

## KRIGENS BETYDNING FOR PARFORHOLDET – HVORDAN VETERANERS EFTERREAKTIONER PÅ UDSENDELSE UDFORDRER INTIMITET OG KOMMUNIKATION BLANDT MILITÆRE PAR

Af Lea Tangelev Greve<sup>1</sup> & Hanne Nørr Fentz<sup>2</sup>

*Krig og væbnet konflikt er en af de globale kriser, der både direkte og indirekte kan føre til alvorlig belastning af individ og familiesystem. Danmark har siden 1948 udsendt mere end 60.000 soldater til områder med væbnet konflikt. Mange af disse soldater lever i parforhold. Overgangen fra udsendelse til at indgå i hverdagsrutiner, familieliv og parforhold opleves ofte som vanskelig for både veteran og dennes partner. Denne tilpasning kan yderligere kompliceres af den øgede forekomst af psykiske efterreaktioner og PTSD for veteraner, der har været udsendt i militær tjeneste. Disse to fænomener (transitionen fra udsendelse til familieliv og veteranens psykiske efterreaktioner på udsendelsen) og deres betydning for/belastning af parforholdet er dog hidtil blevet behandlet adskilt i stort set al international litteratur om militære par. Artiklens første del belyser de særlige udfordringer, militære par må håndtere i overgangen fra udsendelse til hjemkomst. For at øge forståelsen for normale transitionsprocesser blandt militære par udvides og konkretiseres en mere generel model for parforholdstransitioner ved at inddrage empirisk materiale om danske veteraners hjemkomst. I artiklens anden del diskuteres det, hvordan veteraners PTSD-symptomer yderligere kan komplicere militære pars mere langvarige tilpasning og relationelle samspil. Således inddrages teori og empiri om, hvordan PTSD-symptomer, særligt kognitive og emotionelle forstyrrelser, hos veteraner kan underminere og belaste intimitetsprocesser og kommunikation blandt militære par ud over den første transitionsfase. Afslutningsvist argumenterer vi for, at PTSD-symptomer og uhensigtsmæssige samspilsprocesser kan blive gensidigt fastholdende og eskalerende over tid. På baggrund heraf anbefaler vi, at der i forebyggelses- og behandlingsarbejdet med veteraner inddrages en øget opmærksomhed, dels på almene dyadiske udfordringer i transitionsprocessen fra udsendt til hjemkomst dels på betydningen af PTSD-symptomers rolle for fastholdende negative dyadiske processer i veteranens parforhold.*

- 
- 1 Ph.d.-studerende ved Forskningsenhed for Par- og Familieforskning, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet.
  - 2 Postdoc ved Forskningsenhed for Par- og Familieforskning, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet.

## 1. Indledning

Krig og væbnet konflikt er en af de globale kriser, der både direkte og indirekte kan føre til alvorlig belastning af individ og familiesystem. Som led i en mere aktivistisk udenrigspolitisk strategi er danske tropper og specialstyrker i stigende grad over de sidste 30 år blevet udsendt for at tage del i internationale væbnede konflikter (Daugbjerg & Sørensen, 2017). Siden 1948 har Forsvaret udsendt flere end 60.000 soldater til områder med væbnet konflikt.<sup>3</sup> Af disse var 26.000 udsendt i perioden 1992-2009 til blandt andet krigene i Balkan, Afghanistan og Irak, og mange var udsendt mere end én gang (Lyk-Jensen, Heidemann, Glad, & Weatherall, 2012).

Danske soldater udsendt i perioden 1992-2009 var i gennemsnit 27 år ved første udsendelse. 95 % af disse var mænd, 20 % var gift eller levede i et registreret partnerskab, og 14 % havde hjemmeboende børn (Lyk-Jensen et al., 2012). Da disse tal stammer fra administrative registre, angiver de ikke, hvor stor en andel af soldaterne der var i ikke-registrerede parforhold. Dette tal må derfor formodes at være noget højere. I et delstudie med 447 hjemvendte soldater angav størstedelen således at være ”gift, leve i et registreret partnerskab eller have en kæreste, som de enten bor eller ikke bor sammen med” (Kofod, Benwell, & Kjær, 2010). En stor del af danske veteraner lever således i parforhold.

Parforhold danner ramme om mange vigtige samspilsprocesser, der har stor betydning for individets og parrets trivsel gennem livet. Det er veldokumenteret, at tilfredsheden med ens parforhold er en vigtig kilde til livskvalitet (Bradbury & Karney, 2014), og at konflikter og utilfredshed i parforholdet udgør en betydelig kilde til stress, der ofte påvirker både individets fysiske og psykiske helbred og trivsel (fx Whisman, Uebelacker, & Weinstock, 2004; Whisman, Uebelacker, Tolejko, Chatav, & McKelvie, 2006).

Det er velkendt, at det at være udsendt soldat øger risikoen for at udvikle psykiske lidelser som PTSD og depression (se fx Lyk-Jensen et al., 2012; Veterancentret, 2017). Det er heller ikke ualmindeligt for en stor del af hjemvendte veteraner at opleve en række psykiske efterreaktioner særligt i de første uger efter at have været udsendt. En opsamling af empirien om danske udsendte til Balkan, Irak og Afghanistan siden 1997 viser, at i gennemsnit 8,8 % af soldaterne per hold rapporterer, at de oplever psykiske efterreaktioner umiddelbart efter hjemkomst (Lyk-Jensen, Jacobsen, & Heidemann, 2010). Disse symptomer opleves oftest som belastende for soldaterne selv og deres nære omgivelser (Andreasen, 2012; Kofod et al., 2010). Danske undersøgelser har desuden påvist, hvordan militære udsendelser i høj grad påvirker den partner, der bliver i Danmark, både i forhold til lavpraktiske opgaver og roller, men også i forhold til karriere og identitet. At vende til-

---

3 <http://forpers.dk/hr/Pages/Udsendte.aspx> <http://veteran.forsvaret.dk/Omos/sporgsmal/Pages/default.aspx>

bage til et ”almindeligt familieliv” er således en stor omvæltning for både veteran og partner og kan være forbundet med udfordringer for parforhold og familieliv (se fx Heiselberg, 2018; Sørensen, 2005).

Et stigende antal, primært amerikanske, undersøgelser har siden starten af halvfemserne dokumenteret, at veteraners PTSD udgør en massiv udfordring for deres parforhold (også ud over tiden umiddelbart efter hjemkomsten). Parforhold, hvori en af partnerne er veteran og desuden oplever PTSD, har ifølge disse undersøgelser dobbelt så stor risiko for at blive opløst (Cook, Riggs, Thompson, Coyne, & Sheikh, 2004; Jordan et al., 1992; Riggs, Byrne, Weathers, & Litz, 1998). Yderligere viser en del undersøgelser, at graden af PTSD-symptomer er positivt associeret med kommunikationsproblemer og konflikter i parforholdet (Miller et al., 2013) og negativt associeret med parforholdstilfredshed (Monson, McDonald et al., 2012; Monson, Taft, & Fredman, 2009). Der kan således forekomme relationelle vanskeligheder i den første transitionsfase for de fleste militære par, der kan kompliceres af psykiske efterreaktioner, men disse relationelle vanskeligheder får for en subgruppe af militære par med PTSD-symptomer en mere alvorlig og langstrakt karakter, der kan være med til at fastholde og forværre disse symptomer.

Igennem de seneste år er den internationale interesse for at udvikle parterapeutiske behandlinger for PTSD vokset inden for klinisk forskning. Dette skyldes blandt andet forskningsresultater, der peger på, at veteraner i konfliktfyldte parforhold har ringere udbytte af deres individuelle PTSD-behandling end andre, samt at individuel PTSD-behandling tilsyneladende ikke formår at skabe forbedringer i veteranens parforhold til trods for positive ændringer i symptom-niveau (Monson, Fredman et al., 2012; Monson, Macdonald et al., 2012). I Danmark har man siden 2015 ud over individuelle tilbud til veteraner også haft tilbud til militære par gennem det danske Veterancenter (fx parkurset *Prevention and Relationship Enhancement Program* og parterapi). Det tyder således på, at man i Danmark igennem de seneste år har øget opmærksomheden på og mulighederne for at modtage støtte til de dyadiske problemstillinger og konsekvenser, der kan forekomme i kølvandet på en eller flere militære udsendelser.

Forskningsmæssigt er der dog forsvindende lidt litteratur, der på nuværende tidspunkt undersøger, hvordan psykiske efterreaktioner blandt veteraner belaster parforholdsprocesser i hjemkomstfasen. Hidtil har forskningen fokuseret på henholdsvis den belastning, militære par oplever grundet hjemkomstens karakter af overgangsfase, *eller* den belastning, veteranens eller partnerens psykiske symptomer har haft på parforholdet, men ikke forsøgt at integrere og konkretisere de to fænomener. Dette gøres i denne artikel ved at samle viden fra eksisterende forskning om militære par med empiri og teori om parforholdsprocesser.

I artiklens første del bidrager vi med en øget forståelse af de særlige udfordringer, militære par må håndtere i overgangen fra udsendelse til hjemkomst,

med fokus på, hvordan almindelige psykiske efterreaktioner på udsendelsen hos veteranen kan spille ind. Vi anvender den anerkendte model for relationel turbulens som forståelsesramme for de emotionelle og kognitive processer, der ofte ses i parforholdet i en overgangsfase. Denne generelle model for overgangsfaser i parforholdet konkretiseres og udvides gennem analyse af, hvordan disse processer udspiller sig blandt militære par.

I artiklens anden del fokuseres der på den subgruppe af militære par, hvor veteranen udvikler krigsrelateret PTSD, da PTSD-symptomer har vist sig at udfordre og komplicere vigtige dyadiske samspil ud over den indledende transitionsfase. Vi argumenterer for, at PTSD-symptomer kan skabe vanskelige betingelser for vigtige parforholdsprocesser over tid, og påviser, hvordan gensidigt fastholdende onde cirkler mellem veteranens psykiske efterreaktioner og negative dyadiske samspil kan få stor betydning for parrets og individernes trivsel.

Samlet vil dette bidrage til en øget forståelse af de dyadiske og procesuelle konsekvenser, der kan være af militær udsendelse, både lige efter hjemkomsten (for de fleste militære par), men potentielt også på den længere bane (for en subgruppe af militære par, der oplever mere alvorlige og langvarige reaktioner på udsendelsen som PTSD-symptomer).

Formålet er at komme med et teoribaseret, men konkret og kontekstualiseret bud på, hvordan konsekvenser af krigsrelaterede belastningssymptomer i og efter hjemkomstfasen *kommer til udtryk* i danske militære pars hverdag. Dette vil bidrage til en teoretisk og empirisk funderet forståelse af den normale belastning, mange militære par oplever, samt øge indsigten i mekanismerne bag internationale studiers fund af øget forekomst af belastning, skilsmisser, konflikt og vold blandt militære par. Dette skønnes gavnligt både for militære par selv samt for professionelle, der møder parrene i terapi eller støttetilbud, hvor artiklens indsigter vil være vigtige, både i forebyggelses- og behandlingsøjemed.

### **Afgrænsning**

Blandt alle danske udsendte fra 1991-2019 var kun 6,1 % kvinder<sup>4</sup>, og langt størstedelen af empirien på området baserer sig følgelig på populationen af mandlige udsendte med oftest kvindelige partnere. Vi har derfor i vores analyser og diskussion valgt at tage udgangspunkt i mandlige veteraner og deres (kvindelige) partnere.

En øvrig afgrænsning af artiklens emnefelt er udelukkende at fokusere på parforholdsprocesser, og hvordan de påvirker veteranen og parforholdets trivsel. Sådanne processer kan naturligvis i praksis ikke isoleres fra den øvrige familie, som er det miljø, processerne udspiller sig i, påvirker og påvirkes af (se fx Veteracentret, 2015).

---

4 <https://forpers.dk/da/hr-i-tal/antal-udsendte/> besøgt d. 13.01.2021

Vi har i vores analyser valgt at fokusere på intimitet (forstået som følelsesmæssig nærhed og tryghed) og kommunikation, da disse processer har vist sig at have stor betydning for parrets tilfredshed, trivsel og forholdets kvalitet (Stadler et al., 2012; Khalifan & Barry, 2017). Forskning tyder på, at PTSD i høj grad belaster kommunikationen og dermed den følelsesmæssige nærhed (intimiteten) i parforholdet (Brown-Bowers, Fredman, Wanklyn, & Monson, 2012; Gerlock, Grimesey, & Sayre, 2014; Leifker, White, Blandon, & Marshall, 2015), hvorfor en øget opmærksomhed på og viden om disse samspilsprocesser kan være vigtige i forebyggelsen af mistriivsel blandt militære par.

I diskussionen af psykiske belastningsreaktioner som følge af udsendelse afgrænses disse til posttraumatiske symptomer, der er blandt de hyppigste (Veterancentret, 2017) og skønnes særligt belastende for parforholdets samspil. I artiklen baserer diagnosekriterierne for PTSD sig på DSM-V, da disse diagnosekriterier anvendes i størstedelen af den internationale litteratur, som artiklen tager udgangspunkt i. Desuden indfører denne DSM-udgave (i modsætning til WHO's ICD10 og tidligere DSM-udgaver) kognitive og emotionelle forstyrrelser som selvstændig symptomgruppe (APA, 2013; WHO, 2004). Netop kognitive og emotionelle forstyrrelser – for eksempel mistillid til andre og fravær af positive emotioner – må formodes at være ødelæggende for relationer i det hele taget og for parforhold i særdeleshed, og derfor er dette diagnosekriterium relevant for artiklens diskussion. Endelig har vi valgt ikke at medinddrage konsekvenserne af hyppigt komorbide lidelser som depression og misbrug, om end begge lidelser i langt de fleste tilfælde vil bidrage til en forværring af de beskrevne samspil for militære par.

## **2. militære par umiddelbart efter udsendelsen**

Når soldater i parforhold udsendes til en væbnet konflikt, er det ikke blot selve adskillelsen og risikoen ved udsendelsen, der kan belaste forholdet, men også overgangen ("transitionen") til dagligdagen og hjemmemiljøet kan være udfordrende. Perioden efter udsendelsen, hvor soldaten skal reintegreres i en fælles dagligdag, og hvor intimiteten med partneren skal genfindes, har vist sig at være vanskelig for begge parter (Chandler, Dattilo, Taff, & Moeller, 2018; Knobloch, Knobloch-Fedders, & Yorgason, 2019; Wen, Price, Spray, & Marmar, 2020). Dette bakkes op af det danske forsvars interviewundersøgelse med 74 kvindelige partnere til veteraner, der fandt, at partnerne generelt oplevede parforholdet som mere belastet et halvt år efter hjemkomsten end under udsendelsen (Andreasen, 2012).

Cowan og Cowan (1991) definerer transitioner som overgangsperioder igennem et livsforløb, der "involverer kvalitativ reorganisering af selvet og den indre verden, sociale roller og nære relationer". Transitioner i parforholdet er altså per definition perioder, hvor parrets tidligere identiteter, roller,

aftaler og rutiner ændres og tilpasses. Transitioner vil for mange par opleves som en periode præget af flere konflikter og større usikkerhed om parrets fremtid, indtil overgangen fra den forhenværende til den nye livssituation er afsluttet – og et nyt ståsted for forholdet er etableret.

Den relationelle turbulensmodel af Solomon og Knobloch (2001) beskriver de underliggende mekanismer, der kan føre til oplevelsen af relationel turbulens i parforholdets transitioner, heriblandt perioden efter en udsendelse blandt militære par (Solomon, Knobloch, Theiss, & McLaren, 2016). Ifølge modellen vil alle par under en transition opleve øget relationel turbulens i forhold til normalt. Dette skyldes, at parforholdstransitioner er perioder med diskontinuitet, hvor roller, identiteter og omstændigheder ofte ophæves eller forandres grundlæggende, uanset om transitionen i sin natur er hhv. positiv/negativ eller selvvalgt/ufrivillig (Solomon et al., 2016).

Den subjektive oplevelse af at være i et turbulent parforhold opstår ifølge modellen på baggrund af to processer, nemlig oplevet relationel usikkerhed og partnerinterferens. Relationel usikkerhed defineres som en overordnet vurdering af parforholdet som en ustabil enhed, der er i risiko for opløsning. Denne vurdering beror på to forhold: ens egen involvering i forholdet og ens partners involvering i forholdet. Et individs tvivl på eget og/eller partnerens ønske om at investere i forholdet på længere sigt vil føre til en stigning i oplevelsen af relationel usikkerhed – det vil sige en tvivl på ens parforholds status (Solomon et al., 2016). Forhandling og etablering af en fælles hverdag med det nye udgangspunkt afstedkommer en øget opmærksomhed på, hvor investerede og involverede parterne hver især føler sig og oplever, at den anden part er i forholdet. Hvis denne øgede opmærksomhed medfører tvivl – tvivl på, *om* eller *i hvor høj grad* enten én selv eller ens partner involverer sig i parforholdet nu og fremadrettet, øges individets oplevelse af, at parforholdet som enhed er ustabil. I en normal parforholdstransition er der således en øget risiko for, at der sker en stigning af usikkerhed på forholdets stabilitet (såkaldt relationel usikkerhed) hos den ene eller begge partner i forholdet (Solomon et al., 2016).

Partnerinterferens, eller oplevelsen af, at ens partner forstyrrer eller står i vejen for ens egne mål, er den anden mekanisme, der ifølge teorien om relationel turbulens medfører øget relationel turbulens i parforholdstransitioner. Partnerinterferens kan opstå, fordi parterne i et forhold er gensidigt afhængige af hinanden og vil kunne facilitere eller interferere med hinandens individuelle mål (Solomon et al., 2016). I processen med at integrere parret i en ny fælles hverdag skal roller og opgavefordeling optimalt set forhandles ved en gensidig og fælles koordinering. Dette indebærer som oftest, at en af eller begge parter må indgå nogle kompromiser i forhold til personlige behov, ønsker og mål stillet over for parrets eller familiens behov og mål (Solomon et al., 2016). Således kan ens partner (eller familie) interferere med – forhindre, besværliggøre eller udfordre – ens egne behov, mål eller ønsker. Modelens pointe er, at i en transition, hvor mange aspekter af parrets (familiens)

hverdag, roller og fremtid på samme tid er ”kastet op i luften” og skal etableres på ny, vil dette øge risikoen for, at par oplever en øget forekomst af partnerinterferens.

Nogle militære par vil muligvis kunne undgå eller modarbejde disse normale processer og den deraf øgede relationelle turbulens ved fx i forberedelsen til en udsendelse at have været særligt gode til at forventningsafstemme og lave gode fælles aftaler for hverdagens ansvarsfordeling og roller, som kan gøre hjemvendelsesprocessen mere gnidningsfri og dermed forebygge relationel usikkerhed og partnerinterferens. At hjemkomsten efter en mission dog ofte ikke blot er en uproblematisk tilbagevenden til parrets tidligere samliv, men må anses som en transition, underbygges af Forsvarets Pårønderapport (Hommelgaard et al., 2011). Den viste, at partnere oplevede belastningen af parforholdet ved hjemkomsten lige stor, uanset om veteranen havde været udsendt en eller gentagne gange. Dette taler for, at det militære pars fysiske og emotionelle adskillelse, samt at de i månedsvis har levet i kvalitativt forskellige miljøer, kan betyde, at der ved hjemkomsten skal finde en stor tilpasning sted, frem for at parrene blot finder ”tilbage til normalen”.

Mere specifikt for militære par må en række forhold antages at forstærke både relationel usikkerhed og partnerinterferens og dermed belaste militære par *ud over* den belastning, der ligger i at befinde sig i en transition. Indtil for nylig har man i anvendelsen af modellen for relationel turbulens for militære par betragtet relationel turbulens i transitionen som et adskilt fænomen fra den belastning, som psykiske efterreaktioner ligeledes kan udgøre for parforholdets processer. Et nyere longitudinelt studie med 555 militære par undersøgte sammenhængen mellem disse processer og fandt, at stigninger i partnerinterferens og relationel usikkerhed medierede effekten af symptomer på depression og PTSD på relationel turbulens for både partner og veteran (Knobloch et al., 2019). De konkrete dyadiske processer bag dette fund, det vil sige, *hvordan* de psykiske symptomer (PTSD, depression) påvirkede de relationelle processer, der førte til parrets oplevelse af relationel turbulens, uddybes dog i meget begrænset omfang i artiklen. I det følgende medinddrages betydningen af psykiske efterreaktioner for at nuancere forståelsen af relationel turbulens, der ofte opleves af militære par i overgangsfasen fra udsendelse til hjemkomst.

### **2.1 Relationel usikkerhed i overgangsfasen umiddelbart efter hjemkomst**

Under udsendelsen til et konfliktbelastet og risikofyldt område kan det være nødvendigt for soldaten at være i en tilstand af forhøjet arousal, så han kan reagere lynhurtigt og præcist på potentielle trusler og træffe svære beslutninger under tidspres og psykisk belastning (Andreasen, 2012). Selvom disse evner gør soldaten i stand til at varetage sine opgaver under udsendelsen, er det sandsynligvis også denne fortsatte hyperarvågne tilstand, der kan medføre problemer ved hjemkomsten. I en interviewundersøgelse med 44 personer (de 20 veteraner, de øvrige enten pårørende eller ”aktører, som de ud-

sendte er i kontakt med”) blev de hjemvendte soldater beskrevet som mere rastløse, irritable og kortluntede (Kofod et al., 2010). Soldaterne selv beskrev at måtte ”tvinge sig selv til at slappe af” eller investere rastløsheden i et nyt projekt (Kofod et al., 2010, p. 59), mens andre berettede, at ”jeg har en kortere lunte, jeg er mere utålmodig, end jeg plejer at være” eller ”jeg farer meget hurtigt i flint, hvis der er noget, det er sådan lidt atypisk for mig” (Kofod et al., 2010, p. 60). Sådanne ændringer i soldatens reaktioner og umiddelbare temperament kan gøre det sværere for hans partner at forudsige og fortolke soldatens reaktioner i deres samspil. Hvis veteranen opfører sig mere rastløst, utålmodigt eller aggressivt over for sin partner end normalt, kan partneren tolke dette som tegn på manglende engagement, bebrejdelser eller utilfredshed med deres fælles liv. Hvis partneren gentagne gange oplever mere voldsomme og irritable reaktioner fra soldaten i tiden efter hjemkomsten, der i forvejen (jævnfør ovenstående) er præget af relationel usikkerhed, kan det forstærke fornemmelsen af, at forholdets fremtid er truet eller mindre stabilt. Således kan enten soldaten, partneren eller begge være (opleves som) mindre engagerede i forholdet end tidligere, hvilket kan medføre, at oplevelsen af relationel usikkerhed forstærkes.

Flere af undersøgelsens soldater beskrev, at de i den første tid efter hjemkomsten havde svært ved at finde en mening i en almindelig dagligdag, dagligdagsopgaver og -beslutninger (Kofod et al., 2010). Dette kan sandsynligvis forklares ved den store kontrast til udsendelsen, hvor soldaten dagligt har haft ansvar for opgaver med stor betydning, fx for andres sikkerhed, liv eller død. På den baggrund kan en soldat kort efter hjemkomsten synes, at hans partners reaktioner på dagligdagens udfordringer er ude af proportioner med de voldsomme situationer, han har været vidne til på sin mission. Et citat fra en soldat afspejler denne oplevede kontrast: ”Lige pludselig står man dernede og skal lade sit maskingevær og være klar til at køre ud i fjendeland, og så lige pludselig er du derhjemme og skal stå og vælge, hvad for noget mad du vil have i Føtex” (Andreasen, 2012, p. 51). Denne diskrepans imellem veteranens og partnerens erfaringsverdner og prioriteringer kan give udfordringer, når parret skal indgå i en fælles problemløsning og praktisk planlægning af hverdagen. Uoverensstemmelser og manglende forståelse for hinandens perspektiver kan her føre til en gensidig oplevelse af ikke at blive forstået eller taget alvorligt af sin partner. Man kan både forestille sig, at dette kan føre til, at partnerne hver især begynder at sætte spørgsmålstegn ved, om forholdet er det rigtige for dem, og/eller bliver i tvivl om, om deres partner (også) oplever tvivl om forholdets fremtid. Oplevelsen af relationel usikkerhed kan derved forstærkes.

Et andet vigtigt aspekt, som interviewundersøgelsen beskriver, er, at en del militære par har en tendens til at undlade at dele negative følelser, tanker og bekymringer med hinanden under selve udsendelsen. I stedet fokuserer de på at støtte, berolige og undgå at belaste den anden part unødigt (Kofod et

al., 2010). Denne tendens bakkes op af en nyere etnografisk undersøgelse af danske militære familier, hvor partnere til udsendte soldater ved et informationsmøde med Forsvaret blev opfordret til at undlade at bebyrde soldaterne med familiens hverdagsbyrder og -forpligtelser under udsendelsen (Heiselberg, 2017, p. 73, egen oversættelse). Det er omvendt et velkendt (og veldokumenteret) fænomen, at en del soldater vælger at forblive relativt tavse om ubehagelige oplevelser fra udsendelsen, som de ønsker at skåne deres partner for eller ikke føler, at partneren vil kunne forstå til fulde (Kofod et al., 2010; Knobloch, Basinger, Wehrman, Ebata, & McGlaughlin, 2016). Omstillingen til igen at dele også negative tanker, følelser og oplevelser med sin partner i tiden efter hjemkomsten sker formentlig ikke fra den ene dag til den anden. Følelsesmæssig intimitet i parforholdet øges, når parret formår at kommunikere deres personlige tanker og følelser til hinanden og møde hinanden empatisk og forstående (Cordova & Scott, 2001; Reis & Shaver, 1988). Fra litteraturen om intimitet ved vi desuden, at deling af denne type personlig information er sårbar og derfor forudsætter gensidig tillid imellem parterne (Reis & Shaver, 1988). En tillid, som parret formentlig skal bruge tid på at genopbygge imellem sig i transitionsperioden. Hvis parret oplever, at de ikke på samme måde som tidligere kan dele eller betro vigtig personlig information med hinanden, kan det medføre en oplevelse af afstand og måske fremmedgørelse imellem dem. Kofod et al. (2010) rapporterer således også i deres undersøgelse, at mange af partnerne overraskes over, at soldaten virker forandret i tiden efter udsendelsen. Tilsammen kan sådanne oplevelser også forstærke relationel usikkerhed hos den ene eller begge af parterne.

### **2.3 Partnerinterferens**

For militære par består transitionen af både en fysisk og mental/følelsesmæssig genforening efter længere tids adskillelse. Par kan naturligvis være mere eller mindre forberedte på at skulle give hinanden plads, men det antages, at de fleste oplever en øget forekomst af kompromiser mellem fælles og personlige mål i denne overgangsfase. Dette skyldes, at det ”normale” under udsendelsen nødvendigvis i høj grad har været, at soldatens partner har haft det fulde ansvar på hjemmefronten og samtidig ikke haft nogen indflydelse på soldatens fritid eller arbejdstid. Dette understøttes fx af følgende citat, hvor en partner beskriver, at det har været ”... svært at få soldaten hjem – med det mener jeg, at seks måneder alene med to børn, der får man sine egne regler og rutiner. Soldaten har måske følt sig lidt overflødig” (Andreasen, 2012, p. 16). Heiselberg (2018) beskriver desuden, hvordan kvindelige partnere til udsendte danske soldater kan opleve at måtte sætte personlige mål (fx karriere eller fritidsinteresser) i baggrunden i tiden under udsendelsen for at få enderne til at mødes på hjemmefronten. Man kan forestille sig, at dette kan føre til en forventning om, at partnerens personlige mål skal prioriteres højere efter soldatens hjemkomst, da udsendelsen kan forstås som en fælles prioritering af soldatens personlige mål for sin karriere over part-

nerens karriere eller over familiens mål om fællesskab. En soldat beskriver, at mange af hans kammerater har mistet deres kærester efter udsendelsen, fordi de ikke havde indset, at man som hjemvendt ”skylder i familieregnskab” og forventes at gøre sig særligt umage og trække et større læs i hjemmet i en periode (Kofod et al., 2010, p. 49). Afhængigt af, hvordan soldaten forholder sig til dette, og af, hvor godt parret formår at kommunikere og problemløse om de mulige divergerende behov og ønsker i tiden efter hjemkomsten, kan dette føre til en stigning i oplevelsen af partnerinterferens for begge parter.

Militære par, der tillige må cope med arbejdsskader som følge af soldatens udsendelse, kan formodes at være i stærkt forøget risiko for at opleve partnerinterferens. Her er sandsynligheden nok størst for, at soldatens partner kan opleve, at soldatens skade bliver en hindring for partnerens mål på egne eller familiens vegne. Det er værd at bemærke, at oplevelsen af partnerinterferens ikke handler om tilskrivning af skyld, men om, at den anden (intentionelt eller ej) står i vejen for ens mål. Nogle af disse par vil skulle skabe sig en ny hverdag, hvor de tager højde for soldatens erhvervede fysiske midlertidige eller varige skader, som fx hjernerystelse, hørenedsættelse, påvirket indlæringsevne eller fysiske handicap. Over dobbelt så mange udsendte soldater (19 %) som civile (9 %) havde i løbet af 1992-2012 anmeldt en erhvervet arbejdsskade (Lyk-Jensen et al., 2012). I nogle tilfælde vil partneren og familien skulle tilpasse sig veteranens ændrede behov og muligheder, som alt efter skaden kan føre til sorg og frustration over tabte muligheder, fx i forhold til deres fælles økonomi, fritidsaktiviteter, boligforhold eller seksuelle samliv. Disse fysiske skader vil nødvendigvis øge risikoen for, at parret oplever partnerinterferens, da de alt efter den fysiske skades omfang og indflydelse på veteranens velbefindende eller fysiske formåen vil skulle tilpasse egne og parrets fælles mål. For par, der således skal håndtere denne ekstra omvæltning ud over de øvrige transitionsprocesser beskrevet ovenfor, vil dette være et særligt komplicerende forhold ved deres situation.

Et andet komplicerende forhold ved transitionsprocessen gælder militære par, hvor soldaten skal/ønsker at tage på endnu en udsendelse. Godt halvdelen af alle udsendte danske soldater fra 1992-2009 var udsendt mere end én gang (Lyk-Jensen et al., 2012). Mange soldater og deres familier vil således skulle tage stilling til mulige fremtidige udsendelser. Som en partner beskriver det:

Jeg må da indrømme, at jeg gerne ser min mand i en anden arbejdsituation, så vi får en ”normal” hverdag, hvor jeg ikke skal være alenemor (...). Jeg bakker selvfølgelig op om hans arbejde, men man kan godt blive træt af at ”vente” på et liv sammen (Andreasen, 2012, p. 14).

Ved udsigten til kommende udsendelser kan de planer og drømme, som partneren har for sig selv, for samlivet med soldaten og for familien, fx flere

børn, rejser, ny bolig eller egen karriere, blive udsat (igen). Selvom soldaten deler familiedrømmene med sin partner, kan det være frustrerende at opleve, at parrets respektive personlige mål for karriere og fælles mål for familien er svære at forene tilfredsstillende. Dette kan øge parternes oplevelse af partnerinterferens.

#### **2.4 Relationel turbulens efter hjemkomsten**

Tilsammen tyder det på, at militære par som andre par i transitioner vil være i risiko for at opleve øget relationel turbulens, men at de yderligere vil kunne opleve en række specifikke belastende forhold grundet soldatens almindelige psykiske efterreaktioner (særligt irritabilitet, rastløshed, hyperårvaagenhed og manglende mening i dagligdagen) samt en tendens til at undgå at kommunikere om emotionelt svære emner. Disse generelle og specifikke forhold kan medføre, at parret tvivler mere på egen og den andens involvering i parforholdet, kan have svært ved at finde hinanden igen efter adskillelsen eller kan føle, at de er ”vokset fra hinanden”; de oplever relationel usikkerhed. Desuden vil militære par være i risiko for at opleve uoverensstemmelser i deres respektive individuelle mål, både som følge af overgangsfasen i sig selv, men yderligere pga. specifikke forhold, som at skulle finde sig til rette efter lang tids fysisk og emotionel afstand, at skulle genoprette en mere (for dem) naturlig eller retfærdig balance i dagligdagens huslige pligter samt at cope med eventuelle arbejdsskader eller beslutningen om endnu en fremtidig udsendelse. Dette kan bevirke, at de hver især føler, at den anden, intentionelt eller ej, holder dem tilbage fra eller besværliggør opnåelsen af det, de ønsker; de oplever partnerinterferens.

Dette betyder, at militære par (i forhold til ”almindelige par”) sandsynligvis vil være i risiko for at opleve forstærkede negative relationelle processer i denne første fase, som relationel usikkerhed og partnerinterferens. Ifølge teorien om relationel turbulens vil sådanne processer medføre dels mere negative/biased fortolkninger af hinanden (fx hensigter, værdier, mål), dels mere intense, negative emotioner i parrets indbyrdes samspil (emotionel reaktivitet). Dette kan medføre flere konflikter og uoverensstemmelser for militære par end i andre transitioner, vanskeliggøre fælles og konstruktive løsninger og betyde, at oplevelsen af nærhed svækkes i overgangen fra det adskilte liv under udsendelsen til parrets samliv efterfølgende (Solomon et al., 2016).

Langt de fleste veteraner oplever dog, at deres eventuelle fysiske og mentale tilpasningsreaktioner aftager inden for få måneder efter hjemkomsten, og at de efterhånden finder sig til rette i deres nye tilværelse. I takt med at parret får forhandlet nye aftaler, roller og identiteter på plads, vil de i stigende grad føle sig som et ”vi” og have reetableret oplevelsen af at have et stabilt parforhold med en fælles fremtid. Mange veteraner beskriver desuden at være blevet mere modne, selvsikre og berigede af udsendelsen og dét at have kunnet løse en vanskelig og vigtig opgave. Mange militære par oplever

på tilsvarende vis en betydelig bedring af parforholdet efter en indledende vanskeligere overgangsperiode (Knobloch et al., 2019), og nogle par kommer endda styrkede ud af forløbet (Karakurt, Christiansen, Wadsworth, & Weiss, 2012).

Den relationelle turbulensmodel præsenteres af forfatterne som en *process-model for transitioner*. Dog ser vi modellens processer som nogle, der kan udspille på et hvilket som helst givet tidspunkt i et parforhold, hvor transitioner blot er eksempler på situationer, der påvirker relationel usikkerhed og partnerinterferens og kan føre til øget relationel turbulens. Vi ser både partnerinterferens og relationel usikkerhed som globale kognitive vurderinger, som parterne i et forhold danner på baggrund af den seneste tids (fortolkning af) oplevelser med partneren, og vi ser derfor ikke grund til at afgrænse modellen udelukkende til transitioner.

Vi vil analysere, hvordan intimitetsprocesser og kommunikation for militære par kan belastes af forandringer i soldatens kognition, emotion og arousalniveau grundet PTSD-symptomer, således at relationel usikkerhed og partnerinterferens vil kunne opleves langt ud over den første transitionsperiode.

### **3. PTSD og emotionel kommunikation blandt militære par**

#### **3.1 PTSD blandt veteraner**

Det anslås, at 1 % af den europæiske befolkning på et givet tidspunkt lider af PTSD, mens denne andel er stærkt forøget ved veteraner, der har været udsendt i militær tjeneste. Veteraner, der har deltaget i militære kampsituationer, er blandt gruppen med højest risiko for efterfølgende at udvikle PTSD (APA, 2013). En dansk rapport baseret på spørgeskemabesvarelser fra 701 soldater udsendt til Afghanistan i perioden februar-august 2009 (Veterancentret, 2012) tegnede et mere komplekst billede af forekomsten af PTSD blandt soldater. Rapporten konkluderede, at under 3 % af de udsendte soldater levede op til en PTSD-diagnose umiddelbart efter hjemsendelse, men at denne andel steg til 5 % efter 8 måneder og til 9,7 % efter 2,5 år. En opfølgende rapport viste, at denne tendens fortsatte, således at hele 32,7 % af veteranerne levede op til en PTSD-diagnose 6,5 år efter udsendelsen, hvoraf 19 % havde et moderat og 13,7 % et højt symptomniveau. Desuden viste denne rapport, at stigningen i PTSD-symptomer ved hvert måletidspunkt var statistisk signifikant (Veterancentret, 2017).

Et stort dansk studie udført af Lyk-Jensen et al. (2012) peger på, at denne øgede forekomst af PTSD for veteraner efter udsendelsen ikke kan forklares af, at de udsendte soldater tilhørte en særligt sårbar gruppe før udsendelsen. Studiet, der er baseret på militærets registre for samtlige ca. 26.000 soldater udsendt fra 1992-2009, fandt, at soldater før udsendelse havde færre psyki-

ske lidelser sammenlignet med en kontrolgruppe af jævnaldrende, der blev vurderet egnet til militær tjeneste, men som ikke blev udsendt. Således ser Forsvarets rekrutteringsproces ud til at fungere godt og selektere en normal eller endog psykisk robust gruppe af soldater til udsendelse. Det tyder således på, at der er specifikke oplevelser og forhold under udsendelsen, som kan føre til oplevelsen af PTSD-symptomer lige efter, men i særdeleshed hen over de næstkommende måneder og år efter udsendelsen for soldaten.

I forhold til relationelle processer peger forskningen på, at PTSD i høj grad belaster kommunikationen og dermed den følelsesmæssige nærhed (intimiteten) i parforholdet (Brown-Bowers et al., 2012; Gerlock et al., 2014; Leifker et al., 2015). Da dette aspekt har vist sig at have stor betydning for parrets tilfredshed, trivsel og forholdets kvalitet (Bradbury & Karney, 2014) er det vigtigt med en nuanceret indsigt i, hvordan intimitet og kommunikative processer i forholdet kompliceres eller hæmmes af PTSD-symptomer. Vi vil argumentere for, at belastningen af relationelle processer for disse militære par vil gå langt ud over den umiddelbare transition ved hjemkomsten, og at oplevelsen af relationel turbulens derfor vil vare ved eller øges med tiden.

### *3.1.1 Interpersonelle traumer og PTSD-symptomer*

For at en soldat lever op til en PTSD-diagnose, skal han have været udsat for eller bevidnet en traumatisk hændelse karakteriseret ved en reel eller oplevet trussel om død, alvorlig skade eller seksuel vold (APA, 2013). Traumer af ”interpersonel og intentionel” natur (APA, 2013, p. 275) kan føre til særligt alvorlige symptomer og langvarige sygdomsforløb sammenlignet med fx naturkatastrofer. Interpersonelle traumer har en særligt skadelig virkning på individets tillid til andre (Sørensen, 2005), og risikoen for at udvikle PTSD efter et menneskeudløst traume vurderes som dobbelt så høj sammenlignet med andre traumatiske hændelser (Charuvastra & Cloitre, 2008). Et andet aspekt ved traumet, der kan øge risikoen for at udvikle PTSD, er, om man selv har handlet voldeligt eller dræbende i situationen, samt om man udsættes for gentagne traumer (APA, 2013). Under en udsendelse til en væbnet konflikt er soldater i stor øget risiko for at opleve interpersonelle, intentionelle traumer og for selv gentagende at skulle handle voldeligt eller dræbende.

DSM-V-kriterierne for PTSD er desuden, at soldaten i mindst en måned efter traumet har oplevet belastningssymptomer fra følgende fire kategorier: 1) påtrængende tanker om traumet (fx mareridt eller flashbacks), 2) undgåelsesadfærd over for påmindelser om traumet, 3) kognitive og emotionelle (fx negative antagelser eller fravær af positive følelser) forstyrrelser og 4) hyperarousalsymptomer (fx irritabilitet) (APA, 2013). I det følgende vil vi nuancere, hvordan hyppigt beskrevne PTSD-symptomer (Veterancenteret, 2017) som negative ændringer i veteranens grundantagelser og følelsesliv kan få betydning for intimitetsprocesser og konstruktiv kommunikation mel-

lem veteran og partner. Først beskrives de konkrete kognitive og emotionelle forstyrrelser for veteraner med PTSD, dernæst diskuteres konsekvenserne af disse symptomer på intimitet og kommunikation.

### 3.1.2 Kognitive forstyrrelser: negative grundantagelser

Blandt de kognitive PTSD-symptomer anser vi forekomsten af (stærkt) negative antagelser om selvet eller om andre som særligt udfordrende for relationelle samspil. Soldater kan under en udsendelse opleve at stå i gentagne kritiske situationer, hvor andre mennesker forsøger at skade eller slå dem og deres kammerater ihjel, at blive lokket i baghold af civile, der arbejder for eller sympatiserer med fjenden, eller at blive mishandlet af fjendens soldater ved tilfangetagelse. Tilsvarende har de selv til opgave at skulle udføre potentielt voldelige og muligvis dræbende handlinger over for andre, enten på nært hold eller fra afstand i form af ordrer til eller planlægning af manøvrer. Handlinger og formål, soldaterne er trænet i at udføre og håndtere, men som for nogle vil være så belastende, at de efterfølgende oplever PTSD-symptomer som kognitive forstyrrelser i kraft af overdrevent negative grundantagelser om sig selv og andre.

De fleste mennesker har ifølge Janoff-Bulman (1989) udviklet en usårlighedsillusion igennem en nogenlunde normal og tryk opvækst med positive grundantagelser om, at selvet er værdigt, at andre mennesker grundlæggende er gode, og at verden er meningsfuld. Disse positive grundantagelser ændres som hovedregel ikke, til trods for livets løbende negative oplevelser. Rystes soldatens grundantagelser voldsomt under udsendelsen, hvis han eksempelvis udsættes for et eller gentagne interpersonelle krigstraumer, kan denne usårlighedsillusion dog knuses (eng. *shatter*) eller undermineres i en sådan grad, at der opstår overdrevent negative antagelser om selvet (fx ”jeg er ikke værd at elske”) eller om andre (fx ”andre mennesker er upålidelige”). Der kan desuden opstå en intens følelse af sårbarhed, uforudsigelighed og forandret tilgang til livet gennem de mere negative grundantagelser om sig selv, andre og verden (Janoff-Bulman, 1989). En soldat udtaler, at han efter udsendelse har ”mistet troen på det gode i mennesket” efter at have opholdt sig et sted ”hvor liv ingenting er værd” (Kofod et al., 2010, p.50).

Voksne med stærkt negative antagelser om andre er i litteraturen generelt fundet at være mere mistroiske og på vagt over for andre, fordi de gennem opvæksten og voksenlivet har erfaret, at de ikke kan regne med at få hjælp eller støtte (Bartholomew & Horowitz, 1991). Negative antagelser om selvet er også påvist at føre til øget frygt for at blive afvist og forladt, da man ikke har en tro på, at man grundlæggende set fortjener eller er værdig til andres opmærksomhed og kærlighed (Bartholomew & Horowitz, 1991).

### 3.1.3 Emotionelle forstyrrelser: fravær af positive følelser

I en voldsom kampsituation, hvor egen (og helt nære individers) overlevelse ofte vil være det primære mål, udgør andre mennesker en potentiel fare for

individet. I sådanne krisesituationer kan det være en hensigtsmæssig strategi at undertrykke følelser for andre, såsom tillid, interesse, venskab og omsorg. Veteraner med PTSD oplever ofte en kombination af emotionelle symptomer, der gør dem ude af stand til at opleve de positive følelser, fx interesse, lyst og glæde, de normalt ville have i forbindelse med aktiviteter og samspil (APA, 2013).

En soldats pårørende udtaler: ”Han følte ikke, at han hørte til, han følte ikke, at han passede ind nogen steder, og han var enormt trist og kunne ikke sove om natten” (Kofod et al, 2010, p. 60). Vi forstår det således, at den reducerede evne til at opleve positive emotioner og følelsen af fremmedgørelse eller social afkobling har til formål at undertrykke de mekanismer, der normalt motiverer soldaten til at knytte og engagere sig i nære sociale bånd, for at øge hans overlevelseschancer i en krisesituation. Dette støttes af Charuvastra og Cloitres (2008) gennemgang af studier, der viser, at personer med PTSD ikke oplever en aktivering af belønningssystemet ved social kontakt, og at de ikke oplever den tilsvarende reduktion af stress og frygt ved kontakt med nære andre, som raske mennesker generelt gør. Vores forståelse af symptomerne adskiller sig dog fra den udbredte kognitive forklaringsmodel, der ser den manglende oplevelse af positive emotioner som en afledt effekt af en overgeneraliseret copingmekanisme, der har det primære formål at undertrykke negative følelser, som angst, ubehag og sorg i krisesituationer (Brown-Bowers et al., 2012; Monson, Taft et al., 2009). Tilsyneladende oplever langt de fleste veteraner ikke symptomet følelsesløshed (eng: *emotional numbing*) i forhold til deres negative emotioner, men i høj grad i forhold til de positive.

Ud over fraværet af positive følelser vil intense negative emotioner, som skyld, skam, tristhed og vrede, også ofte ledsage PTSD-symptomerne. Dette vil ofte skyldes, at tilstanden i helt op mod 50 % af tilfældene kompliceres af en komorbid depression (Rytwinski, Scur, Feeney, & Youngstrom, 2013), men vrede og irritabilitet kan også være symptomer på hyperarousal.

### **3.2 Soldatens PTSD- og intimitetsprocesser**

Ifølge Cordova (2014) skal intimitet forstås som en tryk følelsesmæssig forbundethed mellem to mennesker, der kender hinanden som dem, de inderst inde er. Intimitet skal ses som en proces, der fremmes, når to parter tør dele personligt, sårbart materiale med hinanden (lave emotionelle selvafløringer) og oplever at blive mødt af hinanden med varme og accept (responsivitet) (Cordova & Scott, 2001; Reis & Shaver, 1988). Empirien inden for intimitetsprocesser har vist, at det ikke er den reelle adfærd, der er vigtigst, for at intimiteten øges mellem parterne, men derimod at den, der afslører noget materiale, *opfatter* at blive mødt, valideret og forstået af den, der lytter (Reis & Shaver, 1988). I dette afsnit gennemgås, hvordan ændringer i veteranens grundantagelser og følelsesliv kan få betydning for intimitetsprocesser for militære par.

### 3.2.1 Soldatens emotionelle selvfsløringer

Da en emotionel selvfsløring indebærer, at individet deler noget personligt, fx en følelse, et behov, en værdi eller et ønske, vil en selvfsløring ofte indebære en villighed til at vise en vis grad af sårbarhed (Reis & Shaver, 1988). Det må formodes, at en veteran med negative antagelser om andre, eller om både sig selv og andre, vil have en tendens til at undgå at vise sårbarhed over for sin partner af frygt for at blive afvist og devalueret. Han vil dermed generelt lave færre emotionelle selvfsløringer.

Denne tendens til at undgå emotionelle afsløringer vil yderligere kunne forstærkes, hvis soldaten på grund af sin PTSD har negative antagelser om sig selv, oplever færre positive følelser samt oplever flere intense negative følelser generelt. I så fald vil de oplevelser, soldaten forsøger at dele, sandsynligvis oftere rumme negativ information om selvet, som usikkerhed, svaghed, smerte, skam eller tristhed. At skulle dele negativt materiale med sin partner kan intensivere følelsen af sårbarhed og frygten for at dele, da behovet for at blive mødt, valideret og fundet god nok i disse tilfælde vil være større (Khalifan, 2019). At veteraner med PTSD laver færre emotionelle selvfsløringer over for deres partner end veteraner i parforhold uden PTSD, understøttes i høj grad af empirien inden for feltet (Cook et al., 2004; Jordan et al., 1992; Miller et al., 2013).

I en undersøgelse af 181 amerikanske par fandt Schumm, Barnes, Bollman, Jurich og Bugaighis (1986), at kombinationen af få og negative selvfsløringer fra partneren var særligt ødelæggende for kvinders tilfredshed med parforholdet. Hvis en veteran ikke fortæller sin partner om, hvordan han har det (ikke laver emotionelle selvfsløringer), kan det få den konsekvens, at han afskærer sig fra at modtage partnerens positive respons herpå, fx trøst, omsorgsfuldhed og forståelse. Veteranens partner vil også med tiden kunne føle sig tiltagende udelukket og afskåret fra hans inderste tanker og følelser, fordi han ikke formår eller ønsker at dele sine oplevelser med hende. Hvis soldaten overvejende deler meget negative tanker og følelser (negative selvfsløringer), når han endelig selvfslører, kan han risikere, at han rent faktisk ikke vil blive mødt med fuld forståelse eller varme. Dette kan for eksempel ske, hvis partneren opfatter det negative indhold i selvfsløringerne som kritik, som at hun konstant skal være ”den stærke”, eller ser det som et tegn på, at soldaten ikke trives i deres forhold (jf. relationel usikkerhed). Dette kan udløse reaktioner som at bagatellisere det fortalte eller blive vred over ikke at føle, at hun eller forholdet er godt nok. I begge tilfælde, manglende selvfsløringer og/eller negative selvfsløringer, mindskes veteranens muligheder for at modtage sin partners empatiske respons på hans sårbarhed, og derved reduceres parrets oplevelse af intimitet.

### 3.2.2 Soldatens fortolkning af sin partners reaktion på hans emotionelle selvfølelse

Empirien inden for intimitetsprocesser har vist, at det ikke er modtagerens reelle adfærd, der er vigtigst, men derimod afsenderens *opfattelse af* at blive mødt, valideret og forstået af den, der lytter, der får betydning for, om en intimitetsproces lykkes (Reis & Shaver, 1988).

Vi antager at de beskrevne PTSD-symptomer (negative antagelser om selvet, fravær af positive og øgede negative følelser) tilsammen øger veteranens tilbøjelighed til at fortolke sin partners respons på sine emotionelle selvfølelser som ikke responsive. Det vil sige, at han opfatter hendes respons som ikke-forstående, kritik, ligegyldighed eller bebrejdelse. En sådan fortolkning vil blot føre til, at veteranen føler sig bekræftet i at være fx forkert, uværdig, uelskelig eller skyldig.

Har han negative antagelser om andre, øges sandsynligheden desuden for, at han fortolker hendes ord og handlinger som tegn på fx svigt, afvisning eller hån. Det vil dermed være en bekræftelse på, at han ikke kan have tillid til, at hans partner virkelig er der for ham, oprigtigt ønsker at hjælpe ham, og/eller at hun fx er upålidelig, løgnagtig, selvoptaget eller bedrevidende. Det betyder, at han sjældnere end tidligere vil opleve, at hans partner støtter, forstår og anerkender ham, når han deler noget med hende, til trods for partnerens (mulige) oprigtige forsøg på netop at yde den støtte og omsorg, som han savner. Flere studier har vist, at personer med negative grundantagelser om selvet og/eller andre har en generel tendens til at føle sig mindre forstået, valideret og støttet end personer med positive grundantagelser (Declercq & Palmans, 2006; Feeney, 2008; Reis, 2006; O'Connor & Elklit, 2008).

Som beskrevet tidligere findes der forskning, der viser, at personer med PTSD ikke oplever en aktivering af belønningssystemet eller en reduktion af stress og frygt ved kontakt med nære andre, som raske mennesker generelt gør (Charuvastra & Cloitre, 2008). Dette afspejles også i intimitetsprocesser, hvor partnerens responsivitet har vist sig at kunne føre til ubehag for veteraner med PTSD. Et nyere studie fandt, at personer med meget alvorlige PTSD-symptomer reagerede negativt på deres partners støttende respons (fx smil, kram eller omsorg) med følelser af skyld, tristhed og frygt frem for glæde, lykke og varme, som raske personer eller personer med mindre alvorlig PTSD oplevede (Leifker et al., 2015). Hvis en veterans grundantagelser om sig selv er så intense og negative, at de medfører, at han ikke føler sig værdig til at modtage sin partners kærlighed og opmærksomhed, kan hendes omsorg således muligvis vække negativ affekt, som fx tristhed, skam og skyldfølelse, i ham. Dette er væsentligt, da det medfører, at intimitet for netop denne mindre gruppe af militære par ikke fremmes ved at fokusere på partnerens fysiske og verbale støtte til veteranen, hvilket ellers kan udgøre en parterapeutisk PTSD-intervention (fx Johnson, 2005).

Både veteranens negative antagelser og tendensen til *ikke* at opleve positive følelser ved nær (emotionel) kontakt vil således kunne spille negativt

ind på fortolkninger af partnerens støtte. Samtidig kan veteranens reducerede, fraværende eller negative respons på partnerens forsøg på at trøste, hjælpe og støtte soldaten betyde, at partnerens lyst til at møde ham responsivt fremadrettet reduceres. Der er således en risiko for, at de ovenfor beskrevne processer kan komme til at bekræfte soldatens negative grundantagelser om andre eller sig selv og dermed over tid fastholde eller forstærke hans kognitive PTSD-symptomer.

### *3.2.3 Soldatens responsivitet over for sin partner*

Et sidste element, der kan vanskeliggøre intimitetsprocesser for militære par, er soldatens egen evne til at reagere responsivt, når hans partner laver en emotionel selvafsløring. I et længerevarende forhold vil det sårbare materiale, parret deler med hinanden, ofte være i form af ”*partnerinkluderende selvafsløringer*” (Khalifan, 2019). Det vil sige udsagn, der inkluderer noget, som den anden part i forholdet har sagt eller gjort, fx ”jeg bliver ked af det, når jeg føler, at du gør grin med mig foran vores venner” eller ”jeg savner, at vi begge tager mere initiativ til at være fysisk nære i hverdagen”. Partnerinkluderende selvafsløringer kan i højere grad end andre emotionelle selvafsløringer give anledning til, at modtageren opfatter dem som en negativ vurdering af (eller et angreb på) sig selv eller parforholdet, frem for at opfatte det sårbare udtryk som et uopfyldt behov eller ønske (Khalifan, 2017). Partnerinkluderende selvafsløringer kan således være særligt udfordrende at møde responsivt for en veteran med PTSD, idet et sådant udsagn vil kunne udløse intense negative emotioner i ham.

Afslutningsvist skal det bemærkes, at nogle veteraner, objektivt set, ikke mødes med en empatisk respons på selvafsløringer af deres partner i tiden efter hjemkomsten; dette kan fx skyldes, at partneren selv er meget belastet af depressive symptomer. Dette vil have samme negative betydning for intimiteten imellem parret som de ovenfor beskrevne processer, hvor veteranens opfattelse, snarere end partnerens objektive respons, beskrives. Også dette vil kunne konsolidere negative grundantagelser, som veteranen måtte have, om sig selv eller andre, så symptombilledet forstærkes; dette stemmer med empiri, der har påvist social støtte i tiden efter et traume som en af de vigtigste beskyttende faktorer mod udviklingen af PTSD (fx Brewin, Andrews, & Valentine, 2000).

### **3.3 PTSD og onde cirkler i militære pars kommunikation**

Som vist ovenfor kan veteraners PTSD-symptomer hindre eller direkte underminere vigtige intimitetsskabende samspil blandt militære par under, men også ud over den umiddelbare transition. PTSD-symptomer vil samtidig kunne føre til uhensigtsmæssige kommunikationsmønstre og aggression imellem partnere, hvilket vi vil argumentere for nedenfor.

### 3.3.1 PTSD, optrappende kommunikation og risiko for aggression blandt militære par

Et udbredt kommunikationsmønster i parforhold er, at kvinder har størst tendens til at udtrykke ønske om forandring, fx insistere på at tale om problematiske emner i forholdet, stille krav eller kritisere, mens mænd i højere grad trækker sig, bliver fraværende eller afviser at tale om emnet. Dette krav-tilbagetrækningsmønster (eng. *demand-withdraw*) vil for mange par virke eskalerende på konflikter og forhindre konstruktiv konfliktløsning (Eldridge & Christensen, 2002).

Et individ med negative grundantagelser om andre (men ikke om sig selv) vil have en øget tendens til at anvende undgående emotionsreguleringsstrategier, fx glide af på eller ignorere spørgsmål og krav, holde op med at svare eller gå væk fra situationen, når han oplever negativ affekt i interaktionen med andre (Declercq & Palmans, 2006). En veteran med traumerelaterede negative grundantagelser om andre (fx at andre ikke er der for ham, vil støtte eller hjælpe ham) vil formodes at være tilbøjelig til at anvende undgående strategier i forhold til kommunikation i sit parforhold, hvilket kan øge forekomsten af krav-tilbagetrækningsmønsteret. Dette stemmer overens med et studie af Gerlock, Grimesey og Sayre (2014), der fandt, at PTSD korrelerer med øget tilbagetrækningsadfærd i soldatens kommunikation med sin partner.

Veteranens partner vil samtidig kunne have et stærkt ønske om, at soldaten generelt var mere åben, kærlig og/eller investerede mere i deres forhold, da vi som tidligere belyst fandt, at soldaten begrænsede sine emotionelle selvafsløringer, at disse oftere havde et negativt indhold, og at han havde problemer med at møde sin partner responsivt. Denne dynamik kan bevirke, at hun i endnu højere grad insisterer på at få sin partner i tale og signalerer sin utilfredshed, frustration eller sorg tydeligt for at fremkalde en reaktion fra ham. Dette vil hun sandsynligvis gøre ved at lave flere partnerinkluderende selvafsløringer ("jeg bliver ked af det, når du aldrig fortæller mig, hvad du tænker på"), som han kan opfatte som manglende accept, vrede eller kritik – og som derfor blot vil øge veteranens tendens til at trække sig.

Hvis dette mønster udspiller sig gentagne gange, kan det føre til en øget polarisering mellem partnerne. Den krævende part vil med tiden forsøge at presse endnu mere på/stå mere stejlt på sit, hvilket kan betyde, at de begge reagerer mere negativt og voldsomt (konfliktoptrappende), sårer hinanden og får en oplevelse af at glide endnu længere fra hinanden. Der er opstået en ond cirkel. Et studie viste, at par, der over en længere periode havde kommunikeret efter dette mønster, ofte endte i et mønster, hvor den ene eller begge parter helt holdt op med at reagere på den andens forsøg på kommunikation (eng. *stonewalling*) (Gottman & Driver, 2005). Dette kan i yderste konsekvens føre til, at parret helt undlader at forsøge at nå hinanden, og føre til, at følelsen af intimitet imellem dem med tiden udslukkes.

Frem for at optræde undgående kan soldaten i stedet intensivere sine forsøg på at kommunikere sine egne behov til sin partner, i forventningen om at hun vil ende med at forstå og hjælpe ham. Dette er en naturlig reaktion fra voksne med nogenlunde positive antagelser om andre mennesker (Declercq & Palmans, 2006) og kan være konstruktivt, når individet formår at bevare roen. Militære par, der oplever relationel turbulens som følge af en udfordrende hjemkomstfase, vil dog opleve en øget emotionel reaktivitet hos begge parter. Dette vil betyde, at de reagerer hurtigere, mere opfarende og ofte mere voldsomt eller negativt end normalt på hinanden og deres indbyrdes uenigheder/konflikter (Solomon et al., 2016). Kombineres dette yderligere med PTSD-symptomer, som irritabilitet og hyperarvågenhed over for fare-signaler, eller ledsagende negative emotioner, som skyld og skam, er begge parter, men særligt soldaten, i øget risiko for at optrappe kommunikationen ud over det konstruktive. Det kan fx være ved at tale højere, bruge stærkere udtryk, blive mere insisterende, klagende, krævende eller truende. Hermed kan samspillet let eskalere og udvikle sig til en regulær konflikt med øget risiko for verbal eller fysisk aggression.

Voksne med negative arbejdsmodeller for *både* sig selv og andre (kaldet frygtsomt tilknyttede (Bartholomew & Horowitz, 1991) er særligt belastede under konflikter med deres partner, idet de generelt oplever flere negative tanker og følelser i sociale situationer, har svært ved at berolige sig selv og svært ved at lade sig berolige af partneren. Dette skyldes, at de ikke har erfaring for, at disse strategier er pålidelige veje til at få opfyldt deres behov for tryghed og omsorg. De har derfor en tendens til at skifte uforudsigeligt fra at insistere på egne behov og kræve partnerens omsorg til at afvise partneren og trække sig fra den sociale kontakt og konflikterne, når deres negative affekt stiger (Declercq & Palmans, 2006). Johnson (2005) beskriver sine kliniske erfaringer fra mange års parterapi med patienter med PTSD, at også disse patienter ofte skifter imellem en sådan lignende krav-tilbagestrækningsstrategi i deres samspil med partneren, og at kommunikationen i disse veteraners parforhold har stor lighed med kommunikationen hos par, hvor den ene person har en frygtsom tilknytningsstil. Det skal bemærkes, at par, hvor den ene part har en frygtsom tilknytningsstil, helt uafhængigt af PTSD, vil opleve samme udfordringer i kommunikationen i parforholdet som her beskrevet. Det centrale her er, at særligt kombinationen af kognitive og emotionelle PTSD-symptomer samt øget aggression kan føre til, at veteraner med PTSD opfører sig mere lig en person med frygtsom tilknytningsstil under parforholdskonflikter.

Hvis veteranen oplever PTSD-symptomer (som negative antagelser om sig selv, negative emotioner og hyperarousal) og tillige er ekstra emotionelt reaktiv i samspil med sin partner på grund af en længere periode med mindre intimitet, øget relationel turbulens og flere negative samspil, kan det således føre til, at han skifter abrupt imellem tilbagetrækkende og krævende kommunikation i samspil med sin partner. Denne kommunikationsstil kan udløse

modsvarende skift i partnerens kommunikation, hvis hun også oplever intense negative emotioner, som hun har svært ved at regulere i situationen. Dette kommunikationsmønster minder om det, man ofte ser i voldelige parforhold. I sådanne forhold er krav-tilbageføringsrollerne ofte således, at begge parter udviser *både* krævende og tilbagetrækkende adfærd under deres konflikter, men manden vil ofte udvise markant mere krævende adfærd end mænd i ikkevoldelige forhold (Elridge & Christensen, 2002). Forfatterne fortolker dette som et udtryk for, at den person, der udviser den krævende adfærd, føler sig underlegen og forsøger at fastholde eller genoprette sin magtposition, mens den anden part trækker sig for at forsøge at bevare status quo (Elridge & Christensen, 2002). En række studier har vist, at parforhold, hvor manden har PTSD, har højere niveauer af både psykisk og fysisk aggression (Jordan et al., 1992; Taft, Watkins, Stafford, Street, & Monson, 2011), og at alvorligheden af PTSD korrelerer positivt med soldaters aggressive adfærd i parforholdet (Monson et al., 2009). Et studie viste desuden, at personer med mere alvorlige PTSD-symptomer udviste mindre støttende adfærd over for deres partner under konflikter end personer med mindre alvorlig PTSD (Hanley, Leifker, Blandon, & Marshall, 2013).

Vi har i det ovenstående vist, at veteranens PTSD-symptomer kan være med til henholdsvis at underminere parrets evne til at indgå i konstruktive, intimitetsskabende samspil med hinanden dels at øge risikoen for, at parret udvikler dysfunktionelle samspilmønstre. Disse uhensigtsmæssige samspil vil over tid kunne give sig udslag i, at det militære par helt stopper deres forsøg på at kommunikere og konfliktløse ved at trække sig fra hinanden (stonewalling), eller at deres kommunikation (ved alvorlig PTSD) ender i så eskalerede kommunikationsmønstre, at psykisk og/eller fysisk aggression vil forekomme. Ved fortsatte negative samspil og oplevelse af øget relationel turbulens antager vi, at både veteranen og partneren over tid vil føle sig tiltagende fastlåste, modløse og begynde at overveje, om egne behov bedre dækkes alene (uden partneren) eller i et nyt parforhold. Den akkumulerede psykiske stress, arousal og belastning, som disse negative samspilsprocesser over tid vil forårsage for veteranen (og partner), må antages at være en medvirkende faktor i at fastholde eller forstærke soldatens PTSD-symptomer. Flere studier har desuden vist, at en oplevelse af at mangle støtte i sit sociale netværk eller at leve med megen ”interpersonel friktion” øger risikoen for at udvikle PTSD i kølvandet på en traumatisk oplevelse (Brewin, Andrews, & Valentine, 2000; Charuvastra & Cloitre, 2008).

Således ser det ud til, at de negative og dysfunktionelle parforholdsprocesser, som vi har belyst i artiklen, dels kan have betydning for, hvor hurtigt og i hvilket omfang hjemvendte soldaters psykiske efterreaktioner på udsendelsen udvikler sig, dels være en medvirkende faktor til at fastholde eller forstærke soldatens PTSD-symptomer. Studier har da også vist, at veteraner med PTSD har ringere udbytte af individuel PTSD-behandling end andre veteraner, hvis de lever i et dysfunktionelt parforhold (Monson, Fredman et

al., 2012), samt at individuel behandling af PTSD tilsyneladende ikke formår at skabe positive forandringer i veteranernes parforhold, selvom behandlingen har effekt på lidelsen (Monson, MacDonald et al., 2012). Disse fund peger på vigtigheden af at integrere partneren i veteranens behandling samt øge parrets viden om, hvordan almindelige psykiske efterreaktioner og PTSD-symptomer kan komme til at erodere positive relationelle samspil, både umiddelbart efter udsendelsen, men også i årene derefter.

#### **4. Kliniske implikationer**

I Danmark har man i Forsvaret længe haft et øget fokus på at nedbringe tabu for at søge hjælp til psykiske efterreaktioner på udsendelse og implementeret en række konkrete støttetilbud for soldater og deres familier. Disse omfatter blandt andet psykologhjælp under og efter udsendelsen, indførelse af såkaldte afviklingsperioder på kasernen efter endt udsendelse samt oprettelse af Veterancentre, rådgivning og døgntelefon for veteran og pårørende. En nyetableret Familieenhed under Veterancentrene er kommet til i marts 2020 med det formål at styrke indsatsen over for veteraners børn og familier. I evidensbaserede parterapeutiske tilgange, som Emotionsfokuseret Terapi (EFT) (Johnson, 2005) og integrativ adfærdsmæssig parterapi (IBCT) (Christensen & Doss, 2018) fokuseres der i høj grad på at fremme en forståelse af hinandens (inderste) oplevelser og på at dele sårbare og ofte skjulte følelser (fx skam, skyld, ensomhed). Dette gøres for at skabe intimitetsfremmende møder og en større accept mellem partnerne i terapien, hvilket vil fremme mere hensigtsmæssige samspil mellem partnerne og forbedre parforholdstilfredsheden (Erbes, Polusny, MacDermid, & Compton, 2008). Denne type indsatser bør kombineres med psykoedukation til veteranen selv og hans partner samt andre nære pårørende om, hvordan intimitet og kommunikation i parforholdet kan belastes som følge af at befinde sig i en overgangsfase med de for militære par særlige, komplicerende forhold efter en udsendelse, tillige med den yderligere belastning, som PTSD-symptomer kan have. Dyadiske samspil er relevante og vigtige indsatsområder i såvel forebyggelse som behandling af PTSD blandt veteraner, der lever i familie eller parforhold.

I en del parforhold vil veteranen og hans partner naturligt eller med støtte fra en terapeut kunne aflæse sårbarheden, lidelsen eller det oprigtige ønske eller behov bag et negativt udspil, når modparten fx reagerer med vrede eller afvisning. En sådan indsigt kan føre til, at de negative samspil ikke eskaleres, men at parret i højere grad formår at regulere og berolige sig selv og hinanden og række ud efter hjælp og støtte (frem for at kræve eller trække sig). Dette vil betyde, at der kan opstå en mere konstruktiv kommunikation imellem parterne, og at intimiteten imellem dem får mulighed for at vokse. Om parforholdsprocesserne udvikler sig i positiv eller negativ retning, vil afhæ-

ge af en række faktorer, som fx partnerens egen tilknytningsstil, parrets individuelle dispositioner, parforholdets tidligere historie og øvrige stressorer i perioden, som vi ikke går nærmere ind i her. Det kan heller ikke udelukkes, at der kan være kønnede forskelle i måden, hvorpå veteraners tilpasnings- og PTSD-symptomer påvirker parforholdet og relationelle samspil efter udsendelse, hvilket vil være vigtigt at inddrage i fremtidig forskning på området.

Endelig kan viden om veteraners potentielle lidelser (PTSD-symptomer og psykiske efterreaktioner) efter en udsendelse, og hvordan dette kan udspille sig i parforholdet, være vigtig at have for partneren, da hun kan være en stor ressource i forhold til at hjælpe veteranen med at opsøge hjælp i tide (fx opsøge egen læge, terapi eller tale mere åbent om sine efterreaktioner og problemer med sit netværk). Flere studier viser, at mandlige krigsveteraner med PTSD ofte søger professionel hjælp meget sent. I gennemsnit søgte danske veteraner med ”vedvarende psykiske udfordringer” først hjælp 4,6 år efter deres udsendelse, mens veteraner med mindre vedvarende psykiske udfordringer i gennemsnit levede med disse udfordringer i 6,8 år, før de søgte hjælp ved egen læge eller i psykiatrien (Møller et al., 2019).

## 5. Konklusion

Hjemkomsten fra en udsendelse til en væbnet konflikt opleves af mange militære par som en udfordrende tid, da den indebærer en markant reorganisering af parrets daglige rutiner, indbyrdes roller, måder at kommunikere på og romantiske samliv. Ifølge teorien om relationel turbulens kan oplevelser af usikkerhed på parforholdets fremtid (relationel usikkerhed) og uoverensstemmelser i individuelle mål (partnerinterferens) være med til at forklare udfordringer for militære par i denne overgangsfase. Disse processer forstærkes desuden af en række specifikke forhold for militære par i hjemkomstfasen. Overgangen kan desuden yderligere belastes af, at mange soldater oplever en række psykiske efterreaktioner i de første måneder efter hjemkomsten. De fleste militære par oplever dog, at de med tiden får skabt et nyt ståsted for forholdet, og at udfordringerne forbundet med overgangen mindskes eller forsvinder helt. En del militære par oplever dog vedvarende eller øget belastning af parforholdet som følge af veteranens PTSD-symptomer langt ud over hjemkomstfasen. Vi har igennem denne artikel belyst, hvordan PTSD-symptomer indvirker på parrets intimitet og indbyrdes kommunikation gennem dels færre emotionelle selvfsløringer, færre positive selvfsløringer, soldatens manglende responsivitet over for sin partner og soldatens øgede tendens til at fortolke sin partners reaktion på emotionelle selvfsløringer som ikke-støttende. Yderligere påvistes optrappende kommunikationsmønstre med øget risiko for psykisk og fysisk aggression til følge. Vi konkluderer, at PTSD-symptomer og uhensigtsmæssige samspilsprocesser kan skabe såkaldte onde cirkler og blive gensidigt fastholdende og

eskalerende, så parrets oplevelse af at leve i et stabilt og intimt parforhold undermineres. Det er derfor vigtigt, at man i forebyggelses- og behandlingsindsatser rettet mod veteraner med PTSD i et parforhold har en konkret viden om, *hvordan* disse processer kommer til udtryk og risikerer at udvikle sig over tid.

### En særlig tak

Forfatterne ønsker at udtrykke en særlig tak til David Gade og Louise Rørmose Gade, der i skriveprocessen har bidraget med gennemlæsning og tilbagemelding fra det militære pars perspektiv.

### REFERENCER

- Andreasen, J. (2012). *Udsendelsens påvirkning på partnere med børn*. Ringsted: Veterancentret. [http://veteran.forsvaret.dk/Omos/publikation/Documents/UdsendelsensPaavirkPartnereBorn\\_V2\\_2016.pdf](http://veteran.forsvaret.dk/Omos/publikation/Documents/UdsendelsensPaavirkPartnereBorn_V2_2016.pdf)
- APA (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th Ed.). Arlington: American Psychiatric Association.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(2), 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bradbury, T., & Karney, B. (2014). *Intimate Relationships* (2nd Ed.). New York: Norton & Company.
- Brewin, C.R., Andrews, B., & Valentine, J.D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *68*(5), 748-766. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.748>
- Brown-Bowers, A., Fredman, S.J., Wanklyn, S.G., & Monson, C.M. (2012). Cognitive-behavioral conjoint therapy for posttraumatic stress disorder: application to a couple's shared traumatic experience. *Journal of Clinical Psychology*, *68*(5), 536-547. <https://doi.org/10.1002/jclp.21850>
- Chandler, K.D., Dattilo, J., Taff, B.D., & Moeller, J. (2018). Leisure experience of military couples postdeployment. *Interdisciplinary Journal of Applied Family Science, Family Relations*, *67*, 630-643. <https://doi.org/10.1111/fare.12321>
- Charuvastra, A., & Cloitre, M. (2008). Social bonds and posttraumatic stress disorder. *Annual Review of Psychology*, *59*, 301-328. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085650>
- Christensen, A., & Doss, B.D. (2018). Integrative behavioral couple therapy. *Current Opinion in Psychology*, *13*, 111-114. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.022>
- Cook, J.M., Riggs, D.S., Thompson, R., Coyne, J.C., & Sheikh, J.I. (2004). Posttraumatic stress disorder and current relationship functioning among World War II ex-prisoners of war. *Journal of Family Psychology*, *18*(1), 36-45. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.36>
- Cordova, J.V. (2014). *The marriage checkup practitioner's guide. Promoting lifelong relationship health*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14321-000>

- Cordova, J.V., & Scott, R.L. (2001). Intimacy: a behavioral interpretation. *The Behavior Analyst, 24*(1), 75-86.
- Cowan, P.A., & Cowan, C.P. (1991). Normative family transitions, couple relationship quality, and healthy child development. In F. Walsh (Ed.), *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity* (pp. 428-451). New York: The Guilford Press.
- Daugbjerg, M., & Sørensen, B.R. (2017). Becoming a warring nation: the Danish 'military moment' and its repercussions. *Critical Military Studies, 3*(1), 1-6.  
<https://doi.org/10.1080/23337486.2016.1231994>
- Declercq, F., & Palmans, V. (2006). Two subjective factors as moderators between critical incidents and the occurrence of posttraumatic stress disorders: adult attachment and perception of social support. *Journal of Psychology & Psychotherapy, 79*(3), 323-337.  
<https://doi.org/10.1348/147608305X53684><https://search-proquest-com.ez.statsbiblioteket.dk:12048/docview/621696535?accountid=14468>
- Elridge, K.A., & Christensen, A. (2002). Chapter Eleven: demand-withdraw communication during couple conflict: a review and analysis. In P. Noller & J.A. Feeney (Eds.), *Advances in Personal Relationships: Understanding Marriage: Developments in the Study of Couple Interaction*. New York, US: Cambridge University Press.  
<https://doi.org/10.1017/CBO9780511500077.016>
- Erbes, C.R., Polusny, M.A., MacDermid, S., & Compton, J.S. (2008). Couple therapy with combat veterans and their partners. *Journal of Clinical Psychology, 64*(8), 972-983. doi:<http://dx.doi.org.ez.statsbiblioteket.dk:2048/10.1002/jclp.20521>  
<https://doi.org/10.1002/jclp.20521>
- Feeney, J.A. (2008). Adult romantic attachment. Developments in the study of couple relationships. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment. Theory, Research, and Clinical Applications* (2nd Ed.). New York, US: The Guilford Press.
- Gerlock, A.A., Grimesey, J., & Sayre, G. (2014). Military-related posttraumatic stress disorder and intimate relationship behaviors: a developing dyadic relationship model. *Journal of Marital & Family Therapy, 40*(3), 344-356.  
<https://doi.org/10.1111/jmft.12017>
- Gottman, J.M., & Driver, J.L. (2005). Dysfunctional marital conflict and everyday marital interaction. *Journal of Divorce & Remarriage, 43*(3-4).  
[https://doi.org/10.1300/J087v43n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J087v43n03_04)
- Hanley, K.E., Leifker, F.R., Blandon, A.Y., & Marshall, A.D. (2013). Gender differences in the impact of posttraumatic stress disorder symptoms on community couples' intimacy behaviors. *Journal of Family Psychology, 27*(3), 525-530.  
<https://doi.org/10.1037/a0032890>
- Heiselberg, M. H. (2018). The Battleground of Everyday Life: Balancing Motherhood and Career as a Danish Soldier's Partner. *Women, Gender and Research, 2-3*, 84-96.  
<https://doi.org/10.7146/kkf.v27i2-3.110850>
- Heiselberg, M. H. (2017). Fighting for the family: overcoming distances in time and space. *Critical Military Studies, 3*(1), 69-86.  
<https://doi.org/10.1080/23337486.2016.1231986>
- Hommelgaard, B., Pedersen, C.H., Bønsø, L., Christensen, S.V., Teasdale, T., & Bertelsen, M. (2011). Undersøgelse af, hvad der påvirker pårørende til soldater udsendt til Kosovo og Afghanistan i perioden februar – august 2009 (USPER pårønderrapport). København: Forsvarsakademiets Forlag.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: applications of the schema construct. *Social Cognition, 7*(2).  
<https://doi.org/10.1521/soco.1989.7.2.113>
- Johnson, S.M. (2005). *Emotionally Focused Couple Therapy with Trauma Survivors*. New York, US: Guilford Press.

- Jordan, B.K., Marmar, C.R., Fairbank, J.A., Schlenger, W.E., Kulka, R.A., Hough, R.L., & Weiss, D.S. (1992). Problems in families of male vietnam veterans with posttraumatic stress disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60*(6).  
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.60.6.916>
- Karakurt, G., Christiansen, A.T., Wadsworth, S.M.M., & Weiss, H.M. (2012). Romantic relationships following wartime deployment. *Journal of Family Issues, 34*(11), 1427-1451. <https://doi.org/10.1177/0192513X12470799>
- Khalifan, C.E., & Barry, R.A. (2019). Expanding intimacy theory: vulnerable disclosures and partner responding. *Journal of Social & Personal Psychology, 1*(19).  
<https://doi.org/10.1177/0265407519853047>
- Kofod, J.E., Benwell, A.F., & Kjær, A.A. (2010). Hjemvendte soldater: En interviewundersøgelse. SFI: København.
- Knobloch, L.K., Basinger, E.D., Wehrman, E.C., Ebata, A.T., & McGlaughlin, P.C. (2016). Communication of military couples during deployment and reunion: changes, challenges, benefits and advice. *Journal of Family Communication, 16*(20), 160-179.  
<https://doi.org/10.1080/15267431.2016.1146723>
- Knobloch, L.K., Knobloch-Fedders, L.M., & Yorgason, J.B. (2019). Mental health symptoms and the reintegration difficulty of military couples following deployment: a longitudinal application of the relational turbulence model. *Journal of Clinical Psychology, 75*, 742-765. <https://doi.org/10.1002/jclp.22734>
- Leifker, F.R., White, K.H., Blandon, A.Y., & Marshall, A.D. (2015). Posttraumatic stress disorder symptoms impact the emotional experience of intimacy during couple discussions. *Journal of Anxiety Disorders, 29*, 119-127.  
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.11.005>
- Lyk-Jensen, S.V., Jacobsen, J., & Heidemann, J. (2010). Soldater – før, under og efter udsendelse. SFI: København.
- Lyk-Jensen, S.V., Heidemann, J., Glad, A., & Weatherall, C.D. (2012). Danske hjemvendte soldater. Soldaternes psykiske sundhedsprofil før og efter udsendelse. SFI: København.
- Miller, M.W., Wolf, E.J., Reardon, A.F., Harrington, K.M., Ryabchenko, K., Castillo, D., & Heyman, R.E. (2013). PTSD and conflict behavior between veterans and their intimate partners. *Journal of Anxiety Disorders, 27*(2), 240-251.  
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.02.005>
- Monson, C.M., Fredman, S.J., Macdonald, A., Pukay-Martin, N.D., Resick, P.A., & Schnurr, P.P. (2012). Effect of cognitive-behavioral couple therapy for PTSD. A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association, 308*(7).  
<https://doi.org/10.1001/jama.2012.9307>
- Monson, C.M., Macdonald, A., Vorstenbosch, V., Shnaider, P., Goldstein, E.S., Ferrer-Auerbach, A.G., & Mocchiola, K.E. (2012). Changes in social adjustment with cognitive processing therapy: effects of treatment and association with PTSD symptom change. *Journal of Traumatic Stress, 25*(5), 519-526.  
<https://doi.org/10.1002/jts.21735>
- Monson, C.M., Taft, C.T., & Fredman, S.J. (2009). Military-related PTSD and intimate relationships: from description to theory-driven research and intervention development. *Clinical Psychology Review, 29*(8), 707-714.  
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.09.002>
- Møller, S.A., Forsberg, O.K., Sørensen, H.J., Enemark, M.H., Lyk-Jensen, S.V., & Madsen, T. (2019). Help-seeking behavior among Danish veterans with self-reported mental problems – a 22 years register-based follow-up study. *Nordic Journal of Psychology, 74*(1), 51-59. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1669072>

- O'Connor, M., & Elklit, A. (2008). Attachment styles, traumatic events, and PTSD: a cross-sectional investigation of adult attachment and trauma. *Attachment & Human Development, 10*(1), 59-71. <https://doi.org/10.1080/14616730701868597>
- Reis, H.T. (2006). Implications of attachment theory for research on intimacy. In M. Mikulincer & G.S. Goodman (Eds.), *Dynamics of Romantic Love. Attachment, Caregiving and Sex* (p. 456). New York, US: Guilford Press.
- Reis, H.T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of Personal Relations. Theory, Research and Interventions* (pp. 367-391). London, UK: John Wiley & Sons Ltd.
- Riggs, D.S., Byrne, C.A., Weathers, F.W., & Litz, B.T. (1998). The quality of the intimate relationships of male vietnam veterans: problems associated with posttraumatic stress disorder. *Journal of Traumatic Stress, 11*(1). <https://doi.org/10.1023/A:1024409200155>
- Rytwinski, N.K., Scur, M.D., Feeny, N.C., & Youngstrom, E.A. (2013). The co-occurrence of major depressive disorder among individuals with posttraumatic stress disorder: a meta-analysis. *J Trauma Stress, 26*(3), 299-309. <https://doi.org/10.1002/jts.21814>
- Schumm, W.R., Barnes, H.L., Bollman, S.R., Jurich, A.P., & Bugaighis, M.A. (1986). Selfdisclosure and marital satisfaction revisited. *Family relations, 34*, 241-247. <https://doi.org/10.2307/583631>
- Solomon, D.H., & Knobloch, L.K. (2001). Relationship uncertainty, partner interference, and intimacy within dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships, 18*(6), 804-820. <https://doi.org/10.1177/0265407501186004>
- Solomon, D.H., Knobloch, L.K., Theiss, J.A., & McLaren, R.M. (2016). Relational turbulence theory: explaining variation in subjective experiences and communication within romantic relationships. *Human Communication Research, 42*, 507-532. <https://doi.org/10.1111/hcre.12091>
- Stadler, G., Snyder, K. A., Horn, A. B., Shrout, P. E. & Bolger, N. P. (2012). Close Relationships and Health in Daily Life: A Review and Empirical Data on Intimacy and Somatic Symptoms. *Psychosomatic Medicine, 74*, 398-409. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31825473b8>
- Sørensen, L.J. (2005). *Smertegrænsen. Traumer, tilknytning og psykisk sygdom*. København: Dansk Psykologisk Forlag.
- Taft, C.T., Watkins, L.E., Stafford, J., Street, A.E., & Monson, C.M. (2011). Posttraumatic stress disorder and intimate relationship problems: a meta-analysis. *Journal of Consulting & Clinical Psychology, 79*(1), 22-33. <https://doi.org/10.1037/a0022196>
- Veterancentret (2017). *ISAF7 – 6,5 år efter hjemkomst*. Veterancentret: København. [http://veterancentret.dk/Omos/publikation/Documents/ISAF7\\_6,5\\_a%CC%8Ar\\_efter\\_hjemkomst.pdf](http://veterancentret.dk/Omos/publikation/Documents/ISAF7_6,5_a%CC%8Ar_efter_hjemkomst.pdf)
- Veterancentret (2015). *Børnene i baglandet til soldater, der fik set for meget. Beretninger fra børn af veteraner, som fik krigen med hjem*. Ringsted: Veterancentret. [https://veterancentret.dk/globalassets/vetc/dokumenter/baglandet-boger/-baglandet\\_born-2015.pdf](https://veterancentret.dk/globalassets/vetc/dokumenter/baglandet-boger/-baglandet_born-2015.pdf)
- Wen, I., Price, L.E., Spray, A.M., & Marmar, C.R. (2020). Mending broken bonds in military couples using emotionally focused therapy for couples: tips and discoveries. *Journal of Clinical Psychology, 1-6*. <https://doi.org/10.1002/jclp.22921>
- Whisman, M.A., Uebelacker, L.A., & Weinstock, L.M. (2004). Psychopathology and marital satisfaction: the importance of evaluating both partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(5), 830-838. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.5.830>
- Whisman, M.A., Uebelacker, L.A., Tolejko, N., Chatav, Y., & McKelvie, M. (2006). Marital discord and well-being in older adults: is the association confounded by personality? *Psychology and Aging, 21*(3), 626-631. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.21.3.626>

World Health Organization (WHO) (2014). *ICD-10: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems*. Geneva, CH: WHO.