



«Historier om hele mennesket»

Familieterapeuters begrunnelser for bruk av narrative brev i  
sin praksis

Jan Flemming Raae

VID vitenskapelige høgskole

Oslo

Masteroppgave

Master i Familieterapi og systemisk praksis

Antall ord: 26 367

28.05.2021

## **Opphavsrettigheter**

Forfatteren har opphavsrettighetene til oppgaven.

Nedlasting for privat bruk er tillatt.

## Sammendrag/abstract

Denne kvalitative studien tar for seg hva familieterapeuter legger til grunn for sin bruk av narrative brev i terapi, og hvilke tanker familieterapeutene gjør seg om tekstens innflytelse på det terapeutiske samarbeidet. Studien bygger på intervjuer med fire familieterapeuter som praktiserer i ulike kontekster og har ulik geografisk tilhørighet. Studiens empiri ble samlet inn og analysert ved hjelp av konstruktivistisk Grounded Theory. Narrativ brevpraksis er lite beskrevet i forskning, noe som påvirket valget av Grounded Theory som design. Analysen resulterte i seks *common sense* kategorier, og seksten underkategorier. Kategoriene omhandlet terapeutenes tidligere erfaringer (1), holdninger (2), måten de posisjonerte seg i samarbeidet (3), brevenes effekt på den terapeutiske relasjonen (4), hvordan brevene ga terapeutene handlingsrom (5), og hvordan praksisen påvirket terapeutenes egen prosess (6).

Funnene antyder at familieterapeutene begrunner bruken av brev med den maktforskyvningen som skapes ved at terapeuten deler sine tanker i tekstform. Dette påvirker også relasjonsaspektet av det terapeutiske samarbeidet. Formålet med terapeutenes bruk av brev fremstår å være å styrke klientens handlingsposisjon. Posisjonerings-teori benyttes i diskusjonskapitlet for å forstå terapeutenes handlinger. Praksisen fremstår forankret i terapeutenes verdisyn og holdninger.

Tekstens innflytelse på det terapeutiske arbeidet blir diskutert ved hjelp av Bakhtins begreper om dialogisme og flerstemthet. Brevene kan sies å fungere som et «thinking device» overfor klienten, som klienten kan gå i dialog med gjennom flere gjennomlesninger over tid. Måten terapeutene tilgjengeliggjør sin indre dialog på kommer også med omkostninger, som kan skape ubehag for terapeutene. Ubegrepet forstås som et resultat av en sårbarhet, og diskuteres ut i fra begreper hentet fra Tom Andersen.

Studien indikerer kompleksiteten som ligger til grunn for familieterapeuters praksis med narrative brev. Den belyser mulige fallgruver, og understreker viktigheten av å ha et veloverveid og reflektert forhold til praksis. Empirien kan antyde at tidlige yrkeserfaringer har bidratt til å forme praksisen. Funn antydte og at brevskrivning hadde en positiv ringvirkning på andre terapiferdigheter, noe som kan gi implikasjoner for videre forskning.

Nøkkelord: Narrativ praksis, narrative brev, terapeutiske brev, Grounded Theory

This qualitative study will approach the subject of family therapists reasoning for writing narrative letters in therapy, as well as the therapists' thoughts on how the text influences the therapeutic relationship. The study is based on interviews with four family therapists practicing in different contexts and with different geographical affiliation. The empirical data was gathered and analyzed using constructivist Grounded Theory. Not much research attention has been given to the subject of narrative letter writing, something that contributed to the selection of Grounded Theory as design. The analysis resulted in six common sense categories, and sixteen subcategories. The categories referred to the therapists' earlier experiences (1), attitudes (2), the way the therapists positioned themselves in the therapeutic relationship (3), the effect of the letters on the relational aspect of the therapy (4), how the letters allowed the therapists to maneuver (5), and how the practice affected the therapists own process (6).

The findings suggest that the therapists explain their use of letters based on the power shifts that occur when the therapist shares his or her thought in text. This also affects the relational aspect of the therapy. The purpose of the therapeutic of letters seems to be the strengthening of the clients' position of action. Positioning theory is used in the discussion chapter to understand the therapists' actions. The practice appears anchored in the therapists' values and attitudes.

The significance of the text in the therapeutic relationship is discussed in the Bakhtinian terms of dialogism and polyphony. It can be claimed the letters act as a «thinking device” for the client, in which the client can start additional dialogues by multiple readthroughs over time. The way the therapists make their inner dialogues accessible to their clients, comes at a cost which can create discomfort for the therapists. The discomfort is understood as a result of vulnerability, and is discussed in the terms of Tom Andersen.

The study highlights the complexity that forms the basis for the family therapy practice of narrative letters. It sheds light on possible pitfalls, and underlines the importance of having a well-considered and reflected thought on practice. The empirical data suggests that earlier work experiences has contributed to the current practice of the therapists. Data also suggests that writing letters had positive ripple effects on other therapeutic skills, which can warrant further study.

Key words: narrative practice, narrative letters, therapeutical letters, grounded theory

## Forord

At denne masteroppgaven skulle påbegynnes, langt mindre ferdigstilles, var aldri det mest sannsynlige utfallet. Men her er den likevel. Som oppgaver flest, har skrivearbeidet vært en ensom reise; samtidig hadde jeg aldri passert målstreken uten en rekke nøkkelpersoners hjelp. Jeg vil først og fremst trekke frem min kone Julie og hennes familie. Uten det nydelige fristedet i Lyngdal, hadde det aldri blitt en oppgave til slutt. Takk for at Julie og jeg aldri trenger bekymre oss for om vår datter har det bra med mormor, morfar og tante.

Tanken om å begynne på en master hadde kanskje heller aldri slått meg uten tidenes veiledningsgruppe gjennom videreutdanningen: Victoria, Eirik, Kjersti, Lars, Irene, og sist, men langt fra minst, Mette. Uten fundamentet dere var med på å legge, hadde jeg ikke vært her. Takk for at dere fikk meg til å oppdage gleden i faget, og nye sider av meg selv. En stor støtte har det også vært at Mette og Victoria har vært med på masterreisen.

Noe av det fineste med de to årene ved VID i Oslo har vært mine kjære medstudenter Kamilla og Gustav. Ikke minst er jeg takknemlig for at dere har rommet meg i de stundene der jeg var nær å hive datamaskinen ut av vinduet og gi opp hele prosjektet. Dere har dratt meg gjennom, og jeg har satt uendelig stor pris på det. Uten dere hadde prosessen vært betraktelig mindre gøy. Jeg ser frem til vi kan møtes for å feire.

Tusen takk til de nøkkelansatte ved Høgskulen på Vestlandet, Sari Lindeman, Øyvind Kalsås og Lennart Lorås, som tente gnisten. Tusen takk til det tilsvarende nøkkelpersonellet ved VID Vitenskapelige Høgskole i Oslo, Siv Merete Myra og Hans Christian Michalsen for å ha ivare tatt den. Takk til Tone Grøver og Gudmund Fossli for et **fantastisk** opplegg for personlig og profesjonell utvikling. De mange flotte menneskene i MAFAM 19-21 må også nevnes.

En stor takk må gå til Åse Holmberg, som har veiledet meg med stoisk ro der jeg stort sett har vært i kaos. Takk til mine arbeidsgivere NOK Sørvest og Bufetat Region Vest, for å støtte prosjektet. Tusen takk til mine informanter som har stilt opp og delt av seg og sin praksis. Takk til Liv Nesse Amundsen for tekstvask og beroligende ord.

Til sist vil jeg takke Oline – som ble født midt i dette prosjektet - for å sette ting i perspektiv og lært meg hva som betyr noe når alt kommer til alt. Du lyser opp livene våre.

## Innhold

1 Innledning.....	7
1.1 Bakgrunn for valg av tema .....	7
1.2 Relevans for fagfeltet .....	8
1.3 Presentasjon av problemstilling .....	9
1.4 Presentasjon av forskningsprosjektet .....	10
1.5 Avgrensninger .....	10
1.6 Definisjoner og begrepsavklaringer .....	10
1.7 Oppgavens videre oppbygging.....	11
2 Studiens teoretiske ramme .....	12
1.1 Teoretisk utgangspunkt for narrativ terapi .....	12
2.2 Bruk av brev i en terapeutisk kontekst .....	15
2.3 Relevant forskning .....	15
3 Metode.....	18
3.1 Valg av kvalitativ metode .....	18
3.2 Epistemologisk utgangspunkt .....	19
3.2.1 Mitt epistemologiske utgangspunkt .....	19
3.2.2 Studiets epistemologiske ståsted .....	20
3.2.3 Sosialkonstruksjonisme.....	21
3.3 Presentasjon av Grounded Theory .....	21
3.3.1 Opprinnelsen til Grounded Theory .....	22
3.3.2 Konstruktivistisk Grounded Theory.....	23
3.4 Kvalitativt forskningsintervju .....	23
3.4.1 Å intervju i Grounded Theory .....	24
3.4.2 Intervjuguide .....	24
3.5 Bruk av GT i dette prosjektet .....	25
3.5.1 Initial sampling og utvalg.....	25
3.5.2 Intervjusituasjonen .....	26
3.5.3 Initial Coding.....	26
3.5.4 Memos.....	27
3.5.5 Focused Coding.....	29

3.5.6 Axial Coding .....	29
3.5.7 Fremgangsmåte i analysen .....	31
3.5.8 Forskningssetiske retningslinjer .....	33
3.5.9 Vurdering av refleksivitet, validitet, reliabilitet og generaliserbarhet .....	34
4 Presentasjon av analyse .....	37
4.1 Hovedkategori: Erfaringer som har ledet til praksis .....	37
4.1.1 Underkategori: Å jobbe i strid med sine verdier .....	38
4.1.2 Underkategori: Et «vannskilleøyeblikk» i overgangen til ny praksis .....	39
4.2 Hovedkategori: Holdninger til terapeutrollen .....	41
4.2.1 Underkategori: Terapeuten som medreisende .....	41
4.2.2 Underkategori: Å ha tillit til klientens kompetanse .....	43
4.2.3 Underkategori: Skrift veier tyngre enn tale .....	44
4.3 Hovedkategori: Terapeutisk posisjonering .....	46
4.3.1 Underkategori: Å sette klienten i stand til å innta nye posisjoner .....	46
4.3.2 Underkategori: Reorientering av makt .....	49
4.3.3 Underkategori: Å åpne døren for relevans i eget liv .....	51
4.4 Hovedkategori: Brevenes påvirkning på den terapeutiske relasjonen .....	53
4.4.1 Underkategori: «Å bli snakket med, i motsetning til å bli snakket om» .....	53
4.4.2 Underkategori: Å gjøre den profesjonelle distansen kortere .....	55
4.5 Hovedkategori: Utvidelse av det terapeutiske handlingsrommet .....	57
4.5.1 Underkategori: Brevskrivning som ferdighetsskjerpende praksis .....	57
4.5.2 Underkategori: Å ivareta den røde tråden .....	58
4.5.3 Underkategori: Å gjøre klientens kunnskap konkret .....	59
4.6 Hovedkategori: Terapeutenes egen prosess .....	61
4.6.1 Underkategori: Å møte problemer med kreativitet .....	61
4.6.2 Underkategori: Å gjøre seg sårbar i rollen som terapeut .....	62
4.6.3 Underkategori: Glede og mestringsfølelse .....	65
5 Drøfting av funn .....	66
5.1 Rammer for drøfting .....	66
5.2 Informantenes forhold til makt i det terapeutiske samarbeidet .....	67
5.3 Å koble klienten på prosessen .....	72
5.4 Å gjøre den profesjonelle transparent .....	77
6 Avslutning .....	80



6.1 Oppsummering av funn.....	80
6.2 Svakheter ved studien.....	80
6.3 Implikasjoner for videre forskning.....	81
7 Etterord.....	83
Litteraturliste .....	84
10 Vedlegg .....	90





## **Lyset**

Når eg treffe folk  
Så ikkje bryr seg om

kå så e forventa  
Å når eg treffe folk  
Som kan visa meg nåe aen en de

dei som skringe høgast,

seie e sant

Då ser eg lyse,

Lyse i mørke

Dei kan sedda to strega onna svare kem som vil for meg

eg sedde ikkje ein engong

Eg he sitt de goa komma regans ifrå fleire høyst uventa hold

Å vise meg lyse,

Lyse i mørke

Frank Tønnesen (2012)

# 1 Innledning

## 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Da jeg var halvannet år gammel ble jeg diagnostisert med cerebral parese. Allerede før jeg forsto hva dette skulle bety for livet mitt, hadde jeg erfaring med å få mitt liv beskrevet av andre mennesker i papirer og journaler. Når du vokser opp med noe, setter du ikke spørsmålstegn ved det. Det blir en selvfølgelighet. På en umerkelig måte blir det en del av deg, og hvem du er.

Papirproduksjonen om mitt liv fortsatte inn i skolegangen. På den tiden hadde jeg ingen forutsetning for å forstå hvordan min identitet kunne bli formet av hvem jeg ble fremstilt som i papirene. Det spørsmålet tror jeg ingen andre stilte heller. Som en mulig konsekvens var det heller ingen som spurte meg hva jeg selv tenkte, ønsket, eller følte jeg hadde behov for. Like fullt møtte jeg en rekke voksne med ulik forståelse av hva som var vanskelig for meg. Felles for mange av dem var at de ikke spurte meg det spørsmålet. Mappen fortsatte likevel å vokse. Det var mine første møter med den maktpraksisen det å skrive *om* noen, kunne være.

Da jeg begynte på videreutdanning i familierapi ved Høgskolen på Vestlandet høsten 2017, skjedde det noe jeg aldri hadde opplevd tidligere. En av våre studieledere, Øyvind Kalsås, besvarte alle refleksjonsnotatene som studentene var blitt bedt om å levere. Noen ganger svarte han kort, andre ganger langt, men jeg satt alltid igjen med opplevelsen av at han hadde lagt ettertanke ned i svarene. For meg bidro denne utvekslingen til at skillelinjen mellom min personlige og profesjonelle utvikling ble tydeliggjort i tekstform.

En utviklingsprosess som jeg tidligere hadde opplevd som umerkelig, ble plutselig litt mer synlig og transparent. Instruksene for notatene var å skrive om hva vi satt igjen med etter samlingene, og hva som eventuelt ga gjenklang i vårt eget liv. Og Øyvind svarte hver gang. Det var egentlig første gang jeg opplevde å bli skrevet *til*, i stedet for å bli skrevet *om*.

Hva de førti studentene på kullet satt igjen med etter å ha fått svar på notatene sine, finnes det sikkert førti forskjellige svar på. For meg gjorde det en stor forskjell å få min prosess

belyst på akkurat denne måten. Jeg vil også tro at Øyvind fikk et klarere innblikk i hvordan den reisen så ut for akkurat meg.

I løpet av videreutdanningen hadde jeg blitt introdusert for narrativ praksis, og skrevet flere oppgaver om dette. Jeg interesserte meg spesielt for Geir Lundbys bok *Terapi som samarbeid – Om Narrativ praksis* (2009). Her ble jeg for første gang introdusert for tankegodset som lå bak det å skrive terapeutiske brev (Lundby, 2009, s. 77).

Jeg tok etter hvert mot til meg og begynte å skrive narrative brev til ungdommer og deres familier jeg møtte gjennom jobben i barneverntjenesten. Resultatene overrasket meg. Ikke bare så det ut til at brevene fikk en stor effekt på ungdommene og på relasjonene rundt dem. Jeg opplevde også at brevene hadde stor effekt på meg som fagperson. Det å skrive ned mine tanker og gi de fra meg, blottstilte meg på en måte som jeg ikke hadde opplevd tidligere. Slik jeg så det, gjorde det meg sårbar. Den satte meg i risiko for å bli «avslørt» som en som egentlig ikke hadde svarene på noen verdens ting. Samtidig ga familiene uttrykk for å sette stor pris på brevene.

## 1.2 Relevans for fagfeltet

Da jeg leste gjennom faglitteraturen jeg hadde tilgjengelig, fant jeg ikke igjen de følelsene jeg hadde kjent på. Jeg opplevde at det som var skrevet om narrativ praksis ikke vektla terapeutenes prosess gjennom brevskrivningen. Jeg bestemte meg for å benytte masteroppgaven min til å sette meg nærmere inn i terapeutenes perspektiver på brevskrivning i narrativ praksis. Jeg ønsket å belyse et tema jeg opplevde kunne være nyttig for å nå menneskene jeg møtte i min kliniske praksis, og bidra til å utvikle praksisen rundt narrative brev i en norsk sosialfaglig kontekst.

Jeg ønsker å bidra til at denne praksisen blir belyst fra et forskningsmessig ståsted. I en forelesning i november 2020 med Vigdis Wie-Torsteinsson, fortalte hun om hvordan familierterapi har blitt anerkjent som den foretrukne behandlingsformen for spiseforstyrrelser (Helsedirektoratet, 2017). Hun bemerket at dette ikke har skjedd av seg selv, men fordi flere personer har jobbet med å målrettet dokumentere hva de gjør, og hvorfor det virker (Wie-Torsteinsson, forelesningsnotater, 30.11.20). Jeg håper denne oppgaven kan være et bidrag til en tilsvarende kunnskapsutvikling for narrativ praksis.

Oppgaven blir skrevet i en spesiell tid. Når denne oppgaven leveres, vil samfunnet være inne i sitt andre år med sosiale distanseringstiltak knyttet til en pandemi. I Norge beskrives det svært stor pågang på lavterskeltjenester for psykisk helse (Bazaz, 2021), og i Helsedirektoratets befolkningsundersøkelse oppga 28% av de spurte å ha fått dårligere psykisk helse i løpet av pandemien (Ertesvåg og Sfrintzeris, 2021). Jeg tolker utviklingen som at det er økende behov for familierapeuters tjenester i befolkningen. Allerede før pandemien jobbet Norsk forening for familierapi (NFFT) for å innføre en autorisasjonsordning for familierapeuter (Lorås og Stokkebekk, 2019). I denne sammenhengen tenker jeg at kunnskapsutviklingen om hva familierapi kan hjelpe med, er svært viktig. Ettersom jeg ikke har funnet en kunnskapsbase som dekker terapeutens prosess med narrative brev, vil dette være mitt bidrag til den kunnskapsutviklingen.

### 1.3 Presentasjon av problemstilling

Det første utkastet jeg laget til problemstilling tok utgangspunkt i terapeutenes «rasjonale» for å benytte brev. Min veileder utfordret meg på dette, og jeg innså at min prosjektbeskrivelse søkte å gå dypere i praksisen enn hva dette ordet antydte. Min egenerfaring var at brevskrivningen var en prosess for både terapeut og klient. Jeg bestemte meg for at jeg ønsket å se nærmere på hva andre familierapeuter la til grunn for *sin* praksis med narrative brev. I tillegg ønsket jeg å finne ut av hvilken plass brevene hadde i deres samarbeid. Var brevene et sentralt element i prosessen, eller en liten del av et større terapeutisk arbeid?

Thagaard (2018, s. 47) vektlegger balansegangen mellom presisjon og åpenhet i utforming av problemstillingen. Selv om problemstillingen må kunne gi prosjektet retning i en tidlig fase, må den også være fleksibel nok til å kunne følge opp inntrykkene fra feltarbeidet. Jeg landet til slutt på en problemstilling som tillot meg å følge opp mange av informantenes refleksjoner, noe som utgjør første del av problemstillingen. Samtidig ønsket jeg at svarene til informantene skulle være forankret i brevpraksisen deres, mer enn deres generelle praksis. Jeg la derfor til et spørsmål om tekstens innflytelse. Den endelige problemstillingen ble som følger:

**Hva legger familieterapeuter til grunn for sin bruk av narrative brev i terapi, og hvilke tanker gjør familieterapeutene seg om tekstens innflytelse på det terapeutiske samarbeidet?**

#### 1.4 Presentasjon av forskningsprosjektet

For å belyse problemstillingen, valgte jeg å benytte et kvalitativt forskningsdesign basert på konstruktivistisk Grounded Theory (GT), slik metoden ble beskrevet av Kathy Charmaz (2014). Til datainnsamlingen valgte jeg å gjennomføre semistrukturerte intervjuer med fire familieterapeuter som benyttet narrative brev i sin praksis.

#### 1.5 Avgrensninger

En induktivt drevet nysgjerrighet, er et vesentlig premiss for et forskningdesign basert på GT. Målet for metoden er å jobbe i retning av generalisering og teoridannelse, ved å jobbe «oppadgående» med empirien som utgangspunkt, mot teoridannelse (Tjora, 2017, s. 18). Jeg vurderte teoridannelse som et for stort mål for en masteroppgave. Charmaz (2008, s. 15) mente at GT kunne benyttes til å gjennomføre forskjellige typer studier og løse ulike utfordringer, uavhengig om målet var teoridannelse. I følge Charmaz bidro GT med å skissere veien gjennom ulike steg av forskningsprosessen. Det viktigste var at forskeren var klar over hvor man gikk, hva man gjorde, og hvordan disse handlingene påvirket resultatet.

#### 1.6 Definisjoner og begrepsavklaringer

Jeg vurderte det som viktig at familieterapeutene som skulle belyse problemstillingen hadde samme grunnforståelse gjennom utdanning. Jeg valgte å definere «familieterapeuter» ut fra at de minimum hadde gjennomført videreutdanningen i familieterapi og systemisk praksis, og uavhengig av konteksten de arbeidet i.

Et annet ord jeg vil avklare min forståelse av, er begrepet *terapi*. Lundby (1998, s. 22) opplevde dette begrepet som problematisk, fordi det kunne gi assosiasjoner til behandling av sykdom. Hans bruk av ordet lå mer opp mot det opprinnelige greske begrepet *Therapeia*, som betyr betjening. Den gruppen han kalte terapeuter 'betjente' et oppdrag fra den gruppen han omtalte som klienter. Jeg har valgt å benytte Lundby sin avgrensning av dette begrepet i oppgaven. Jeg har også valgt å benytte begrepet «klient» om tjenestemottageren.



Jeg begrunner dette med ønske om å bruke et tydelig og presist språk om den som mottar familierapeutens tjenester.

Jeg forstår begrepet *narrative brev* som de brevene som utarbeides av terapeuten, eller samskapes av terapeut og klient i felleskap i løpet av et samarbeid. Det har vært en forutsetning at terapeuten spiller en stor rolle i produksjonen av tekst i samarbeidet.

### **1.7 Oppgavens videre oppbygging**

I oppgavens andre kapittel vil jeg presentere koblingen mellom narrativ praksis og kunnskapsutviklingen på familierapifeltet, samt presentere en kort historikk om skriving i terapi. Jeg vil her også vise hvordan jeg har gått frem for å søke etter relevant forskning, og presentere denne.

Metodekapitlet utgjør oppgavens tredje kapittel. Her skisserer jeg studiens epistemologiske forankring, samt planleggingen og gjennomføring av et forskningsdesign basert på konstruktivistisk Grounded Theory. Jeg vil videre presentere empirien, og min analyse av denne i kapittel 4. Dette blir etterfulgt av drøfting av sentrale tema fra analysen i kapittel 5. Dette gjøres med utgangspunkt i funnene og relevante teoretiske begrep. Jeg konkluderer oppgaven med å oppsummere de viktigste funnene i kapittel 6, samt redegjøre for studiens svakheter og implikasjoner for videre forskning.

## 2 Studiens teoretiske ramme

Dette kapitlet presenterer narrative brev som konsept. For å sette brevpraksisen i en kontekst, vil kapitlet begynne med å presentere narrativ terapi som retning, og hvordan det passer inn i en familierapeutisk kunnskapstradisjon. Jeg vil deretter vise til hvilken forskning som finnes på bruken av narrative brev, samt redegjøre for behovet for denne studien.

### 1.1 Teoretisk utgangspunkt for narrativ terapi

Begrepet *narrativ* kan være vanskelig å oversette til norsk, men de nærliggende begrepene vil være historie eller historiefortelling (Lundby, 1998, s. 27). Bruner (2004, 691) definerte det som to forskjellige måter for mennesker å foreta resonnementer på; den første er den logiske tenkemåten preget av fornuft. Den andre er den særegne tenkemåten som inngår i å konstruere historier og narrativ om oss selv. Bruner omtalte disse historiene som våre «selvbiografier».

I en terapeutisk kontekst vil det sentrale i en narrativ tilnærming være hvordan personen som forteller forstår seg selv, og ut ifra det, sine handlingsmuligheter (Johnsen og Wie-Torsteinsson, 2012, s. 21). Noen ganger kan fortellingen handle om styrke og mestring, mens i andre tilfeller kan historien omhandle smerte, begrensninger og tap. Michael White (2007, s. 57) opplevde at da mennesker kom til terapi, tok de med seg sine fortellinger inn i rommet. De kunne snakke om historien bak problemene, plager og dilemmaer, og hva som hadde ført til at de nå søkte hjelp. White vurderte at disse *problemhistoriene* ofte avspeilet tap, manglende mestring, håpløshet eller opplevelse av meningsløshet. Sammen med David Epston beskrev White hvordan familierapeuter kunne møte disse problemhistoriene i terapirommet ved hjelp av narrativ praksis (Epston & White, 1990).

Tenkningen til Epston og White kan ses i sammenheng med de endringene som over tid hadde preget familierapiens kunnskapstradisjoner. Familierapiens opprinnelige teoretiske utgangspunkt var i stor grad basert på ideen om familien som et selvregulerende, homeostatisk system. Dette begrepet, som var basert på arbeidet til Gregory Bateson, innebar at systemets primære oppgave var å opprettholde seg selv, slik en biologisk

organisme opprettholder konstante og stabile fysiske og kjemiske forhold i kroppen (Wie-Torsteinsson, 2019, s. 27).

Bateson var opptatt av kommunikasjonsteori, og argumenterte for at den kommunikasjonsteoretiske verden fulgte andre spilleregler enn den klassiske fysikkens verden, av Bateson betegnet som *den newtonske verden* (Ølgaard, 1991, s. 44). Han var blant annet opptatt av at vi i vestlig kultur hadde utviklet en måte å tenke på som bidro til at problemer økte i stedet for at de ble løst, noe han betraktet som «tankefeil». Troen på at virkeligheten kunne beskrives på en nøytral og objektiv måte, var ifølge Bateson et eksempel på dette. Ettersom alle observasjoner blir gjort av noen som er en del av helheten, vil beskrivelser av samme hendelse alltid være ulike og sprikende (Jensen & Ulleberg, 2011, s. 94). Det som avgjør hvilken del av informasjon som kommer frem, er mottagerens måte å avkode informasjonen på. Bateson pleide ofte å sitere Alfred Korzybskis berømte utsagn «kartet er ikke terrenget» (Ølgaard, 1991, s. 149).

Ettersom hvert eneste individ har ulike måter å motta og vektlegge informasjon på, vil hvilken informasjon som *punktueres* variere. Når vi punktuerer en samspillsekvens kan det forklares som at vi tegner et kart, konstruerer en beskrivelse eller skaper en tolkning som sier noe om hva som forårsaker det vi ser (Jensen & Ulleberg, 2011, s. 114). White så paralleller mellom Batesons konsept om et kart, og det narrative konseptet. Han vurderte imidlertid at narrativ hadde en fordel i sin vektlegging av den tidsmessige dimensjonen (Epston & White, 1990, s. 3).

Samtidig som Epston og White eksperimenterte i sin praksis, fortsatte familierapien å utvikle seg som fagfelt. Den tradisjonelle systemteorien tok utgangspunkt i å beskrive en dimensjon som allerede fantes i verden i «systemet». Dette utgangspunktet overså hvordan språket er med på å forme den virkeligheten som omgir oss (Wie-Torsteinsson, s. 33). Mennesker snakker alltid ut fra en kulturell tradisjon når de definerer hva virkeligheten er. I en sosialkonstruksjonistisk forståelse av virkeligheten, regnes alt vi tenker på som virkelig, som sosial konstruert. I forlengelsen av det resonnementet kan det hevdes at ingenting er virkelig, før mennesker er enige om at det er det (Gergen, 2013, s. 9).

White mente at våre kart, tolkninger og historier avgjorde hvilken virkelighet vi konstruerte, hvilke spørsmål vi stilte, og at de var med på å skape de «effekter» en opplevelse kunne ha for de involverte (Epston og White, 1990, s. 5). Dette resonnementet ga meg assosiasjoner fra da jeg arbeidet med mennesker som hadde vært utsatt for seksuelle overgrep. Jeg satt flere ganger igjen med en opplevelse av at det var en todelt problematikk som entret samtalerommet; den ene delen dreide seg om ettervirkningene av å ha opplevd grove krenkelser, og hvordan disse opplevelsene manifesterte seg kroppslig hos klientene. Den andre delen dreide seg om hvordan den kulturen de var en del av, benevnte seksuelle overgrep som fenomen. Ut fra denne delen av problemet opplevde jeg ofte at sterke følelser av skam og skyldfølelse oppsto. Det fremsto for meg som at måten samfunnet forholdt seg til fenomenet var med på å skape reelle effekter i livene til menneskene i samtalerommet.

En narrativ terapeut ville jobbet med et slikt problem på flere måter. Med utgangspunkt i at det ikke er mulig å ha direkte kunnskap om verden, ser en narrativ terapeut nærmere på hvordan mennesker gir livet sitt sammenheng og mening gjennom å forstå hendelser gjennom sekvenser over tid, bundet sammen i et narrativ eller en historie om hvem vi er (Johnsen og Wie Torsteinsson, 20212, s. 201). En måte dette gjøres på er å lytte til unntak fra den dominerende historien om personens utfordringer. Holmgren (2010, s. 30) så på det som at handlinger som lå utenfor de dominerende identitetskonklusjonens forståelsesramme, ville «forsvinne» fra hukommelsen med mindre andre responderte på dem.

Denne responsen kan kanaliseres på ulike måter. En av disse måtene er gjennom eksternaliserende samtaler (White og Epston, 1990, s. 38), der formålet er å adskille problemets identitet fra personen som forteller, og på den måten gradvis gi problemet mindre makt over personens liv. En annen måte er å bringe tilhørere inn i terapirommet på forskjellige måter, der formålet vil være å skape et forum der klientens kunnskap om eget liv kan fremføres, og på den måten gi de alternative historiene en større tyngde (Lundby, 2009, s. 61). En tredje fremgangsmåte er en aktiv og strategisk bruk av terapeutiske brev og dokumenter i ulike former, noe denne oppgaven vil fokusere på. Før jeg går nærmere inn på narrativ terapi benyttelse av brev, vil jeg først presentere et kort overblikk over benyttelsen av brev i terapeutiske sammenhenger.

## 2.2 Bruk av brev i en terapeutisk kontekst

Moules (2002, s. 34) viser til at skriftlig kommunikasjon i terapeutiske samarbeid først ble beskrevet av psykoterapeutene Burton og Ellis i 1965. Ellis, som senere utviklet en av forløperne til kognitiv adferdsterapi, hadde grunnnet stemmebåndsbetennelse måttet skrive ned sine betraktninger til sine klienter fremfor å uttrykke dem verbalt. Han opplevde at teksten førte til andre utfall for klientene. Senere forskning på terapeutisk skriving (der klienten skriver selv) viser at skriveprosessen kan være helsefremmende innenfor psykisk helse, klienters egenopplevelse, og målbar psykologisk fungering (Smyth et. al., 1998, s. 161). I følge Fitzpatrick og Kernes (2007, s. 333) eksisterer det ikke konsensus på nøyaktig hva som skaper den helsefremmende effekten.

Skriftlig kommunikasjon i form av brev til klienter ble senere prøvd ut av familieterapeuter i Milano i 1978, og deres publikasjoner bidro til å skape oppmerksomhet om brev som en form for terapeutisk intervensjon (Moules, 2002, s. 34). Markussen (2004, s. 162) viser til Michael White og David Epston som innflytelsesrike aktører på familieterapifeltet når det gjaldt terapeutisk skriving. Som følge av deres arbeid er bruken av terapeutisk brevskrivning i dag blitt assosiert med narrative tilnærminger innenfor familieterapi. Jeg vil nå vise til forskning på denne praksisen.

## 2.3 Relevant forskning

Ved søk i Oria på «narrative brev» får man ingen relevante treff. Søker man på engelsk på «narrative letters» får man treff, men ingen av treffene var relevant for familieterapi. Ved å søke på «narrative letters + family therapy» får man opp enkelte treff, men det eneste treffet som omhandlet brevskrivning i kliniske kontekster dreide seg om å motivere kronisk syke pasienter til å skrive brev (Signs, 2015). Søker jeg på «narrativ praksis + familieterapi» får jeg en stor mengde treff, men ingen som treffer på alle nøkkelordene i søket.

Utvider man søket til å omhandle «therapeutic letters» får man flere relevante treff, men fra andre fagdisipliner. En av de mer relevante treffene var Freed et. al (2010) sin kvalitative studie på innlagte pasienter i psykiatrien sin opplevelse av å motta terapeutiske brev fra sykepleierstudenter, gjengitt i fagtidsskriftet *Mental Health Nursing*. Studien var teoretisk

forankret i recovery-tenking og positiv psykologi, og pasientene ga positive tilbakemeldinger. Imidlertid hadde studien et lite utvalg, og deler av utvalget ble skrevet ut eller overført før de fikk gitt tilbakemelding.

Ved søk på «therapeutic letters + family therapy» får man to relevante treff. Den første er Moules (2009) sin studie av viktigheten av det skrevne ord i arbeid med familier som opplever sykdom, fra et sykepleieperspektiv. Moules baserer studien på litteratur fra narrativ praksis. Den andre er Pyle (2009) sin tematiske analyse av ni erfarne terapeuters brevpraksis. Pyle intervjuet også syv klienter i dette studiet. Studiens design baserte seg på at terapeutene og klientene sendte brev til forskeren, i stedet for at det ble gjennomført intervjuer. Dette er den mest omfattende forskningen jeg har funnet på brevpraksis der terapeuten deltar i brevskrivningen.

Funnene tydet på at klientene opplevde en sterkere tilknytning til terapeuten, og at de opplevde det lettere å se nye perspektiv på situasjonen sin. Parallelt oppga klienter at brevene også kunne komplisere prosessen deres, og Pyle mente det fremstå noe vilkårlig om brevene skapte positiv endring eller hadde negativ innflytelse (Pyle, 2009, s. 75). Flere av klientene inviterte til videre brevkorrespondanse, noe Pyle (2009, s. 79) ikke hadde kapasitet til å følge opp. I oppsummeringen reflekterer han over dette som en mulighet til større bredde i analysen, og større datarikdom.

Søk i databasen Academic Search Premier gir flere tilsvarende resultater i tillegg til enkelte nye. Også her finner man de relevante treffene på søkefrasen «therapeutic letters». Det har blitt forsket på terapeutiske brev i arbeid med foreldre-barn relasjoner med tilknytningsproblematikk (Desmond, et. al., 2013), og med ungdom som bor i institusjon og deres familier (Christenson og Miller, 2016). Førstnevnte studie understreker viktigheten av å synliggjøre viktige elementer av klientenes erfaringer i skriftlig form (Desmond, et. al, 2013, s. 78). Christenson og Miller (2016, s. 29) så på terapeutiske brev som en god måte å jobbe med ungdommer som i utgangspunktet kunne være vanskelig å nå på andre måter. De bemerket også at deres studie kunne være et bidrag til det de opplevde som et «gap in the literature» når det gjaldt hvordan terapeutiske brev kunne benyttes. Ingen av studiene tar i større grad for seg terapeutens prosess i løpet av brevskrivningen.

Litteratursøkene kan tyde på at det har vært lite forskning knyttet til narrative brev og terapeutiske brev. Innenfor den narrative tradisjonen kan dette ses i sammenheng med narrativ terapi brudd med modernismens epistemologiske utgangspunkt. Narrativ terapi definerer seg som post-strukturalistisk, fordi den er forbundet med de tenkere og epistemologier som tar et oppgjør med ideen om dypere og bakenforliggende sannheter, og at det er vitenskapens oppgave å finne frem til disse (White, 2006, s. 15). Dette forklarer imidlertid ikke mangelen på nyere forskning innenfor en humanistisk kvalitativ tradisjon. Amundson (2003, s. 177) anerkjente narrative tilnærminger for å ha et særlig godt øye for å avsløre implisitte strukturer i makt- og kunnskapssystemer som skader og begrenser menneskers liv. Samtidig uttrykte han en bekymring for hvorvidt narrativ terapi sitt epistemologiske utgangspunkt kunne medføre en motvilje mot å bli etterprøvd av vitenskap, og etterlyste en vilje blant praksisens tilhengere til å «utvide sirkelen» for forståelse.

Dette kan være noe av forklaringen på hvorfor det er lite forskning på narrativ praksis generelt. Lundby (2009, s. 20) påpeker at vitenskapstradisjoner som psykologi og psykiatri har vært opptatt av å forklare avvikende adferd som et resultat av underliggende patologi. Dette har bidratt til det narrativ terapi ble utviklet som en motpol mot; at personer oppsøkte terapi med en forståelse av seg selv som et problem, en sykdom, eller en diagnose. Med det bakteppet kan det gi mening å opponere mot forskning slik den er praktisert av disse vitenskapene. Ugglå (2019, s. 359) påpeker imidlertid at et slik post-strukturalistisk syn på vitenskap gir nye utfordringer. Hvis terapeutens praksis ikke er basert på forskning, kan verken terapeut eller klient være sikker på hva som virker i det hele tatt.

I arbeidet med oppgaven fant jeg denne utfordringen spennende. På den ene siden ønsket jeg å bidra til utvikling av en vitenskapelig etterprøvbar kunnskap. På den andre siden ønsket jeg å balansere et vitenskapsteoretisk ståsted i henhold til egne verdier og til verdiene som ligger til grunn for praksisen jeg ønsket å etterprøve. Hvordan jeg tilnærmet meg dette, beskrives nærmere i metodekapitlet.

## 3 Metode

Jeg vil i dette kapitlet beskrive og begrunne mitt valg av forskningsdesign, samt stegene jeg tok for å gjennomføre forskningen. Først begrunner jeg valget av kvalitativ metode. Jeg vil deretter redegjøre for den epistemologiske forankringen jeg valgte for studiet, og hvordan den førte meg til valg av GT som forskningsdesign. Jeg forklarer videre om valget av semistrukturert intervju til innhenting av data, før jeg beskriver hvordan GT har blitt anvendt steg for steg i arbeidet med empirien. Til sist vil jeg redegjøre for forskningsetiske hensyn, og for studiens validitet, reliabilitet og refleksivitet.

### 3.1 Valg av kvalitativ metode

Med metode menes den håndverksmessige delen av vitenskapelig virksomhet, og de verktøy som benyttes for å samle inn informasjon. Informasjonen som samles inn omtales som data, og de innsamlede data omtales som empiri. I videre forstand er metode læren om å samle inn, organisere, bearbeide og tolke sosiale fakta på en så systematisk måte at det blir transparent for den som leser (Halvorsen, 2002, s. 13).

Kvalitative data har som formål å oppnå forståelse og innsikt (Halvorsen, 2002, s. 88). For å undersøke temaet valgte jeg å benytte en kvalitativ forskningsmetode. Hvis jeg skulle få innblikk i mine informanternes resonnement og begrunnelser for sin narrative brevpraksis, måtte forskningsdesignet belyse praksisen på en god måte. Fellestrekkene i mange kvalitative tilnærminger, er at de data forskeren analyserer, uttrykkes i form av tekst eller ved kontakt med informanter i felten (Thagaard, 2018, s. 15).

I min studie kunne jeg alternativt valgt å analysere brevene de skriver, eller observert hvordan praksisen ble benyttet i terapirommet. Imidlertid vurderte jeg at jeg i så fall burde ha data fra flere kilder for å gjøre mening av funnene, noe som ville blitt et for omfattende prosjekt for en masteroppgave. Jeg vurderte at det som var hensiktsmessig opp mot problemstillingen, ville være å høre terapeutenes egne tanker og refleksjoner om praksisen. Jeg bestemte meg derfor for å benytte intervju som metode.

Selv om metoder kan betraktes som et verktøy, så har valg av verktøy en konsekvens for utfallet av forskningen. Hvordan data innhentes vil påvirke hva man ser, hvor og hvordan



man ser det, og hva mening man tillegger det man ser (Charmaz, 2014. s. 26). Noen ganger har jeg trukket ut ideer eller verdier fra lengre resonnement hos informantene mine, og dermed fortolket utsagnene. Andre ganger har jeg gjengitt ordrett, men også her har jeg valgt noe ut fremfor noe annet. Det kan også betegnes som en form for fortolkning. Datagrunnlaget kan derfor sies å være mine konstruksjoner. Det er mulig at en annen forsker ville sett helt andre ting i mine data. Jeg har foretatt et utvalg basert på hvilke data jeg har vurdert som interessante, både opp mot min problemstilling og på bakgrunn av de erfaringer jeg har med meg inn i arbeidet.

### **3.2 Epistemologisk utgangspunkt**

Før jeg presenterer GT som metode, vil jeg først fortelle kort om mitt epistemologiske ståsted, og hvordan det har vært med på å påvirke studiens epistemologiske ståsted. Jeg vil så introdusere sosialkonstruksjonisme som begrep.

#### **3.2.1 Mitt epistemologiske utgangspunkt**

Da jeg begynte i min første praksis i rusfeltet, og min første jobb innenfor psykiatrien, samt da jeg etter endt utdanning ble ansatt i kommunalt barnevern, møtte jeg på samme utfordring: Opplevelsen av at de redskapene jeg hadde med fra grunnutdanningen, ikke tok høyde for kompleksiteten som praksis viste seg å innebære. Jeg begynte derfor tidlig å vende meg til forskning for å forsøke å utvide min forståelse.

Til tross for at vitenskap i svært mange sammenhenger omtales som et selvfølgelig og avklart begrep, er det ikke engang i den akademiske verden samstemthet om hva vitenskap egentlig er (Uggla, 2019, s. 7). I norsk kontekst har forståelsen av vitenskap innenfor helse- og sosialfag vært preget av den positivistiske tankegangen som har vært rådende i USA. Et empiristisk syn på vitenskapsteori har dominert fagfeltet frem til 1980-årene, og har fortsatt stor innflytelse (Thomassen, 2006, s. 146).

I retrospekt kan jeg se at jeg gikk inn i høyere utdanning med en forforståelse om hva vitenskap skulle være, og hva forskning skulle kunne tilføre min evne til å løse utfordringer i jobbsammenheng. Jeg innså at for å overleve i et tøft praksisfelt måtte jeg ikke bare utvide min kunnskap, men også utvikle min forståelse av hva kunnskap er.

Ifølge Thomassen (2006, s. 150) var det flere heftige debatter på 1980-tallet innenfor sosialt arbeid om rollen empirisk vitenskap kunne og burde ha i sosialt arbeids fagutvikling. Ettersom det var et prinsipielt skille mellom naturfenomener og sosiale fenomener, ville sosialvitenskap være teoretisk og metodologisk forskjellig fra naturvitenskapen (Thomassen, 2006, s. 152). Jeg vil nå redegjøre for hvor min studie plasserer seg i det vitenskapsteoretiske landskapet.

### 3.2.2 Studiets epistemologiske ståsted

Hva som er mulig å vite, erkjenne og betrakte som kunnskap omtales ifølge Thornquist (2018, s. 6) som epistemologiske spørsmål. Thornquist definerer begrepet epistemologi som erkjennelsesteori eller erkjennelseslære. Enhver forskningsmetode foretar *epistemological claims*, som kan oversettes til *påstander om kunnskap*. En metode må indikere hva den betrakter som kunnskap, og hvordan den vil føre til utviklingen av kunnskap. Uten disse premissene vil ikke forskeren ha noe grunnlag for å velge metoden til å begynne med (Charmaz, 2007, s. 32).

Å ha tillit til kunnskap som er vitenskapelig frembragt, knyttes til tanken om at vitenskapelig kunnskap er objektiv. I videre forstand innebærer dette at vitenskapen ene og alene sier noe om objektet som studeres, og er fri for påvirkning fra forskeren (Thomassen, 2006, s. 96). Dette synet på det objektive står i motsetning til et subjektivt syn på vitenskap, der forskerens påvirkning er en del av kunnskapsproduksjonen.

En tanke som har vært til stede gjennom egen forskning, er at jeg har hatt en bevisst og en ubevisst påvirkning på denne studien. Kunnskapsutviklingen denne oppgaven kan sies å bidra til er dermed ikke objektiv eller nøytral, men konstruert av meg gjennom forskningsprosessen. Hvordan jeg har gjort mening av empirien, har sammenheng med min kulturelle og sosiale kontekst.

Dette synet på kunnskap har også påvirket kunnskapstradisjonen i familierapi. På femtitallet publiserte Lettvin, Maturana, McCulloch og Pitts (1959, s. 1950) en artikkel ved navn «What the frogs eye tells the frog's brain». I artikkelen redegjør de for hvordan froskens øye snakker til hjernen i et språk som allerede er svært organisert og tolket, i stedet for å viderefordre en mer eller mindre nøyaktig representasjon av lyset øyets reseptorer

registrerte. For å vite hva frosken ser, argumenterte de for at man må vite noe om hvordan froskehjernen forstår og fortolker signalene fra øyet. I familierapien ble denne forskningen en metafor for hvordan vi som observatører skaper den virkeligheten vi observerer. Dette utgjorde en kritikk mot det rådende empiristiske synet på vitenskap (Johnsen og Wie Torsteinsson, 2012, s. 32). Etter hvert flyttet fokuset seg ytterligere til språk og meningsdannelse som den sentrale delen av den terapeutiske prosessen, og der mulighetene lå. Dette la sosialkonstruksjonismens forståelsesramme til rette for (Wie Torsteinsson, 2019, s. 33).

### **3.2.3 Sosialkonstruksjonisme**

Mennesker snakker alltid ut fra en kulturell tradisjon når de definerer hva virkeligheten er. I sosialkonstruksjonisme regnes alt vi tenker på som virkelig, som sosial konstruert. I forlengelsen av det resonnementet kan det hevdes at ingenting er virkelig, før mennesker er enige om at det er det (Gergen, 2013, s. 9). En sosialkonstruksjonistisk tilnærming vil forholde seg kritisk til det som oppfattes som objektiv kunnskap. I et slikt syn på kunnskap vil måten vi forstår verden på bli skapt og opprettholdt av sosiale prosesser. All kunnskap og kunnskapsproduksjon må ses i sammenheng av den historiske og kulturelle konteksten den har funnet sted i (Johnsen og Wie Torsteinsson, 2012, s 34). For meg har dette synet vært veiledende både for utdanning og for praksis.

Det er også verdt å være kritisk til hva et slikt relativistisk syn på kunnskap vil bety. Ugla (2019, s. 357) peker blant annet på at før eller senere må det nedlegges en påstand som man må forholde seg til, og på dette tidspunkt slutter alt å være relativt. Det kan være en hardere epistemologisk posisjon å forsvare enn den objektivistiske posisjonen.

### **3.3 Presentasjon av Grounded Theory**

I et forskningsdesign basert på GT, er ambisjonen at måten jeg er med på å påvirke og skape rammer for forskningen, blir transparent for leseren. For å underbygge mitt valg av GT, vil jeg først presentere den historiske konteksten GT ble utviklet i, før jeg presenterer konstruktivistisk GT som er den retningen jeg har valgt å bruke.

### 3.3.1 Opprinnelsen til Grounded Theory

Grounded Theory ble først beskrevet som metode av Barney G. Glaser og Anselm L. Strauss på 1960-tallet. Metoden ble til som en følge av datidens strømninger innenfor sosialvitenskapen, og især de ulike tankesettene som skilte kvantitativ og kvalitativ forskning innenfor sosiologifeltet i USA (Charmaz, 2014, s. 5). Den epistemologiske debatten var kvantitativt orientert, og Glaser og Strauss forsøkte å skape et fundament for systematisk kvalitativ forskning. Deres forskningsdesign baserte seg på eksplisitt analytisk behandling av forskningsdata, parallelt med utforskning av analytiske ideer gjennom samtaler og utveksling av notater (Charmaz, 2014, s. 5).

Formålet var å vise hvordan kvalitative forskningsprosjekt kunne frembringe funn av tilsvarende signifikans som det de mer dominerende og statistikkorienterte kvantitative forskningsmetodene gjorde på den tiden. Styrken i fremgangsmåten lå i hvordan den gjorde prosessen og fremgangsmåten i kvalitativ forskning transparent og etterprøvbar. Selv om dette representerte en motpol til det kvantitative tankesettet, la Glaser og Strauss også stor vekt på en positivistisk epistemologi. Ved å ha en sterk metodisk kjerne for å bygge teorier, appellerte tankegangen til andre kvalitative forskere som søkte mot mer reliable og valide kvalitative forskningsmetoder (Bryant og Charmaz, 2007, s. 33).

Glaser og Strauss sine verk ble betraktet som revolusjonerende. De foreslo at det lå en egen logikk til grunn for systematisk kvalitativ analyse, og at man ved å følge denne logikken kunne utlede teorier fra data. Især søkte de gjennom et induktivt forskningsdesign, å konstruere abstrakte teoretiske forklaringer på sosiale prosesser (Charmaz, 2014, s. 7).

Kritikken av GT har sentrert rundt at metodens positivistiske utgangspunkt har blitt oppfattet som reduksjonistisk, og at det induktive tankesettet har vært en naiv tilnærming til forskning. Det har derfor vært vesentlig fokus på å videreutvikle det opprinnelige designet, noe som har ført til flere avgreininger av GT med ulike epistemologiske innfallsvinkler (Bryant og Charmaz, 2007, s. 50). En av disse avgreiningene utgjør konstruktivistisk GT, slik den er beskrevet av Kathy Charmaz (2014)

### 3.3.2 Konstruktivistisk Grounded Theory

Med valget av begrepet konstruktivistisk, søkte Charmaz å anerkjenne subjektiviteten og forskerens befatning med å konstruere og tolke forskningsdata. Som følge av dette stilte hun krav om at forskeren, i stedet for å forsøke å eliminere sin forforståelse fra forskningen, skulle kritisk undersøke hvordan forforståelsen var med på å forme konstruksjonen av data. Forforståelsen og de verdiene som lå bak denne, ville være med på å forme hvilke data en forsker ville være i stand til å identifisere. Konstruktivistisk GT fokuserer på metodens fleksibilitet, og motstår den mekaniske bruken av den (Charmaz, 2014. s. 13).

I denne tilnærmingen til et forskningsprosjekt så jeg et delt verdigrunnlag med familierapi når det gjelder sosialkonstruksjonistiske ideer. Samtidig vurderte jeg at konstruktivistisk GT anerkjente forskerens privilegium og makt, og forsøkte å redegjøre og tydeliggjøre dette for leseren gjennom prosessen. Jeg kommer ikke inn i dette prosjektet som en *tabula rasa* (Bryant og Charmaz, 2007, s. 20), og det er viktig at min forforståelse blir tydeliggjort for leseren, og hvordan denne henger sammen med mitt valg av design. Charmaz (2014, s. 27) tok til orde for at verken observatør eller observand forblir uberørt av verden rundt, og at vi som vitenskapelige observatører må tåle å få våre verdier kritisk gransket uten å påberope oss vitenskapelig nøytralitet. Etersom jeg hadde valgt et tema som jeg hadde erfaring med fra både levd liv og klinisk praksis, så jeg på det som grunnleggende å belyse hvordan analysemetoden, datagrunnlaget, samt min påvirkning som forsker, var med på å samskape det ferdige resultatet.

Én måte denne samskapningen gjøres i GT, er ved at analyse og datainnsamling foregår simultant. GT beskriver stegene av en forskningsprosess og tilbyr en sti å følge (Charmaz, 2014, s. 16) Før jeg kommer tilbake til hvordan jeg benyttet disse stegene, vil jeg presentere hvordan jeg har benyttet intervju til datainnsamling.

### 3.4 Kvalitativt forskningsintervju

Før jeg begynte intervjuene, ønsket jeg å ha en klar tanke om hva jeg ønsket å sitte igjen med etter samtalene. Jeg hadde foretatt et prøveintervju i september 2020, og opplevde at det var vanskelig å komme i dybden av problemstillingen.

Jeg opplevde at det var vanskelig å ta stilling til hvilken informasjon som var «viktig». Jeg så at jeg måtte gjøre et større forarbeid på hvordan jeg skulle få best mulig data ut av intervjuene, før jeg satte i gang.

### 3.4.1 Å intervju i Grounded Theory

Til intervjuene ønsket jeg å bruke *intensive interviewing* (intensiv intervjuing). Denne metoden kan ifølge Charmaz (2014, s. 85) være velegnet for å få gode analysedata ut av en intervjusituasjon i GT. Intervjustilen er ment for å studere spesifikt avgrensede tema som informanten har betraktelig erfaring med. Hensikten er å skape et åpent rom i samtalen der informanten kan formidle sin erfaring fritt. Intensiv intervjuing legger vekt på hva informantens utsagn sier om deres erfaringer, og hvordan erfaringene tillegges mening. Intensiv interviewing "tillot" meg å være fleksibel og ha mulighet for å følge opp interessante temaer informantene åpnet opp for i intervjuene (Charmaz, 2014, s.58).

### 3.4.2 Intervjuguide

For å hjelpe informantene til å reflektere åpent, ønsket jeg å benytte en semistrukturert intervjuguide med åpne spørsmål (Halvorsen, 2002, s. 96). Min forforståelse kom til syne i utforming av intervjuguiden. Fra mine egen erfaring med narrativ brevpraksis hadde jeg opplevd hvordan berevene påvirket maktbalansen i den terapeutiske relasjonen, og jeg hadde en forhåpning om at mine informanter også ville begynne å snakke om makt på eget initiativ. Da jeg gjennomførte prøveintervjuet, ble ikke makt nevnt med et ord. Jeg spurte informanten om dette etterpå, og det viste seg at hun hadde mange refleksjoner knyttet til makt, men at hun hadde forsøkt å holde fokus på spørsmålene mine. Jeg bestemte meg derfor om å spørre frem informantenes syn på makt i intervjuene, og legge til konkrete spørsmål om det hvis informantene ikke begynte å snakke om det selv.

Jeg opplevde imidlertid fortsatt utfordringer med intervjuguiden. Informantene svarte i større grad på *hva* de gjorde, enn *hvorfor*. Jeg valgte derfor å omskrive og forenkle intervjuguiden til siste intervju. Dette skapte etter min opplevelse en mye bedre flyt i samtalen, og førte til rikere data.

### 3.5 Bruk av GT i dette prosjektet

Å følge stegene i GT til teoridannelse ville innebære å innhente nok data til at ytterligere datainnhenting ikke ville tilføre nye egenskaper eller teoretisk innsikt, et punkt som omtales som «metning» (Bryant og Charmaz, 2007. s. 611). Som tidligere nevnt, ville et slikt prosjekt ville vært utenfor rammene til en masteroppgave. Jeg valgte derfor å følge designet opp til og med dannelsen av kategorier. Jeg vil nå vise hvordan jeg foretok utvalget av informanter, og hvordan jeg kodet og analyserte intervjuene. Jeg vil også presentere hvordan jeg benyttet memos til å dokumentere min prosess knyttet til empirien, og min prosess som forsker. Til sist vil jeg redegjøre for forskningsetiske hensyn, og min vurdering av studiens validitet, reliabilitet og refleksivitet.

#### 3.5.1 Initial sampling og utvalg

Innenfor GT gjennomføres informantutvelgelse gjennom såkalt *initial sampling*. For å gjennomføre initial sampling, må man først etablere kriterier for hva man ønsker å undersøke (Charmaz, 2014. s. 197). Jeg kjente bare til et begrenset miljø med familieterapeuter som brukte narrative brev i den utstrekning at det kunne omtales som en praksis. Ettersom mitt tema omhandlet familieterapeuters praksis med narrative brev, måtte informantene oppfylle visse kriterier. Jeg stilte som krav at familieterapeutene hadde gjennomført minimum videreutdanning innenfor familieterapi, og hadde en praksis som innbefattet narrativ brevskrivning i dag. For å danne rikest mulig data, vurderte jeg det som ønskelig at informantene var av begge kjønn og hadde ulik geografisk tilhørighet. Jeg ønsket også at informantene skulle jobbe i ulike kontekster og ha ulik fartstid i praksisen.

Jeg tok kontakt med tjenestesteder der jeg visste det jobbet familieterapeuter som arbeidet narrativt, og skrev innlegg om forskningsprosjektet mitt på grupper for interesserte i narrativ praksis på Facebook. Jeg fikk rekruttert informantene innen 24 timer, og endte opp med et informantutvalg med to kvinner og to menn. Den siste mannen som meldte seg til studiet var en erfaren familieterapeut fra utlandet. Dette medførte imidlertid at jeg måtte oversette intervjuguide, samt transkribere og kode på engelsk.

Dette lot seg ikke gjennomføre tidsmessig, og jeg endte opp med å henvende meg på ny til et tjenestested. Der fikk jeg rekruttert en annen familieterapeut som tidligere hadde gitt uttrykk for interesse i prosjektet. Jeg bestemte meg for å gi informantene alfabetiske alias

etter rekkefølgen jeg intervjuet dem i, for å lettere kunne holde oversikten under analysearbeidet. Jeg døpte informantene mine Anna, Birger, Carina og Daniel.

Informant	Yrkeskontekst	Tid i praksis	Geografi
Anna	Institusjonsbarnevern	Nyutdannet	Nord
Birger	Familievernkontor	5-10 år	Vest
Carina	Familievernkontor	5-10 år	Vest
Daniel	Samtaletilbud (lavterskel)	15-20 år	Øst

### 3.5.2 Intervjusituasjonen

I følge Morse (2007, s. 230) har forskerens ferdigheter i en intervjuetting mye å si for avdekkingen av gode data. På grunn av smittevern hensyn, ble intervjuene gjennomført på nett ved hjelp av Teams. Jeg hadde aldri intervjuet i en forskningskontekst før, og var redd for å gjøre feil. Samtidig hadde jeg et ønske om å transkribere og analysere hvert intervju i sin helhet, før jeg gikk videre til det neste. Under prøveintervjuet hadde jeg opplevd vanskeligheter med å ikke styre samtalen. Jeg bestemte meg for å begynne med å intervju Anna. Jeg hadde en forestilling om at en nyutdannet familieterapeut ville være mer «tilgivende» overfor meg som forsker, og at jeg kunne bruke anledningen til å bli bedre kjent med rollen som naivt lærende (Charmaz, 2014, s. 39).

Selv om jeg opplevde intervjuet som vellykket, satt jeg igjen med spørsmål etter intervjuet som jeg opplevde at bare en person med mer erfaring kunne besvare. Analysen ble også vanskeliggjort av dette, og jeg opplevde ikke at jeg lyktes i å se sammenhenger i transkripsjonen. Jeg dokumenterte dette tidlig i forskningsnotat i form av *memos*, som jeg vil presentere nærmere som en del av kodingen.

### 3.5.3 Initial Coding

Det første steget i analysen av intervjuene, var å kode hver linje av transkripsjonene. I denne fasen av GT forsøker forskeren å se etter handlingene i datagrunnlaget, mer enn å tolke datagrunnlaget ut fra allerede uttenkte kategorier og hypoteser. Tanken er at forskeren skal kunne forholde seg åpen til alle teoretiske muligheter som kan skimtes i dataene. I løpet av denne delen av prosessen, spør forskeren seg spørsmål om hva dataene sier, antyder, eller



etterlater usagt. Forskeren er også oppmerksom på hvem sitt perspektiv det er som blir presentert (Charmaz, 2014, s. 116).

Det sistnevnte ble en nyttig påminnelse i mitt prosjekt, da mine informanter ofte kunne veksle mellom å snakke om sine opplevelser, og deres tanker om hvordan klientene deres hadde opplevd situasjonene. Jeg møtte også på en lignende utfordring da informantene vekslet mellom å snakke om narrativ praksis generelt, og sin brevpraksis spesielt. Et nyttig hjelpemiddel var å kode ved hjelp av såkalte *gerunds*, som er ord med -ing-ending på engelsk. Charmaz (2014, s. 120) mente at gerunds ivaretok følelsen av handling og sekvens i datagrunnlaget. I min oppgave løste jeg dette ved å kode linjene i infinitivsform. Denne fremgangsmåten for initial coding hjelper til med å definere implisitte meninger og handlinger, og gir forskeren handlingsrom til å utforske og se sammenhenger mellom prosessene informantene beskriver (Charmaz, 2014, s. 121). Ved å gjøre dette linje for linje opplevde jeg at datagrunnlaget ble lettere håndterbart, og jeg begynte etter hvert å se enkelte mønstre.

Enkelte ganger benyttet informantene mine språkbilder eller spesielle begrep i samtalene. Disse utsagnene ga ikke alltid mening i en linje-for-linje-koding. Et slikt eksempel kom da Birger beskrev prosessen hans med en klient som «arkeologi». Charmaz betegnet denne typen begrep som *in vivo codes*, og mente at disse kodene kunne hjelpe med å bevare informantens meninger om sitt syn og sine handlinger. Hvorvidt kodene ville være nyttig på et senere tidspunkt i analysen vil komme an på hvordan den ses opp mot den øvrige empirien i analyseprosessen (Charmaz, 2014, s. 134).

#### 3.5.4 Memos

Memos er notater, som i GT brukes som et verktøy for å fange tanker, sammenligninger og sammenhenger du oppdager i net, og som forskeren kan bruke til å utkrystallisere spørsmål eller retninger for forskningen (Charmaz, 2014, s. 162). Å skrive memos er en grunnleggende prosess i GT. Lempert (2007, s. 245) beskriver memoskriving som en destillasjonsprosess, der forskeren analytisk samhandler med sine data. Gjennom forskningsprosessen, og spesielt gjennom prosessen med analyse fra november til februar, har jeg skrevet memos for å dokumentere dette samspillet.

De første memoene skrev jeg på datamaskin mens jeg jobbet med prosjektplanen. Disse var ustrukturerte og korte. Fra prøveintervjuet i september 2020 begynte jeg å skrive memos i et dokument på telefonen. Dette til dels for å kunne ha de på et medium jeg hadde lett tilgjengelig, men også fordi jeg la merke til at tanker og ideer kunne komme til meg andre steder enn mens jeg jobbet med oppgaven. Fra november og til og med utgangen av februar skrev jeg 27 memos. På dette tidspunktet la jeg merke til at enkelte memos omhandlet analysen direkte, mens andre memos representerte en form for dialog med meg selv i rollen som kvalitativ forsker. Etter en avklaring med veileder, vurderte jeg at begge typer memos var relevant å gjengi, men at jeg burde lage et skille mellom memos knyttet til analysen og memos knyttet til forskerens prosess. Jeg vil omtale de ulike memoene som forskningsmemo og analysememo.

Et slikt forskningsmemo skrev jeg etter det første prøveintervjuet, da jeg noterte følgende om usikkerheten jeg kjente på som kvalitativ forsker:

21.09.20

*[..] I tillegg begynte jeg å tenke på at jeg hadde gått rundt grøten med svært mange av spørsmålene. Dette blir nok enda synligere for meg når jeg skal transkribere hele greien. Jeg spurte ikke rett ut hva hun tenkte å oppnå med det. Hva oppnår hun for sin del? Hva oppnår klienten? [..]Jeg skal prøve å finne ut om jeg nærmer meg K sin sannhet, når jeg transkriberer det senere denne uken.*

Et memo som var mer knyttet til prosessen med å analysere empirien, skrev jeg etter å ha intervjuet min andre informant, Birger:

05.12.20

*Intervjuet med Birger er så rikt på funn at det irriterer. Hvorfor var det ikke like lett for meg å se sammenhengene i intervjuet med Anna? Jeg har landet på at kodingen går lettere fordi Birger har mer kunnskap og erfaring om temaet, men jeg har en nagende følelse av at jeg har gått glipp av noe viktig i empirien fra intervjuet med Anna. [..]*

### 3.4.5 Focused Coding

Det neste steget var å se hvilke av de innledende kodene som kunne utgjøre *focused codes*. Focused codes er de kodene forskeren etter gjennomgang av initial codes ser opptrer hyppigst. Det kan være utsagn forskeren vurderer som spesielt beskrivende for fenomenet som studeres (Charmaz, 2014, s. 343). Prosessen var i mitt tilfelle ofte et resultat av en utvelgelse basert på to ting: at koden utgjorde et teoretisk interessant spor som jeg ønsket å følge for å sammenligne med andre koder, og at koden brakte meg svar på oppgavens problemstilling. Jeg endte opp med 316 focused codes.

I forkant av analysearbeidet hadde jeg lest masteroppgaver og doktorgradsarbeid fra dette og andre fagfelt som benyttet konstruktivistisk GT. I disse oppgavene så jeg at forskjellige strategier ble benyttet i analysearbeidet. Holten (2016, s. 32) beskriver blant annet hvordan hun la et ark over transkriberingene under arbeidet med initial codes og focused codes, for å fjerne seg fra konteksten utsagnene ble sagt i.

Jeg opplevde imidlertid at kodene måtte revideres igjen og igjen, og at jeg ofte måtte vende tilbake til konteksten for å ikke overføre min egen tolkning på utsagnet. Dette var i utgangspunktet en praksis jeg var bekymret for. Jeg fant etter hvert ut at Charmaz (2014, s. 144) påpekte at disse beslutningene er hva focused coding handler om, og at beslutningene som tas skal være tentative. Å anvende GT som håndverk som jeg lærte gjennom analysearbeidet, var med på å påvirke hva jeg så. Jeg opplevde ofte at jeg kunne se nye ting når jeg tok frem igjen transkripsjoner som jeg alt hadde gjennomarbeidet.

### 3.5.6 Axial Coding

Det siste steget av analysearbeidet i oppgaven, var å sette mine focused codes i system ved hjelp av *axial coding*. Axial coding er en type koding som behandler de teoretiske kategoriene som en akse som kan bidra til å avgrense og spesifisere dimensjonene til de ulike kategoriene (Charmaz og Bryant, 2007). Jeg tok med dette steget fordi det ville gi meg en mulighet til å belyse sammenhengene mellom kategoriene jeg utledet av datagrunnlaget. På sitt beste kan aksial koding hjelpe med å oppklare og utvide den analytiske gjennomslagskraften av ideene fra datagrunnlaget. Det kan imidlertid også føre til at analysen blir mer uklar (Charmaz, 2014, s. 150).

Et spørsmål jeg har reflektert over, er prosessen jeg gjennomgikk for å danne de overordnede kategoriene. Jeg opplevde det vanskelig å kategorisere med nøyaktighet. Ved å kategorisere for tema, opplevde jeg at jeg inngikk i en praksis Kelle (2007, s. 209) omtalte som *common sense categories* (fornuftskategorier). Ifølge Kelle kunne iblant dette være en nødvendighet for å analysere et komplekst tema, og fortsatt muliggjøre oppdagelsene av meningsfylt empiri. Dette forutsatte at fremgangsmåten gjorde prosessen mer håndgripelig, uten å ekskludere relevant data fra analysen. Hadde studien hatt et større omfang ville jeg ikke valgt denne løsningen, men med et begrenset utvalg på fire informanter, ville større oppstyking av kategoriene kunne føre til sprikende data.

Den første sorteringen i kategorier inneholdt store kategorier som «effekt på terapeuten», «effekt på klienten», og «terapeutenes begrunnelser». Da jeg gikk gjennom kategoriene, innså jeg at ingen av kategoriene, med unntak av én ga mening for meg. Jeg begynte å se et mønster som dreide seg om terapeutisk posisjonering i flere av utsagnene, som var et konsept jeg ikke hadde tatt høyde for til å begynne med. Jeg dokumenterte prosessen over flere memos:

26.02

*[..] Helt siden jeg begynte å tenke på kategoriene ordnet etter posisjonering og verdier, så er ikke begrepene som måler «effekt» de riktige. Det eneste jeg kan gjøre er å bryte opp de tre kategoriene og se om de kan omplantes på en konkret/abstrakt akse, og en handling/verdisyn akse*

27.02

*[..] Jeg opphever alle de gamle forsøkene på kategorier med unntak av «erfaringer som har ledet til praksis». Tilbake til tegnebrettet med ca. 350 lapper. Speider nå etter konkrete, abstrakter, handlinger og verdier. [..] Jeg må prøve å sette det i spørsmål knyttet opp til problemstillingen min.*

Resultatet av prosessen med aksial koding ble 6 hovedkategorier og 22 underkategorier.

### 3.5.7 Fremgangsmåte i analysen

Etter å ha transkribert intervjuene, skrev jeg de ut på A4 sider. Jeg teipet deretter ark på hver side. På det høyre arket skrev jeg initial codes. På det venstre arket skrev jeg kodene som ble opphøyd til focused codes. Jeg begynte å gjøre arbeidet for hånd fordi jeg ville forsøke å «komme inn» i arbeidsmåten. Etter hvert endte det opp med at jeg gjorde hele prosessen for hånd. Jeg opplevde at det å jobbe for hånd ga meg en god flyt i arbeidet. Jeg dokumenterte videre andre grep jeg gjorde i et memo:

06.12.20

*Jeg vet ikke om det er metodisk «riktig» å kode med personlig pronomen, «å ha så mye å gjøre at jeg ikke rekker å skrive brev», men jeg føler det er små ting som det som gjør det lettere for meg å leve meg inn i informantenes fortelling».*

Når jeg ser tilbake på dette memoet, ser jeg også at jeg opplevde en frustrasjon jeg ikke fullt og helt satte ord på, med opplevelsen av å ikke gjøre ting riktig. Jeg antar jeg kunne begynt flere memos med den samme tvilen.

Jeg satte meg tidlig mål at jeg skulle være ferdig med initial coding og focused coding for hvert intervju før jeg fortsatte til det neste. Imidlertid opplevde jeg at dette førte meg inn i en praksis av «learning by doing». Ettersom stegene tok tid, spesielt i begynnelsen, opplevde jeg at det var vanskelig å opprettholde en flyt i tankeprosessene. Denne frustrasjonsspiralen klarte jeg først å gjøre noe med etter jeg hadde gjennomført det fjerde intervjuet. Jeg bestemte meg da for å analysere det første intervjuet helt på nytt, et tema jeg allerede hadde drøftet med veileder en måned i forkant. Jeg skrev i et forskningsmemo:

30.1.21

*Jeg har trenert å systematisere kodene fra Annas intervju, uten å helt skjønne hvorfor. Men når jeg ser på det nå er det fordi jeg ikke har vært fornøyd i det hele tatt. Tror det kan ha en sammenheng med noen av memoene jeg skrev i november. Intervjuguiden sitter ikke, metoden sitter ikke. Jeg var demotivert ser jeg, og jeg tror jeg følte at disse dataene ikke ga mening. Jeg la nok skylden på intervjuguiden der og da.*

*Jeg har nå bestemt meg for å analysere helt på nytt. [...] jeg vil ha dette unnagjort før jeg begynner med analysen av intervjuet til Daniel. Dette kan jeg ikke utsette lenger.*

Det siste intervjuet brukte jeg én dag på å transkribere og tre dager på å analysere. De ferdige kodene ble deretter skrevet på post-it-lapper i forskjellige farger, en farge for hver informant. Ved kodingens slutt satt jeg igjen med 316 lapper med focused codes. Ved gjennomgang og sortering av kodene samlet de seg i ni kategorier med de førnevnte common sense categories. Jeg skrev temaene for de ulike kategoriene på konvolutter, som jeg lagret lappene i.

Jeg nådde denne fasen først med min tredje informant, Carina. I prosessen med å gruppere focused codes fra Carina, merket jeg også at jeg forsøkte å se etter sammenhenger og sammenligne data fra de andre intervjuene. Jeg skrev i et memo:

*22. januar*

*[..] Carina er flere ganger innom den gleden det gir henne som terapeut å jobbe med brevskrivning. Dette var Birger også innom flere ganger, og felles for de begge er at de snakker om svært vanskelige og tunge saker med en entusiasme fordi de har kunnet bruke sin kreativitet i form av brevskrivning for å skape en eller annen form for lindring. Jeg tror det å kjenne på denne lindringen er av nesten like stor viktighet av terapeuten som det er for klienten. Nesten som et håp, og det at de kan gjøre noe så konkret for å lindre smerten både her, og senere. [..]*

Ideen jeg følte ble gjenspeilet i dette memoet, var hvordan nye focused codes kunne oppstå i forskerens tolkning etter å ha møtt på det samme ubeskrevne fenomenet i flere sammenhenger. Gjennom å sammenligne data med data, utviklet jeg muligheten for en kode som eksempelvis å kunne omhandle «å kjenne på et håp om å kunne lindre» eller «å skrive for å kunne lindre». Å sammenligne en slik kode med ytterligere data, ville kunne raffinere koden (Charmaz, 2014, s. 144)

### 3.5.8 Forskningsetiske retningslinjer

De etiske vurderingene en forsker må foreta forut for ethvert prosjekt, må knyttes til både om temaet er etisk og forsvarlig å forske på, og til spørsmål om hvordan forskningen kan legges opp for å unngå uheldige konsekvenser for de impliserte partene (Thagaard, 2018, s. 26). Informantene mine er som følge av dette anonymisert når det gjelder navn, arbeidssted og hvor de bor.

Jeg hadde en bekymring for at informantene ville illustrere sin praksis gjennom anekdoter som røpet tredjepersonsopplysninger. Jeg ble oppfordret av NSD og veileder til å ha med på starten av intervjuguiden en påminnelse om informantens taushetsplikt og at de selv var ansvarlig for å ikke røpe tredjepersonsopplysninger. Noen ganger ble jeg likevel usikker på om informantenes utsagn kunne røpe tredjepersonsopplysninger, og jeg valgte da å ikke ta med meg de utsagnene i videre analyse. I tillegg valgte jeg et begrenset sett med markører for å identifisere informantene. Alle andre identifiserende opplysninger ble endret i transkripsjonene. Informantene mottok et informasjonsskriv i forkant av deltakelse, med informasjon om hva studien skulle omhandle. De fikk også informasjon om at de kunne trekke sin deltakelse når som helst.

Studien ble meldt inn til NSD med referansenummer 534030, og ble godkjent. I godkjennelsen fra NSD hadde jeg tillatelse til å ta opp intervjuene med informantene på diktafon. Jeg gikk til innkjøp av en Olympus WS-853 digital diktafon til dette formål, som jeg holdt innelåst adskilt fra datamaskinen, i de periodene jeg ikke jobbet aktivt med transkriberingen.

I tillegg til å klarlegge konfidensialiteten og oppbevaringen, tok jeg stilling til hvor lojalt jeg skulle transkribere informantenes uttalelser (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 97). For å kunne gjennomføre det tiltenkte designet, måtte jeg transkribere intervjuene i sin helhet, så nøyaktig som mulig. Etter flere gjennomlyttinger av prøveintervjuet, valgte jeg å legge inn ett forbehold. Personen jeg gjennomførte prøveintervjuet med benyttet humor flere ganger, uten at dette nødvendigvis kom tydelig frem i direkte transkripsjon. Jeg valgte derfor å legge inn en «(ler)» for å signalisere hver gang informanten lo, eller der jeg som intervjuer responderte med å le. Jeg opplevde at dette tydeliggjorde budskapet, og at det kunne hjelpe meg med å unngå feiltolkninger. En sãnn praksis er ikke uten fallgruver. Kvale og Brinkmann

(2015, s. 211) beskrev hvordan tolkning av de emosjonelle aspektene ved intervjuet kan føre til at transkripsjonens reliabilitet kan trekkes i tvil.

Utover dette forsøkte jeg å transkribere så nøyaktig som mulig. Jeg opplevde at lydopptakene holdt god kvalitet, og at informantene snakket klart og tydelig. Jeg valgte å synliggjøre svært korte tenkepauser i resonnement med komma, mens pauser på to sekunder eller mer ble synliggjort med punktum.

### 3.5.9 Vurdering av refleksivitet, validitet, reliabilitet og generaliserbarhet

Brinkmann og Kvale (2015, s. 275) bruker de tradisjonelle begrepene *gyldighet* om validitet, og *pålitelighet* om reliabilitet. Et tredje begrep som benyttes for å vurdere god kvalitativ forskning er *generaliserbarhet* (Tjora, 2017, s.231). Disse begrepene var opprinnelig knyttet til vurdering av kvantitativ forskning. Selv om begrepenes innhold i kvalitativ forskningskontekst har blitt diskutert, har det ikke blitt etablert en praksis for bruk av alternative begrep (Thagaard, 2018, s. 19).

For å kunne redegjøre for forskningens gyldighet, må jeg ta stilling til hva jeg har basert mine tolkninger av empirien på. I prinsippet bør det finnes dokumentasjon for enhver tolkning av data (Thagaard, 2018, s. 189). Konstruktivistisk GT tar en rekke metodiske grep for å dokumentere stegene for behandling av data, blant annet ved nøyaktig og helhetlige transkriberinger, og flere steg med koding. I tillegg skrev jeg gjennom hele prosessen memos som synliggjør noe av den påvirkningen jeg har hatt på forskningen. Samtidig har jeg prøvd å være bevisst på at jeg kan påvirke retningen på forskningen uten å være klar over det, og stilt meg kritisk til hvordan, i memos. Ved å redegjøre for valg man har tatt i genereringen av data og analysen, blir leseren invitert til å kritisk ta stilling til forskningens relevans og presisjon (Tjora, 2017, s. 234). Som tidligere nevnt har jeg kjennskap til praksisen jeg har studert. En kjennskap til feltet kan gi et utgangspunkt for forståelsen, og gjøre forskeren mindre åpen for nyanser (Thagaard, 2018, s. 190). Det at leseren får innblikk i hvordan jeg har kommet frem til min tolkning av empirien, kan bidra til å styrke forskningens gyldighet.

I kvantitative studier står pålitelighetsbegrepet i sammenheng med repliserbarhet, noe som tar utgangspunkt i en nøytral og objektiv forsker (Thagaard, 2018, s. 187). Jeg har tidligere i kapitlet vært inne på hvordan forskningen samskapes. Tjora (2017, s. 235) mener at



engasjementet en forutforståelse innebærer, er en nødvendig ressurs i forskningen. Dette fordrer imidlertid at man redegjør for hvordan engasjementet er med på å påvirke forskningsarbeidet, og hvordan forskerens kunnskap anvendes i analyse og diskusjon av resultatene. En måte dette kan gjøres på er å være konkret og spesifikk i fremgangsmåtene som benyttes for å utvikle data (Thagaard, 2018, s. 188). I min forskning har jeg lagt stor vekt på at prosessen med datamaterialet skal være transparent, noe som kan gi utenforstående mulighet til å vurdere prosessen trinn for trinn.

Det kan argumenteres for at funnene studien er basert på er hentet fra et svært lite utvalg på fire samtaler med fire informanter. Samtidig er dette en erfaringsbasert praksis. Den er belyst i litteratur, men lite i forskningsmessig sammenheng. Narrativ praksis kan sies å ha et felles idégrunnlag, men uten konkrete retningslinjer for praksis. Michael White var selv klar på at narrativ praksis ikke hadde noen egen teori, og at han hadde en eklektisk tilnærming til å innhente teoretisk inspirasjon (Lundby, 2008, s. 85). At jeg valgte GT til å studere deres praksis, har sammenheng med forskningens generaliserbarhet. Tjora (2017, s. 246) fremhever konseptuell generalisering som en målestokk ved induktiv kvalitativ forskning. Denne formen for generalisering søker å heve blikket fra empirien, for å se på relevans utover den empirien som ligger til grunn i prosjektet. Det kan tenkes at innsikt i mine informanters begrunnelser for å skrive narrative brev, kan være nyttig for andre som skriver brev eller som ønsker å utforske mulighetene for det. Det kan imidlertid ikke hevdes at funnene er generaliserbare før de har blitt kodet og analysert.

Forskeren må kunne argumentere for at forståelsen forskningen har kommet frem til, også kan være relevant i andre sammenhenger (Thagaard, 2018, s. 194). Jeg var spent på om mine informanter hadde forskjellige tanker om sin brevpraksis, eller om de hadde likelydende resonnement og begrunnelser. For min del ville begge deler vært interessante funn. Som jeg presenterer i analysekapitlet, var det både fellestrekk og forskjeller hos mine informanter. Jeg vurderer at informantenes demografiske spredning er med på å styrke likhetstrekkene, samt forklare noen av forskjellene i praksis. Det kan gi en pekepinn på hvilke områder som det kunne vært nyttig å studere ytterligere.

De overnevnte elementene bidrar til forskningens refleksivitet. For å gjøre forskning refleksiv må vi undersøke våre tolkninger og finne ut hva som påvirker dem (Tjora, 2017, s. 251).

Et eksempel på dette var det å intervju i forskerrollen. Fra klinisk arbeid hadde jeg meg med en bevissthet om at intervjukonteksten ikke kom til å være maktnøytral. Kvale og Brinkmann (2015, s. 117) mener at det kan være et hensiktsmessig fokus å se på intervjukonteksten som en formidler som kan muliggjøre visse måter å forholde seg til hverandre på, samtidig som den vanskeliggjør andre. Dette kan være med å påvirke validiteten i forskningen.

Jeg måtte være åpen for at informantene kunne stille seg spørsmål om hvilke interesser jeg representerte og hvordan deres svar ville bli presentert. Dette kunne også påvirke kvaliteten i svarene jeg fikk. Dette er forhold jeg som forsker ikke kan kontrollere. En måte jeg jobbet rundt dette var ved å kritisk belyse hvordan forskningsspørsmål og intervjusituasjonen var med på å påvirke datagrunnlaget og den påfølgende analysen (Charmaz, 2014, s. 58).

## 4 Presentasjon av analyse

Jeg vil i dette kapitlet presentere empirien og hvordan jeg har arbeidet med denne. Alt som presenteres er innhentet i intervjuet, transkribert og analysert ved kodingen som har gitt grunnlaget for kategoriene. Det endelige resultatet er en kombinasjon av informantens uttrykk, og min tolkning av deres utsagn. Jeg har i analysen forsøkt å danne kategorier som belyser problemstillingen for oppgaven.

I tillegg til kategoriene jeg presenterer, utledet jeg en egen kategori som jeg døpte «brevpraksisens ramme og begrensninger». Selv om jeg opplevde kategorien som spennende, vurderte jeg at empirien havnet utenfor problemstillingen. Jeg har derfor valgt å ikke ta den med.

### 4.1 Hovedkategori: Erfaringer som har ledet til praksis

#### **Kategori 1: Erfaringer som har ledet til praksis**

##### **1.1 Å jobbe i strid med sine verdier**

##### **1.2 Et «vannskilleøyeblikk» i overgangen til ny praksis**

Informantene fortalte om deres faglige erfaringer før de begynte å jobbe klinisk med narrative brev. Det gikk igjen to fellesnevner. Det første var erfaringer med å jobbe i makt-tunge kontekster, noe samtlige informanter tematiserte. Carina hadde bakgrunn fra barnevernet, mens Birger hadde jobbet i tungpsykiatrien. Daniel hadde bakgrunn fra institusjonsbarnevern og rusinstitusjoner, mens Anna jobbet ved en barnevernsinstitusjon. Det andre fellestrekket var opplevelsen av paradigmeskiftet overgangen til narrativ praksis og narrative brev hadde representert for dem. Jeg valgte å utlede svarene i følgende to underkategorier.

#### 4.1.1 Underkategori Å jobbe i strid med sine verdier

Alle informantene fortalte om en endring i deres holdning til praksis gjennom tidligere erfaringer, og flere av informantene fortalte at de fikk negative assosiasjoner av å tenke tilbake på tidligere praksis. Disse historiene var ikke hovedbudskapet i intervjuene, men framkom mens jeg forsøkte å bli kjent med mine informanter. Etter hvert opplevde jeg også at det gikk en tråd fra den tidligere praksisen, som var med på å definere den nye praksisen. Daniel fortalte følgende om et av de første stedene han hadde arbeidet:

*D: [...]Eh, og der var det jo holding, sant, slusing som det het. Får ganske sånn, ganske sånn, interessant når man tenker tilbake vet du, eh, på hvordan ting var. Hvor annerledes man ser på det man har vært en del av i etterkant. (4-4)*

Daniel beskriver hvordan møtet med å jobbe med ungdommer i en profesjonell kontekst innebar situasjoner der man måtte benytte tvang og fysisk makt. Han gir uttrykk for at han ser dette på en annerledes måte i retrospekt. Han fortsetter resonnementet:

*D: Og jeg grøsser jo på ryggen av sånt, når jeg tenker på mye av det som foregikk det, og den holdningen, de ideene som, [...] var gjeldende for, eh, for det arbeidet som ble gjort der altså. (4-4)*

Daniel får en fysisk reaksjon av å tenke tilbake på tidligere praksis. Han setter dette i sammenheng med hvilke holdninger og ideer som informerte valgene om å benytte tvang og fysisk makt. Birger hadde også et resonnement som jeg vurderte beskrev en praksis som ikke samsvarte med hans verdier:

*B: Jeg er veldig lykkelig for at jeg valgte [å bli] familieterapeut, for det var som å komme hjem altså, etter å ha vært i den der tvangstrøyen som jeg opplevde mye av psykiatrien å være. 2-13)*

Jeg spurte ikke Birger om å utdype historien om hans tid som ansatt innenfor psykiatrien. Jeg opplevde at historiene til Daniel og Birger omhandlet en maktbruk som de i ettertid opplevde kunne ha krenket andre mennesker. Carina fortalte og hvordan hun kunne irritere seg over å tenke tilbake på tidligere praksis:

*C: [...] jeg gremmes litt av å tenke på alle de sluttrapportene vi skrev i barneverntjenesten med sånne ord og konklusjoner som jeg kjenner, årh, tenk hvis noen skulle gå inn og definere meg og mitt liv på den måten. Ha sånn makt uten å liksom, ja.. uten å reflektere godt nok over det. (3-3)*

I Carinas resonnement forteller hun om sluttrapporter hun var med på å skrive i barneverntjenesten uten å reflektere over hvilken definisjonsmakt hun hadde. Hun fortsetter resonnementet med betraktninger om makten i barnevernsystemet, og hvordan den gjorde det vanskelig å nå inn til mennesker:

*C: [...]står i utrolig masse vanskelige ting, med de systemene uten god veiledning, og på en måte reflektere selv over hva maktutøvelse er det, ehm, man er med og uttrykke. Mange gjør det uten å tenke over det, det er bare forventninger, og så, jeg kjente det der ble, det ble litt sånn vanskelig å nå inn, skape endring, og jobbe med folk med all slags utfordringer [...]. (3-3)*

Jeg vurderte at Carina hadde satt ord på to tema som hadde vært med på å informere hennes praksis. Det ene var at maktutøvelsen hun var en del ikke hadde blitt tematisert tydelig i veiledning internt. Det andre var at systemet hun jobbet i hadde en underforstått forventning om at «sånn skulle jobben gjøres».

#### **4.1.2 Underkategori: Et «vanskilleøyeblikk» i overgangen til ny praksis**

Carinas resonnement om den implisitte maktbruken fra hennes tid i barneverntjenesten fanget oppmerksomheten min. Jeg var interessert i hvordan hun opplevde overgangen til å arbeide narrativt.

*J: Og da du begynte å jobbe narrativt, hva gjorde det med den makten?*

*C: [...] det ga makten tilbake igjen til de menneskene som eier problemene sine. Da ble vi på en måte, da ble vi, hva skal vi si, hvis vi skal være eksperter på noe så var vi i hvert fall eksperter på å stille spørsmål, mer enn eksperter på deres liv, men det åpnet helt nye perspektiver og nye veier. Og det ble mye bedre, og lettere å være hjelper og syns jeg. (3-3)*

Carina beskriver en re-orientering av maktbalansen i relasjonen til klienten. Terapeuten var ikke lenger en ekspert på klientens liv. Sett i sammenheng med Carinas utsagn fra underkategori 1.1, vurderte jeg at dette var en stor endring for henne.

Carina var ikke alene om å beskrive overgangen som viktig. I Birgers utsagn beskrev han overgangen til familieterapi som å «komme hjem» (2-13). Jeg vurderte at begrepet tydeliggjorde den personlige betydningen det hadde for Birger å kunne jobbe i tråd med sine verdier. Daniel beskrev også den sterke erfaringen det hadde vært for ham å oppdage narrativ praksis på en workshop. Han fortalte:

*D: [...] det er litt den der følelsen av å plutselig eh, høre et språk da, eller musikk for den saks skyld, som, som du kjenner en sterk tilknytning til sånn umiddelbart, eh, at dette her er akkurat sånn, som jeg liker. (4-4)*

Daniel beskriver hvordan en opplevelse av hvordan det han hørte på workshopen umiddelbart ga en sterk gjenklang. Han fortsetter resonnementet:

*D: Eh, så voldsom fascinasjon, og, og det er klart, når du analyserer det nærmere så, det er ikke noe problem for meg å se at det er jo først og fremst mine verdier da, som på en måte jeg så, spille seg ut i praksis da [...]. Og da, etter det kurset var over, så gikk jeg, da hadde jeg allerede på en måte, eh, da hadde jeg allerede liksom blitt klar over, eller fått en slags ehm, (ler), jeg skal ikke høres for religiøs ut her, men jeg hadde virkelig funnet en, en hensikt med mitt, mitt profesjonelle liv. (4-5)*

Daniels beskriver møtet med praksisformen som sterkt, og som endrende for hans profesjonelle liv. Jeg vurderte først å omtale det som et paradigmeskifte i koden, men opplevde at det ikke var dekkende for det Daniel beskrev. Jeg valgte til slutt å omtale det som «å oppleve et vannskilleøyeblikk». Uttrykket er en oversettelse av det engelske idiomet «watershed moment», som henspiller på et vendepunkt hvorpå ting aldri blir det samme igjen (Grammarist, u.å.).

Anna hadde fortalt om at overgangen fra å jobbe med kognitiv til en narrativ praksis var i tråd med hennes verdisyn (1-4). Jeg ville høre mer om hva dette hadde betydd for henne som terapeut, og hvordan brevene passet inn i det landskapet.

*J: Ok. Så det å bruke brev, sånn at det representerer litt den endringen i ditt verdisyn?*

*A: Ja, det gir et videre syn av hva et menneske er. Altså, det er ikke bare.. De vi jobber med, jeg synes de fortjener å, å høre historier om hele seg. (1-5)*

## 4.2 Hovedkategori: Holdninger til terapeutrollen

### Kategori 2: Holdninger til terapeutrollen

4.2.1 Å være med på klientens reise

4.2.2 Å ha tillit til klientens kompetanse

4.2.3 Skrift veier tyngre enn tale

Denne kategorien samler beskrivelser som belyser terapeutenes verdisyn og hvordan dette er med på å begrunne deres praksis. Alle informantene fikk spørsmål om hva de så på som viktige verdier i rollen som familieterapeut, og hvordan narrative brev passet inn i dette synet. Jeg vurderte at deres holdninger kunne være et nyttig perspektiv for å forstå handlingene deres. Informantene reflekterte over sin rolle som terapeut, sitt syn på menneskene de møtte i terapirommet, og sitt syn på teksten som virkemiddel. Jeg valgte å skille ut utsagn som omhandlet generelle terapeutiske verdier fra kodingen, og ta for meg utsagn som dreide seg eksplisitt om deres brevpraksis og dens begrunnelser.

### 4.2.1 Underkategori: Terapeuten som medreisende

Carina så følgende sammenheng mellom det klientenes hennes ga tilbakemeldinger om, og hennes rolle som terapeut:

*J: [..] Men hva, ja, hva har du oppdaget?*

*C: Har jo oppdaget at.. at det, at i hvert fall av de tilbakemeldingene jeg har fått så sier folk at det er godt å få sånne brev, og at det gjør noe med at de står mer forankret i seg selv, og kan reflektere ut fra hva de selv vil og hvem de vil være, mer enn at noen andre definerer det.*

*J: Det er en ganske stor tilbakemelding å få, høres det ut som.*

*C: Ja, sånn at, det er, det sier, det synes jo jeg er viktig, det står veldig sånn i forhold til det som jeg er opptatt av selv da, som terapeut, den jeg har lyst til å være. (3-8)*

Carinas utsagn dekker både hvilken innflytelse noen av klientene melder tilbake at brevene har hatt, men også at dette er den effekten hun ønsker brevene skal ha.

Flere av informantene brukte metaforer for å beskrive sitt forhold til brevpraksisen. Anna omtalte det som en reise der man ender opp et annet sted enn man hadde tenkt.

*A: [...] så har man som terapeut og sikkert ungdommen, eh, en forhåpning om hvordan ting skal bli. Eh. Når man på en måte i lag har en forventning, og så bare endrer det seg underveis som brevene kommer, ja, hva skal en si, det vekker, det vekker følelser, hos både deg selv og ungdommen. [...] Men den endte jo med at, det var jo ikke det utgangspunktet vi hadde tenkt. Så det endrer seg med ord og begrep i brevene. Det er jo en reise, på en måte. (1-8)*

Anna forteller her om hvordan ting ikke blir som en hadde sett for seg. Man ender opp et annet sted enn man hadde tenkt på forhånd, uten at det nødvendigvis er negativt. Hun betegner det som en «reise». Birger på sin side betegnet praksisen som «arkeologi», noe jeg valgte å opphøye til en in-vivo code:

*B: [...]men det der at terapi og brevskrivning og for så vidt er et arkeologisk arbeid du avdekker sakte, sakte, sakte sammen med den du sitter med. Det er sikkert det som, de kaller for hovering eller loitering når Stephen Madigan og de her. Å være på et sted og bare bevege seg rolig frem og hva finner vi her, hva finner vi her, hva finner vi her. (2-9)*

Birger trekker her og inn det engelske ordet loitering som kan oversettes med «å gå sakte uten mål og mening». Birger omtalte senere sin rolle som terapeut som det å være «fødselshjelper» (2-12). Jeg vurderte at Birger, Carina og Anna beskrev en terapiform der man beveger seg sakte, oppdager ting underveis, og at terapeuten ikke skal definere hva som er det viktige, eller hvilken retning som velges. I Birgers tanke om terapeuten som



fødselshjelper kan det forstås at man er med på å forløse noe som allerede er der. Jeg valgte å se disse utsagnene som uttrykk for terapeutens holdninger til samarbeidet.

#### 4.2.2 Underkategori: Å ha tillit til klientens kompetanse

I Daniels sitt resonnement fortalte han om sin holdning til brevskrivning og hvordan det hang sammen med hans menneskesyn.

*D: [...] Og jeg tror at brevene spiller en rolle, ikke sant, fordi de.. eh, de brevene der gjennom å skrive til noen, og gjennom den intimiteten som ligger i det, så, og den ærligheten selvfølgelig, [...] det handler alt om, hvilken holdning du har til det å skrive brev selvfølgelig men. Det gjør at folk føler seg sett og veldig respektert også, fordi du er tro mot deres formuleringer, du er nysgjerrig på de, så det ligger på en måte i denne, denne, denne måten, denne, denne praksisen, og narrativ praksis i det hele tatt, enten det er brevskrivning eller det er andre, så ligger det jo en.. en tillit til at andre folk, de som du snakker med, de er kompetente, det er ikke noe de trenger å lære, de kan ting, de vet ting, de har gode intensjoner i livet sitt for seg selv og andre, [...] (4-12)*

Jeg vurderte at Daniel beskrev et vesentlig synspunkt idet han sier «det er ikke noe de trenger å lære». Terapeuten er ikke eksperten, og det er ingenting en terapeut kan lære et menneske om hva som er den beste måten å leve sitt liv på.

*D: De har sine håp og drømmer, og det at de blir møtt og sett som på en måte den foretrukne utgaven av seg selv da. At vi vil gjerne se den personen, at det er sånn du ser de, og da blir det også lettere for de å se den utgaven av seg selv også, tror jeg. Brev hjelper til, slik at denne foretrukne utgaven av seg selv, trer tydeligere frem. Det tror jeg. Det tror jeg er noe av det som skjer. (4-12)*

Daniel trekker her inn sitt syn på relasjonen som et nøkkelement i brevpraksisen. Hvis man møter mennesker med tro på deres kompetanse og handlekraft, og som den foretrukne utgaven av seg selv, kan Daniels utsagn forstås som at det i seg selv kan skape en bevegelse. Denne bevegelsen forankres i brevskrivningen gjennom det terapeutiske samarbeidet. Hans syn på klientens kompetanse kom også indirekte frem tidligere i intervjuet, da han fortalte om brevene han skrev:

*D: [...] Eh, og hva folk gjør med disse brevene, og hvordan de forholder seg til de, og hva det betyr for de, det er, eh, det er ikke helt opp til meg da. Fordi jeg har liksom fått så utrolig mange erfaringer på det, og det er veldig forskjellig, for noen har jo også sagt at liksom lenge, lenge etterpå, eh, altså årevis etterpå, så har de kanskje lest brevene og plutselig så har de fått en helt annen betydning og relevans i livet ditt, enn kanskje de, det hadde når de fikk de første gangen. [...] (4-6)*

Fra Daniels resonnement tok jeg blant annet koden «å la det være opp til klienten hvordan brevet blir brukt», et utsagn som tydeliggjør at klienten selv avgjør om brevet er nyttig. Daniel har også en tanke om hvorfor noen brev ikke gir gjenklang, der han forteller at han har erfaringer om at for noen har brevene gitt en helt annen mening på et senere tidspunkt. For Carina var det viktig å gi klientene rom til å reflektere over hvilke liv de ønsket å leve:

*C: Eh, først og fremst ønsker jeg å skape at de føler seg hørt og at de, de er tatt på alvor det de sier, bruker deres ord, ehm, og at det skal være respekt, [...] ta et steg tilbake og se på.. ehm, hva da, de ulike livssituasjonene eller problemene gjør med deres liv, og hvem de vil være, og ja, hjelpe de med å ta stilling til hva vei de skal gå og hvordan de skal.. leve det mer i tråd med sine egne verdier og hva de står for, og hva de synes er viktig i livet sitt. Og det gjør jeg ikke med å konkludere, eller definere de på noen måte, men bare stille spørsmål. (3-4)*

Av Carinas ord kodet jeg blant annet «å hjelpe klientene med å leve i tråd med egne verdier». I hennes oppfatning hadde ikke klientene behov for å bli definert på noen måte. Klientenes behov slik Carina så det, var å ha en respektfull samtalepartner som hjalp dem med å ta det nødvendige steget tilbake for å få overblikk, så de selv kunne ta stilling til hva som var viktig for dem.

#### **4.2.3 Underkategori: Skrift veier tyngre enn tale**

Som Anna var inne på overfor, opplevde hun at brevene kunne gi et «videre syn på hva et menneske er» (1-5). Carina opplevde også at «det skrevne ord kunne være hardere iblant, og reflekterte rundt hvordan terapeuten inngår i en maktpraksis når de velger å skrive brev (3-8). Noe av det jeg vurderte som mest beskrivende, var Birgers svar på mitt spørsmål om hvorfor skriftliggjøringen var så viktig.

*B: [...] tekst har jo større tyngde enn det som. Hvis vi satt nå og snakket sammen, og så hadde jeg tatt deg med et sted der oi, det, det synes du var kjempespennende, det skal jeg tenke på. Så går du ut og så kommer du inn på bussen og skal ta på deg der koronabindet, så er det en som står og gauler bak i bussen, og så kommer du over torget, og så har du plutselig glemt alt vi snakket om i samtalen.*

*J: Ja.*

*B: Mens, får du enten en mail eller et brev neste gang du kommer til meg så har jeg skrevet ned det der, og så gjentar vi det. Så er det jo stadig noe med det, å, å, jeg har jo folk som sier at det brevet du skrev til meg den gangen, det går jeg rundt med i boken min. For da kan de ta det frem og minne seg på at, jeg tror hvis, du vet at, når de dumme tankene kommer eller man føler seg liten eller redd, hvis man da kan huske at noen gang skrev til deg at jeg synes du var sånn og sånn, og husker du da, sånn kan de ha det sånn, oi, det er jo meg det og. (2-11)*

Birger illustrerer her hvordan han mener brevpraksisen er med på å bevare de gode perspektivene fra terapirommet, og bevare dem for ettertiden. Han forteller om klienter som har brev han har skrevet til dem med seg, og at de kan ta de frem og lese dem. Birger sier også noe jeg vurderer som vesentlig når han sier «og så gjentar vi det.» Der Daniel tidligere snakket om den «foretrukne utgaven» av klienten (4-12), vurderte jeg at Birgers utsagn belyste hvordan teksten var med på å holde fast på den foretrukne utgaven av klientene. Daniel understreket brevenes viktighet i samarbeid på denne måten.

*D: [...] jeg mener at brevskrivning er så kraftfullt og viktig, at jeg mener jo at man må egentlig forsvare å ikke skrive brev, mer enn å forsvare at du faktisk skriver brev. [...] (4-17)*

### 4.3 Hovedkategori: Terapeutisk posisjonering

#### Kategori 3: Terapeutisk posisjonering

4.3.1 Å sette klienten i stand til å innta nye posisjoner

4.3.2 Reorientering av makt

4.3.3 Å åpne døren for relevans i eget liv

Jeg vil i denne kategorien presentere hvordan informantene benytter brevpraksisen til å påvirke posisjoneringen til klienten, problemet og seg selv i samarbeidet. Ideen til kategorien ble til etter at jeg var ferdig med å analysere Daniels intervju. Jeg skrev i et memo:

07.02.

*110 focused codes fra Daniel. Muligens på sporet av egen kategori for terapeutisk posisjonering. Føler mange av valgene han forteller han tar er med på å «reposisjonere» terapeuten overfor klienten, klienten overfor terapeuten, eller problemet overfor dem.*

Da jeg forsøkte å sortere etter utsagn fra de andre informantene som kunne tolkes opp mot maktbalansen og styrkeforholdet i det terapeutiske samarbeidet, bestemte jeg meg for å etablere det som egen kategori. Jeg har valgt å dele kategorien i følgende underkategorier.

#### 4.3.1 Underkategori: Å sette klienten i stand til å innta nye posisjoner

Daniel opplevde at flere av hans klienter hadde opplevd en maktesløshet i møte med ulike hjelpesystemer. Det hadde derfor blitt viktig for ham å synliggjøre klientenes handlingsrom i sine liv. Han forklarte:

*D: Altså, ikke hva som er viktig for meg. Hva slags forelder er du har lyst til å være? Ikke hva jeg mener er en bra forelder. Og så videre og så videre. Så, så den, invitere den andre til å bli en aktør i sitt eget liv, som får mulighet til å, sette ord på, sin egen*

*kunnskap og sin klokskap og hva, hva er det det vil med livet sitt, og så forsøker man å ta vare på det. (4-13)*

Daniel beskriver her hvordan han kontinuerlig inviterer klienten til å sette ord på sin forståelse, sin kunnskap og sine ønsker. Jeg vurderte at han forsøkte å bevisstgjøre klienten på et handlingsrom som klienten gjerne ikke var i stand til å se fra en avmaktsposisjon. Birger var også opptatt av å få klienten til å oppleve seg som deltaker, (2-12). Han utdypet resonnementet sitt:

*B: [...] hvis man får til en dialog hvis det da er på mail eller man skriver lapper, eller skriver et brev til hverandre, så får man, får jo de et mer bevisst forhold til det vi holder på med, sant? (2-12)*

Disse utsagnene opplevde jeg igjen pekte tilbake på måten informantene samhandlet med klientene. Ut av Birgers forklaring kodet jeg «å gi klienten et mer bevisst forhold til det vi holder på med». Jeg vurderte at for å kunne gi klienter best mulig forutsetning for å kunne være en aktør, økte informantene klientens bevissthet for hvordan de betraktet samarbeidet. Jeg så spor av den samme tankegangen hos Carina, som ønsket å skape et rom der klientene kunne «ta et steg tilbake» (3-4). Hun utdypet dette resonnementet mot slutten av intervjuet:

*C: Men det å, å kunne bruke et, et brev til å uttrykke og stille masse spørsmål og finne nye vinklinger eller lure på ting, og ikke minst, la den som motta brevet tenke, ja, hva, hva er meningen med dette, hvordan er det jeg selv opplever, hm, da får de en grunn til å tenke på det, da kan de kanskje lese det flere ganger, da kan de forstå det på nye måter, så kan de ta det frem igjen, og så kan de tenke, ja, ok, var det egentlig sånn eller hva er egentlig viktig med det? (3-9)*

I dette resonnementet opplever jeg at Carina setter ord på hvordan brevet er med på å konkretisere opplevelsen av å være aktør. Carina påpeker også viktigheten av å kunne lese brevet flere ganger, og gjennom den prosessen kanskje forstå ting på nye måter. I denne kategorien opplevde jeg også at terapeutens bruk av makt kom litt tydeligere frem. Daniel forklarte hvordan dette kunne spille inn mens han skrev brev:

*D: [...] jeg kan også få ideer, som jeg har lyst til å dele med de[m], ikke fordi jeg tror det nødvendigvis er gode ideer, men, fordi, jeg tenker ikke at terapi handler om at de selv skal få alle de gode ideene selv heller, det er et samarbeid, så, så hvis jeg har, hvis jeg får noen ideer så har jeg lyst til å spille den ideen over til de-*

*J: Mm.*

*D: og lure på, hva tenker du, om det, eller hvis jeg får en tanke eller en refleksjon, så kan jeg dele den, ikke fordi jeg tenker at det er sant eller det er riktig eller, det er noe de bør gjøre, men fordi jeg er nysgjerrig på.. hva de tenker om det. (4-11)*

Jeg vurderte at Daniel i dette utsagnet praktiserte den terapeutiske holdningen som nysgjerrig samtalepartner. Samtidig som han tar på seg makt ved å komme med ideer og innspill, demper han samtidig egen ekspertrolle ved å si at det ikke nødvendigvis er «sant eller riktig, eller noe de bør gjøre».

I Daniels resonnement opplevde jeg at jeg fikk et paradoksalt bilde av en terapeut som er desentrert, men som samtidig utøver en form for ledelse på samarbeidet. Etter hvert mente jeg at jeg så dette mønsteret hos de andre informantene. For Anna var det viktig at klienten selv fikk definere hva de ønsket tilbakemelding på (1-4), samtidig som hun tilrettela for å høre alle historiene rundt (1-3).

Jeg vurderte at alle informantene var med å lede klientens refleksjoner og tanker, men jeg så samtidig at jeg ikke hadde spurt dem eksplisitt om hvordan de gjorde disse valgene. Jeg opplevde uansett at resultatet ble en terapeut som tok ledelsen, men samtidig forsøkte å ivareta og respektere klientens autonomi. Jeg var interessert i hvordan dette så ut i praksis, blant annet med klienter som tok livsvalg som var i strid med terapeutenes verdier. På spørsmål om dette, utdypet Daniel sitt syn:

*D: [...] prinsipielt så, så går jo skillet mellom, vel, hvis det er sånn at jeg har med et menneske som selv opplever at de er et offer for, eh.. problemer, som får de til å gjøre ting som strider mot deres egne verdier. For eksempel hvis du slår barna dine eller partneren din, og så opplever du at, du mister kontrollen.*

*J: Mm.*

*D: At du blir en slags, et redskap, for noen krefter som får deg til å gjøre type ting, og du har lyst til å gjøre noe med det, så er det et helt annet utgangspunkt enn hvis du, eh, gjør de samme tingene, men samtidig så, eh, så, så ser du ikke på deg selv som et redskap. [...] Hvis ikke du selv tar stilling mot problemet, for eksempel vold, så er du jo ikke en alliert lenger. Eller, du har vel aldri vært det da. I hvert fall ikke for terapeuten.*  
(4-14)

Ut av Daniels resonnement utledet jeg koden «å få klienten til å ta stilling til problemet». Jeg vurderte at dette var en grunnleggende posisjonering i informantenes terapeutiske samarbeid. Daniel hadde et prinsipielt ståsted om at det gikk an å samarbeide med klienter som hadde gjort handlinger som strider mot egne verdier, hvis de betraktet de handlingene som et problem. Posisjoneringsarbeidet til terapeuten ville være å sette klienten i en aktørposisjon, samt å få klienten til å alliere seg med terapeuten mot problemet.

#### **4.3.2 Underkategori: Reorientering av makt**

*B: [...] For det er jo akkurat det min intensjon er. At ingen skal snakke over hodet på hverandre, eller sånn. Og brev, brevene, og i hvert fall hvis du får utvekslet brev, så er jo det en dialog og en samtale. Å finne ut hvor vi er hen [...] (2-9)*

Jeg merket meg Birgers utsagn om å bruke brev for å «finne ut hvor vi er hen», og satte det i sammenheng med hans syn på samarbeidet som «arkeologi», der han også formidlet at det er ikke alltid man «vet hva man leter etter, men vi ser hva vi finner» (2-7). Jeg opplevde at Birger beskrev en terapeut uten en agenda, som samtidig hadde en åpen og transparent prosess med klienten gjennom brevene. Anna reflekterte over hvordan hun i brevene tok stilling til problemhistoriene hennes klienter ofte kom med.

*A: Altså, det handler jo litt om disse historiene som kommer frem som er litt problematiske, og da blir, jeg har i hvert fall, jeg har så lett for å definere, for å liksom bekjempe den felles fienden da, så blir våpenet på en måte det her med motpol for meg da. (1-3)*

Av Annas resonnement kodet jeg «å gjøre brevene til en motpol mot problemet», og «å se på problemet som en felles fiende som må bekjempes». Jeg opplevde at begge utsagnene

dreide seg om hvordan terapeuten bevisst manøvrerte seg i posisjon sammen med klienten, mot et problem. Daniel forklarte det også tydelig:

*D: Som, det springende punktet for meg, Jan, det er, er du og jeg på samme lag? Fordi hvis du og meg er på samme lag, mot vold, mot overgrep, mot maktmisbruk, så kan vi jobbe sammen. (4-16)*

For meg vitnet Daniels tanker om at mange av klientens problemer kunne forstås ut fra en tanke om makt, avmakt og maktmisbruk. Han understreker også det jeg opplever som en reorientering i at han avklarer hvorvidt han og klienten er på samme lag. Birger satte på sin side ord på hvordan en reorientering av problemet kunne være positivt for klienten. Han fortalte:

*B: Ja. Og det å bringe inn både nysgjerrighet og lekenhet og spørsmål og alt sånt, så gjør det kanskje at man føler seg mer som deltaker og, ikke minst at folk, jeg tror mange føler at du tar vekk litt av vekten, den der tunge vekten som du forventer at det skal være rundt problemer.*

(2-11)

Birger beskriver her hvordan den kontinuerlige tilføringen av andre perspektiver og handlingsalternativer, bidrar til å ta vekk «den tunge vekten du forventer det skal være rundt problemer». Jeg valgte å forstå utsagnet som at problemet mister makt.

Anna reflekterte over både negative og positive aspekter med makten hun hadde (1-9), mens Carina var tydelig på at man inngår i en annen form for maktpraksis når man skriver (3-7). Daniel uttrykte at terapeutenes betraktninger idet de ble skrevet ned, kunne veie tungt (4-7). Samtidig opplevde jeg at samtlige informanter hadde utsagn om hvordan de benyttet denne makten til å posisjonere makten hos klienten. Daniel betegnet det som å «snu bordet»:

*D: [...] brevskrivning innenfor narrativ praksis handler på en måte da om å snu bordet, sånn at det er ikke fagpersonens kunnskap og erfaring som skal stå i sentrum, men det er den andre sin. Så når man skriver brev til folk så forsøker man på en måte å, eh, å utkrystallisere de eh, viktigste verdiene som folk har, hva er det de står for, hva det*



*er de kan og vet, hva det er de tror på, hvordan de vil leve sitt liv, for det er det, det er det som det til syvende og sist handler om. Hva er det som er viktig for deg?*

#### **4.3.3 Underkategori: Å åpne døren for relevans i eget liv**

Informantene hadde tanker om hvordan de tilrettela for klientens handlingsrom og posisjon som aktør. Carina vektla viktigheten for klienten å få spørsmål fra en person som ikke var forutinntatt (3-9), mens Daniel ga uttrykk for hvor grunnleggende det var å møte mennesker med respekt og forståelse for det de har opplevd, i stedet for å møte de på en konfronterende måte (4-15). Birger forklarte det på følgende måte:

*B: [...] Og jeg tenker at, det er jo meg som er deltakeren, det er ikke de som er deltakeren. Men jeg er jo han som skal fasilitere og legge til rette for at de skal kunne komme med det, for jeg tror at alt, alt det de kommer med, det vet de egentlig. [...] Lukk opp og se. De trenger litt hjelp til å formulere, formulere.. ting som de ikke har bevisst eller som de har glemt. (2-12)*

I Birgers forståelse er han den som fasiliterer at klienten skal komme frem til ting de allerede vet, men som de enten har ubevisst eller som de har glemt på grunn av omstendighetene. Jeg opplever at han spissformulerer det ved å si at det er ikke klienten som er deltaker i hans terapeutiske prosess, det er han som er deltakeren i klientens liv.

I disse resonnementene opplevde jeg også at flere av informantene fortalte om betydningen av å dele tilbake. Anna ønsket å gi klienten tilbake at historien de hadde fortalt hadde gjort inntrykk (1-9). Carina benyttet brevene til å gi tilbake sine egne refleksjoner etter samtaler med foreldre i høykonflikt (3-4). Daniel åpnet på sin side opp om det han betegnet som «relevansen», og hvordan han brukte den i brevene:

*D: [...] det dette muliggjør er jo også at jeg kan få sagt noe som kanskje jeg ikke får mulighet til å si i selve samtalen. For eksempel at jeg har dratt nytte av samtalen, jeg også. Og det, som regel, så, så blir det ikke mest naturlige å gjøre midt i en samtale fordi da er jeg så opptatt av de[m], men i etterkant, så prøver jeg å tenke ja, hva fikk jeg ut av denne samtalen her? [...] hvilken relevans har disse temaene som vi har snakket om i mitt liv, sånn i forhold til, hva jeg er opptatt med. [...] Du finner.. relevans, hvis du har døren åpen for å si det sånn. Heh. Hvis ikke du henger fra deg*

*privatpersonen din på en knagg når du kommer på kontoret og lukker den døren der, til, hva som er viktig for deg selv i ditt eget liv, men ha den døren åpen der, under samtalen, så kan du bli mer oppmerksom på at shit, det her temaet her, det kan jeg relatere til, men på hvilken måte, det kan du skrive i en sånn type brev. (4-12)*

Daniel åpner her opp om hvordan han gir tilbake i brevene hvordan historien han har hørt i samtalerommet har påvirket ham på et personlig plan. Å redegjøre for dette i et terapeutisk samarbeid vurderte jeg som betydningsfullt. Terapeuten åpner skriftlig om sine egne tanker og følelser, og gjør seg selv sårbar. Carina fortalte også hvordan denne utvekslingen så ut i et samarbeid med en av hennes klienter under koronapandemien:

*C: [...] i stedet for å applaudere så voldsomt, eller noe sånt, så er vi opptatt av hva gjør det med oss. Det gjorde inntrykk på meg da du sa det, og jeg har tatt det med meg inn i koronaen selv. (3-3)*

Carina forteller her hvordan hun tar klientens visdom om livet under pandemien, med seg i eget liv, og gir tilbake at det har gjort inntrykk på henne. Hun setter det også opp mot det å «applaudere så voldsomt». I dette utsagnet vurderte jeg at det kan ligge en tro på å dele egne tanker og refleksjoner kan være et kraftigere virkemiddel. Det at man «åpner døren», slik Daniel uttrykte det, innebærer dermed både en risiko for økt sårbarhet, men også økt styrke i det terapeutiske samarbeidet.

Til sammen representerte disse bevegelsene for meg en tydelig reposisjonering av terapeuten. Jeg så også for meg at disse grepene kunne indikere en vekselvirkning mellom den terapeutiske posisjoneringen, og den terapeutiske relasjonen. Dette ga grunnlaget for neste hovedkategori.

#### 4.4 Hovedkategori: Brevenes påvirkning på den terapeutiske relasjonen

### Kategori 4: Brevenes påvirkning på den terapeutiske relasjonen

4.4.1 «Å bli snakket med, i motsetning til å bli snakket om»

4.4.2 Å gjøre den profesjonelle distansen kortere

I denne kategorien vil jeg presentere mine informanternes utsagn knyttet til hvordan de har opplevd brevpraksisen påvirker relasjonene i terapirommet. Jeg valgte tidlig å skille det de fortalte klientene hadde fortalt eller opplevd, fra terapeutenes egne utsagn.

#### 4.4.1 Underkategori: «Å bli snakket med, i motsetning til å bli snakket om»

Daniel beskrev det å skrive til noen som en intim handling, som hadde en effekt på relasjonen (4-11). Han hadde tidligere i samtalen satt det opp mot den mer vanlige praksisen i helse- og sosialfag. Han forklarte:

*D: Ja, nei du vet, hvis du noen gang har blitt omtalt, Jan.*

*J: Mm.*

*D: [...] Hvis noen har noen gang skrevet om deg, eller omtalt deg, til noen andre, eh, så er det noe helt annet enn å bli direkte tiltalt. Du vet det er jo selvfølgelig, du kommer ikke unna maktaspektet som ligger i det at, man som fagperson kan skrive om en annen person, eh, hvis ikke du er klar over at det er, en, en praksis som er, ehm, en, en, makthandling, eh, så, så bør man tenke litt nærmere over, heh, over dette. (3-7)*

Fra Daniels resonnement kodet jeg blant annet «å bli omtalt oppleves annerledes enn å bli tiltalt». Samtidig som dette er et utsagn som jeg vurderte handlet om verdisyn, opplevde jeg at denne koden også sa noe om brevenes betydning for relasjonen. Birger hadde også nevnt tidlig i vår samtale at et aspekt var å i stedet for å skrive en rapport *om* noen, skriver man et brev *til* noen (2-2).

Som resten av informantene beskrev Daniel det jeg opplevde som svært gode relasjoner til sine klienter, noe han satte i sammenheng med den ærlige kommunikasjonen narrative brev

kunne åpne for (4-12). Dette resonnementet gikk også igjen hos Carina, som ønsket at klientene skulle føle seg hørt og tatt på alvor gjennom brevene (3-4). Et annet aspekt av denne prosessen ble satt ord på av Birger, da jeg spurte ham om de gangene brevene ikke hadde skapt gjenklang hos klienten. Han forklarte:

*B: [...]men jeg har ikke hørt om noen som har, der relasjonen har blitt skadet, jeg får stort sett bare positive tilbakemeldinger uansett om det er, om det har, altså truffet midt i blinken eller ute på tieren. Så bare det å bli sett, sett gjennom det skriftlige ord, tror jeg folk synes er veldig kjekt. (2-14)*

Av Birgers resonnement lagde jeg koden «å bli sett gjennom skrift kan være godt». Lignende koder satt jeg igjen med etter Carinas intervju, som påpekte egenverdien i et brev i et moderne samfunn:

*C: [...] og så jeg tror mange tenker sånn, gud, det å få et brev, det er og litt spesielt, det er nesten sånn ute i dag (ler), det er sjelden man får brev, det å, det å motta et brev der noen har tenkt på deg og der noen liksom har lurt på deg og er nysgjerrig på deg, det tror jeg og har en verdi.*

*C: Eh, og det og liksom å bli, ikke hedret med at jeg applauderer, men det at noen hedrer med at de har hørt hva jeg har sagt, på en måte. (3-8)*

Av Carinas tanker satt jeg igjen med tre koder. «Å bli hedret gjennom at noen har hørt og skrevet ned det jeg har sagt», «å få et personlig brev er sjeldent», og «å oppleve at personlige brev har en egen verdi». Jeg vurderte at disse kodene pekte tilbake på Birgers resonnement om å «bli sett gjennom det skriftlige ord». Samtidig så jeg tendenser i empirien om hvordan relasjonen ble skapt i en form for transaksjon av makt. Carina reflekterte rundt maktpraksisen i narrative brev på denne måten:

*C: [...] Jeg tror ikke det er det at jeg går imot makten egentlig. Det er nesten, det kan kjennes som du tar på deg noe makt, hvis du skriver noe, for det skrevne ord kan virke hardere noen ganger, sant. Og i hvert fall hvis du skriver eller pirker, skriver et spørsmål som de reagerer på så har ikke du kontroll på, det når det skjer utenom timene, der du har de foran deg. Så, så det er mer sånn at jeg, jeg er kanskje redd for at jeg går inn igjen i de der maktgreiene uten at jeg har intensjonen om det.*

*J: [...] Hvordan løser du det?*

*C: Nei, jeg håndterer det nok best med å snakke med mine narrative kollegaer, for eksempel, for de er, er veldig støttende og gjerne så spør jeg de om de vil lese brevene [...] (3-7)*

Carina reflekterer her over hvordan det skrevne ord «kan virke hardere», og setter det i sammenheng med at terapeuten «mister kontroll» hvis klientene reagerer på noe i brevet utenfor timene. Jeg var interessert i å finne ut hvordan slike dilemma ble håndtert, og Carina fremhever viktigheten av kollegaene sine. Jeg vurderte at dette var et av få utsagn der risikoen for at brevskrivning kunne komplisere en terapeutisk relasjon, ble problematisert.

#### **4.4.2 Underkategori: Å gjøre den profesjonelle distansen kortere**

Anna, som jobbet i en institusjonskontekst, opplevde at brevpraksisen skapte et behov for å «gjenfortelle den nye historien» til andre ansatte (1-7). De andre informantene var også inne på endringen brevene hadde skapt hos klientene, og hvordan dette hadde blitt kommunisert. Daniel sammenlignet det med at terapeuter flest hadde blitt sosialisert til å dyrke en form for «profesjonell distanse» (4-12), og at brevene gjorde denne distansen kortere. Han utdypet resonnetet ved å sammenligne med tradisjonell praksis:

*D: Den distansen, opplever jeg da, blir, eh, kortere, ehm. Sånn at jeg har hatt flere som har sagt, at de har, at de har gått i, de har gått i terapi før. [...] Plutselig, og så tenker de, jeg satt ofte og lurte på hva psykologen min tenkte, sant. Det er det flere som har sagt til meg. Og, og, og de har satt så enormt pris på, eh, at jeg har delt, eh, ting, sant. (4-12)*

Daniel formidlet en betydningsfull tilbakemelding fra klienten. Jeg vurderte at brevene til Daniel hadde åpnet for at han kunne dele noe av sin indre dialog, og at det hadde vist seg at flere av klientene hans hadde vært nysgjerrig på hva terapeuten tenkte. At Daniel delte sine tanker, kan ha ført til at relasjonen ble styrket. Carina opplevde at spesielt unge klienter som egentlig ikke ønsket å delta, meldte seg på i prosessen når de ble skrevet til (3-2). Carina oppsummerte et av de samarbeidene på denne måten:

*C: Jeg skal ikke ta æren for [endringen], men jeg tror det å, å skape et rom der hun ikke bare var i motstand, men der hun kunne reflektere over hvem hun ville være og*

*hva hun sto for og hva som var viktig. Og da tror jeg de brevene absolutt hadde en, en stor effekt. (3-6)*

Med dette utsagnet opplevde jeg at Carina var innom flere av kategoriene jeg har definert. Hun poengterer først ved et verdisyn der hun ikke «tar æren» for klientens positive endring, noe som er i samsvar med funnene i 4.2.2. Jeg tolker det som at hun fasiliterer at klienten kan gå inn i en aktørposisjon der flere muligheter blir synlig, noe som samsvarer med funnene i underkategori 4.3.1 I tillegg opplevde hun at brevene var med på å muliggjøre det samarbeidet. Daniel var inne på den samme sammenhengen, og oppsummerte det på denne måten:

*D: Og jeg tror det kan være veldig.. viktig, for, for å gi folk en fair sjans da til å, eh, til at den der foretrukne utgaven av dem selv kan komme frem. Det er, det er, da er vi inne på de her mange historiene, Jan, som fins i folks liv, at du kan ha, du kan ha gjort veldig mye fælt i livet, som hjelpeapparatet er mer enn interessert i å, å snakke om. [...] Men hvor interessert er man i å snakke om disse andre tingene som man har gjort, og hvilken betydning ville det få for den andre om også de historiene, får en plass i samtalen? (4-15)*

Å gi plass til de alternative historiene kan virke relasjonsbyggende, mener Daniel. Ut av resonnementet kodet jeg «å se hvor viktig det er for klienten at alle historiene kommer frem». Jeg opplevde det var en vekselvirkning mellom hvordan brevpraksisen bygget sterke relasjoner som klientene verdsatte, og hvordan den samme praksisen muliggjorde det økte handlingsrommet til klientene.

#### 4.5 Hovedkategori: Utvidelse av det terapeutiske handlingsrommet

### Kategori 5: Utvidelse av det terapeutiske handlingsrommet

4.5.1 Brevskrivning som ferdighetsskjerpende praksis

4.5.2 Å ivareta den røde tråden

4.5.3 Å gjøre klientens kunnskap konkret

Denne kategorien inneholder utsagn som omhandler hvordan brevene bidrar til å skape muligheter i det terapeutiske samarbeidet. Jeg betraktet disse mulighetene som ting som i mindre grad var mulig i terapeutisk praksis der brev ikke ble benyttet. Jeg valgte derfor å betegne denne kategorien som en utvidelse av det terapeutiske handlingsrommet.

#### 4.5.1 Underkategori: Brevskrivning som ferdighetsskjerpende praksis

Det var bare en av informantene mine som eksplisitt var inne på hvordan han opplevde at brevpraksisen var med på å skjerpe hans generelle ferdigheter som terapeut. Disse funnene vurderte jeg imidlertid som så uventede at jeg har valgt å inkludere dem. Birger var tidlig i samtalen inne på hvordan han betraktet brevene som ferdighetsskjerpende:

*B: [...]jeg blir en mye dyktigere spørsmålsstiller av å skrive, av å skriftliggjøre det. Jeg er nøye med å formulere, altså det spørsmålet som kommer ut som en litt sånn sloppy, lang, uformelig ting i samtalen, det kan man da spisse og dele opp, og gjøre mye mer konsist etterpå. Eller man kan tenke at åh hva var det der jeg spurte om, sant. Nei, så jeg merker at språket mitt blir, hvis jeg får lov å skrive, så blir det mye bedre, oppfattelsesevnen min synes jeg blir bedre, og måten jeg ser..  
problemstillingene blir mye tydeligere for meg. (2-3)*

I dette resonnementet vurderte jeg at Birger antydte flere ting. Det første var hvordan brevene var med på å konkretisere spørsmål som han opplevde kunne komme ut ufullstendig i samtalen. Det andre var hvordan han opplevde at språket og evnen til å oppfatte problemer ble skjerpet når han fikk oppsummert i et brev.

Av kodene jeg utledet av Birgers resonnement, så jeg et fokus på hvordan brevpraksisen styrket han som fagperson. Birger opplevde at brevene gjorde han til en mer årvåken terapeut. Han utdypet dette resonnementet videre:

*B: [...]Noen ganger er det jo korte, konsise brev for å ..av og til for å vekke noen, eller spørre noen sånn helt konkrete spørsmål. Andre ganger blir det som en oppsummering eller rapport. Noen ganger er det nesten mest for meg selv, for å klarne hodet mitt for å se hva det er vi holder på med her. Og så ser jeg at dette kan jeg jo gjerne dele, og se om vedkommende eller de som var med deler, eller deler min erfaring sant. (2-3)*

Selv om Birger her i utgangspunktet kunne oppnådd samme effekt med å skrive et vanlig journalnotat, opplever jeg at brevformatet gjør at bevegelsen til å dele sin opplevelse blir enklere. Birger beskriver øyeblikket der han «klarner hodet for å se hva vi holder på med», for så å avgjøre at dette kan være tanker som kan være interessante for klienten. Han opplevde også at skrivingen gjorde det mulig for ham å se «sammenhenger han hadde glemt» (2-4). Han omtaler brevskrivingsprosessen senere som å «få laget et destillat». At han benytter dette begrepet, som vil si å skille stoffer i en væskeblanding fra hverandre ved fordampning fulgt av kondensasjon, bidrar til å danne et bilde av hvilken funksjon brevet har for Birger.

#### **4.5.2 Underkategori: Å ivareta den røde tråden**

Informantene beskrev hvordan brevene ga dem som terapeuter noe i samarbeidene som annen klinisk praksis ikke tilrettela for. Birger var tidligere inne på hvordan han mente at klienter raskt kunne glemme hva som skapte den gode følelsen i en terapeutisk samtale (2-11). Flere av kodene i denne kategorien dreier seg og tilsvarende om å ivareta den røde tråden både for klient og for terapeut. Daniel illustrerer her viktigheten det har for ham å ta vare på det folk sier:

*D: [...]Jeg føler meg litt naken da, hvis jeg ikke skriver brev til folk, fordi det føles som det er noe som er ugjort.*

Et annet område brev ble benyttet på, var som bindeledd til neste samtale. Dette var både Anna (1-6) og Daniel (4-11) inne på. Daniel leste opp brevene ved begynnelsen av neste



samtale. Han benyttet brevene som en mulighet til å legge frem ideer han fikk etter samtalene (4-11), samt å få sagt de tingene han ikke fikk sagt i samtalen. Dette gikk også igjen i samtalen med Carina. Carina fortalte om å jobbe med et par som hadde et stort traume med seg:

*C: Og så kan du få sagt ting i brevene som ikke alltid er like lett å få sagt i terapirommet, for eksempel. [..]Så er det ikke alltid like lett å få sagt, for det gjør så vondt de spørsmålene, sant, så jeg skrev de i brevet, så fikk de liksom, de fikk begge to tenke på det, så kunne de velge selv hva de ville ta med seg, og, ta opp igjen neste gang. (3-8)*

Birger var på sin side opptatt av å bruke brevene til å gi det spontane tilbake. Han ordla det slik:

*B: [..]Har jeg rett hvis jeg tror at det, sånn og sånn. Min første følelse når jeg hørte, min, min tanke når jeg hørte at det var sånn, men det kan hende jeg tar helt feil. Please, forklar meg. (2-8)*

#### **4.5.3 Underkategori: Å gjøre klientens kunnskap konkret**

I denne kategorien har jeg samlet utsagn knyttet til hvordan mine informanter oppfattet at klientene fikk utvidet sitt handlingsrom som følge av brevene. Daniel hadde hatt et resonnement som minnet om Birger sitt (2-11), der Birger snakket om hvordan klientene kunne glemme viktige ting fra samtalen i det de gikk ut på gaten. Daniel tok dette resonnementet videre:

*D: [..] Og dermed så blir det på en måte bare et slags følelsesminne som du sitter igjen med, etter samtalen. Og det er, og det, det mest absurde er jo at terapeuten sitter jo igjen med, for disse terapeutene sitter og tar notater, eh, underveis, så terapeuten ender opp med å sitte med, med ordene, som personen som kommer i terapi mister, fordi den går, (ler), den går fra, og tar ikke med seg noen notater, eh, så det er jo ganske egentlig absurd, egentlig. Når den som trenger notatene mest, er den som ikke, er den som mister de. (4-10)*

For Daniel var det absurd at terapeuten var den som gikk fra samtalen med notater. Den terapeutiske samtalen har stor verdi for klienten, men klienten får ikke med seg skriftliggjøringen av prosessen som har funnet sted. Anna opplevde at brevene bidro til å skape refleksjon hos ungdommene hun jobbet med på institusjonen (1-5). Birger fortalte om et brev han hadde skrevet som han gledet seg til å dele med en klient, slik at hun kunne «spinne videre på det» (2-4). Han utdypet dette senere i samtalen:

*B: Jaja, selvfølgelig. Fordi at jeg inviterer jo alltid til, til respons på disse brevene, sant?*

*J: Ja.*

*B: Det er den ene siden av det. Det er jo det, og det handler om å, igjen den å snakke direkte til den eller de det handler om. Og at vi har en dialog. (2-8)*

Ut fra det Birger sa kodet jeg «å alltid invitere til respons». Jeg ser også her en sammenheng til underkategori 4.3.1. Denne forbindelsen gikk også igjen i hvordan Daniel inviterte klienten til å bli en aktør (4-13). Ut fra det resonnementet kodet jeg noe annet jeg vurderte som viktig for å øke klientens handlingsrom, nemlig «å gjøre klientens kunnskap konkret».

## 4.6 Hovedkategori: Terapeutenes egen prosess

### Kategori 6: Terapeutenes egen prosess

6.1 Å møte problemer med kreativitet

6.2 Å gjøre seg sårbar i rollen som terapeut

6.3 Glede og mestringsfølelse

Denne kategorien består av utsagn som omhandler terapeutens indre prosess i forbindelse med brevpraksisen. Samtlige av informantene snakket om hva de opplevde var med å drive praksisen fremover, og hvordan de kunne oppleve tvil, usikkerhet og glede i samarbeidene sine.

#### 4.6.1 Underkategori: Å møte problemer med kreativitet

Tre av fire informanter snakket spesifikt om hvordan deres egen kreativitet var med på å drive praksisen fremover. Birger var en av dem. Han fortalte følgende da jeg spurte ham om hvordan veien hadde sett ut frem til brevpraksisen:

*B: Ja, altså. [Veien] har jo vært veldig fylt, det begynte med, det handler som du sa i sted om engasjement og glede. Og glede over å skrive, sant? Jeg har i grunn mange år tenkt på, jeg var flink å skrive da jeg var ung, og så har det ligget brakk. [..] så de brevene ble på en måte en sånn ny vei for meg inn i skriving. Og ikke som et substitutt for litterær skriving, men faktisk sånn som en glede av å finne på, og stille spørsmål og se sammenhenger. (2-5)*

Flere informanter hadde lignende resonnement som Birger. Jeg opplevde at de formidlet et engasjement i møte med store problemer. Jeg gjorde meg tanker om at den kreative gleden var med på å gi terapeutene et håp som en form for mestringsmekanisme, som de kunne møte klientenes problemer med. I Carinas sitt intervju framkom kreativiteten blant annet på denne måten:

*C: [..] og så er det gøy, alltid lekent. Det.. noen ganger så kan du jo bruke humor og lekenheten inn sånn at alt ikke blir bare alvor. Det og kan være, har jeg erfart at kan.. løsne noe [..]. (3-8)*

Jeg satte Carinas utsagn i sammenheng med det Birger tidligere hadde formidlet om å «ta vekk den tunge børen som en forventer det skal være rundt et problem» (2-11), der han også er inne på den samme lekenheten.

Kreativiteten var også til stede i Annas praksis, og hun satte det i sammenheng med hennes vei inn i praksisen. På spørsmål om hva som hadde trukket henne mot denne måten å jobbe på, svarte hun følgende:

*A: [...] jeg tror det er kreativiteten, mye av den kreativiteten, og så brennende ønske om å endre på det fokuset vi har. At det er, vi består av så mange flere fortellinger. Jeg liker den fortellingsbiten, veldig godt. (1-9)*

Anna forteller at det å kunne jobbe kreativt var en av de tingene som hadde drevet henne til denne praksisen. Hun hadde tidligere i samtalen utdypet hvordan dette kunne se ut i brevskrivning med ungdommer:

*A: [...] Og så er jeg litt opptatt dette her med at, jeg tror kanskje at mine brev er, jeg liker, jeg jobber jo med ungdommer, så jeg liker å ha inn litt bilder, og litt sånn, kanskje illustrere litt med sånn, det kan være en tegneserie eller sånn, jævelen og engelen, eller, det kan være den Kardashianen og den Kardashianen liksom. (1-3)*

Selv om Anna ikke benytter de samme ordene som Birger og Carina, ser jeg en lekenhet i hennes praksis i dette utsagnet også.

#### **4.6.2 Underkategori: Å gjøre seg sårbar i rollen som terapeut**

I denne underkategorien har jeg samlet utsagn fra informantene som jeg satte i sammenheng med usikkerhet, tvil og andre former for utfordrende følelser. Følelsene som informantene satte ord på ble i intervjuet uttrykt i sammenheng med brevpraksisen.

Etttersom jeg vurderte at de ved å bruke brev åpnet opp for dette ubehaget, valgte jeg å betegne kategorien som «terapeutens sårbarhet».

Anna var tidlig inne på dette i vår samtale:

*A: Eh, for meg er det litt sånn at du, ja, i narrative brev så blottlegger du deg selv litt, og bruker din egen kreativitet da, sånn at du, ja, du ønsker jo en slags på en måte*

*bekreftelse som terapeut på at det du gjør er riktig og at det skal treffe, og være greit for det paret som du veileder da, at de har noe igjen for det. (1-6)*

Anna var også senere i samtalen inne på hvordan hun satt igjen med en usikkerhet de gangene hun hadde opplevd at brevene ikke traff (1-8), og at hun lurte på hvorvidt hun hadde gjort en god jobb. Jeg vurderte at Anna ved å skrive brev som det for klienten var valgfritt å svare på, hadde gjort seg sårbar. Ut av resonnementet kodet jeg «å blottlegge seg litt når du skriver», og «å ønske bekræftelse». Ettersom jeg vurderte denne tråden som interessant, spurte jeg Birger om tilsvarende emosjoner i vår samtale. Han forklarte følgende:

*B: Da gjør du deg og sårbar hvis du tror du er, altså, en ekspert gjør jo ikke det. Nærmest per definisjon. Eller du gjør deg ihvertfall veldig sårbar som ekspert hvis du her, vær så god, dette har jeg tenkt. Altså, er, er, har jeg rett? Eller er jeg på rett spor, i nærheten, på samme side i boken?*

*J: Kjenner du igjen den sårbarheten i din praksis?*

*B: ...jeg vet ikke om jeg vil kalle det sårbarhet. Jeg lurer på om jeg vil kalle det for.... ja, hva vil jeg kalle det for? .....jo..... jeg har jo en tendens til å bruke ordet ydmykhet jeg da.*

*J: Ja.*

*B: Sårbarhet og ydmykhet, altså, både overfor ordet, rollen min, rollen til den andre, eh, jeg er også glad i ordet uærbødig, som betyr litt, som betyr å ikke ta ting så veldig på alvor, men det betyr ikke å ikke ta ting på alvor, det betyr å ta ting på alvor på en, på en god måte. (2-13)*

Birger brakte inn flere ord for å belyse det jeg så på som at terapeutene viste sårbarhet. På den ene siden anerkjenner han at det sårbart for en ekspert å utlevere tankene sine, men betegner det ikke som en sårbarhet. Han bruker i stedet ordene ydmyk og uærbødighet. Da Carina fortalte om brev hun hadde sendt, men ikke fått svar på enda, ble jeg interessert i hennes tanker og følelser rundt det:

*J: Hva gjør disse andre erfaringene med deg, med å sende et brev som du ikke får svar på?*

*C: Nei, det er av og til litt vanskelig, for det er akkurat sånn at når du skriver narrative brev så blottlegger du på en måte litt sjelen din og, for du gir jo dine, tilbake igjen, at du kunne sluppet mye billigere unna ved å ikke gjøre det, [..]? (3-7)*

Jeg fant Carinas resonnement om «at du kunne sluppet mye billigere unna ved å ikke gjøre» interessant. Jeg vurderte at det belyste omkostningen med en slik praksis, og at Carina formidler hvordan hun legger mye energi ned i brevene. Det kan være med på å skape frustrasjon og usikkerhet når det ikke kommer svar. Innen jeg hadde samtalen med Daniel, hadde jeg tenkt at jeg burde spørre om de første erfaringene med å skrive brev. Daniel formidlet det på en levende måte:

*D: Ja, eh, og det var jo et fryktelig langt brev. Og jeg brukte jeg vet ikke hvor mange timer på det brevet, (ler), og, eh, jeg var så spent når jeg skulle møte den familien som jeg hadde skrevet dette brevet til første gangen. Og veldig nervøs og, og eh, litt forlegen også, for jeg synes det var litt sånn intimt, å skrive til en familie, jeg hadde aldri gjort det før. (4-6)*

I underkategori 4.2.2 satte Daniel det intime ved å skrive brev i sammenheng med relasjonsbyggingen. Her setter han det i sammenheng med den nervøsiteten og forlegenheten han kjente med å skrive til en familie for første gang. Han fortsatte:

*D: Eh, og hvordan de hadde opplevd det. [..] og når jeg da spurte de, jeg prøvde vel å, sikkert å skjule min, enorme spenning knyttet til det her da, men, men da jeg spurte de, ja hvordan var det, var det å få dette brevet da og sånt, så fikk jeg altså en respons som var, helt som et skuldertrekk, ikke sant, det, nei jo det var greit liksom. Og så begynte de å snakke om noe som de var veldig opptatt av da, som de hadde opplevd i det siste, ikke sant, og der satt jeg igjen med en følelse av at du verden, her har jeg jobbet og jobbet og jobbet med dette og- (4-6)*

Daniel forteller her hvordan hans enorme spenning knyttet til brevet ble til et antiklimaks da familien reagerte med et «skuldertrekk», før de beveget seg videre. Jeg vurderte at Daniels historie samsvarte med de opplevelsene av sårbarhet som de andre informantene hadde

vært inne på. Daniel ga også uttrykk for en forståelse for at det er opp til klienten hva brevet kan brukes til, og om det er nyttig for dem (4-6), noe jeg gjenga i underkategori 4-2-2.

Jeg opplevde at funnene i denne underkategorien hadde en sammenheng med Hovedkategori 4-3, og at disse følelsene kom som en følge av terapeutens reposisjonering og endring av maktbalansen i terapirommet. Birger hadde en tilsvarende refleksjon når jeg spurte ham om hvorfor han hadde meldt seg som informant:

*B: Eneste måten å bli god på er å dele arbeidet vårt. Og det er jo en øvelse både i å tørre å dele arbeidet sitt, enten ved å ta folk med i samtaler, eller dele brev som jeg har skrevet. For det er jo litt sånn humbling altså, litt, det er litt skummelt å skulle vise en tekst du har skrevet til folk. (2-2)*

I Birgers resonnement er det å delta i forskning en annen måte å «dele arbeidet sitt» på. Han sier og at det er både skummelt og «humbling» å vise noe som du har skrevet, til andre mennesker. Dette er ifølge Birger den eneste måten du kan bli god på.

#### **4.6.3 Underkategori: Glede og mestringsfølelse**

Flere av informantene snakket om hvordan det å skrive brev fremkalte gode følelser hos dem. Birger ga uttrykk for hvor mye han gledet seg til å vise det endelige brevet til klienten (2-4). På spørsmål om hvilken effekt brevene hadde på henne, ga Carina også uttrykk for dette. Hun fortalte:

*C: Ehm, det gir en veldig sånn kreativ glede og sånn, boost å skrive de, det er gøy og.. det, det er inspirerende. (3-5)*

Carina satte følelsen i sammenheng med det å være kreativ, og at dette var med på å gi henne en «boost». Anna beskrev også at praksisen var med på å vekke følelser hos både henne og ungdommen (1-7). Birger fortalte om et barnlig engasjement:

*B: [...] Men jeg blir glad av å gjøre det. Jeg blir veldig inspirert. Og jeg løper jo rundt i gangene her og deler, du, les dette her og se hva du synes. Du vet sånn som du gjorde i fjerde klasse.*

*J: (ler)*

*B: Du vet du har, du vet du har skrevet noe dritbra, og så sier du sånn jeg vet ikke om jeg synes dette er så bra kan ikke du vurdere det. Bare sånn, yes! (2-3)*

I Birgers resonnement, som jeg opplevde var formidlet med humor, er det også synlig et stort engasjement. Jeg vurderte og at det å få gode tilbakemeldinger fra kollegaene var med på å gi ham energi.

## 5 Drøfting av funn

I dette kapitlet vil jeg diskutere funnene i analysene sett opp mot relevant teori. Basert på funnene i analysen, har jeg valgt ut tre tema for drøfting:

- Informantenes tanker om makt i det terapeutiske samarbeidet
- Å koble klienten på prosessen
- Å gjøre den profesjonelle transparent

Jeg vil først presentere rammene for hvordan jeg vil drøfte ut ifra teori i en induktiv studie. For hvert av temaene vil jeg begynne med å begrunne hvorfor jeg valgte å vektlegge akkurat dette temaet. Jeg har valgt å drøfte empirien ut fra begreper om makt fra Michel Foucault, og dialogisme slik det ble beskrevet av Mikhail Bakhtin. Jeg vil videre argumentere for hvordan terapeutene kjenner på en form for ubehag blant annet ved å gi fra seg makt, og hvordan dette kan betraktes som viktig informasjon i prosessen. Til dette vil jeg bruke begrep hentet fra Tom Andersens arbeid.

### 5.1 Rammer for drøfting

Hvordan funn blir presentert og bearbeidet, er avhengig av konteksten for arbeidet. I de fleste disipliner vil utarbeidelsen av en drøfting være ulik basert på om sluttresultatet skal bli en bok, eller en akademisk oppgave. Det viktigste ifølge Charmaz, er at sluttresultatet blir skrevet «*in relation to your grounded theory*» (Charmaz, 2014, s. 305). Jeg forstår Charmaz sitt utsagn som at jeg må la mine informanters utsagn, og min forståelse av disse, være det utslagsgivende når jeg skal drøfte funnene fra analysen.



Jeg har valgt å la problemstillingen bli besvart av funnene, for så å forankre diskusjonen rundt funnene i et teoretisk rammeverk. Et slikt rammeverk kan i utgangspunktet indikere en deduktiv logikk for oppgaven, noe som ikke ville være forenelig med forskningsdesignet jeg har beskrevet. Et teoretisk rammeverk kan imidlertid også brukes til å raffinere, utvide, utfordre eller bygge videre på eksisterende konsepter (Charmaz, 2014, s. 310). Jeg har tidligere i oppgaven redegjort for et teoretisk utgangspunkt for narrativ terapi, for å sette studien i en kontekst. I dette kapitlet ønsker jeg å supplere utgangspunktet med et teorigrunnlag som jeg opplever samsvarer med oppgavens empiri.

## **5.2 Informantenes forhold til makt i det terapeutiske samarbeidet**

Empirien viste gjennomgående hvordan informantene tematiserte maktaspektet i sin begrunnelse for praksis. Det kunne for eksempel være i forbindelse med grad av ledelse de tok i den terapeutiske prosessen (4.2.1), eller hvordan de benyttet brevene til å få klienten i en handlende posisjon (4.3.1). Informantene tematiserte makt eksplisitt og implisitt i funnene (4.3.2).

Informantene belyste hvordan de opplevde at brevene bidro til å styrke den terapeutiske relasjonen (4.4), noe jeg forsto som en konsekvens av maktforskyvninger. I tillegg hadde informantene egne historier om å jobbe ved arbeidssteder eller etter metoder som de ikke lenger sto inne for, og som jeg vurderte kunne betegnes som maktmisbruk (4.1.1).

Etttersom jeg vurderer makt som et sentralt begrep i empirien, er det naturlig at jeg definerer hvordan jeg forstår maktbegrepet. Makt kan forstås som noe som skapes i samspill mellom forhold av politisk, strukturell, mellommenneskelig og intrapsykisk art (Heyerdahl-Larsen, Popova og Obilie, 2014, s. 125). Med andre ord finnes makt i alle nivåer i samfunnet. Sånn sett forstås ikke makt som noe en har eller ikke har. Det finnes et maktaspekt i alle relasjoner. Dette aspektet kan ta ulike former, og det kan være tilslørt eller åpenlyst (Askeland, 2011, s. 29).

Terapi kan sies å berøre alle disse maktdimensjonene. Som jeg nevnte i kapittel 1.2 har den globale pandemien ført til en oppblomstring av henvendelser til lavterskeltjenester for psykisk helse. Parallelt med dette nedsatte regjeringen den norske regjeringen en ekspertgruppe for å utrede konsekvensene pandemien har hatt på befolkningens psykiske

helse (Regjeringen, 2021, s. 3). I et intervju med VG forklarte ekspertgruppens leder, Peder Kjøs, at det var «det er et skille mellom å ha redusert livskvalitet, og å ha psykisk uhelse» (Ask Hütt og Vik, 2021). Et individuelt fenomen som psykisk helse eller uhelse, kan dermed bli gjenstand for politiske føringer. Ettersom politiske føringer også henger sammen med strukturelle forhold, forplanter makten seg til for eksempel hvilke terapiformer som blir dekket av det offentlige.

En terapeutisk relasjon vil alltid være asymmetrisk. Klienten behøver noe fra den profesjonelle. Klienten kan av mange grunner være i en svakere posisjon, og de er avhengig av tilliten og relasjonen de har til den profesjonelle. Den profesjonelle kan sies å ha definisjonsmakt (Jensen og Ulleberg, 2011, s. 199). Til tross for at psykoterapi generelt og familierapi spesielt, kan betraktes som en maktpraksis, så er makt ifølge Jensen (2019, s. 80) lite tematisert i psykoterapeutisk faglitteratur.

White mente at når klienter kom i terapi, ville de ha med seg sine særlige begreper, forståelsesrammer og historier. Disse utøver en egen definisjonsmakt over klientens liv, og det var denne makten narrativ praksis interesserte seg mest for (White, 2006, s. 10). En måte denne makten kunne forstås å forme klientens liv på, var gjennom diskurser.

Diskursbegrepet forutsetter den sosialkonstruksjonistiske (3.1.2) oppfatningen om språket som formende for hvordan vi forstår verden og det sosiale liv. Språket avspeiler ikke bare det vi opplever som virkelig, men det er også aktivt med på å forme den virkeligheten (Øfsti, 2010, s. 18). Lundby mente at makt bare kan undersøkes i hverdagslivets sosiale praksis, gjennom diskurser (1998, s. 95).

Lundby (2009, s. 26) beskriver hvordan White så til Michel Foucault sin analyse av maktbegrepet, når han skulle underbygge grunnlaget for sin narrative praksis. White begynte derfor å interessere seg for hvordan den profesjonelle diskursive maktutøvelsen bidro til å skape undertrykkende identitetshistorier hos klientene de profesjonelle skulle hjelpe. Narrativ praksis skulle blottlegge og bryte ned makthierarkiet rundt klienten, ved å nysgjerrig og fordomsfritt undersøke hvilken effekt de maktutøvende stemmer hadde på livene til dem de berørte (White, 2006, s. 11).

Et interessant funn som jeg vurderte konstituerte en begrunnelse for praksis, var informantenes egne yrkeserfaringer med å tidligere ha vært en del av en maktutøvelse de i senere tid opplevde ikke samsvarte med deres verdier (4.1.1). Jeg opplevde at historiene deres hadde ulik valør. Daniel hadde jobbet ved en institusjon der de «sluset» ungdommer. Anna hadde på sin side opplevd at problemfokuset i terapiretningen hun fordypet seg i, var i seg selv problematisk. Erfaringene hadde bidratt til å inspirere informantene til å begynne med narrativ praksis. En annen ting jeg vurderte de hadde til felles, var opplevelsen av ubehag ved disse tidlige erfaringene. Dette vil jeg komme tilbake til under 5.4.

Carina opplevde at overgangen til narrativ praksis ga «makten tilbake til klienten» (4.1.2), og flere av informantene beskrev overgangen som et formativt øyeblikk for dem. Jeg valgte å betegne det som et «vanskilleøyeblikk». I funnene om informantenes holdning til rollen (4.2) som terapeut er også endringen i maktforholdet synlig. Informantene beskrev terapiforløpet som en saktegående prosess, der Birger benyttet begrepet «arkeologi» om arbeidet om det forsiktige arbeidet som ble gjort (4.2.1).

Daniel forklarte om hvordan han la ned et grundig arbeid i brevene han skrev, der han ønsket å være tro mot klientenes formuleringer. Han begrunnet valget med en tillit til at klientene var kompetente og at det var ingenting de «behøvde å lære» (4.2.2). I måten informantene fremstiller sine holdninger til sitt terapeutiske virke, opplever jeg en stor endring fra praksis beskrevet innledningsvis av informantene (4.1.1.). I deres fremstilling er det ikke opp til terapeuten å avgrense terapiens formål og mening, og det er heller ikke terapeutens rolle å lære dem noe annet.

Daniel introduserte meg for begrepet «å møte klienten som den foretrukne utgaven av seg selv» (4.2.2). Daniels resonnement ga meg assosiasjoner til Epston og White (1990, s. 15) som argumenterte for at mennesker var rike i livserfaring, men at bare en brøkdel av den livserfaringen kunne være *storied*, tilgjengelig i form av historier, til enhver tid. All den livserfaringen som unngåelig faller utenfor de dominerende historiene, kunne utgjøre en kilde for generering og re-generering av alternative historier.

Det kan argumenteres for at informantenes holdninger var med å danne grunnlag for et terapeutisk samarbeid der disse historiene kunne utforskes. Carina fortalte hvordan hun

brukte brevene til å skape et rom der klienten kunne reflektere over hvem han eller hun var (4.2.1). Samtidig anerkjente hun at ved å skrive brev kunne hun selv bli en del av den maktpraksisen hun hadde forsøkt å bryte med (4.2.3).

Der makt vanligvis fremstilles som et middel for undertrykkelse, argumenterte Foucault for at mennesker i hovedsak opplever de «positive» og skapende effektene av makten (Epston & White, 1990, s. 19). Det positive ses i denne forstand på ikke som velmenende. Som en motsats til den undertrykkende makten som begrenser menneskers liv, er den positive makten med på å organisere menneskers liv (Lundby, 1998, s. 94). White (2006, s. 83) utdyper hvordan makt utøves ved å henwise til visse former for viten, og at denne viten benyttes til å konstruere visse sannheter. Makten utformes dermed til å føre til bestemte «korrekte» resultater; eksempelvis et liv som betraktes som «fullbyrdet» eller «frigjort».

White mente denne makten som utøves nedenfra var spesielt relevant i den terapeutiske konteksten. Han tok derfor til orde for at sannhetene kunne dekonstrueres gjennom samtaler, slik at klienter bedre kunne ta stilling til i hvor høy grad disse maktpraksisene formet deres egne og andre menneskers liv (White, 2006, s. 85). Det kan påstås at terapeutenes målbevisste forsøk på å posisjonere seg utenfor den tradisjonelle profesjonelle diskursens definisjonsmakt, vil kunne gjøre det lettere for klientene å ta stilling til disse maktpraksisene.

Ifølge Holmgren (2010, s. 57) la Foucault vekt på at makt aldri kunne være total. Makt kunne bare forekomme fordi det samtidig var motmakt som gikk imot dominansen, om ikke annet så i holdning. Det kan bare være motmakt der det samtidig er frihet. Et sentralt moment i en terapeutisk praksis basert på disse ideene, kan derfor være å sette søkelyset på de situasjonene der den dominerende maktfortellingen ikke er gjeldende. Ut fra Foucaults resonnement trekker Holmgren konklusjonen om at «der det er problemer, er det alltid motstand mot problemer», og mener at denne motstanden mot problemene bør interessere profesjonelle hjelpere (Holmgren, 2010, s. 112). En måte den kan utforskes, er ved å dekonstruere diskursene mennesker tar del i.

Jeg opplevde at terapeutene gjorde et grunnarbeid der de posisjonerte seg i et landskap der de kunne fremstå mer som en nysgjerrig samtalepartner enn en profesjonsutøver (4.2.1). Jeg

opplevde og at denne grunnposisjonen var forankret i deres egne erfaringer (4.1.1), samt grunnforståelsen av makt fra narrativ praksis. Samtidig ga ingen av informantene uttrykk for at denne bevisste posisjoneringen, ble tematisert direkte til klientene. Jeg vurderer at dette kan være problematisk.

White tok høyde for at makten ikke bare spilte en rolle i organiseringen av menneskers liv, men at den og hadde en tilstedeværelse i relasjonen mellom klient og terapeut. Ifølge Ilic (2017, s. 111) så White på den terapeutiske relasjonen som en toveisprosess som gjensidig påvirket partene. Virkeligheten i rommet ble skapt gjennom relasjoner, og tilskrevet mening gjennom språket. Når terapeuten endrer forutsetningen i et samarbeid, for eksempel ved å skrive brev, så kan det argumenteres for at de også burde forklare klientene om hvorfor de gjør det, og hva endringen av kontekst innebærer for dem.

Det kan diskuteres hvorvidt informantene alltid klarte å bevare et refleksivt forhold til makten. I kategori 4.5.2 forteller flere av informantene om hvordan de legger frem det de har fått ut av samtalen i brev, etterfulgt av «men jeg kan ta feil» som et suffiks på resonnementet. Jeg savnet at informantene i større grad problematiserte hvor vanskelig det kan være for noen klienter å være uenig med terapeuten i hva som er viktig. Daniel fortalte hvordan han begynte en ny samtale, ved å lese opp brevet fra sist gang.

Selv om det kan finnes gode argumenter for en slik måte å arbeide på, kan man og risikere å sette klienten i en posisjon der de må ta stilling til et brev som ikke ga gjenklang. Dette kan være skadelig for den terapeutiske relasjonen. Jeg drar en assosiasjon til Pyles funn (gjengitt i 2.3), om hvordan brev kunne komplisere prosessen til klienten. Dette er elementer ved praksisen som funnene ikke gjenspeiler refleksjoner på.

Dette kan ha flere årsakssammenhenger. Jeg som forsker kan eksempelvis ha stilt feil spørsmål, eller ikke vektet de riktige delene av empirien i analysearbeidet. Jeg kan derfor ikke påstå at mine informanter ikke har gjort seg tanker om disse temaene. Samtidig sitter jeg med en opplevelse av at en narrativ brevpraksis inneholder mange av denne typen dilemmaer. Dette krever at praksisutøveren er bevisst sitt etiske ansvar og sin maktutøvelse. Jeg opplever ikke at denne refleksiviteten gjenspeiles i litteraturen som finnes om narrative brev på nåværende tidspunkt. Dette er problemstillinger som jeg vurderer kan være

utslagsgivende for om et terapeutisk samarbeid lykkes eller ikke. Blant profesjonsutøvere som arbeider med narrative brev bør slike problemstillinger bli drøftet hyppig, for å holde en god etisk bevissthet på disse temaene.

Jeg kan heller ikke argumentere for at klientene utelukkende befinner i en avmaktsposisjon. Jeg har argumentert for at relasjonen mellom klient og terapeut er asymmetrisk, men å hevde at klienten utelukkende prisgitt en reflektert og etisk terapeut for at samarbeidet skal lykkes, blir en reduksjonistisk fremstilling. Vi kan legge til grunn at ingen menneskemøter skjer fri for forforståelse. Som Tom Andersen skrev, når vi starter et terapeutisk møte har vi egentlig startet det lang tid i forveien (2011, s. 93). Forskjellen, som mine informanter presiserer, er at de forsøker å gjøre sin forforståelse tilgjengelig for klientene. Dette fremstår som en gjennomgående hovedbegrunnelse for praksis. Som Birger sa: «please, forklar meg» (4.5.2). Det kan hevdes at klienten, gjennom brevene, får en innfallsvinkel til å korrigere forståelsen. Terapeutens oppgave vil i så måte være å gjøre relasjonen trygg nok til at klienten kan gjøre dette. Én måte dette kan gjøres på, er ved å koble klienten på prosessen som en aktør.

### 5.3 Å koble klienten på prosessen

En begrunnelse for praksis som gikk igjen, og som jeg opplevde synliggjorde brevenes betydning i samarbeidet, var ønsket om å koble klienten på arbeidet i terapirommet. Birger beskrev for eksempel hvordan noen brev hadde til formål å «vekke noen» (4.3.1). Han fortsatte resonnetet med hvordan brevene kunne gi klienten «et mer bevisst forhold til det vi holder på med» (4.3.1). Birger beskrev også hvordan klientene til stadig kunne ta et brev frem for en ny gjennomlesing (2.3). Det kan argumenteres for at dette arbeidet allerede begynte med terapeutens holdning til samarbeid, der klientens kompetanse ble lagt til grunn (4.2.2).

Samtidig vurderte jeg at et lå en form for strategisk tenking bak hvordan terapeutene tilrettela for at de alternative historiene kunne komme frem, og hvordan de kunne påvirke klienten i retning av ny forståelse eller handling. I bearbeidingen av analysen opplevde jeg etter hvert at mange av utsagnene omhandlet hvordan terapeutene posisjonerte seg i

terapirommet (se 3.4.6). Posisjoneringsbegrepet, slik det ble beskrevet av Harré og Davies (1990), vurderte jeg som en måte å forstå hvordan terapeutenes konkrete handlinger, og hvordan det påvirket maktdimensjonen.

Harré og Davies (1990, s. 46) mente at diskursers kraft til å konstituere virkeligheten hadde sammenheng med hvordan en diskurs tildelte individer handlingsposisjoner. Når et individ først hadde inntatt en posisjon, ville vedkommende kun være i stand til å se verden fra den posisjonen, med dens bilder, metaforer, historier, konsepter og rettigheter. Syrstad (2020, s. 30) viste i sin avhandling hvordan barnevernets maktposisjon kunne sette foreldre som hadde blitt fratatt omsorgen for barn, i det foreldrene opplevde som avmaktsposisjoner. En konsekvens av dette var at det ble utfordrende for terapeuter å posisjonere seg som ikke-eksperter når foreldrene ikke ville innta en posisjon som eksperter på egne liv. Denne posisjonen hadde avmaktsposisjonen til foreldrene utelukket dem fra. Posisjonen som ekspert i eget liv var ikke diskursivt tilgjengelig.

Fire prosesser spiller en rolle i hvordan et individ fortolker sin posisjon (Davies og Harre, 1990, s. 47). Den første er lærdommen om kategorier som inkluderer noen og ekskluderer andre, for eksempel kvinne/mann. Den neste er å delta i ulike diskursive praksiser som tillegger mening til disse kategoriene. Dette inkluderer historiene som utdyper de ulike kategoriens mulige posisjoner, eksempelvis mannen som forsørger av familien. Den tredje er å posisjonere seg selv innenfor de ulike kategoriene; «jeg forsørger familien og utfører derfor min plikt som mann». Den siste er en anerkjennelse av å inneha de karakteristikkene som gjør at man tilhører en kategori. Denne anerkjennelsen involverer en emosjonell tilknytning og organisering av et handlingsrom rundt tilhørigheten, eksempelvis «som mann er det min plikt å være frisk nok til å kunne tjene penger for å forsørge familien min».

I en terapeutisk kontekst kan dette være relevant med tanke på klienters opplevelse av sine utfordringer og hvilket handlingsrom de har til å løse dem. Det kan også være med på å gi en forståelse av samspillet mellom terapeut og klient. Mennesker tar eller blir tildelt posisjoner gjennom mange implisitte og eksplisitte forutgående hendelser (Harré, et. al., 2009).

Hvordan diskursen klienten er en del av i samfunnet, og klienten selv, ser på det å være en klient, kan være med på påvirke samspillet.

I min bruk av posisjoneringsbegrepet i denne diskusjonen, legger jeg til grunn flere ting. En klient vil komme til terapi med sine egne kart, tolkninger og historier, og dette er med på å skape virkeligheten til klienten (2.1). Klientens opplevelse av å ha problemer som trenger terapi, bidrar til den diskursive kraften. For en mannlig klient kan for eksempel det å søke terapi stride mot tanken om at mannen skal være frisk og forsørge familien sin. Man kan tenke seg at en slik som kommer til terapi, vil oppleve at hans vante posisjon er truet. Han kan også oppleve å allerede ha måttet forlate sin vante posisjon, og er i en uvant situasjon der han har mindre definisjonsmakt enn tidligere. Jeg vil argumentere for at klientene mine informanter snakket om, kan forstås ut fra dette perspektivet.

Daniel fortalte at han brukte brev til å kontinuerlig invitere klienten til å sette ord på sin forståelse, sin kunnskap og sine ønsker (4.3.1). Begrunnelsen hans var som nevnt tidligere at klienten skulle bli møtt som «den foretrukne utgaven av seg selv» (4.4.2). Ved å gjøre dette, vurderer jeg at Daniel en binding, enten til den klienten var før, eller til den klienten ønsker å være. Jeg betraktet dette som posisjoneringsarbeid, der Daniel benytter den delen av klientens livserfaring som ikke er *storied*, til å finne klientens foretrukne posisjon.

Parallelt med dette reposisjonerte terapeuten seg. Anna definerte det som å bli en «motpol» til problemet, mens Daniel brukte begrepet «å være på samme lag» mot problemet (4.3.2). I tillegg ble problemet satt under lupe. Birger beskrev hvordan nysgjerrigheten og spørsmål kunne bidra til å ta vekk «den tunge vekten et problem du forventer et problem skal ha» (4.3.2). Resonnementet kan forstås som at terapeuten utforsker og utfordrer problemets diskursive makt over klienten. Terapeutene kan sies å ha beveget seg ut av den profesjonelle diskursen (5.2).

Akkurat som klientens situasjon og problem har diskursiv makt over klienten, har den profesjonelle også det. Klienten vil forvente at terapeuten lager rammene, og innehar en kompetanse som klienten tenker han eller hun ikke har. Daniel betegnet hvordan brevskrivningen bidro til å «snu bordet», slik at det ikke var fagpersonens ekspertise som sto i sentrum (5.3.2), og i stedet spørre hva som var viktig for klienten.

Slik jeg så det var skriftliggjøringen med på å konkretisere maktoverføringen fra terapeut til klient i samarbeidene. Birger snakket om hvordan han i brevene alltid ønsket å snakke



direkte til den det handlet om, og få til en dialog (5.3.1), noe jeg kodet som viktig for å øke klientens handlingsrom. Jeg vurderte at skriftliggjøringen ga klienten nødvendig informasjon for å kunne handle ut ifra den nye posisjonen. Ikke minst var dette informasjon om hva terapeuten tenkte. Daniel fortalte om klienter som tidligere lurte på hva behandleren egentlig tenkte, og hadde satt pris på at han hadde delt (4.4.2). Jeg vurderer at dette er med på å underbygge tekstens innflytelse på samarbeidet.

Hvorfor skriftliggjøringen var så viktig for å koble klienten på, kan forklares ved hjelp av begrepene til Mikhail Bakhtin. Et vesentlig aspekt av Bakhtins tenkning, var at alle tekster, både skrevne og muntlige, er et resultat av kontinuerlig samskapning mellom indre og ytre stemmer (Wertsch 1991, s. 49).

Bakhtin insisterte på at mening måtte betraktes som et fenomen med en tidsmessig dimensjon. Måten for eksempel skreven kommunikasjon ble tillagt mening på, måtte ses i lys ikke bare av forfatterens utgangspunkt, men også mottagerens omstendigheter og meningshorisont på tidspunktet teksten leses på (Lock og Strong, 2009, s. 91). Dette kan hjelpe med å forstå hvordan Daniels klienter hadde lest brev med helt nye øyne flere år etter de ble sendt (4.2.2).

Med alle de forskjellige måtene ord kan bli benyttet og forstått på, hevdet Bakhtin at det ikke gikk an å kontrollere hvilken mening andre tillegger vårt tiltenkte meningsbudskap. Han omtalte denne meningen som sto utenfor individuell kontroll, som *heteroglossia*. I dette begrepet ligger det at ordene vi bruker, selv innenfor samme språk og sosiolekt, alltid vil tillegges en individuell meningsdimensjon. Ettersom vi bringer ulike historier tilknyttet ethvert ord eller symbol vi benytter, vil vi møte på en utfordring i vår av dem i kommunikasjon med andre mennesker (Lock og Strong, 2009, s. 92).

Hvordan disse historiene vektes i hvert individ, hadde ifølge Bakhtin sammenheng med begrepet *polyfoni*. Med polyfoni menes de flere stemmene som er representert i enhver persons indre dialog. Det kan derfor antas at vi til enhver samtale bringer med oss en polyfoni av indre stemmer som vi har eller som vi har hatt, og at disse dialogene påvirker hva vi forstår og hvordan vi blir forstått (Lock og Strong, 2009, s. 94).

Begrepet *dialogisme* ble utledet av Bakhtins opplevelse av forfattere som han leste, som «snakket» til ham. Ut ifra disse dialogene som et individ har med et stykke kommunikasjon, uavhengig av format, blir kommunikasjonen tillagt mening (Lock og Strong, 2009, s. 93). En person kan på ulike tidspunkt reflektere over minnet om en terapeutisk samtale, og gå inn i ulike dialoger med seg selv basert på hva det minnet vekket. Basert på individets meningshorisont på tidspunktet for tolkning, kan et slikt minne endre mening over tid. Jeg vurderte at brevene til informantene konkretiserte dette minnet. Daniel omtalte den tradisjonelle journalskrivingspraksisen, som at «den som trenger ordene fra samtalen, ikke får de med seg» (4.5.3).

I følge Wertsch (1991, s. 74) påvirker polyfonien også hvordan vi oppfatter tekst. Med et perspektiv fra Bakhtin på flerstemtheten, vil essensen av enhver teksts funksjon være den av det Wertsch omtaler som et «thinking device», som er med på å danne nye meninger og nye indre dialoger for hver gjennomlesing. Dette synet på tekstens innflytelse gjennom de stadige dialogene en person kan innlede til dem, setter jeg i sammenheng med den tidsmessige dimensjon i narrativ praksis (Epston og White, 1990, s. 3).

Jeg vurderte at terapeutenes brev hadde funksjon som et «thinking device» for klientene. Carina beskrev hvordan hun skrev ting i brev som hun opplevde var vanskelig å uttrykke i en muntlig samtale, for så at klientene kunne reflektere over det og velge hva de ville ta med videre (5.3.2).

Å bruke brev til å bidra til en klient sin indre dialog, bringer også med seg et maktspekt. Det å vekke én stemme over en annen kan betraktes mer som en makthandling enn utelukkende et spørsmål om hvilken stemme som gir den mest korrekte virkelighetsbeskrivelsen (Sundet, 2009, s. 87). Hvilken stemme man velger å lytte til i en indre dialog kan gjenspeile de ytre maktforholdene rundt personen som har dialogen. Det kan argumenteres for at klientene derfor kan være mer tilbøyelig til å følge terapeutenes forslag enn sine egne, til tross for posisjoneringsarbeidet som terapeutene har gjort i samarbeidet.

Her vil jeg igjen unngå en reduksjonistisk fremstilling av klienten. Daniel tenkte ikke at «klienten skal behøve å få alle de gode ideene selv. Det er et samarbeid». (4.3.1). Selv om det kan argumenteres for at terapeutene utøver makt for å repositionere klienten, vil jeg

også legge til grunn at de anerkjenner klienten som kompetent til å velge hvilken stemme som bør vektes. Hvordan klienten velger å benytte brevene, er som Daniel sa, ikke opp til ham (4.4.2).

Informantene ga også uttrykk for at de kunne benytte brevene for å ta vare på det de vurderte som meningsfylt fra samtale til samtale (4.5.2). Flere av informantene fortalte om hvordan de benyttet brevene som basis for neste samtale. Selv om en slik praksis kan være velbegrunnet og være klienten til gode, vurderer jeg at terapeutene også risikerer at deres forståelser og stemmer blir det dominerende i samarbeidet. En slik arbeidsmetode ville jeg derfor tenkt det var viktig å evaluere sammen med klienten, og reflektere over i veiledning.

#### 5.4 Å gjøre den profesjonelle transparent

Det siste temaet jeg ønsker å løfte i drøftingen, er hvordan terapeutenes praksis er med på å gjøre den profesjonelle transparent for sine klienter. Jeg har tidligere i drøftingen argumentert for hvordan terapeutenes praksis var begrunnet i deres syn på makt, og hvordan terapeutene selv utøvde makt for å sette klienten i en aktørposisjon. Jeg har i tillegg belyst hvordan informantene vurderer tekstens mulige innflytelse på dette. Dette temaet vil sette søkelys på hva denne praksisen kommer på bekostning av for terapeutene.

Noe av bakgrunnen for dette prosjektet, var mitt ønske om å forstå den effekten det å skrive brev hadde hatt på meg som fagperson. Jeg opplevde at det gjorde meg sårbar, og jeg var interessert i mine informanternes opplevelser med disse følelsene. Som Carina beskrev det: «du kunne sluppet mye billigere unna» ved å ikke skrive brev (4.6.2). Daniel beskrev en nervøsitert og en forlegenhet da han begynte å skrive brev til sine klienter, mens Birger omtalte det som «humbling» (4.6.2).

Det kan forstås som at informantene beskriver en form for ubehag knyttet til det å skrive brev til klientene sine. Jeg har valgt å forstå dette ubehaget ut slik det ble beskrevet av Tom Andersen. Andersen var i stor grad inspirert av arbeidet til Bakhtin (Reichelt, 2007), og skrev om de «sosiale stemmene» til bruk overfor ulike mennesker i forskjellige sammenhenger (2002, s. 319). De ytre sosiale stemmene står i et intimt forhold til de indre stemmene, og de indre stemmene deltar uoppholdelig i hvert menneskes indre samtaler. For Andersen var disse indre samtalene det samme som å tenke. Andersen ga uttrykk for at han mente at

språket hadde en «forheksende» formativ kraft, som var så stor at den kunne forme forstanden, og forandre ens grunnleggende tro (Andersen, 2011, s. 93).

I Andersens arbeid kom flerstemtheten til syne gjennom at alle hadde rett til å uttrykke seg, og at det pasienten, familien og nettverket hadde på hjertet skulle danne agendaen for samtalen (Johnsen og Wie Torsteinsson, 2010, s. 159). Ifølge Rober (2005, s. 392) vendte Andersen etter hvert også fokuset mot terapeutens flerstemthet, og det han omtalte som indre dialog. Da Andersen introduserte konseptet «reflekterende team», der han ga klientene direkte tilgang til terapeutenes refleksjoner, ble det gjort med en tanke om at disse resonnementene kunne være til nytte for klientene. Etter hvert gjorde han seg erfaringer på at refleksjonene var mer nyttige om terapeutene snakket mindre og lyttet mer, og det ble en målsetning om å holde terapeutenes egne erfaringer og historier på avstand (Andersen, 2006, s.39).

Andersen (2006, s. 33) mente at følelser av ubehag og tvil hadde vært til verdifull hjelp i utviklingen av det reflekterende teamet. Han definerte ubehaget som «det vi kjenner i kroppen når vi erfarer andres reaksjon på hva vi gjør». Tvilens plass mente Andersen var som en påminnelse om at det man gjør, alltid kan gjøres annerledes.

Andersens resonnement kan forstås på flere måter. Hvis en klient viser følelser etter vi har stilt et spørsmål, kan det tenkes å vekke et ubehag. Hvis en klient er uenig i vår tolkning og samtalen lukker seg, kan det også tenkes å vekke et ubehag. Med bakgrunn i funnene fra kategori 4.1.1, vurderer jeg at ubehag kan stamme fra å utøve makt på en måte som oppleves i strid med våre verdier.

Det kan argumenteres for at terapeutene tilgjengeliggjør sin indre dialog for klientene gjennom brevene, dog på en annerledes måte enn Andersen. Daniel beskrev «intimiteten og ærligheten i det å skrive brev» som de virkningsfulle komponentene i praksisen (4.4.2). Han fortalte i tillegg at han benyttet brevene for å åpne opp om «relevans for eget liv» (4.3.3). Carina brukte brevene som fora til å gi tilbake hva som gjorde inntrykk på henne i samtalen (4.3.3). Disse handlingene vurderte jeg bidro til å ytterligere utjevne maktbalansen i terapirommet, og gå utenfor en profesjonell diskursiv maktutøvelse. Det at terapeuten kunne benytte brevene til å bli personlig, vurderte jeg også bidro til å gjøre dem sårbare.

Jeg vurderte at samtlige informanter hadde gjort seg erfaringer med brev som en mer virkningsfull måte å nå inn til klienter på, enn samtaler. Dette var deres foretrukne måte å koble klienten på det de holdt på med. Samtidig medfører denne fremgangsmåten et ubehag. Der Andersen definerte ubehaget som å kjenne hvordan handlingene våre påvirker andre mennesker, så vurderte jeg at dette ubehaget var beslektet.

Handlingene til de brevskrivende terapeutene var å vise kortene sine. Med å putte sine tanker i tekst, risikerte de å bomme. De risikerte også, som Daniel illustrerte (4.6.2) å bli avvist med et skuldertrekk, noe jeg ville anta i hvert fall skapte ubehag.

Jeg velger å tolke ubehaget som verdifull informasjon for terapeutene. Ubegaget informantene beskrev i forbindelse med sårbarhet, kan tolkes både i sammenheng med tap av posisjon, og tap av makt. Ubegaget forutsetter også at posisjonen, for eksempel som den som kan hjelpe klienten, er viktig for terapeuten. Makt kan i denne sammenheng forstås som en foretrukket måte å hjelpe klienten på. Når en terapeut velger å skrive ned og gi fra seg sine betraktninger skjer det noe med disse faktorene. Klienten kan for eksempel komme til den slutning at denne terapeuten ikke kan hjelpe meg allikevel. Makt blir overført fra den personen i rommet som tradisjonelt sett har mest makt i en terapeutisk kontekst.

Jeg vil hevde at hadde ikke dette hatt en omkostning for terapeutene, hadde det ikke oppstått et ubehag. Terapeutenes transparens kan forstås som en forutsetning for at posisjoneringsarbeidet skal lykkes, noe som er med på å forankre tilnærmingen som en begrunnelse for praksis. Det kan være vesentlig å poengtere at ubegaget ikke fremsto som den sentrale følelsen hos noen av terapeutene. I tillegg til følelser av glede og mestring (4.6.3), fortalte Daniel hvordan han opplevde at brevene førte til at den profesjonelle distansen ble kortere (4.4.2). Ubegaget ved å gjøre seg sårbar, må også ses i sammenheng med hva endringen i praksis hadde ført til for terapeutene. Slik Carina fortalte om det, hadde det blitt «lettere å være hjelper» (4.4.1).

## 6 Avslutning

### 6.1 Oppsummering av funn

Funnene viser at terapeutene i studien begrunner sin praksis med narrative brev, ut fra et maktperspektiv. Å arbeide narrativt og benytte brev overfor klientene, vurderes av terapeutene både å være i tråd med deres verdier og som en virkningsfull faktor i arbeidet. Terapeutenes praksis later til å være påvirket av tidligere erfaringer med en praksis som ikke var i tråd med deres verdier.

Terapeutenes holdninger kan sies å danne et grunnlag for det terapeutiske arbeidet. Terapeutene benytter tekst til å bringe frem de alternative historiene om klientene. Gjennom å tilgjengeliggjøre sin indre dialog i tekstform vurderer jeg at de overfører makt fra seg selv til klienten, for å kunne sette klienten i en større aktørposisjon overfor sine problemer. Teksten fremstår som et sentralt verktøy, og et «thinking device», som bidrar inn i klientens indre dialog over en tidsmessig dimensjon.

Praksisen kommer også med omkostninger, som jeg har valgt å tolke som et ubehag knyttet til at terapeutens selv gjør seg sårbar. Dette ubehaget fremstår også som en nødvendighet for god praksis, og som en naturlig konsekvens av at terapeuter bevisst praktiserer på en måte som fører til tap av makt i den terapeutiske settingen. Praksisen kan også sies å være med på å styrke klientens makt.

Jeg har problematisert om terapeutene har et refleksivt forhold til maktutøvelsen i praksisen i alle sammenhenger den opptrer, og pekt på behovet for å praktisere under veiledning, og at det kan vurderes å invitere klienten inn i diskusjonen om hvordan terapeuten utøver sin makt ved å skrive.

### 6.2 Svakheter ved studien

Jeg betrakter bredden av analysen som en svakhet ved studiet. Etter å ha gjennomført en analyseprosess to ganger satt jeg igjen med syv hovedkategorier, der jeg vurderte at seks av disse bidro til å besvare oppgavens problemstilling. Jeg er kjent med at større avhandlinger som har benyttet GT design (Jensen, 2008; Holmberg, 2018) endte opp med færre kategorier til tross for en større empiririkdom.

Når det gjelder min empiri er jeg delt. Hadde jeg gjennomført flere intervjuer antar jeg at enkelte av kategoriene hadde utkrystallisert seg som mer signifikante enn andre. Jeg opplevde ikke å være posisjon til å hevde at den ene kategorien var mer gyldig enn den andre ved denne studiens slutt. En måte jeg kunne avgrenset funnene på, hadde vært ved å velge et mindre generelt ord enn *begrunne* i problemstillingen. Selv om dette kunne utelatt enkelte dimensjoner av analysen, kunne det ført til at andre svar ble ytterligere spisset.

En annen svakhet var at studiens intervjuer ikke lot seg gjennomføre fysisk grunnet smittevern. Selv om jeg opplevde at jeg fikk tillit hos informantene og at intervjuene ga rike data, så vurderer jeg at en fysisk intervjusituasjon ville vært bedre. Ikke minst tenker jeg dette dreier seg om at jeg hadde vært bedre posisjonert til å fange opp nonverbale signaler fra informantene i løpet av intervjuet.

### 6.3 Implikasjoner for videre forskning

Med utgangspunkt i funnene ser jeg behov for å forske ytterligere på narrativ brevpraksis. Dette begrunner jeg hovedsakelig i den makten jeg opplever det skriftlige elementet medfører, en makt informantene mine også i stor grad anerkjenner. Jeg opplever at mangelen på en nyere teoretisk ramme for narrativ praksis kan medføre en risiko for dårlig praksis. Flere av informantene i studien fortalte om kollegafelleskap som delte det narrative grunnsynet. Dette kan, etter min oppfatning, være med på å utvikle en etisk og reflektiv brevpraksis. Det krever i så fall basis i nyere forskning. En mulig studie ville vært å forske på brevene, klientene og terapeuten samlet, med tanke på å utvikle en grounded theory. Dette ville og være hensiktsmessig med tanke på hvor lite forskning som har vært på praksisen.

Det er spesielt to kategorier fra analysen som jeg vurderer det hadde vært interessant å videreutvikle. Kategori 4.5.1 ble til som følge av en informants opplevelse av hvordan brevskrivingsprosessen hadde en positiv innvirkning på andre terapeutiske ferdigheter. Denne retningen ble jeg ikke klar over før intervjuene var gjennomført, og er noe jeg gjerne ville snakket med de andre informantene om.

Den andre kategorien jeg kunne tenkt meg å videreutvikle er 4.1.1, som omhandlet terapeutenes tidligere erfaringer. At alle informantene hadde i noen grad opplevd et ubehag gjennom å ta del i en praksis de ikke lenger kunne stå inne for, ga gjenklang fra mine egne

erfaringer. Funnene her fikk meg til å tenke på i hvilken grad opplevelsene fra vår tidlige praksis er med på å styre de valgene vi tar i praksisen vår generelt, og i hvilken grad disse valgene er bevisste.



## 7 Etterord

*Kjære Oline.*

*Når jeg skriver dette til deg, er du ni måneder og ni dager gammel. Du er på hytten med mor, mormor, morfar og tante. Jeg på min side, er hjemme og legger siste hånd på denne masteroppgaven.*

*Da jeg begynte på dette prosjektet for to år siden, kunne jeg aldri forestille meg at jeg kom til å være far innen jeg var ferdig. Jeg kunne heller aldri se for meg at jeg kom til å benytte deler av pappapermisjonen for å komme i mål i tide. Her forleden var du og jeg ute i det fine maiværet, og jeg tok meg selv i å forsvinne dypt inn i et resonnement til denne oppgaven. Det var først når jeg så at du satt i vognen og smilte til meg, at jeg fikk hentet meg inn.*

*Du skjønner, jeg har jobbet med mange familier. Og jeg har en del tanker om hva en far bør være, og jeg har sett hva en tilstedeværende og kjærlig far kan bety for et barn. Det føles derfor ut som jeg skyter meg selv litt i foten. Permisjonen er tiden **vi** har sammen, og den skal ikke brukes på noe annet. Hodet mitt skal ikke være et annet sted. Jeg vil at hodet mitt skal være det eneste stedet jeg vil det skal være i denne utrolige tiden, og det er med i alt det fantastiske som du har bragt inn i livene våre.*

*Hvis du noen gang leser dette, så vil du kanskje så at jeg er glad i faget, og familieterapi har betydd mye for at jeg har blitt den jeg er, både hjemme og på jobb. Men etter du meldte din ankomst, så har det gradvis begynt å bety mindre og mindre. Noe annet, noe større, har tatt plassen. Og ærlig talt, jeg ville ikke hatt det på noen annen måte.*

*Jeg gleder meg til den æren det vil bli å få oppleve verden på nytt gjennom dine øyne, og utforske høyt og lavt sammen med deg. Den reisen begynner nå, med at jeg kan tilbringe resten av permisjonen med deg. Fullt og helt til stede.*

*Akkurat nå er det ingenting jeg vil mer.*

*Kjærlig og stolt hilsen*

*Din pappa*

*Jan Flemming*

## Litteraturliste

- Amundson, J.K. (2001), Why narrative therapy need not fear science and 'other' things. *Journal of Family Therapy*, 23. s. 175-188. doi:10.1111/1467-6427.00177
- Andersen, T. (2006) Reflekterende samtaler; min versjon. I Eliassen, H. & Seikkula, J. (Red.) *Reflekterende prosesser i praksis: Klientsamtaler, veiledning, konsultasjon og forskning*. (s. 33-50) Universitetsforlaget
- Andersen, T. (2002) Et samarbeid, av noen kalt psykoterapi. I Rønnestad, M. H. & von der Lippe, A. (Red.) *Det kliniske intervjuet*. (s. 314-330) Gyldendal Norsk Forlag
- Andersen, T. (2011) Et samarbeid, av noen kalt veiledning. I Rønnestad, M. H. & Reichelt, S. (Red.) *Veiledning i psykoterapeutisk arbeid*. (s. 89-95) Universitetsforlaget
- Ask Hütt, M.O. & Vik, I. (2021, 30.04) Kjøs om studentene: – De har bare en kjedelig hverdag. VG. <https://www.vg.no/nyheter/innenriks/i/OQOwvE/kjoes-om-studentene-de-har-bare-en-kjedelig-hverdag>
- Askeland, G. A. (2011) Teorigrunnlag for kritisk refleksjon. I Askeland, G.A. (Red.) *Kritisk refleksjon i sosialt arbeid* (s. 25-38). Universitetsforlaget.
- Bazaz, R. (2021, 30.04) Ber regjeringen styrke hjelpetelefoner: Fikk 300.000 henvendelser – rakk bare å svare på halvparten. NRK. <https://www.nrk.no/norge/ekspertutvalg-ber-regjeringen-styrke-lavterskeltilbud-innen-psykisk-helse-1.15474878>
- Brinkmann, S. & Kvale, S. (2015) *Det kvalitative forskningsintervju*. (3. utgave) Gyldendal forlag
- Bruner, J. (2004) Life as Narrative. *Social Research* (Vol 71, Fall 2004), s. 691-710. Hentet fra: [https://ewasteschools.pbworks.com/f/Bruner\\_J\\_LifeAsNarrative.pdf](https://ewasteschools.pbworks.com/f/Bruner_J_LifeAsNarrative.pdf)
- Bryant, A. & Charmaz, K. (2007) Grounded Theory in a Historical Perspective: An Epistemological Account. I *The SAGE Handbook of Grounded Theory* (s. 31-57). SAGE Publishing
- Charmaz, K. (2014) *Constructing Grounded Theory* (2<sup>nd</sup> edition). London: SAGE Publishing

Christenson, J.D., & Miller, A.L. (2016) Slowing Down the Conversation: The Use of Letter Writing with Adolescents and Young Adults in Residential Settings. *Contemporary Family Therapy*, 2016(38), s. 23-31. DOI 10.1007/s10591-015-9368-0

Davies, B. & Harré, R. (1990) Positioning: The Discursive Production of Selves. *Journal for The Theory of Social Behaviour*, March 1990, Vol. 20(1), s. 43-63.

<https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.1990.tb00174.x>

Desmond, K., Kindsvatter, A., Stahl, S. & Yanikoski, A. (2013) The Use of Therapeutic Letters in Addressing Parent–Child Attachment Problems. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 21(1). s. 74-79. DOI: 10.1177/1066480712456824

Epston, D. & White, M. (1990) *Narrative means to therapeutic ends*. Norton & Company Inc.

Ertesvåg, F. & Sfrintzeriz, Y. (2021, 21.03) Helsedirektoratet om psykisk helse: Må planlegge for ulike scenarier. VG. <https://www.vg.no/nyheter/innenriks/i/eKqr7K/helsedirektoratet-om-psykisk-helse-maa-planlegge-for-ulike-scenarier>

Fitzpatrick, M. & Kerner, E. (2007) Integrating Writing into Psychotherapy Practice: A Matrix of Change Processes and Structural Dimensions. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*. 44. s. 333-346. DOI: 10.1037/0033-3204.44.3.333

Freed, P.E., Leanders, S., McLaughlin, D.E., SmithBattle, L. & Westhus, N. (2010) "It's the Little Things That Count": The Value in Receiving Therapeutic Letters. *Issues in Mental Health Nursing Volume* 31(4). s. 265-272. DOI 10.3109/01612840903342274

Gergen, K. & Gergen, M. (2005) *Social konstruktion – Ind i samtalen*.

Dansk Psykologisk Forlag

Grammarist. (u.å.) *Watershed moment*. Hentet 21.02.2021 fra

<https://grammarist.com/idiom/watershed-moment/>

Halvorsen, K. (2002) *Forskningsmetode for helse- og sosialfag* (2. utgave).

Cappelens Forlag

Harré, R., Moghaddam, F. M., Pilkerton Cairnie, T., Rothbart, D. & Sabat, S. R. (2009) Recent Advances in Positioning Theory. *Theory & Psychology*, 2009-02, Vol.19 (1), s. 5-31

<https://doi.org/10.1177/0959354308101417>

Heyerdahl-Larsen, J., Obilie, J. & Popova, B. (2014) Å møte ubehaget gjennom kritisk refleksjon. I Ohnstad, A., Rugkåsa, M. & Ylvisaker, S. (Red.), *Ubehaget i sosialt arbeid* (s. 124-140). Gyldendal Norsk Forlag AS

Helsedirektoratet (2017, 25.04) *Familiebasert behandling spesifikt for spiseforstyrrelser bør tilbys til barn og unge med spiseforstyrrelser*. Helsedirektoratet.

<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/spiseforstyrrelser/psykoterapi-for-barn-og-unge-med-spiseforstyrrelser/familiebasert-behandling-spesifikt-for-spiseforstyrrelser-bor-tilbys-til-barn-og-unge-med-spiseforstyrrelser>

Holmberg, Å. (2018) *Making room for spirituality? Family therapists' and clients' perceptions and experiences about spirituality in family therapy*. [Doktorgradsavhandling]. VID Vitenskapelige høyskole

Holmgren, A. (2010) *Terapifortellinger: Narrativ terapi i praksis*. Tapir Akademisk Forlag.

Holten, A. (2016) *Samtaler med seg selv i møte med den andre - En studie av familierapeuters indre dialog*. [Masteroppgave] VID Vitenskapelige høyskole

Jensen, P. (2008) *The Narratives which connect... : a qualitative research approach to the Narratives which connect therapists' personal and private lives to their family therapy practices*. [Doktorgradsavhandling]. VID Vitenskapelige høyskole

Jensen, P. (2019) Resonanskartet i familierapeutisk praksis. I Lorås L. og Ness O. (Red.) *Håndbok i Familierapi*. Fagbokforlaget

Jensen, P. & Ulleberg, I. (2011) *Mellom ordene*. Gyldendal Norsk Forlag

Johnsen, A & Wie Torsteinsson, V. (2012) *Lærebok i familierapi*. Universitetsforlaget

Kelle, U. (2007) The Developments of Categories: Different Approaches in Grounded Theory. I Bryant, A. & Charmaz, K. (red.), *The SAGE Handbook of Grounded Theory* (s. 191-213). SAGE Publishing

Lempert, L. B. (2007) Asking Questions of the Data: Memo Writing in the Grounded Theory Tradition. I Bryant, A. & Charmaz, K. (red.), *The SAGE Handbook of Grounded Theory* (s. 245-264) SAGE Publishing

Lettvin, J.Y., Maturana, H.R., McCulloch, W.S. & Pitts, W. H. (1959) What the Frog's Eye Tells the Frog's Brain. *Proceedings of the IRE 1959*. Hentet fra:  
[https://hearingbrain.org/docs/letvin\\_ieee\\_1959.pdf](https://hearingbrain.org/docs/letvin_ieee_1959.pdf)

Lock, A., & Strong, T. (2010). *Social Constructionism: Sources and Stirrings in Theory and Practice*. Cambridge University Press.

Lorås, L. & Stokkebekk, J. (2019, 03.12) *Sak: Autorisasjon og sertifisering av familieterapeuter*. Norsk forening for Familieterapi.  
<https://www.nfft.no/media/1524/sertifiseringsforslaget2020revidert.pdf>

Lundby, G. (1998) *Historier og terapi: Om narrativer, konstruksjonisme, og nyskriving av historier*. Tano Aschehoug

Lundby, G. (2006) Reflekterende team som hedrende seremoni. I Eliassen, H. & Seikkula, J. (Red) *Reflekterende prosesser i praksis: Klientsamtaler, veiledning, konsultasjon og forskning* (s. 94-112) Universitetsforlaget

Lundby, G. (2009) Narrativ praksis: Ideene bak og Fortellinger om samarbeid.  
I Lundby, G. (Red.) *Terapi som samarbeid: Om Narrativ praksis* (s. 9-101). Pax Forlag

Markussen, I. (2003) I lånte fjær. Fokus på Familien, vol. 32, s. 158-167

Morse, V. (2007) *Sampling in Grounded Theory*. I Bryant, A. & Charmaz, K. (red.), *The SAGE Handbook of Grounded Theory* (s. 229-244). SAGE Publishing

Moules, N.J. (2002). Nursing on paper: therapeutic letters in nursing practice. *Nursing Inquiry*, 9(2), s. 104-113. <http://dx.doi.org/10.11575/PRISM/34824>

Moules, N. J. (2009) Therapeutic Letters in Nursing: Examining the Character and Influence of the Written Word in Clinical Work With Families Experiencing Illness. *Journal of Family Nursing* 15(1). s. 31-49. DOI: 10.1177/1074840709331639

Pyle, N. (2009) Therapeutic Letters as Relationally Responsible Practice. *Journal of Family Nursing* 15(1). s. 65-82. DOI: 10.1177/1074840709331640

Regjeringen (2021, 30.04) *Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemi*. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/livskvalitet-psykisk-helse-og-rusmiddelbruk-under-covid-19-pandemi/id2846714/>

Reichelt, S. (2007) Tom Andersen. *Psykologtidsskriftet*. Hentet fra: <https://psykologtidsskriftet.no/2007/07/tom-andersen>

Rober, P. (2005) Family Therapy as a Dialogue of Living Persons: A Perspective Inspired by Bakhtin, Voloshinov and Shotter. *Journal of Marital and Family Therapy*, vol. 31(4), s. 385-397, <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01578.x>

Signs, T. (2015) The Art of Letter Writing in Medical Family Therapy. *Journal of Family Psychotherapy* 26. s. 243-246. DOI: 10.1080/08975353.2015.1067535

Smyth, J., Souto, J., & True, N. (2001). Effects of Writing About Traumatic Experiences. The Necessity for Narrative Structuring. *Journal of Social and Clinical Psychology: Vol. 20(2)*, s. 161-172. <https://doi.org/10.1521/jscp.20.2.161.22266>

Syrstad, E. (2020) *Å forstå det uforståelige: Møtet mellom foreldre som er fratatt omsorgen for sine barn, familievernet, og barnevernet*. [Doktorgradsavhandling]. VID Vitenskapelige høgskole

Thagaard, T. (2018) *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder*. (5. utgave) Fagbokforlaget

Thomassen, M. (2004) *Vitenskap, kunnskap og praksis: Innføring i vitenskapsfilosofi for helse og sosialfag*. Gyldendal Norsk Forlag

Tjora, A. (2017) *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utgave). Gyldendal Norsk Forlag

Thornquist, E. (2018) *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget

Tønnesen, F. (2012) *Sån av Salve* [Album]. Hype City Recordings.

Uggla, B. K. (2019) *En strävan efter sanning: Vetenskapens teori och praktik.*

Studentlitteratur AB

Wertsch, J.V. (1991) *Voices of the Mind: Sociocultural Approach to Mediated Action.* Harvard University Press.

White, M. (2006) *Narrativ teori.* Hans Reitzels Forlag

White, M. (2007) *Kart over narrativ praksis.* Pax Forlag

Wie Torsteinsson, V. (2019) Familieterapiens historie. I Lorås, L. & Ness, O. (red.), *Håndbok i familieterapi* (s. 25-38). Fagbokforlaget

Ølgaard, B. (1991) *Kommunikation og økomentale systemer – ifølge Gregory Bateson*

(2. utg). Akademisk Forlag

Øfsti, A. (2010) *Parterapi: Kjærlighet, intimitet og samliv i en brytningstid.*

Universitetsforlaget

## 10 Vedlegg

### Vedlegg 1 - NSD sin vurdering av prosjektet

#### NSD sin vurdering

#### Prosjekttittel

Familieterapeuters bruk av narrative brev i praksis

#### Referansenummer

534030

#### Registrert

19.06.2020 av Jan Flemming Raae - jfraae@gmail.com

#### Behandlingsansvarlig institusjon

VID vitenskapelige høyskole / Fakultet for sosialfag / Fakultet for sosialfag Oslo

#### Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Siv Merete Myran, siv.merete.myra@vid.no, tlf: 4799276618

#### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

#### Kontaktinformasjon, student

Jan Flemming Raae, jfraae@gmail.com, tlf: 48106267

#### Prosjektperiode

01.07.2020 - 20.06.2021

#### Status



29.06.2020 – Vurdert

## **Vurdering (1)**

29.06.2020 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 29.06.2020, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD.

Behandlingen kan starte.

## **DEL PROSJEKTET MED PROSJEKTANSVARLIG**

Det er obligatorisk for studenter å dele meldeskjemaet med prosjektansvarlig (veileder). Det gjøres ved å trykke på “Del prosjekt” i meldeskjemaet.

## **MELD VESENTLIGE ENDRINGER**

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

[https://nsd.no/personvernombud/meld\\_prosjekt/meld\\_endringer.html](https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html)

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

## **TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET**

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 20.06.2021.

## **LOVLIG GRUNNLAG**

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

## **PERSONVERNPRINSIPPER**

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

## **DE REGISTRERTES RETTIGHETER**

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

## **FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER**

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

## **OPPFØLGING AV PROSJEKTET**

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

## **Vedlegg 2 - Samtykkeskjema**

### **Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet i forbindelse med masteroppgave i familierterapi og systemisk praksis**

**Prosjekt:** Familierapeuters erfaringer med bruk av narrative brev i sin praksis.

**Student / forsker:** Jan Flemming Raae

**Veileder:** Åse Holmberg

**Stuedsted:** Diakonhjemmet Høgskole i Oslo.

**Studieretning:** Mastergrad i familierterapi og systemisk praksis.

#### **Bakgrunn og hensikt:**

Dette prosjektet skal samle inn data om familierapeuters erfaringer med bruk av narrative brev i sin praksis. Hensikten med prosjektet er å avdekke likheter og ulikheter i praksis, opplevelser, vurderinger og begrunnelser blant ulike familierapeuter for bruken av dette virkemiddelet i terapeutiske sammenhenger.

Jeg ønsker å intervju 4 familierapeuter om denne tematikken. Du som får dette brevet inviteres inn som en deltaker i dette prosjektet fordi du har en relevant praksis og kan si noe om det jeg vil utforske.

#### **Hva innebærer deltakelse ved prosjektet?**

I denne kvalitative forskningen ønsker jeg å intervju hver terapeut en gang og intervjuet skal ha en varighet på 45 – 60 minutter. Som forberedelse til intervjuet ønsker jeg at terapeutene skal ha gjort seg tanker om sin historie med bruk av narrative brev i sin praksis. Disse tankene vil være utgangspunkt for noe av vårt intervju. Intervjuene vil bli tatt opp på lydbånd. Intervjuene vil bli transkribert. Dette vil være dataene som vil bli bearbeidet av forskeren og analysert ved bruk av konstruktivistisk grounded theory som analysemetode.

Intervjuene skal gjennomføres i løpet av juni – desember 2020.

### **Forskerens forpliktelser overfor deltakere:**

Alle personopplysninger om deltakerne skal behandles konfidensielt under hele prosjektet. Kun studenten – og eventuelt veilederen ved behov – vil ha adgang til personopplysninger. Alle deltakerne skal anonymiseres i den ferdige teksten slik at det ikke vil være mulig å identifisere enkelte personer eller arbeidssteder. Navneliste med personopplysninger og koblingsnøkkelen til det øvrige dataene skal oppbevares adskilt og nedlåst.

Når masteroppgaven er levert og blitt bedømt (planlagt juni 2021) vil alle opptak og konfidensielle personopplysninger bli slettet. Deltakere kan trekke seg fra prosjektet når som helst og uten redegjørelse. Da blir deres bidrag tatt ut av prosjektet og opptak slettet. Deltakerne kan ta kontakt med meg eller min veileder med spørsmål til prosjektet. Se kontaktinformasjon nedenfor. Prosjektet er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

### **Samtykke til deltakelse i prosjektet:**

Jeg håper du vil finne dette interessant og vil stille deg positiv til å delta! Du kan kontakte meg per telefon, mail eller ved å returnere vedlagte samtykkeskjema dersom du ønsker å delta.

Med vennlig hilsen,

Jan Flemming Raae  
Stangelandsforen 60, 4318 Sandnes  
Telefon: 48106267  
epost: [jfraae@gmail.com](mailto:jfraae@gmail.com)

Veileder: Åse Holmberg  
VID Vitenskapelige høyskole /  
Universitetet i Sørøst-Norge  
Telefon: 92233844  
epost: [aase.holmberg@usn.no](mailto:aase.holmberg@usn.no)

### **Vedlegg 3 - Intervjuguide**

**Hva legger familieterapeuter til grunn for sin bruk av narrative brev i terapi, og hvilke tanker gjør familieterapeutene seg om tekstens innflytelse på det terapeutiske samarbeidet?**

Innledning til intervju:

I forkant av intervjuene vil jeg minne om at du har taushetsplikt i henhold til din stilling. Det blir dermed også ditt ansvar å ikke identifisere tredjepersoner når du svarer på mine spørsmål. Tredjepersonsopplysninger er personidentifiserbare opplysninger som en registrert gir om andre enn seg selv, og kan for eksempel være navn på enkeltpersoner eller bakgrunnsopplysninger om andre enn informantene selv. Tredjepersonsopplysninger kan også være beskrivelse av spesielle hendelser/situasjoner/historier hvor enkeltpersoner kan identifiseres.

Forskningsspørsmål 1:

**Hva legger terapeuten i det å bruke narrative brev i sin praksis?**

Innledning til tematikken: Du har sett at studiet skal handle om familieterapeuters tanker rundt bruken av narrative brev i terapeutisk praksis. Før vi skal snakke om hvordan du opplever denne praksisen, skal vi forsøke å avgrense tematikken så jeg kan forstå hvordan din praksis ser ut.

Intervjuspørsmål:

- Hvilke assosiasjoner har du til begrepet «narrativt brev?»
- Hvordan ser et narrativt brev ut i din praksis, og hvilke kriterier setter du til et narrativt brev (tid, lenge, tematikk)?
- På hvilket tidspunkt i ditt yrkesliv begynte du å benytte narrative brev?
- Har din praksis med narrative brev utviklet seg siden da, og i så fall hvordan?
- Hvordan er narrative brev representert i din praksis i dag?
- Hvordan har det vært å forene bruken av narrative brev med den konteksten du arbeider i?

Forskningsspørsmål 2:

### **Hvordan begrunner terapeuten bruken av narrative brev i sin praksis?**

Innledning til tematikken: Nå som jeg har et klarere bilde av hvordan din bruk av narrative brev ble etablert og hvordan den har utviklet seg og passer i din kontekst, så er jeg interessert i å få vite mer om dine holdninger til akkurat denne metoden.

Intervjuspørsmål:

- Hvordan opplever du at narrative brev passer inn med ditt verdisyn som terapeut?
- Hvilke klienter benytter du narrative brev i samarbeid med, og hvordan foretar du den vurderingen?
- Hvilken effekt ønsker du å skape for klienten ved å bruke narrative brev?
- Hvilken effekt opplever du at bruken av narrative brev har på deg som terapeut?
- Har du vært borti tilfeller der du har vurdert det ikke har vært forsvarlig å benytte narrative brev i terapeutiske samarbeid, og kan du i så fall utdype disse vurderingene?

Forskningsspørsmål 3:

### **Hvilken innflytelse har teksten på det terapeutiske samarbeidet?**

Innledning til tematikken: Jeg vil nå gå nærmere inn i din opplevelse av hvordan bruken av narrative brev er med påvirke det terapeutiske samarbeidet.

Intervjuspørsmål:

- Hvilken påvirkning tenker du som terapeut at brevene har på det terapeutiske samarbeidet?
- Hva er det med narrative brev som skaper den påvirkningen, etter din oppfatning?
- Endres brevenes innhold eller formål seg i løpet av et terapiforløp, og i så fall hvordan?
- Har du opplevd tilfeller der narrative brev ikke har hatt ønsket virkning, eller hatt negativ effekt? Hva har i så fall slike erfaringer gjort med deg?
- Hvilke oppdagelser og refleksjoner har du gjort deg om brevenes påvirkning etter hvert som du har gjort deg erfaringer i praksis?



#### **Vedlegg 4 - Endring av intervjuguide, januar 2021**

Fortell om deg selv. Hvem er du og hva er din bakgrunn?

Fortell om hvordan det å jobbe med narrative brev kom inn i din praksis

Det er mange valg man kan ta i en terapeutisk prosess, hva er det som har gjort at du har valgt brev som en del av dine samarbeid?

Hvordan ser et perfekt brev ut for deg?

Hvilken effekt ønsker du at brevene skal ha på de som mottar dem?

Hvilken effekt har det på deg som terapeut å jobbe på denne måten?

## Vedlegg 5 - Utdrag av transkripsjon

J: Ehm, hvordan.. og du sa det kom tidlig inn da du leste disse, da du kjøpte disse bøkene og leste, kan du, kan du beskrive hvordan det var å begynne å bruke brev som en del av den terapeutiske prosessen?

D: Absolutt, eh, jeg husker jo, jeg har fortsatt det første brevet som jeg skrev, skrev jeg faktisk for hånd.

J: Ja.

D: Ja, eh, og det var jo et fryktelig langt brev. Og jeg brukte jeg vet ikke hvor mange timer på det brevet, (ler), og, eh, jeg var så spent når jeg skulle møte den familien som jeg hadde skrevet dette brevet til første gangen. Og veldig nervøs og, og eh, litt forlegen også, for jeg synes det var litt sånn intimt, å skrive til en familie, jeg hadde aldri gjort det før.

J: Mm.

D: Eh, og så når de kom da, og satt seg ned der, du vet, det, det er interessant fordi, det med å være desentrert, å ha en desentrert terapeutisk posisjon i narrativ terapi, det er på en måte en, en, det er en av, kjerne.. aspektene ved denne, denne praksisen her at du er mer, du er opptatt av den andre, ikke opptatt av dine egne greier, og jeg kan love deg at når jeg møtte den familien der så var jeg opptatt av mine egne greier. Og det var på en måte mitt brev.

J: Mm.

D: Eh, og hvordan de hadde opplevd det. Det var det, eh, det var mitt fokus, og når jeg da spurte de, jeg prøvde vel å, sikkert å skjule min, enorme spenning knyttet til det her da, men, men da jeg spurte de, ja hvordan var det, var det å få dette brevet da og sånt, så fikk jeg altså en respons som var, helt som et skuldertrekk, ikke sant, det, nei jo det var greit liksom. Og så begynte de å snakke om noe som de var veldig opptatt av da, som de hadde opplevd i det siste, ikke sant, og der satt jeg igjen med en følelse av at du verden, her har jeg jobbet og jobbet og jobbet med dette og-

J: (ler)

D: Hva var vitsen med det her liksom, hadde jo ingen som helst, effekt. Så det var liksom, det var på en måte starten da. Og, og, så har jeg jo på en måte skrevet jeg vet ikke hvor mange brev siden den gang, men, men, men så har på en måte min, mitt fokus på, på på brevskrivningen har jo blitt, da, gradvis da endret seg etter det da. Nå er det å skrive brev en helt selvfølgelig ting for meg, som jeg ikke legger veldig mye i, men det er nesten en del av, eh, det er like selvfølgelig som veldig mange ting man gjør rundt på jobben ikke sant. Så, jeg ser på det som en.. eh.. Jeg føler meg litt naken da, hvis jeg ikke skriver brev til folk, fordi det føles som det er noe som er ugjort. Det er, kanskje, uten sammenligning for øvrig, folk som skriver journaler, som bare de selv leser (ler), eh, kan, kan sitte med en følelse av at det ikke har gjort helt det de skulle da. Det man har snakket om har på en måte ikke blitt festet på papiret eller noe sånt, og dermed så blir det på en måte borte da. Så er selvfølgelig brevskrivning noe helt, helt annet enn journalskriving, men, mene som sagt det er egentlig en måte å forsøke å ta vare på noen ting som har blitt sagt i en samtale.

J: Mm.

D: Sånn at det aldri skal bli borte. Eh, og hva folk gjør med disse brevene, og hvordan de forholder seg til de, og hva det betyr for de, det er, eh, det er ikke helt opp til meg da. Fordi jeg har liksom fått så utrolig mange erfaringer på det, og det er veldig forskjellig, for noen har jo også sagt at liksom lenge, lenge etterpå, eh, altså årevis etterpå, så har de kanskje lest brevene og plutselig så har de fått en helt annen betydning og relevans i livet ditt, enn kanskje de, det hadde når de fikk de første



## Vedlegg 7 – Bilder av analyseprosessen

Focused codes ble skrevet på postit-lapper. For å bevare oversikt bestemte jeg meg etter kort tid for å benytte én farge per informant. Dette valget bidro til å gjøre empirien mer oversiktlig etter hvert som alle intervjuene ble kodet.







Det store bildet begynner å ta form. Andre sortering, etter å ha forkastet det første forsøket på kategorisering. Nede i midten kan kategorien POSISJONERING skimtes på en gul lapp.





## Vedlegg 10 – Visuell fremstilling: Familierapeuters begrunnelser for narrative brev

### **Kategori 1: Erfaringer som har ledet til praksis**

1.1 Å jobbe i strid med sine verdier

1.2 Et «vannskilleøyeblikk» i overgangen til ny praksis

### **Kategori 2: Holdninger til terapeutrollen**

2.1 Terapeuten som medreisende

2.2 Å ha tillit til klientens kompetanse

2.3 Skrift veier tyngre enn tale

### **Kategori 3: Terapeutisk posisjonering**

3.1 Å sette klienten i stand til å innta nye posisjoner

3.2 Reorientering av makt

3.3 Å åpne døren for relevans i eget liv

### **Kategori 4: Brevenes påvirkning på den terapeutiske relasjonen**

4.1 «Å bli snakket med, i motsetning til å bli snakket om»

4.2 Å gjøre den profesjonelle distansen kortere

### **Kategori 5: Utvidelse av det terapeutiske handlingsrommet**

5.1 Brevskrivning som ferdighetsskjerpende praksis

5.2 Å ivareta den røde tråden

5.3 Å gjøre klientens kunnskap konkret

### **Kategori 6: Terapeutenes prosess med seg selv**

6.1 Å møte problemer med kreativitet

6.2 Å gjøre seg sårbar i rollen som terapeut

6.3 Glede og mestringsfølelse