

Tre slags kærlighed!

Kærlighedsforskere – og dem er der faktisk efterhånden mange af – har i nogen tid ment, at man bør skelne mellem to former for kærlighed, som på engelsk kaldes *passionate love* (lidenskabelig kærlighed) og *companionate love* (venskabelig kærlighed).

Den lidenskabelige form for kærlighed er især præget af en voldsom optagethed af og seksuel tiltrækning til den person, som er genstand for de heftige følelser. Det svarer nogenlunde til den form for kærlighed, vi på dansk kalder forelskelse, og denne form for kærlighed anses for at være relativt kortvarig. Dels har man ved spørgeskemaundersøgelser kunnet konstatere, at de mest udprægede tegn på stærk lidenskabelig kærlighed eller forelskelse som regel aftager, når der er gået et års tid, dels har man ved hjernescanninger kunnet konstatere, at visse afsnit i hjernen, der lyser stærkt op, når personen i scanneren ser et billede af sin nye elskede, blot 10-12 måneder senere lyser betydelig mindre op ved det samme billede.

Mens man tidligere anså forelskelsen for at være noget helt specielt menneskeligt som en ny opfindelse i vores artsudvikling, er det nu snarere opfattelsen, at forelskelse er den ældste (og mest 'primitive') form for kærlighed. Den svarer faktisk til noget, man ofte ser i dyreverdenen, fx hos aber eller elefanter, nemlig at en ung, kønsmoden hun og han fatter voldsom interesse for hinanden et stykke tid, hvor de udviser en meget høj grad af parringsadfærd med hinanden – og kun med hinanden. Det menes, at denne form for heftig tilknytning til en kønsmoden partner af det modsatte køn er et naturligt instinkt, der skal sikre, at hver partner undfanger med en særligt udvalgt partner – hvilket ifølge den darwinistiske udviklingsteori indebærer, at partnervalget bidrager til at de bedst egnede forplanter sig mest.

Hos de fleste dyrearter varer forelskelsen dog noget kortere end hos mennesket. Forklaringen på den langvarige forelskelse hos mennesker er naturligvis, at mennesket er længere om at nedkomme end andre dyr, så hvis manden vil sikre sig, at han har besvangret den udvalgte kvinde, må han holdes fast af forelskelsen i adskillige måneder.

Den anden form for kærlighed – den mere venskabelige kærlig-



hed – er snarere præget af gensidig sympati, tillid og dyb og varm kontakt – og gensidig, seksuel tiltrækning, der dog ikke menes at være strengt nødvendig for denne form for kærlighed. Denne *companionate love* menes at kunne holde livet ud, (hvilket den dog kun ser ud til at gøre i knap halvdelen af alle tilfælde), og den mest udbredte teori om denne form for kærlighed er tilknytningsteorien.

Tilknytningsteorien tager udgangspunkt i det lille barns medfødte trang til at knytte sig stærkt til sin mor, eller hvem der ellers tager sig af det i dagliglivet. Denne tilknytning giver det lille barn glæden ved den nære kontakt med moderen eller andre og en følelse af tryghed i tilværelsen. Tilknytningsteorien om voksnes (venskabelige) kærlighed antager altså, at barnets medfødte tilknytnings-trang i løbet af artsudviklingen er blevet forlænget til voksenalderen, således at vi som voksne har en naturlig trang til at knytte os til en bestemt, anden person – som regel af det modsatte køn. Hensigten med denne forlængelse fra naturens side er ifølge flere forskere at tilstræbe, at de to partnere efter forplantningen vil holde sammen og samarbejde om pasningen af barnet (eller børnene), som er helt hjælpeløst i meget længere tid end hos andre arter. Tilknytningsteorien handler ikke specielt om sex, men det er en udbredt opfattelse, at pardannelse hos voksne både kan opretholdes via tilknytnings-trangen og via fælles, seksuelle glæder.

FORSKNINGSNYT

Redaktionsgruppen:

Thomas Nielsen (redaktør), Dion Sommer og Peter Krøjgaard, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet

Sekretariat: Ingrid Graversen (træffes mandag - fredag kl. 9-15 på tlf. 89 42 49 00, direkte: 89 42 49 21)

Tilknytningsteorien omfatter også en teori om forskellige former for tilknytning. Selv om alle som børn formodentlig fødes med en trang til tilknytning, så udvikles deres konkrete tilknytning til moderen (det kan selvfølgelig også være andre, men vi taler for nemheds skyld blot om moderen) sig på en måde, der afhænger af moderens adfærd. Man taler især om tre tilknytningsstile: 1) Den trygge tilknytning, hvor barnet er trygt, følelsesmæssigt forbundet med sin omsorgsfulde mor og stoler på, at hun nok skal være der og hjælpe, når der er brug for det. 2) Den nervøse eller utrygge tilknytningsstil, hvor moderen ikke altid har været til stede og hjulpet, og hvor barnet derfor ofte klynger sig nervøst til hende, for at hun ikke skal forsvinde igen. 3) Den svage eller distancerende tilknytning, hvor barnet kun i beskeden grad har oplevet en tryghedsskabende omsorgsperson og derfor ikke udvikler nogen særlig trang til samvær med en tilknytningsperson.

Det ser ud til, at de samme tre tilknytningsformer kan genfindes hos voksne i deres forhold til deres partner i kærlighedslivet: De trygt tilknyttede stoler på deres partner og bliver ikke så let jaloux. De nervøst tilknyttede, klynger sig mere til deres partnere. De er meget tilbøjelige til jalousi og bange for, at partneren skal forlade dem. Endelig er de svagt tilknyttede ikke særligt interesserede i et nært samvær med deres partner (ud over sex) og vil hellere leve livet på egen hånd.

Man kan placere et menneske inden for hver af de tre tilknytningsformer til deres partner i kærlighedslivet ud fra deres besvarelser af et spørgeskema om deres typiske tanker, følelser og adfærd i parforholdet.

Nu har to af de mest kendte amerikanske kærlighedsforskere, Susan Sprecher og Beverley Fehr, i en ny artikel argumenteret for, at man også bør tale om en helt tredje form for kærlighed, som de kalder *compassionate love* (medfølelse eller omsorgsfuld kærlighed). Ifølge de to mangler den tidligere teori om to former for kærlighed et tema, som de selv anser for at være et vigtigt kendetegn, nemlig at ægte kærlighed især ytrer sig ved medfølelse med og omsorg for den elskede. Denne form for kærlighed kaldes også altruistisk kærlighed, idet man her tænker mere altruistisk på den anden person, og mindre egoistisk på sig selv og sine egne behov. (Begrebet om altruistisk kærlighed kan også minde om kristendommens begreb om næstekærlighed, men her tænkes der næppe specielt på kærlighed i et parforhold). De to kærlighedsforskere mener altså, at den kærlighed, der kan binde to mennesker i et parforhold sammen, ikke blot består af lidenskabelig kærlighed og venskabelig kærlighed, men også af altruistisk kærlighed.

De to er nu begyndt at udforske denne tredje form for kærlighed, og de har udformet et spørgeskema, der skulle måle, hvor meget et menneske føler medfølelse kærlighed (*compassionate love*) til sin partner i kærlighedslivet.

I en foreløbig undersøgelse over dette tema har de set på sammenhængen mellem den tidligere velkendte tilknytningskærlighed (*companionate love*) og deres eget begreb om omsorgskærlighed (*compassionate love*). Knap 400 voksne mænd og kvinder udfyldte

både et spørgeskema om deres tilknytningsform til deres partner og et spørgeskema om deres grad af omsorgskærlighed.

Det viste sig, at personer med en svag eller distancerende tilknytning til deres partner gennemgående havde en meget lav grad af omsorgskærlighed til partneren. Det var heller ikke overraskende, at personer med en tryk tilknytning til deres partner gennemgående havde en relativt høj grad af omsorgskærlighed, men dog i en meget forskellig grad, (hvilket oplagt kan have betydning for trivslen i og forløbet af det aktuelle parforhold – men det er ikke undersøgt endnu.)

Endelig viste det sig, at personer med en nervøs eller utryk tilknytning til partneren havde den højeste grad af omsorgskærlighed til deres partner. At nervøs tilknytning skulle være forbundet med en særlig høj grad af omsorgskærlighed kan bero på to ting: Den nervøst tilknyttede person holder måske mere øje med sin partner og dennes følelsesmæssige tilstand (for at sikre sig, at personen ikke vil forlade ham eller hende), hvilket kan tænkes at medføre mere medfølelse med partneren, og partnerens følelsesmæssige tilstand. En mere prosaisk forklaring går ud på, at mennesker med nervøs tilknytning måske undertiden bruger en demonstrativ omsorg for partneren for at bevidne sin egen kærlighed og for derigennem at forebygge svigt fra partnerens side.

Der kan stilles mange andre spørgsmål til betydningen af denne tredje form for kærlighed i et parforhold, og det vil både de to amerikanske forskere og forhåbentlig flere andre formodentlig arbejde på at besvare i den kommende tid.

I betragtning af, at forskningen har vist, at et godt parforhold er den vigtigste faktor for et lykkeligt liv, kunne man tro, at mere oplysning om, hvad der kan bidrage til et godt parforhold også kunne bidrage til "bruttonational-lykken". Ikke mindst på baggrund af de undersøgelser, der viser, at skilsmissebørn bliver mindre lykkelige resten af livet.

tn

Kilder: Sprecher, S. & Fehr, B. (2011). Dispositional attachment and relationship-specific attachment as predictors of compassionate love for a partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(4), 558-574.

Nielsen, T. (2011). *Kærlighed og Parforhold under Forskernes Lup*. Aarhus: Plurafutura Publishing.