

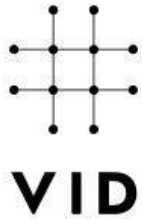
Ungdom og foreldre i spenningsforhold  
En studie av terapeutiske tilnærminger

Gretha Hjorth-Johansen  
VID vitenskapelige høyskole

Masteroppgave  
Master i familierterapi og systemisk praksis Mafam 2012  
Veileder: Hans Christian Michaelsen

Antall ord: 27.877

Dato 27.05.16



Ungdom og foreldre i spenningsforhold

En studie av terapeutiske tilnærminger



Realiteten – tegnet av en 15 år gammel gutt

**Masteroppgave**  
**Familieterapi og systemisk praksis**

**Gretha Hjorth-Johansen**

**VID vitenskapelige høyskole Oslo**  
Antall ord: 27.877 - 27.mai 2016

# Forord

Det er helt uvirkelig at masterprosjektet er i mål. Prosessen har bestått av utallige parallelle mikroprosesser. Jeg opplever å ha blitt strukket intellektuelt, emosjonelt, relasjonelt, kognitivt og sosialt. Når man strekkes så vokser man har jeg hørt. Det gjør både godt og vondt å vokse, sa en klok venninne en gang. Prosessen har definitivt gjort mest godt.

Livet tar heller ikke pause selv om en master skal skrives.

Jeg opplever å ha hatt mange støttespillere underveis i denne masterprosessen.

Aller først vil jeg takke studiens fem familieterapeuter som stilte opp med et engasjement og interesse for temaet mitt. Jeg er ydmyk og svært takknemlig for at de inviterte meg inn i sin praksis. Deres tanker, erfaringer og refleksjoner utgjør studiens empiri. Studiens empiri er grunnlaget for hele studien. Tusen, tusen takk.

Den neste jeg vil takke er min veileder Hans Christian Michaelsen. Jeg er svært takknemlig for at han har vist en tro på prosjektet gjennom hele prosessen. Hans faglighet og tro på at jeg kommer i mål har vært godt å kunne støtte seg til. Jeg har også satt veldig stor pris på at han har gitt seg tid til å lytte når livet ellers har vært utfordrende. Jeg er svært takknemlig. Tusen takk Hans Christian.

Underveis har jeg hatt medstudenter jeg har kunnet henvende meg til og støttet meg til om det har vært nødvendig. Opplevelsen av å vite at du har noen der som er tilgjengelig for spørsmål og refleksjon har vært uvurderlig. Det har jeg satt utrolig stor pris på. Takk skal dere ha.

Familien har vært en viktig heiagjeng. Mine studerende barn har uttrykt hvor stolte de har vært over å ha en godt voksen studerende mor. Min kjære tålmodige, oppmuntrende og alltid tilstedeværende mann har lyttet til mang en ordflom av tanker og følelser. Jeg er svært takknemlig for den gode refleksjonspartneren og kritikeren han har vært for meg.

Bærum 27.05.16

Gretha Hjorth-Johansen

# Sammendrag

Denne masteroppgaven retter et søkelys på hvilke terapeutiske virkemidler terapeuter har erfaring med for å opprettholde dialog når det oppstår et spenningsforhold mellom ungdom og foreldre i en terapikontekst. Hensikten med studien er å søke kunnskap som kan utvide forståelsen for hvordan terapeutiske tilnærminger kan påvirke relasjonelle- og dialogiske prosesser i en spent terapisaftale. For å kunne få en økt forståelse for hva som legges i fenomenene dialog og relasjon, vil systemteori, kommunikasjonsteori, teori om dialog og tilknytningsteori bli belyst. Studien presenterer også et lite utvalg fra tidligere forskning. Tre av disse studiene viser til at familierapeutiske intervensjoner har effekt. For å kunne drive et effektivt og etisk forsvarlig familietilbud, er det nødvendig og nyttig for terapeuter å ha kunnskap om barns utvikling. Både tidligere studier og litteratur vektlegger betydning av det relasjonelle og tilknytning mellom ungdom og foreldre.

Det har vært lite forskning på studiens tema. Jeg håper denne oppgaven kan bidra til økt kunnskap i feltet. Kanskje kan dette forskningsprosjektet skape en interesse for videre forskning på temaet.

Dette forskningsprosjektet er en kvalitativ studie som viser kompleksiteten i de sosiale fenomenene dialog og relasjon. Studiens kunnskapsproduksjon tar utgangspunkt i postmodernismen, sosialkonstruksjonismen og konstruktivismen. To andre vitenskapelige utgangspunkt for studien er hermeneutikk og fenomenologi.

Fem familierapeuter fra fire forskjellige fylker er studiens intervjupersoner. Etter flere års erfaringer i møte med ungdom og foreldre som helsesøster i skolehelsetjenesten for ungdom, ønsket jeg å få familierapeuters beskrivelser fra egen praksis. Målet med studien har vært å få kunnskap om terapeuters nyanser og variasjon, som kan bidra til å utvide mine og andre fagpersoners forståelse av hvordan ulike tilnærminger kan anvendes når relasjonelle spenninger oppstår.

Som analysemetode er valgt Kirsti Malteruds bearbeidelse av Giorgis fenomenologiske metode, såkalt systematisk tekstkondensering (Malterud 2013). Analysen førte frem til fire hovedfunn. For det første viser det seg sentralt å tillegge de unges og deres foreldres erfaringer betydning. Ved å få sine historier bekreftet, kan de få en tro på seg selv, at de har det som skal til for å kunne gå videre og klare seg selv. Studiens andre funn handler om terapeutenes tilret-

telegging for et rom hvor familiemedlemmene kan lytte til hverandre. Kan hver og en lytte til hva den andre sier, kan familien oppleve at det kanskje kommer frem informasjon som ikke har vært synlig tidligere. Analysens tredje funn forteller at en ny verden kan oppstå for familien om gamle mønstre brytes. Fjerde og siste funn handler om familiemedlemmers bevisstgjøring på å få frem et annet syn om den andre, som kan få dem til å hente frem ålreite historier om hverandre. De blir til i møte med hverandre.

# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>INNLEDNING.....</b>	<b>7</b>
1.1	Presentasjon av problemstilling .....	7
1.2	Kontekstforståelse og overordnet perspektiv .....	9
1.2.1	Virkelighetsforståelse .....	9
1.2.2	Betydning av familiens kontekst .....	11
1.3	Ungdom.....	13
1.3.1	Biologisk, mental og sosial utvikling .....	15
1.4	Spent kontekst.....	17
1.5	Oppgavens oppbygning .....	18
<b>2</b>	<b>TEORI.....</b>	<b>19</b>
2.1	Innledning .....	19
2.1.1	Tidligere forskning .....	20
2.2	Systemteori, systemisk perspektiv og sirkularitet.....	22
2.3	Kommunikasjonsteori og relasjoner .....	25
2.4	Dialog og dialogiske prosesser .....	29
2.5	Tilknytningsteori.....	32
2.5.1	Ungdomstilknytning .....	34
<b>3</b>	<b>METODE.....</b>	<b>36</b>
3.1	Innledning .....	36
3.2	Vitenskapsteoretisk ståsted .....	37
3.2.1	Studiens epistemologiske utgangspunkt.....	37
3.2.2	Hermeneutikk .....	38
3.2.3	Fenomenologi .....	39
3.3	Kvalitative metode .....	40
3.4	Forforståelse.....	41
3.5	Datainnsamling .....	43
3.5.1	Kvalitativt forskningsintervju.....	43
3.5.2	Forskningsspørsmål .....	44
3.5.3	Utvalg og rekruttering av intervjupersoner .....	44
3.5.4	Gjennomføring av intervju .....	46
3.5.5	Transkripsjoner .....	47
3.5.6	Etiske betraktninger.....	48
3.5.7	Pålitelighet og gyldighet .....	49

3.6	Analysemetode.....	51
3.6.1	Trinn 1: Helhetsinntrykk av materialet.....	52
3.6.2	Trinn 2: Identifisere meningsbærende enheter .....	53
3.6.3	Kondensering – fra kode til mening .....	54
3.6.4	Sammenfatning – fra kondensering til beskrivelser og begreper .....	55
3.7	Sammendrag av analyseprosessen .....	55
<b>4</b>	<b>PRESENTASJON AV FUNN .....</b>	<b>58</b>
4.1	Ved å tillegge egne erfaringer vekt, kan folk tro på seg selv og se at de har det som skal til for å kunne gå videre og klare seg selv.....	58
4.2	Det å lytte handler om å skape et rom hvor det kommer frem informasjon som kanskje ikke har kommet frem før .....	60
4.3	Når gamle mønstre brytes kan nye verdener oppstå .....	63
4.4	Vi blir til i møtet med hverandre.....	65
<b>5</b>	<b>DRØFTING – IMPLIKASJONER FOR PRAKSIS .....</b>	<b>68</b>
5.1	Makt som implisitt «aktør» i et sirkulært samspill .....	68
5.2	Dialogens rolle når etablerte mønstre brytes.....	73
5.3	Fornemmelsen av å høre til.....	76
5.4	Oppsummering og implikasjoner for praksisfeltet.....	77
5.5	Mulige svakheter ved studien .....	80
5.6	Avsluttende refleksjoner .....	81
<b>6</b>	<b>LITTERATURLISTE .....</b>	<b>83</b>
<b>7</b>	<b>VEDLEGG.....</b>	<b>89</b>
	Vedlegg 1 – Informasjonsskriv til informanter .....	89
	Vedlegg 2 – Tilbakemelding fra NSD.....	92
	Vedlegg 3 - Intervjuguide .....	94
	Vedlegg 4 - Samtykkeerklæring.....	96
	Vedlegg 5 - Transkribering .....	97
	Vedlegg 6 - Utdrag fra kodingsprosessen .....	101

# 1 Innledning

Hva ligger i begrepet «tilstrekkelig gode foreldre»? Å være «gode nok», kan antyde at foreldre ikke trenger å være en perfekt mor eller far for å gi ungdommen sin en god oppdragelse. Skal foreldre ivareta en god relasjon til ungdommen sin, er det nødvendig at de møter ungdommens opplevelse av utilstrekkelighet med støtte og empati (Bettelheim 1989). I følge psykiater Bruno Bettelheim (1903-1990) er det fullt mulig å være tilstrekkelig gode foreldre. «Feilene» vi foreldre gjør i oppdragelsen, handler ofte om vårt intense følelsesmessige engasjement for barna våre. Heldigvis kan foreldres uhensiktsmessige respons på ungdommers atferd kompenseres av kjærlighet og omsorg (Bettelheim 1989). Foreldres følelsesmessige gjenkjennelse av hva ungdommen strever med, vil kunne gjøre dem i stand til å vise sympati og et emosjonelt engasjement. Hvordan familiemedlemmer til enhver tid klarer å forholde seg til hverandre, kan kompliseres av «rester» fra tidligere erfaringer og sanseintrykk. En hendelse kan forsterke indre prosesser som kan ha foregått over lang tid. Skal tenåringer klare å ta imot kritikk på en konstruktiv måte, fordrer det en grunnleggende anerkjennende holdning fra foreldre (Bettelheim 1989).

Jeg tenker svært mange foreldre vil som jeg, kjenne seg igjen i det livslange strevet etter å gi en «vellykket» barneoppdragelse som kan gi barna et grunnlag til å møte livet som det kommer, med oppturer og nedturer. Et slikt grunnlag bør så lang som mulig være tuftet på trygge, tillitsfulle og bekreftende relasjonelle erfaringer.

Disse generelle betraktningene om foreldres oppdrag og familierelasjoners utfordringer er utgangspunktet for presentasjonen av studiens problemstilling.

## 1.1 *Presentasjon av problemstilling*

Denne studien handler om hvilke terapeutiske tilnærminger terapeuter har erfaring med for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår en spenningssituasjon i den terapeutiske samtalen. Hvilket perspektiv er det mest sentrale å ha fokus på i en spent kontekst? Vil det være mulig å tilrettelegge for både det dialogiske og det relasjonelle mellom familiemedlemmene? Hensikten med studien er å kunne presentere variasjon og nyanser fra familierapeutisk virkelighet med fem ulike terapeuters perspektiv.



Mitt engasjement for det relasjonelle mellom ungdom og foreldre er gradvis blitt skapt gjennom mine roller som datter, søster, mor, tante og helsesøster i skolehelsetjenesten for ungdom.

I mitt samarbeid med ungdom og foreldre i skolehelsetjenesten, har jeg ofte opplevd å være vitne til hvor komplekst det relasjonelle mellom ungdom og foreldre kan være. Jeg har undret meg over hva den relasjonelle historien mellom dem handler om. Foreldre har ansvaret for at omsorgsbehovet til barn og ungdom blir dekket. Skolehelsetjenesten er en del av det offentlige tilbudet, som kan supplere foreldres innsats i et nært samarbeid med dem (Veileder til forskrift av 3 april 2003 nr. 450). Gjennom mine femten år i skolehelsetjenesten har jeg opplevd hvor utfordrende samarbeidet med foreldre kan være. Spesielt utfordrende er det å være til stede som en samarbeidspartner, når jeg opplever å se foreldre streve med å «tåle» ungdommen sin. Jeg opplever hvor «fanget» jeg er av min forforståelse av hva gode foreldre er. I min forforståelse ønsker foreldre å møte ungdom med en «betingelsesløs kjærlighet». Hvilken diskurs bringer jeg da inn i skolehelsetjenestens kontekst? I hvert møte med familier, vil mine punktueringer, forforståelser og fortolkning være styrende for hvilken samarbeidspartner jeg er.

Ikke sjeldent blir ungdom presentert som årsak til familiens kaos slik foreldrene ser det. Det kan være et stort gap mellom kompleksiteten jeg er vitne til og foreldres og ungdommers lineære forklaring. Daglig kjenner jeg på en ydmykhet for hvordan jeg på best mulig måte kan møte foreldres håpløshet og den unges ensomhet. Ensomhet er et ord tenåringer selv ikke sjelden bruker når de beskriver sin plass i familien. Ukentlig møter jeg også foreldre som ikke vet det beste de skal gjøre for ungdommen sin. Noen av dem beskriver hvor sårt det er å oppleve seg avvist. Foreldre kan ha mange hypoteser om hvorfor ting er som de er. Selv om relasjonelle utfordringer er typisk for foreldre og deres unge i puberteten og i tenårene, opplever mange ungdommer å ha for lite overskudd og krefter til å møte hverdagens utfordringer.

Troen og håpet på fremtiden får liten plass når hverdagen blir en kamp i seg selv.

I mange år har jeg som helsesøster hatt en nysgjerrighet for hvordan jeg på en best mulig måte kan bidra til å finne frem til nye muligheter i samarbeid med ungdommer og deres foreldre. Jeg undrer meg over hva som kan oppleves passe annerledes i samtaler som kan være kimen til noe nytt. Min undring og nysgjerrighet gjorde at jeg tok kontakt med familierapeuter for å høre om de hadde erfaringer med bruk av terapeutiske tilnærminger som bidro til at ungdom

og foreldre opplevde et vendepunkt i det relasjonelle mellom dem. Et vendepunkt kan handle om å åpne opp for at familiemedlemmene i samarbeid kan skape respekt, anerkjennelse og forståelse for hverandre. Et redusert spenningsnivå kan bidra til et annerledes og mer frigjørende utgangspunkt for relasjonell tilknytning. I følge Harlene Anderson, hevdet filosof Ludwig Wittgenstein (1889-1951) at nye muligheter som bringes frem i samtaler, kan gi personer en annen måte å forstå ting på. Et menneskets «change of aspect» kan føre til en forandring av livet (Anderson 2010:19). Wittgenstein mente forandringen av livet handlet om «en bønn om et personlig mot til å forandre sitt eget liv» (van der Merwe & Voestermans 1995:43).

Refleksjoner over hvor komplekst det relasjonelle mellom ungdom og foreldre kan være, danner grunnlaget for studiens problemstilling. Studiens problemstilling er:

*Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den terapeutiske samtalen?*

Følgende forskningsspørsmål har vært nyttet til å belyse problemstillingen:

1. Kjenner terapeuten til terapeutiske tilnærminger hun kan støtte seg på når hun opplever at det oppstår et spenningsforhold mellom ungdommen og foreldre i en familieterapeutisk samtale?
2. Hvilke tilnærminger har terapeutene best erfaring med og hvorfor?
3. Hvordan kan terapeuter bidra til å fremme dialog mellom de ulike stemmene når det oppstår et spenningsforhold mellom ungdommen og dennes foreldre?
4. Hvilke erfaringer har terapeutene med hvordan de kan ivareta hvert enkelt individ når det oppstår spenningsforhold mellom ungdom og foreldre i den terapeutiske samtalen?

## **1.2      *Kontekstforståelse og overordnet perspektiv***

### **1.2.1    Virkelighetsforståelse**

Kløften mellom ungdommers og foreldres virkelighet kan oppleves fra den enkeltes ståsted som konkurrerende virkeligheter. Hva problemet i bunn og grunn handler om er tenåringen og dennes foreldre sjelden enige i. Foreldrene kan for eksempel bruke mye energi på å verne om og rettferdiggjøre sin oppfattelse av problemet, mens for ungdommen kan problemet som presenteres virke helt fremmed, og vise versa (Anderson 2010). Selv om ungdom ikke kjenner seg igjen i foreldres beskrivelse av problemet, hender det at foreldre stiller krav til at ungdom går i terapi for å få hjelp med det foreldrene har tolket som et problem. Ungdommen selv kan ha tanker om at det er foreldrene som burde fått hjelp til å forstå hva hun i lang tid har prøvd å fortelle dem. Uansett hvilket perspektiv vi velger å se problemet i lys av, så rommer hvert problem et mangfold av virkeligheter. Det er vanskelig å få tak i hva et problem handler om. Hver situasjon og hver opplevelse som beskrives, er kun en gjenfortelling, en nyanse av en kompleks sannhet (Anderson 2010).

Studien tar utgangspunkt i en postmodernistisk, sosialkonstruksjonistisk virkelighetsforståelse. Det vil si at den kunnskap som studien presenterer er et resultat av relasjonen mellom intervjupersonene og meg som forsker. Kunnskapen er sosialt konstruert i fem unike intervjukontekster. Med andre ord kan ikke kunnskapen betraktes som allmenngyldig, og den er ikke nødvendigvis overførbar til andre situasjoner (Thagaard 2013). Bevegelsen fra modernistisk til et postmodernistisk paradigme førte til en ny forståelse av individ og samfunn. Modernismen tok utgangspunkt i en tro på at et mennesket, ved hjelp av kunnskap og fornuft, kan forstå og påvirke oppbyggingen av en universell og allmenngyldig oppfatning av virkeligheten (Anderson 2010; Johnsen og Torsteinsson 2012). Postmodernismen har «en skepsis mot generell og allmenngyldig kunnskap om mennesket, menneskets forhold til hverandre og den verden vi lever i» (Johnsen og Torsteinsson 2012:33). I terapissammenheng får klientens stemme større betydning, og terapi blir sett på som en kontekst hvor likeverdige parter snakker sammen. Forståelsen av «ekspert» - og klientrollen utfordres.

Anderson uttrykker at den største utfordringen ved paradigmeskiftet er at terapeuten tar utgangspunkt i «ikke vitende» posisjon (Anderson 2010). Terapeutens såkalte ekspertrolle ble mindre viktig etter hvert som terapeuten fikk en økt interesse og verdsettelse av klientens kunnskap. De satte bevisst til side egen forforståelse og fordommer. Også holdninger om hvordan en familie burde være og hvordan historier burde fortelles, ble satt til side. Det å «sette til side», handlet om at terapeutene var i stand til å ikke la sin kunnskap ta for stor plass i samtalen. En terapeut var oppmerksom på egen kunnskap. Hun observerte og reflekterte ut

fra den kunnskap hun hadde. Kunnskapen ble også utfordret av prosesser i samtalen. Jo mer terapeuten satt til side sin egen stemme, desto større plass fikk klientenes stemmer (Anderson 2010).

Studien vil også ha et konstruktivistisk perspektiv. Det vil si at samtidig som vi konstruerer vår virkelighet gjennom sosiale interaksjoner, konstruerer hvert individ sin forståelse av virkeligheten ut fra hvordan vedkommende fortolker erfaringer og kommunikasjonen de er en del av (Anderson 2010). Det konstruktivistiske og det sosialkonstruksjonistiske har det til felles at de begge avviser at bevisstheten avspeiler virkeligheten. Det er mennesket som konstruerer virkeligheten (Anderson 2010). En sosialkonstruksjonist har en holdning om at «menneskelige egenskaper er sosialt konstruerte fenomener og avhengig av lokale og historiske praksiser» (Johnsen og Torsteinsson 2012:34). Mens en sosialkonstruksjonist tar utgangspunkt i at den sosiale verden er konstruert gjennom sosial samhandling, mener en konstruktivist at ideen om en «virkelighet» er avhengig av en persons sanseinntrykk (Johnsen og Torsteinsson: 2012). Jeg tar utgangspunkt i at det konstruktivistiske er en parallell prosess til det sosialkonstruksjonistiske.

### 1.2.2 Betydning av familiens kontekst

Forfatterne Bente P. Bø og Bennedichte C.R Olsen (2008) gjør bruk av de engelske begrepene *parenting* og *parenthood* når de i sin bok *Utfordrende foreldreskap* beskriver hvilke forventninger det er til det å være foreldre. Begrepet *parenthood* handler om hvilke forventninger foreldrenes sosiale og kulturelle kontekst gir til foreldrerollen. *Parenting* handler om normer og forventninger som påvirker hvordan foreldrene utøver foreldrerollen (Bø & Olsen 2008). Professor i sosialt arbeid Nicole Hennem (2002) forklarer hvordan foreldreskap og foreldrepraksis påvirker hverandre. Hennem forklarer de to ulike begrepene med: «hva som driver foreldrene til å gjøre det de gjør, og hvordan de gjør det» (Hennem 2002:13).

Foreldrenes mangel på grenser og grensesetting er en forklaring som gjentar seg særlig når det gjelder ungdommers atferdsproblemer. Mye av støtten foreldre blir tilbudt, handler om å støtte foreldrenes grensesettingsfunksjon og foreldrenes autoritetsfunksjon (Hennem 2002). Familieterapeuter og ulike fagpersoner med erfaring i arbeid med ungdom og foreldre, vet hvor lite effekt foreldrenes grenser kan ha på ungdommens atferd. Hennem uttrykker i sin artikkel

at forholdet mellom makt og grenser er kulturelt underkommunisert (Nordisk sosialt arbeid 03/2005). Selv om de fleste familier lykkes i å komme frem til en enighet om hvilke grenser som gjelder, så tydeliggjør forhandlinger om grenser selve maktforholdet mellom ungdom og foreldre. I noen familier trues relasjonen foreldrene ønsker å ha med ungdommen, når de daglig opplever konflikter i forhandlinger om grenser (Hennum 2002). Folk flest vil nok oppfatte «grensesetting som en handling som er med på å sosialisere et barn i en kulturs moralske kodeks» (Hennum, Nordisk sosialt arbeid 03/2005). Foreldre bruker begrepet grenser i forbindelse med hendelser som har med ungdommens fremtid å gjøre og hvordan ungdommens atferd forventes å være (Hennum 2002). Plikter i hjemmet, lekser, innetider og oppdatering om hvor ungdommen til enhver tid befinner seg, er eksempler på grenser som det forhandles om. Når grenser brytes, følges sanksjoner som skal fortelle ungdommen at det lønner seg å følge foreldrenes grenser. I undersøkelsen Hennum gjorde i 2002 fremstilte foreldrene grenser som noe som ikke kunne diskuteres (Hennum 2002).

Barn og ungdom som opplever brudd eller konflikter mellom foreldre, opplever økte vansker på flere områder (Midtstigen og Vik 2007). Foreldrekonflikter er assosiert med dårlig foreldreatferd, ifølge forfatterne Ambika Krishnakumar og Cheryl Buehler (2000). Videre peker de på studier som viser at det er en sammenheng mellom barn og ungdommers psykososiale tilstand og foreldrenes relasjon til hverandre (Krishnakumar & Buehler 2000).

For mange ungdommer kan tilpasning være en strategi for å skjerme seg fra det de opplever kan bli repeterende ubehagelige opplevelser. Eksempler på det kan være opplevelsen av å bli misforstått, eller at det som sies ikke blir tatt på alvor. Tilpasningsstrategier kan kamuflere ungdommens reelle behov for støtte og omsorg. Ungdommene kan utvikle vansker om strategiene de «velger», går på bekostning av å ivareta egne grunnleggende behov. Når en slik situasjon oppstår, blir det for stor ubalanse mellom barn og ungdommers tilpasning og den responsen foreldrene gir (Hafstad og Øvreeide 2007). Får ikke barn og ungdom dekket sine grunnleggende behov, kan det føre til en «overaktivering av emosjonell respons» (Fonn, Fokus på Familien 03/2012). Barn og ungdom får styrket sin evne til å forholde seg til utviklingsmessige utfordringer, om de opplever trygge tilknytningsrelasjoner. Trygghet gjør at ungdom utvikler mer fleksible mestringsstrategier (Broberg 2000).

Familiemedlemmer har hvert sitt mentale kart som gir «forståelse» til sin «virkelighet». Den enkeltes atferd er påvirket av hvordan de tolker familiens virkelighet, som blir «terrenget» de

foreholder seg til (Hårtveit og Jensen 2008:160). En handling som oppleves vellykket i en bestemt situasjon for en ungdom, betyr ikke at handlingen nødvendigvis oppleves like vellykket for foreldrene. Er ungdommens strategi å holde seg unna familiens sosiale møteplasser, vil det mest sannsynlig ikke oppleves som en ønsket atferd ut fra foreldrenes tanker om hvordan familielivet skal være. Foreldre og ungdom kan punkterere ulikt, det vil si ha ulik forståelse av hva som er årsaken til at datteren deres ikke ønsker å delta i deres sosiale fellesskap. Psykolog, kommunikasjonsteoretiker og filosof Paul Watzlawick (1921-2007) hevdet at «uenighet om hvordan en sekvens av hendelser skal punktereres, ligger til grunn for en uendelig mengde relasjonsskamper» (Watzlawick, Beavin, Jackson 1967:56).

Ifølge psykolog John Gottman (1998) skal ikke foreldre først og fremst se på seg selv som oppdragere, men veiledere. Han mener foreldre skal sette grenser, men en viktig oppgave er å skape en atmosfære hvor det er mulig for foreldre å forklare hvorfor de setter de grensene de gjør. Gottman beskriver hvor viktig det er å skape en kontekst der følelsene er med i kommunikasjonen (Gottman 1998). Foreldrerollen krever foreldremot. Det stilles krav til empati og empatisk kommunikasjon. Det er ikke tilstrekkelig for foreldre at de kun setter grenser, de må også ha mot til å høre hva ungdommen mener er verdi for dem (Brudal 2003).

Jeg velger i det følgende å ha fokus på ungdom. Det betyr ikke at foreldre og familie som gruppe er et mindre viktig fenomen. Selv om ungdom alltid vil være en part i en relasjon, velger jeg kun å beskrive nærmere begrepet/fenomenet ungdom for å avgrense omfanget. Jeg var bevisst på at denne begrensningen kunne påvirke mitt perspektiv som forsker. Gjennom studien kan jeg implisitt ha lagt mer vekt på ungdommens perspektiv enn foreldreperspektivet.

### **1.3      *Ungdom***

Bare for en generasjon tilbake, hadde samfunnet en allmenn forståelse av at barndommen sluttet ved konfirmasjon. De unge arbeidet sammen med de voksne og fikk ansvar for livsnødvendige arbeidsoppgaver. De unge ble tidlig en viktig arbeidskraft og en familieressurs (Marthinsen, Røe, Hovland 2006). I dag er det mer vanlig å regne personer langt over 18 år som ungdommer. En person er juridisk voksen ved fylte 18 år, ellers trekkes ikke noen klar grense mellom ungdom og voksenliv. Fenomenet ungdom blir i dag større grad vurdert ut fra

atferd (Tønnessen og Svartdal 2013). Sosiolog og forsker Tormod Øia (1996) betrakter ungdom i et generasjonsperspektiv:

«Et alternativt perspektiv er å betrakte ungdomskultur (ungdom), ikke som et relasjonelt forhold ut av aksene ung – voksen, men i et generasjonsperspektiv. Den nye generasjonen som er i ferd med å danne seg, står overfor felles utfordringer. De møter de samme inntrykk og skal dele fremtiden. På grunnlag av sentrale opplevelser og erfaringer utvikles begreper og referanserammer som blir til generasjonsbevissthet» (Øia 1996:22).

Ungdom utgjør en spesielt informativ gruppe i studier av sosiale prosesser, hvor grunnlaget for personligheten dannes og identiteten endrer seg. De er mottakelige for hva som rører seg i tiden og hvilke «vinder som blåser» (Krange og Øia 2005:18). De unge har forventninger fra mange kanter om å utvikle et grunnlag som kvalifiserer dem til et voksenliv. Det er en omstillingsprosess fra avhengighet til selvstendighet. Selvstendighet betyr ikke å «stå alene», men å utvikle kvalifikasjoner til å kunne bestemme over eget liv og kunne delta i et samfunnsliv (Stafseng, Frønes, Mørch 1987). Flere av rollene man hadde som barn i ulike sosiale kontekster blir avsluttet, eller endrer form. Nye relasjoner i nye sosiale kontekster preger ungdomsårene. Det viktigste kjennetegnet ved denne alderen er identitetsdannelsen. Løsrivning fra foreldre fører til at ungdom relaterer seg til dem på en annen måte. Konflikter og forhandlinger om interesser er en del av løsrivningsprosessen. Foreldre kan oppleve den unges «motstand» som et brudd på familiens samhold og som tap av mening og livsinnhold. Denne prosessen kan gi foreldre en opplevelse av at barnas ungdomsalder er en spesielt vanskelig tid (von Tetzchner 2001).

Ungdom lever i dag i en kulturell kontekst hvor det fortløpende skapes nye kontekstuelle rammer. Den kulturelle konteksten gir mange muligheter for ungdommers sosialiseringprosesser, blant annet gjennom påvirkning av sosiale medier. Begrepet ungdomskultur er en betegnelse på hva som kjennetegner det å være ungdom. Innenfor ungdomskulturen finnes flere avgrensede grupper som gjerne blir omtalt som subgrupper eller subkulturer (Klepp og Aarø 2011). Vi kan se ungdom som tilhører ulike sosiale grupper på samme skole og innenfor samme lokalmiljø. Også søsken kan tilhøre ulike sosiale grupperinger. Relasjonene mellom ungdom som definerer seg som en gruppe, rammes inn av felles kontekstmarkører. Gjennom kontekstmarkører kommuniserer ungdommene til omverdenen hvilken gruppering av relasjoner de tilhører. De gir omverdenen en pekepinn om hvordan gruppen skal forstås, og det bidrar til vår kontekstforståelse. En subkulturs kontekstmarkører kan være ytre symboler som

klesstil og livsstil, men de kommer også til uttrykk gjennom språk og atferd (Jensen og Ulleberg 2011). Om man er ung eller gammel, tolker vi vår egen kulturelle tilhørighet. Et menneskets tilhørighet handler om personens definisjon av egen sosiale identitet (Klepp og Aarø 2011).

For de fleste har ordet ungdom en mening som handler om overgang fra barn til voksen, en overgang alle må gjennom. Denne gruppen av mennesker er ingen ensartet gruppe. De kan fortelle om oppvekst under ulike geografiske, økonomiske, kulturelle, sosiale og religiøse forhold. På tvers av de ytre forskjellene har de sine individuelle eller personlige ressurser de møter ungdomstiden med (Krange og Øia 2005). Den danske sosialforskeren Mørch (1985) uttrykker at det som definerer den moderne ungdomsperioden, er primært samfunnets forventninger til hvordan ungdom presenterer seg (Mørch 1985). Ungdommers «utvikling av identitet og personlighet er et kontekstuellt, relasjonelt og samtidig et individuelt prosjekt» (Krange og Øia 2005:21).

### 1.3.1 Biologisk, mental og sosial utvikling

«Det er enorme forskjeller mellom en 12-åring og en 19-åring i kroppens utseende, i måten å tenke på og i sosial kompetanse» (Kvalem og Wichstrøm 2007:17).

Kulturelle og sosiale forhold, fysisk og psykisk modning, samt personlige erfaringer, påvirker den biologiske utviklingen (Kvalem og Wichstrøm 2007). Barn og ungdom inngår i forskjellige sosiale og kulturelle miljø som de påvirker, og blir påvirket av. Hvordan de fungerer i familien og med sine fritidsaktiviteter, påvirker hvordan skolehverdagen og relasjonen til venner blir. Barn og unges opplevelser på skole og med venner vil igjen påvirke familiesituasjonen. Også foreldres livssituasjon har betydning for barn og unges omsorgsmiljø og familiens fungering. Etter hvert som barnet blir større, vil foreldre til venner få betydning for samspeillet mellom barnet og hennes venner. Landets lover organiserer barn og unges rettigheter og gir foreldre plikter, rettigheter og muligheter som påvirker omsorgen for de unge (Uri Bronfenbrenner 1979). En persons utvikling kan også ses i lys av relasjonelle mønstre som endres over tid og som kan føre til ulike hendelsesforløp (Lerner 1999).

Perioden hvor en person opplever en rask fysisk modning er som regel over før ungdomstiden begynner (Kvalem og Wichstrøm 2007). Hormonnivået i puberteten kan påvirke den psyko-



sosiale utviklingen. Forandringer i hjernens fysiologi kan føre til at ungdommene tenker og oppfører seg annerledes enn tidligere (Marthinsen et al 2006). Ungdommens emosjonelle variasjoner og en økning av negative følelser, kan ha en sammenheng med endringer i kroppens hormoner. Hormoner fører ikke nødvendigvis til en bestemt atferd. Sosiale opplevelser er ofte en faktor som påvirker den unges følelser og handlinger (Kvalem og Wichstrøm 2007). Yngre tenåringer beskriver en større spennvidde mellom positive og negative følelser enn voksne gjør. De unge beskriver mer intense følelser og raskere endring i følelsene. Kvalem og Wichstrøm (2007) beskriver en forskjell hos yngre og eldre ungdommer. Mens eldre ungdommer er mer sensitive for ting som har skjedd tidligere og for fremtidige hendelser, så er følelsene hos yngre personer ofte et resultat av det som skjer i øyeblikket (Kvalem og Wichstrøm 2007).

Det skjer en betydelig utvikling i ungdommens hjerne samtidig med den synlige pubertetsutviklingen. Forandringer i hjernens struktur påvirker hvordan ungdommen behandler informasjon. Det betyr at en ungdoms iakttagelse, oppmerksomhet, hukommelse, vurderings- og beslutningsprosesser, påvirkes av endringene. Den største endringen og veksten i en ungdoms hjerne skjer i deler av frontallappen (prefrontal cortex) og i kontakten med det limbiske system. Det limbiske system involverer følelser, motivasjon og hukommelse som er knyttet opp mot følelser (Kvalem og Wichstrøm 2007)). Denne økte kontakten mellom deler av frontallappen og det limbiske system, kan ha betydning for hvordan risiko og belønning blir vurdert (Steinberg 2005). Hjernens utvikling er også et resultat av en erfaringsprosess, ved at en ungdoms erfaringer påvirker hvilke deler av frontallappen og det limbiske system som svekkes og styrkes (Kvalem og Wichstrøm 2007).

Begrepet *adolescens* handler om den psykiske utviklingen som skjer i ungdomsperioden fra pubertet til voksen (Marthinsen et al 2006). «*Adolescens* er den perioden der barnet tilpasser sin personligheten til puberteten. Utviklingspsykologien og psykoanalysen har sin definisjonskraft her» (Marthinsen et al 2006:21).

Ungdom er ingen ensartet gruppe. De vokser opp under svært ulike kulturelle, sosiale og historiske forhold. Hver og en tolker sin kulturelle tilhørighet ut fra egen definisjon av sosial identitet. Deres biologiske, mentale og sosiale utvikling foregår primært i systemer som gjensidig påvirker hverandre.

Vi har sett på ungdomstiden som en særlig utfordrende fase for foreldre og ungdom. De skal lage seg nye samhandlingsmønstre hvor foreldrerollen kan utfordres av «maktkampen» gren-

sesetting kan være. Ungdommen står i løsrivingsprosesser hvor selvstendige valg kan utfordre foreldres forventninger til hva de ønsker for ungdommens liv. Dette er bakteppet for undersøkelsen av hvordan terapeuter legger til rette for å kunne opprettholde dialog der spenninger hindrer dialog.

#### **1.4 Spent kontekst**

En spent familiekontekst kan handle om situasjoner hvor en eller flere av familiemedlemmene opplever at ytringer ikke ønskes velkommen. Personene i rommet kan ha en fornemmelse av at de er best tjent med å begrense sine uttrykk. Når en person opplever å måtte holde igjen hva de ønsker å si, vil vedkommende oftest oppleve å få spente kroppslige reaksjoner. Reaksjonene kan være usynlige for andre, men de kan påvirke vedkommende til å forholde seg passiv for å skjerme seg fra ytterlige spenninger. Blir en kontekst for spent kan det føre til at personenes aktivitet reduseres. Familiemedlemmene kan oppleve at de andre lytter mindre oppmerksomt. Noen kan bli mer fraværende og tolkes som uinteressert av den som snakker. Der som responsen familien gir hverandre etter hvert begrenses, kan samtalen opphøre. Reaksjonene på mangelfull respons kan være ulike fra forskjellige familiemedlemmer. Mens noen passiviseres, kan andre presse på for å få en respons. Spenningen kan økes i kroppen og tempoet settes opp. Mange av uttrykkene som formidles er en blanding av ord og kroppslig aktivitet (Andersen 2012).

En spent kontekst vil oftest være følelsesladet, og hvilken respons man får på det som sies kan være uforutsigbar. Det uforutsigbare i spenningsfylte kontekster kan føre til at noen av familiemedlemmene søker trygghet og tør ikke å ta sjanser på å utsette seg for andres motstand. Erfarer de unge eller voksne at deres tanker og følelser kan virke truende på noen, kan strategien være å forholde seg passiv (Anderson og Jensen 2012). Passivitet kan gi rom for at et dominerende familiemedlem hevder sine meninger uten å inkludere andres holdninger. I en spent kontekst hvor det monologiske blir dominerende kan samtalen i realiteten bryte sammen og dialogen stopper opp. Ikke sjeldent fører familiemedlemmers ulike synspunkter til konfliktfylte familiesamtaler.

Det kan bli konfliktfylt og spent når personene ikke kan klare å forholde seg til hverandres ulike tanker og refleksjoner. Strever ungdom og foreldre med å forhandle seg frem til en felles forståelse av hva familiens utfordring handler om, vil spenningsnivået i det relasjonelle mellom dem kunne øke. Etter hvert som de forskjellige virkelighetene får utviklet seg kan de bli til konkurrerende virkeligheter. Da kan de unge og deres foreldre oppleve at den likeverdige diskusjonen opphører og det blir lite rom for utveksling av ideer og tanker. Utvikles en slik spenningsfylt kontekst, kan det hindre personene i å få pakket ut de forutinntatte holdningene hver av dem kan ha. Fokuset til den enkelte kan da handle om å beskytte egne synspunkter

hvor samtalen kan bli preget av gjentakelser. I en slik spent situasjon kan det bli vanskelig å forholde seg til den andres synspunkter uten at det ender opp i konflikter påvirket av den enkeltes forforståelse. Når ulike synspunkter konfronteres, kan problemet utvikle seg til å bli større enn det i utgangspunktet var (Anderson 2010).

## **1.5      *Oppgavens oppbygning***

I oppgavens neste kapittel vil studiens teoretiske ståsted bli presentert. Her vil det også bli redegjort for tidligere forskning. Videre i oppgaven omtales studiens kvalitative metode og vitenskapsteoretiske perspektiv. Her vil det bli redegjort både for studiens forskningsprosess og analysen av studiens materialet. I oppgavens siste del presenteres funn fra analyseprosessen. I tillegg drøftes tre tema i lys fra studiens teori og empiri samt forskers forforståelse opp mot studiens problemstilling. Til slutt oppsummeres studien, implikasjoner for praksis og svakheter ved studien.

## 2 Teori

### 2.1 Innledning

Studiens problemstilling retter søkelys på hvordan familieterapeuter kan bidra til dialog mellom ungdom og foreldre, når det oppstår spenning mellom dem i terapisaamtalen. To generasjoner med oppvekst i ulike tidsperioder møtes når en utfordring i familien oppleves å ha kommet til et punkt som er vanskelig å håndtere. Familiemedlemmene konstruerer egne forestillinger om virkeligheten i samhandling innad i familien og i andre relasjonelle sosiale system de tilhører. I følge sosialkonstruksjonist Kenneth Gergen skapes ny kunnskap om virkeligheten i sosiale prosesser og gjennom diskursive handlinger. Nye synspunkter oppstår ikke plutselig, de forhandles frem som meninger gjennom sosial samhandling (Gergen 1994). tenåringers og foreldres opplevelse av virkeligheten handler om hvordan de tenker, tolker og forstår den sosiale konteksten de er en del av. Språket de bruker og hvordan språket forstås, handler om den enkeltes opplevelse av seg selv, hendelser og erfaringer. Ordene familiemedlemmene bruker får mening i samhandlingen de har med hverandre og i samhandlingen den enkelte har med seg selv (Anderson 2010). Gergen hevder at språket har en dobbel natur. Når vi sier hva noe er, så sier vi samtidig hva det ikke er. Forskjellen mellom den enkeltes tolkning av hva noe er, eller ikke er kan skape spenninger (Gergen 1994).

I teorikapittelet vil jeg først presentere tidligere forskning som er relevant for problemstillingen. Deretter vil jeg beskrive systemteori, systemisk perspektiv og sirkularitet som et av studiens overordnede perspektiv. Kommunikasjonsteori er det neste som presenteres. Teoridelen vil gi eksempler på kommunikasjon i ulike kontekster. Siden et menneskets ytring er en del av en kommunikasjonsenhet og fordrer en dialogisk kontekst (Michael Bakhtin 2003), er det naturlig å presentere teori om dialog. Til sist vil jeg presentere teori om tilknytning som sier noe om det relasjonelle båndet mellom ungdom og foreldre.

Jeg har søkt i ulike databaser for å se etter annen forskning som handler om det dialogiske og det relasjonelle mellom ungdom og foreldre i terapikontekst. Jeg har ikke funnet forskning som eksplisitt handler om studiens problemstilling, men derimot noe forskning som kan utvide forståelsesrammen for betydningen av å invitere ungdom og foreldre inn i samme terapi-kontekst.

### 2.1.1 Tidligere forskning

Professor William Pinsof (1995) forfattet et spesialnummer av *Journal of Marital and Family Therapy* hvor effektstudier som fantes på familierapifeltet ble gjennomgått. Konklusjonen på effektstudiene den gang var at familierapeutiske intervensjoner var effektive for barn og ungdom med atferd- og rusproblematikk, ADHD, spiseproblemer, kroniske syke barn samt ungdom med emosjonelle vansker. Studiet viste på det tidspunktet ikke tilstrekkelig data til å si at en familierapeutisk metode var bedre enn andre (Johnsen og Torsteinsson 2012).

Familierapeuten Alan Carr (2000, 2009) utarbeidet to studier av den forskning som finnes om effekten av familierapeutiske intervensjoner. Begge studiene viser at intervensjoner der hele familien er involvert, har effekt på de problemstillingene som barn og ungdom søker hjelp for. Den generelle konklusjonen viser til at 71% av familiene som får tilbud om familierapi har det bedre enn familiene i en kontrollgruppe som ikke ble tilbudt familierapi. Johnsen og Torsteinsson henviser også til flere metastudier som stort sett kommer til samme konklusjon som Carrs studier (Johnsen og Torsteinsson 2012).

Sosialantropolog Nicole Hennem forsket i sin doktorgrad (2002) på «Kjærlighetens og autoritetens kulturelle koder – om å være mor og far for norsk ungdom». Studien handler om hvordan de endringer som har vært i familier i løpet av de siste 20 årene har endret familiens mønstre. Barns rettigheter, verdien av barns følelser, økende individualisering og mødres deltagelse i arbeidslivet, er fenomen hun belyser. I studien har hun fokus på hvordan kjærligheten gis og mottas mellom generasjonene i familien. Hun undersøkte foreldreskap ved å se på hvilken måte foreldres autoritet praktiseres, hvilke mekanismer undergraver deres autoritet og hvordan kjærlighet utformes når barn blir ungdommer. I sin konklusjon uttrykker hun:

«En generell diskurs om demokratiske familierelasjoner kan lett føre til blindhet for makten som utspiller seg mellom medlemmene i en familie, særlig makten som er involvert i grensesetting» (Nicole Hennem, Nova rapport 19/02)

En konsekvens kan være at makt underkommuniseres, blir tabuisert og privatisert mellom generasjonene. Bli grenser og grensesetting problematisert, vil makten mellom foreldre og ungdom bli avdekket (Nova rapport 19/02).

Psykolog Magne Mæhle forsket i sin doktorgrad (2004) på forholdet mellom familierapi og utviklingspsykologi. Han mener at kunnskap om barns utvikling er nødvendig og nyttig for å kunne drive effektiv og etisk forsvarlig familiebehandling som involverer barn. I avhandling-

en peker han på interessefellesskapet mellom familierterapi og utviklingspsykologien ved at de begge er opptatt av hvordan mening skapes gjennom gjensidig fortolkning. Han peker også på hvordan fortolkning av personenes historiefortellinger er redskap til å gi erfaringer og en opplevelse av mening (Det psykologiske fakultetsbibliotek 2004).

Susan K. Riesch og Jacqueline Gray (et al) skrev i 2003 en artikkel i *Journal of Pediatric Psychology* om konflikter og konflikt løsning: «Foreldre og unge tenåringers oppfatninger». Hensikten med denne studien var å beskrive en ny tilnærming for å undersøke hvordan foreldre og unge tenkte om konflikt og konfliktløsning i deres relasjon. Studien viser at ungdommene mener det er foreldrene og søsken som starter de fleste konflikter og slike konflikter blir rutine. Den viser også at ungdom kan være med å ta ansvar ved å ta initiativ som kan bidra til å løse uenigheter. Konklusjonen på studien viser at foreldrene og unge tenåringers ikke brukte noen systematiske metoder, men de ble i stand til å løse konflikter ved hjelp av strukturert veiledning (*Journal of Pediatric Psychology* 2003).

Steven M. Gavazzi og David G. Blumenkrantz publiserte i 2008 i *Journal of Family Psychotherapy* "teenage runaways: Treatment in the context of the family and beyond". Artikkelen gir en gjennomgang av eksisterende familierapeutisk litteratur om tenåringer som rømmer og forsøker å utvide familierapeutens bevissthet om det kliniske problemet. Litteraturstudiet inneholder både beskrivelser av familiedynamikk som medvirker til at tenåringer rømmer og beskrivelser av behandlingsstrategier i arbeidet med det presenterte problemet. Litteraturen mangler beskrivelser av det spesifikke problemet og den bekymringen klinikere har i arbeidet med familier som strever med denne type utfordring. (*Journal of Family Psychotherapy* 2008).

Dr. psychol. Pravin Israel og professor Guy S. Diamond skrev i 2009 en artikkel i *Fokus på Familien* om tilknytningsbasert familierapi for deprimert ungdom. Tilknytningsbasert familierapi (ABFT) er en innovativ og ny familiebehandling med empirisk støtte. Teori om ungdoms tilknytning er rammen for terapimodellen. De henviser til K.M Hawley og J.R Weisz (2002) når de hevder at mange terapitilbud til ungdom enten har bakgrunn fra behandlingstilbud til voksne eller er inspirert av behandlingsmetoder til barn. Tilbudet som er hentet fra grupper som utviklingsmessig er ulike, kan introdusere «kulturelle forskjeller». Siden kjernen i behandlingstilbudet er basert på tilknytning, har forskere forventning om at ABFT vil oppnå en større positiv effekt enn ulempen kulturelle forskjeller kan være. Behandlingstilbudet ønsker å utnytte ressursene både hos ungdom og foreldre (*Fokus på Familien* 01/2009).

Kari Fonn skrev en artikkel i Fokus på familien (03/2012) om «fire unge jenters fortellinger om vansker og foreldrerelasjon – fortellinger om relasjonelle erfaringer, vanskelige følelser og foreldrenes spesielle betydning». Fonn intervjuet fire unge jenter. Hovedvekten av jentenes fortellinger handlet om den betydningen foreldrene hadde for dem. De fire jentene fortalte om emosjonelle vansker, vansker med å oppnå sosial anerkjennelse og utfordringer i mestring av skole. En overraskende fellesnevner viste at jentene nesten utelukkende snakket om relasjoner. Alle jentene fremhevet vansker med å oppnå den sosiale kontakten og anerkjennelsen de ønsket. De hadde alle opplevd å bli krenket, men det var en vesentlig forskjell om de var krenket i familien eller i andre sammenhenger. Jentene som beskrev at de var krenket innad i familien og som hadde opplevd lite foreldrestøtte, var de jentene som anstrengte seg mest for å yte støtte til foreldrene (Fokus på familien 03/2012).

Et utvalg av tidligere forskning viser at familier har positiv effekt av familieterapeutiske intervensjoner. Skal terapeuter kunne drive familiearbeidet på en effektiv og forsvarlig måte, må de ha kunnskap om barns og ungdoms utvikling.

Studiens fokus på hvordan terapeuter kan bidra til dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i terapikonktext, gjør det naturlig å velge teori som belyser systemteori og sirkularitet. Det sirkulære i en familie handler om at den enkeltes erfaringer påvirker bildet vedkommende har av familien, og det bildet personen har av familien påvirker vedkommendes erfaringer (Hårtveit og Jensen 2004). Teori om kommunikasjon, relasjon og dialog er sentralt siden vi mennesker «blir til i dialog og relasjon med andre» (Jensen og Ulleberg 2011:54). Jeg vil også presentere teori som belyser betydningen av tilknytning mellom ungdom og foreldre, når tilknytningserfaringer er med på å skape den enkeltes identitet (Hertz 2013).

## **2.2 Systemteori, systemisk perspektiv og sirkularitet**

«We exist only in and because of the network of relationships within which we are embedded» (Paolo Bertrando 2007:1)

Ordet systemteori ble første gang brukt av biologen Ludwig von Bertalanffy i 1945. Den nye ideen om naturen som han kalte generell systemteori, påvirket betydelig arbeidet med familier. Fokus på menneskelige systemer var et brudd med individuelt orienterte forklaringsmo-

deller (Ølgaard 2012). Hver familie har sin egen identitet, verdier, målsetting og kultur. Istedenfor å studere enkeltindividers egenskaper, ble det nå fokusert på familiemedlemmenes samspill og kommunikasjon (Hårtveit og Jensen 2004). Beskrivelsene av samspillsprosesser gikk fra å være lineære til sirkulære (Ølgaard 2012). Familiesystemet ble definert som mer enn summen av antall familiemedlemmer (Hårtveit og Jensen 2004). Bertalanffy mente helheten var så kompleks at han kalte systemet «organisert kompleksitet». Individene i en familie deltar i komplekse samspill, direkte eller indirekte (Hårtveit og Jensen 2004). For å forstå et individs utfordringer, nytter det ikke kun å studere samspillet i familien, det må også være fokus på personens interaksjon med andre relasjonelle system som foregår parallelt (Anderson 2010). Familiens økonomi, kultur og tilhørighet i sitt lokalmiljø kan også være av interesse for å forstå en persons livsbetingelser (Hårtveit og Jensen 2004). Denne gjensidige påvirkningen mellom person og miljø betegnes som transaksjoner eller utviklingsbidrag. Disse transaksjonene, samhandlingene betyr at vi mennesker er et resultat av hvordan biologi, psykologi og miljø påvirker oss (Kvelling 2015). Det er denne kompleksiteten som kjennetegner et økologisk perspektiv, ideen om at alt har en sammenheng (Hårtveit og Jensen 2004).

Familiemedlemmers kontinuerlige interaksjon med seg selv og konteksten de er en del av, gjør at familiesystemet er i en konstant endring og utvikling (Hårtveit og Jensen 2004). Jensen og Ulleberg referer til Margaret Mead (2011) når de i sin bok uttrykker at regulering og kontroll av et system først og fremst handler om «å beskrive og skape ny forståelse for kommunikasjon mellom mennesker» (Jensen og Ulleberg 2011:65). I følge sosialantropolog Gregory Bateson (1904-1980) er hvert individ et selvkorrigerende system (Bateson 2005). De er selvkorrigerende når det gjelder forstyrrelser. Handler forstyrrelsene om noe som ungdommen eller foreldre ikke uten videre kan ta innover seg uten at det fører til indre forstyrrelser, kan de sørge for å plassere forstyrrelsen på et sidespor, eller om nødvendig lukke øynene for det som skjer. Personen kan også trekke seg unna og avbryte opplevelsen som trigger forstyrrelsen. Denne handlingen gjøres ut fra forståelse av hva som får forstyrrelsen til å generere. Forstyrrelsen kan være utløst av en krenkende kommentar fra foreldre, som gjør en forskjell på ungdommens syn på seg selv (Bateson 2005).

For at et system skal tilpasse seg forandringer, er systemet avhengig av tilbakemeldinger (Bateson 2005). Påstanden fra Bateson betyr at et familiesystem er avhengig av at familiemedlemmer kontinuerlig gir hverandre tilbakemeldinger, om de skal kunne tilpasse seg de endringene som skjer i familien. Tilbakemeldinger mellom tenåringer og foreldre handler om å gi



hverandre muligheten til å skape «ny» forståelse av familiens virkelighet. Foreldrene erkjenner at de må endre synet på familiens virkelighet etter Karis beskrivelse av sin plass i familien. En ny dialogisk virkelighet skapes ved at familiemedlemmene lytter og får tak informasjonen som sirkulerer i systemet. I følge Anderson (2010) er denne samhandlingen mellom ungdom og foreldre basert på at hver av dem tilpasser sin atferd i forhold til seg selv og hverandre (Anderson 2010). Noe av feedbacken kan være en tilbakemelding som er naturlig å velge og andre ganger kan tilbakemeldingen handle om et familiemedlems behov for å forsvare seg. Tilbakemeldinger vil bli sammenliknet med hva foreldrene eller ungdommen har sagt, eller hva andre har sagt tidligere (Bateson 2005). Når tenåringer og foreldre gir hverandre feedback, betyr det at det finnes utallige tilbakemeldinger i systemet som til enhver tid påvirker deres samhandling. Feedbacken som ligger i systemet vil ikke alene løse noen av deres problemer, men det etableres vaner i samhandlingen mellom dem (Bateson 2005). Samhandlingsmønstre mellom ungdommen og foreldre er ofte repeterende og bakgrunnen til at de utvikles og etableres er ofte delvis ubevisste. Det vil si at hverken tenåringen eller foreldrene undersøker vanene som dannes (Bateson 2005).

Ungdommers og foreldres bevissthet spiller en viktig rolle i deres vedvarende tilpasningsprosess i de relasjonelle systemene de er en del av. Et svært sentralt spørsmål i systemteorien er hvorvidt den informasjonen bevisstheten bearbeider, er aktuell og gjør en forskjell for ungdoms eller foreldres tilpasning. Bevisstheten kan misforstå og det kan være ødeleggende for balansen mellom tenåringer og deres foreldre og de systemene de samhandler med (Bateson 2005). Hvilke prinsipper ungdom og foreldre bruker for å velge ut hva de blir oppmerksom på er oftest ubevisst. Deres bilde av omverdenen blir bevisst etter de har blitt bearbeidet av de ubevisste prosessene hvor man oppfatter, velger ut, organiserer og tolker egne sanseinntrykk, deres persepsjon (Jensen og Ulleberg 2011; Bateson 2005).

Et familiesystem lever i en gjensidig avhengighet til de overlappende relasjonelle system i nærmiljøet som både ungdom og foreldre tilhører. Avhengigheten og samspillet mellom systemene utfordres når det oppstår en ubalanse. Bateson mente at vi må gå ut fra at alle viktige sosiale forandringer utgjør en bevegelse i et system. Bevegelsen kan være ubetydelig eller den kan føre til en krise (Bateson 2005).

Et hvert familiesystem består av en rekke hendelser. Det er naturlig at hvert familiemedlem forsøker å forstå den komplekse sammenhengen det kan være mellom tidligere hendelser og

det som nå skjer. De relasjonelle bevegelsene i systemet er energifylte og vil påvirke den enkeltes emosjonelle reaksjon. Det vil si at hver og en vil reagere individuelt på hvordan de behandler informasjon ut fra hvilken «informasjonsbit» som gjør en forskjell for dem. Den «biten» av informasjon som gjør en forskjell, gjennomgår en gradvis forandring på veien gjennom familiesystemet, og gir en grunnleggende forestilling om familiens kompleksitet. Ingen kan ha en fullstendig kontroll over familien, eller over hverandre (Bateson 2005). Informasjonens forandningsprosess er en sirkulær prosess. Den tiden en ungdoms uttalelse bruker gjennom familiesystemet før det vender tilbake til vedkommende, er et grunnleggende kjennetegn på et system. Hvilken atferd ungdom eller foreldre «velger» som respons i de sirkulære prosessene de til enhver tid er en del av, bestemmes delvis av familiemedlemmers tidligere interaksjoner. Erfaringer de har påvirker vedkommendes forforståelser, og vedkommendes forforståelser bygger på tidligere erfaringer (Bateson 2005).

De gradvise endringene i familien er forskjeller alle i familiesystemet må forholder seg til. Familiemedlemmers atferd blir til en viss grad bestemt av hva som er nødvendig for at endringsprosesser skal skje (Bateson 2005). Systemets stabilitet er avhengig av den informasjon familien sitter igjen med og må forholde seg til, etter at hvert enkelt individ i familien har brukt tid på å omforme sin egen opplevelse av hva informasjonen betyr for dem.

Som en sammenfatning kan vi si at ungdom og foreldre tilhører et familiesystem hvor de deltar i komplekse relasjonelle samspill, direkte eller indirekte. Kontinuerlige interaksjonsprosesser hver og en har med seg selv og konteksten de er en del av, fører til at familiesystemet er i konstant endring og utvikling. Alle system strever etter balanse. En sirkulær samhandling mellom ungdom og foreldre kan bidra til en «ny» forståelse av familiens virkelighet. Et sirkulært samspill skiller ikke mellom begynnelse og slutt.

«There is no beginning and no end to a circle» (Watzlawick et al 1967: 46).

### **2.3      *Kommunikasjonsteori og relasjoner***

«Jeg sier ikke det jeg sier. Jeg sier det som blir hørt».

Henrik Dybvad Larsen (Jensen og Ulleberg 2011:20)

Enhver interaktiv situasjon bringer et budskap av betydning, og dermed er det kommunikasjon. Uansett hvor mye en person prøver, så kan man ikke ikke-kommunisere ifølge Paul Watzlawick (1921-2007). Aktiv eller inaktiv kommunikasjon, ord eller taushet, alle situasjoner formidler et budskap som gir mening. Det er viktig at ungdom og foreldre tydelig forstår at selv om de ikke ønsker å snakke sammen, vil deres bevissthet om hverandre kommunisere et budskap på lik linje med ord som blir uttalt. Når en bevisst, ønsket og vellykket kommunikasjon oppstår, handler det om familiemedlemmers gjensidig forståelse av kommunikasjonen (Watzlawick et. al 1967).

All kommunikasjon innebærer forpliktelser hvor avsender definerer det relasjonelle til mottaker, og dermed defineres forholdet mellom dem. Kommunikasjon formidler med andre ord ikke bare informasjon, men også relasjon. Informasjon og relasjons aspektet har blitt kjent som «rapporten» og «kommandoen» i all kommunikasjon. Informasjonsaspektet formidler budskapets innhold. Informasjonen kan handle om hva som helst som er kommuniserbart, uavhengig om informasjonen er sann eller usann, gyldig, ikke gyldig eller ubestemmelig. Det relasjonelle aspektet viser hvordan budskap tolkes, og tolkningen formidler til syvende og sist det relasjonelle mellom samtalepartene (Watzlawick et. al 1967).

Samtidig som kommunikasjon er noe velkjent, er kommunikasjon vanskelig å forstå og beskrive fordi vi selv er omsluttet av den. Ordene, fenomen som omtales, skal ikke bare forstås med den betydning de har, fenomen må settes inn i en bestemt sammenheng for å få mening (Jensen og Ulleberg 2011). «Et fenomen forblir uforklarlig så lenge observasjonsrammen ikke er vid nok til å inkludere konteksten fenomenet er en del av» (Watzlawick et al 1967:20). Fenomenene kontekst og mening er to nært beslektede fenomen ifølge Bateson (2005). «Without context, words and actions have no meaning at all» (Jensen og Ulleberg 2011:96).

Gjennom språket utveksler ungdom og foreldre informasjon om hva deres erfaringer og opplevelser med hverandre betyr for dem (Anderson 2010). Familiemedlemmenes opplevelser er ikke løsrevet fra tid og sted, de «velger» å tolke sine opplevelser ut fra en konkret fysisk sammenheng, en kontekst som rammer inn det de ønsker å forstå (Jensen og Ulleberg 2011). En tom stol rundt middagsbordet formidler ikke isolert sett noe til utenforstående. Ser vi den tomme stolen som en taus avvisning til mors invitasjon til middag, tolker vi inn et budskap den tomme stolen kunne ha. Hvordan denne jenta og hennes mor tolker innholdet i kommunikasjonen er avhengig av deres individuelle forståelse av konteksten handlingen inngår i. Rela-

sjonen mellom tenåringsjenta og moren danner forståelsesrammen for det felles berøringspunktet den tomme stolen er. Kommunikasjonen mellom dem handler om utveksling av det verdensbilde hver av dem har om seg selv og den andre i relasjonen (Bjartveit og Kjærstad 2012). Mor og datter er ikke bare opptatt av å tolke hva årsaken til hendelsen kan være, de bruker de samme fortolkningsprosesser i arbeidet med å evaluere og sortere de titusener av sanseintrykk som de mottar hvert sekund. Sanseintrykk fra indre reaksjoner, men også fra konteksten hendelsen forekommer i. Den virkeligheten mor og datter opplever, er i stor grad hva de gjør den til å være (Watzlawick et. al 1967). Det kan virke som om at jo «sunnere» en relasjon er, jo mer forsvinner kommunikasjonsperspektivet i relasjonen i bakgrunnen. Det motsatte, som handler om et «sykt» forhold, er karakterisert med et relasjonelt innhold som er konstant strevsomt. Kommunikasjonsaspektet i en slik relasjon blir mindre og mindre viktig (Watzlawick et. al 1967).

Ungdomstiden kan by på store utfordringer i relasjonen og kommunikasjonen med foreldrene. Foreldre kan også stå i livshendelser og kriser som kan gjøre relasjonen og kommunikasjonen til sin ungdom vanskelig. Uavhengig av relasjonens kvalitet, forholder de seg til hverandre ved å være i en fortløpende kommunikasjon som aldri vil opphøre. Uansett hvor mye ungdommen anstrenger seg, er det umulig for dem å melde seg ut av kommunikasjonen med foreldrene (Jensen og Ulleberg 2011). Kommunikasjonens vesen skaper mening, mønstre, forutsigbarhet, informasjon og reduserer det tilfeldige via begrensninger. Kommunikasjonens begrensninger handler om at familiemedlemmers valg av ord og atferd styres av hva de til enhver tid oppfatter som informasjon i den konteksten de er en del av (Bateson 2005). Det er en persons fortolkning av informasjon som påvirker vedkommendes atferd. Fortolkning av informasjon setter begrensninger for annen atferd som kunne ha vært aktuelt om informasjonen hadde vært tolket på en annen måte (Bateson 2005). En tenårings fortolkning av mors skarpe stemme, ville gitt en annen relasjonell opplevelse om hun hadde tolket mors stemme på en annen måte.

Informasjon er et fundamentalt begrep i kommunikasjonsteorien. I følge Bateson kan en «bit» av informasjon defineres som en forskjell som gjør en forskjell (Bateson 2005). Kommunikasjonsteorien fremhever virkningene av forskjellene. Ifølge Bateson (2005) er en forskjell som gjør en forskjell en idé (Bateson 2005). Ordet forskjell er et underlig og uklart begrep. Det er ikke en ting eller en hendelse. Forskjell over tid er en forandring, forandringer skapes av forskjeller (Bateson 2005). En klem fra en mor som ofte møter datteren med krenkende kom-

mentarer, kan gi et lite håp om at moren bryr seg om henne. I samhandling mellom ungdom og foreldre oppstår det utallige mengder av informasjon, hvor kun noen av dem blir oppfattet og tolket som en forskjell som blir til informasjon. Opplevs relasjonen som vanskelig, kan personene kanskje bli ekstra sensitive for forskjeller som gir negativ informasjon. Uavhengig av om forskjellen oppfattes som negativ eller positiv fortolkes den. Ungdom og foreldre mobiliserer energi til å gi en respons på den informasjonen de opplever å sitte igjen med. Også fravær av handling kan bli en forskjell som gjør en forskjell. Femtenåringen kan velge å ikke ta telefonen når foreldrene ringer.

Kommunikasjonen som oppstår i relasjonen mellom ungdom og foreldre er et produkt av det fellesskapet de har. Kunnskapen de har, eller tror de har om hverandre, skapes ved måten de snakker sammen på (Ølgaard 2012). All budskap som formidles i relasjoner er alltid kodet (Ølgaard 2012). Hvordan ungdom og foreldre klarer å overføre den informasjonen de ønsker å formidle til hverandre og hvor effektivt kommunikasjonen påvirker den som tar imot, handler om det analoge og digitale uttrykk i kommunikasjonen. Analog kommunikasjon omfatter holdninger, gest, ansiktsuttrykk, tonefall, rytme samt frekvens på selve ordene, og alle andre ikke språklige ytringsformer som kroppen er i stand til å gjøre. Kommunikasjonssignalene er uten unntak tilstede i en hvilken som helst kontekst hvor interaksjon finner sted (Watzlawick et.al 1967). Et stort område innenfor kommunikasjon hvor vi stoler nesten utelukkende på det analoge handler om det relasjonelle. Det relasjonelle er det sentrale tema i kommunikasjon. Ser vi at analog og digital kommunikasjon ikke stemmer overens, blir det digitale nesten meningsløst. Det er lett for et menneske å bekjenne noe verbalt, men det er vanskelig å bære en løgn inn i det analoge «rike» (Watzlawick et.al 1967). Når en tenåring tolker sin mors analoge språk som avvisning, vil morens ord om hvor glad hun er i sin datter «falle til jorden».

Foreldre og ungdom er i en relasjon hvor de alltid vil måtte forholde seg til hverandre gjennom kommunikasjon. En gjensidig nysgjerrighet og tålmodighet kan sette i gang dialogiske prosesser, hvor fokuset kan bli å lytte mer til hva den andre egentlig sa, enn på å tolke hva den andre egentlig mente (Hårtveit og Jensen 2004).

## **2.4 Dialog og dialogiske prosesser**

I følge Harlene Anderson er samtaler mellom mennesker noe av det viktigste i livet. Ungdommer og foreldre er kontinuerlig i dialog med seg selv og hverandre. Noen samtaler mellom ungdom og foreldre åpner opp for nye muligheter, mens i andre samtaler kan et håp om noe nytt bli vanskeliggjort (Anderson 2010). Måten ungdom og foreldre henvender seg til hverandre på, påvirker deres indre og ytre dialog og hvilken dialog de har med hverandre (Seikkula og Arnkil 2007).

Språkfilosof Ludwig Wittgenstein (1889-1951) beskrev «hvordan vi mennesker spreller hjelpeløst i språkets garn» (Hårtveit og Jensen 2004:33). I følge Hårtveit og Jensen forsøkte Wittgenstein å «løfte tanken forsiktig ut av språkets spinn» (Hårtveit og Jensen 2004:33). Wittgenstein hadde en tro på at vi mennesker kunne skjerme oss fra unødvendige ulykker om vi snakket om det usagte (Hårtveit og Jensen 2004). Noe av det sentrale for psykiater Tom Andersen (1936-2007), var å bruke tid på å gi den indre dialog plass i samtalen. Tid er et nøkkelbegrep. Tid gir familiemedlemmer mulighet for en indre prosess. En persons indre prosess sørger for at vedkommende kan ivareta sin integritet, samtidig som de åpner opp for sanseinntrykk andres informasjonen aktiverer hos dem. Et familiemedlems atferd påvirkes av hvilke sanseinntrykk informasjonen aktiverer. En nødvendig forutsetning for dialog, er en sammenkobling av personenes indre prosess med den «igangværende ytre utvekslingsprosess som oppstår når man går inn i relasjon til den andre» (Andersen 2012:34). Andersen ønsket at mennesker i dialog kunne være opptatt av hva de forstod fremfor å bli frustrert over det de ikke forstod, blant annet ved å veksle mellom indre og ytre dialog (Andersen 2012).

Dialogen er innrammet av familiemedlemmers historie på en slik måte at nåtidens virkelighet og dens bekymringer vil bli utgangspunktet og midtpunktet i en evaluering av fortiden. Fortiden er gitt oss uten vi kan distansere oss fra den. Den er på et nivå med nåtidens virkelighet ifølge filosof og litteraturviter Michael Bakhtin (1895-1975) (Bakhtin et.al 1994). Ved å delta i samtaler og ved å utveksle meninger kan vi komme inn i en verden av mange historiske, politiske, sosialt fastlåste og ofte uforsonlige diskurser. Denne språklige virkelighet kaller Bakhtin for heteroglossia, en språklig virkelighet som handler om at mange sosiale språk deltar samtidig i spesifikke historiske øyeblikk som bringer inn spesielle synspunkt på verden (Bakhtin et.al 1994). Flerstemthet i en familierapeutisk kontekst handler om at familiemedlemmers stemmer eksiterer samtidig i en dialogiske interaksjon (Dysthe 2013). En dialogisk interaksjon blir ofte utfordret ved at ungdom og foreldre tilhører forskjellige kulturelle, sosiale

og politiske diskurser. Forskeren W.S Condon hevdet at dialog først og fremst er en dans hvor mikrorytmer, bevegelser, nærhet, mimikk og harmonerende samhandling skapes i samtalen (Condon 1982).

Psykiater Paolo Bertrando stiller spørsmål om dialog innebærer makt eller om dialog er et fenomen som hører til utenfor maktreasjoner. Vi har en tendens til å likestille makt med monolog. Monolog er en form for utveksling hvor en persons ytring ikke kan endres av andres ytringer og dermed skapes autoritet, en en-veis diskurs (Bertrando 2007). I en en-veis diskurs blir det ingen åpenhet overfor den andre. «Èt perspektiv dominerer, og virkeligheten lukker seg» ifølge Anderson og psykolog Harold Goolishian (1924-1991), (Anderson 2010). Dette er en kontekst de fleste ungdommer og foreldre vil kjenne seg igjen i. Dersom tenåringen og foreldrene har for ulike meninger, stopper ofte dialogen opp. Er det prestisje for en av partene å få gehør for sitt syn, vil vedkommende holde enda mer fast i sitt syn og lytte mer til sin egen forståelse enn den andres forståelse (Andersen 2012).

I sin bok *Latter og Dialog* (2008) uttrykker Bakhtin at dialogisme i utgangspunktet er «en språketeori som alltid betrakter språklig praksis som kontekstbundne ytringer» (Bakhtin 2008:14). En ytring, et utsagn er grunnenheten i språket og den er alltid en del av en dialogisk kontekst hvor språket da må være dialogisk i utgangspunktet, hevdet Bakhtin (Bakhtin 2008). Ytringen avspeiler og forklarer det underliggende som representerer ungdommens og foreldrenes indre dialog (Andersen 2012). I følge Tom Andersen påpekte Bakhtin at det vesentlige ved ytringer er de tilbakemeldingene de fører til hos dem som ser og lytter (Andersen 2012). Hvert utsagn setter i gang en respons hos den andre som mottar den, selv om responsen kun er en indre dialog. Kan en mor stoppe opp og gi seg selv litt tid på å tenke over hva hennes ungdom egentlig sa, kan det gi rom for henne å høre både sin egen, men også datterens stemme i en flerstemt indre dialog (Seikkula og Arnkil 2007). En fjortenåring som kommer med et utsagn overfor sin far, vet ikke hvordan faren opplever henne. Tom Andersen refererer til Bakhtin sine tanker om det som skjer hos den som taler og lytter «at man ser seg selv gjenspeilet i den andres øyne» og «man låner sine øyne til den andre» (Andersen 2012:117). For et mennesket finnes det ikke noe verre enn manglende respons, uttrykker Bakhtin. «Å bli hørt er i seg selv en dialogisk relasjon» (Bakhtin 1986:127).

Når en far og hans tenåringsdatter er i dialog, har stemmene en gjensidig relasjon til hverandre. Å skape mening gjennom dialog er mer komplisert enn ved en enveis respons. I følge

språkforsker Valentin N. Voloshinov (1895 – 1936) og Bakhtin, er et ord et konkret produkt av en gjensidig relasjon mellom den som snakker og den som lytter. Hvert eneste ord uttrykker noe fra den ene til den andre i relasjonen (Bakhtin et.al 1994). I den prosessen som skal til for å forstå, oppstår ofte «kamper» som resulterer i gjensidig forandring som kanskje kan bli til berikelse (Bakhtin et.al 1994). Desto flere stemmer som blir invitert inn i en dialog jo større blir muligheten til ny forståelse. Når gjensidig forståelse skapes i dialog, vil det overskride hva som er mulig for et enkelt mennesket å forstå alene (Seikkula og Arnkil 2007).

I en ideell dialogisk kontekst tilstreber personene en holdning om at de ikke vet alt om hva den andre sier, mener eller ønsker (Anderson 2010). Bakhtin hevdet at i menneskenes verden er ingen sannheter endelig, sannheten blir til i en kontinuerlig dialog mellom mennesker. Et forsøk på å formulere endelige sannheter innebærer maktmisbruk, ifølge Bakhtin (Bakhtin 2008). Essensen i en dialogisk prosess handler om at personer i fellesskap søker forståelse og bevegelser som gir mening (Anderson 2010).

Hva vet vi mennesker om hverandre, spør filosofen og sionisten Martin Buber (1887-1965) (1993). Dialogen utspilles i blant annet uforpliktende tause møter med ukjente mennesker. Selv om den menneskelige dialogen er mest synlig gjennom ord, så er dialog mulig uten ord. Et viktig element i dialogens vesen er formidlingen av «beskjeder», selv om de er godt skjult. I følge Buber oppnår dialogen sin fullkommenhet når den helt og holdent er en del av det menneskelige fellesskap. Dialogens virkelighet er ikke bare begrenset til ungdommers og foreldres samhandling, men det er en måte å forholde seg til hverandre på (Buber 1993). Familiemedlemmers henvendelse til hverandre er dialogens grunnleggende bevegelse (Buber 1993). Det skjer tilsynelatende ofte og virker ubetydelig. Når tenåringer og deres foreldre henvender seg til hverandre, vender de seg mot hverandre både fysisk og mentalt. En far som viser sin datter oppmerksomhet, blir nærværende samtidig som hennes oppfattelse av verden ikke lenger blir likegyldig (Buber 1993). Det som sies utgjør et felles område mellom dem. Psykolog Seikkula og samfunnsviter Arnkil (2007) henviser til Voloshinov (1998) når han uttrykker at den som taler kun eier deler av ordet, den andre delen tilhører personen ordene sies til. Dialogen har fokus på ordene som er det området hvor mennesker møtes (Seikkula og Arnkil 2007).

Tid er helt grunnleggende for å skape dialogiske prosesser. Dialog fordrer at familiemedlemmers indre prosesser blir sammenkoblet med familiens «ytre» utvekslingsprosess. Den er inn-



rammet av familiens historier, hvor nåtidens virkelighet blir et utgangspunkt og et midtpunkt i evalueringen av fortiden. Ønsker familien å etablere en dialog, er det avgjørende at alles stemmer ønskes velkommen og ikke minst at det er plass til dem alle. Dialogen oppnår sin fullkommenhet når den blir en del av familiens fellesskap.

Hendelser i en familiekontekst kan hemme eller fremme en ungdoms psykiske helse. Det ideelle er at familiemedlemmene tåler de «kampene» som kjempes, og at den enkelte opplever en kommunikasjonsfrihet som fordrer trygge tilknytningsforhold.

## **2.5 Tilknytningsteori**

Moderne tilknytningsteoretikere anerkjenner i større grad at personlighetsmønstre er relatert til medfødte forutsetninger, nære relasjonelle erfaringer og levd liv. I følge teoretikerne har barndommen til et mennesket stor betydning (Hart og Schwartz 2011). Atferdssystemet er et nøkkelbegrep i tilknytningsteorien. Systemet opprettholder en indre balanse ved at personene i systemet regulerer hverandres atferd gjennom feedback (Hart og Schwartz 2011). Å være en suksessfull foreldre krever et hardt arbeid. Selv om belastningen blir mindre når barnet blir eldre, så krever de unge mye tid og oppmerksomhet fra foreldrene for å kunne utvikle seg. For mange voksne blir det en «usmakelig trussel» hevdet psykiater John Bowlby (1907-1990). Det å gi et barn tid og oppmerksomhet, betyr å ofre egne interesser. I følge Bowlby bekrefter flere studier at sunne, glade og selvhjulpne tenåringer og unge voksne er et produkt av stabile hjem, hvor begge foreldre bruker tid på å gi oppmerksomhet til barnet (Bowlby 1988).

Tradisjonelt er et barns tilknytning til sin mor beskrevet som avhengighet. I senere undersøkelser har det vært nyttig å betrakte tilknytning som et resultat av et særegent og delvis forhåndsprogrammert sett av atferdsmønstre. Atferdsmønstre vil i et forventet ordinært miljø utvikle seg i løpet av barnets første levemåneder. Effekten av trygge tilknytningsmønstre, er at barnet mer eller mindre er nær tilknyttet til sin morsfigur. Ved slutten av første leveår vil atferden være selvregulerende. Det betyr blant annet at atferden aktiveres når visse betingelser oppnås og opphører når andre tilstander innhentes (Bowlby 1988). Et barn tilknytningsatferd er ofte aktivert med smerte eller frykt for noe, og av morens tilstedeværelse eller utilgjengelighet. Forhold som avslutter tilknytningsatferden varierer, avhengig hvor intenst det emosjonelle er. I situasjoner med lav emosjonell intensitet, kan en ganske enkel lyd eller synet av

mor gjøre en forskjell. Spesielt effektivt er et signal fra mor som anerkjenner barnets nærvær (Bowlby 1988). I situasjoner med høy emosjonell intensitet, kan det være at barnet berører eller klatrer på moren før tilknytningsatferden stanser. Er barnet i vanskeligheter og er engstelig, er det bare langvarig kos som har effekt. Denne følelsesmessige oppførselen er ikke bare begrenset for barn, også tenåringer og voksne av begge kjønn kan få en slik reaksjon når de er i krise eller er engstelige (Bowlby 1988).

En av de mest viktigste kliniske funksjoner av tilknytningsatferd, uavhengig av vedkommendes alder, er intensiteten av følelser som følger med. Hvilke følelser som vekkes, er avhengig av hvordan tilknytningen mellom de enkelte erfares. Har vedkommende en god tilknytningsopplevelse, oppleves glede og en følelse av trygghet. En truende tilknytningsopplevelse kan føre til sjalusi, angst og sinne. Er tilknytningsrelasjonen brutt, kan sorg og depresjon være en konsekvens (Bowlby 1988).

Bowlby og hans kollegaer psykiater Daniel Stern (1934-2012), nevropsykolog Allan Schore og lege Peter Fonagy hevdet at et menneskets utvikling foregår i en relasjonell kontekst. En oppfatning av at et barn er et sosialt vesen er grunnleggende i begrepet om tilknytning. Bowlby oppfattet «tilknytning som en medfødt beredskap hos barnet, som sikrer det beskyttelse, og regulerer samspillet med omsorgspersonen» (Hart og Schwartz 2011:10).

Bowlbys kollega Stren hadde fokus på barnets medfødte evne til sosial interaksjon. Han var opptatt av kompetansens nyanser og hvordan nyansene utfolder seg etter hvert som barnet anvender sine relasjonelle erfaringer i møte med verden. Mens Stern fokuserte på samspill, hadde Schore fokus på «tilknytning som utgangspunkt for utviklingen av en evne til affektregulering» (Hart og Schwartz 2011:10). Det vil si hvordan et barn evner å kontrollere og bearbeide de emosjonelle sanseinntrykk fra omgivelsene (Hart og Schwartz 2011). En persons emosjonelle kompetanse er en av de viktigste grunnleggende faktorene for hvordan et mennesket fortolker seg selv og andre. Det kan bety at en person med svak emosjonell kompetanse ofte kan ha en svak sosial kompetanse (Kopp 2002; Murray & Kochanska 2002).

Barn og ungdom etablerer forskjellig tilknytningsatferd til sine omsorgspersoner. Psykolog Mary Ainsworth (1913-1999) og Bowlby (1991) uttrykker at både barn og voksne er avhengig av tilknytning for å få en opplevelse av trygghet (Ainsworth og Bowlby 1991). Psykiater Søren Hertz (2008) fremhever spesielt hvordan Bowlby vektlegger betydningen «trygg tilknytning som plattform for å utvikle tilstrekkelig selvstendighet» (Hertz 2008:228). Det var

en bekymring for at manglende trygg utvikling kunne føre til uopprettelige skader om barnet tidlig var utsatt for skade, og at denne tidlige skaden kunne føre til tidlig følelsesmessig frustrasjon (Hertz 2008). Tidlige følelsesmessige belastninger kan ikke betraktes som en selvstendig årsaksfaktor for mulige langtidsvirkninger.

«Det avgjørende er om tidlig belastning (i spedbarnsalder) følges av sen belastning. Det er varigheten og mangfoldigheten av biologiske og sosiale risikofaktorer som bestemmer hvordan en ungdom utvikler seg» (Rutter, Giller, Hagell 1998).

Ungdom skaper seg en forforståelse om hvordan ulike relasjoner blir ut fra tilknytningserfaringer de har. Forforståelsen er styrende for barnets og ungdommens atferd. Ofte vil sterke emosjonelle opplevelser påvirke tilknytningsatferden mer enn nøytrale erfaringer. Repeterende erfaringer preger mer enn enkeltstående hendelser. Tilknytningserfaringer barn og ungdom opplever i sin relasjon til foreldrene, får større betydning enn opplevelser de har i andre relasjoner. Det er ikke bare de unge som skal knytte seg til sine foreldre, helt avgjørende er det at omsorgspersonene har en sterk og følelsesfylt relasjon til barnet og ungdommen sin. Et stekt tilknytningsbånd handler om at foreldre har en forutsetning, kapasitet til å elske barnet og ungdommen sin ubetinget i livets medgang og motgang (Kvello 2015).

### 2.5.1 Ungdomstilknytning

Psykologene Pravin Israel og Guy Diamond hevder at et sentralt tema i samtaler med ungdom var å identifisere hvordan familiekonflikter kan ha ødelagt tilliten og skapt en brist i tilknytningsrelasjonen mellom ungdom og foreldre (Fokus på Familien 01/2009). Forskning viser at ungdom sin psykiske helse er påvirket av ungdommers tilknytning til sine foreldre og hvilken foreldrestil ungdom blir møtt med (Asarnow, Goldstein, Tompson & Guthrie 1993; Brent et al. 1997; Sheeber, Hops & Davis 2001).

Tenåringsforeldres erfaringer med tilknytning og intimitet overfor egne foreldre kan gjøre dem ambivalente i forhold til hvordan de klarer å ivareta ungdommens utfordringer. Fravær av gode tilknytningsopplevelser kan gi foreldre såre erfaringer når de opplever at de mislykkes i å hjelpe ungdommen sin. Komplisert tilknytning mellom barn, ungdom og foreldre kan strekke seg over flere generasjoner og ungdommens atferd kan være et fordekt tilknytningsproblem (Israel og Diamond, Fokus på Familien 01/2009). Israel og Diamond hevder at brist i tilknytningsrelasjoner kan føre til høy konflikt mellom ungdom og foreldre (Fokus på Fami-

lien 01/2009). Å snakke om lekser eller rydding av et rom er tryggere enn å snakke sammen om opplevelsen av å bli avvist, misforstått og ikke respektert. Klarer ungdom og foreldre å være åpne for å identifisere og diskutere den relasjonen de opplever de har, så kan de få frem en sårbarhet og ærlighet som kan få ungdommen til å ønske å gjenoppbygge tilknytningen til foreldrene. En bedre tilknytning mellom dem kan gi foreldrene en anledning til å utøve foreldrerollen slik de ønsker det (Israel og Diamond, Fokus på Familien 1/2009).

For at ungdommer skal kunne opprettholde tilknytning til sine foreldre må tre faktorer som forsterker ungdommens selvbilde være tilstede ifølge Israel og Diamond. De hevder at for det første må foreldre eller omsorgspersoner være tilgjengelige når ungdommen trenger dem. For det andre påpeker de at åpen kommunikasjon er en viktig faktor, og for det tredje må foreldre være i stand til å beskytte ungdommen sin mot fysisk og psykisk smerte (01/2009 – Fokus på Familien).

## 3 METODE

### 3.1 Innledning

Mitt metodiske utgangspunkt for oppgaven er det humanvitenskapelige vitenskapssyn. Humanvitenskap blir også kalt for forstående vitenskaper i motsetning til naturvitenskapen som handler om forklarende vitenskaper (Dalland 2012). Begge vitenskaper gjør forskning på menneskelig atferd. De forklarende vitenskaper ser etter funn som kan generaliseres og gjøre menneskelig atferd universell. Forstående vitenskaper har som utgangspunkt at hver enkel kontekst er unik, og hvert enkelt fenomen «har sin egen indre struktur og logikk» (Kvaale og Brinkmann 2012: 265).

Studiens rådata vil være familieterapeuters fortolkning av egne erfaringer fra terapikontekst med ungdom og foreldre (Kirsti Malterud 2013). Jeg vil innhente, systematisere og analysere terapeutenes erfaringsbaserte kunnskap. Studiens problemstilling er:

*«Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den terapeutiske samtalen?»*

Med denne problemstillingen som utgangspunkt, vil oppgavens fenomenologiske perspektiv belyse familieterapeutenes subjektive opplevelser av hvordan ulike terapeutiske tilnærminger påvirker relasjonelle- dialogiske prosesser i en spent familieterapeutisk kontekst. Bakgrunnsteppe for studien er terapeutens fortolkning av den kontekst de formidler kunnskap fra, og min egen forforståelse (Malterud 2013).

Jeg vil her gjøre rede for det metodiske rammeverk for studien. Først vil jeg presentere mitt eget ståsted, deretter studiens vitenskapsteoretiske ståsted og hvilken forskningsmetode jeg har benyttet for innhenting og analyse av oppgavens empiriske materialet. Jeg vil også omtale etiske utfordringer, før jeg omtaler relevans og gyldighet som er grunnlagsbetingelser for vitenskapelig kunnskap (Malterud 2013).

## **3.2 Vitenskapsteoretisk ståsted**

### **3.2.1 Studiens epistemologiske utgangspunkt**

«Epistemologi er teori om kunnskap» (Kvaale og Brinkmann 2012:66). Hva kunnskap er, og hvordan kunnskap produseres, har alltid vært og vil være et stort spørsmål. Filosofer har opp gjennom tidene søkt erkjennelse gjennom to hovedspørsmål ved tilværelsen. Det ene er et ontologisk spørsmål som stiller spørsmål om hvordan ting er, hva en person er og hvordan vår verden er (Bateson 2005:313). Det andre er de epistemologiske spørsmålene som handler om hvordan vi mennesker erkjenner den verden vi er en del av, og hvordan vi gjennom våre tanker oppfatter og handler for å få vite mer om verden (Ølgaard 2012:22). Ontologi og epistemologi kan ikke atskilles. Menneskers ofte ubevisste oppfattelse av hvordan verden er, vil bestemme hvordan vi «ser» på verden og hvilken atferd vi velger. Hvordan vi persiperer og handler vil være styrende for hvordan vi oppfatter verden. Det betyr at hver og en er bundet av epistemologiske og ontologiske prinsipper (Bateson 2005:313). Hvordan jeg som forsker oppfatter de ulike intervjukontekstene jeg er en del av, er avgjørende for hva jeg «ser» og styrende for atferden jeg velger. Gjennom tolkning, samhandling og persepsjon deltar jeg i kunnskapsproduksjonen i feltet jeg henter materialet mitt fra. De menneskelige faktorene har stor betydning underveis i datainnsamling, analyse og i overføring av kunnskapen til andre (Malterud 2013).

Studiens kunnskapsutvikling tar utgangspunkt i postmodernismen. Det postmoderne er kritisk til generell kunnskap, i motsetning til modernismen som har tro på en allmenngyldig virkelighet (Johnsen og Torsteinsson 2012). Kunnskap er ikke et speil av virkeligheten, men et resultat av språklig og sosial samhandling i en lokal kontekst (Kvaale og Brinkmann 2012). I denne studien er de språklige nyansene i samhandlingen mellom familierapeutene og meg som forsker av stor betydning for kunnskapsproduksjonen i intervjuene. Det er kunnskapen fra intervjuene som er oppgavens rådata og gjenstand for analyse (Thagaard 2013). Studiens postmoderne tilnærming handler om at beskrivende nyanser, forskjeller og uoverensstemmelser mellom teori og sunn fornuft blir vektlagt. Det postmodernistiske representerer en bevegelse fra «en modernistisk søken etter en sann og ekte mening, til en relasjonsbetont utfoldelse av meninger» (Kvale og Brinkmann 2012).

Studien handler om å utvikle kunnskap som kan utvide forståelsen for hvordan terapeutiske tilnærminger kan påvirke relasjonelle- og dialogiske prosesser i en spent familierapeutisk kontekst. Fem tids- og stedsspesifikke intervjukontekster er bakgrunn for studiens kunnskapsproduksjon. Vi var personer med samme fagbakgrunn som snakket samme språk. Et felles språk gjorde at det intervjupersonene fortalte umiddelbart gav mening til meg som forsker. Terapeutenes og forskers syn på kunnskap om den virkeligheten vi er en del av, vil være bestemt av våre individuelle kulturelle og sosiale kontekster. (Johnsen og Torsteinsson 2012).

Hva jeg som forsker oppfatter som gyldig kunnskap vil være påvirket av individuelle og tverrfaglige erfaringer jeg har med ungdom og foreldre i kontekst av skolehelsetjenesten. Også de historiske, kulturelle og sosiale kontekster jeg ellers tilhører, påvirker hva jeg betrakter som gyldig kunnskap.

Fenomenet mening er sentralt i språklige og sosiale sammenhenger hvor kunnskap produseres. Ordet mening kan utløse enighet eller strid. Flere hermeneutikere ser på mening som ulike måter å tolke og forstå opplevelser på (Lock & Strong 2014).

### 3.2.2 Hermeneutikk

Hermeneutikk som metode handler om å fortolke tekster, spesielt bibelske, litterære og juridiske tekster. Hermeneutikken utviklet seg etter hvert til å handle om fortolkning av menneskers uttrykksform og atferd (Kvale og Brinkmann 2012; Jensen og Ulleberg 2011).

Familierapeutenes forforståelse er sentral for hvordan de språksetter fenomenene i møte med meg som forsker. Like sentralt er hvordan jeg som forsker bruker min forforståelse til å fortolke terapeutenes beskrivelser av handlinger relatert til fenomenene dialog og mellommenneskelige prosesser. Filosofen Hans- Georg Gadamer (1900-2002) uttrykker at et menneske kan bli trollbundet av sin egen forforståelse, og kan få en forventning om at andres forståelse av et fenomen skal stemme med den forståelsen dette menneske selv har. Min utfordring som forsker er å være åpen for intervjupersonenes oppfatninger, og lar den utvide min egen oppfatning, slik at jeg ikke holder fast på min egen forståelse av innholdet i fenomenene. Det finnes ingen universal forståelse av fenomenene dialog og relasjonelle prosesser i terapi-kontekst med ungdom og foreldre (Gadamer 2010). Min hermeneutiske bevissthet bidrar til at jeg som forsker kan være forberedt på å være mottakelig for intervjupersonenes annerledeshet

i sin forståelse av fenomenene jeg forsker på. For å være mottakelig for denne annerledesheten fordrer det at jeg er bevisst min forforståelse av fenomenene (Gadamer 2010).

Den hermeneutiske sirkelen er et fortolkningsprinsipp, som kanskje er det viktigste begrepet i hermeneutikken. Sirkelen viser til at det er en sammenhengen mellom vår forforståelse, og den kontekst vi tolker forforståelsen i. Samtidig skjer det en bevegelse mellom det vi skal fortolke, og vår egen forforståelse. Hvordan et fenomen fortolkes er avhengig av hvordan vi fortolker konteksten fenomenet er en del av, og konteksten påvirker hvordan vi fortolker fenomenet (Gilje og Grimen 2009:153). Forståelsens bevegelse er en frem og tilbake bevegelse mellom deler og en helhet, en spiral som utvider menneskets forståelse (Kvale og Brinkmann 2012). Det som kjennetegner bevegelsen i en spiral, er at bevegelsen stadig utvides og ikke tar slutt (Dalland 2012). Ved å tolke delene i helheten, endres forståelsen av helheten, og ved å tolke helheten endres forståelsen av delene. «Forståelsens sirkelstruktur» kalte Gadamer denne bevegelsen mellom deler og helhet (Gadamer 2010:331).

I følge Gadamer handler det å forstå om et mirakel. Hermeneutikken har alltid hatt som oppgave å skape en felles betydning, «gjenopprette en fraværende eller mangelfull enhet» (Gadamer 2010:330). Å forstå den andre, handler ikke om å gå inn i den andres opplevelse, men å komme til enighet i språket (Gadamer 2010:423). Relasjonen mellom språk og forståelse, handler om hvordan vi overleverer språket til hverandre (Gadamer 2010).

Hermeneutikken er opptatt av å fortolke mening, mens det fenomenologiske ønsker å få frem hvordan mennesker opplever fenomener i sin hverdagskontekst (Kvaale og Brinkmann 2012).

### 3.2.3 Fenomenologi

Filosofen Edmund Husserl (1859-1938) utviklet fenomenologi som en metode for å analysere hvilken forforståelse eller for dommer som påvirker et menneskets refleksjoner (Jensen og Ulleberg 2011). Det fenomenologiske som et vitenskapsteoretisk utgangspunkt for denne kvalitative studien, viser til en interesse for å forstå hvordan terapeutiske tilnærminger påvirker de sosiale fenomenene «dialogiske- og relasjonelle prosesser» ut fra familierapeuters egne perspektiv. Familierapeutene har sin egen beskrivelse av hvordan de opplever sin arbeidskontekst. Det er slik de fem intervjupersonene forstår sin arbeidsdag som er virkeligheten for dem, og som de beskriver sin forståelse av fenomenene ut ifra (Kvaale og Brinkmann 2012).



Familieterapeutenes tilhørighet til andre kontekster, til eksempel hjemmekontekst, kommer i bakgrunnen (Thagaard 2013). Ved gjennomføring av intervjuene var jeg bevisst på å sette til side min egen forforståelse av fenomenene og den kunnskapen jeg ellers hadde om dialog og relasjonelle prosesser. Mitt fokus handlet om å være åpen for terapeutenes beskrivelser.

Det er valgt en kvalitativ forskningsmetode for studien. Valget har påvirket forskningsprosessen, og hvordan resultatet av forskningen blir vurdert. Prinsippet for datainnsamlingen er basert på at både jeg som forsker og de familieterapeutene jeg intervjuet, påvirket forskningsprosessen. Hvordan den enkelte familieterapeut oppfattet hva jeg som forsker ønsket informasjon om, var den informasjon vedkommende meddelte. Det er viktig at jeg som forsker reflekterer over i hvilken grad terapeutenes atferd ble påvirket av min tilstedeværelse. Valget av kvalitativ studie er basert blant annet på disse prinsippene (Thagaard 2013).

### **3.3 Kvalitative metode**

Kvalitative forskningsstrategier er «beskrivelse og analyse av karaktertrekk og egenskaper eller kvaliteter ved de fenomen som skal studeres» (Malterud 2011:26). Med andre ord gir metoden oss mulighet til å studere kompleksiteten ved sosiale fenomen (Thagaard 2013), kompleksiteten i en spenningsfylt familieterapeutisk kontekst. Materialet består av transkribert tekst, etter opptak fra intervjusamtaler med fem familieterapeuter. Hensikten med studien er å kunne presentere et mangfold og nyanser fra familieterapeutisk virkelighet med fem ulike terapeuters perspektiv. Intervjuet med familieterapeutene handlet om å utforske hva som var levende kunnskap i deres hverdagskontekst. Levende kunnskap i denne sammenhengen handler om terapeutenes egne fortolkninger av erfaringer, opplevelser, tanker, verdier, samhandling og holdninger i deres møte med fenomenene relasjonelle- og dialogiske prosesser. Teorier om fortolkning og menneskelig erfaring står sentralt i kvalitative metoder (Malterud 2013). Ifølge antropolog Clifford Geertz (1926-2006) var det viktig at kvalitative tekster ikke bare beskriver, men at de også inneholder fortolkning av fenomenene som presenteres. Ved å fremheve fortolkningens plass i kvalitative tekster, er fokuset rettet mot den betydning forskerens forforståelser kan ha for tolkning av materialet (Geertz 1973). Målet med studien er å utforske hvordan terapeuten selv opplever at valg av terapeutiske virkemidler påvirker de relasjonelle- og dialogiske prosessene i en spenningsfylt familieterapi kontekst.

Den kvalitative forskningstradisjon støtter seg til teorier fra postmodernismen og sosialkonstruksjonismen (Malterud 2013). Det betyr at materialet som beskrives og analyseres i denne oppgaven, handler om en kunnskap som er utviklet gjennom refleksivt samhandling på systematisk måte mellom meg som forsker og familieterapeutene som ble intervjuet. Kunnskapsproduksjonen i intervjuene vil aldri kunne bli fullstendig, den vil heller kunne føre til nye spørsmål og ikke til generelle og universelle sannheter. (Malterud 2013). I denne studien er det terapeutenes beskrivelser av hvordan ulike terapeutiske tilnærminger i et spenningsforhold påvirker de relasjonelle og dialogiske fenomen, som utgjør resultatene. Resultatene skal representere en ny forståelse av innhold, mening og særpreg ved fenomenene enn det som var kjent fra tidligere (Malterud 2013). Mitt perspektiv og min posisjon som forsker, påvirker hvordan materialet organiseres og tolkes. Min rolle som forsker vil også få betydning for hvilke ulike nyanser og mangfold av virkeligheten som kommer frem. Hvilken rolle og innflytelse jeg som forsker har, må eksplisitt gjøres rede for gjennom forskningsprosessen. Kunnskap produseres i skjæringspunktet mellom forskerens forforståelse og den teoretiske referanserammen og mellom empiri og teori (Malterud 2013).

Før jeg presenterer studiens datainnsamling vil jeg si noe om min forforståelse for tema studien tar opp.

### **3.4 Forforståelse**

«Hva skjedde nå?» Dette er et spørsmål som stadig vekker stilles av familiemedlemmer eller jeg som helsesøster som en respons på en annens reaksjon. I møter med tenåringer og deres foreldre sendes og mottas det kontinuerlig tusenvis av signaler mellom oss, som påvirker hvordan hver av oss forstår denne konteksten. Alle lager vi hypoteser og forforståelser ut fra opplevelsen vi sitter igjen med etter møter på mitt kontor. Mine egne forforståelser og hypoteser etter møter med de unge og deres foreldre, bringer jeg inn som «sannheter» i neste møte med familiene. Mine «sannheter» om familien kan begrense min nysgjerrig for hva som skjer i rommet utenfor min forforståelse. Andre samarbeidspartneres informasjon om ungdommen og dennes foreldre i forkant av møter, har vært gode bidrag til å utvide mine «sannheter» og hypoteser som jeg bringer inn i møte med ungdom og foreldre.

Egne erfaringer, hypoteser, faglig perspektiv og teoretisk referanseramme bidrar alle til min forforståelse. Etter nærmere femten år i skolehelsetjenesten for ungdom, har jeg møtt mange ungdommer og foreldre i fellessamtaler på mitt kontor. Jeg har samarbeidet med familier i forskjellige tverrfaglige kontekster. Ikke sjelden opplever jeg å tolke det relasjonelle jeg er vitne til som avvisning. Både ungdom og foreldre kan være den som avviser. Noen ganger ønsker en person bevisst å avvise, mens andre ganger er avvisningen implisitt. Taushet kan være et språk for avvisning. Er det utfordrende for familiemedlemmer å forstå hva som skjer, er det ikke sjeldent foreldre presenterer hypoteser om årsaker til familiens livssituasjon. Hypotesene foreldrene presenterer, kan ofte være vanskelig for tenåringene å kjenne seg igjen i. Det er ikke uvanlig at fokus i familiemøter handler om å fordele skyld. Jeg opplever ofte å se hvor mye makt ett familiemedlems forforståelsen kan bringe med seg, og hvordan den enkelte handler ut fra sin forforståelse. Mine egne dominerende forforståelser handler om at foreldre i mange tilfeller, har for liten kunnskap om sin rolle og sitt ansvar i den relasjonelle tilknytningsprosessen som pågår kontinuerlig mellom dem og ungdommen. Langvarige familiekonflikter kan skape brist i tilknytningen mellom de unge og deres foreldre. Jeg skulle ønske at foreldre i mange tilfeller kunne klare å vise ungdommen bekræftelse gjennom betingelsesløs kjærlighet. En kjærlighet som kan tåle tenåringens lite hensiktsmessige atferd. Kan foreldre klare å ha et videre perspektiv på ungdommen sin, vil de bedre kunne se hva tenåringen faktisk står for. Slike holdninger vil kunne veie opp for de mange daglige ikke ønskelige enkelthendelsene. Jeg skulle også ønske at foreldre kunne bli mer bevisst på å invitere ungdommen inn til en samtale som kan åpne opp for det spenningsfylte i relasjonen. En forutsetning er at ungdommen også ønsker forandring. Dette er min forforståelse om relasjoner foreldre-barn. Det vil antakelig prege både intervjuprosessen, analyse, tolkning og drøfting av empiri.

Min erfaring, teoretisk kunnskap og forforståelse vil være det perspektivet jeg bringer med meg inn i forskningsprosjektet ulike prosesser, bevisst og ubevisst. Det beste utgangspunkt for prosjektet er om min forforståelse skaper nysgjerrighet og ikke hindrer meg i å få øye på all informasjon og kunnskap som er utenfor min forforståelse. Et aktivt og bevisst forhold til egen forforståelse er viktig for at jeg som forsker skal evne å være åpen for kunnskapen familierapeutene meddeler.

### **3.5      *Datainnsamling***

#### **3.5.1    Kvalitativt forskningsintervju**

Intervju er en velegnet metode for intervjupersonene å gi informasjon om hvordan de opplever og forstår seg selv og sine omgivelser (Thagaard 2013). De kvalitative forskningsintervjuene er samtaler mellom forsker og intervjupersoner. Denne studien ønsker å belyse familierapeuters tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den terapeutiske samtalen. Formålet var å gjennomføre samtaler som kunne bidra til å åpne opp for nye spørsmål (Malterud 2013). Et spørsmål kunne være, hvorvidt terapeutene kunne gi anbefaling om noen terapeutiske virkemidler fremfor andre er med på å opprettholde dialogiske prosesser i en relasjonelt spenningsfylt kontekst.

Kunnskap ble produsert i et samspill mellom meg som forsker og familierapeutene. Intervjusituasjonen var ikke standardisert, selv om temaene jeg ønsket å vite noe om var fastlagt på forhånd (Thagaard 2013). Intervjuguiden ble revidert underveis i forløpet etter hvert som jeg lærte mer om hvor fokus burde være (Malterud 2013). Samtidig med endring av tema, hadde jeg fokus på at spørsmålene var belysende for problemstillingen (Thagaard 2013). Et mål var å inviterer familierapeutene til å dele sine egne erfaringer i form av konkrete historier. Den rikeste kunnskapen er oftest i det konkrete. Intervjupersonene fikk tilsendt informasjonsskriv (vedlegg 1) om prosjektets problemstilling i forkant av intervjuet. Terapeutene fikk informasjon via mail fra daglig leder på de ulike familievernkontorene. Informasjon om studiens problemstilling skapte en forutsigbarhet om hvilket tema intervjuet hadde fokus på. Viktige faktorer for kunnskapsproduksjon var forskers fokus på åpenhet og tålmodighet (Malterud 2013).

Viktige prinsipper for å kunne «bygge opp» et godt intervju, var å skape en god relasjon til dem jeg intervjuet ved å lytte oppmerksomt til det de fortalte. En presentasjon av gode spørsmål er også sentralt for å kunne gjennomføre et godt intervju (Thagaard 2013). Samtidig som jeg var bevisst på å skape en god relasjon, var jeg klar over det asymmetriske maktforholdet i relasjonen mellom meg som forsker og intervjuperson. Intervjupersonene som hadde samtykket til å delta, viste fortrolighet ved å svare på spørsmål om temaer jeg som forsker hadde bestemt. Det gjorde at intervjusamtalen ikke var en fullstendig likestilt samtale mellom meg som forsker og terapeutene jeg intervjuet (Kvaale og Brinkmann 2012).

Før jeg beskriver hvordan intervjupersonene ble rekruttert, vil jeg presentere studiens forskningsspørsmål.

### 3.5.2 Forskningsspørsmål

Forskingsspørsmålene tar utgangspunkt i studiens problemstilling.

«Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den terapeutiske samtalen?»

Jeg utarbeidet fire forskningsspørsmål.

1. Kjenner terapeuten til ulike terapeutiske tilnærminger hun kan støtte seg på når hun opplever at det oppstår et spenningsforhold mellom ungdom og foreldre i en familierapeutiske samtale?
2. Hvilke terapeutiske tilnærminger har terapeuten best erfaring med, og hvorfor?
3. Hvordan kan terapeuter bidra til å fremme dialog mellom de ulike stemmene når det oppstår et spenningsforhold mellom ungdommen og foreldre?
4. Hvilke erfaringer har terapeuter med hvordan de kan ivareta hvert enkelt individ når det oppstår spenningsforhold mellom ungdom og foreldre i den terapeutiske samtalen?

### 3.5.3 Utvalg og rekruttering av intervjupersoner

Utvalget til denne kvalitative studien ble gjort ut fra det som betegnes som tilgjengelighetsutvalg. Det betyr at utvalget var strategisk ved at forespørsel om deltagelse var eksplisitt rettet mot intervjupersoner som representerte egenskaper som var relevante for min problemstilling. Første kriteriet var at deltagerne var utdannet familierapeuter. Et annet kriterium var at intervjupersonene kunne representere kunnskap om erfaring med familierapeutisk samarbeid med ungdom og foreldre. Målsettingen med studiens strategiske utvalg var at materialet fra intervjupersonene best mulig kunne belyse problemstillingen som jeg presenterte (Malterud

2013). Oppgavens empiri skulle også være relevant for studiens teoretiske perspektiv og gi grunnlag for vurderinger om kunnskapen interne og eksterne gyldighet (Malterud 2013).

Intervjupersonene som ønsket å delta i studien gjorde seg tilgjengelige for meg som forsker. Personene som ønsket å delta tok direkte kontakt. Det tok en del tid før disse formelle henvendelsene nådde frem til personer som meddelte at de ønsket å delta. Underveis utvidet jeg henvendelsen til flere familievernkontor i ulike fylker. I utgangspunktet var tanken å rekruttere intervjupersoner fra familievernkontorene i et fylke. De første familievernkontor jeg henvendte meg til fikk mail med informasjon om studien. Jeg fikk liten responsen på henvendelsen. Jeg tok kontakt med flere av kontorene for andre gang per telefon. Selv om de merkantile skulle viderefremde informasjonen til kontorets ledere og ansatte, fikk jeg fremdeles liten respons. Etter hvert forstod jeg at jeg måtte utvide min henvendelse til flere fylker om jeg skulle få tak i de fem informantene som i utgangspunktet var planlagt. Jeg endret derfor strategi. For hvert kontor jeg kontaktet, fikk jeg en direkte kontakt med leder, per telefon eller via mail. Jeg fikk flere tilbakemeldinger, men fremdeles hadde jeg for få terapeuter som ønsket å delta i studien. Veileder for oppgaven anbefalte personer jeg kunne kontakte. Også klasselærer på masterstudiet engasjerte seg. Han kunne skaffe familieterapeuter til studien fra sitt lokale nettverk i midt Norge. Etter henvendelse til over femten familievernkontor, og nesten tre måneders hardt arbeide, fikk jeg henvendelse fra åtte familieterapeuter som ønsket å delta. Jeg takket nei til de tre som bodde geografisk lengst unna. De var villige til å stille opp om noen trakk seg. De fem familieterapeutene som deltar i studien kommer fra fire forskjellige fylker. Min hypotese på mangelfull respons handler om terapeuters travle hverdag.

I kvalitative studier er representativitet i klassisk forstand lite relevant ifølge Malterud (2013). Et mer adekvat kriterium er empiriens informasjonsrikdom som også bør være tilstrekkelig variert, slik at problemstillingen kan belyses fra ulike sider (Malterud 2013). Selv om studiens intervjupersoner er en homogen gruppe ved at de alle er familieterapeuter og har felles basert feltekunnskap, opplevde jeg at materialet jeg fikk kan utfordre tilsynelatende opplagte konklusjoner (Malterud 2013).

En utfordring ved å bruke et utvalg som er tilgjengelig for meg som forsker, er at slike utvalg rekrutterer ofte personer som er fortrolig med forskning, deltagere som ikke har noe imot at deres arbeidssituasjon blir studert. Thagaard (2013) etterspør hvilken betydning slike «skjev-

heter» kan ha. Jeg som forsker vil aldri få vite hvilken informasjon jeg går glipp av når tilgjengelighetsutvalget representerte en homogen gruppe (Thagaard 2013).

Jeg søkte NSD (Norsk Samfunnsvitenskapelige Datatjeneste) for godkjenning (vedlegg 2).

Jeg vil så presentere selve gjennomføringen av intervjuene.

### 3.5.4 Gjennomføring av intervju

Intervjuguiden (vedlegg 3) som var mitt arbeidsredskap gjennom intervjuprosessen, ble revurdert etter hvert intervju. Erfaringene gjorde meg mer bevisst hvor fokuset burde være. Størst endring ble gjort mellom de to første intervjuene. I løpet av transkriberingen av første intervju, opplevde jeg at fenomenet dialog kom i skyggen av fenomenet spenningsforhold. Intervjuguiden ble utarbeidet ut fra min nysgjerrighet etter mange års arbeid med ungdom og foreldre. Teori om dialog, kommunikasjon, sirkularitet og tilknytning var også med å danne grunnlaget for intervjuguiden. Min nysgjerrighet handler om hvorvidt familierapeuter har gjort seg erfaringer med om det er sammenheng mellom terapeutiske virkemidler og opprettholdelsen av dialog når en spennings situasjon oppstår mellom ungdom og foreldre i en terapikontekst.

Gjennomføringen av intervjuene ble gjort på arbeidsplassen til intervjupersonene, noe jeg hadde tilbudt for ikke å ta for mye av arbeidstiden til familierapeutene. Intervjupersonene har sin tilhørighet i fire forskjellige fylker. Spørsmålene i intervjuguiden var ikke kjent for intervjupersonene før intervjuet. Avtalen om å gjennomføre intervjuet i sin helhet uten pauser ble gjort før intervjuet startet. Jeg avklarte også med intervjupersonene at intervjuet ville være en samtale hvor jeg stilte spørsmål for så å lytte og gi respons. Responsen kunne noen ganger være i form av oppfølgingsspørsmål men ellers lite verbal på grunn av transkriberingsmengden. Hensikten med å avklare rammer før intervjuet startet, var for å skape tillit og en forutsigbar atmosfære i intervjusituasjonen (Malterud 2013). Intervjupersonene var komfortable med at intervjuet ble tatt opp både med diktafon og telefon. Telefonen var en back-up om noe skulle skjære seg med diktafonen. Materialet på telefonen ble umiddelbart slettet da jeg hadde forsikret meg om at opptaket var på diktafonen. Terapeutene ble i etterkant av intervjuet spurt om hvordan det var for dem å delta i studien. Alle fem intervjupersonene uttrykte at de hadde en positiv opplevelse. Intervjuene tok litt i overkant av en time.

### 3.5.5 Transkripsjoner

Transkripsjon betyr å transformere. I denne konteksten handler det om at jeg som forsker skrev ned ord for ord mens jeg lyttet til opptakene fra intervjuene. Også gjentakelser, «ehm», pauser og latter er registrert. Dialekter ble transkribert. Dialektuttrykk var «rester» av opprinnelig dialekt. Det gjorde at jeg vurderte at dialektene ikke ville gjøre noen forskjell for anonymitet. Transkripsjonene omformer det som ble fortalt meg ansikt til ansikt, til en skriftlig tekst (Kvale og Brinkmann 2012).

Transkriberingen valgte jeg å gjøre selv for å få nærhet til materialet. Ved å være et bindeledd mellom det muntlige og det skriftlige, fikk jeg ett nytt perspektiv på terapeutens arbeidskontekst. En annen fordel var at jeg kunne oppklare uklarheter som kunne være av betydning for meningen i teksten.

Mine rådata er intervjuuttalelser som er forfattet gjennom samhandling om emner vi hadde felles interesse for. Studiens fem intervjupersoner og jeg som forsker hadde en felles forståelse for hvilke temaer som var aktuelle for studien (Kvale og Brinkmann 2012).

Transkriberingene må ikke forveksles med virkeligheten. Den vil kun være et avgrenset bilde av kunnskapen som skapes i en intervjukontekst. Omforming innebærer en filtrering der mening går tapt eller forvrenges underveis (Malterud 2013). I arbeidet med transkriberingen opplevde jeg at det var vanskelig å oppfatte eller forstå alt som ble sagt på opptaket. Siden jeg var bevisst på at det utydelige gir rom for tolkning, transkriberte jeg hva jeg hørte etter beste evne.

En tilnærmet ordrett transkribering gav meg som forsker en helt annen opplevelse av samtalen enn det jeg hadde hørt da jeg var tilstede. Intervjukonteksten hadde en struktur hvor det muntlige ble meningsfylt, men i skriftlig form kunne noe oppleves som ufullstendig. Denne opplevelsen minnet meg på at jeg må holde fokuset på de levende intervjuene og ikke la transkriberingen «fryse intervjuet i ferdige tilbakelagte enheter» (Kvale og Brinkmann 2012: 200). Intervjuene er levende samtaler, ikke transkripsjoner (Kvale og Brinkmann 2012)

Formålet med transkriberingen var å finne en form som på en best mulig måte kan meddele det intervjupersonene ønsket skulle komme frem. Materialet fra intervjuene skal kunne hjelpe



meg til å utvide min kunnskap om de fenomenene jeg undersøker (Kvale og Brinkmann 2012).

Forskerens transkriberingsarbeid er et filtrerings – og tolkningsledd i forskningsprosessen. Jeg som forsker setter spor mens jeg omformer materialet fra muntlig til skriftlig tekst, og kan på den måten påvirke meningen i teksten.

Transkripsjonen gir meg en metaposisjon til materialet. En metaposisjon gir meg et oversiktsbilde hvor jeg har mulighet til å legge merke til perspektiver som ikke var tydelige i samtalen.

Videre vil jeg presentere noen etiske betraktninger for gjennomføringen av studien.

### 3.5.6 Etiske betraktninger

Forskning er avhengig av at mennesker er villig til å gi av sin kunnskap. Tillit er en grunnleggende faktor for at forskningen skal få denne kunnskapen.

«Forskningsetikk handler om å ivareta personvernet og sikre troverdigheten av forskningsresultatene» (Dalland 2012:96).

Normer og verdier utgjør viktige elementer av kunnskapen som utveksles og utvikles mellom intervjuperson og forsker i en kvalitativ studie. Informert samtykke, konfidensialitet, konsekvenser og forskerens rolle er fire etiske retningslinjer forskeren forholder seg til gjennom hele studien (Kvale og Brinkmann 2012).

Intervjupersonens deltagelse i prosjektet handler om at vedkommende gir forskeren innsikt om sensitive eller fortrolige fenomen fra sin praksis. Hensikten med informert samtykke er å styrke intervjupersonenes autonomi, som oppmuntrer dem til å dele den informasjonen fra sin praksis som de selv bestemmer at de ønsker å dele. Intervjupersonene får informasjon om prosjektets overordnede formål og hovedtrekkene i designet. Samtykket er frivillig og intervjupersonen har rett til å trekke seg når som helst ut av undersøkelsen uten begrunnelse og uten at det får negative konsekvenser for vedkommende. Hvem som får tilgang til materialet og hva som kan publiseres er også viktig informasjon intervjupersonene får før de samtykker (Dalland 2012).

Konfidensialitet handler om at forskeren ikke kan avsløre private data som avslører identiteten til intervjupersonen. Kravet om fortrolighet kan være et etisk dilemma fordi forskeren kan få muligheten til å tolke intervjupersonenes utsagn uten det blir motsagt, dermed kan konfidensialitet frata intervjupersonen den stemmen som var formålet med at vedkommende ble med i studien som informant (Kvale og Brinkmann 2012).

Ved gjennomføring av et kvalitativt forskningsintervju er det viktig at forskeren er klar over at tilliten og fortroligheten mellom forsker og intervjuperson kan føre til at intervjupersonen kan gi opplysninger hun senere kan komme til å angre på at hun har gitt. Deltageren må kunne ha tillit til at forskeren tar ansvar for det som er sagt ved at hun håndterer det på en måte som er i samsvar til hvordan det var ment. Et forskningsintervju stiller sterke krav til forskerens sensitivitet for å vurdere hva som er hensiktsmessig informasjon for prosjektet. Forskeren kan også lett overse at hun kan komme til å såre intervjupersonen ved å glemme forskjellen mellom tale- og skriftspråk om vedkommende mottar transkripsjoner av intervjuet eller om hun leser direkte sitat i den publiserte utgaven. (Kvale og Brinkmann 2012).

Kvaliteten på den vitenskapelige kunnskapen og de etiske beslutningene av studien er avhengig av forskerens kunnskap, ærlighet, rettferdighet og erfaring, fordi forsker er det viktigste redskapet til innhenting av kunnskap

Prosjektplan, informasjonsskriv og intervjuguide ble sendt og godkjent av Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD) før forsker rekrutterte informanter.

Den kunnskap som produseres i denne studien har ingen allmenn gyldighet. Det vil si at kunnskapen ikke kan anvendes under alle omstendigheter og for ethvert formål. Mitt formål som forsker er å «overveie gyldigheten av hva studien fortelle noe om, og hvilken overførbarhet funnene har utover den sammenhengen der studien er gjennomført» (Malterud 2013:21).

### 3.5.7 Pålitelighet og gyldighet

Forskers og forskningsresultatets pålitelighet er spørsmål som ofte stilles i intervjuforskning. Et hovedspørsmål i forbindelse med pålitelighet handler om hvorvidt en annen forsker kan reproducere forskningsresultatet ved å anvende samme metode. Forskeren må argumentere for pålitelighet ved å redegjøre for hvordan materialet er blitt utviklet i løpet av forskningsproses-

sen, og for alle valg forsker har foretatt på en transparent måte (Thagaard 2013). I intervju-situasjonene kan det være mulige feilkilder. Et par av familieterapeutene ba meg gjenta spørsmål som de opplevde var vanskelige å forstå. Jeg valgte å stole på at terapeutene hadde bedt meg forklare hva jeg ønsket svar på om noe var uklart. Lydopptak er også en mulig feilkilde. Jeg opplevde at enkelte ord på opptakene var noe uklare. Utydelige ord på opptakene gir rom for tolkning under transkriberingen. Intervjupersonenes misforståelse av et spørsmål og transkripsjon av utydelige ord er noen eksempler på hva som kan fører til redusert pålitelighet (Dalland 2012).

Det er viktig at forskeren skiller mellom informasjon fra feltarbeidet og hva som er forskerens egne refleksjoner i møtet med feltet. For å styrke sin pålitelighet gjør forskeren forskningsprosessen transparent ved å gi en detaljert beskrivelse av forskningsstrategi og analysemetode slik at prosessen kan vurderes trinn for trinn (Thagaard 2013).

Spørsmål om transkripsjonens troverdighet nevnes lite i samfunnsvitenskapelige intervjuer. Begrepet setninger passer til skriftspråket, men er vanskelig å overføre til talespråket (Kvale og Brinkmann 2012). Talespråket er mer oppstykket og mindre formelt enn skriftspråket (Malterud 2013). I omformingen fra muntlig tale til skriftlig tekst, vil to forskjellige forskere mest sannsynlig gjennom sin fortolkning av det de hører plassere komma og punktum på ulike steder og dermed gi identiske transkriberte ord ulik mening (Kvale og Brinkmann 2012). Dette er et eksempel på transkripsjoners intersubjektive gyldighet når to forskjellige personer transkriberer et og samme intervju (Kvale og Brinkmann 2012). En annen forsker vil mest sannsynlig hente frem et annet materialet enn jeg har gjort i denne studien.

Gyldighet er knyttet til tolkning av data (Thagaard 2013). Forskeren stiller kontrollspørsmål om hvor gyldig tolkningen av materialet for studien er. Det er viktig at forskeren er kritisk til hva som ligger til grunn for egne tolkninger. Ved at forskeren stiller spørsmål om resultatene av undersøkelsen er gyldige i forhold til virkeligheten som er undersøkt, kan hun vurdere gyldigheten av studien (Thagaard 2013). Gyldighet handler om å stille kontrollspørsmål (Kvale og Brinkmann 2012).

Måler jeg det jeg tror jeg måler, er et kontrollspørsmål til meg selv som forsker underveis i forskningsprosessen. Spørsmålet er med på å gyldiggjøre i hvilken grad jeg undersøker det studien er ment å undersøke (Kvale og Brinkmann 2012). Forskningsprosessens gjennom-siktighet styrker forskningens gyldighet. Det innebærer at jeg som forsker tydelig viser leseren

hva som ligger til grunn for de fortolkningene jeg gjør ved å beskrive hva jeg ser i analysen som gir grunnlag for de konklusjonene jeg kommer frem til (Thagaard 2013). En teoretisk gjennomskiktighet som beskriver forskers ståsted og forskers refleksjoner over intervjukontekst er viktig argumentasjon for forskers pålitelighet (Thagaard 2013).

Når det transkriberte materialet granskes, er utfordringen å finne ut hva materialet har å fortelle (Dalland 2012). Analysemetode er et redskap til å identifisere og systematisere slike funn, og vil bli presentert i neste avsnitt.

### **3.6      *Analysemetode***

I analysen av materialet har jeg valgt en modifisert metode av den amerikanske psykologen Amedeo Giorgis fenomenologiske analyse. Metoden er modifisert av Kirsti Malterud og eigner seg for «deskriptiv tverrgående analyse for utvikling av nye beskrivelser og begreper» (Malterud 2013:96). Analysen bygger bro mellom studiens rådata og resultatet. Brobygging handler om å organisere, fortolke og sammenfatte materialet fra intervjuene.

Forskningsspørsmålene er mine spørsmål til materialet. Spørsmålene tar utgangspunkt i problemstillingen. Svarene er kjennetegn og mønstre som jeg gjennom systematisk og kritisk refleksjon kan gjenfortelle og identifisere. I analysefasen må jeg ta stilling til hvilket fokus jeg velger å ha. Analysen har fokus på fellestrekk og ikke variasjonsbredde. I denne studien betyr det at jeg fokuserer på fenomen i materialet som har det felles at det åpner opp for det dialogiske og ikke fenomen som hindrer dialog.

Ved gjennomføring av analysearbeidet er det viktig at jeg prøver å sette min egen forforståelse til side. Fordi dette er et uopnåelig mål, er det viktig at jeg har et reflektert forhold til min egen innflytelse på materialet. Min oppgave er at jeg kan gjenfortelle familieterapeutenes erfaringer og meningsinnhold uten at å ha mine egne tolkninger som fasit. Et godt vitenskapelig arbeid krever refleksivitet i forhold til egen posisjon (Malterud 2013).

Formålet med den fenomenologiske analysen i studien, er å få kunnskap om terapeuters erfaring med hvordan terapeutiske virkemidler påvirker dialogiske- og relasjonelle prosesser i en spenningsfylt familieterapikontekst. En utvidet kunnskap om hvordan terapeuters valg av te-

rapeutiske virkemidler påvirker fenomenenes nyanser og mangfold er også et sentral kunnskap.

I følge Malterud beskriver Giorgi at analysen gjennomføres i fire trinn (Malterud 2013).

### 3.6.1 Trinn 1: Helhetsinntrykk av materialet

Første trinn handlet om å bli kjent med det transkriberte materialet. De fem transkriberte tekstene fikk hver sin fargekode som representerte hver intervjuperson. Fargekodene ble gitt for å kunne ha oversikt over materialet. I denne fasen var helhetsinntrykket viktigere enn detaljer. Jeg så etter tema som kunne si noe om fenomen som kan bidra til å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i terapirommet. Jeg leste gjennom materialet flere ganger mens jeg noterte ned ulike tema som intuitivt fanget min interesse. Etter en oppsummering satt jeg igjen med ni tema. Temaene fra en til ni var:

1. Motstand hos ungdom til å komme til familieterapi
2. Ubalanse mellom ungdom og foreldre/foreldrenes makt
3. Redefinering av historier
4. Endre roller
5. Endre tale og lytte posisjon
6. «Balooning»
7. Bryte gamle mønstre
8. Å bli forstått og forstå
9. Relasjonen mellom familiemedlemmene

Jeg skulle ha med meg tre til seks reviderte tema til videre analyse. Temaene jeg valgte å ha med meg videre var: 2, 4, 5 og 6. Jeg valgte ikke det relasjonelle som et tema, fordi studien som helhet handler om relasjoner. Temaene jeg valgte ut er alle en «bit» av en relasjon, en «bit» av helheten.

Jeg valgte tema «balooning» og endre roller som representerer to svært forskjellige terapeutiske strategier. Endre roller forlater spenningen og får frem andre sider ved personene mens «balooning» pakker ut spenningen som oppstår mellom familiemedlemmene i rommet. Temaet som handler om endre tale og lytte posisjon er terapeuters intervensjon i rommet for at alle skal bli hørt.

### 3.6.2 Trinn 2: Identifisere meningsbærende enheter

I analysens andre fase var oppgaven å skille relevant fra irrelevant tekst. Ved gjennomgang av materialet linje for linje identifiserte jeg meningsbærende enheter som kunne bære med seg informasjon om temaene jeg hadde med fra første trinn. Samtidig med at jeg klippet ut de meningsbærende enhetene fra materialet, begynte jeg å systematisere dem. Tekstbitene som ble klippet ut var både korte og lange og de hadde ingen avgrenset form av tradisjonelle språkelementer som setninger og replikker. For å kode tekstbitene måtte jeg først identifisere dem i teksten og så klassifisere dem. Tekstbitene ble hentet ut av sin opprinnelige sammenheng og samlet i en kodegruppe med andre tekstbiter de hadde noe til felles med (Malterud 2013).

Et eksempel: «endre tale og lytteposisjon»

To meningsbærende enheter:

5/447-450 «så tenker jeg at det på en måte å bruke speil eh lager et helt annet rom for ungdommen da til å tørre å vise noe mer, være noe mer, slappe av i det samtidig som foreldrene sitter på utsida og kan se, plutselig kanskje oppdage en litt mer voksen person som sitter der».

4/526-528 «det strukturelle med Minuchin og kunne også si «jeg lurte på om dere foreldre skulle sette dere sammen eh er det ok» altså det å bevisst lage de til et par der man føler at barna har infiltrert og tatt mors eller fars plass».

Ved identifisering av meningsbærende enheter begynte et nytt tema å vise seg. Temaet er terapeutens allianse med ungdom og foreldre. Jeg gikk da tilbake og hadde en ny gjennomgang av materialet fra første intervju for å identifisere og klassifisere eventuelle meningsbærende enheter til temaet. Temaet er med videre i analysen.

Gjennom analysens to første trinn har det vært utfordrende å være bevisst hvilke skjulte regler jeg hadde brukt i etablering av kodene og hvilke kriterier jeg hadde brukt for å inkludere eller ekskludere meningsbærende enheter. Denne erkjennelsen gjorde at jeg med jevne mellomrom løftet temaene opp for å se om de kunne belyse problemstillingen.

### 3.6.3 Kondensering – fra kode til mening

I analysens tredje trinn reduserte jeg mitt empiriske materiale ved å stille studiens forsknings-spørsmål til de meningsbærende enhetene som var kodet sammen. Tekst som ikke gav mening til studiens problemstilling, ble lagt til side (Malterud 2013). Materialet ble redusert fra 129 sider tekst til fem kodegrupper av meningsbærende enheter. Tekstbitene som tilhørte de ulike kodegruppene ble limt opp på store ark for å få en oversikt over materialet. Ved å lese gjennom de meningsbærende enhetene tilhørende hver kodegruppe sorterte jeg materialet i subgrupper. Subgruppene er nyanser som beskriver forskjellige meningsaspekter ved kodenavnet (Malterud 2013). Videre i analysen er det er subgruppene som er analyseenehtene. «Balooning» har fra analysenivå to til tre endret navn til «utforske spenningen i rommet» som handler om mitt ståsted i en språkssystemisk terapeutisk tilnærming.

Et eksempel er:

Kodegruppe: «utforske spenningen i rommet»

Subgruppe: «kan vi stoppe opp litt»

Subgruppe: «det usagte»

Subgruppe: «agendaen i det som blir sagt»

På dette nivået i analysen laget jeg kondensat, kunstige sitater. Jeg fulgte en systematisk prosedyre for å kondensere og fortette innholdet i hver av subgruppene innenfor hver kodegruppe. Kondensatene er data fra de enkelte meningsbærende enhetene som er skrevet i en mer generell form. Vurderingen av materialets betydning i de ulike analysetrinnene er min tolk-

ning av materialet. En annen forsker ville mest sannsynlig ha gjort et annet utvalg (Malterud 2013).

Et eksempel på kunstig sitat:

«Kaotiske samtaler er fryktelig vanskelig å avslutte, men de avsluttes alltid med at jeg tar en runde og sjekker ut med hvert enkelt ved kanskje å sitere direkte, bruke ordene de selv har brukt og spør om det stemmer det jeg har hørt».

Kondensatet er et arbeidsnotat som er satt sammen av de enhetene som forsker fant mest uttrykksfulle og rike på informasjon. Et kondensatet sammenfatter og gjenforteller informasjonen i hver subgruppe. Tekstene er et arbeidsnotat som sammenfattes til en analytisk tekst i analysens fjerde og siste nivå (Malterud 2013).

#### 3.6.4 Sammenfatning – fra kondensering til beskrivelser og begreper

I denne studien er det nye beskrivelser som er aktuelt.

I analysens siste fase har jeg sammenfattet mine funn fra de ulike subgruppene til en gjenfortelling. Gjenfortellingen er en analytisk tekst som skal legge grunnlaget for nye beskrivelser som kan deles med andre. Hver tekst har fått en overskrift som sammenfatter innholdet i teksten. Tekstene beskriver sirkularitet, lytte og taleposisjon, endring av fokus og det å utforske spenningen i rommet.

For å vurdere hvorvidt gjenfortellingene var gyldige i forhold til hva familieterapeutene hadde sagt, sjekket jeg ut de opprinnelige uttalelsene fra sammenhengen de var hentet ut fra.

### 3.7 **Sammendrag av analyseprosessen**

Gjennom hele analyseprosessen har jeg prøvd å ha et refleksivt forhold til min egen posisjon for å være mest mulig åpen for hva materialet har fortalt meg. Mange overveielser er gjort underveis når det gjelder valg av tema, uttrykk og språk for i størst mulig grad å kunne representere det familieterapeutene har fortalt. Jeg vil her presentere de kodegrupper og subgrupper jeg sitter igjen med som gir grunnlaget for studiens funn.



Kodegruppe 1: Ved å tillegge egne erfaringer vekt, kan folk tro på seg selv, og se at de har det som skal til for å kunne gå videre og klare seg selv

Subgrupper:

- A) Beskytterrolle for den svakeste part
- B) Terapeuten er ikke eksperten
- C) Å bli sett og hørt
- D) Et samarbeidsprosjekt

Kodegruppe 2: Det å lytte handler om å skape et rom hvor det kommer frem informasjon som kanskje ikke har kommet frem før

Subgrupper:

- A) Alle får muligheten til å uttale seg

Subgruppene «den synlige endringen», «å berede grunnen» og «terapeuten videreformidler» ble valgt bort da de ikke hadde sterkt nok forankring i studiens problemstilling.

Kodegruppe 3: Når gamle mønstre brytes, kan nye verdener oppstå

Subgrupper:

- A) Kan vi stoppe opp litt
- B) Det usagte
- C) Hva er agendaen i det som blir sagt

Kodegruppe 4: Vi blir til i møtet med den andre

Subgrupper:

- A) Redefinering

B) Passe annerledes

Subgruppen «et bredere blikk på seg selv» ble ikke med til analysenivå 4 fordi det ikke hadde nok forankring i problemstillingen.

## 4 Presentasjon av funn

I dette kapittelet vil jeg presentere de fire funnene jeg har kommet frem til i løpet av analyseprosessen. Funnene er produkt av mine tolkninger og analyse av fem familierapeuters fortolkninger av sine møter med ungdom og foreldre i en spent terapikontekst. Studiens funn er utvidede beskrivelser av begreper som leseren vil kjenne igjen fra teori eller sin forforståelse.

Funnene vil bli presentert med sitater hentet fra informantene. Sitatene velges for å kunne belyse de ulike funnene de representerer.

### 4.1 ***Ved å tillegge egne erfaringer vekt, kan folk tro på seg selv og se at de har det som skal til for å kunne gå videre og klare seg selv***

For familierapeutene var det viktig at ungdommene ikke skulle bære ansvaret for familiens konflikt. Det viktigste for dem var å skape en god allianse med ungdommene slik at de kunne slappe av og føle seg trygge.

«Jeg er veldig opptatt av å starte med å trygge eh sikre den ungdommen og kjenne seg hørt og sett først for det er et strategisk grep for å demme opp for den frykten for at det er liksom de voksne mot meg, og for å roe ned kamp og beredskapen ..» 1/68-70

Intervjupersonene mener at terapeuter ikke klarer å få til noe hvis de ikke klarer å vise ungdommene respekt, ydmykhet og være veldig fokusert og legge merke til kroppsspråk. Flere av terapeutene mente det var viktig å validere ungdommene og si at de er modige. I følge en av informantene må selv litt uheldig atferd valideres.

«Du har jo hatt det veldig vanskelig, så det forstår jeg liksom, asså validere også litt uheldig atferd da sånn at de ikke føler seg så dårlige og elendige, som en drittsekk eller eh elendig selvbilde, ikke ha tro på at man bare er sånn dum idiot som ungdommen som for eksempel kan oppleve det». 3/419-423

Opplever ungdommene at noen forstår dem, kan de få et endret syn på seg selv og ikke bare tenke negativt om seg selv. Et varmt blick og en klapp på en skulder fra en som har håp for dem kan gi en ny opplevelse om at det er mulig at noen kan oppfatte det de ønsker seg. Flere av terapeutene uttalte at de hadde flere roller, men at et spesielt ansvar var å beskytte den sva-

keste part som de opplevde var ungdommen. En av terapeutene uttrykte eksplisitt at hun beskyttet ungdommene slik at det ikke skjedde for mye av det som forsterker spenningen.

«... tenker at jeg har en sånn slags beskytterrolle eh i forhold til liksom svakeste part da, og vist i de aller fleste tilfeller så er det ungdommen ..». 1/112-113

En av de andre terapeutene fortalte hvilke verdier hun var opptatt av i møte med ungdommer og foreldre for å legge til rette for dialog.

«.. jeg blir vel opptatt av når barn og unge er i rommet sammen med voksne at liksom at det skal være likestilt da, at de skal bli like mye hørt og at de skal telle like mye ehm i uttalelsene sine». 5/52-54

Terapeutene var tydelige på at de menneskene de møter er selv eksperter i sine liv. De mente det var viktig å vise en varsomhet og spørre veldig etter erfaringer fra folks liv. Ved å få frem folks egne erfaringer og tillegge deres historier vekt, kan terapeuter bidra til at personene selv får tro på at de har det som skal til for å kunne gå videre og klare seg selv.

Flere av informantene uttrykte at det nærmest er et menneskesyn å respektere hvor sårbare alle er. Samtlige av terapeutene vektla hvor viktig det var å tydeliggjøre alles stemmer og anerkjenne hvert enkelt ved å si at det var fint og modig av dem å være med i familiesamtale.

«.. det å være en brobygger eh å være den som ehm ..(pause) hjelper dem til å høre på hverandre, forstå hverandre, ta imot hverandre ..». 1/116-117

Noen av terapeutene hevdet at første bud i familiesamtaler er å ivareta den som kanskje kjenner seg svakest, og det nest viktigste er å være sikker på at alles stemmer blir hørt. Terapeutene var oppmerksom på at de ikke bare måtte validere menneskene de møtte inni seg selv, men gi dem en tydelig og konkret bekreftelse på at de ikke bare ble hørt, men at deres nyanser ble hørt. Terapeutene opplevde at kaotiske samtaler var fryktelig vanskelige å avslutte. De avsluttet alltid slike samtaler med å ta en runde og sjekke ut med hvert enkelt, om det de hadde oppfattet stemte med det som var fortalt. Terapeutene sjekket ut ved å sitere direkte, eller å bruke ordene personene selv hadde brukt. Min første intervjuperson fortalte at det å gjenta handlet om mer enn å forsikre seg om at hun hadde hørt det som var sagt. Det var også en hjelp til å navigere mot hva som berørte den enkelte, for å kunne validere det. Parallelt med ordene foregår en nonverbal kommunikasjon. Alle terapeutene mente var viktig for dem å være sensitiv for den non-verbale for å kunne stoppe opp når endringer oppstår i rommet.

«.. jeg tror av og til å høre folk litt ut og atte ... (pause)kanskje prøve å tåle litt den spenningen og finne litt ut av hva det er og så går sinnet over til en slags tristhet og da kommer ofte litt av hvordan man skulle ønske det var og så er det kanskje en sorg som ligger der, eh sånn atte spenninger er vel ofte noe som ... hvis det får lov til å bli pakka ut litt så kanskje man finner litt ut .. at man kan snakke om det på en annen måte enn å fylle rommet bare med spenning ..». 4/566-571

Familiene bestemmer alltid hva de ønsker å snakke om, med hvem, når og hvor. Et viktig signal en av terapeutene gir for å vise respekt og ivaretagelse for dem som lytter, er at hun hele tiden sjekker ut om temaet de snakker om er ok å snakke om. En annen terapeut hadde erfart at et utgangspunkt for et samarbeid kunne være om folk kjente at hun likte dem og hadde tro på dem. Det kunne åpne opp for mange håp og drømmer. Når terapeutene spør etter familiedlemmenes historier, opplever de seg invitert inn i et samarbeid. Terapeutenes samarbeid med familien i rommet er å være en del av det som er vanskelig. Samarbeid handler ikke bare om at terapeuten spør etter foreldrenes eller ungdommens historier, men at de inviterer seg selv inn ved å høre om de kan komme med et forslag. Den ene av terapeuten fortalte at ved samarbeid har ingen overlatt ansvaret til noen andre, man blir minnet på at alle sammen er aktører.

«.. det å bli spurt etter tenker jeg jo er, det å oppleve seg invitert til samarbeid i rommet vil jo være en kjempeviktig faktor som reduserer stress som gjør at dette ikke blir vanskeligere enn det må bli». 2/209-211

Der hvor ungdom og foreldre blir møtt med et verdisyn om at de er eksperter i sine liv, at det er den enkeltes historie og erfaringer fra sine liv som har verdi i terapirummet, kan bli en prosess hvor personene selv kan få en tro på at de har det som skal til for å klare seg videre i livet.

#### **4.2 *Det å lytte handler om å skape et rom hvor det kommer frem informasjon som kanskje ikke har kommet frem før***

Noen av familieterapeutene fortalte at foreldre gjerne vil komme alene for å snakke om hvordan de bedre kan snakke med barna sine. Flere av terapeutene fortalte at de brukte mest å ha hele familien tilstede. Erfaringene til flere av terapeutene var at det var mye mer kraft i at alle var tilstede og de kunne se at dialogen endret seg underveis. Fire av de fem terapeutene rapporterte at bruk av speil laget et helt annet rom for ungdommene slik at de torde å vise noe

mer, være noe mer og slappe av samtidig med at foreldrene sitter på den andre siden og kan oppdage en litt mer voksen person som sitter der og prater.

«.. de har så mye erfaring med at foreldrene kanskje ikke klarer å styre seg i samtalen, bruker mye mimikk og kroppsspråk og sånn som gjør at ungdom settes ut av spill eh mens når vi har speil så sitter på en måte foreldrene bak speilet og ungdommene har samtale med meg hvor de snakker om hvordan de opplever .. hvordan de har det samtidig som det sitter en terapeut bak sammen med mor eller far og sier: Hva er det du hører? Hvordan er det for deg? Og så bytter vi plass hvor ungdommen får høre hvordan det er for foreldrene å sitte å høre på dem og hva de har sagt da, det syns jeg setter i gang en .. dialogen på en måte hvor de har større sjans til å få delt hva de faktisk tenker istedenfor å gå i klinsj da». 5/170-179

Mange av terapeutene fortalte at de hadde mulighet til å ta opp foreldrenes oppdagelse av ungdommens «nye» sider etter samtaler med speil. Terapeutene rapporterte om hvor sterkt det var å se når foreldre og ungdom hørte og så hva den andre fortalte.

«Det å jobbe systemisk ble veldig tydelig når du jobbet med speilsaker». 3/360

En annen av informantene fortalte om en av sine sterke opplevelser ved bruk av speil i samtale med ungdom og foreldre.

«.. husker du, husker du at du faktisk oppdaga at hun var mye mer voksen enn .. asså at du kunne stole på hu .. at du blei overraska over at hu hadde så gjennomtenkte tanker for eksempel, for med deg så er hun veldig ofte bare sint og krass og liksom de tinga ..» 5/485-488

Flere av terapeutene hadde erfaringer med å bruke forskjellige tale- lytteteknikker hvor hele familien var tilstede. Da hadde de laget en struktur for samtalen. Strukturen gikk ut på at alle skulle snakke ferdig uten å bli avbrutt. Alle ble forsikret om at de skulle få snakke. Samtlige av intervjupersonene la vekt på betydningen struktur hadde i familiesamtaler. Det en av intervjupersonene brukte aller mest i samtaler når hele familien var tilstede, var å forvente at hver og en fulgte noen regler i løpet av samtalen.

«her inne er det sånn at alle får lov til å snakke ferdig, og når den snakker så skal alle vente, det kan godt få .. om det er noen som syns det blir vanskelig kan de få et papir å skrive på ehm for å notere om det er noe de på en måte ønsker å si noe om da ...». 5/206-209

Familieterapeuten i det andre intervjuet sa hva hun tenkte det å lytte handler om.

«... at partene er i stand til og villig til å lytte til hverandre, at de er nysgjerrige på hverandre, at de ikkje det er sånn at en part forventer å formidle sannheten eller fasiten

og den andre part skal lytte, men det å skape et rom hvor det kommer frem informasjon som kanskje ikkje har kommet frem før». 2/39-42

For min første intervjuperson handlet struktur også om å ha en autoritet til å stanse samtalen når hun opplevde at samtalen gikk inn i et lite konstruktivt spor.

«...så bygger det seg opp, så blir det på en måte mer og mere anklagende også er det noe da å ha den autoritet til å stoppe opp, nå ble det for mye for meg, du kan godt ta det med meg, asså på en måte dele opp. «Kan vi dele dette opp litt skjønner du har mye på hjertet, det er så viktig det du sier, kan vi ta dette først?» Hjelpe å ikke overvelde den personen og ikke skremme». 1/435-440

En annen terapeut fortalte at hun brukte gule post- it- lapper for å synliggjøre hva både hele familien ønsket seg og hva den enkelte ønsket seg.

«Vi har jo ofte med oss sånne store post it, og et vanlig spørsmål for oss kan være, tenk på familien din så er det sikkert mye som fungerer bra som vi ikke skal rote noe med, men hvis vi skulle tenke hver av dere som sitter her i familien hva skulle dere ønske var annerledes i familien? Og så skrive det opp på en post- it, ok far skulle ønske at vi kunne gjøre mere sammen, mor kunne ønske at vi spiste sammen, mindre krangling. Da får man det ned og så blir det på en måte noe med at noe er jo i familien som felles men noe er hver enkelt og få liksom tak i ... hvis man ser at det er tre stykker da og fire som for eksempel sier at de skulle ønske det var mindre krangling i familien, ja så det er kanskje noe å se på .. altså begynner man der og sirkler litt inn så hva skal vi være fokusert på». 4/440-450

Den samme terapeuten fortalte at hun i samarbeid med en miljøterapeut brukte en metodikk utarbeidet av Jim Wilson som ble kalt lekende tankelesing. Spørsmålet Jim Wilson stilte til sine klienter var «may I pretend to be your mind for ten minutes?». Et eksempel ved bruk av denne tilnærmingen handler om en gutt som klarte å være tilstede i samtalen samtidig som han kanskje opplevde at det ble mulig å se noe ut fra hans perspektiv. Det gav et rom for ham til å være i et vanskelig tema uten å måtte utlevere seg, uten å måtte være alene. Miljøterapeuten satte seg ved siden av gutten i møte hvor mor også var tilstede og spurte ham om:

«Kan jeg få være deg, svare for deg når du får spørsmål, og så kan vi ha et tegn oss imellom hvor du nikker hvis du tenker at jeg svarer riktig, og hvis ikke så må vi litt sammen og så finne det ut, svaret, og så sier jeg det, og da var han med på det». 4/236-239

Reflekterende team var en metode tre av terapeutene anvendte. En av terapeutene hadde erfaring med at det kan være ganske vellykket å jobbe med reflekterende team om det er veldig trøblete hjemme i en familie.

«Noen ganger så kan det være veldig ålreit å plassere noen i en, i en posisjon hvor de trekker seg tilbake og reflekterer med hverandre, for eksempel mor og far da reflekterer med hverandre. Si ungdommen har et sinneutbrudd og så stanse det litt og si noe om det. Så spørre mor og far, kan dere tenke dere å sette dere nå, trekke stolene litt bort, sette dere mot hverandre og så snakk sammen om hva dere tror skjedde her nå sånn at man får hevet refleksjonen å få sagt noe av det som veldig ofte er usagt. Så blir det viktig etterpå å gå tilbake til ungdommen, hvis det er en ungdom som har hatt et utbrudd, sjekke ut var det noe av dette her som du synes stemte sånn at ikkje foreldrenes refleksjoner blir stående som noen fasit, så det er absolutt en mulighet». 2/151-160

En av familieterapeutene fortalte at bruk av sirkulær spørring ble en måte å invitere familien inn til noe nytt, en annen måte å snakke sammen på. Det blir en mulighet til å havne et helt annet sted fordi personene gjetter noe annet om hverandre enn det de faktisk kjenner seg igjen i. Terapeuten opplevde det blir noe lekent i det, og vekslingen mellom direkte spørring og sirkulær spørring lager et rom for en helt annen dialog.

«Den vekslingen mellom å snakke for seg selv, gjette om den andre, snakke om hva problemet gjør med de, hva kranqlingen gjør med de, så blir det liksom flere perspektiver da på det samme». 2/456-459

Historiene som fortelles fremstår med ny mening for ungdom og foreldre når terapeutene bruker ulike tale lytte teknikker som speil, reflekterende team, struktur, post- it- lapper, «lekende tankelesing» og direkte og sirkulær spørring i familiesamtaler.

### **4.3 Når gamle mønstre brytes kan nye verdener oppstå**

Flere av terapeutene fortalte at de prøvde å være på sporet av spenninger hele tiden. De fortalte at de stoppet opp og stilte spørsmål når de observerte endring av kroppsspråk og når de hørte at stemmene forandret seg.

«Jeg prøver å være på sporet av eh hele veien og stoppe opp når de eh når angrepene kommer og jeg kunne ha gjort det på han sånn: Nå merker jeg, at du kan vi stoppe litt opp, nå merker jeg du blir veldig ivrig og det er tydeligvis vanskelig for deg, det hører jeg på intensiteten din. Hvordan har du det inni deg når du snakker nå? Hva skjer med deg? Å få mere tak i, det er kanskje bekymringen, hans fortvilelsen hans eh som det igjen er lettere for henne å høre på å engasjere seg i». 1/95-101

Flere av intervjupersonene rapporterte om at de hjalp ungdommene når de så at ungdommene ble emosjonelle. Hjelpen handlet om å tilrettelegge for at motangrep ikke skulle skje ved å



spørre etter vedkommende sine følelser. Terapeutene hadde erfart at det ble fort et motangrep når noen kom med kraftige uttrykk som ble opplevd som et angrep.

«...prøve å høre med henne hva som skjer, hva hun kjenner, intervjuer henne på en måte mer rundt da, gjerne den føler seg nedvurdert, føler seg ikke respektert, føler seg ikke hørt. Ned på et lag av følelser, men liksom ned dit da, for hvis jeg får henne i tale på det så kan jeg spørre han: Hvordan er det for deg å høre at...? Repeterer hva hun sier at skjer med henne når han snakker, og da er det jo veldig fort at han sier: At det var jo leit, det var ikke det det, det er ikke det jeg vil hun skal høre. Er det sånn du kjenner det?» 1/88-94

En annen informant delte noen tanker om hva hun tror ungdommers følelsesmessige reaksjon kan handle om.

«Hvis de blir sinte ikke sant, og ungdom tenker jeg jo blir forbanna: Jeg blir sinna fordi jeg er så himla idiot eller så prøver de å gå gjennom den ...det som skjer da at liksom man skal prøve å stoppe opp litt. Man blir ikke bare sinna. Det er jo en reaksjon på disse følelsene at ...først blir man irritert og så blir man sinna. Det som starter det ligger liksom under streken. Det kan være ikke å føle seg god nok, det kan være å ikke bli sett, ikke trodd på, ikke hørt, man føler seg redd og hjelpeløs». 3/129-134

Mange av terapeutene mente at spørsmål til familiemedlemmene underveis om hvordan de hadde det, var et viktig verktøy. Spørsmålene gav personene mulighet til å gi tilbakemelding om hvor de var. Responsen kunne føre til at prosessen gikk noen skritt tilbake før de fortsatte fremover igjen. Når familien sitter i rommet må de forholde seg relasjonelt til hverandre selv om de er tause. En av terapeutene beskrev hvordan hun sjekket ut hva det ordløse handlet om.

«Ordløs dialog er jo en form for dialog tenker jeg da. Når noen sitter i samme rom så må man på en eller annen måte relatere seg til hverandre. Hvis man velger å bli taus og ikke svare på spørsmål, og ikke komme, så så tror jeg som familierapeut at jeg ville ha sagt ja sånn: Jeg merker som om du ikke har lyst til å si noe her i dag. Kanskje jeg får et blikk bare. Kanskje jeg får et nikk, men så er det vel dere da ...kanskje hvis det er foreldrene som har ønsket at han skal være med sånn at han ... : Er det ok for deg å sitte der uten du må si noen ting? Det som ...for hva skulle dere håpet skjedde her i dag når dere liksom ønsket så sterkt at han skulle være med». 4/319-327

Når spenninger oppstår i rommet uttrykte den samme terapeuten at hun var nysgjerrig på å sjekke ut om hvorvidt det som skjedde var typisk for familien.

«Kanskje jeg kan spørre, er det ofte sånn? Er det sånn dere pleier å ha det hjemme? Hva slags situasjoner er det som ofte bringer dere opp i det? Blir nysgjerrig på det og prøver å pakke ut de situasjonene og når ...når ...hva er det som skjer når det slutter, er det at de går hver for seg eller når de kommer tilbake igjen? Blir liksom sånn nysgjerrig på å høre: Vet dere på forhånd hva som oftest setter i gang eller er det en sånn følelse av lynnedslag hver gang eller sånn overraskelse?» 4/426-432

Terapeuten fortsetter å undre seg sammen med familien om:

«Hvilke løsninger har dere på det? Og kanskje høre litt om ... litt forskjellige om hvordan dere reagerer. Er det noen som nesten ikke merker det, ikke syntes det er spenningsfylt mens andre syntes det? Og hvis vi da får vite at ungdommen sier: jeg får lyst til å flytte hver gang det er sånn. Jeg får helt vondt i magen eller jeg får hodepine. Sånn får man vite noe mer om hverandre og jeg tenker jo det er grunn til at de er her. De vil noe annet, og det å få tak i ... det er jo ofte...». 4/434-440

Kan samtalene bidra til å utvide beskrivelsene personene har om seg selv og de andre, kan den «nye» informasjonen inspirere familiemedlemmene til en bedre forståelse for hverandres historier.

#### **4.4 Vi blir til i møtet med hverandre**

Fire av familieterapeutene fortalte at de var opptatt av å redefinere både ungdommenes og de voksnes historier i familier som har kommet inn i et veldig negativt mønster. De ønsket å få frem et annet syn, en bevisstgjøring ved blant annet å få frem ålreite historier om hverandre og gode minner som kunne sette dem et annet sted.

«...så bruke det som verktøy da, å lære, ikke lære, ikke være ekspert men å bruke det som å endre synet på barnet da, tidlige opplevelser ... se etter sånne mikroprosesser sånn at man opplever noe annet enn det derre negative. Men, men man kan jo kalle det en type, et terapeutisk verktøy, det tenker jeg». 3/86-90

Den samme terapeuten fortalte at noe av det mest effektive hun gjorde var å støtte foreldre til å definere sine egne problemer og finne løsninger ved bruk av egne ressurser i familiefelleskapet. Et annet av terapeutens viktigste punkt i terapiarbeid med familier er å arbeide for at foreldrene kan endre synet de har på ungdommen sin.

«...hvis de har kommet inn i et sånn veldig negativt mønster man kan jo redefinerer både foreldrene og ungdommen. Asså prøve å få til et annet syn, komme opp med fortellinger som de husker som ålreite, på en måte bevisstgjøre, sette dem litt et annet sted, ikke forfølge eller være ekspert: Sånn kan du ikke oppføre deg! Nei prøver å undersøke, analysere mye, men mere å prøve å hente tilbake gode minner for eksempel, gode fortellinger». 3/324-329

Den fjerde intervjupersonen hadde et eksempel med en kjempeurolig gutt som hadde fått diagnose ADHD. En gutt med få venner og en mor som ville snakke om problemer.

«... men det vi gjorde da var at vi delte oss. Vi var to terapeuter og vi fant ut at, ja ofte når vi møter folk finne ut hva de er interessert i, en måte å bli kjent på. Denne gutten han var ganske interessert i, eh, ja jeg spurte om han likte å kle seg ut eller no sånt. Han visste nå ikke det, men han var interessert i å lage kontor, rydde og ordne». 4/48-52

Terapeuten fortalte videre:

«... så begynte vi å spille teater. Etter hvert så fant vi ut at vi hadde noe felles. Begge to var veldig opptatt av Borettslaget som gikk på TV. Så begynte vi å kle oss ut å ... han sminka meg og jeg sminka han til å være Yngve Freiholdt og så ble vi kjent på den måten». 4/54-57

Noen av intervjupersonene fortalte om konkrete tiltak i terapirommet som kunne by på en forandring som de opplevde var tilstrekkelig for at familiemedlemmene kom ut av spenningen som var i ferd med å låse seg i rommet.

«Skulpturering er også spennende å gjøre. Be dem reise seg å stille seg i rommet sånn som de opplever at stemningen i familien er akkurat nå. Også det vil jo også, det vil bare å vise men det vil være så pass annerledes at du kan komme helt ut av det hakket som kanskje er i ferd med å eskalere, ja så her er det bare fantasien som begrenser det». 2/182-186

En av de andre terapeutene var veldig glad i å bruke bamsekort som et hjelpemiddel i familie-samtaler. Bamsene har veldig mange forskjellige emosjonelle ansiktsuttrykk. Gav familien kortene en sjans, kunne de bli bedt om å finne kort som beskrev hvordan det hadde vært å være dem i familien siste uke. Terapeuten opplevde at kortene var en hjelp til å få i gang samtaler, og kortet den ene valgte kunne være en oppklaring for de andre selv om det emosjonelle uttrykket ikke ble formidlet med en gang.

«... hvordan tror du de oppfattet deg kunne jeg si til jenta, og så, og så gikk hun og fant en bamse: Sånn var det inni meg, sånn viste jeg det kanskje utad, men sånn viste jeg det innad. Sant, det er en måte å kunne ... jeg tror liksom fokus på bildet at ikke alt skal nødvendigvis uttrykkes med ord med en gang, men at du får på en måte litt sånn hjelp ved bildene, og at det også blir en slags veldig tydelighet at hvis de syntes det er en som er veldig sint eller trist, så ligger bildet der». 4/182-189

Den yngste av intervjupersonene mente hun var noe undervisende i sine samtaler. Da hadde hun fokus på familiemedlemmers ulike opplevelser. Hun mener det er viktig å skape et rom med romslige tanker om at ungdom og voksne er bare mennesker som kan oppleve at de kan se ulikt på hva som skjedde i et gitt tidspunkt. Familiemedlemmers forskjellige opplevelser er ofte utgangspunktet for relasjonelle spenninger.

«Jeg har en øvelse som er sånn, hvor de kan stille seg her og kikke ut av vinduet, og så skal de gjøre det i ti minutter, å stå å se da. Så skal de ha med seg et ark, så skal de notere hva de legger merke til utenfor, og hvor de da kan komme tilbake igjen så har jo alle sammen veldig forskjellige ting, ikke sant». 5/308-311

Ved å redefinere den enkeltes historier, kan personens gode egenskaper løftes frem. Også vedkommendes interesser og tanker om seg selv, kan komme frem om terapeuter kan skape et rom som gir den unge mulighet til å presentere en annen side ved seg selv enn den som vanligvis dominerer. Ved bruk av skulpturering og bamsekort så flytter man fokus bort fra spenningen ved å gjøre noe passe forskjellig slik at nye muligheter kan åpnes.

## 5 Drøfting – implikasjoner for praksis

Denne studien har handlet om å utvikle kunnskap om hvilke erfaringer terapeuter har med ulike terapeutiske tilnærminger for å kunne opprettholde dialog i en spent familierapeutisk kontekst. Kunnskapen terapeutene har formidlet, er deres fortolkning av egen praksis. Jeg som forsker ønsker å utvide min kunnskap om hvilke tilnærminger som kan være hensiktsmessige å anvende i en spent samtalekontekst. I dette kapitlet vil jeg drøfte tre temaer fra tre av funnene med utgangspunkt i problemstillingen, teori presentert i teorikapitlet, aktuell forskning og egen forforståelse. Jeg vil også presentere implikasjonene funnene har for praksisfeltet. Basert på funnene og problemstillingen har jeg valgt ut tre tema som vil være gjenstand for drøfting:

1. Makt som implisitt «aktør» i et sirkulært samspill
2. Dialogens rolle når etablerte mønstre brytes
3. Fornemmelsen av å høre til

Makt ble et sentralt tema å drøfte ut fra intervjupersonenes uttalelser om ungdom som den svakeste part. Når en svak part defineres, tolker jeg som forsker at en sterkere part implisitt er en del av kontekst. I den relasjonelle ubalansen kan terapeutenes virkemidler kanskje bidra til at partene kan endre bildet de har om hverandre. Opplever ungdom og foreldre et gjensidig ønske om å forstå hverandre, kan det gi en fornemmelse av å høre til.

### 5.1 ***Makt som implisitt «aktør» i et sirkulært samspill***

Hvor utfordrende må det ikke være for familierapeuter å legge til rette for en sirkulær prosess mellom ungdom og foreldre, når de opplever at deres første strategiske grep handler om å demme opp for ungdommens frykt for at det er de voksne mot dem. En av informantene forteller at strategien handler om å roe ned kamp og beredskapen ungdommen har mobilisert i forkant av møte med foreldre.

Sirkulære prosesser mellom ungdom og foreldre handler om prosesser som bidrar til å utvide deres forståelse av hva det vil si å være mennesker i forpliktende relasjoner, der en kan være fri og forbundet på samme tid. Hvordan hver og en av dem forstår familiens kontekst, er kon-

struert gjennom daglige interaksjoner og dialoger. Hvilket språk de bruker til å beskrive hvordan de opplever hendelser i familien, er av stor betydning for hvilket budskap som oppfattes.

Hvordan ungdom fortolker foreldres budskap, er ofte et resultat av relasjonelle erfaringer de har gjort seg over tid. De unges relasjonelle erfaringer kan ha gitt dem et negativt syn på seg selv. Hvem skal den unge støtte seg til i et familieterapeutisk møte, om vedkommende ikke har erfart å få støtte fra de voksne hjemme? Hvor naturlig er det ikke at den unge mobiliserer krefter på å møte den motstanden hun har erfart kommer. I et terapeutisk møte vil de unge også møte andre voksne i tillegg til foreldrene. Når opplevelser av støtte og bekreftelser for sin historie kan oppleves som minimal, er det ikke vanskelig å forstå at de unge mobiliserer til kamp for å kjempe sin egen sak. Hvilket grunnlag har de for å kunne tro at de vil få støtte fra terapeuten som også representerer de voksne, når erfaringer viser at de ikke fikk den støtten fra voksne de forventet?

En av terapeuten formidlet:

«Jeg er veldig opptatt av å starte med å trygge eh sikre den ungdommen og kjenne seg hørt og sett først for det er et strategisk grep for å demme opp for den frykten for at det er liksom de voksne mot meg, og for å roe ned kamp og beredskapen ...»  
1/68-70

Terapeutenes fortolkninger fra praksis beskrev at de unge i de fleste tilfeller ble sett på som den svakeste part som de måtte beskytte. Selv noe negativ atferd ble «godtatt» i samtaler som en respons på tenåringens vanskelige historie. Terapeutene ønsket å trygge ungdommene ved å gi dem en opplevelse av å bli forstått. De ønsket å bidra til at ungdommene skulle få et annet syn på seg selv enn bare det negative. Implisitt kan terapeutenes fortolkning forstås som en bekreftende holdning til at de unges historie har en verdi som var viktig å få formidlet til foreldrene. Når terapeutene definerer ungdom som svakeste part med behov for beskyttelse, hvilken definisjon vil de samtidig gi foreldre til vedkommende ungdom? Terapeutenes valg av ordene *beskyttelse* og *svakeste part* formidler en betydning for den som hører ordene. Ord har ingen absolutt betydning ifølge Bakhtin (Anderson 2010), men når ordene er uttrykt i kontekst av denne studien så er det ikke unaturlig å fortolke at foreldrenes rolle defineres som «sterkeste part». Terapeutenes språk gir assosiasjoner til ordene makt og ubalanse. Selv om intervjupersonene vektlegger verdier som respekt, ivaretagelse og anerkjennelse av samtlige familiemedlemmer, kan terapeutens fortolkning av relasjonell ubalanse gjøre det vanskelig å

skape forståelse av likeverd. Ved å vise hvordan samhandlingene likevel kan ses som sirkulære prosesser, kan likeverd bli tydeligere.

I en terapeutisk kontekst ønsker terapeuten å skape et rom for en kommunikasjon mellom tenåringen og foreldre, hvor den enkelte kan formidle tanker om følelser, opplevelser og meninger (Anderson 2010). En viktig oppgave for terapeuten er å trygge hver av personene i rommet på en slik måte at de kan tåle spenningen som oppstår selv om de der og da ikke vet hvordan de skal komme seg videre i prosessen (Seikkula og Arnkil 2007). Kan terapeuten ved bruk av terapeutiske tilnærminger tilrettelegge for samhandling på tross av spenninger, vil man kanskje kunne skape en sirkulær prosess mellom familiemedlemmene. For at denne prosessen skal «lykkes» fordrer det at både terapeut og hver av familiemedlemmene har et språk og en respons som skaper trygghet, forutsigbarhet og en opplevelse av likeverdighet. Et fokus på legge til side en lineær forståelse av familiens utfordring, kan også skape et felles engasjement for en gradvis oppløsning av problemet.

«.. jeg blir vel opptatt av når barn og unge er i rommet sammen med voksne at liksom at det skal være likestilt da, at de skal bli like mye hørt og at de skal telle like mye ehm i uttalelsene sine». 5/52-54

Har de ulike familiemedlemmer en lineær forståelse, vil deres utvelgelse av informasjon kunne hindre dem i å få et større bilde av hvordan familiens utfordringer skapes og opprettholdes (Bateson 2005). I følge Jensen og Ulleberg hevder Bateson at det var viktig å «forlate lineære årsak- virkningsforklaringene fordi det forenkler komplekse sosiale relasjoner» (Jensen/Ulleberg: 113). Det er denne «forenklede» fortolkningen av familiens situasjon terapeutene kanskje har mottatt informasjon om siden de uttrykker at det er viktig at ungdommene ikke bærer ansvaret for familiens konflikt. Denne forståelsen kan også handle om terapeutenes egen fortolkninger fra tidligere erfaringer med familien. Hvilket budskap intervjupersonene tenkte de formidlet når de uttrykte at ungdom ikke måtte ta ansvar for familiens problem, vet jeg ikke. Jeg som forsker fortolker at de formidlet en erfaring om at ungdom ofte kan bli stemplet som familiens problem. Min fortolkning forsterkes av terapeutenes videreformidling av ungdommers beskrivelser av seg selv.

«Du har jo hatt det veldig vanskelig, så det forstår jeg liksom, asså validere også litt uheldig atferd da sånn at de ikke føler seg så dårlige og elendige, som en drittsekk eller eh elendig selvbilde, ikke ha tro på at man bare er sånn dum idiot som ungdommen som for eksempel kan oppleve det». 3/419-423

Intervjupersonene fortalte at de møtte de unge med en holdning som formidlet at de ikke var familiens problem. Ungdommene ble møtt med respekt, et varmt blick og en klapp på skulderen. Terapeutene ytret et håp om at deres imøtekommenhet kunne gi de unge en ny opplevelse om at det var mulig at noen kan oppfatte det de ønsket seg. Det er viktig at terapeutenes imøtekommande holdning overfor ungdommene ikke blir misforstått av sårbare foreldre som kan fortolke terapeutens gode intensjoner som en allianse med ungdommen. Har de unge og deres foreldre for ulike meninger om hvordan det oppleves å være en del av familien, kan den dialogiske prosessen stoppe opp. Er det prestisje for en av partene å få gehør for sitt syn, vil vedkommende holde enda mer fast i sitt syn, og lytte mer til sin egen forståelse enn den andres forståelse (Andersen 2012).

Ifølge Voloshinov og Bakhtin er språket et konkret produkt av en gjensidig relasjon mellom den som snakker og den som lytter (Bakhtin 1986). Hvilken relasjon er det ungdommen beskriver å ha til sine foreldre når vedkommende beskriver seg som en elendig drittsekk med et dårlig selvbilde og som samtidig har mobilisert beredskap i forkant av møte med foreldrene? Slike uttrykk kan terapeuter tolke som ytringer fra en ungdom som ikke er blitt møtt med betingelsesløs kjærlighet. Samtidig er det viktig at terapeuter erkjenner at ungdommens presentasjon av sin situasjon er en del av et større helhet. Kanskje kan foreldre og ungdom ha relasjonelle erfaringer hvor mangel på forståelse er gjensidig. Foreldre og ungdom som bringer inn en lineær forståelse av at den andre er problemet, kan trigge spenningen mellom dem og kommunikasjonen blir en handling istedenfor samhandling (Jensen og Ulleberg 2011). En tilbakemelding kan da handle om et familiemedlems behov for å forsvare seg (Bateson 2005) hvor en gjensidig tålmodighet og nysgjerrighet kan virke uoppnåelig.

Et mennesket som har behov for å forsvare seg er oftest lite tilgjengelig for andres synspunkter og det dialogiske viker plass for det monologiske. Vi har en tendens til å likestille monolog med makt og autoritet hvor det skapes en en-veis diskurs og ingen åpenhet for den andre (Bertrando 2007). Opplever foreldre og ungdom at kommunikasjonen mellom dem er som en-veis diskurs, kan det true relasjonen foreldrene ønsker å ha med ungdommen sin. Nesten daglig kan unge og deres foreldre oppleve hvilke dilemmaer det er å forhandle om grenser. Diskusjon om grenser kan oppleves som utøvelse av makt. En slik kontekst kan være et godt eksempel på en en-veis diskurs (Hennum 2002). Foreldre flest vil nok oppfatte at grensesetting



handler om å sosialisere ungdommen sin på en måte som er forventet ut fra nærmiljøets virkelighetsoppfatning (Lock & Strong 2014).

Familiekonflikter kan ødelegge tilliten og skape brist i tilknytningsrelasjonen mellom ungdom og foreldre (Pravin og Diamond, Fokus på Familien 01/2009). Ungdom skaper seg en forforståelse av sine foreldre ut fra de tilknytningserfaringene de har. Forforståelsen er styrende for ungdommens atferd i møte med sine foreldre (Kvello. 2015). Selv om terapeutene påpekte at noe av det viktigste for dem var å møte ungdom og foreldre med en holdning om at de var eksperter i egne liv, kan familiemedlemmers relasjonelle historikk hemme samhandlingsprosesser i terapirommet. Hvilket grunnlag har ungdommen for å ha tillit til det foreldrene sier i en terapisamtale, når tilliten er brutt ned over tid? Det er viktig at terapeuter er bevisst hvor utfordrende det må være for de unge å stille opp i møter som forventer samarbeid på tross av manglende tillit. Hva vet egentlig terapeuten om deres relasjonelle historie? Informasjonen terapeuter får om familier gir kjennskap til kun en liten del av familiens liv. Ut fra denne kunnskapen ble det viktig for studiens intervjupersoner å vise respekt og ivareta hver og en, ved å sjekke ut om den enkelte var komfortabel med temaet i samtalen.

Forventer terapeuter mer av foreldre når det gjelder samhandling med ungdommen, eller stilles det også krav til ungdom om samhandling? En av terapeutene uttalte eksplisitt at det forventes at ingen har overlatt ansvaret over til noen andre, de er selv alle aktører i samspillet. Den samhandlingen som finner sted vil hver av dem fortolke ut fra et relasjonelt historisk perspektiv. Siden det å forstå handler om en persons tolkning, er det ikke på noe tidspunkt mulig å komme frem til en forståelse som er en riktig forståelse. Selv en iherdig innsats fra ungdom, foreldre og terapeut på å prøve å få den andre til å forstå, kan ikke de meningene de kommuniserer fullstendig forstås av den andre. Selv om en forelder opplever å forstå hva ungdommen mener, så vil aldri meningen forelderens opplever å forstå være en kopi av meningen ungdommen formidler (Anderson 2010). Hva de forstår er sirkulært. Det vil si at et familiemedlems atferd påvirker familien, og familien påvirker den enkeltes atferd (Hårtveit og Jensen 2004).

Ser vi på familiens samspill sirkulært betyr det at ingen kan bli beskyldt for å være årsak til en annens atferd. Det betyr at ingen i familien har total makt over familiesystemet. Når makten ikke er i hendene på et av familiemedlemmene, betyr det at makten er fordelt mellom personene i familien. Ingen i familien er maktesløse. «Makten ligger utelukkende i samspillet reg-

ler» (Hårtveit og Jensen 2004). Et familiesystem er med andre ord ikke lineært og forutsigbart, det er sirkulært og kan aldri helt forstås (Hårtveit og Jensen 2004).

## **5.2 Dialogens rolle når etablerte mønstre brytes**

Hvordan kan terapeuter bidra til å skape et dialogisk rom når etablerte relasjonelle mønstre fyller terapirommet? Klarer terapeuten i en slik kontekst å beherske sin trang til å ta kontroll, gir hun rom for å styrke den enkeltes posisjon. Terapeuter er ansvarlig for å legge til rette for at familier opplever en forandring mens de går i terapi (Jay Haley 1982). Skal det kunne skje, er det viktig at terapeutene ut fra egne erfaringer vurderer hva de tenker det beste tilbudet til familiene vil være. Ønskes foreldresamtaler, er terapeutene ansvarlige for å tilby familiesamtaler om de ut fra sin kunnskap tenker det ville være det beste tilbudet for familien. Ved å være tilstede kan hver og en oppleve dialogen som endrer seg underveis. Selv om terapeutene rapporterte om positive opplevelser ved å ha familier samlet, kan enkelte familiemedlemmer være lite motivert for samtaler. Enkelte personer kan også vise tydelig motstand som en respons på historier og opplevelser som fortelles. Opplever en ungdom behov for å forsvare seg, fordi mors ord høres ut som et «angrep», kan det være utfordrende for terapeuter å tilrettelegge for dialog. Når slike hendelser oppstår kan det skape tvil hos terapeuten om den enkelte familiemedlem er villig til, eller har evne til å samarbeide om det dialogiske (Anderson 2010).

Hvilke virkemidler kan terapeuten ta i bruk for å kunne skape et rom som bryter med familiens uhensiktsmessige samhandlingsmønstre? Flere av terapeuten formidlet at de var sensitive for spenninger hele tiden. Opplevde de endringer i familiemedlemmers kroppsspråk eller forandringer i måten de snakket på, stoppet de opp og stilte spørsmål om hvordan vedkommende hadde det inni seg. Terapeutene ønsket å få frem foreldres bekymringer og fortvilelse som kunne være lettere for ungdom å engasjere seg i. Også tenårings emosjoner kan være lettere for foreldre å forholde seg til enn deres kritiserende og sårende ord. Opplevde terapeutene at ungdommene ble emosjonelle, stoppet de opp og støttet ungdommene til å fortelle om sine følelser. Terapeutene opplevde de kunne hindre et motangrep om ungdom fikk uttrykke hvilken virkning foreldres respons hadde på dem. Følelsene ungdom fikk hjelp til å beskrive, var ofte ny informasjon for foreldrene. Hvilken kunnskap har foreldre egentlig om hvordan ungdommer fortolker familiens liv (Buber 1983)?

«...prøve å høre med henne hva som skjer, hva hun kjenner, intervjuer henne på en måte mer rundt da, gjerne den føler seg nedvurdert, føler seg ikke respektert, føler seg ikke hørt. Ned på et lag av følelser, men liksom ned dit da, for hvis jeg får henne i tale på det så kan jeg spørre han: Hvordan er det for deg å høre at...? Repeterer hva hun sier at skjer med henne når han snakker, og da er det jo veldig fort at han sier: At det var jo leit, det var ikke det det, det er ikke det jeg vil hun skal høre. Er det sånn du kjenner det?» 1/88-94

For å kunne skape dialogiske prosesser er tid helt sentralt (Andersen 2012). Hvert familie-medlem trenger tid for å kunne lytte til sin egen indre dialog, og tid for å kunne motta budskapet andre forsøker å formidle. Å legge til rette og gi foreldre tid til å lytte til hva ungdommen forteller, vil kunne gjøre en forskjell som kan føre til en forskjell (Bateson 2005) i familiens relasjonelle og dialogiske prosesser. Skal terapeuter kunne legge til rette for dialogiske prosesser, fordrer det at hun skaper et rom hvor personenes indre dialoger koples på den pågående ytre dialogen som finner sted (Andersen 2012).

Dialog kan være utfordrende når familier er i krise. Bevegelsene i terapirommet kan være emosjonelt utfordrende for både ungdom og foreldre. Når en ungdom kjenner seg lite respektert, ikke hørt og nedvurdert, hvor lett kan det ikke da bli frustrasjon som kommer til uttrykk. Foreldre kan også ha erfaringer med ungdommen som gjør at de har behov for å forsvare seg. Å være rasjonell og tilgjengelig for dialog når man ikke kjenner seg god nok, ikke trodd på, redd og hjelpeløs kan virke som en umulig oppgave. Vi vet at familiekonflikter kan ødelegge tillitt og skape brist i tilknytningsrelasjoner (Pravin og Diamond, Fokus på Familien 01/2009). Uhensiktsmessige mønstre er ofte etablert over tid. Ofte vil familiemedlemmer kunne rapportere om opplevelser av å ikke ha blitt lyttet til. Noen ganger trenger familier bistand for å få tak i informasjonen familiemedlemmene prøver å formidle til hverandre. Terapeutenes evne til å omskrive og videreformidle til foreldrene at jentas frustrasjon og sinnet kan handle om datterens såre følelser, kan bli et vendepunkt i samtalen (Seikkula og Arnkil 2007). Ungdom blir jo sinte, men de blir ikke sinte uten videre, uttrykte en av informantene. Flere av intervju-personene rapporterte om at sinneutbrudd er et uttrykk for følelser. Terapeutene ønsket å få tenårings og foreldres følelser opp til overflaten. Ved å «pakke opp» ungdommens emosjonelle språk, kan foreldrene få en mulighet til å gi en respons som kan handle om at ungdommen har mottatt et helt annet budskap enn foreldrene ønsket å formidle. Ungdommers respons på hva de har hørt foreldre har sagt, kan ha gitt både den unge og deres foreldre relasjonelle erfaringer som er styrende for hvordan de tolker hverandre. Når familiemedlemmene møtes i en ny, for de fleste ukjent kontekst, kan det være utfordrende å få frem den enkeltes fortolk-

ning av hvordan de opplever det relasjonelle i familien. Det er naturlig om ungdom og foreldre kan oppleve det utfordrende å skulle sette ord på tanker og følelser de kanskje ikke tidligere har snakket om i fellesskap. Samtidig som terapeuter kan undre seg over hvor lite eller hvor godt familiemedlemmene «kjenner» hverandre, så er det naturlig at terapeuten lager seg hypoteser om hva de ulike personenes emosjonelle uttrykk handler om. Oftest foregår hypotesedannelser implisitt og parallelt med fokus på det terapeutiske.

En av terapeutene var tydelig nysgjerrig på om spenningen som oppstod i timen representerte familiens vanlige samhandlingsmønstre. Den samme terapeuten var også nysgjerrig på å høre om hvordan familien håndterte spente situasjoner i hjemmet, og hvilke ulike reaksjoner familiemedlemmer kan ha på emosjonelle konflikter. Når ord er et produkt av det relasjonelle (Bakhtin 1994), hvilket budskap bringer da ordene til de som lytter?

«Hvilke løsninger har dere på det? Og kanskje høre litt om ... litt forskjellige om hvordan dere reagerer. Er det noen som nesten ikke merker det, ikke syntes det er spenningsfylt mens andre syntes det? Og hvis vi da får vite at ungdommen sier: jeg får lyst til å flytte hver gang det er sånn. Jeg får helt vondt i magan eller jeg får hodepine. Sånn får man vite noe mer om hverandre og jeg tenker jo det er grunn til at de er her. De vil noe annet, og det å få tak i ... det er jo ofte...». 4/434-440

Når samtaler er noe av det viktigste man har i livet (Anderson 2010), hvor sårende kan det ikke da være å oppleve seg avvist. Ungdommer rapporterer selv om opplevelser av ensomhet, ikke bare sosialt blant venner men også når familien er samlet.

Ved å bistå familier til å formidle fra sin indre dialog om hvordan det er å være dem i familien, kan hver og en få utvidet forståelse for hverandres historier. En slik dialogisk prosess om hverdagens virkelighet og bekymringer, handler om familiens evaluering av fortiden (Anderson 2010). Personer som viser hverandre oppmerksomhet blir nærværende og den enkeltes oppfatning av familiens kontekst blir ikke lenger likegyldig (Buber 1993). Ungdommens helt unike indre erfaringer gjør ikke inntrykk på foreldre, og de vil heller ikke klare å ta ansvar for hvordan ungdommen opplever det uten at den unge kan klare å formidle sin fortolkning av sin virkelighet (Anderson 2003).

### 5.3 *Fornemmelsen av å høre til*

Hvordan beskrives opplevelsen av å høre til i en familie? Mest sannsynlig ville man ha fått svært mange forskjellige svar på et slikt spørsmål. Svarene hentes frem fra den enkeltes livserfaringer. Familiemedlemmer vil vanligvis forholde seg til hverandre gjennom et helt liv. Det relasjonelle båndet mellom dem fører til at vi gjør en forskjell i hverandres liv, på godt og vondt, bevisst og ubevisst (Hårtveit og Jensen 2004). For noen kan det relasjonelle båndet skape trygghet og samhold, mens for andre kan opprettholdelsen av et relasjonelt bånd handle om plikt. Kan man som et medlem av en familie oppleve å ikke høre til? Et slikt spørsmål kan virke absurd på noen, mens andre ville ha stoppet opp og tenkt seg om. Ungdom som har brist i sine tilknytningserfaringer, vil kunne ha større utfordringer med å kunne bearbeide emosjonelle sanseinntrykk enn ungdom med trygg tilknytning (Hart og Scwartz 2011). Det kan bety at ungdom som er i konflikt med en eller begge foreldre over tid kan oppleve seg avvist, misforstått og ensom. Disse følelsene kan gi en opplevelse av ikke å høre til.

Studiens intervjupersoner var opptatt av å få frem gode minner og ålreite historier fra familiemedlemmenes liv. For fire av studiens intervjupersoner var det viktig å legge til rette for å kunne redefinere både ungdommers og de voksnes historier i familier hvor samhandlingsmønstrene var fastlåste.

«...hvis de har kommet inn i et sånn veldig negativt mønster man kan jo redefinere både foreldrene og ungdommen. Asså prøve å få til et annet syn, komme opp med fortellinger som de husker som ålreite, på en måte bevisstgjøre, sette dem litt et annet sted, ikke forfølge eller være ekspert: Sånn kan du ikke oppføre deg! Nei prøver å undersøke, analysere mye, men mere å prøve å hente tilbake gode minner for eksempel, gode fortellinger». 3/324-329

På hvilken måte kan familiemedlemmer klare å omstille seg slik at de kan forholde seg til den omdefinerte historien om hverandre? En av terapeutene beskrev at det å være bevisst på små mikroprosesser kunne gjøre en forskjell. Skal hver og en i en familie kunne hente frem gode minner og positive opplevelser, kan det la seg gjøre ved å endre tankemønsteret om den andre. Også ny informasjon som kommer frem ved at noen i familien forteller om sine indre tankeprosesser, kan endre forforståelsen familiemedlemmer møter hverandre med. Terapeutene rapporterte om mange ulike tilnærminger som kunne bidra til å endre den enkeltes tankemønstre. De isenesatte ulike rollespill, emosjonelle kort, skulpturering, lekende tankelesing og en form for undervisende intervensjon. Intervensjonene gir rom for at hver og en kan beskrive sin opplevelse av hvordan det er å være seg i familien.

«... hvordan tror du de oppfattet deg kunne jeg si til jenta, og så, og så gikk hun og fant en bamse: Sånn var det inni meg, sånn viste jeg det kanskje utad, men sånn viste jeg det innad. Sant, det er en måte å kunne ... jeg tror liksom fokus på bildet at ikke alt skal nødvendigvis uttrykkes med ord med en gang, men at du får på en måte litt sånn hjelp ved bildene, og at det også blir en slags veldig tydelighet at hvis de syntes det er en som er veldig sint eller trist, så ligger bildet der». 4/182-189

Innholdet i det som sies tolkes ut fra hvordan de forskjellige opplever sin relasjon til personen som uttaler seg (Bjartveit og Kjærstad 2012). Fornemmelsen i rommet er implisitt, men et viktig element i dialogen ved at den formidler beskjeder som er godt skjult (Buber 1993). Et anerkjennende smil kan være en slik beskjed. Et smil som kan gi en bekreftelse at det som ble sagt var viktig.

Hvordan kan foreldre gi barna en fornemmelse av å høre til? Ungdom som opplever de lever sine liv i kompliserte relasjoner med sine foreldre, kan i vanskelige perioder uttrykke at de ikke vet hvor de hører til. Når følelser som ensomhet, avvisning, frykt, sinne og savn ikke kan snakkes om, vil det hindre felles forståelse for hva en tilstand handler om. Har familien en kultur for ikke å snakke sammen om det de opplever, kan tilstanden ungdommen beskriver misforstås og sykeliggjøres (Bertrando 2007; Jensen og Ulleberg 2011). Komplisert tilknytning mellom ungdom og foreldre kan strekke seg over flere generasjoner, hvor ungdommens atferd kan være et fordekt tilknytningsproblem (Pravin og Diamond, Fokus på Familien 01/2009). Kronglete kommunikasjonsspill kan også vikle familiemedlemmene inn i problemer og symptomer (Hårtveit og Jensen 2004).

Klarer ungdom og foreldre i samarbeid med terapeut å være åpne for å identifisere og diskutere den relasjonen de har, så kan de få frem en sårbarhet og ærlighet som styrker det relasjonelle mellom dem (Pravin og Diamond, Fokus på Familien 01/2009). Et styrket relasjonelt bånd kan gi en fornemmelse av å høre til.

#### **5.4 Oppsummering og implikasjoner for praksisfeltet**

Når jeg ønsket å få kunnskap om terapeuters erfaring med terapeutiske tilnærminger, var det fordi jeg som helsesøster i skolehelsetjenesten flere ganger hadde opplevd hvor utfordrende en spent kontekst kan være for alle parter. Hensikten med studien er å søke kunnskap som kan utvide forståelsen for hvordan terapeutiske tilnærminger kan påvirke relasjonelle- og dialogiske prosesser i en spent terapisaftale. Målet er at terapeutenes beskrivelser av egne erfa-

ringer kan formidle nyanser og mangfold, som kan bidra til å utvide mine og andre fagpersoners forståelse av hvordan ulike tilnærminger kan anvendes når relasjonelle spenninger oppstår.

Empirien gir oss et innblikk i terapeuters fortolkninger av sin arbeidskontekst. Den viser oss hvilke terapeutiske tilnærminger de har valgt å anvende ut fra sin fortolkning av det spenningsfylte mellom ungdom og foreldre. Selv om flere av terapeutene løftet frem positive erfaringer ved å ha hele familien tilstede i samtaler, var det utfordrende å opprettholde dialog mellom emosjonelle parter. En av terapeutene løftet fram eksplisitt hvor sårbare de unge og deres foreldre er i en terapikontekst. Tre av terapeutene formidlet en fortolkning om at ungdom ofte var den svakeste part som måtte beskyttes. Ungdommene skulle ikke oppleve å måtte bære ansvaret for familiens konflikt. Det viktigste terapeutene kunne gjøre i for ungdommene, var å gi dem en opplevelse av trygghet og sikkerhet for at de kom til å bli hørt og sett først i samtaler. Helt grunnleggende for alle fem var å bekrefte den enkeltes mot ved at de deltok i familiesamtale. Alle terapeutene formidlet også hvor sentralt det var å legge til rette for lytte-tale situasjoner hvor den enkeltes erfaring, historie kunne løftes frem. Flere av terapeutene formidlet hvor sentralt det var å få frem familiemedlemmers foretrukne historier om seg selv og hverandre. Folk er eksperter i egne liv, hevdet tre av terapeutene. De kjenner til de ulike sidene ved seg selv, og hvordan de fortolker det å være en del av familien. Denne erkjennelsen var sentral i forståelsen av at hver og en bestemmer når, hvor, hvem og hva de ønsker å snakke om.

Et overordnet bilde jeg som forsker har dannet meg etter å ha jobbet med studiens materialet, er at de terapeutiske tilnærmingene i større grad hindret eskalering av det spenningsfylte, enn det opprettholdt dialog. Det mest sentrale var å legge til rette for at familiemedlemmer fikk formidlet og mottatt hverandres budskap. Min fortolkning er at intervjupersonene har formidlet kunnskap om hvor nyttig det kan være å bistå familier til å være sammen på en annerledes måte enn de er vant til. Terapeutene har ved bruk av ulike tilnærminger tilbudt familiene en annen, og ny form for samhandling som var forskjellig fra deres hjemmekontekst. En forskjell som kanskje førte til en forskjell.

Terapeutene rapporterte om anvendelse av mange ulike tilnærminger, noen mer kjente enn andre. Empirien viser til mange kreative intervensjoner som ble brukt i terapirommet hvor familien deltok samlet. Skulpturering, emosjonelle «bamse-kort», «lekende-tankelesing», sir-

kulær spørring og et undervisende perspektiv var tilnærminger som kunne være med på å av-  
verge en eskalering av den relasjonelle spenningen. Tilnærmingene laget en struktur for den  
terapeutiske samtalen, som la til rette for tale-lytte sekvenser hvor alle ble sett og hørt. Interv-  
jupersonene fortalte at ble spenningen for høy, var det viktig at de hadde kraft nok til å stanse  
«samtalen». Terapeutene rapporterte om at spenninger handlet også om non-verbale kommuni-  
kasjon. Observasjon av det non-verbale var sentralt hos alle fem intervjupersonene.

I andre samtaler ble det for vanskelig for de unge å uttale seg med foreldre tilstede i rommet.  
To av intervjupersonene fortalte at de hadde gode erfaringer med bruk av speil. Det var et  
ønske fra to av terapeutene om økte ressurser til mer bruk av speil. Reflekterende team var  
også en terapeutisk tilnærming som tre av terapeutene formidlet som gode erfaringer, som to  
av terapeutene fortalte at de anvendte. Noen av terapeutene hadde erfaring med at det kunne  
være effektivt å «splitte opp» familien i mindre grupper. Individuelle samtaler var også en  
aktuell intervensjon. Rollespill med den unge parallelt med at foreldre fikk samtaler var også  
en tilnærming en av terapeutene formidlet gode erfaringer med. Det fordrer to terapeuter. Fire  
av de fem intervjupersonene skulle ønske at de kunne være to terapeuter i familiesamtaler.  
Selv om konfliktfylte samtaler var vanskelige for terapeutene å avslutte, valgte fire av dem å  
ta en avsluttende runde hvor hver kunne uttale seg om opplevelsen av å være tilstede. Ved å  
åpne opp for tilbakemeldinger fikk terapeutene mulighet til å sjekke ut om de hadde forstått  
det som var sagt.

Fire av fem terapeuter fortalte også at de var eller skulle bli sertifiserte EFT (Emotional Free-  
dom Techniques) terapeuter. De formidlet et betydelig engasjement i å fokusere på familie-  
medlemmers emosjoner.

Hvilken betydning denne studiens funn kan ha for familierapifeltet, kan være interessant å  
diskutere. Studiens empiri formidler at intervjupersonene verdsatte ungdommer og deres for-  
eldres erfaringer. Gjennom ulike tilnærminger skapte terapeutene et rom hvor informasjon  
som kanskje ikke hadde kommet frem tidligere ble løftet frem. Terapeutene skapte også en  
kontekst hvor familiemedlemmene hadde mulighet til å få frem andre historier om hverandre.  
Gamle mønstre ble brutt, som gav nye muligheter for familiene. Jeg forstår studiens funn som  
kunnskap vi alle trenger å bli minnet på. Terapeutiske tilnærminger som virker kjent og all-  
ment i familierapikretser, kan bli så «alminnelig» at de kan bli «glemt» og oversett. Vi  
trenger å bli minnet på hvilken kraft de anerkjente tilnærmingene har.



Terapeutenes kreativitet har en stor overføringsverdi til andre kollegaer i fagfeltet. Kreativitet handler om å forvalte en spent konteksts etiske fordringer og utfordringer. Også en terapeuts mot til å ta ansvar og stoppe samtalen om uhensiktsmessige relasjonelle situasjoner oppstod, er verdifullt å bli minnet på.

Det er et tankekors at det rapporteres om mindre bruk av speil som en tilnærming i terapi, når fire av studiens familierapeuter rapportere om effektfulle erfaringer ved bruk av speil. Hypotesen til noen av terapeutene var at det handlet om ressurser.

Intervjupersonene formidler en «taus» kunnskap som vises gjennom deres samhandling med ungdom og deres foreldre. Jeg opplever å ha vært vitne til en verdiformidling av kunnskap som omhandler ydmykhet, respekt, lydhørhet, nysgjerrighet, raushet, fleksibilitet og tålmodighet. Dette er holdninger som alltid vil ha en stor overføringsverdi.

## **5.5 Mulige svakheter ved studien**

Min forforståelse av studiens problemstilling er en mulig svakhet ved studien. Forforståelsen kan ha hindret meg i å oppfatte terapeutenes informasjon som er utenfor min forståelse. Ved gjennomgang av studiens empiri og funn ser jeg at jeg kunne ha stoppet opp, og bedt terapeutene utdype informasjon som kunne gitt utvidede svar på studiens problemstilling. Når jeg ser i retrospektiv, ser jeg at jeg har vært ganske «låst» av intervjuguiden. Jeg lot terapeutene få tid på å reflektere over hvilken informasjon de ønsket å gi, samtidig som jeg var opptatt av å få stilt de spørsmålene jeg hadde forberedt. Hvilken del av studiens problemstilling jeg har lagt mest vekt på, har også vært styrende for hvilken litteratur jeg har søkt etter. Det betyr at jeg har «gått glipp av» annen kunnskap som finnes om teamet enn det jeg referere til i studiens teoridel. Min forforståelse av fenomenene dialog og relasjon har også påvirket hva jeg har valgt ut som aktuell teori. En annen svakhet ved studien er at jeg opplevde å finne lite teori som eksplisitt handlet om det relasjonelle og det dialogiske mellom ungdom og foreldre i terapikontekst. Jeg opplevde at det også var utfordrende å finne aktuell teori om dialog og det systemiske. Studiens problemstilling har nok vært for omfattende. Dette kan ha ført til at innholdet har blitt tilsvarende sprikende enn om det hadde vært mer spisset.

Selv om jeg har jobbet med å være bevisst egen forforståelse og fortolkning gjennom hele studien, vil studiens kunnskapsproduksjon, analyseprosess og funn presenteres slik jeg forstår den verden jeg har forsket på.

## **5.6 Avsluttende refleksjoner**

Hvilke bånd binder familiemedlemmer sammen? Hvor mye tåler båndene av avvising, krenkelser og mangel på bekreftelse før de «ryker»? Kan familieband ryke, eller er «blodsbandet» sterkt nok? Spørsmål om å ha monopol på «virkeligheten» bringer ofte familiemedlemmene til kamparenaen. For noen er det naturlig å forsvare sitt bilde av virkeligheten. Kanskje handler det om at de en gang håper å bli forstått. En annen strategi kan være å resignere, og trekke seg unna for å skjerme seg fra kampene ingen vinner. Å ta hverandres perspektiv kan for noen handle om å gi slipp på sitt virkelighetsbilde. I kampens hete er det oftest svært emosjonelt. Ikke alles øyne er trent opp til, eller har evne til å se den andres følelser. Så lenge de ikke uttrykkes, kan man ane fred og ingen fare. Forskjellige følelser har ulike ansikt. Sinnsbevegelser som strekkes over tid, for å imøtekomme den andres behov, kan være usynlige. Usynlige emosjoner kan ingen angripe, de stiller seg ikke «for hogg». Følelsene får leve sitt indre liv. Ytre påvirkning fra en mor, en søster eller kanskje besteforeldre «mater» det indre emosjonelle livet med nye erfaringer som forsterker de følelsene som allerede er der. Det gjør vondt når følelser strekkes. Å «leke være glad leken», blir mange barn og unge eksperter på. Også voksne som har gitt opp håpet om en endring i en vanskelig relasjon, skjuler seg bak masken av smil, hjelpsomhet og ydmykhet. De gangene den indre «ballongen» sprekker, kan man få merkelapper med mange vonde såre ord som man ikke kjenner seg igjen i.

Jeg møtte en mor som syntes det var vanskelig å si at hun var glad i datteren sin. Hun kunne heller ikke å huske å ha hørt det fra sin mor. Denne moren til tenåringsjenta hadde ingen voksne kvinner som kunne være hennes rollemodell. Hvordan skulle hun kunne gi datteren sin det hun selv ikke hadde opplevd å få? Moren uttrykte at datteren ikke hadde noe å klage over, hun fikk alt moren hadde å gi. Jeg har vært vitne til relasjoner som strekkes. Jeg har sett hvor smertefullt det er for begge parter, blant annet fordi de ikke forstår hva som skjer. Når terapeutene i studien fortalte at de opplevde at ungdom var den svakeste part som måtte beskyttes, beskyttes fra hva? Min forforståelse er at de aller fleste foreldre ønsker å være der for ungdommen sin. Foreldre opplever også å stå i et emosjonelt strekk når de gjentatte ganger å

bli avvist. Hvilken historie er det mest hensiktsmessig å starte et familieterapeutisk arbeid med, når relasjonelle mønstre ofte er produkt av generasjoners mønstre? Spenningsforholdet mellom kjærlighet, tilhørighet og løsrivelse mellom generasjonene vil alltid være der. Terapeutiske samtaler kan være

## 6 Litteraturliste

Ainsworth, M.D.S & Bowlby, J (1991) Personality development. *American Psychologist*, 46 (4), 333-341

Anderson, H (2003) *Samtale, sprog og terapi – et postmoderne perspektiv* – Hans Reitzels Forlag, København

Andersen, A.J.W & Karlsen L.I (03/2015) Bør parterapi være en del av tilbudet innen psykisk helsevern for barn og unge? *Fokus på Familien*

Andersen, T (2012) *Reflekterende prosesser* – Dansk psykologisk forlag

Asarnow, J.R; Goldstein, M.J; Tompson, M; Guthrie, D (1993): One- year outcomes of depressive disorder in child psychiatric in- patients: Evaluation of the prognostic power of brief measure of expressed emotion – *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 34 (2), 129-137)

Bakhtin, M (1986) *Speech genres and other late essays* – Austin: University of Texas Press

Bakhtin, M (2008) *Latter og dialog* – J.W. Cappelens Forlag as, Oslo

Bakhtin, M et.al (1994) *The Bakhtin Reader – Glossary* Edward Arnold (Publishers) Ltd

Bateson, G (2005) *Mentale systemers økologi* – Steps. Akademisk forlag, København

Bertrando, P (2007) *The Dialogical Therapist* – Karnac Books, London

Bettelheim, B (1989) *Foreldreboka* – Gyldendal Norsk Forlag AS

Bjartveit, S og Kjærstad, T (2012) *Kaos og kosmos* – Kolle Forlag

Bowlby, J (1988) *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory* – Routledge

Brent, D.A; Holder, D; Kolko, D; Birmaher, B; Baugher, M; Roth, C et.al (1997): A Clinical psychotherapy trial for adolescent depression comparing cognitive, family and supportive therapy – *Archives of General Psychiatry*, 54 (9), 877-885

Broberg, A (2000) Når bandet brister. Oslo – Socionomen 2: 45-51

Bronfenbrenner, U (1979) The ecology of human development. Cambridge: Harvard University Press

Brudal, L.F (2003) Kunsten å være foreldre – Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS

Buber, M (1993) Dialogens Væsen – Scandbook AB, Falun

Bø, B.P og B.C.R Olsen (red.) (2008) Utfordrende foreldreskap – under ulike livsbetingelser og tradisjoner - Oslo: Gyldendal Akademisk

Condon, W. S (1982) Cultural microrhythms – In: M. Davies (Ed.) Interaction Rhythms: Periodicity in Communicative Behaviour (pp. 53-76) – New York: Human Sciences Press

Dalland, O (2012) Metode og oppgaveskriving – Gyldendal Norsk Forlag AS

Dysthe, O (2013) Dialog, samspill og læring – flerstemmige læringsfellesskap i teori og praksis. I Rune Johan Krumsvik & Roger Saljø (red). Praktisk-Pedagogisk Utdanning. Bergen: Fagbokforlaget

Fonn, K (03/2012) Fire unge jenters fortellinger om vansker og foreldrerelasjon – Fortellinger om relasjonelle erfaringer, vanskelige følelser og foreldrenes spesielle betydning - Fokus på Familien

Furlong, A., Cartmel, F. (1997) Young People and Social Change. Individualization and risk in late modernity - Buckingham Open University Press

Gadamer, H-G (2010) Sannhet og metode – Grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk – Pax Forlag

Gavazzi, S.M & Blumenkrantz, D.G (2008) «Teenage runaways: Treatment in the context of the family beyond» - Journal of the Psykotherapy

Geertz, C (1973) The Interpretation of Cultures – Basis Books, New York

Gergen, K. J (1994) Realities and relationships: Soundings in social construction – Cambridge, MA: Harvard University Press

Gilje, N og Grimen, H (2009) Samfunnsvitenskapenes forutsetninger – Innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi – Universitetsforlaget AS

Gottman, J (1998) EQ før foreldre. Hur du utveklar kanslans intelligens hos ditt barn. Stocholm

Hafstad, R. og Øvreeide, H. (2007) Det tredje ansikt i barnets relasjoner. Barn og unge i psykoterapi Haavind, H. og Øvreeide, H. – Oslo Gyldendal Norsk Forlag AS

Haley, J (1982) Flytta hemifrån – Natur och kultur – Stockholm

Hart, S og Schwartz, R (2011) Fra interaksjon til relasjon – Gyldendal Norsk Forlag AS

Hennum, N (2002) Kjærlighetens og autoritetens kulturelle koder. Om å være mor og far for norsk ungdom – Nova rapport 19/02

Hennum, N (03/2005) Grensesetting, makt, vold. Fra en undersøkelse om relasjoner mellom foreldre og ungdom - Nordisk sosialt arbeid

Hertz, S (2013) Barne- og ungdomspsykiatri – Gyldendal Norsk Forlag AS (2011) 1.utgave, 2opplag (2013)

Hårtveit, H. og Jensen, P (2004) Familien – pluss èn – Universitetsforlaget

Israel, P og Diamond, G. S (2009) Tilknytningsbasert familierapi til deprimert ungdom – Fokus på Familien 01/2009

Jensen, P og Ulleberg, I (2011) Mellom ordene – kommunikasjon i profesjonell praksis – Gyldendal Norsk Forlag AS

Johnsen, A og Torsteinsson, Wie V. (2012) Lærebok i familierapi - Universitetsforlaget

Jørgensen, Tveit. E (03/2015) Tidsskriftet Norsk barnevern

Karlsen, L.I og Andersen, A.J.W (03/2015) Fokus på Familien

Klepp, I-H og Aarø, L.E (2011) Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid – Gyldendal Norsk Forlag

- Kopp, C (2002) Commentary: the codevelopments of attention and emotion regulation – *Infancy*, 3, 199-208
- Krange, O. og Øia, T (2005) Den nye moderniteten – ungdom, individualisering, identitet og mening – J.W Cappelens Forlag AS, Oslo
- Krishnakumar, A & Buehler, C (2000) Interparental conflict and parenting behaviors: A meta analytic review. *Family Relations*, 49, 25-44
- Kvale, S og Brinkmann, S (2012) Det kvalitative forskningsintervju – Gyldendal Norsk Forlag AS
- Kvalem, I.L og Wichstrøm, L (red.) (2007) Ung i Norge – Psykososiale utfordringer – J.W Cappelens Forlag AS, Oslo
- Kvello, Ø (2015) Barn i risiko – Gyldendal Norsk Forlag
- Lerner, R. M (1999) Developmental contextualism, and the further enhancement of theory about puberty and psychosocial development. I.H.D Porton & R.E.H Muuss (Eds). *Adolescent behavior and society: a book of readings* (5th ed., ss 22-29). Boston: McGraw-Hill College
- Lock, A & Strong, T (2014) Sosial konstruksjonisme, Teorier og tradisjoner – Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS
- Malterud, K (2013) Kvalitative metoder i medisinsk forskning- en innføring – Universitetsforlaget
- Marthinsen, E., Røe, M., Hovland, W. (2006) Ungdom - «rik» og «fattig» Sluttrapport, Rapportserie for sosialt arbeid og helsevitenskap
- Midtstigen, P. & Vik, G (2007) «oss står att liksom i eit anna land» - Dialog med barn når foreldrene er i konflikt – Fokus på Familien 1, 20-22
- Murray, K.T & Kochanska, G (2002) Effortful control: factor structure and relation to externalizing and internalizing behaviors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 503-514

- Mæhle, M (2004) "Re-inventing the child in family therapy: An investigation of the relevance and applicability of theory and research in child development for family therapy involving children" – Det psykologiske fakultetsbibliotek
- Mørch, S (1985) At forske i ungdom. Et sosialpsykologisk essay. København: Rubikon
- NOVA (2015) Ungdata. Nasjonale resultater 2014. NOVA Rapport 7/15. Oslo
- Riesch, S & Gray, J et al (2003) Conflict and conflict resolution: Parent and young teen perceptions – Journal of Pediatric
- Rutter, M; Giller, H og Hagell, A (1998) Antisocial Behavior by Young People – Cambridge: Cambridge University Press
- Seikkula, J og Arnkil, T.E (2007) Nettverksdialoger – Universitetsforlaget
- Sheeber, L; Hops, H; Davis, B. (2001): Family processes in adolescent depression – Clinical Child & Family Psychology Review 4 (1), 19-35
- Stafseng, O og Frønes, I et al, Sven Mørch (1987) Ungdom mot år 2000 – Gyldendal Norsk Forlag
- Steinberg, L (2005) Cognitive and affective development in adolescence. Trends in Cognitive Sciences, 9, 69-74
- Tetzchner, von S (2001) Utviklingspsykologi – Barne- og ungdomsalderen – Gyldendal Norsk Forlag AS
- Thagaard, T (2013) Systematikk og innlevelse, en innføring i kvalitativ metode – Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS
- Tønnessen, Ø og Svartdal, F (2013) - <https://snl.no/ungdom>
- Jensen, P og Ulleberg, I (2011) Mellom ordene – Kommunikasjon i profesjonell praksis – Gyldendal Norsk Forlag AS
- Veileder til forskrift av 3 april 2003 nr. 450 (1S-1154) Kommunenes helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten – Sosial- og helsedirektoratet



Van der Merve, W.L & Voestermans, P.P (1995) Wittgensteins legacy and the challenge to psychology. *Theory and Psychology*, 5-26

Watzlawich, P et al. (1967) *Pragmatics of human communication* – W.W Norton New York

Øia, T (1996) *Ungdom – finnes den? I Øia, T (Ed). Ung på 1990 tallet*. Halden, UNG forsk-Cappelen Akademisk Forlag

Ølgaard, B (2012) *Kommunikation og økomentale systemer – en introduktion til Gregory Batesons forfatterskab* – Akademisk Forlag, København

[https://www.idunn.no/fokus/2004/03/a\\_formidle\\_seg\\_selv\\_som\\_kjerlig\\_morogfarien\\_norsk\\_kontekst](https://www.idunn.no/fokus/2004/03/a_formidle_seg_selv_som_kjerlig_morogfarien_norsk_kontekst)

[http://www.uib.no/info/dr\\_grad/2004/mahle.htm](http://www.uib.no/info/dr_grad/2004/mahle.htm)

<http://dx.doi.org/10.1067/mps.2003.24>

[http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/j085V02N02\\_02](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/j085V02N02_02)

## 7 Vedlegg

### **Vedlegg 1 – Informasjonsskriv til informanter**

Bærum kommune 15.09.15

Forespørsel om deltakelse som informant i et forskningsprosjekt for en masteroppgave som handler om å undersøke:

*Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den familierapeutiske samtalen?*

Denne forespørselen vil gå til familierapeuter på familievernkontor og til personer med ulik fagbakgrunn i barne- og ungdomspsykiatrien som jobber familierapeutisk ut fra et systemisk perspektiv.

#### **Bakgrunn og hensikt**

Målet med studien er å få frem dybdekunnskap om terapeuters erfaringer, opplevelser og beskrivelser av spesifikke situasjoner og hendelsesforløp når det oppstår et spenningsforhold mellom foreldre og ungdom i en familierapeutisk kontekst. Et annet mål er at jeg gjennom analysen kan få kunnskap om terapeuters beskrivelser av kvaliteter, egenskaper og karaktertrekk ved fenomenene dialog og dialogiske prosesser

Det sentrale for meg vil bli å løfte fram og gi prioritet til funn som kan gi ny kunnskap om terapeuters erfaringer ved bruk av ulike terapeutiske tilnærminger i møte med ungdom og foreldre, og hvordan valg av ulike terapeutiske tilnærminger kan bidra til å opprettholde dialog når en spenningssituasjon oppstår. Ny kunnskap kan gi refleksjoner som kan gjøre en forskjell i familierapeuters møte med ungdom og deres foreldre.

Jeg håper at jeg får rekruttert terapeuter med ulik erfaring. Dette er for å kunne se på om det er en sammenheng mellom terapeutens ansiennitet og bruk av teori og metoder.

#### **Hva innebærer studien?**

For å få belyst erfaringene ønsker jeg å gjennomføre intervjuer med fire til fem personer. Jeg ønsker å treffe informant på hans/hennes arbeidssted, eller om det er et annet sted som passer bedre for informanten. Intervjuet vil vare i ca. 1 time, maks 1.5 time. Intervjuet vil bli tatt opp med en diktafon. Dette for å transkribere ordrett og ikke tolke det jeg har hørt at dere har for-

talt. Intervjuene vil bli gjort i løpet av september - oktober 2015. Prosjektleder for studien er Gretha Hjorth-Johansen, masterstudent i familieterapi ved Diakonhjemmets høyskole i Oslo. Jeg vil også gjøre intervjuene. Min veileder er høyskolelektor Hans Christian Michaelsen ved Diakonhjemmets høyskole i Oslo.

### **Hva skjer med informasjonen om deg**

Alle data vil bli behandlet konfidensielt og på en forsvarlig måte i henhold til Personopplysningsloven og etter retningslinjer gitt av Datatilsynet. Dette innebærer at jeg som forsker vil ha taushetsplikt overfor alle personopplysninger som samles inn. Datamaterialet vil bli anonymisert og slettet når forskningsprosjektet er avsluttet, senest desember 2016.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke til å delta i studien. Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen på siste side. Om du nå sier ja til å delta, kan du senere trekke tilbake ditt samtykke og din deltagelse i studien uten begrunnelse. Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til studien, eller generelt ønsker mer informasjon om forskningsprosjektet kan du kontakte Gretha Hjorth-Johansen, tlf. 992 94 518 eller epost: gr-hj@live.no.

### **Personvern**

Informasjonen som lagres om deg skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med studien. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennende opplysninger.

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS har godkjent studien.

### **Utlevering av materiale og opplysninger til andre**

Det er kun forsker og veiledere som har adgang til informasjonen og som kan finne tilbake til deg. Det vil ikke være mulig å identifisere deg i resultatene av studien når disse publiseres.

### **Retten til innsyn og sletting av opplysninger om deg**

Hvis du sier ja til å delta i studien, har du rett til å få innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg. Du har videre rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene vi har registrert. Dersom du trekker deg fra studien, kan du kreve å få slettet innsamlede opplysninger, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller brukt i vitenskapelige publikasjoner.

### **Informasjon om utfallet av studien**

Du har som informant rett til å få tilgang til utfall av studien. Dersom du ønsker å delta er du velkommen til å ta direkte kontakt med meg på mail eller telefon.

Vennlig hilsen

Gretha Hjorth-Johansen

[gr-hj@live.no](mailto:gr-hj@live.no)

+47992 94 518

Sted/Dato

Bærum kommune 15.09.10

## Vedlegg 2 – Tilbakemelding fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Hans Christian Michaelsen  
Institutt for sosialt arbeid og familierapi Diakonhjemmet Høgskole AS  
Postboks 184 Vinderen  
0319 OSLO

Harald Hårfages gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org nr 985 321 884

Vår dato: 15.06.2015

Vår ref: 43655 / 3 / LT

Deres dato:

Deres ref:

### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 03.06.2015. Meldingen gjelder prosjektet:

43655	<i>Hvilke metoder og teorier støtter terapeuten seg på for å skape dialogiske prosesser når det oppstår spenningsforhold i familierapeutiske samtaler med ungdom og deres foreldre</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Diakonhjemmet Høgskole AS, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Hans Christian Michaelsen</i>
<i>Student</i>	<i>Gretha Hjorth-Johansen</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstillende kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.05.2016, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lis Tenold

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices*

*OSLO NSD Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11 nsd@uio.no  
TRONDHEIM NSD Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07 kyrre.svarva@svt.ntnu.no  
TROMSØ NSD SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36 nsdmaa@sv.uit.no*

## Personvernombudet for forskning



### Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 43655

Utvalget informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Diakonhjemmet Høgskole AS sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektslutt er 31.05.2016. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)

Det oppgis at personopplysninger skal publiseres. Personvernombudet legger til grunn at det foreligger eksplisitt samtykke fra den enkelte til dette. Vi anbefaler at deltakerne gis anledning til å lese igjennom egne opplysninger og godkjenne disse før publisering.

## Vedlegg 3 - Intervjuguide

INTERVJUGUIDE

02.10.15

(Endringer etter andre intervju)

**Målet med studien er å få frem dybdekunnskap om terapeuters erfaringer, opplevelser og beskrivelser ved bruk av ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialogiske prosesser mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold mellom dem i en familierapeutisk kontekst. Jeg ønsker å innhente kunnskap om:**

*Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde en dialogisk prosess mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den familierapeutiske samtalen?*

**Det sentrale for meg vil bli å løfte fram og gi prioritet til funn som kan gi ny kunnskap om terapeuters tilnærminger som bidrar til å opprettholde dialog og dialogiske prosesser når en spenningssituasjon oppstår i terapirommet. Ny kunnskap (nye beskrivelser – 28.09.15) kan gi nye refleksjoner som kan gjøre en forskjell i familierapeuters møte med ungdom og deres foreldre.**

Jeg ønsker å se på om det er en sammenheng mellom ansiennitet og bruk av teori og metoder.

### **Bakgrunn**

1. Hvilken utdanning har du?
2. Hvor mange år har du jobbet som familierapeut?
3. Hvor mye arbeidserfaring har du med familiesamtaler hvor foreldre og ungdom er tilstede samtidig?

### **Kontekst /dialog/samarbeid**

1. Hva betyr fenomenene dialog og dialogiske prosesser for deg i en terapi kontekst hvor ungdom og foreldre er tilstede samtidig? (Har du et konkret eksempel på det du nå har fortalt).
2. Hva betyr begrepet «spenningsforhold» for deg i en terapeutisk kontekst hvor ungdom og foreldre er tilstede samtidig? (Har du et konkret eksempel på det du nå har fortalt?)
4. Kan du beskrive hvordan du opplevde den dialogiske prosessen mellom ungdommen og foreldre ble påvirket når et spenningsforhold oppstod i en terapeutisk samtale (Har du et konkret eksempel på det du nå har fortalt).

5. Kan du beskrive hvordan du selv opplevde at du bidrog til å skape et dialogisk rom for ungdommen og foreldre etter en spenningssituasjon oppstod i terapirommet? Hvilke terapeutiske virkemidler tok du i bruk? (Har du et konkret eksempel på det du nå har fortalt?)
6. Kan du si noe om hvordan du som familieterapeut bidro til å få frem hver enkeltes særegne stemme i familiesamtalen etter at en spenningssituasjon var oppstått? (Har du et konkret eksempel?)
7. Kan du beskrive hvordan du samarbeidet med ungdom og foreldre for å opprettholde dialog når den emosjonelle situasjonen oppstod? Hvilke terapeutiske virkemidler tok du i bruk? (Har du et konkret eksempel?)
8. Kan du beskrive hva du tenker det handlet om når ungdommen og foreldre ikke klarte å være i dialog med hverandre i et terapeutisk møte, og kan du huske hvilke terapeutiske virkemidler du da tok i bruk i håp om å bidra til å skape dialog?
9. Kan du si noe om du bevisst støttet deg til en bestemt terapeutisk tilnærming for å opprettholde en dialogisk prosess mellom ungdommen og foreldre, eller tenker du at du støttet deg til deler av ulike terapeutiske tilnærminger, eller tenker du at anvendte ulike tilnærminger implisitt gjennom erfaring? (Kan du beskrive et konkret/konkrete eksempler?)
10. Kan du si noe om hvilke teorier og metoder (terapeutiske virkemidler) du har best erfaring med for å opprettholde dialogiske prosesser mellom ungdom og foreldre når en spenningssituasjon oppstår i terapirommet, og hvorfor. (Har du et konkret eksempel på det du nå har fortalt)
11. Tenker du at alle terapeutiske samtaler er dialogiske?

### **Oppsummering**

1. Til slutt vil jeg høre om du har gjort deg noen refleksjoner underveis i intervjuet som du ønsker å dele med meg?
2. Var det noe du reagerte på eller som opplevdes uklart?
3. Er det noe du ønsker å tilføye rundt de temaene vi har snakket om



#### **Vedlegg 4 - Samtykkeerklæring**

**Jeg har mottatt informasjon om masterprosjektet som handler om å undersøke:** *Hvilke erfaringer har terapeuter med ulike terapeutiske tilnærminger for å opprettholde dialog mellom ungdom og foreldre når det oppstår et spenningsforhold i den familierapeutiske samtalen?*

Jeg samtykker i å delta i prosjektet.

Jeg samtykker i at uttalelser fra intervjuene kan refereres (siteres) i masteroppgaven og i eventuelle artikler og presentasjoner i forbindelse med prosjektet. Jeg gir også tillatelse til at prosjektets veiledere, som også er underlagt taushetsplikt, kan få lese materialet.

Selv om jeg har bekreftet at jeg vil delta i prosjektet nå, kan jeg på ethvert tidspunkt trekke meg uten begrunnelse og også be om at innsamlede data slettes.

Sted..... dato

Underskrift.....

## ***Vedlegg 5 - Transkribering***

....men det vi gjorde da var at vi gjorde sånn at vi delte oss, vi var to terapeuter og vi fant ut atte , ja ofte når vi møter folk finne ut hva de er interessert i, en måte å bli kjent på, og denne gutten han var ganske interessert i eh ja jeg spurte om han likte å kle seg ut eller sånt no, eh ja han viste nå ikke det men han var interessert i å lage kontor, å rydde og ordne, og så det var også på en sånn familieenhet som dette så vi innredet et lite kontor å , jeg tok med reklamemateriell og han begynte å stemple og ordne og vi lekte kontor og så jeg med min teaterbakgrunn .. så begynte vi å spille teater, etter hvert så fant vi ut at atte vi hadde noe felles, begge to var veldig opptatt av borettslaget som gikk på TV på den tiden , så begynte vim å kle oss ut å ... han sminka meg og jeg sminka han til å være han Yngve Freiholdt å ... og så ble vi kjent på den måten, og parallelt så snakket da den andre terapeuten med mor om det hun synes var problematisk og hvordan hun ... hva hun hadde behov for i forhold til å være i en vanskelig situasjon med sønnen, og så av og til så møttes vi til korte samtaler som var knyttet under tema , lekser, rydding, ferier, og sånne ting, det var korte samtaler og hvor gutten etter hvert sa «nei, nå må vi dra og jobbe Trude» da var det ned igjen til vårt. Da lagde vi også faktisk noen filmer som e som som han ble veldig interessert i, han ble interessert i filmapparatet, han ble interessert i å .... Vi ... at han var god til å lage film, og jeg tror han fikk en mestringsopplevelse ved å se at her hadde vi lagd no sammen, og i det vi lagde da så gikk det inn turtakning, det inngikk vente, tålmodighet, eh ja det er en lang historie om ting men men for meg så var nok det en sånn e å se at å bygge på noen felles interesser å få kontrakt den veien og det med å å kjenne mestring , asså hentet fra resilience tenkning at kreativ aktivitet og ehm og mestrings og gleden det er .. tror jeg på en måte bidro til at denne gutten kom videre på mange ting og at moren også så på han annerledes etter

hvert, sånn at når når en vil snakke om et problem og en ikke vil, når det er så ulike .... Hvis vi har en sånn hovedtanke at vi skal skreddersy, skal prøve å tilpasse noe som er noe for alle i rommet ehm så er det jo alltid tenker jeg at vi må dele seg, man må prøve å imøtekomme begge eh så av og til så blir det ... det kan bli parallelle løp, og så kan man møtes i noe som man da ... i denne sammenhengen som gjorde at det ble korte samtaler som vi hadde han helt med på, og så brukte vi ... og det har jeg brukt mye sånne feedback verktøy – Miller og Duncan som lagde de her skalaene som er å holde litt .... Kenner du til det? Jeg kan vise deg, jeg har det her, jeg skal ikke gå langt inn i det men, men hvor disse skalaene hvor vi på en måte får litt sånn følelsen av hvordan går det, syns barnet, syns foreldrene at de får det bedre, at vi kommer noen vei, ehm vi får på en måte sett på flere viktige arenaer hvor hvordan man har det med seg selv, i familien, skole, venner og alt det, ja og at vi liksom eh holder ... får sett på også hvordan var dette for deg, følte du at du ble hørt, hvor viktig var det, passet det for deg det vi gjorde eh sånn at det ble også en samtale som ble å holde litt .... Er vi på rett kurs med det vi holder på med her? Så det det syns jeg har vært utrolig bra å kunne ha den åpenheten eh og på en måte å legge ... se på det som et samtaleverktøy og samtidig prøve å snakke om det på en sånn måte at dette er, dette er ehm verktøy som er godt for meg å få vite om passer for jeg vil jo gjerne .... At vi skal komme dit du vil så det er ... det blir en åpenhet rundt det

Men så blei eg veldig nysgjerrig på når du sa ... denne gutten og morå, det blei en kort samtale, kan du si noe om disse samtalene mellom mor og den gutten i forhold til hvis du tenke dialog eller dialogisk prosess mellom de?

Det det som var viktig var på en måte å gå på temaer som var eh som var eh asså ferier, rydding, krancling, eh ... det ligger litt sånn langt bak så jeg husker ikke eh jeg husker ikke detaljene men på en måte å prøve å gi rom for at gutten fikk sagt det han eh mente

uten at moren for fort kanskje noen konstellasjoner i rommet at det ble en annen form for lytting til det han sa og det ble noen oppfølgings spørsmål og nysgjerrighet på det vi kom med som gjorde at ... kanskje fremstod det for mor også som en annen mening enn den litt sånn gamle selvfølgelig måten å oppfatte ham på da og at de på en måte kom til noen avtaler som kanskje hadde lettere for å gå av sporet når de to satt aleine eh og at det ble mere løsningsfokusert enn sånn ... klage oppgitt over deg, begge veier, eh lukke øra for ham og mase mer for henne, kom inn i noen andre spor da ved annen type lytting og andre type spørsmål tenker jeg.

Veldig bra, hm

Men eh ... for jeg tenkte dette var en type familie, det du spurte meg om i utgangspunktet var når det knyter seg til ..

Det kommer etter hvert det, det var et spørsmål om ordene dialog og dialogisk prosess for deg, ka ligger der i de ordene for deg i din praksis med familier kor ungdom og foreldre e inne samtidig

Ja, ja jeg tror at det er liksom mange verktøy fra forskjellige kanter og jeg jeg tror at det der med ... når jeg oppdaget det med sirkulær spørring ehm så ble det på en måte å invitere familier inn til noe nytt, en annen måte å snakke sammen på, eh å på en måte å si noe om «hva tror du moren din ville si til det» eh å så sitter mor der, og så hører hun hans tanker og så blir det en mulighet for å havne et helt annet sted fordi han gjetter noe annet enn det hun faktisk sitter med og jeg syns på en måte at det både er noe litt sånn lekent i det og det det lager et rom for en helt annen dialog da som eh ... det syns jeg var utrolig .... Det var akkurat som.... Husker best tilbake fra familieterapien var det sirkulære spørringen som brakte en til helt andre steder ofte ehm så ehm og jeg tror jo det der med eh å kanskje se seg blind på symptomer blir ... liksom havner veldig i symptomer i sykdom liksom ved å få liksom videre jakke med å utvide utvide konteksten spørre og andre ting som som som gjør at en kanskje også blir minnet litt på.....



## Vedlegg 6 - Utdrag fra kodingsprosessen

Malterud

01.02.16

**Kodegruppe: «ansvaret blir et felles anliggende» (ny – terapeuten gjør det mulig for klientene å samarbeide H. Anderson: 143) (endre navn?)**

**Subgruppe: «beksytterrolle for den svakeste part»**

Familieterapeutene fortalte at ungdommene skulle slippe å bære kjempeansvaret for familiens store konflikt. De rapporterte at en god allianse med ungdommene slik at de kunne slappe av og føle seg trygge var viktig. Selv litt uheldig atferd måtte de validere slik at ungdommene ikke følte seg som noen elendige drittsekker med et lavt selvbilde. Videre fortalte familieterapeutene at opplevde ungdommene seg forstått så kunne det endre synet ungdommen hadde på seg selv. Et varmt blick og en klapp på skulderen fra en som hadde håp for ungdommene kunne gi en ny opplevelse om at det var mulig at noen kan oppfatte det de ønsket seg.

**Gullsitat «Opplever ungdommene seg forstått kan de få et endret syn på seg selv».**

**Subgruppe: «terapeuten er ikke eksperten»**

Mange deltagere fortalte om en holdning at de ikke var eksperter, men at folk var eksperter på sine liv. De fortalte at de måtte være varsomme og ikke oppleve at de hadde fasiten og løsningene. Flere av intervjupersonene fortalte at de måtte gå varsomt og de spurte veldig etter erfaringer fra folks liv. Ved at terapeutene fikk frem deres egne erfaringer og tila dem vekt kunne de hjelpe folk til å tro på og hjelpe dem til å se at de selv kunne, at de selv hadde det som skulle til for å kunne gå videre og klare seg selv.

**Gullsitat: «folk fikk tro på at de selv hadde det som skulle til for å kunne gå videre og klare seg selv».**

**Subgruppe: «å bli sett og hørt»**

Flere familieterapeuter fortalte at det var et menneskesyn at de respekterte hvor sårbare alle var. Det var viktig for alle terapeutene at de tydeliggjorde alles stemmer og at de fortalte at det var fint og modig av dem å være der. Første bud i oppdraget med en familiesamtale var at den som kanskje kjenner seg svakest ble ivaretatt, men kanskje er nummer to var å være sikker på at alles stemmer blir hørt var det en som sa. Noen av terapeutene fortalte at kaotiske samtaler var fryktelig vanskelig å avslutte, men de ble alltid avsluttet med at terapeutene tok en runde og sjekket ut med hvert enkelt ved at kanskje de siterte direkte ved at de brukte ordene personene selv hadde brukt og de spurte om det stemte det de hadde hørt. Terapeutene var opptatt av at de ikke bare måtte validere inni seg men at de gav dem en tydelig og konkret bekreftelse på at alle var hørt og at alles nyanser var hørt. Flere av terapeutene fortalte at det var viktig å ha en antenne mot det nonverbale som skjedde i rommet parallelt med ordene som ble sagt, det som skjedde i rommet i tillegg til ordene brukte de til å stoppe opp om noe skjedde. Også de som dominerte mest hadde behov for en bekreftelse på at de var hørt.

**Gullsitat: «det er et menneskesyn å respekterer hvor sårbare alle er»**

**Subgruppe: «et samarbeidsprosjekt»**

Terapeutene fortalte at det alltid var familiene som bestemte hva de skulle snakke om, når og med hvem. De presset aldri frem tema. Det var viktig for terapeutene fortløpende å sjekke ut om temaet de snakket om var ok, det var et viktig signal om respekt og ivaretagelse for dem som lyttet og var tilstede. Terapeutene opplevde at om folk kjente at de var likt og at terapeutene hadde tro på dem kunne folk åpne opp for ganske mange håp og drømmer, da ble det et samarbeidsprosjekt. Flere av terapeutene sa at de ikke fikk til noe om de ikke klarte å lage en god allianse og vise dem ydmykhet. Ble familiemedlemmene spurt etter opplevde de seg invitert til samarbeid fortalte noen av terapeutene. Det var en viktig faktor som reduserte stresset som gjorde at det ikke ble vanskeligere enn det måtte bli.

**Gullsitat: «At folk kjenner at jeg liker dem og har tro på dem er grunnlaget for et samarbeidsprosjekt».**

**Kodegruppe: «endre tale/lytte posisjon» (nytt navn?)**

**Subgruppe: «utvidet handlingsrom» (ny) skal dette være tema?**

**Subgruppe: «den synlige endringen»**

Flere av intervjupersonene fortalte om fordelene med å være to terapeuter i rommet. To terapeuter kunne gi både ungdom og foreldre støtte i samtalen. En mor fikk for eksempel hjelp til å regulere seg i samtalen. Ved bruk av speil så fikk terapeutene laget et rom for ungdommene til å tørre å vise noe mer, være noe mer, og slappe av samtidig som foreldrene satt på utsiden. Foreldrene oppdaget plutselig en litt mer voksen person som satt der, for når han satt og snakket med en annen voksen person ble det annerledes. Terapeutene fortalte at ved bruk av speil så snakket en terapeut med foreldrene foran speilet mens en annen terapeut satt sammen med ungdommen bak speilet, så snudde de det. Terapeutene rapporterte om hvor utrolig sterkt det kunne være å se foreldrene når de hørte på hva ungdommen sa, men også å se ungdom som hørte og så hva foreldrene sa. Ungdommene opplevde at foreldrene snakket sammen på en helt annen måte. Den ene terapeuten fortalte om at hennes nysgjerrighet og oppfølgings-spørsmål til det en ungdom fortalte fremstod for mor med en annen mening enn den litt sånn gamle måten å oppfatte ham på.

**Gullsitat: «ungdommens historie kan fremstå med en annen mening en den gamle måten å oppfatte ham på».**

**Subgruppe: «alle får muligheten til å uttale seg»**

Det noen av terapeutene fortalte at det de brukte mest var at alle var tilstede og at de laget noen tale lytte teknikker. Det ble laget noen regler som sa at i rommet var det sånn at alle fikk få lov til å snakke ferdig. Når en snakket skulle alle de andre vente.