

Smittande sjølvkjensle

Arbeidsrelatert sjølvkjensle ser ut til å kunna overførast mellom par.



Organisasjonspyskologen Angela Neff og kollegaer ved Universitetet i Konstanz, Tyskland målte i fem dagar sjølvkjensla til 102 par der begge var i arbeid (mest tyske akademikarar). Forsøkspersonane svara på spørsmål som gav ei vurdering av sjølvkjensla relatert til arbeidet, først når dei kom heim frå jobb, så ved leggetid. Dei blei også testa for generell sjølvkjensle og empatinivå.

Hovudfunnet var at sjølvkjensla etter jobb var positivt relatert til partnaren si sjølvkjensle ved leggetid same dag. Med andre ord såg god sjølvkjensle ut til å smitta over på partnaren. Denne overføringa av positiv sjølvkjensle var tydelegast når mottakaren generelt hadde lågare sjølvkjensle og var meir empatisk.

– Funnet stør oppunder tanken om at arbeid og familieliv ikkje nødvendigvis treng å vera i konflikt med kvarandre, men kan vera gjensidig gjevande, seier forskarane ifølgje BPS Research Blog.

Kjelde: Neff, A. et al. (2012). What's mine is yours: The crossover of dayspecific self-esteem Journal of Vocational Behavior, 81(3), 385–394.