

Narrativ identitet – Vi är våra berättelser

Py Liv Eriksson, Maria Wängqvist

Py Liv Eriksson, fil. dr, leg psykolog, universitetslektor, Psykologiska institutionen i Göteborg.

E-post: py.eriksson@psy.gu.se

Maria Wängqvist, docent, leg psykolog, universitetslektor, Psykologiska institutionen i

Göteborg. E-post: maria.wangqvist@psy.gu.se

Den narrativa identiteten består av individens berättelser. I detta kapitel beskriver vi vad narrativ identitet är. Vi belyser hur identitetsnarrativ skapas genom självbiografiska reflektioner om erfarenheter i livet såsom höjdpunkter, viktiga vändpunkter och svåra händelser. Vidare beskriver vi narrativ identitetsutveckling och hur narrativ identitetsforskning går till. Därefter lyfter vi fram forskning om narrativ identitet som kan vara relevant för narrativ medicin. Vi fokuserar på hur identitetsnarrativ berättas och vad de har för innehåll samt hur detta påverkas av kulturell kontext. Vi belyser också samband mellan narrativ identitet och välbefinnande. Kapitlet avslutas med våra reflektioner kring varför kunskaper om narrativ identitet kan vara värdefullt inom narrativ medicin.

The narrative identity consists of an individual's stories. In this chapter we describe what narrative identity is. We illustrate how identity narratives are created through self-biographical reasoning about experiences in life such as high points, important turning points, and difficult experiences. We describe narrative identity development and narrative identity research. Moreover, we highlight research on narrative identity that could be relevant to narrative medicine. We focus on the structure of identity narratives (how the story is told) and content as well as how this is influenced by cultural context. We also highlight connections between narrative identity and wellbeing. The chapter ends with concluding remarks on why narrative identity can be useful for narrative medicine.

Narrativ identitet - vad är det?

Narrativ identitet är den berättelse vi har om oss själva. Berättelsen innehåller svaret på vilka vi är och hur vi ser på saker vi varit med om tidigare i livet, hur vi ser på oss själva i nuet och hur vi ser på vilka vi är i framtiden (McAdams, 1985). Med denna berättelse skapar vi en sammanhängande syn på vilka vi är, vår narrativa identitet. Enligt narrativ identitetsteori kan identiteten beskrivas som en bok med kapitel om små och stora händelser i livet och vår tolkning av händelsernas betydelse för identiteten (McAdams, 2018). De stora händelserna i livet kan till exempel bestå av höjdpunkter och viktiga vändpunkter, likväl som svåra erfarenheter och utmaningar i livet som till exempel sjukdomar. Den narrativa identiteten består således av en persons livsberättelse och den berättelsen fortsätter att utvecklas och byggas på under livets gång för att ge sammanhang och mening åt det individen är med om (McAdams & McLean, 2013). Utifrån ett narrativt identitetsperspektiv är vi våra berättelser.

Hur skapas den narrativa identiteten?

Den narrativa identiteten skapas genom narrativa processer. En del av dessa processer är självbiografiska reflektioner (Habermas & Bluck, 2000). Självbiografiska reflektioner innehåller individens reflektioner kring sina erfarenheter och hur dessa hänger ihop med personens syn på sig själv. Dessa kopplingar mellan identiteten och händelser i livet kan handla om meningsskapande, utveckling och utforskande eller förändringar av identiteten (McLean et al., 2020).

Meningsskapande handlar om hur individen genom sitt identitetsnarrativ förstår sig själv när hen reflekterar kring en tidigare erfarenhet (McLean & Pratt, 2006). Det kan handla om att individen lär sig något från en erfarenhet och därmed agerar annorlunda vid nästa tillfälle, eller skapar en ny insikt om sig själv och ibland även andra personer och därmed en förändrad syn på livet i stort. Även om *utveckling* av något slag kan ingå i meningsskapande processer kan utveckling i sig ses som en egen narrativ identitetsprocess. Ofta handlar utveckling om något positivt såsom att individen genomgår en positiv förändring, utvecklar en positiv egenskap eller får en positiv insikt (Bauer et al., 2005; Pals, 2006). Utveckling kan också innebära en negativ påverkan av något slag (Eriksson et al., 2020). En negativ utveckling kan till exempel handla om att en person förlorat en tidigare förmåga efter en svår händelse eller att personen har utvecklat en negativ syn på sig själv, som till exempel ett kroppsmissnöje efter erfarenheter av mobbning (Eriksson & Frisé, 2023). *Utforskande* som en narrativ process handlar om på vilket sätt individen utforskar och analyserar en tidigare händelse och dess eventuella påverkan på identiteten (Pals, 2006). Individen kan i sin berättelse till exempel beskriva hur hen pratat med andra om händelsen

och dess betydelse. Formuleringar i berättelsen som antyder ett ifrågasättande av händelsens betydelse eller att individen lyfter flera olika tankar och reflektioner kring händelsen kan också tyda på ett utforskande. Narrativa processer som meningsskapande, utveckling och utforskande beskriver således olika sätt som människor sätter ord på och förstår händelser de varit med om och vad de betyder för deras identitet.

Narrativ identitetsutveckling

Identitetsutvecklingen är central under adolescensen men grunden för identiteten påbörjas tidigare (Erikson, 1968). Den narrativa identiteten får sin grund i barndomens berättelser, både andras och de egna berättelserna. Föräldrar kan till exempel hjälpa sina barn att utveckla självbiografiska reflektioner genom att berätta om minnen på ett mer detaljerat och utvecklat sätt än barnen själva klarar av (Fivush, 2011; Mitchell & Reese, 2021). Ett barn lär sig också genom till exempel myter, sagor och böcker hur berättelser bör berättas. Vi illustrerar detta senare i kapitlet utifrån kulturens påverkan på hur våra berättelser ser ut.

I början av adolescensen är individen utvecklingsmässigt redo för att kunna sätta samman sin berättelse om sig själv och sin livshistoria (Habermas & Reese, 2015). En viktig förmåga som har utvecklats, och fortsätter att utvecklas över tid, är förmågan att förklara hur olika händelser hänger ihop och hur de eventuellt påverkat varandra (Habermas & Bluck, 2000). Forskning har visat att vuxna fortsätter att utveckla förmågan till självbiografiskt reflekterande över tid (Pasupathi & Mansour, 2006). I takt med att en person utvecklas kan också synen på en tidigare händelses betydelse förändras. Berättelsen formas då om utifrån hur personen ser på sig själv i den nuvarande kontexten och situationen som personen befinner sig i. Inom narrativ identitetsforskning är både stabilitet och förändring centralt för att fånga en individs utveckling över tid. Förändringen kan finnas i en helt ny berättelse om en erfarenhet eller inom en tidigare berättelse som repeteras. Eftersom berättelserna är en del av den narrativa identiteten och skapandet av en sammanhängande syn på sig själv kan tidigare händelser som är viktiga för identiteten upprepas över tid men ges en ny betydelse för identiteten (Josselson, 2009). En studie i en svensk kontext visade hur individer genom de tidiga vuxenåren repeterade berättelser om hur de valt sitt yrke och med tiden utvecklade dessa upprepade berättelser med mer insikt och djupare förståelse för de yrkesval de tidigare gjort (Järdmo et al., 2023). Hur vi ser på tidigare händelser i relation till identiteten kan alltså förändras över tid. Ett tidigare självbiografiskt resonemang kan förändras i form av att det fördjupas, eller så skapar individen ett helt nytt sätt att se på en tidigare händelse i relation till dess nuvarande betydelse för identiteten.

Narrativ identitet och narrativ medicin

Eftersom den narrativa identiteten består av individens livsberättelse är händelser i livet såsom vid sjukdom en del av det som denna berättelse kan handla om. Sådana svåra erfarenheter eller utmaningar kan vara mer negativt omvälvande för individen och skapa ett behov av att reflektera kring det individen varit med om, eller kommer att erfara, och hur det påverkar identiteten (Lilgendahl & McAdams, 2011). I den narrativa medicinens strävan efter att förstå och integrera patienters livsberättelser i deras vård och behandling (Erling, 2024) kan kunskaper om narrativ identitet bidra till en fördjupad förståelse. Genom att vara uppmärksam på hur individer berättar om sina erfarenheter och samtidigt ha kunskap om narrativa processer och deras eventuella implikationer kan vårdgivare få en djupare förståelse för patientens behov, värderingar och förväntningar. Nedan presenterar vi forskning om narrativ identitet som kan vara av relevans för narrativ medicin. En del av denna forskning handlar om hur individer hanterar svåra händelser som till exempel sjukdom i relation till sin identitetsberättelse, och hur olika sätt att hantera dessa erfarenheter har konsekvenser för individens relationer, hälsa och välmående. Vi inleder med ett stycke om hur narrativ identitetsforskning går till eftersom narrativ analys som metod kan se väldigt olika ut inom olika forskningsfält.

Hur går narrativ identitetsforskning till?

Narrativa identitetsforskare fokuserar oftast på individers subjektiva upplevelser av en erfarenhet och deras syn på hur en erfarenhet eller händelse påverkat deras liv. Individens subjektiva uppfattning är central och tolkas av de narrativa forskarna antingen genom analys av en skriftlig berättelse, en berättelse förmedlad via en intervju, eller konversationer (Adler et al., 2017). Även om det är individens subjektiva tolkning av sina erfarenheter som är central, är narrativ i sig själva konstruerade i ett socialt sammanhang och påverkas av den kontext som de berättas i (McLean et al., 2007). Forskning har bland annat fokuserat på familjers gemensamma narrativ om händelser de varit med om och hur dessa påverkar individens egen berättelse (McLean, 2015).

Det går att undersöka många olika aspekter av en individs berättelse om en händelse och dessa kan på olika sätt ge värdefull information om den narrativa identiteten. En aspekt som vi tidigare har nämnts är de självbiografiska reflektioner som berättelsen innehåller. Ett annat fokus inom narrativ identitetsforskning är *hur* en person berättar, berättelsens struktur och form, samt *vad* berättelsen innehåller (Riessman, 2008).

Struktur och dominerande berättelser inom en kultur

Formen för en berättelse, det vill säga *hur* någon berättar om en händelse, påverkas av kulturella narrativ, som är gemensamma och dominerande berättelser eller former för berättelser inom en viss kultur (McLean & Syed, 2015). I USA, som mycket narrativ identitetsforskning kommer ifrån, består det dominerande kulturella narrativet av en berättelse innehållande en svår händelse av något slag som sedan slutar med att något positivt kommit ur det svåra (McAdams, 2006). Eriksson och Frisé (2020) illustrerar den här typen av så kallade upprättelsenarrativ (eng. redemption) genom en 17-åring berättelser om sina idrottsskador och hur han resonerar kring hur dessa skador påverkat honom positivt, ”det gör kanske att jag fått ett starkare psyke” (sid. 64). I USA har forskning visat att det finns ett samband mellan det sättet att berätta och välmående (Adler et al., 2016; McAdams et al., 2001) precis som uttrycket ”what doesn’t kill you make you stronger” gör gällande. I sitt narrative om ett uppbrott från en relation vilket ledde till en mörk period med suicidtankar använder Jens, en 33 årig man, detta uttryck och beskriver ett positivt slut efter att han kommit över den här perioden i livet och sina suicidtankar, ”jag tror jag har blivit lugnare och gladare av det /.../ Kan jag övervinna mig själv liksom när jag funderar över såna saker [suicidtankar], vad finns det då som kan hindra mig? /.../ det som inte dödar det hårdar.” (Eriksson et al., 2020, sid. 163).

Det finns dock anledning att vara försiktig med att lägga för stort fokus enbart på upprättelsenarrativ som ett sätt att bearbeta svåra händelser. Det kan vara så att den här formen att berätta om svåra händelser mer speglar den kulturella kontexten i USA och hur personer där förväntas att avsluta berättelser om svåra händelser. Även om det här sättet att berätta, från något negativt till en positiv tvist på slutet, är en del av hur individer i en svensk kontext kan berätta om svårigheter så tycks detta inte vara en dominerade form utan snarare en av flera olika former för hur erfarenheter av svåra händelser ramas in (Eriksson et al., 2020). En studie i svensk kontext visade att det var lika vanligt att berätta om svåra händelser med (1) en neutral inramning av erfarenheten, eller (2) en inramning som var kombinerat positiv och negativ. Till exempel beskrev en deltagare att efter hennes utbrändhet så hade hon blivit mer försiktig utifrån sina gränser och beskrev det som ”både en nackdel och en fördel” (Eriksson et al., 2020, sid. 162). Slutligen kunde berättelserna också ha (3) en negativ inramning. Ett viktigt fynd inom denna studie var också att till skillnad från upprättelsenarrativ i USA, så fanns det ingen skillnad mellan upprättelsenarrativ, neutral, eller kombinerad positiv och negativ inramning av händelsen och välbefinnande. Däremot visade studien att de berättelser som slutade med en negativ inramning av erfarenheten var associerade med lägre välbefinnande. Här kan dock ålder möjligtvis också ha en viss betydelse.

En annan studie från Sverige undersökte äldre mäns berättelser om livets svåraste händelse. Studien visade att bland dessa äldre män var en negativ inramning av de svåra händelserna det vanligaste sättet att berätta, men utan att detta var associerat med sämre välbefinnande (Wängqvist & Eriksson, 2023), vilket berättelser som slutar med en negativ emotionell ton annars tenderar att vara (Adler et al., 2016). Möjligtvis kan andra resultat i den svenska studien av äldre mäns berättelser förklara de ovanliga fynden. Ett av dessa resultat var att en del av de äldre männen ramade in livets svåraste händelse som något som inte stod ut på något vis, eller som erfarenheter som de ansåg kunde förväntas av livet. Denna typ av inramning av livet svåraste händelser som något förväntat kanske kan förklara att händelser som är negativa kan få förbli negativa även i berättelsens form eftersom de är svårigheter som individer förväntas uppleva under livets gång. På så vis kanske dessa negativa erfarenheter lättare accepterades för vad de var, en del av livet, utan att de behövde vändas till något positivt.

Hur de historier som utgör en del av den narrativa identiteten berättas, det vill säga hur individer ramar in sina erfarenheter är viktigt för det psykiska välbefinnandet. Eftersom forskning inom narrativ identitet visat på att kulturell kontext och ålder kan ha betydelse för berättelsers form och välmående (se också, Blackie et al., 2020; Turner et al., 2024) kan det inom narrativ medicin vara viktigt med en medvetenhet om hur berättelsers form och berättelsestrukturer kan variera mellan kulturer samt även ha olika betydelse för individen utifrån kultur och ålder.

Innehåll i identitetsberättelser och samband med välbefinnande

Det är inte bara berättelsens form som har visat samband med välbefinnande utan flera narrativa processer och även innehållet i identitetsberättelser verkar ha en betydelse för välbefinnande och hälsa. Även dessa kunskaper kan vara av betydelse för utövare av narrativ medicin genom att bidra till en djupare förståelse för patientens behov, värderingar och förväntningar, vilket i sin tur kan förbättra vården genom att skapa ett mer personcentrerat och holistiskt tillvägagångssätt.

Innehållet i berättelser kan likväl som deras form påverkas av den kultur som individen befinner sig i. En del av kulturens påverkan på den narrativa identiteten sker genom att individen lär sig vad en livsberättelse förväntas innehålla samt när olika saker i livet bör ske. Till exempel när det förväntas av en att börja skolan, ha sitt första jobb, bilda familj och gå i pension. Dessa normativa förväntningar på hur ett liv bör se ut inom en viss kultur kallas för livsmanus eller skript (Bernstein & Rubin, 2004) och påverkar hur individen själv berättar om sitt liv. Ett exempel på hur kultur och innehåll i berättelser kan ha en betydelse

för välbefinnande kommer från den studie som nämnts tidigare om äldre mäns berättelser om sin största svårighet i livet. I kvalitativa analyser på innehållet, det vill säga *vad* som berättades, kodades de svåra händelserna till tre kategorier (1) förväntade (normativa) utifrån kultur och ålder, (2) förväntade (normativa) utifrån kultur och ålder men potentiellt mer omvälvande, (3) inte förväntade (icke-normativa) händelser som potentiellt kunde upplevas mer omvälvande för individen. Dessa kategorier utgick ifrån tidigare forskning om livsskript och svåra händelser som kan förväntas att ske i olika delar av livet, samt vilka händelser som kunde anses vara mer avvikande utifrån kultur och ålder (Berntsen & Rubin, 2004; Cowan et al., 2019; Janssen & Rubin, 2011; Robinson & Stell, 2015; Rubin & Berntsen, 2003). Forskning på livsskript, det vill säga "mallar" för hur livet bör se ut i olika åldrar och vilka händelser som förväntas ske i olika åldrar har visat att negativa händelser kan ses som avvikande eller inte beroende på i vilken ålder de inträffar (Rubin & Berntsen, 2003). Sådana kunskaper kan vara betydelsefulla att ta hänsyn till för utövare av narrativ medicin. Egen sjukdom, partners sjukdom och att förlora någon nära är alla exempel på negativa händelser som är vanliga i sena vuxenåren (Robinson & Stell, 2015), men som potentiellt kan ses som mindre normativa i yngre åldrar. Birger berättade till exempel om en förväntad händelse utifrån hans ålder, en hjärtattack, att "Jag hade en hjärtattack, vad kan det vara, 10 år sedan, det påverkar en mycket, men jag mår bra, det är inte det, men det får en att tänka" (Wängqvist & Eriksson, 2023, sid 7 supplement) medan Stig berättade om en händelse som var mer oväntad och potentiellt mer omvälvande för honom. Han berättade om att hans pappa dog när han var ung och hur det påverkade han liv efteråt: "jag var 23 år då så att det /.../ han krockade /.../ med bilen, med en buss /.../ jag var väldigt ledsen då va, under en period, att jag hade svårt att koncentrera mig och missade ett antal tentor" (Wängqvist & Eriksson, 2023, sid 7 supplement). För narrativ medicin kan det utifrån detta perspektiv i narrativ identitetsforskning vara relevant att ta i beaktning vad berättelsen innehåller samt om händelsen avviker från det som förväntas utifrån personens ålder och plats i livet då det kan påverka hur mycket individen berörs av händelsen, vilket självklart också kan variera från individ till individ.

Forskningen visar också att det kan finnas ett samband mellan typen av innehåll i berättelser om svåra händelser och välbefinnande. De äldre män i den svenska studien som berättade om händelser som inte var förväntade och kunde upplevas som mer omvälvande, visade sig ha lägre välbefinnande och var också yngre när själva händelsen som de berättat om inträffade (Wängqvist & Eriksson, 2023). Detta kan tyda på att åldern då negativa och omvälvande händelser sker kan påverka välbefinnandet senare i livet, samt att inte förväntade svåra händelser kan tendera att stanna kvar i minnet och fortsätta vara aktuella över lång

tid. Fynd från longitudinella studier stödjer att det finns samband mellan hur en individ berättar om en händelse vid en tidpunkt och välmående senare i livet. En av dessa studier fann ett samband mellan positiva självbiografiska reflektioner i tidiga vuxenåren, så som en ny insikt om sig själv, och nöjdhet med livet i medelåldern (Eriksson & Frisé, 2023). Samma studie fann ett samband mellan negativa självbiografiska reflektioner, exempelvis en ny osäkerhet efter en svår händelse, och sämre välbefinnande i medelåldern. Studier har också visat på ett samband mellan mer positivt meningsskapande av både positiva och negativa händelser och bättre känsloreglering några år senare, och det omvända, samband mellan negativt meningsskapande av negativa händelser och sämre känsloreglering (Cox & McAdams, 2014). Dessa longitudinella fynd visar på att identitetsnarrativet har en viktig betydelse för hantering av känslor och psykiskt mående över tid vilket skulle kunna vara värdefullt att utforska även inom narrativ medicin.

Kopplingen mellan narrativ identitet och välbefinnande är något som undersökts i många studier och som visat att det ofta hänger ihop (se Adler et al., 2016 för en översikt). I relation till behandling har en studie om narrativ identitetsutveckling under och efter psykoterapi till exempel visat på samband mellan upplevelse av att kunna påverka sitt liv, det som ofta kallas för agens och välbefinnande. Adler (2012) undersökte individers identitetsnarrativ innan, under och efter psykoterapi och fann att känslan av agens ökade i berättelserna under terapins gång. Studien visade även att denna ökning av agens i berättelserna var positivt kopplad till välbefinnande samt att det var agensen som ökade innan välbefinnandet. Studien visar att narrativa identitetsprocesser kan belysa individers utveckling under behandling och delar av vad som är verksamt för individen. Ett exempel på en liknande studie inom svensk kontext kommer från ett pågående forskningsprojekt som undersöker effekten och upplevelsen av ett föräldrastödsprogram, AFFEKT, för föräldrar med känslostarka barn, inom primärvården. Studien undersöker bland annat hur föräldern berättar om en svår situation med barnet innan och efter insatsen samt hur det påverkar deras syn på sin identitet. Inom narrativ medicin betonas att läkare och vårdgivare inte bara bör fokusera på sjukdomens biologiska aspekter utan också på patientens personliga berättelse, erfarenheter, och känslomässiga tillstånd (Erling, 2024). För forskning som berör insatser inom vården finns det stora möjligheter att genom identitetsnarrativ fånga patientens egna berättelser om sina upplevelser samt aspekter av upplevelsen av en specifik behandling, likväl som förändring efteråt. Med hjälp av sådana kunskaper kan vårdgivare få en djupare förståelse för individen och dennes berättelse och på så vis erbjuda en mer personcentrerad och holistisk vård.

Avslutande tankar

De berättelser som vår identitet består av kommer från våra erfarenheter i livet och de tolkningar vi skapat kring det vi upplevt. Vissa händelser som potentiellt har en större inverkan på våra liv, så som svåra händelser kan vara särskilt viktiga för individen att ha en berättelse om. Genom berättelsen kan individen förstå och skapa mening kring vad hen varit med om. När berättelsen integreras i identitetsnarrativet sammanlänkas olika delar och upplevelser i individens liv och en känsla av mening kan skapas. Genom sin berättelse förmedlar individen även information till andra om sin upplevelse, vilket i relation till narrativ medicin, är en del av hur vårdgivaren får information om individens lidande och upplevelse av den hjälp de får. Det kan därför vara viktigt inom vården att undersöka hur identitetsnarrativ förändras i mötet med vården eftersom det skulle kunna ge värdefull information om individens upplevelse och förståelse av sin situation samt vilka förändringsprocesser det skapat. Berättandet i sig är del av många terapeutiska interventioner, så som behandling efter traumatiska upplevelser (posttraumatiskt stressyndrom) och inom narratividentitetsforskning finns flera exempel på hur narrativa processer hänger ihop med välbefinnande. Narrativ medicin är en metod inom medicinsk praxis som fokuserar på att förstå och integrera patienters livsberättelser i deras vård och behandling. Vi ser därför ett stort värde i att integrera ett narrativt identitetsperspektiv inom vården och undersöka de berättelser som vi alla består av.

Referenser

- Adler, J. M. (2012). Living into the story: Agency and coherence in a longitudinal study of narrative identity development and mental health over the course of psychotherapy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(2), 367–389. <https://doi.org/10.1037/a0025289>
- Adler, J. M., Lodi-Smith, J., Philippe, F. L., & Houle, I. (2016). The incremental validity of narrative identity in predicting well-being: A review of the field and recommendations for the future. *Personality and Social Psychology Review*, 20(2), 142–175. <https://doi.org/10.1177/1088868315585068>
- Adler, J. M. (2019). Stability and change in narrative identity: Introduction to the special issue on repeated narration. *Qualitative Psychology*, 6(2), 134–145. <https://doi.org/10.1037/qup0000155>
- Adler, J. M., Dunlop, W. L., Fivush, R., Lilgendahl, J. P., Lodi-Smith, J., McAdams, D. P., McLean, K. C., Pasupathi, M., & Syed, M. (2017). Research methods for studying narrative identity: A primer. *Social Psychological and Personality Science*, 8(5), 519–527. <https://doi.org/10.1177/1948550617698202>
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 203–217. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.203>
- Berntsen, D., & Rubin, D. (2004). Cultural life scripts structure recall from autobiographical memory. *Memory & Cognition*, 32(3), 427–442. <https://doi.org/10.3758/BF03195836>

- Blackie, E. R., Colgan, J., McDonald, S., & McLean, K. C. (2023). A qualitative investigation into the cultural master narrative for overcoming trauma and adversity in the United Kingdom. *Qualitative Psychology, 10*(1), 154–170. <https://doi.org/10.1037/qap0000163>
- Cowan, H. R., Chen, X., Jones, B. K., & McAdams, D. P. (2019). The single greatest life challenge: How late-middlelife adults construct narratives of significant personal challenges. *Journal of Research in Personality, 83*, 103867. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.103867>
- Cox, K., & McAdams, D. P. (2014). Meaning making during high and low point life story episodes predicts emotion regulation two years later: How the past informs the future. *Journal of Research in Personality, 50*, 66–70. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.03.004>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Eriksson, P. L., McLean, K. C., & Friséén, A. (2020). Ta det Onda med det Goda (accepting the bad that comes with the good) -a cultural framework for identity narratives of difficult experiences in Sweden. *Identity: An International Journal of Theory and Research, 20*(3), 157–169. <https://doi.org/10.1080/15283488.8.2020.1781636>
- Eriksson, P. L., & Friséén, A. (2020). *Narrativt perspektiv på identitet*. I A. Friséén & P. Hwang (Red:er, 2:a utg.) Ungdomar och identitet (sid. 49-56). Natur och Kultur.
- Eriksson, P. L., & Friséén, A. (2023). Facing Challenging Experiences in Life – Narrative Identity Development Processes and Associations with Wellbeing During the Transition to Midlife. *Identity, 24*(1), 16-30. <https://doi.org/10.1080/15283488.2023.2258152>
- Erling, V. (2024). Narrativ medicin, ett sätt att se, tänka och förstå. *Socialmedicinsk Tidskrift, 101*(3).
- Fivush, R. (2011). The development of autobiographical memory. *Annual Review of Psychology, 62*, 559-582. <https://doi.org/10.1146/anurev.psych.121208.131702>
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin, 126*(5), 748–769. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.748>
- Habermas, T., & Reese, E. (2015). Getting a life takes time: The development of the life story in adolescence, its precursors and consequences. *Human Development, 58*, 172-201. <https://doi.org/10.1159/000437245>
- Janssen, S., & Rubin, D. (2011). Age effects in cultural life scripts. *Applied Cognitive Psychology, 25*(2), 291–298. <https://doi.org/10.1002/acp.1690>
- Josselson, R. (2009). The present of the past: Dialogues with memory over time. *Journal of Personality, 77*(3), 647–668. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00560.x>
- Järdmo, C., Eriksson, P. L., Malm, I., McLean, K. C., & Friséén, A. (2023). Creating something new from past experiences—The meaning of change in repeated narratives. *Journal of Personality, 91*, 1294–1313. <https://doi.org/10.1111/jopy.12807>
- Lilgendahl, J. P., & McAdams, D. P. (2011). Constructing stories of self-growth: How individual differences in patterns of autobiographical reasoning relate to well-being in midlife. *Journal of Personality, 79*(2), 391–428. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00688.x>
- McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity*. Homewood, IL: Dorsey Press.
- McAdams, D. P. (2006). *The redemptive self: Stories Americans live by*. Oxford University Press.
- McAdams, D. P. (2018). Narrative Identity: What Is It? What Does It Do? How Do You Measure It?. *Imagination, Cognition and Personality, 37*(3), 359-372. <https://doi.org/10.1177/0276236618756704>

- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(4), 474–485. <https://doi.org/10.1177/0146167201274008>
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
- McLean, K.C. (2015). *The co-authored self: Family stories and the construction of personal identity*. Oxford University Press.
- McLean, K. C., Syed, M., Pasupathi, M., Adler, J. M., Dunlop, W. L., Drustrup, D., Fivush, R., Graci, M. E., Lilgendahl, J. P., Lodi-Smith, J., McAdams, D. P., & McCoy, T. P. (2020). The empirical structure of narrative identity: The initial big three. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(4), 920–944. <https://doi.org/10.1037/pspp0000247>
- McLean, K. C., & Pratt, M. W. (2006). Life's little (and big) lessons: Identity development and the construction of meaning in the turning point narratives of emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 42, 714–722. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.4.714>
- McLean, K. C., Pasupathi, M., & Pals, J. L. (2007). Selves creating stories creating selves: A process model of self-development. *Personality and Social Psychology Review*, 11(3), 262–278. <https://doi.org/10.1177/1088868307301034>
- McLean, K. C., & Syed, M. (2015). Personal, master, and alternative narratives: An integrative framework for understanding identity development in context. *Human Development*, 58(6), 318–349. <https://doi.org/10.1159/000445817>
- Mitchell, C., & Reese, E. (2022). Growing Memories: Coaching mothers in elaborative reminiscing with toddlers benefits adolescents' turning-point narratives and wellbeing. *Journal of Personality*, 90(6), 887–901. <https://doi.org/10.1111/jopy.12703>
- Pals, J. L. (2006). Narrative identity processing of difficult life experiences: Pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood. *Journal of Personality*, 74(4), 1079–1110. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00403.x>
- Pasupathi, M., & Mansour, E. (2006). Adult age differences in autobiographical reasoning in narratives. *Developmental Psychology*, 42(5), 798–808. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.798>
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. Sage Publications, Inc.
- Robinson, O. C., & Stell, A. J. (2015). Later-life crisis: Towards a holistic model. *Journal of Adult Development*, 22(1), 38–49. <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9199-5>
- Rubin, D., & Berntsen, D. (2003). Life scripts help to maintain autobiographical memories of highly positive, but not highly negative, events. *Memory & Cognition*, 31(1), 1–14. <https://doi.org/10.3758/bf03196077>
- Turner, A. F., Thomsen, D. K., Tuval-Mashiach, R., Sevilla-Liu, A., Cowan, H. R., Sumner, S., & McAdams, D. P. (2024). Narrative identity in context: How adults in Japan, Denmark, Israel, and the United States narrate difficult life events. *Journal of Personality and Social Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/pspp0000523>
- Wängqvist, M., & Eriksson, P. L. (2023). “Every Day has Enough of Its Own Torment”—A Narrative Study of Life's Greatest Challenge Among Men in Late Adulthood. *Journal of Adult Development*. <https://doi.org/10.1007/s10804-023-09458-3>