



Hjärta & hjärna: På dejten

Emma Frans och Maja Åström synar ett antal vanliga påståenden om dejting, ställer dem mot vetenskapen och kommer fram till vad som är sant, falskt eller mittemellan.

I programmet hör vi Emma Engdahl, professor i sociologi vid Göteborgs universitet och författare till böckerna "Konsten att vara sig själv" samt "Depressiv kärlek".

KÄLLOR, KONTAKT OCH ÖVRIG INFORMATION

"Om du är intresserad av någon är det bäst att spela svår"?

KÄLLOR: Dai, X., Dong, P., & Jia, J. S. (2014). When does playing hard to get increase romantic attraction? *Journal of Experimental Psychology: General*, 143(2), 521–526.

<https://doi.org/10.1037/a0032989>

Jonason, P. K., & Li, N. P. (2013). Playing hard to get: Manipulating one's perceived availability as a mate. *European Journal of Personality*, 27, 458-469.

Kendrich A. R., & Dimond I. M. (2012). Same sex relationships. *Handbook of family theories: a content-based approach*, red. Mark a. Fine, Frank D. Fincham.

Bouchey, H. A., & Furman, W. (2003). Dating and romantic experiences in adolescence. In G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 313–329). Blackwell Publishing.

Diamond, L. M., Savin-Williams, R. C., & Dubé, E. M. (1999). Sex, dating, passionate friendships, and romance: Intimate peer relations among



lesbian, gay, and bisexual adolescents. In W. Furman, B. B. Brown, & C. Feiring (Eds.), *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 175–210). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781316182185.009>

Walster, E., Walster, G. W., Piliavin, J., & Schmidt, L. (1973). "Playing hard to get": Understanding an elusive phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26, 113-121

"Alla Hjärtans-dag är bara ett kommersiellt jippo"?

KÄLLOR:

Emma Engdahl (2016) *Depressiv kärlek: En social patologi*. Göteborg: Daidalos.

Moira Weigel (2016) *Labor of Love: The Invention of Dating Hardcover*

"Kroppsspråket avslöjar om du är intresserad av någon"?

KÄLLOR:

Vanessa van Edwards (2017) *Captivate: the science of succeeding with people*

Nonverbal expansiveness and romantic attraction:

Tanya Vacharkulksemsuk, Emily Reit, Poruz Khambatta, Paul W. Eastwick, Eli J. Finkel, Dana R. Carney (2016) *Proceedings of the National Academy of Sciences* Apr 2016, 113 (15) 4009-4014; DOI:10.1073/pnas.1508932113

NÅGOT ATT FRÅGA SIN PARTNER OM MAN VILL ÅTERUPPTÄCKA VARANDRA

Referens

Aron A, Melinat E, Aron EN, Vallone RD, Bator RJ. The Experimental Generation of Interpersonal Closeness: A Procedure and Some Preliminary Findings. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1997;23(4):363-377. doi:10.1177/0146167297234003



Del 1:

1. Om du fick äta middag med vem som helst i världen – vem skulle du välja?
2. Skulle du vilja vara känd? På vilket sätt?
3. Innan du ringer ett telefonsamtal – övar du på vad du ska säga? Varför?
4. Hur ser en perfekt dag ut för dig?
5. När sjöng du senast för dig själv? Och för någon annan?
6. Om du fick leva tills du var 90 år och fick välja att antingen ha fysiken eller psyket hos en 30-åring under dina sista 60 år i livet, vad skulle du välja?
7. Har du en hemlig känsla över hur du kommer att dö?
8. Säg tre saker som du och din partner har gemensamt.
9. Vad är du mest tacksam över i livet?
10. Om du fick ändra något under din uppväxt – vad skulle det vara?
11. Ta fyra minuter och berätta din livshistoria så detaljerat som möjligt.
12. Om du vaknade imorgon och hade fått en förmåga eller kvalitet – vad skulle det vara?

Del 2:

13. Om en kristallkula kunde spå sanningen om dig själv, ditt liv, din framtid eller något annat – vad skulle du vilja veta?
14. Är det något du har drömt om att göra under en längre tid? Varför har du inte gjort det?
15. Vad är det största du har uppnått i livet?
16. Vad värdesätter du mest i en vänskap?
17. Vad är ditt finaste minne?
18. Vad är ditt mest hemska minne?



19. Om du visste att du inom ett år skulle dö plötsligt – skulle du ändra något i ditt liv nu? Varför?
20. Vad betyder vänskap för dig?
21. Vilka roller spelar kärlek och uppskattning i ditt liv?
22. Turas om att säga positiva drag hos din partner. Välj fem saker var.
23. Hur nära och varm är din familj? Känner du att din barndom var lyckligare än andras?
24. Hur är din relation till din mamma?
25. Gör tre stycken "vi"-skildringar. Till exempel: "Vi är bägge i det här rummet och känner oss..."
26. Avsluta den här meningen: "Jag önskar att jag hade någon som kunde dela..."
27. Om du skulle bli nära vän med din partner, berätta vad som är viktigast för henne eller honom att veta.

Del 3:

28. Berätta för din partner vad tycker om hos hen. Var väldigt ärlig och säg sådant som du kanske inte skulle säga till någon som du just träffat.
29. Dela med dig av ett pinsamt ögonblick från ditt liv.
30. När grät du senast framför någon annan? Och när grät du i ensamhet?
31. Säg något som du redan nu gillar hos din partner.
32. Vad – om något – är för allvarligt att skämta om?
33. Om du skulle dö ikväll utan någon chans att kommunicera med någon annan, vad skulle du mest ångra att du inte sa till någon? Varför har du inte sagt det redan?
34. Ditt hus börjar brinna. Efter att du har räddat de du älskar och eventuella husdjur så har du tid att rädda en enda sak att ta med. Vad skulle det bli och varför?
35. Av alla människor i din familj, vems död skulle vara mest jobbig? Varför?



36. Dela med dig av ett personligt problem och fråga din partner om råd för att hantera det. Be även din partner att analysera hur du verkar känna kring problemet du har valt.

KONTAKTA REDAKTIONEN:

E-post: hjarta@ur.se

Telefonsvarare: 08-7849693

Instagram: [ur_officiell](#)

Facebook: [Utbildningsradion](#)

Du hittar alla episoder av Hjärta & Hjärna på urplay.se eller där poddar finns.