation till var en däremot fri mottagare och utan ansvar. Samt ingav det en skön känsla av att bara kunna ge sig hän till någon annans berättelse och att det kunde ge en form av vila (se tema 5). Detta påminner om vad studenterna i Erikson, Erikson och Punzi (in press) delgav när de kände att de ville vara respektfulla och ödmjuka när de arbetade med riktiga patientfall men kände mindre ansvar och vågade komma med både positiva och negativa perspektiv när de arbetade med fiktiva fall. Det var möjligt att komma med olika infallsvinklar utan att vara nedlåtande mot andra vid arbete med fiktiva fall (Erikson, Erikson & Punzi, in press). Det finns alltså en skillnad i hur en mottar berättelser beroende om det är en fiktiv karaktär, eller en riktig person eller en person som en har en relation till. Det fanns en friare hållning till tolkning och valfrihet i hur en ska ta emot berättelser som kommer från fiktiv karaktär eller från personer en inte har en relation till.



## **Tolkning av funktionerna**

Jag tolkar att berättelser som deltagare fann intressanta var de berättelser som kunde fylla en positiv funktion hos deltagare det vill säga funktioner som ansågs vara önskvärda hos deltagare. Jag tolkar det också som att en valde bort ointressanta eller alltför utmanande berättelser eftersom de inte hade någon funktion alls eller upplevdes som negativa funktioner; icke-önskvärda funktioner. Dock fanns det även utmanande berättelser som kunde bidra med en positiv funktion. Exempelvis berättelser om människor som hamnar i katastrofer eller i krig, där fanns det en fascination i hur personer klarar av horribla situationer och det kunde väcka frågor om vad som är rimligt att förvänta sig av människor under olika omständigheter.

## **Ämnes- och litteratordiskussion**

Att skriva om hur en förstår och påverkas av berättelser om andras liv var ett intressant område som jag själv var nyfiken på men som var smalt, det fanns inte mycket forskning på ämnet. De flesta artiklar jag kom över handlade om hur en själv skapar narrativ av ens egna liv, men däremot inte mycket om hur en som mottagare förstod sig på och påverkades av andras narrativ. De relevanta referenser jag använde mig av berörde olika typer av områden, exempelvis: Narrativ fiktiv litteratur, Medicinsk, narrativ, Narrativ inom sjukvården och inom stödgrupper. Langellier och Peterson (2004), Scott (2018) och Scalise Sugiyama (2001) var fyra forskare som beskrev hur berättelser i mer allmänna drag kunde påverka mottagare. Jag har därför baserat min teoretiska referensram på artiklar som mestadels behandlar berättelser om andras liv inom specifika områden. Med det finns det en risk för ytlighet i fakta, att mina resultat blir relaterade till dem nämnda artiklarna men samtidigt inte specifikt för deras område (narrativ medicin, fiktiv litteratur etc). På ett sätt kan en säga att min uppsats saknar specifik teoretisk inriktning inom narrativ forskning eftersom jag har koncentrerat mig mer på en allmän personlig förklaring till berättelsers inverkan på mottagaren. Eftersom jag hade en mer allmän hållning kan studiens resultat upplevas som allmänna förklaringar om berättelsers funktioner på mottagare snarare än en fördjupning i en typ av narrativ.

## **Metoddiskussion**

Målgruppen för studien var psykologstudenter och psykoterapeutstudenter på Psykologiska Institutionen i Göteborg. Antalet deltagare var åtta vilket var en begränsning när det gällde att fånga all kvalitativ variation som finns i denna studentgrupp.

Att deltagarna just studerar psykologi gör att resultaten får en psykologisk utgångspunkt där intresset för berättelser om andras liv inte bara diskuteras i ett allmänt perspektiv utan också i relation till psykolog- eller psykoterapeutyrket. Jag tyckte ändå att deltagare kombinerade bra med vad berättelser för andras liv hade för inverkan på dem både på ett personligt plan och yrkesmässigt.

Ämnet upplevdes som svårt att prata om eftersom det var något deltagare inte hade reflekterat så mycket om. Att de hade ett intresse för andras liv var givet men hur

det skulle beskrivas var krångligare. Det är ett brett ämne med många ingångar och jag hade dessutom inte specificerat vilken typ av berättelse utan ville veta hur de på ett personligt allmänt plan påverkades av andras berättelser. Men det kan också tänkas ha gynnat resultatet eftersom deltagare kan ha haft ett mer fritt associerat reflekterande kring sitt intresse utan att ha tänkt ut givna svar. Eftersom ämnet var svårtänkt kunde en andra intervju som uppföljning till den första kunnat bidra till att deltagare fick chansen att utveckla och fördjupa sina reflektioner.

Efter varje intervju skrev jag ner hur jag kunde förbättrade min intervjuteknik och jag bad också om feedback efter den första intervjun. För varje intervju tyckte jag att jag också blev bättre på att ställa intervjufrågorna och följdfrågorna. Att jag blev mer bekväm i min roll som intervjuare och visste mer vad jag skulle fråga om kan ha påverkat resultaten från intervjuerna, exempelvis kan de senare intervjuerna ha bidragit med djupare resonemang och reflektioner på grund av att jag kände mig mer säker i vad jag skulle fråga och vilka reflektioner jag ansåg behövde utvecklas från deltagarna.

Eftersom ämnet jag studerat handlar om en typ av socialt samspel; hur mottagare påverkas av andras berättelser inspirerades jag i början av arbetet utav socialpsykologiska teorier och begrepp. Dessa fungerade som en första ingång till att rama in mitt ämne. Jag har dock inte använt socialpsykologiska teorier i min teoretiska bakgrund eller i min analys.

Som Braun och Clarke (2006) skriver kan en inte helt vara objektiv i sin analys. Som jag tidigare nämnt under metod går jag själv på psykologprogrammet och har med mig en mångfald av teorier och begrepp från tidigare kurser, moment och patientarbete. Trots en strävan efter att vara så objektiv som möjligt är det oundvikligt att bortse från ens egna teoretiska och personliga referensramar. Därför kan teorier, begrepp och personliga erfarenheter ha påverkat de följdfrågor jag ställt och verkat inom de analyser jag gjort av materialet som framkommit.

## **Slutsats och förslag för framtida forskning**

Syftet med denna studie var att bland studenter på psykologprogrammet och psykoterapeutprogrammet som har ett intresse av att ta del av berättelser om andras liv undersöka hur mottagaren förstår sitt intresse och vad för funktioner berättelser om andras liv har på mottagaren. Resultat visade på att intresset är något deltagare alltid haft, som kan ha uppstått ur barndomen och ur ett existentiellt driv av att vilja förstå andra och sig själv. Mycket av resultatens teman handlar om vilka funktioner berättelser om andras liv har på deltagare. Sammantaget visade studien att berättelser om andras liv gör världen, andra och sig själv förståeliga, fungerar stöttande och som en resurs för problemlösning samt är existentiellt meningsfullt.

Det skulle vara intressant att undersöka berättelser om andras liv på en mer bred målgrupp, möjligen de personer som följer *Humans of New York* (HONY) på facebook och instagram. På det sättet sätts också berättelser om andras liv in i en narrativ kontext: Network Narratives. Samt fann jag det intressant att koppla mina resultat till Antonovskys begrepp KASAM. Jag undrar om berättelser kan fungera som en komponent som kan öka ens KASAM? Och jag undrar därefter ifall berättelser om andras liv också kan öka deltagares välbefinnande i deras liv? Det är några funderingar jag skickar vidare till framtida nyfikna personer som också skulle vilja utforska ämnet; berättelser om andras liv.

## Referenser

- Antonovsky, A., & Elfstadius, M. (2005). *Hälsans mysterium* (2. utg. förord av Lennart Levi ed., Natur och kulturs psykologiklassiker). Stockholm: Natur och Kultur.
- Adams, T., Holman Jones, S., & Ellis, C. (2015). *Autoethnography. Understanding qualitative research*. New York: Oxford University Press.
- Bosman, J. (2013, 6 november). A fisherman in New York's sea of faces: Humans of New York, by Brandon Staton. *The New York Times*. Hämtad från: <http://www.nytimes.com>
- Bradshaw, D., & Muldoon, O. (2019). Shared experiences and the social cure in the context of a stigmatized identity. *The British Journal of Social Psychology*, 59(1), 209-226. doi: 10.1111/bjso.12341
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Bülow, P. (2004). Sharing experiences of contested illness by storytelling. *Discourse & Society*, 15(1), 33-53. doi: 10.1177/0957926504038943
- Charon, R. (2001). Narrative medicine: Form, function, and ethics. *Annals of Internal Medicine*, 134(1), 83-87. doi:10.7326/0003-4819-134-1-200101020-00024
- Djikic, M., Oatley, K., Zoeterman, S., & Peterson, J. (2009). On being moved by art: How reading fiction transforms the self. *Creativity Research Journal*, 21(1), 24-29.  
doi: 10.1080/10400410802633392
- Erikson, M., Erikson, M.G., & Punzi, E. (in press). *Reading fiction as a learning activity in clinical psychology education: Students' perspectives*. To appear in *International Journal for Teaching and Learning in Higher Education*.
- Eriksson, M., & Lindström, B. (2006). Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: A systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(5), 376-381. doi: 10.1136/jech.2005.041616
- Hogg, A., & Vaughan, M. (2014). *Social psychology* (7th edition). Harlow, United Kingdom: Pearson Education Limited.
- Hoggan, C., & Cranton, P. (2015). Promoting transformative learning through reading fiction. *Journal of Transformative Education*, 13(1), 6-25.  
doi: 10.1177/1541344614561864
- Jetten, J., Haslam, C., & Haslam, A., (2012). *The social cure identity, health and well-being*. East Sussex: Psychology Press.
- Kidd, D., & Castano, E. (2013). Reading literary fiction improves theory of mind. *Science*, 342(6156), 1-6. doi: 10.1126/science.1239918
- Langellier, K., & Peterson, E. (2004). *Storytelling in daily life: Performing narrative*. Philadelphia: Temple University Press.
- Mar, R., & Oatley, K. (2008). The function of fiction is the abstraction and simulation of social Experience. *Perspectives on Psychological Science*, 3(3), 173-192.  
doi:10.1111/j.1745-6924.2008.00073.x
- Moore, R., & Hallenbeck, J. (2010). Narrative empathy and how dealing with stories helps: Creating a space for empathy in culturally diverse care settings. *Journal of Pain and Symptom Management*, 40(3), 471-476.  
doi: 10.1016/j.jpainsymman.2010.03.013

- Narrativ. (u.å.) I *Psykologiguiden.se*. Hämtad 2019-12-12 från <https://www.psykologiguiden.se/psykologilexikon/?Lookup=narrativ>
- Patt-Shamir, G. (2010). The value in storytelling: Women's life-Stories in Confucianism and Judaism. *Dao*, 9(2), 175-191.  
doi: 10.1007/s11712-010-9160-7
- Peterson, E.E., Langellier, K. (2012). Storytelling: Digital and analog. I: *The evolving media's impact on rhetoric and society: Critical and ethical issues. Proceedings of the 2010 international colloquium on communication*, 26-32. Blacksburg, Virginia: Virginia Tech.  
<https://scholar.lib.vt.edu/ejournals/ICC/2010/ICC2010.pdf#page=31>
- Ritivoi, D. A. (2016). Reading stories, reading (others') lives: Empathy, intersubjectivity, and narrative understanding. *Storyworlds: A Journal of Narrative Studies*, 8(1), 51-75. doi: 10.5250/storyworlds.8.1.0051
- Scalise Sugiyama, M. (2001). Food, foragers, and folklore: The role of narrative in human subsistence. *Evolution and Human Behavior*, 22(4), 221-240.  
doi: 10.1016/S1090-5138(01)00063-0
- Scott, J. (2018). Embracing the vulnerabilities and possibilities of storytelling, listening, and (re)Creating identity with others. *Storytelling, Self, Society*, 14(2), 254-279.  
doi:10.13110/storselfsoci.14.2.0254  
<https://www-jstor-org.ezproxy.ub.gu.se/stable/10.13110/storselfsoci.14.2.0254>
- Steffen, V. (1997). Life stories and shared experience. *Social Science & Medicine*, 45(1), 99-111.  
[https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/S0277-9536\(96\)00319-X](https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/S0277-9536(96)00319-X)
- Wang, R., Kim, J., Xiao, A., & Jung, Y. (2017). Networked narratives on Humans of New York: A content analysis of social media engagement on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 66, 149-153. doi:10.1016/j.chb.2016.09.042
- Workman, L., & Reader, W. (2014). *Evolutionary psychology: An introduction* (3:e ed.). Cambridge: Cambridge University Press.

## Bilaga 1

### *Vill du delta i en studie om varför vi finner berättelser om andras liv intressanta?*

Jag heter Parinazz Iranmanesh och jag skriver för närvarande mitt examensarbete på psykologprogrammet vid Göteborgs Universitet.

**Jag söker dig som är student på Psykologprogrammet eller Psykoterapeutprogrammet på Göteborgs universitet oavsett termin och som har ett eget personligt intresse av att ta del av berättelser om andras liv.**

Berättelser om andras liv kan tas del av i många former, några exempel är i samtal, muntliga berättelser, litteratur, film, konst och fotografi, musik, på sociala medier, bloggar och radiopoddar. Personen som berättelsen tillhör kan vara verkliga, fiktiva eller historiska personer.

Berättelser om andras liv handlar om de berättelser som har ett djup och ett tydligt sammanhängande innehåll om den andres liv. I studien handlar berättelser om andras liv inte om ett intresse för andras liv som innefattar mer ett ytligt innehåll som enskilda nyheter och mindre informationsbitar om andra.

I mitt arbete kommer jag göra en kvalitativ intervjustudie där jag intervjuar dig om ditt intresse om att ta del av berättelser om andras liv och vad det är i sådana berättelser som du intresseras av, hur du påverkas av dessa berättelser samt hur du upplever personen som berättelsen tillhör.

**För att delta i studien behöver du ha möjlighet att träffa mig för en intervju i Göteborg under oktober 2019. Intervjuerna kommer att hålla på i max 60 min per tillfälle. Jag kommer att bjuda på fika under intervjuerna.**

Alla intervju svar kommer att behandlas konfidentiellt vilket innebär att jag inte kommer att samla in några personuppgifter i relation till intervjun och att obehöriga inte kan ta del av intervjumaterialet. Väljer du att delta i studien får du närhelst du önskar avbryta din medverkan, utan att behöva ange en anledning till detta. Resultaten kommer att presenteras på ett sådant sätt att den enskilde deltagaren eller andra personer inte kan identifieras. Har du några frågor kring studien eller är intresserad av att ta del av det färdiga arbetet är du varmt välkommen att kontakta mig på mailadressen nedan.

***Vill du delta? Skriv gärna ett svar till min mailadress nedan om intresse väcks- eller om du har några frågor.***

Vänliga hälsningar,  
Parinazz Iranmanesh  
gusiranpa@student.gu.se



