

Parterapeutens private par

Hvordan spiller parterapeutens yrkesrelaterte erfaringer en rolle i egen parrelasjon?

Kristin Myrvaagnes Holst



Diakonhjemmet Høgskole

Masteroppgave

Master i familieterapi og systemisk praksis

MAfam 2011-2

Veileder: Anne Kyong Sook Øfsti

Antall ord: 22702

25.05.2015

Sammendrag

Denne masteroppgaven handler om hvordan parterapeuter opplever at deres yrkesrelaterte erfaringer virker inn i deres eget private parliv. Hvordan opplever parterapeuter å bryte med ideer om hvordan man skal leve sine samliv, hvilke forventninger de har til seg selv som partnere, og hvordan deres yrkeserfaringer kommer til syne i parrelasjonene deres?

For å belyse dette har jeg intervjuet fem parterapeuter. De har alle minst fem års yrkeserfaring fra parterapi og praktiserte fortsatt da intervjuet ble gjennomført.

Jeg har valgt å bruke IPA, *interpretative phenomenological analyses*, for å analysere materialet. Mine funn viser at parterapeutene opplever en utvidet skam tilknyttet det å bryte med ideer om hvordan de bør leve sine samliv. De opplever at det å bryte med ideene i tillegg til å være personlig skamfullt, kan true deres identitet og troverdighet som parterapeut. Parterapeutene har en utvidet selvjustis i forhold til hvordan de skal være som partnere. Samtidig opplever de å gi noe annet i relasjonen med bakgrunn i hva de har med seg av fagkunnskap og yrkeserfaring. De har et skifte av fokus over på det relasjonelle og hva de selv bidrar med inn i parrelasjonen. Deres yrke blir en del av deres personlighet. Ved brudd opplever terapeutene at deres kunnskap påvirker prosessen, på godt og vondt. Private erfaringer kan oppleves å bidra til økt kompetanse og forståelse i terapirommet. Det å forholde seg til par og historier tilknyttet parrelasjoner gjennom arbeidshverdagen bidrar til en økt bevissthet og en tydeliggjøring av savn og det en verdsetter i eget parforhold.

Funnene blir drøftet opp mot teori som belyser mulig sammenheng mellom yrkesrelaterte erfaringer og det private livet til terapeuter. Funnene drøftes også opp mot aktuell forskning gjort på familierapistudenter og mer erfarne terapeuter. Jeg presenterer mulige videre forskningsspørsmål, og mulige konsekvenser av mine funn.

Nøkkelord: terapeuters private liv, profesjonell og privat, terapeuters parforhold, selvjustis, parterapi, familierapi, kvalitativ studie

De blå sokkene

Det var desember, snøen sto til midt på leggen og magen romlet middagsklar. Jeg vasset inn i barnehagen svett og matt. Der var min fire år gamle aktive datter i full lek. Historien om Hakkebakkeskogen jallet ut av høytalerne og kostymene var på. Uten introduksjon eller videre nysgjerrighet brøt jeg inn i leken og formidlet til datteren min at nå var hun hentet. I effektivitetens ånd var beskjedene korte og konsise. Det var blikk-kontakt og jeg så hun hadde registrert meg. Nei, det var ikke det hun hadde tenkt. Etter utallige oppfordringer, bønn og sikkert en bunke trusler, ga jeg opp. Jeg løftet den viltre datteren min, uten jakke, lue eller sko, under armen. Den andre armen ble brukt til å få med pose, sekk og utedress og andre viderverdigheter. ”Nå skal vi hjem!”

Vel ute av døren stod snø og føyk midt i ansiktet. Jeg tenkte et øyeblikk at nå blir hun sikkert syk også, og jeg har ikke flere ”syktbarndager” igjen. Faen heller!

”Åh, så godt å se *deg* sånn,” hørte jeg plutselig og kikket opp. Der er Vera, en annen mamma, en bekjent, en jeg treffer på felles venners fester, en vernepleier. Hva sa hun egentlig? ”Ha ha,” ler jeg platt tilbake, og hufser videre.

Hva sa hun egentlig? Hvem var *jeg* nå? En annen mamma, en bekjent, en på vår felles venners fest, en barnevernspedagog eller en familieterapeutstudent? Hva hadde hun forventet, hva hadde hun trodd? Kunne ikke jeg bære mitt illsinte barn, under armen, i snøføyken, uten uteklær? Hvorfor ikke? Og hvorfor var det godt å se det?

Jeg vasset videre og så til min irritasjon at jeg fortsatt gikk i de blå overtrekkssokkene av plast, som barnehagen fikk oss til å bruke. Det måtte ikke komme snø og sand inn i barnehagen må vite!

Takk

Det er mange jeg gjerne vil takke for at denne masteroppgaven har blitt dratt i land! Først og fremst min nærmeste familie. Barna mine som har vært tålmodige med mors studieuker og gitt meg hjertelige hjemkomster. Min kjære svigerfamilie som har steppet inn i mitt fravær. Mannen min, Kristian, som tok vare på våre kjære små, katt og hus, da jeg måtte reise og skrive. Jeg vil også takke deg for å ha vært min partner i reisen fra barnevernspedagog til familie- og parterapeut, mange av mine temaer og nysgjerrigheter har blitt vekket sammen med deg!

Mine foreldre som har inspirert, og gitt meg evnen til å se ulike perspektiver ved det meste. Deres tro på at jeg kan gjennomføre har vært solid, og innimellom rørende!

Jeg vil takke mitt arbeidssted, LINK, en plass hvor det er rom for å kjenne på følelser, hvor en blir utfordret og ivaretatt. Et kollegie som bidrar til latter, galgenhumor, alvor og et faglig nivå en egentlig bare kan drømme om! Takk kjære Ingvild, min leder, som har sett hvor viktig dette har vært for meg, som har tilrettelagt og heiet. Du er viktig på så mange nivå og plan; slutt aldri å stille spørsmålstegn ved mine utsagn, takk for varmen du utstråler, takk for tillit, tiltro og fantastiske byturer!

Takk kjære Anne Øfsti, en veileder av rang. Samtalene med deg har løftet meg etter nakkehårene, til et faglig nivå en master verdig. Du gitt meg troen på prosjektet og latt meg eie det selv!

Bente Fossvold, Ann Helen Bjerkan og Ingvild Dahl som har lest, pirket og inspirert. Dere har vært uvurderlige! Jahn Fredrik og Jon –min heiagjeng. Takk for tillit, tro og livsnøvendige lunsjer! Ottar; for all hjelp, du er rå!

Diakonhjemmet høgskole, Familieterapi og Systemisk praksis, takk for muligheten til å tenke annerledes, og ha faglig dekning for det. Og kjære medstudenter, praktisk nytte og felles glede!

Kristin Myrvaagnes Holst

Trondheim 24.05.15.

Innholdsfortegnelse

| | |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1 Innledning | 7 |
| 1.1 Bakgrunn for valg av oppgave | 7 |
| 1.2 Problemstilling og forskningsspørsmål | 8 |
| 1.3 Avgrensning | 8 |
| 1.4 Begrepsavklaringer | 9 |
| 1.4.1 Paret/ parrelasjon | 9 |
| 1.4.2 Profesjonell –privat/personlig | 9 |
| 1.4.3 Parallele historier | 10 |
| 1.5 Oppgavens oppbygging | 10 |
| 2 Teori | 11 |
| 2.1 Veien inn i det teoretiske landskap | 11 |
| 2.2 Terapeutens rolle | 12 |
| 2.3 Forskning og litteratur: tema –terapeuter privat | 15 |
| 2.3.1 Forskning gjort i forhold til studenter under utdanning | 15 |
| 2.3.2 Forskning og litteratur skrevet i forhold til den ”erfarne” terapeut | 16 |
| 2.4 Ideer og diskurser om samliv | 19 |
| 2.4.1 Varig kjærlighet –en suksess? | 20 |
| 2.4.2 Vilje og arbeid | 21 |
| 2.4.3 Feie for egen dør –sett i lys av yrket (practise what you preach) | 22 |
| 3 Metode | 23 |
| 3.1 Et vitenskapsteoretisk bakteppe/Methodologi | 23 |
| 3.2 Fenomenologi og hermeneutikk | 24 |
| 3.2.1 Fenomenologien | 24 |
| 3.2.2 Hermeneutikken | 26 |
| 3.3 Ontologisk og Epistemologisk ståsted | 26 |
| 3.3.1 IPA og metodologi | 27 |
| 3.4 Validitet og reliabilitet | 28 |
| 3.5 Utvalg | 29 |
| 3.6 Intervjuguide | 31 |
| 3.7 Samtalene | 32 |
| 3.8 Selvrefleksjon | 33 |

| | | |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.9 | <i>Transkripsjon</i> | 33 |
| 3.10 | <i>Analyse</i> | 33 |
| 3.11 | <i>Forskningsetikk</i> | 36 |
| 4 | Analyse, presentasjon av funn | 37 |
| 4.1 | <i>I brudd med ideer og forventninger</i> | 37 |
| 4.1.1 | Brudd med ideen om den varige kjærligheten | 38 |
| 4.1.2 | Brudd med ideen om å måtte kunne feie for sin egen dør | 40 |
| 4.2 | <i>Forventninger til en selv som partner</i> | 41 |
| 4.3 | <i>Når yrkesrelaterte erfaringer kommer til syne i paret og opplevelsen av eget parforhold i terapirommet</i> | 43 |
| 4.3.1 | Et skifte av fokus | 43 |
| 4.3.2 | "Terapeut" på hjemmebane | 45 |
| 4.3.3 | Yrket; en del av ens personlighet | 45 |
| 4.3.4 | Ved brudd | 46 |
| 4.3.5 | Opplevelsen av eget parforhold i terapirommet | 48 |
| 4.4 | <i>Sammendrag</i> | 49 |
| 5 | Drøfting | 51 |
| 5.1 | <i>Hvilken opplevelse har parterapeutene av å bryte med ideer og forventninger knyttet til hvordan de skal leve sine parrelasjoner?</i> | 51 |
| 5.2 | <i>Hvilke forventninger opplever parterapeutene at de har til seg selv som partnere?</i> | 53 |
| 5.3 | <i>Når yrkesrelaterte erfaringer kommer til syne i paret og opplevelsen av eget parforhold i terapirommet</i> | 55 |
| 5.3.1 | Ved brudd | 57 |
| 5.3.2 | Opplevelsen av eget parforhold i terapirommet | 58 |
| 5.4 | <i>Refleksjon og fremtidige forskningsspørsmål</i> | 59 |
| 5.4.1 | Videre forskning | 60 |
| 5.5 | <i>Metodiske begrensinger ved oppgaven</i> | 61 |
| 6 | Avslutning | 63 |
| 7 | Litteraturliste | 64 |

1 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av oppgave

I min arbeidshverdag møter jeg mange ungdommer og foreldre som på ulikt vis strever med hverdagen, familierelasjoner og en mislykket identitetsfølelse. Ofte strever de med å leve opp til forventninger eller diskurser, som er mer eller mindre uttalt og som passer dem i større eller mindre grad. I flere tilfeller hører jeg disse ”burdene” blir til atter nye krav om hvordan de skal prestere som foreldre, ungdommer, elever, kjærester, arbeidstaker, sunne samfunnsborgere og så videre. Forventningene ser ut til å oppstå både i relasjoner og i enkeltindivider, godt hjulpet av media og samfunn.

Kan parterapeuter på lik linje med mine klienter preges av forventninger og diskurser i forhold til hvordan man lever i en parrelasjon? Og er det da større fokus på å at de skal ”lykkes” på grunn av sitt yrke, og hva betyr det å lykkes? Hvordan lever de med disse forventningene?

Anne Hedvig Vedeler skriver i sin doktoravhandling om hvordan våre livserfaringer ikke deles inn i det profesjonelle og det private. Hun skriver om hvordan hennes livserfaringer og relasjoner som datter, mor, venn, lærer, journalist, gartner og så videre. har refleksiv innflytelse på hennes relasjoner som veileder, terapeut og forsker (Vedeler 2011). Min hypotese er at vi i tillegg til å bringe våre private livserfaringer i større eller mindre grad inn i det profesjonelle, bringer vi yrkesrelaterte erfaringer inn i det private liv. Hvordan kommer yrket parterapeut til syne i den private parrelasjoner? Merker parterapeutene at de har med seg en bestemt kunnskap eller ferdighet, og tar de med seg erfaringene fra terapirommet hjem, i så fall på hvilken måte?

Parterapeuter jobber med å bistå par med å finne ut av sine relasjonelle utfordringer, om det er å bedre relasjonen, eller å få hjelp til å bryte den på en overkommelig måte. Selv om alle historier er unike, er det likevel sannsynlig at terapeutene vil kunne kjenne seg igjen i det de er vitne til. Hvordan oppleves dette for terapeutene?

Etter å ha jobbet med barnevern i flere år vet jeg at dette har gjort noe med meg personlig. Behovet for å se ukompliserte filmer, snakke tull og hoppe over dagsrevyen når den inneholder gråtene barn, er stadig tilbakevendende. Hvordan er det for parterapeutene? Hvordan merker de at de preges, eller blir de ikke det? Hvis de blir det, hvilke ringvirkninger

har det? Har det konsekvenser for hvem de er som partner og hva de ønsker seg i egne parforhold?

1.2 Problemstilling og forskningsspørsmål

Hensikten med min studie er å se på hvordan terapeuter påvirkes av sitt yrke i det private liv. Parrelasjoner er noen av de mest intime relasjonene vi har. De fleste vil innrømme at det er bedre og dårligere perioder, men å gå i detalj om hvordan en har det med sin partner er forbeholdt en mindre og mer privat sfære. Parterapeuter forholder seg til og jobber med parrelasjoner i det daglige, samtidig som de fleste har egne private parrelasjoner. Hvordan er det å jobbe med noe som er så nært opp til noe av det mest intime en har i sitt eget liv? Er det helt adskilt og uten møtepunkt, eller vil de to sfærene møtes og virke inn på hverandre? Er den indre dialogen hos terapeuten et sted hvor sfærene møtes? Tar terapeutene med seg sine egne erfaringer fra terapirommet hjem? Hvordan arter det seg, og på hvilken måte? Har de andre forventninger til seg selv som partnere, og opplever de at omgivelser og samfunn har ideer om hvordan de skal leve sine parrelasjoner? På bakgrunn av dette er min problemstilling som følgende:

Hvordan spiller parterapeutens yrkesrelaterte erfaringer en rolle i egen parrelasjon?

For å belyse dette temaet er problemstillingen operasjonalisert i følgende forskningsspørsmål:

- Hvilken opplevelse har parterapeutene når det bryter eller spriker mellom hvordan de opplever sin egen parrelasjon, og ideer/forventninger knyttet til det å ”lykkes” med parforholdet?
- Hvilke forventninger opplever parterapeutene at de har til seg selv som partnere?
- Hvordan opplever parterapeutene at deres yrke kommer til syne i parrelasjonene deres, og hvilken opplevelse har de av eget parforhold i terapirommet?

1.3 Avgrensning

Jeg har valgt å forske på parterapeuter og parrelasjoner. Jeg kunne valgt å se på hvordan familierapeuter eller terapeuter generelt tar med seg sine yrker hjem, både i forhold til

partner og øvrig familie. For å avgrense har jeg valgt par. Parrelasjonen er en mer avgrenset relasjon i familien, og lettere å snakke om separat fra andre familieforhold. Det er også mange som jobber hovedsakelig mot par og som derfor har mye erfaring i forhold til dette. Tematisk vil forholdet mellom det profesjonelle og det private liv kunne være aktuelt i mange yrkesgrupper, og i mange relasjoner, og noe av det jeg finner ut av er derfor overførbart og gyldig på flere arenaer.

1.4 Begrepsavklaringer

1.4.1 Paret/ parrelasjon

Begrepet *paret* blir i denne oppgaven opp til intervjuobjektene å definere. Dette fordi det er deres opplevelse av deres egen parrelasjon som er relevant for meg. Om det da vil være et gift, samboende eller separatboende, heteroseksuelt eller homoseksuelt par er ikke av betydning. Det jeg ønsker å se på er hvordan deres relasjoner i deres gjeldende parforholdet vil påvirkes av deres profesjon i praksis.

1.4.2 Profesjonell –privat/personlig

Begrepene profesjonell, personlig og privat oppstod som en følge av en profesjonalisering av bestemte oppgaver, og er stadig gjeldene innenfor vårt fagfelt.

Da de psykososiale profesjonene var unge og hadde avløst storfamilien og den private veldedighet og –da man begynte å få betaling for å hjelpe hverandre- oppstod en ny avstand mellom hjelperen og den hjelpesøkende. –Den profesjonelle avstand (Bang 2003:21).

Begrepene er med på å beskrive og kategorisere, og gjennom dette å skape en profesjonell avstanden slik Bang beskriver. Nå er det ulike syn på hvorvidt denne avstanden er noe som gir mening og er verdifullt, eller om det nettopp er gjennom involvering og relasjon, som fordrer glede, sårbarhet og risiko, at en som terapeut kan bidra til endring (Vedeler 2011).

Jeg vil i denne oppgaven forholde meg til det private og det personlige, som de relasjoner og det livet vi lever utenfor arbeidstid og arbeidssted. Profesjonell kompetanse ser jeg som den kompetansen en har utviklet via yrkesrelatert utdanning og erfaringer fra yrkeslivet. Når en er

profesjonell i det private, viser dette til når en bruker sin profesjonelle kompetanse på en måte som bidrar til en ”profesjonell avstand” mellom intervjusubjektet og ens partner.

1.4.3 Parallelle historier

Med parallelle historier vises det en til hvordan det kan skje hendelser i klientens liv som sammenfaller med lignende hendelser i terapeutens liv.

Events like these may constitute parallel connections between the therapist's life and the client's life. Such influence may also be reversed when experience from clinical practice influences personal and private life (Jensen 2007:142).

Jeg har valgt å oversette Jensens uttrykk *parallel connections* med parallelle sammenhenger. Noen ganger nyanserer jeg dette med sammenfallende erfaringer, opplevelser, historier eller møtepunkt. Konteksten vil det bidra til å gi det mening.

1.5 Oppgavens oppbygging

I kapittel to vil jeg presentere teori og relevant forskning gjort i forhold til mitt tema. Mitt tema omhandler forskning på terapeuten. Jeg vil derfor først se på hvordan synet på terapeuten har endret seg fra et positivistisk ståsted til et systemisk og intersubjektivt perspektiv. Siden vil jeg presentere forskning gjort i forhold til temaet terapeuter privat. Jeg vil presentere forskning gjort i forhold til studenter under systemisk familieterapiutdanning og siden forskning gjort i forhold til mer erfarne terapeuter. Jeg vil også presentere bøker skrevet av erfarne terapeuter som gir et innblikk i hvordan de selv opplever å ta med seg sine yrkesrelaterte erfaringer inn i eget liv. Deretter vil jeg gjøre rede for noen ideer og diskurser om samliv. I kapittel 3 vil jeg presentere den metodologiske rammen for studien. Jeg vil kort belyse den historiske utviklingen som ligger til grunn for den kvalitative forskningen. Jeg vil redegjøre for mitt epistemologiske og ontologiske ståsted. Så vil jeg presentere IPA, Interpretative Phenomenological Analysis, og hvordan jeg har valgt å følge denne analysemetoden. I kapittel 4 vil jeg presentere funnene fra mitt datamaterialet, med sitater fra informantene og noen av mine fortolkninger og tanker tilknyttet dem. Kapittel 5 er et drøftingskapittel. Her løfter jeg mine funn opp mot teorien presentert i kapittel 2. Jeg vil også vise noen av mine refleksjoner, og se på mulige fremtidige forskningsspørsmål. Til slutt i kapittel 5 vil jeg se på metodiske begrensninger i oppgaven. Kapittel 6 er en kort oppsummering og noen avsluttende tanker.

2 Teori

2.1 *Veien inn i det teoretiske landskap*

Temaet for min oppgave handler om ulike prosesser parterapeuten involveres i, inspireres og utfordres av med tanke på egne parrelasjoner. Videre utfordrer hvordan man ser på terapeuten. Synet på terapeuten har forandret seg innenfor både historiske og faglige perspektiver. Jeg vil derfor se på hvordan terapeutens rolle har endret seg innenfor et systemisk perspektiv, fra ekspert og i mindre grad påvirket (kanskje uinteressant for forskeren), til deltagende og gjensidig påvirkelig. Jeg vil her komme inn på ulike tenkemåter i forhold til synet på viktigheten av relasjonen mellom klient og terapeut kontra evidensbasert metodetenkning. Hvordan vi ser terapeuten, har betydning for hvorvidt det er interessant å se om terapeutens opplevelser i det personlige liv har sammenheng med faget og erfaringene som skjer i terapirommet. Etter hvert som interessen for terapeutens opplevelser og erfaringer har økt har det blitt behov for å finne et språk til å beskrive dette. Jeg vil derfor se på noen av begrepene som har fokus rettet mot terapeutens opplevelser, som intersubjektivitet, gjenklang, resonans, parallelle historier og trauma stewardship.

Det er gjort forskning i forhold til studenter under utdanning innen familieterapi og systemisk praksis og hvordan dette bidro til av endringer i deres private sfære. Det er også gjort forskning på hvordan parterapeuter opplever at de lærer av deres klienter. Jeg vil belyse aktuell og relevantforskning tilknyttet mitt tema. I likhet med andre yrker innenfor en omsorgsgivende, eller terapeutisk, kontekst, kan en som terapeut preges av møte med mennesker og deres historier på mange og ulike vis. Jeg ønsker å se nærmere på noen begreper som belyser hvordan disse møtene kan prege terapeuten ut over terapirommet.

De diskurser, ideer og forventninger terapeuten har med seg inn i terapirommet, er de samme som han/hun har med seg hjem etter jobb. I likhet med viktigheten av å bevisstgjøre og belyse diskurser om samliv for terapeuter i forhold til deres arbeid, er det spennende å se diskursene med tanke på hvordan de preger samlivene til terapeutene. Hvilke diskurser er med å definere hva som er akseptert, vurdert bra eller dårlig? Innenfor konteksten av grenseoppgangen mellom profesjonell og privat, arter dette seg annerledes?

2.2 *Terapeutens rolle*

First-order cybernetic theorists and positivists seem to believe that they are apart from that which they observe, so the professional and personal narratives are not necessarily bridged (Kottler og Parr 2000:147).

Tradisjonelt sett har psykologien hatt en naturvitenskaplig forankring, parallelt med den medisinske vitenskapen. Som en motreaksjon mot det naturvitenskaplige tankesettet har det oppstått ulike bevegelser og retninger parallelt med evidensbasert, tradisjonell psykoanalyse og individtenkning. En kan se dette som et skifte fra en førsteordens kybernetikk til en andre ordens kybernetikk (Bateson 1972). Skifte fra første ordens kybernetikk til andre ordens kybernetikk medførte at en ikke kunne se terapeuten utenfor det terapeutiske bildet, og man kunne ikke kun se på metoder eller intervensjoner for å se hva som ble endret. I dette bildet blir terapeutens personlige liv, verdier og private erfaringer viktige.

I tråd med positivismedebatten, ble flere psykologer i USA på 1960-tallet, opptatt av å finne en annen forankring for humanvitenskapene utenfor det naturvitenskaplige. Fokuset ble da flyttet mot hermeneutikken, fenomenologien og eksistensfilosofien. Robert D. Stolorow og George E. Atwood var to av bidragsyterne til denne debatten. De brakte på bane *intersubjektivitet*, et begrep som på en ny måte muliggjorde å flytte blikket også mot terapeuten i rommet. I stedet for å ha fokus kun mot klienten eller pasienten, ble det snakket om et møte mellom to subjekter. Det ble fokus på hvordan også terapeuten har med seg sin historie inn i rommet, og at terapeutens analyser er preget av analytikerens historie og bakteppe. Det er et møte mellom to subjekters opplevelsesverdener (Karterud og Island 2002).

Since their [terapeutenes] personality is the 'tool' used to conduct this clinical work, who a psychotherapist 'is' undergoes constant challenge, review, and transformation (Guy 1987:105)

James Guy viser her til hvordan terapeuten er verktøyet, og hvordan terapeuten bruker sin personlighet som et verktøy. Terapeuten er ikke en utøver av et separate verktøy, eller en metode.

Innenfor den evidensbaserte tradisjonen derimot har terapeuten blitt en utøver av et verktøy eller en metode. Dette har spilt en stor rolle for hvordan man ser på terapeuten. Når pasientens problemer defineres individuelt, og kan avhjelpes ved hjelp av ulike metoder eller intervensjoner, spiller det lite eller ingen rolle hvem terapeuten er, eller hvilke erfaringer

han/hun har med seg inn i rommet (Jensen 2007:17-22). Metoden er løsningen på individets problem og kan utføres av alle som kan den. Relasjonen mellom terapeut og klient spiller i dette perspektivet liten rolle.

Som kontrast til dette er det gjort stadig mer forskning på hva som virker i terapirommet og hvordan kvaliteten på relasjonen til terapeuten har større betydning enn hvilken metode terapeuten bruker (Rønnestad og Skovholt 2002:6). I søken etter hva som virker i terapirommet er terapeutenes personlige liv og erfaringer ikke tatt med. Det har vært fokus på den terapeutiske relasjonen, håp/forventning, teknikk/metode og utenforstående endringer. Forskningen gjort av Michael Lambert (1992) har kommet frem til at den terapeutiske relasjon utgjør 30 % av betydning for endring, mens hvilken metode eller teknikk terapeuten bruker utgjør 15% (Jensen 2007:26-27). Hvis en tenker at en relasjon aldri er enveis, men en gjensidig samhandling. At de involverte partene ikke nødvendigvis er jevnbyrdige, eller har samme utgangspunkt og rolle, men at man kan ikke delta i en relasjon uten muligheten for å bli påvirket. I dette perspektivet blir det stadig mer interessant å se på hvilken måte terapeuter preges eller påvirkes av sitt fag og yrke. Dette gjelder også inn i de private relasjoner, som partner, ektefelle eller kjæreste.

Med parallelle historier viser en til hvordan det kan skje hendelser i klientens liv som sammenfaller med lignende hendelser i terapeuten's liv (Jensen 2007:139). For parterapeutene vil det å jobbe med par som velger å gå ifra hverandre mens en selv står midt i en skilsmisse, være eksempel på parallelle historier. På hvilken måte påvirker dette terapeuten, ikke bare i terapirommet som Jensen tar for seg, men også andre veien? Vil en lignende historie fra terapirommet påvirke hvordan en takler situasjonen i det private? Vil det å være vitne til og deltaker i prosesser som fører til at par sier og viser at de får det bedre bidra til at man takler utfordringer og problemløsning på en annen måte hjemme? Hvordan er det å være vitne til gode interaksjoner mellom par i terapirommet? Vil dette kunne inspirere i eget liv, eller kan det også tydeliggjøre savn og nederlagsfølelse fra noe man ikke har, eller mestrer, selv?

Resonans, eller gjenklang, er andre begreper for opplevelsen av at andres fortellinger treffer noe liknende, men annerledes i en selv. Dette kan være intellektuelt, men også en kroppslig følelse (Ibid). Når man som terapeut har en opplevelse av gjenklang eller resonans, blir ens egne historier aktualisert i terapirommet. Vil dette bidra til å påvirke hvordan man ser sine

egne historier? Vil man kunne oppleve gjenklang fra terapirommet i møtet med partner og egne historier i eget liv?

Som parterapeut inkluderes man inn i relasjonen mellom par som søker hjelp. Bakgrunnen for å søke hjelp kan være mange og ulike. Det er rimelig å anta at noen av grunnene kan omhandle ubalanse i maktforholdet, misbruk av ulik art, vold, sorg, mistillit og andre traumatiske opplevelser. I likhet med mange andre faggrupper kan dette påvirke på mange ulike sett. Laura van Dernoot Lipsky (2009) introduserte begrepet *trauma stewardship*. Dette begrepet omfatter hele samtalen rundt hva som gjør at man velger denne typen yrke, hvordan yrket påvirker oss som privatpersoner, hvordan vi skaper mening i det vi gjør og hvordan vi lærer av det. Lipsky har fokus på hvordan det å være få ta del i andre menneskers fortellinger om sine traumer er en ære, og et stort ansvar. Denne tilliten som vises ved at noen oppsøker hjelp, fordrer fra terapeuten høy integritet, etikk og ansvarlighet. Lipsky har fokus på å gjenkjenne når yrker som medfører bevitning av personer utsatt for traumer blir vanskelig å fortsette i. Hun har derfor sett på mange av de mulig negative konsekvensene, hvordan gjenkjenne dem og hvordan det kan være nyttig å forholde seg for å være hjelpsom uten å oppleve å bli utbrent (Lipsky 2009). Lipsky skriver for å bistå mennesker i utfordrende yrker. Hennes fokus er ikke primært hvordan dette påvirker terapeuters relasjoner. Samtidig viser tanken om trauma stewardship at det man jobber med, påvirker oss på en slik måte at det er rimelig å anta at det også vil påvirke relasjonene med menneskene rundt oss.

Babette Rothschild ga i 2006 ut en bok ved navn *Help for the helper, self-care strategies for managing burnout and stress*, med utgangspunkt i begreper som *compassion fatigue*, *vikarierende traume* og *sekundærtraumatiserende stress*. Compassion fatigue beskriver hvordan man kan oppleve negative konsekvenser av å jobbe i omsorgsutøvende og empatisk krevende yrker. Empati-utbrenthet og medfølelses-tretthet er norske uttrykk for dette begrepet. Vikarierende traume vil si at en terapeut kan oppleve å kjenne på de samme følelsene som ens klienter, når klientene snakker om sine traumer. Sekundærtraumatisering beskriver hvordan man som terapeut, ved å være vitne til klienters fortelling om deres traumer, kan oppleve symptomlignende reaksjoner som om de selv hadde opplevd traume (Rothschild 2006). Symptomer og konsekvenser av å jobbe med denne typen belastninger kan blant annet være: manglende konsentrasjon, mindre følelsesk kontroll, sosial og emosjonell overbelastning, kynisme, flukt via rus, behov for skjerming fra sosiale settinger, lite behov for

å omgås mennesker privat, og behov for lettlivet underholdning som tv-serier, lite krevende musikk og lettleste bøker.

På bakgrunn av teorien lagt frem så langt blir det mulig å stille spørsmål rundt sammenhengen mellom det profesjonelle og det private liv hos terapeuter. Hva gjør det med terapeuter å gi sin fulle oppmerksomhet i terapirommet, og å møte et lignende ønske om oppmerksomhet og engasjement hjemme? Hvordan forholder terapeutene seg til de glidende overgangene mellom hvordan det man gir til klienter, og hvordan man er som partner? Eller er forskjellen så markant at dette ikke er noe de behøver å tenke på? Ved å gå bort fra det lineære eller det evidensbaserte, og heller se med et systemisk og intersubjektivt blikk, blir det mulig å se på hvordan relasjoner i terapirommet, og erfaring fra det profesjonelle livet, også har ringvirkninger i det private. Nye begreper viser at dette også aktualiseres i språket.

2.3 Forskning og litteratur: tema –terapeuter privat

2.3.1 Forskning gjort i forhold til studenter under utdanning

Paul Rhodes, Chai Nge, Andrew Waalis og Caroline Hunt publiserte i 2011 en artikkel basert på en forskningsstudie gjort i forhold til hvordan studenter påvirkes under familierapeutisk og systemisk utdanning. Studien inneholdt kvalitative intervjuer av 23 studenter fra tre ulike utdanningsinstitusjoner, intervjuene er tatt mellom 3 og 24 måneder etter endt studium. Bakgrunnen for studien var at det er gjort lite forskning på hvordan familierapeuter påvirkes av studiet og yrket, ut over utvikling av terapeutiske ferdigheter (Rhodes m.fl. 2011).

I think probably what's changed as a result of me doing the family therapy training is that I really see the world systemically now, so in my personal life. I Think I talk to people differently, because it's not that sort of one-on-one linear thing, it's looking at all of the things that's going on, [...] (Ibid: 338).

Studenter har fortalt hvordan denne utdanningen påvirker deres bevissthet i forhold til egne relasjoner og relasjonelle samhandlingsmønstre. Underveis i studiet relaterer studentene det de lærer til sitt eget private liv og egne relasjoner. Det å være bevisst hvordan det man selv gir inn i en relasjon og i kommunikasjon, påvirker hvordan man samhandler og kommuniserer. Informantene fortalte at dette medførte en økt ansvarsfølelse i forhold til sitt bidrag inn i samtaler og for private relasjoner. Noen følte for eksempel et meransvar for at kjæresteforhold

skulle fungere. Andre igjen fortalte hvordan de i større grad forsøker å være tydelige i forhold til sine kjære (Ibid:339).

Det er utover denne studien gjort flere studier på hvordan terapeuter utvikler sine ferdigheter, og også på studenter på vei til å bli terapeuter. Et eksempel på dette er Michael H. Rønnestad og Thomas M. Skovholdt sin artikkel *The Journey of the Counselor and Therapist: Research Findings and Perspectives on Professional Development* (2003). Den tar for seg terapeuters profesjonelle utvikling fra studietiden og gjennom yrkeskarrieren. Det er i denne studien ikke fokus på hvordan studentene påvirkes i det personlige og private liv, og det fremkommer ikke at dette har vært et tema i intervjuene. Jeg kommer tilbake til denne studien under kapitlet forskning på erfarne terapeuter.

2.3.2 Forskning og litteratur skrevet i forhold til den ”erfarne” terapeut

Det er tidligere gjort få studier om hvordan terapeutens eget liv påvirkes av deres yrke (Hatcher 2014:24), men ut fra et fokus om hvordan terapeuter lærer skrives det stadig mer. Noe er kvalitativ forskning, annet er bøker utgitt av terapeuter, som skriver om egne erfaringer.

Stephen Kahn og Erika Fromm ga i 2001 ut en bok hvor ulike terapeuter beskrev hvordan de ble påvirket personlig av jobben som terapeut. Boken ble utgitt som en følge av at synet på terapeuten, og relasjonen til klienten, hadde endret seg. Fra å være en ekspert med autoritet, som ikke ble påvirket, viser Kahn og Fromm til et skifte av fokus mot hvordan påvirkningen i terapirommet er gjensidig. Terapeuten og klienten er deltakere i en samtale hvor feedback går begge veier. Empati er en av de personlige egenskapene terapeuten tar i bruk i terapirommet. Ved å sette seg inn i klientenes, eventuelt parenes, situasjon, og ved å ta inn over seg parenes følelser, utvider dette terapeutens perspektiver og personlighet. Fokus for boken er hvordan terapeutene endrer seg i sin yrkesutøvelse gjennom samhandling med klienter (Kahn og Fromm 2001). Kahn og Fromm har ikke fokus på hvordan terapeutene forandrer seg i sitt private liv, men en slik endring er mulig når en åpner for gjensidig påvirkning i terapirommet. Her er terapeuten, som klienten, en som mottar ny kunnskap, lærdom og utviklende erfaringer.

Per Jensen ga i 2007 ut en doktoravhandling med tittelen *The narratives which connect...* Studien bak doktoravhandlingen tok for seg hvordan eller hvorvidt terapeuter bringer med seg sine private liv og erfaringer inn i terapirommet. På tross av at denne studien var rettet mot terapirommet, har noen av Jensens informanter fortalt om hvordan de har blitt påvirket i sitt private liv av å jobbe som terapeuter. På bakgrunn av informantenes fortellinger endret Jensen på noe av sitt prosjekt og lot temaet *parallel connections* , parallelle erfaringer, få plass (Jensen 2007).

I 2012 ga Sherry L. Hatcher m.fl. ut en artikkel basert på et større forskningsprosjekt utført av ni forskere. De hadde foretatt 61 kvalitative intervjuer av psykoterapeuter med ulike aldre, begge kjønn og ulik religiøs og etnisk bakgrunn. Fokuset for forskningsprosjektet var hva terapeuter lærer av deres klienter (Hatcher m.fl. 2012). Artikkelen ble siden gitt ut som en bok basert på samme materialet , men mer utfyllende (Hatcher 2014).

Informantene beskriver en økt bevissthet tilknyttet egen relasjoner. De beskriver hvordan de er mer oppmerksomme på egen relasjoner, mer omtensomme og kjærlige. Flere snakker om en positiv påvirkning inn i eget ekteskap, en inspirasjon ved å se hvordan klienter jobber og mestrer sine relasjoner. Dette inspirer direkte til at de selv ønsker å være bedre ektefeller. Terapeutene beskriver hvordan de i større grad verdsetter hva en omsorgsfull relasjon kan gi av styrke gjennom støtte og oppmerksomhet. Samtidig beskriver de hvordan det å være vitne til at par snakker nedsettende og stygt til hverandre og hvordan dette ødelegger og sårer, gjør at de er ekstra bevisst på hvordan de ønsker å ha det i eget hjem. (Ibid:64-69)

Kan det å være vitne til par som fungerer godt være en utfordring? Og er det udelt positivt å ha økt bevissthet og fokus på egen relasjon? Studien beskriver for eksempel at det å være vitne til par som jobber godt, og finner veien tilbake til hverandre, kan gjøre terapeuten mer bevisst på et savn i egen relasjon. "Being a therapist makes one really aware; sometimes it would be nice not to be so aware..."(Ibid:69). Hva kan konsekvensene være av å være bevisst på en slik måte at det ikke oppleves som noe positivt? Kan en bli så opptatt av sin egen relasjon, så analyserende og kanskje vurderende, at relasjonene får en annen verdi? Terapeutene viser generelt til hvordan det å være vitne til klienter som jobber seg tålmodig gjennom ulike utfordringer, inspirer til håp i vanskelige situasjoner i eget liv. De viser også til hvordan de opplever parallelle historier og hvordan de drar konkret lærdom av samtalene de har med klientene sine (Ibid).

Michael H. Rønnestad og Thomas M. Skovholt har gjort en forskningsstudie i forhold til temaet: Hvordan terapeuter utvikler seg profesjonelt (min oversettelse). Fokuset har under intervjuene vært den profesjonelle utviklingen, på tross av dette har noen av de mer erfarne terapeutene kommet inn på hvordan profesjonen har påvirket det private. Det har da vært vist til hvordan det å ha en stor arbeidsbyrde har hatt en negativ påvirkning på privatlivet, og at de har brukt profesjonell kompetanse og kunnskap i det private livet (Rønnestad og Skovholt 2003:24). Dette har ikke blitt utforsket eller gitt videre plass, trolig da dette var på siden av deres tema, men det viser at erfarne terapeuter gjerne trekker inn dette temaet selv.

I 1987 ga James Guy ut en bok med tittel *The personal life of the psychotherapist*. Boken gir en beskrivelse av ulike sider ved det å være terapeut; hvorfor man velger å bli det, utdanning, arbeidssituasjon, gleder og utfordringer. Han har også fokus på hvordan det påvirker det private liv og relasjoner (Guy 1987). Jobben som psykoterapeut innebærer, ifølge Guy, at man tilbringer dagen i samtaler med mennesker som opplever emosjonelt utfordrende situasjoner. Guy beskriver hvordan terapeuten kan søke støtte i ekteskapet, en ubalansert omsorg og oppmerksomhet hos sin ektefelle. Andre igjen kan ha behov for å trekke seg vekk, ty til bøker eller tv, eller bare stirre i veggen. Et slikt type usunt mønster kan medføre at terapeuten på sikt kan miste interessen for ektefellens hverdagslige utfordringer, og også evnen til å føle empati i ekteskapet (Ibid:108-110).

Guy skriver om faren ved at en terapeut ikke evner å legge fra seg sin fortolkende måte å delta i samtaler på. En søken etter skjult mening, motiver, eller bakgrunn for utsagn eller utspill fra ektefelle. Ved å fortolke eller snakke om meningen bak vil en unngå å respondere på det faktiske utsagnet eller utspillet og dermed ikke samhandle, men sette seg på utsiden av relasjonen. Ved å bli profesjonell i eget ekteskap, og for eksempel respondere profesjonelt på følelsesmessige utbrudd, vil man være med på å bygge en distanse mellom terapeuten og dens ektefelle. Dette vil også kunne medføre en ubalanse i maktforholdet mellom ektefellene (Ibid:111).

Irvin D. Yalom er en erfaren terapeut som har gitt ut mange bøker med temaet terapi. Noen er å regne for skjønnlitterære verk, mens andre bærer mer preg av faglitteratur. I 2002 ga han ut en bok som heter *The gift of therapy*. Boken er skrevet som et brev fra en erfaren terapeut til nye generasjoner av terapeuter og klienter. Yalom (2002) skriver i sin bok at en mulig yrkesskade hos terapeuter er at man overser egne personlige relasjoner. Når man jobber i et

yrke som til de grader fordrer relasjoner og intimitet gjennom hele dagen, kan man føle seg drenert for ønsker om intimitet i det private. Han skriver videre om hvordan terapeuter kan bli vandt til å bli behandlet på en respektfull, og kanskje opphøyd, måte, som er mer enn hva en kan forvente av egen familie og i parrelasjoner. Faren er at man da ikke verdsetter naturlige og likestilte relasjoner på samme måte som tidligere (Yalom 2002).

Anne Marie Fosse Teigen har skrevet håndboken til *Varig kjærlighet*. Boken er basert på kunnskap og erfaring hun har lært ved å jobbe som familieterapeut. Hun skriver at det er med grunnlag i erfaring fra hvordan dette har fungert i eget ekteskap, at hun har lyst å dele denne kunnskapen. Hun tilskriver sin utvidede evne til å se hva som skjer i samhandling mellom henne og ektefellen, erfaring og kunnskap hun har tilegnet seg gjennom sitt yrke. Hvordan hun spiller inn i dette samspillet og evnen til å akseptere sin egen tilkortkommenhet er en del av det hun ser tydeligere. Hun skriver ganske direkte at hvis hun ikke hadde hatt denne kunnskapen, ville hun ikke vært gift med samme mann i dag (Teigen 2012). Denne boken leser jeg som en form for selvhjelpslitteratur. Jeg velger å referere til den i oppgaven, fordi boken trekker linjene mellom utdanning og profesjonell erfaring, inn i eget ekteskap, da forfatteren bruker seg selv som eksempel. Dette underbygger ideen om at man overfører profesjonelle relasjonskunnskap til egne private relasjoner. Jeg oppfatter det slik at Teigen nærmest gir en slags oppskrift på hvordan man kan oppnå ”varig kjærlighet”.

2.4 Ideer og diskurser om samliv

Det er en klar sammenheng mellom hvilke ideer og diskurser som finnes i samfunnet, og hvilke forventninger man kan ha selv eller oppleve fra andre, i forhold til hvordan man skal leve sine liv. Diskursene er ikke nødvendigvis uttalte, men ligger i måten vi omtaler og snakker om ulike ideer i et gitt samfunn eller en gitt kultur. Hvilket språk vi bruker for å beskrive noe er med på å gi det mening. Diskursene er underliggende meningsbærende, uten nødvendigvis å være uttalte eller tydelige. Det betyr ikke at handlinger og situasjoner ikke eksisterer i seg selv, men at hvilken mening vi tillegger det blir gjeldende gjennom hvilket språk vi bruker for å beskrive det (Jørgensen og Phillips 1999; Øfsti 2010). Et eksempel på en diskurs som vi tar for gitt er ”Blod er tykkere enn vann”, denne har store ringvirkninger som for eksempel som grunnlag for barnevernlovens biologiske prinsipp.

Diskurser eller implisitte ideer er ikke noe terapeuten kan legge igjen på kontoret når han eller hun går hjem for kvelden. Hva vi opplever som godt og vondt, suksess eller mislykkethet påvirkes av hvilke diskurser som er i tiden. Ifølge Foucault har hvilke diskurser som er tilgjengelig for oss, mye å si i forhold til hvordan vi både forstår og beskriver oss selv. Dette påvirker igjen hvordan vi vurderer og ser oss selv (Lock og Strong 2010). Hvilke diskurser opplever terapeuten at finnes i forhold til hvordan de skal leve i sine relasjoner? Er det andre forventninger til parterapeuter enn for andre med annet yrke? I systemisk ånd vil diskurser, ideer og forventninger også påvirke egne relasjoner, eget liv/samliv og hvordan vi definerer og opplever det.

I 2010 ga Anne Øfsti ut en bok om hvordan terapeutenes ideer og gjeldende diskurser påvirker i terapirommet. Diskursene i forhold til hva som er forutsetning for å inngå/fortsette ekteskap har gjennom tidene endret seg eller vært ulik samtidig. Fornuftsekteskap, husmorstid og kjernefamilie, samt demokratisering av kjærlighet er noen av diskursene som har eksistert i forhold til ekteskap og parrelasjoner (Øfsti 2010:49-59). Hvilke diskurser finnes i dag? Og hvilke ideer og forventninger vil disse diskursene medføre? For å få øye på hvilke diskurser som finnes må man se etter det implisitte i språket. Jeg vil nå se på aktuelle diskurser jeg mener kan være med på å prege hvordan parterapeuter opplever seg selv som yrkesutøver og partner, med blick på eget par.

2.4.1 Varig kjærlighet –en suksess?

Begrepet ”varig kjærlighet” går igjen flere steder i litteratur om par og forhold. Denne varige kjærligheten sees på som en forutsetning for å kunne fortsette i en parrelasjon. I forbindelse med brudd kan forklaringen være at ”kjærligheten tok slutt”.

Uavhengig av hva som er motivasjonen for å bli i et forhold, ser det ut til at det å bli i et forhold over tid og lage ”varige forhold” er en ide eller diskurs som får leve temmelig uimotsagt (Teigen 2012 og Gran 2008). Det skrives bøker og holdes kurs for par som ønsker å holde sammen. Det gis ut få bøker som handler om hvordan man kan gå ifra hverandre, til tross for at man kanskje kunne trenge litt hjelp i en slik fase også.

[...]et svært moderne par, fordi de har greid å kombinere følelser og forstand, fellesskapsorientering og individuell utvikling. Det er dette som skaper varig kjærlighet i hastighetens tid (Gran 2004:43).

Sissel Gran skriver også i boken sin om hvordan man leter etter sin bedre halvdel, og hvordan det å finne den rette kan bidra til ”å gjøre en hel”.. (Ibid:41) Dette fremhever et syn på tosomhet og varighet i forholdet som noe viktig. Hun fremhever samtidig at den romantiske kjærligheten alene kanskje ikke er nok, men at man for å få denne ”varige kjærligheten” må kombinere forstand og følelser. Dette er ikke nødvendigvis konkurrerende til en romantisk diskurs, men heller en parallell som kan kombineres. I språket kommer denne diskursen også tydelig frem. Vi snakker om sølvbryllup og gullbryllup, her blir antall år for ekteskap tillagt verdi i form av edelt metall. Dess lenger du er gift, dess bedre metall.

2.4.2 Vilje og arbeid

Synet på kjærlighet, romantikk og ekteskap har endret seg over tid. Fra å se ekteskapet som en økonomisk nødvendighet, lite preget av følelser eller fysiske kjærtegn, begynte den romantiske kjærligheten å gjøre seg gjeldende på slutten av 1800-tallet. Romantikken oppfattes ofte som en spontan underliggende tiltrekning, som ”kjærlighet ved første blick”. Ideen om at hvis man først har funnet ekte kjærlighet, så vil den vare evig (Giddens 1992), går hånd i hånd med Disneys eventyr og filmverdenes romantiske komedier. Den romantiske diskurs har fått en følgesvenn. Sammen med den romantiske kjærligheten, som vi fortsatt holder fast i, lever en diskurs om at det å ha et godt forhold krever hardt arbeid og engasjement. ”Kjærlighet er ikke noe vi har , men noe vi gjør. Den krever vilje og kontroll, og du må jobbe for den,” sier psykolog Frode Thuen (Thuen gjengitt etter Haraldsen 2011). Hvorvidt kjærlighet er hardt arbeid og noe en kan ”få til”, eller om det er noe som må komme av seg selv og som kan bli borte uten at man kan noe for det, er det ulike syn på. Det som fremkommer i språket er at ved brudd har man ”gitt opp”, og det verserer mange ideer om at man kan og må jobbe med forholdet for at det skal være godt og varig. Dette medfører et syn på kjærlighet som noe som man både forholder seg til på et kognitivt nivå, og på et emosjonelt nivå. Å si at man ikke elsker noen lenger blir brukt som et valid argument for et brudd. Men hvis kjærligheten kan jobbes frem, blir dette da metodologisk. Kan det gå bra bare man har rett metode? Som parterapeut blir dette en spennende tanke profesjonelt sett, men den kan også være med å prege ens selvbilde som partner. Hvis en har et langt parforhold, har en da ”fått det til”? Og skulle man velge å gå fra hverandre, er det da et tegn på at en ikke fulgte med når en lærte om hva som skal til for å ha gode forhold?

2.4.3 Feie for egen dør –sett i lys av yrket (practise what you preach)

”Smedens hest og skomakerens kone har oftest de dårligste sko” er et gammelt ordtak (Aune 2001-2015). Det viser til hvordan koblingen fra yrke til det private har vært og er en levende ide. Ved oppstart på familieterapiutdanningen i 2008 ble jeg spurt om jeg skulle begynne på ”skilsmissskolen”. Hvilke diskurser eller forventninger finnes det til parterapeuter og hvordan de skal leve sine egne liv? I media blir parterapeutene hentet frem som ekspertene på parforhold. Dette være seg gjennom spørrespalter, hvor den enkelte kan få hjelp til sine parrelaterte problemer, eller i form av spalter som kommer i forbindelse med høytider og ferier.

Nobody else has greater access to what makes relationships work or fail than we do. No one knows as much as we do about how to recognize problems before they get out of hand and to do something constructive to change the patterns of mediocrity (Kottler og Parr 2000:146).

Hvis det er hardt arbeid, riktige metoder eller oppskrifter en kan lære seg for å opprettholde kjærlighet, burde vel parterapeutene, som Kottler og Parr sier, ha de beste forutsetninger. Dette inn under ideen om at det er varig kjærlighet som er målet.

3 Metode

I metodekapittelet vil jeg først belyse kort den historiske utviklingen innenfor vitenskapsteorien som ligger til grunn for de to hovedgreinene innen forskning, nemlig den kvantitative og den kvalitative forskningen. Jeg ønsker å ta med den kvantitative delen fordi den er en forløper for den kvalitative forskningen, og fordi dette tydeliggjør forskjellen mellom de to tenkemåtene. Først vil jeg se på rasjonalismen, empirismen og positivisme som forløperne til den kvantitative forskningen. Innenfor kvalitativ retning vil jeg ha fokus på fenomenologi og hermeneutikk, da det er disse retningene som ligger til grunn for IPA, metoden jeg har valgt. Dette vil belyse mitt epistemologiske og ontologiske ståsted. Siden vil jeg se på IPA og redegjøre for prosessen den har guidet meg gjennom.

3.1 *Et vitenskapsteoretisk bakteppe/Metodologi*

Å kjenne historien er en forutsetning for å forstå hva vi selv er bærere av, og en hjelp til å kunne ta bevisst stilling til hva vi vil videreføre og videreutvikle (Thornquist 2003:11)

På 1600-tallet vokste rasjonalismen frem, som en motvekt til kirkens enerådende makt over utviklingen av kunnskap, og bestemmelsen over hva som ble definert som sant, viktig eller riktig. En av grunnleggerne av den moderne naturvitenskapen var René Descartes (1596-1650). Descartes hadde en matematisk tilnærming til vitenskap, og et dualistisk forhold til mennesket, som han delte mellom materie og det åndelige. Man kunne ikke stole på det sansene fortalte, og den vitenskapelige metode var en systematisering av fornuften. I kontrast til rasjonalismens tillit til bevissthet, fornuft og tenkeevne, knytter empirismen og positivismen kunnskap først og fremst til sanseerfaring og den ytre verden. Empiristene hadde i hovedsak mindre tillit til fornuften, og anså den for å være en passiv mottaker av sanseinntrykkene. Et av de sentrale navnene innen positivismen var August Comte (1788-1857). Han grunnla vitenskapen om mennesket i samfunnet, sosiologien og han var opptatt av å formulere allmenne og omfattende lover for konstante forhold mellom fenomener. ”Og kunnskap om de regelbundne forhold mellom fenomener er tilstrekkelig til å forutse, gripe inn og beherske samfunnsutviklingen” (Thornquist 2003:53). Comte var også en bidragsyter i forhold til utviklingen av rang mellom vitenskapene, med den matematiske vitenskap som den grunnleggende (Ibid:54).

Både rasjonalismen og empirismen/positivismen har et menneskesyn med tydelig skille mellom kropp/materie/fysikk og erfaring, erkjennelse og meningsverden. En del av den

positivistiske arven er vektleggingen på reliabilitet, noen ganger på bekostning av relevans og validitet. Den metodologiske positivismen som preget samfunnsvitenskapen fra midten av det 20. århundre mente at vitenskapelige utsagn skulle bygge på observerbare data; det skulle skjelnes skarpt mellom observasjon av data og fortolkning av dataens mening. Dette er den vitenskapsteoretiske tradisjonen kvantitativ forskning bygger på (Kvale og Brinkmann 2009; Thornquist 2003) .

3.2 *Fenomenologi og hermeneutikk*

3.2.1 *Fenomenologien*

Når det er snakk om kvalitativ forskning, er fenomenologien mer bestemt et begrep som peker på en interesse for å forstå sosiale fenomener ut fra aktørenes egne perspektiver og beskrive verden slik den oppfattes av informantene, ut fra den forståelse at den virkelige virkeligheten er den mennesker oppfatter (Kvale og Brinkmann 2009).

Som en motvekt til naturvitenskapen, grunnla Edmund Husserl fenomenologien. Han var kritisk til naturvitenskapens skarpe skille mellom det erkjente og den som erkjenner, og slik sett var han en motvekt til den epistemologiske dualismen. Husserl hadde fokus på vår bevissthet, og hvordan fenomener er gitt for vår bevissthet. Han var opptatt av hvordan vi forstår kunnskap, og at ved utvikling av kunnskap må en gjennom bevisstheten. Husserl introduserte begrepet *intensjonalitet*, som en måte å se hvordan vår bevissthet eller våre erfaringer står i relasjon til noe. Vi er bevisst noe, eller vi erfarer noe. Dette noe kan være en konkret ting eller ett minne, en tanke, eller ren fantasi. Det er ved å *reflektere* over disse tankene, minnene og erfaringene, at vi er fenomenologiske. Et annet begrep som var viktig for Husserl, og som er gjennomgående innenfor den fenomenologiske retningen, er *livsverden*, eller "Lebenswelt" på originalspråket. Livsverden er den verden og hverdagen vi lever i hele tiden, og som vi tar for gitt, altså ikke merker oss ved. Det er det vi har igjen når vi fjerner alle teorier om verden. Det er livsverdenen som er grunnlaget for all utvikling av vitenskapelig kunnskap. Samtidig mente Husserl, at for å gjøre fenomenologiske undersøkelser var en nødt til å legge vekk tidligere teorier, noe kalt "*bracket*". En slags bevisst naivitet hvor en legger til side sin forforståelse og kategorier, og åpner for nye og uventede fenomener. Videre ble dette debattert og stilt spørsmålsteget ved av Husserl's etterfølgere, bl. annet Heidegger. (Smith, Flowers og Larkin 2009; Kvale og Brinkmann 2009; Thornquist 2003)

Når en setter de kvantitative og kvalitative retningene opp mot hverandre ser jeg dette som relevant;

Hva fenomenologi står i motsetning til, er en ensidig dyrking og vektlegging av vitenskaplig og intellektuell refleksjon på bekostning av livserfaring, common sense og praktisk erfaring (Thornquist 2003:85).

Fenomenologien ble siden videreutviklet av flere på forskjellig vis. Jeg vil her ta for meg Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty og Jean Paul Sartre da det er disse tre som har vært av størst betydning for metoden IPA. *Martin Heidegger* var Husserls student og deltok i utviklingen fenomenologien fra å ha fokus på bevissthet og opplevelse, til å omfatte begrepet livsverden. Heidegger fjernet seg noe fra Husserl etter hvert. Han mente Husserls filosofi var for teoretisk og abstrakt, og ville i større grad befeste fenomenologien i den levde verden, i språket, relasjonene, menneskene og tingene. Heidegger var opptatt av spørsmålet om eksistens i seg selv, og hvordan vi gjennom praktiske aktiviteter og relasjoner opplever verden og skaper mening. Heideggers fokus på fortolkningen av hvordan mennesker skaper mening gjør han også er aktuell for den hermeneutiske retningen og jeg vil derfor komme tilbake til han der. *Merleau-Ponty* brakte det kroppslige perspektivet inn i fenomenologien. Han var opptatt av hvordan vi har en kroppslig relasjon til verden rundt oss. Når det er noe vi hører så er det gjennom ørene og det er øynene som ser. Kroppen vår er møtetpunktet mellom verden, tingene, den andre og oss selv. I møte med den andre kan vi føle empati, men vi kan ikke fullt ute forstå, eller føle, hvordan de har det, da dette også er en del av den kroppslige opplevelsen. *Merleau-Ponty* fokuserer på at den kroppslige opplevelsen ikke kan beskrives eller forstås til det fulle, men er viktig å ta den med i betraktningen. *Sartre* ville at vi også skal ta hensyn til mennesket, og hvordan vi skaper mening preget av vår væren i verden, i samfunnet og i relasjon til andre. Vi opplever ikke steder og hendelser uavhengig av hvem vi opplever dem sammen med. Vår opplevelse av en café endrer seg etter hvorvidt vi møter noen vi kjenner der, eller blir ventende på en som ikke møter opp. Det å være mennesket handler mer om hva vi skal bli enn hva vi er (Smith m.fl. 2009; Kvale og Brinkmann 2009; Thornquist 2003).

Innenfor IPA ser en forskerens forsøk på å forstå andre menneskers opplevelser og erfaring som tolkende. Man vil også se på hvordan mennesker skaper mening i de erfaringene og opplevelsene de deler. Dette bringer meg til den hermeneutiske teorien (Smith m.fl. 2009).

3.2.2 Hermeneutikken

Hermeneutikken dreier seg i hovedsak om forståelse og fortolkning. I likhet med fenomenologien utviklet hermeneutikken, og da den *tradisjonelle hermeneutikken*, seg som en motvekt og en motreaksjon, til naturvitenskapens enerett på utvikling av kunnskap. Først som en retning som ønsket å ha et sikrere grunnlag for å tolke bibelske tekster, siden for å tolke historiske og litterære verker. *Friedrich Schleiermacher* tilbyr en måte å tolke tekster på som innebærer at en ikke bare ser på det skrevne, men også forstår teksten i lys av forfatterens psyke, omgivelser, tiden og konteksten (Smith m.fl. 2009; Thornquist 2003). Man skulle forstå forfatterens *horisont*, med det menes å forstå forfatteren bak teksten, i tillegg til den skrevne teksten (Ibid). Det var lite eller ingen fokus på tolkerens horisont i den tradisjonelle hermeneutikken. Med *Martin Heidegger* og *Hans Georg Gadamer* beveger vi oss over i den filosofiske hermeneutikken, og en mer ontologisk tilnærming. Begge disse tok avstand fra Descartes dualistiske syn på mennesket, og mente at den tradisjonelle hermeneutikken hang igjen i dette synet ved å se på tolkeren som et nøytralt subjekt. Enhver forsker, tolker, leser eller lytter har med seg sin forforståelse inn i møtet med det som leses eller høres. En kan ikke unngå å se nye fenomener i lys av egne tidligere erfaringer. Dette går på tvers av Husserls ideal om bracketing. Gadamer bringer videre inn et dialogisk syn på lesning, hvor dialogen går mellom den ”nye” teksten, og leserens ”gamle” forforståelse. (Ibid).

Begrepet hermeneutisk sirkel er relevant i forhold til forskning og kvalitative intervjuer. Dette begrepet innebærer at man må se på delene i materialet for å kunne se helheten, og man må også se på helheten for å kunne se delene. Dette er en sirkulær og gjentakende bevegelse som gjøres gjennom tolkning av et forskningsmaterialet, analyse og drøfting (Thornquist 2003).

3.3 Ontologisk og Epistemologisk ståsted

Ontologi handler om virkeligheten og hvordan ting er: Læren om det ”værende”, det vil si tingenes eksistens og egenskaper. Kvalitativ forskning, og dermed også IPA, har fokus på hvordan mening konstrueres av mennesker i gitte situasjoner, i forhold til deres livsverden og erfaringer. Mening er sosialt konstruert av individene som erfarer og uttaler seg om et gitt fenomen, til et gitt tidspunkt og i gitt kontekst. Meningen og virkeligheten er stadig i endring (Postholm 2010:34).

Epistemologisk ståsted handler om hvordan man som forsker tenker at kunnskap blir til. Jeg finner meg selv i et sosialkonstruksjonistisk felt. Kunnskap er sosialt konstruert og vil dermed

oppstå i møtet mellom forsker og deltaker i en studie: Vi skaper virkeligheten sammen (Ibid). Epistemologi handler således om hvordan man utvikler kunnskap/vitenskap, og hva man definerer som sant, gyldig eller objektivt (Thornquist 2003:8). Hvordan vi posisjonerer oss epistemologisk har betydning for hvilke metoder man tar i bruk som forsker, og hvordan vi tenker at kunnskap produseres. Per Jensen skriver i sin doktorgrad *The narratives which connect* om begrepet *Circular epistemology*. Jensen beskriver hvordan terapeutens private historier, verdier og erfaringer preger dem i terapirommet. Han sier at han har et relasjonelt fokus som bygger på en sirkulær epistemologi (2007:13).

That means that it is the therapist's relation to the clients and the therapist's relation to her or his private and personal history, values and experiences that will form the understanding and create meaning in this research (Jensen 2007:13)

På samme måte vil det jeg i denne oppgaven ha fokus på terapeutens relasjoner og opplevelse av påvirkning fra yrke, fag og yrkesrelaterte erfaringer, i eget liv og i private relasjoner. Det er i dette rommet jeg vil gjøre mine funn, og forhåpentligvis komme frem til nye kunnskap. Dette er kontinuerlige sirkulære prosesser mellom terapeuten og dens partner, terapeuten og dens yrke og terapeuten og dens faglige utvikling. Samtidig står ikke terapeuten i et vakuum, men i et samfunn som er i stadig utvikling, og som utvikles av dets borgere, også terapeutene. Samfunnets ideer og diskurser om hva som er forventet av en terapeut, også i det private liv, er med som et bakteppe for terapeutens forståelse av seg selv. Det er ikke alltid bevisst, det ligger i diskursenes natur, men det ligger som en del av språket og flere uskrevne normer.

3.3.1 IPA og metodologi

I min studie ønsker jeg å se på hvordan parterapeuter reflekterer rundt måter deres yrke og fagkompetanse kan påvirke deres private parrelasjoner på. Jeg har valgt IPA som analysemetode av flere årsaker. Jeg vil nå presenter IPA med henblikk på hvorfor jeg har valgt denne metoden til min studie.

IPA ble introdusert i Jonathan Smith's arbeid innen britisk psykologi på 1990-tallet, og er fenomenologisk forankret. Metoden tar sikte på å se på intervjuobjektets livsverden i forhold til spesifikke temaer og fenomener. Jeg ønsker at terapeuten skal bruke sine minner og tanker rundt hvordan deres kompetanse og erfaringer fra terapirommet påvirker private relasjoner, og opplevelsene av disse. Jeg ønsker også at terapeutene skal reflektere rundt hvorvidt det eksisterer diskurser tilknyttet rollen som parterapeut, og om dette også omhandler hvordan de

lever ut sine parrelasjoner. Dette vil i første omgang være beskrivelser og utforskning av terapeutens opplevelser. ”The aim of interpretative phenomenological analysis is to explore in detail the participant’s view of the topic under investigation” (Smith, Jarman, og Osborn 1999:218). Det er nettopp informantens, parterapeutens, opplevelse av temaet jeg er opptatt av å få tak i.

IPA er opptatt av å komme nær den personlige verden til informanten, og dermed få insidertperspektivet i forhold til gjeldende tema. Samtidig tar IPA høyde for hvordan forsker oppfatter det informanten formidler, og at informasjonen fortolkes av forsker (Smith m.fl. 1999). Her kommer det hermeneutiske perspektivet inn. I møtet med informantene vil jeg, som Husserl forkynte, tilstrebe bracketing. Det vil si, jeg vil forsøke å legge vekk mine fordommer, mine egne erfaringer, og mine ideer om hvordan parterapeuter påvirkes i eget liv av sitt yrke og kompetanse. I likhet med Heidegger anser jeg også dette som uopnåelig, og kanskje er det naivt å tenke at det er mulig å legge til side egne fordommer og forforståelse. Jeg vil derfor forsøke å være bevisst mine ideer på forhånd og underveis i prosessen. Jeg vil søke å gjenkjenne når det er mine ideer som påvirker måten jeg behandler datamaterialet på, og forsøke være transparent i prosessen. Jeg ønsker å se på deler av intervjuene, se etter sammenfallende temaer og opplevelser, for så å se på helheten.

Jeg vil se også på ulike erfaringer terapeuter har med tanke på hvilken rolle deres yrkesrelaterte erfaringer spiller inn i deres private relasjoner. Videre ønsker jeg også å se på hvordan terapeutene opplever eksistensen av diskurser tilknyttet deres profesjon, og hvordan de i neste omgang opplever at diskursene virker inn i deres private relasjoner. Jeg er ikke opptatt av hvorvidt diskursene eksisterer, men terapeutens opplevelsen av dem. Jeg er ikke ute etter objektive sannheter slik en positivist ville vært, men jeg søker å gå i dybden i forhold til mine få temaer. Noen temaer kan det være mer sannsynlig å generalisere enn andre.

3.4 Validitet og reliabilitet

Konstruksjon og forståelse av virkeligheten er i stadig endring og utvikling. Kvalitative forskere er interessert i å forstå hva disse tolkningene er på et spesielt tidspunkt i en spesifikk kontekst. Forskerens mål er å prøve å forså og løfte frem meningen folk har konstruert i forhold til sin livsverden og siner erfaringer (Merriam 2002, Patton 2002 gjengitt i Postholm 2010).

Forskere som velger IPA som metode anbefales følgende fire kriterier for å sikre studiets validitet. Det første kriteriet er *sensitivitet til kontekst*. Dette være seg intervjuets kontekst, informantens kontekst i forhold til det aktuelle fenomenet som skal studeres, relasjonene mellom intervjuer og informant, og den teoretiske konteksten studien skriver seg inn i. Studiens kvalitet avhenger av intervjuers evne til å vise sensitivitet til kontekst under intervjuet, og videre i analyseprosessen og drøftingen (Smith m.fl. 2009:180-185).

Mine informanter er parterapeuter av profesjon, og kjærester eller ektefeller i private relasjoner. Mine spørsmål omhandler den private sfæren til terapeutene, og dette fordrer en bevissthet i forhold til konteksten spørsmålene stilles i, relasjonene mellom meg som intervjuer og terapeutene som informanter, og terapeutenes private kontekst. Informantene påvirkes også av historier og forventninger i forkant av intervjuet og kan i fremtiden endre syn, kanskje også på grunn av samtalen intervjuet utvikler seg til å bli. Intervjuet blir på denne måten et slags stillbilde i terapeutenes historie.

Det neste kriteriet omhandler det jeg har oversatt til *forpliktelse og grundighet* (commitment og rigour) (Smith m.fl. 2009:181). Med forpliktelse vises det her til en personlig forpliktelse og engasjement overfor både informanten og analyseprosessen. Grundighet viser til hvordan man gjennom hele prosessen skal gjennomføre hvert punkt med grundighet. Denne grundigheten skal vise seg gjennom alle ledd, også i fortolkning og analysedel. Neste punkt har jeg valgt å oversette med gjennomskiktighet og sammenheng (transparency og coherence)(Ibid:182). Dette innebærer at forskeren gjennom studien beskriver sine valg og viser prosessen for leser. Sammenheng viser både til sammenheng i den ferdig skrevne oppgaven og også sammenheng mellom egen studie og teori. Siste kriteriet er *impact og importance* (Ibid:183), her ikke oversatt. Det siktes her til at en skal tilstrebe å utforme sin studie slik at den for leseren blir spennende, viktig og/eller nyttig.

3.5 Utvalg

Jeg ønsket å intervju parterapeuter som hovedsakelig jobber med par til daglig, fordi jeg trodde det ville forenkle samarbeidet hvis terapeutene hadde en systemisk bakgrunn. Tanken var at med en systemisk bakgrunn kunne det være enklere for informantene å bli med på en idé om at det profesjonelle og det private ikke er to adskilte arenaer, men noe som kan påvirke hverandre gjensidig. Ifølge Thagaard gir dette grunnlag for å si at min studie baserer seg på et ”*strategisk utvalg*”, det vil si at mine informanter er valgt fordi de har visse egenskaper eller

kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til å gi svar på min problemstilling (Thagaard 2009:55).

Informantene har minimum fem års erfaring med parterapi, og har levd i en parrelasjon parallelt med jobb i kortere eller lenger tid av denne perioden. Dette var min forespørsel da jeg sendte ut invitasjon til tre familievernkontor(se vedlegg). Tre parterapeuter meldte seg som en konsekvens av denne forespørselen. Gjennom masterstudiet har jeg videre fått kjennskap til to erfarne parterapeut som begge ønsket å delta da de hørte om prosjektet mitt. Antallet intervjuobjekter ble dermed 5. Med tanke på at antallet som meldte seg var svært begrenset og at jeg ikke gikk videre ut for å hente inn mulige informanter, kan utvalget mitt også sies å være et *”tilgjengelighetsutvalg”*. Thagaard (2009) belyser muligheten for at de som melder seg i slike studier, i større grad enn vanlig har en opplevelse av å mestre sin livssituasjon. Personer som dermed ikke melder seg kunne vært viktige i forhold til å belyse mer problematiske sider ved temaet jeg ønsker å belyse (Ibid:56-57). I forhold til mitt tema, *”påvirkning i egne parrelasjoner”*, vil dette kanskje si at de som opplever å leve i relativt fungerende parrelasjoner i større grad er villige til å delta enn de som opplever lite mestring i private parrelasjoner.

Ifølge IPA er tre informanter å anbefale på masternivå. Dette for å få tilstrekkelig datamaterialet til å kunne se på likheter og ulikheter mellom deltakerne, og samtidig er det ikke for mange, slik at datamengden blir u håndterlig (Smith m.fl. 2009:48-52). Mitt antall informanter er mer enn anbefalt fra IPA, men samtidig overkommelig. Jeg har ikke privat kjennskap til noen av informantene. Utvalget består av fire kvinner og en mann. Dette betyr en skjevhet i kjønnsfordeling som jeg er meg bevisst. Alle har flere års erfaring med parterapeutisk arbeid, og jobber som terapeuter i dag. Videre var alle fem i et forhold da intervjuet ble avholdt. Jeg anser at arbeidsted ikke er relevant så lenge informantene identifiserer seg med tittelen parterapeut, og jobber med dette til daglig. Jeg ønsker likevel å ha i bakhodet at tre av mine informanter jobber ved samme arbeidsplass. Ulike *”kulturer”* i forhold til hvordan man snakker om egne parrelasjoner, utfordringer og opplevelser av mestring, og dermed i et språkssystemisk perspektiv samskaper opplevelsen av egne parrelasjoner, kan være med å påvirke studien. Alle terapeutene var kjent med systemisk tenkning og anså seg selv som systemiske terapeuter.

I forhold til anonymisering av informantene har jeg valgt å gi dem ”fargenavn”. Lilla, Oransje, Rød, Grønn og Blå er mine informanter, og de vil siteres med henvisning til disse fargene.

3.6 Intervjuguide

Jeg har gjennomført fem kvalitative intervjuer, med en semistrukturert intervjuguide. Dette for å styre temaet og fokuset mot opplevelsene på privat arena, men samtidig gi rom for egne, personlige historier. Jeg ønsket å komme i kontakt med opplevelser jeg ikke hadde forutsetning for å vite i forkant hva inneholdt. Jeg kan bare si noe om hvilke tema, overskrift og ramme.

Det er semistrukturert – det er hverken en åpen samtale eller en lukket spørreskjemasamtale. Den utføres i overensstemmelse med en intervjuguide som sirkler inn bestemte temaer, og som kan inneholde forslag til spørsmål (Kvale og Brinkmann 2009).

I forhold til intervjuguidens dramaturgi har jeg tatt hensyn til at mine temaer kan være emosjonelt ladete. Jeg har latt informantene velge hvor intervjuene skal forgå. Fire valgte sine egne kontorer, mens en ville møtes på cafe. Ifølge Thagaard bør intervjuet bygges opp slik at det starter med nøytrale temaer, for så å ta for seg mer emosjonelt ladete tema når informantene har blitt tryggere og har hatt mulighet til å utvikle tillit til forskeren. Intervjuet bør avsluttes med igjen mer nøytrale (Thagaard 2009:99-102).

I utgangspunktet så jeg for meg at mine intervjuer fulgte en ”tre-med-grener” –modell (Ibid:101). Det vil si at jeg hadde et hovedtema, og at mine deltemaer i all hovedsak var kjent for meg. Jeg hadde tanker om hvilke deltemaer som ville bli tatt opp, og hvilke fokus de ville ha. I etterkant ser jeg at noen av deltemaene jeg var opptatt av i mindre grad var naturlige, eller relevante, for informantene. Bakgrunnen for dette, og refleksjoner rundt dette, vil jeg komme tilbake til i analyse- og drøftingsdelen. Jeg ser at intervjuguiden er en mer ”elv-med-sidestrømmer”-modell (Ibid:101-102), hvor deltemaene i større grad blir gitt av informantene, kanskje er mer beskrivende. Ved å i større grad stille spørsmål rettet mot deltemaene jeg ønsket å se på, ville jeg kanskje fått et materiale som i større grad belyste dette. Jeg lot informantene i større grad påvirke deltemaene, dermed ble materialet noe annerledes, men like fullt interessant, fordi det sier noe om hva terapeutene selv ser som relevant i forholdet

mellom yrkeserfaringer og privatlivet. De temaene terapeutene blir mest opptatt av er sannsynligvis det som kjennes mest relevant og betydningsfullt for dem, og som dermed har gjort mest inntrykk. Det er informantenes opplevelse en IPA er ute etter, og forskers tolkning av denne (Smith m.fl. 2009). Det vil derfor bli min oppgave å lytte til hva som er viktig og relevant for intervjuobjektene og deretter se på mine fortolkninger av datamaterialet.

3.7 *Samtalene*

Forskningsintervjuet er en interpersonlig situasjon, en samtale mellom to parter om et emne av felles interesse. I intervjuet skapes kunnskap i skjæringspunktet mellom (inter) intervjuerens og den intervjuedes synspunkter (Kvale og Brinkmann 2009:137).

Selv om de fem intervjuene jeg gjennomførte artet seg forskjellig, var det likevel noen likheter. I tråd med Kvales anmodninger, valgte jeg å starte hver samtale med en kort gjennomgang av temaet for oppgaven, informasjon om hvordan materialet ville bli oppbevart, og hvor langt jeg var kommet i prosessen. Dette var informasjon informantene i utgangspunktet kunne lest seg til i informasjonsbrevet de mottok ved forespørselen om deltagelse. Det viste seg at alle satte pris på denne intonasjonen og oppdateringen, da det gikk litt tid mellom forespørsel og gjennomføring av intervju. I tillegg til den praktiske informasjonen var dette også en måte å gjøre informanten trygg på min stemme, bli kjent med min måte å snakke på og starten på et tillitsforhold mellom meg og informanten. Dette var forutsetning for at informantene skulle føle seg frie til å snakke om temaer som kunne være både emosjonelle og private (Kvale og Brinkmann 2009; Thagaard 2009).

Jeg opplevde at alle informantene fikk tilstrekkelig tillit til meg. Det var en avslappet stemning, hvor informantene fremstod trygge. Alle samtalene inneholdt mer alvorlige perioder, men også latter og humor. Jeg har inntrykk av at informantene likte spørsmålene, og satte pris på å få reflektert rundt sammenhengene mellom arbeidsliv og det private liv.

Intervjuene mine ble avrundet ved at vi hadde fokus på mer generelle temaer. I tillegg stilte jeg spørsmål rundt hvorvidt dette hadde vært ok, og informerte om veien videre etter at lydopptakeren var slått av. Og var det også åpning for at informanten kunne stille meg spørsmål. Dette ble gjort som en slags debriefing, for å forhindre at informanten skulle bli sittende med en slags tomhet, eller følelse av å ha sagt for mye (Kvale og Brinkmann 2009).

Mine informanter ga gode tilbakemeldinger, to av dem kalte sine samtaler for en slags egenerapi, og takket for praten.

3.8 *Selvrefleksjon*

Mer enn forventet ser jeg i ettertid hvordan min rolle i stor grad påvirket hvordan intervjuet forløp. Dette kom spesielt tydelig frem ved to anledninger hvor samtalene tok uventede vendinger. Den første var da jeg ved intervju nummer to fikk svært uventede svar. Dette gjorde noe med tempoet i mine spørsmål, og jeg merket at dette gjorde informanten usikker.

Ifølge Thagaard (2009:105) kan informanter ved noen tilfeller ønske å fremstille seg selv på en måte som gir et godt inntrykk på forskeren. I det ene intervjuet fikk jeg en fornemmelse av at det ble viktig for informanten å overbevise meg om sin egen evne til å overføre yrkeserfart relasjonskompetanse inn i eget ekteskap. Dette gjorde noe med min måte å delta i samtalen på. Jeg opplevde at dette bremsset min nysgjerrighet. I etterkant er det dette intervjuet jeg er minst fornøyd med.

Begge erfaringene var svært lærerike for meg som student, kanskje mer forskningsfaglig, enn de intervjuene som i større grad gikk av seg selv

3.9 *Transkripsjon*

Jeg gjennomførte transkriberingen selv. Dette var en nyttig erfaring i forhold til å bli bevisst egne formuleringer. Det var en fin måte å gjennomgå alle intervjuene på nytt, og det satte meg på sporet av temaer jeg ble videre nysgjerrig på.

3.10 *Analyse*

IPA har en mal som har guidet meg gjennom prosessen. Jeg har ikke fulgt den slavisk, men gått igjennom hovedpunktene. Jeg vil presentere dem her, og vise hvor jeg har vært lojal til metoden og hvor jeg har valgt å gjøre det på en annen måte. Videre kommer jeg til å presentere hva som eventuelt har vært fordeler og ulemper med dette. Da *Interpretative Phenomenological Analysis* (Smith m.fl. 2009) er skrevet på engelsk har jeg oversatt underveis etter beste evne.

1. Lesing og gjenlesing

Det først punktet i en IPA-analyse handler om å få informanten i fokus. Det anbefales å lytte til lydbånd av intervjuet mens man leser transkripsjoner (Smith m.fl. 2009). Da jeg hadde transkribert intervjuene selv, følte jeg ikke behov for å lytte til lydbåndene mens jeg leste. Erfaringen min ble at jeg ved lesing av transkripsjonen husket bevegelsene og rytmen i samtalen. Jeg husket hvordan informantene uttalte ordene, hvordan de brukte stemmen som for eksempel ved at de nølte, sukket, eller lo. Under intervjuet var jeg sammen med informantene i overkant av en time. Ved at jeg transkriberte selv, lyttet jeg til stemmene deres i timesvis, og ved gjennomlesing leste jeg ordene deres om, og om, igjen. Dette gjorde at jeg fikk en opplevelse av å komme informantene mine nære og at jeg kanskje opplevde å kjenne dem bedre enn jeg faktisk gjorde.

2. Innledende notater

Jeg kopierte intervjuene mine over i følgende tabell :

| Kommentarer | Transkripsjon | Temaer |
|-------------------------------------|---------------|-------------|
| Egne tanker Litteraturhenvisning | | Mulige tema |

Ifølge IPA skal man på dette stadiet kun notere ned kommentarer og tanker i forhold til uttalelser hos informanten. En skal utforske materialet med et åpent sinn, og notere alt som faller en inn ved transkripsjonen (Smith m.fl. 2009). Jeg erfarte en utålmodighet i forhold til at jeg allerede på dette stadiet ble opptatt av å se etter overordnede temaer samtidig. Dette er egentlig det neste stadiet i analyseprosessen, men for meg ble dette en mindre stringent prosess. Jeg var klar over idealet, men for å huske temaene jeg kom på, valgte jeg å notere dem fortløpende.

3. Utvikling av overordnede temaer

Dette stadiet er en manifestasjon av den hermeneutiske sirkel. Det vil si at det er en dialektisk prosess mellom de enkelte deler, og helheten, i materialet. Hvilke temaer som er valgt forutsettes av forskerens tolkning. Det er blant annet dette som er I'en, *interpretative*, i IPA (Smith m.fl. 2009). Som jeg tidligere har nevnt gjorde jeg deler av punkt 2 og 3 samtidig. Faren ved å gjøre det på denne måten, er at det er lett å blande nivåene.

4.Søking etter felles tema

Neste ledd i prosessen var å se etter gjentakende temaer i transkripsjonen, og føre disse opp på en egen liste. Dette for å få en bedre oversikt, og mulighet, til å gradere viktigheten av noen temaer fremfor andre (Smith m.fl. 2009).

5.Neste intervju

For å følge IPA's ideografiske forpliktelse skal en nå legge vekk den første transkripsjon med dens kommentarer, tolkninger og temaer og ta for seg neste. Slik skal hvert intervju analyseres for seg. Det er uunngåelig at ikke forskers blikk og forforståelse blir preget av det den tidligere har lest, men det er viktig at nye temaer får komme til overflaten og at forskerens i størst mulig grad legge fra seg forrige intervju (Smith m.fl. 2009). Etter å ha gjennomgått prosessen på data, valgte jeg å printe ut materialet. Når jeg hadde gjort dette gikk jeg på nytt igjennom intervjuene, fremhevet utsagn jeg syntes var viktig med en overstryknings-tusj og noterte i begge marger nye kommentarer og temaer som jeg ble opptatt av. Dette utgjorde en forskjell for meg i form av en grundigere gjennomgang.

6.Mønstre på tvers av intervjuene

Etter å ha gått i gjennom intervjuene på papir klippet jeg ut utsagnene jeg fant relevant. Målet var å legge alle utsagnene utover et stort bord for å se etter mønstre av temaer som gikk igjen. Da mengden utklipp ikke tillot dette valgte jeg å grovsortere etter temaene som kom til meg under punkt 4. Etter flere forsøk på kategorisering kom jeg frem til tre hovedtemaer. Etter å ha skrevet et førsteutkast på analysen, ble jeg bevisst på funn jeg tidligere ikke hadde lagt merke til. Dette gjorde at jeg valgte å skrive de nye funnene inn i neste utkast av analysen. Følgende 3 hovedtemaer, med påfølgende undertema, er sluttresultat av analyseprosessen:

Hovedtema 1: I brudd med ideer og forventninger

Undertema 1: Brudd med ideen om den varige kjærligheten

Undertema 2: Brudd med ideen om å måtte kunne feie for egen dør

Hovedtema 2: Forventninger til en selv som partner

Hovedtema 3: Når yrkesrelaterte erfaringer kommer til syne i paret, og opplevelsen av eget parforhold i terapirommet

Undertema 1: Et skifte av fokus

Undertema 2: ”Terapeut” på hjemmebane?

Undertema 3: Yrket; en del av ens personlighet

Undertema 4: Ved brudd

Undertema 5: Eget par i terapirommet

3.11 Forskningsetikk

Da temaet for min oppgave omhandler informantenes private sfære, ble det viktig for meg å holde tak i de etiske prinsipper som løftes frem i forbindelse med kvalitative intervjuer (Thagaard 2009:84). Mine informanter ble på forhånd informert om temaet, og det forelå et samtykke i forkant av intervjuene. Da jeg henvendte meg til mine informanter, sendte jeg dem et informasjonsskriv. Dette skrivet inneholdt informasjon om hensikten med intervjuene, problemstillingen min, forskningsspørsmålene, og samtykkeskjema. Informantene ble informert om hvordan jeg ville ivareta materialet, anonymisering og oppbevaring. Det ble også klargjort at de har mulighet til å trekke sitt samtykke helt frem til utgivelse.

I fenomenologisk ånd ønsket jeg å gjengi informantenes opplevelse og historier nært opp til deres egne beskrivelser. Samtidig krever en IPA at forskers tolkninger av materialet kommer tydelig frem og at det er et tydelig skille mellom informantens opplevelse og forskers tolkning. Ifølge Thagaard (2009:229) er dette en del av forskerens etiske ansvarlighet. Å fokusere på teoretisk bredde innebærer at både forskers fortolkning og informantens selvforståelse blir representert. Etisk ansvarlighet tilsier at forskeren får frem bredde og nyanserikdom i materialet.

4 Analyse, presentasjon av funn

Jeg vil i dette kapitlet presentere funn fra intervjuene, samt gi et bilde av mine tanker og tolkninger i forhold til utsagnene. Dette i tråd med analysemetode, IPA:

[...] You need to give an account of your data, to communicate a sense of what the data are like, and you need to offer an interpretation of your data, to make a case for what they all mean (Smith m.fl. 2009:109)

Gjennom hele analyseprosessen har jeg hatt fokus på oppgavens problemstillingen:

Hvordan spiller parterapeutens yrkesrelaterte erfaringer en rolle i egen parrelasjon?

På bakgrunn av min subjektive fortolkning og forforståelse, har jeg valgt ut noen av mange av informantenes utsagn.

Jeg har valgt å dele datamaterialet inn i tre hovedtema med tilhørende relevante undertema. Hovedtemaene er som følger; *brudd med ideer og forventninger, hvilke forventninger har terapeuten til seg selv i parrelasjonen, hvordan kommer yrket til syne i parrelasjonen, og hvordan tar terapeutene med seg sine egne par inn i terapirommet*. Temaene har en tendens til å gli over i hverandre, og samtidig utkrystalliserer de seg som noe adskilt.

For å gjøre sitatene mer lesbare, har jeg valgt å gjøre noen mindre endringer i teksten. Ordrepetisjoner, lyder som ”hm”, ”eh..” og nøling er tatt vekk, og erstattet med en stiplet linje i parentes (...). Dette samme gjelder for mine bekreftede ”hm” og ja. Ved noen tilfeller har jeg valgt å legge til informasjon for å gjøre kontekst mer tydelig, dette er illustrert ved at det står i hakeparenteser []. [...] i starten av en setning illustrerer at jeg har fjernet starten av setningen. Ved ekstrakt hentet fra deler av setning, vil dette illustreres ved stiplet linje i forkant og/eller etterkant. Jeg har valgt å nummerere utsagnene til informantene, i stedet for hver enkelt linje. Når jeg siterer informanten vil jeg henviser til fargenavnet, utsagnet til vedkommende forkortet med *u.* og sidetall, *s.*, i transkripsjonene.

4.1 *I brudd med ideer og forventninger*

Tro ikke at vi lever noe bedre liv enn andre, tro ikke at vi er mindre skilt enn andre, tro ikke at vi vet hvordan vi skal leve livet! (Lilla, u. 192, s. 27).

Vi er hele tiden omgitt av ideer, diskurser og forventninger til hvordan vi skal leve våre liv. Dette er med på å ramme inn og skape mening i hvordan vi former våre liv og hvilke valg vi tar. Som parterapeut eksisterer det ideer om hvordan man skal være som terapeut, men også ideer om hvordan man skal leve i sine parrelasjoner. Det være seg romantiske ideer som handler om lange ekteskap og varig kjærlighet, eller profesjonelle ideer som handler om at man må kunne leve det man lærer; ”practise what you preach”. Så lenge man lever i tråd med forventningene fra partner, media, og samfunn, vil man kanskje ikke merke dem like godt. Hva skjer med informantene når man bryter med disse ideene og forventningene? Hvilken virkning har for eksempel et brudd med den romantiske diskursen for en som jobber med parrelasjoner til daglig? Som parterapeut forholder man seg til ideer og forventninger tilknyttet ideen om paret både i jobbsammenheng og også i det private liv. Som parterapeut lever man ikke på siden av disse ideene, men man forholder seg kanskje i større grad til dem. Jeg har derfor sett på informantenes erfaringer, og opplevelser, av å bryte med ideene, hvilken virkning det har på dem og hvordan informantene regulerer seg for å forholde seg til dem.

4.1.1 Brudd med ideen om den varige kjærligheten

En sterk idé, eller diskurs, i den norske samfunnet i dag, er ideen om det lange ekteskapet som er gode. Et ekteskap som er bygd på kjærlighet mellom to mennesker. Jeg spurte mine informanter om de opplevde at det eksisterte diskurser, ideer, eller forventninger tilknyttet hvordan de som parterapeuter skal leve sine parforhold. Svarene var ulike og det var i brudd med ideene at informantene kjente på kroppen at de eksisterte.

Jeg kjente liksom blodet gikk helt ned i beina og opp i hodet og ned igjen og sånn. Fordi jeg fryktet (...) andres klientifiserende blikk på meg nesten (Lilla, u. 166, s. 23).

I tittelen ”parterapeut” ligger beskrivelsen ”terapeut for paret”. Man kan få tanker om at parterapeuter skal kunne noe mer om det å være par, for eksempel hva som skal til for å få det bra som par, og forventninger om å være en slags ekspert i parforhold. Noen av mine informanter opplever at det ligger en forventning der, i forhold til hva de selv skal prestere i et forhold.

Det er vel en type forventning eller holdning som jeg kanskje både har til meg selv men også opplever, at vi bør være liksom litt bedre på dette [relasjon] enn folk flest (Oransje, u. 230, s. 4).

Han sa noen ganger; Og DU skal være terapeut! (...) Han hadde noen litt andre forventninger til meg, tror jeg, enn han syntes jeg klarte å etterleve, for eksempel når jeg ble sint. (...) han forventet at jeg skulle (...) heve meg litt over situasjonen og være litt mer (...) kul, lugn, ha litt mer liksom, være litt mer (...) forankre meg litt høyere opp (...) enn jeg gjorde hvis jeg ble sint. (...) Og det var det verste han kunne si til meg, det var det, det var det verste (Lilla, u. 204-211, s. 28-29).

Og det sa han jo mange ganger, at du som er så opptatt av å lytte, hva om du kunne lytte litt til meg (Rød, u. 252, s. 46).

Hva da når man som parterapeut bryter denne ideen. Enten gjennom å bryte ut av paret, for eksempel ved skilsmisse, eller ved å ikke oppleve å ha det godt i parforholdet. En av mine informanter forteller om opplevelsen av skam tilknyttet sin skilsmisse.

[...]vi skal liksom få til livet vårt (...) vi skal liksom få til ekteskapet vårt (...) og at jeg tror i den diskursen så hører også, i enhver diskurs har også sine skamfulle områder og det er litt mer skamfullt å være skilt eller bli skilt tror jeg, som terapeut (...) enn om man ikke er det (Lilla u. 129-131, s. 18).

[...] første året jeg var skilt så skammet jeg meg sånn over at jeg var skilt (...) og jeg syntes det var ubehagelig å (...) si det i forsamlinger og sånne ting (Lilla, u. 164-165, s. 23).

Andre informanter har fortalt om hvordan kolleger har vært opptatt av å holde egen skilsmisse skjult i forbindelse med at de har holdt kurs og lignende. Det er nærliggende å tenke at dette også kan ha handlet om denne skammen som lilla forteller om. Så hva kan da være konsekvensen av at man som parterapeut opplever en forsterket skamfølelse ved skilsmisse?

[...] eller holder ut mye lenger enn de burde holde ut fordi at det er skambelagt å skille seg. (...) Det er i utgangspunktet skambelagt å skille seg. (...) Også tror jeg det er ekstra skambelagt når en er terapeut (Lilla, u. 259-261, s. 36).

Jeg tror ofte terapeuter later som de gjør det [lever perfekte parforhold] (Lilla, u. 255, s. 35).

Nettopp fordi man som parterapeut kan tenkes å skulle være ekspert i parforhold, er jeg ikke overrasket over at det oppleves forsterkende i forhold til skam. Flere av informantene har beskrevet denne forsterkende effekten også i forhold til at når det går bra, at de opplever å få til forholdet, fordi de bringer inn denne ekstra kompetansen.

Hva man tenker parterapeutens kompetanse består i, eller hva deres ekspertise er, har noe å si i forhold til forventninger, ideer og diskurser man har om hvordan de kan være som partnere.

Hva skal de være ekspert på? Å være i relasjon, å være par, kommunikasjon, metoder, eller intoning? Og har dette relevans for hvilke forventinger man har til seg selv som partner eller hva man venter av en relasjon? I systemisk tenkning sees alt relasjonelt, og tanken om å være individuelt ansvarlig for relasjonen er umulig. Hvordan passer dette inn i opplevelsen av forsterket skam? For meg høres dette ut som en mer individualiserende tanke, hvor man som individ blir ansvarlig for det man får til i relasjonen. Jeg tenker ikke det er et enkelt svar på dette, men en mulig interessant debatt.

4.1.2 Brudd med ideen om å måtte kunne feie for sin egen dør

Tett opp mot ideen om varig kjærlighet og lange ekteskap ligger ideen om å kunne feie for egen dør. Fordi det er parterapi man jobber med, blir dette en ide knyttet til det profesjonelle liv; Hvordan man fungerer som terapeut får direkte sammenheng med hvordan man har det i sine private parrelasjoner.

[...]en må nok jobbe litt ekstra med sitt faglige jeg, når en opplever å ikke lykkes da. Det er sikkert det at en oppleves da som en ikke lykkes i noe en egentlig burde kunne (Grønn u. 46, s. 7).

Hva blir da konsekvensen av dette. Hvordan regulerer terapeutene seg i forhold til denne ideen?

[...]vi er veldig forsiktige som kollegaer, at vi er veldig forsiktige med å innvie hverandre i egne parproblemer eller (...) at vi er tenker at(...) vi er, jeg (...) kan oppfatte det noen ganger som en frykt da(...), hvis man er for åpen med det, så kan det på en måte virke som eller kan det komme til syne, eller andre kan få det opplevelsen (...) at man nettopp ikke klarer å eh.. feie for egen dør da (Oransje, u. 36., s. 7).

Altså at man kan godt si at man strever eller er lei eller bruke litt sånn (...) mer sånn generelle termer da, men du vil liksom ikke inni den der beskrivelsen som er litt sånn som egentlig klienter sitter og beskriver litt sånn i detalj, og som vi er ute etter i parterapi. For du da er redd for at den kan brukes til å sette sammen et bilde av deg selv som liksom ikke, som du tenker at er en trussel for å være en, i forhold til å være en seriøs fagperson (Oransje, u. 53, s. 10-11).

Alle mine informanter, som har gått igjennom en skilsmisse, snakker om hvordan dette har vært svært lærerikt faglig sett, og at det har gitt dem en dypere forståelse og respekt i forhold til de parene og individene de møter i terapirommet. Jeg vil kalle dette en utvidet kompetanse. Samtidig er det å gå igjennom en skilsmisse skambelagt og knyttet til en trussel mot sin identitet som fagperson. Det er et underlig paradoks. Hva har dette å si for hvordan det

oppleves for terapeuter å oppsøke hjelp når deres egne relasjoner er truet? Hvordan er det å ta kontakt med et familievernkontor for å gå i parterapi? Hvordan snakkes det om det å få hjelp, og terapi? Hvordan snakker vi om dette i familierapiutdanningen? Hvordan kan det legges til rette for at parterapeuter kan oppsøke hjelp uten at dette medbringer skam eller en truet identitet som fagperson? Jeg kommer tilbake til dette i kapitlet med refleksjon og videre forskningsspørsmål,

4.2 Forventninger til en selv som partner

Hvilke forventninger vi har til oss selv kan være med å prege våre opplevelser, vårt selvbilde og vår identitet som partner og fagperson. Jeg har derfor vært nysgjerrig på hvilke forventninger parterapeutene har til seg selv som partnere. Opplever de å ha andre forventninger til seg selv, enn andre med en annen fagbakgrunn?

Alle informantene har på ulikt vis gitt uttrykk for at de har større eller andre forventninger til hva de skal bidra med inn i sin parrelasjon. Dette med tanke på den yrkeserfaringen de har. Forventningene er ulike og de beskriver dem slik:

Jeg mener at jeg bruker kunnskapen jeg har. Og jeg har lært av den kunnskapen jeg har, så jeg gjør ting på en annen måte nå enn jeg gjorde tidligere (Grønn, u. 55, s. 8).

Jeg opplever i alle fall mine egne forventninger til at nå bør jeg ikke rote det til...
...hvis vi hadde hatt det vanskelig så hadde jeg nok vært, en av de tingene jeg virkelig hadde vurdert, at det ville tatt seg dårlig ut (Grønn, u. 41-42, s. 6).

[Ved konflikt/uoverensstemmelse med partner]...jeg skal (...) nettopp klare å heve meg litt opp, klare å forankre i noe annet og klare å være desentrert og lydhør (Lilla, u. 231, s. 31).

Også har jeg jo, fordi det ble et brudd, tenkt at der misser jeg ut, her forsto jeg det ikke sånn... ..jeg vet ikke hvor sterkt jeg mener det, men at jeg har vært inne på den tanken at; Dette burde du forstått [Rød] (...) dette burde du ha erfaring fra og forstått (Rød, u. 204-206, s. 37-38).

[...] min forventning til meg selv om at jeg skal greie å snu tankemønstre og snu den følelesespiralen er større fordi at jeg for det første vet hva som skjer og for det andre vet hvordan jeg kan gjøre noe med det. (...) Fordi at det er noe som jeg kan jobbe med med meg selv. Men (...) jeg kjenner at jeg tillater meg selv å ikke gjøre det. At jeg tillater meg selv å ikke få det til, jeg faller ikke sammen i selvforakt (Blå, u. 150-151, s. 33-34).

Ja(...)det har jeg jo, jeg har forventninger om at jeg (...) skal gjøre litt mindre teite ting, enn det mange andre gjør. Det har jeg en forventning om (Blå, u. 145, s. 32-33).

På direkte spørsmål om Blå forventer å prestere mer, eller være en bedre partner/ektefelle fordi Blå er parterapeut, svarer blå *ja* (Blå, u. 148, s. 33).

[...] jeg har den forventningen at jeg på en måte må håndtere og agere i situasjoner som jeg på en måte har dekning for da. (...) Altså at jeg (...) har en type plan liksom om hvordan jeg vil være som partner, og når jeg ikke klarer å leve opp til den forventningen (...) så får jeg en reaksjon på det (...) for meg selv, altså ikke bare det at da fungerer jeg dårlig i forhold til partner, men også en type skuffelse over meg selv. (...)Atte ah klarte du liksom ikke bedre enn det, (...) som er en sånn ekstra sånn selvjustis tenker jeg da,(...) (Oransje, u. 64-69, s. 14).

[...]at hvis ikke jeg liksom hele veien orker å snu det og se det fra den andres perspektiv, og hvordan det, han da, opplever meg, og ta det på alvor, så (...) har jeg tapt liksom (Oransje, u. 75, s. 15).

Alle utsagnene ovenfor viser at informantene har forventninger om at deres fagkompetanse, yrkesrelaterte erfaringer eller profesjon, i større eller mindre grad, kommer til syne i måten de fungerer som partnere. Kanskje vil dette temaet gjelde for andre yrkesgrupper også. Jeg får en idé om at begrepet selvjustis, som Oransje bringer på bane, kan være aktuelt for flere av mine informanter. I dette perspektivet kan det være lett å tenke at individet, her informanten, blir meransvarlig for at relasjonen fungerer, slik jeg var inne på under punkt 4.1.1. Så fremt forholdet fungerer godt og er relativt harmonisk, vil dette kanskje ikke gjøre annet enn å bygge opp under et godt selvbilde, en følelse av å leve opp til sine forventninger. Men hva gjør det med en, som individ og partner, hvis man opplever konfliktfylte perioder, brudd eller tomhet i forholdet?

Noen funn er med å nyansere forventningene til den enkelte terapeut. Oransje sier at det er *noe annet*, ikke *noe mer* Oransje forventer å gi inn i relasjonen (Oransje, u. 212-213, s. 43).

Tenker at det er, altså både sånn ja ja vi holder nå på med disse livene våre alle sammen da, ikke sant. (...) de[klientene] gjør det og jeg gjør det. Så jeg har i hvert fall ingen forskjell på at det er dem og meg altså (Rød, u. 215, s. 40).

Jeg opplever ikke at mine informanter har urealistiske eller forhøyede tanker om seg selv. Jeg forstod det mer som at de stiller strenge krav til seg selv, en form for selvjustis. De har ikke et nedlatende syn på klientene, men et strengt blikk på eget bidrag i egne relasjoner.

4.3 *Når yrkesrelaterte erfaringer kommer til syne i paret og opplevelsen av eget parforhold i terapirommet*

Alle mine informanter beskriver at de opplever at deres profesjon kommer til syne i parrelasjonen deres. De gir uttrykk for at det kommer frem på ulike vis. De snakker om hvordan de bringer inn et skifte av fokus, hvordan man ved å bli for profesjonell i relasjonen, kan miste sin autentisitet, og hvordan en skilsmisse påvirkes av ens profesjon.

4.3.1 **Et skifte av fokus**

Flere av informantene beskriver hvordan de har et skifte av fokus over på relasjon mellom seg selv og partner, og en økt nysgjerrighet og fokus på partner. De tar metaperspektiv i konflikter og bringer med seg sin kompetanse i relasjonen. Ofte oppleves dette som et gode og en ressurs inn i forholdet.

[...]for meg er først og fremst min profesjonelle kompetanse det er det at jeg hele tiden har, hva skal jeg si, oppmerksomheten knyttet til relasjonen mellom meg og andre, hva hvordan jeg er for at de kan være seg, eller bli seg på en måte som er godt for dem. (...) Og det tenker jeg er en god holdning å ha med seg inn i private relasjoner også (Rød, u. 270-271, s. 49-50).

Tenker i hvert fall ikke om meg selv som en som kommer så fort i forsvar, så jeg tar den når jeg får den, og da kan jeg metasnakke og beklage det liksom uten at jeg mister ansikt (Rød, u. 255, s. 47).

[...] [det å være parterapeut] gjør at jeg slipper partner mye mer til og at partner får (...) utfolde seg på en annen måte enn hun fikk før, for da var jeg jo mer opptatt av å fortelle hva som foregikk inni meg selv og inni mitt eget hodet (Blå, u. 202, s. 45).

[...]du lærer deg hvilke små ting som du gjorde før i tida som du har slutta med (...) som du henter fram igjen, eller det er i hvert fall slik jeg opplever det (...) Pluss at jeg tilfører noen nye ting da, det å være mer interessert (...)i hverdagen (Grønn, u. 126-128, s. 21).

[...] tenker jeg at jeg er mer istand til, jeg er i allright stand til, absolutt ikke i perfekt i stand til det, men i allright stand til å starte en sånn samtale, etter at det har skjært seg, etter at på en måte begge sitter og bare har det ganske (...) er veldig i sine egne følelser da, er både sint og skuffa eller lei seg og alt dette her som jo skjer.(...) Eh så er jeg mer, bedre i stand til å starte ut en sånn samtale , å starte med hans opplevelse også vente med min egen.(...) Men jeg (...) må jo komme til jeg også, og det gjør jeg jo. Det er lettere, det er jo lettere (...)for den parten da som har blitt møtt, så er det jo lettere å ta motsatt posisjon etterpå (Oransje , u. 82-84, s.17).

[...] jeg kan sette det i metaperspektiv fort da (...) Og at det noen ganger er veldig interessant og noen ganger tror jeg det virker litt belærende (Oransje, u. 172-173, s. 36).

Fokus på relasjoner oppleves for noen som en berikelse. Samtidig kan dette fokuset og intensiteten noen ganger bli i overkant, om ikke for terapeuten, så har de tanker om at det kan være slik for deres partner.

De har nok opplevd at jeg har vært en som har, ønsker å snakke mye om relasjoner (Rød, u. 137, s. 24).

[...] istedenfor å være bedømmende eller evaluerende til et eller annet menneskets verden, heller blir utforskende, du opplever at du beriker ditt eget liv og jeg tror at det trener vi litt opp, og sånn sett kanskje mer, i hvert fall noen blir det, mer nysgjerrig. Jeg blir det(...)Jeg merker at jeg blir det og noen ganger i overkant (...) mye kanskje for (...) partner (Lilla, u. 111-113, s. 16).

I intervjuene var jeg opptatt av hvordan det praktisk viste seg i relasjonene, etter hvert har jeg fått mer fokus på at dette gjør noe med hele mennesket. Noen av informantene beskrev at de er krevende som partnere og stiller andre krav til partner nå enn tidligere:

[...] jeg blir krevende, jeg tror man blir litt krevende kjæreste av å jobbe med par (...)kan bli det, i hvert fall jeg blir det (Lilla, u. 46-47, s. 5).

Samtidig opplever to av informantene seg mer raus og romslig, men da også med en forventning om å bli møtt med romslighet.

[...] for min egen del så kjenner jeg nok at jeg blir romsligere og romsligere, jeg var nok ikke så romslig med han første, var mye mer romslig med han neste og hvis det blir noen ny nå så tror jeg jeg blir enda mer romslig.(...) Så ja, (...) jeg tror nok jeg merker forventningene, og de er all right det er greit på en eller annen måte at de er der, men det må være litt likeverd i det. Det må møtes, ellers blir det litt klient/pasient-aktig greier, så det må møtes med romslighet den andre veien. Så tror jeg jo litt at hvis man er romslig selv så møtes man litt romslig da (Lilla, u. 274-276, s. 38).

Deres yrkeserfaring er av en slik type at det kan endre kommunikasjon, tankesett og egne interesser. Det ville være underlig om det ikke viste seg i deres private parrelasjoner.

Terapeutene viser at dette ofte oppleves positivt, men at det også kan være utfordrende. Hva kreves av en partner i slike prosesser?

4.3.2 "Terapeut" på hjemmebane

Noen ganger snakker informantene om tilfeller hvor de har opplevde å være tett opp mot terapeutrollen i det private. De beskriver det som glidende overganger og ikke klare skiller. Noen informanter så ikke dette som problematisk, mens andre igjen så en fare for at noe ble mistet på veien.

Akkurat som jeg prøver å hjelpe han da, til å erkjenne en følelse som har liksom ikke helt har tak i (...) så kan jeg liksom gå litt sånn rundt, intervjuer litt for at han skal liksom bli litt sånn (...) mer bevisst da (...) på noen ting, eller kanskje få tak i noen ting. Og da kan jo jeg være ganske tålmodig og (...) holde på litt sånn som jeg gjør med klienter da (...) Og noen ganger så, og noen ganger så kan han faktisk også synes at det er fint, mens andre ganger så tror jeg at det er ubehagelig fordi at han føler plutselig at han har kommet i terapi liksom (Oransje, u. 149-152, s. 31-32).

[...] jeg har jo sagt; fortell mer om det eller noe sånt, fordi jeg har lært at det skal man si og jeg egentlig ikke har vært så veldig interessert i det. Men så har jeg blitt det likevel da (Blå, u. 205, s. 46).

[...] jeg tror det er veldig da at det er mange partereapeuter som har faktisk en, virkelig en minus i relasjon av partner fordi at det er noen innøvde måter å si ting på og være på. Altså innøvd eller det er klart det blir en del av deg som person, men som virker litt for terapeutiske da (Oransje, u. 148, s. 31).

Jeg tror at det alltid er en fare for at en skal bli for riktig i anførselstegn (...) og da tror jeg en mister litt det umiddelbare og (...) blir mer lært enn seg selv (Lilla, u. 235-236, s. 32).

Sånn at det ja jeg må følge med på mine egne og andres følelser, reaksjoner, tar litt sånn temp; hva skjer nå, hva kunne skjedd, hvordan er det lurt? (Oransje, u. 183, s. 38).

Informantene mine kom med få eksempler på situasjoner hvor de opplevde selv å være mindre ekte. De generaliserte og beskrev hvordan det var viktig for dem å være "uriktig" og ekte. Jeg fikk en følelse av at dette på et vis var et slags tabu. At det å være "ekte" i møte med private relasjoner var en verdi de holdt høyt. Kanskje kan det å oppleve seg selv som tillært eller lite autentisk være vanskelig å snakke om.

4.3.3 Yrket; en del av ens personlighet

Kontrasten til ideen om at man blir terapeut på hjemmebane, er opplevelsen terapeutene har til at yrket og faget blir en del av deres personlighet. En informant forteller om hvordan hun har lært måter å forholde seg til utfordrende parrelaterte situasjoner gjennom utdanning og

yrkesrelaterte erfaringer. Dette har gradvis blitt en del av henne og kommer naturlig i aktuelle situasjoner.

[...] en del av den kunnskapen og væremåten, er jo meg (Oransje u. 176, s. 36).

[...] det er jo klart det[yrket] blir en del av deg som person (Oransje u. 148, s. 31).

Informanten snakker her om hvordan kommunikasjon, væremåte og tilstedeværelse, i møte med den andre, blir en del av hennes personlighet. Denne informanten viser også til at det er en kontinuerlig prosess hvor ens private og ens profesjonelle liv står i gjensidig påvirkning. Hun ser at tid, modenhet og ulike private erfaringer bringer endringer inn i terapirommet, og at på samme måte bringer erfaringer fra terapirommet endringer inn i det private. I tråd med dette kan man også se at informantens erfaringer om å bli mer raus og romslig, er en del av hvordan deres personlighet blir endret av et fag som oppfordrer en til å ta ulike perspektiver og romme ulike virkeligheter.

4.3.4 Ved brudd

Tre av mine informanter hadde gått igjennom en skilsmisse mens de jobbet som parterapeuter. Dette var ikke mitt hovedfokus i intervjuet, men kom på banen som tema da noen temaer ble mer tydelige i møte med et brudd. De hadde alle ulike opplevelser av dette, men opplevde utfordringer knyttet til profesjon og samlivsbrudd.

Oransje beskriver hvordan dette påvirket helt konkret i prosessen :

[...] det påvirka meg i prosessen med det å være tålmodig (...) til å lage en ganske lang prosess av det. (...) Og ja som på en måte, følte jeg, ble liksom rokket av min egen litt sånn utålmodighet, (...) men at jeg på en måte holdt meg holdt meg i den prosessen mye lenger enn jeg følte egentlig at jeg orket. (...) Nettopp (...) for det at jeg syns at jeg, da hadde jeg allerede begynt, vært på familievernet en stund, mye (...) rundt skilsmisser og prosesser, at jeg ser at det å holde (...), ja å være tålmodig og lage en prosess på en måte, så begge er orntli gjennom, at det gir resultater for samarbeid og livet liksom etter bruddet da (Oransje, u. 88-90, s. 18-19).

”Den klokeste gir seg” var en sånn utsagn som jeg tenker atte (...), ja jeg nesten lurer på; var det så klokt egentlig, ja sånn at, men at jeg nok var, lente meg mye til det” (Oransje, u. 95-96, s. 20).

Her viser informanten hvordan erfaringer fra terapirommet, og holdninger fra et parterapeutisk fagmiljø, er med å prege skilsmisseprosessen. Informanten vurderer det ikke nødvendigvis positivt, men mer erkjenner at det var slik.

[...] dette faget eller feltet liksom har gitt meg; det er viktig å gi folk og dermed også meg selv anledning til å kjenne på tyngden i en følelse. (...) Og ikke intellektuelt skulle liksom kognitivt holde på med den, og får den bort som en sånn, tenk annerledes, tenk positivt, hva hvis du tenker sånn og sånn. Og jeg tenker det, vi kan fort være for raske til å gjøre det. Og det har jo jeg vært opptatt i terapi. Det (...) har jeg tatt med meg inn i dette bruddet mitt da. (...) Ja på en måte rom for en sorg, for en krenkelse, for en (...) ureflektert følelse (Rød, u. 177-181, s. 32).

Her viser terapeuten hvordan det som er viktig i terapirommet også er viktig i det private liv. Jeg opplever at informantenes erfaringer og kunnskap, som de har har ervervet seg gjennom sitt yrke, er med på å bringe en raushet inn i det private liv. Informantene er kanskje litt mindre streng med seg selv, for eksempel når de står overfor et brudd. En informant forteller om hvordan erfaringer med å bevitne andres sorgprosesser ved brudd, i terapirommet, har gitt henne en raushet overfor seg selv, til å kjenne på dybden i en følelse. Samme terapeut snakker også om vanskelighetene med å metakommunisere når man opplever krenkelser, noe jeg ikke anser som unormalt ved brudd. Dette får meg til å anta at når terapeuter blir presset i sitt private liv, blir det vanskeligere å bruke yrkesrelatert kompetanse.

Alle tre terapeutene har snakket om hvordan det å ha gjennomgått en skilsmisse har vært positivt, eller faglig interessant, i forhold til deres profesjon. Oransje snakker om det å ha kjent på smerten ved å gå igjennom en skilsmisse. Erfaringen har gitt informanten mer forståelse, og medfølelse, overfor de som kommer til terapi i forbindelse med brudd.

Jeg har vært liksom nå skilt to ganger, altså brudd ja, altså mitt liv har inneholdt så mange følelser i forhold til det å være i parrelasjoner, det tenker jeg er en, jeg tenker på det som en stor verdi da. (...) I møte med andre mennesker, for da er det liksom, det er ikke den ting jeg ikke har opplevd på en måte da. Det er jo ikke sant da men, det kan liksom bli den følelsen (Rød, u.212-213, s.39).

Jeg tror mennesker har behov for å finne mening i vanskelige situasjoner. Det er i møtet med det meningsløse at man virkelig blir satt på prøve. Det at terapeutene kan bruke sine brudd, og kanskje også andre vanskelige livshendelser, til å berike sitt liv og sin kompetanse som terapeut, kan bidra til at terapeutene snakker annerledes om og opplever hendelsene annerledes. Jeg tror ikke smerten blir mindre eller at intensiteten i situasjonen blir lettere å

bære, men det kommer noe i tillegg; Noe som kan gi situasjonen en ekstra dimensjon av mening.

4.3.5 Opplevelsen av eget parforhold i terapirommet

Informantene mine forteller at de tar med seg sitt eget par inn i terapirommet. ”Å ta med” seg sitt eget par inn i rommet, vil si at informantene tenker på, og relaterer, det de bevitner til egne private erfaringer. De sammenligner andres relasjoner med sine egne, opplever gjenklang og forsterker ideene om sine egne par. Dette er med på å påvirke hvordan de ser sine egne parrelasjoner, hvordan de ser partner, og hvordan de møter partner når de kommer hjem etter jobb. Samtidig som de er på jobb, lever de i sitt eget liv. Kanskje nettopp fordi temaene man snakker om i terapirommet kan være så nært knyttet opp mot noe man har, eller skulle ønsket seg mer av, hjemme. Et av de mest spennende funnene, var hvordan informantene relaterte temaene i terapirommet til eget liv, og eget par, hver dag.

[...]den omsorgen eller den kjærligheten som den ene parten viser den andre, så kan det jo hende jammen sånn har jo ikke jeg det hjemme, jeg kunne jammen ønske meg litt mer sånn.(...) eller (...) jeg tenker det at det er jo det som er fascinerende, det å være, du er jo midt liksom du er jo midt inni ditt eget liv hele tiden også (Rød, u-92-93, s.16).

[...] hvert forhold er unikt og det er kompleksitet og forskjellige ting, men på en annen side så sitter jeg jo og tenker hele tiden; å gud ja dette har jeg opplevd, og dette har jeg opplevd, dette har jeg opplevd, dette har jeg opplevd, også vet jeg jo at jeg har ikke opplevd dette de snakker om (...) men det (...) gir en gjenklang i meg da. (...) det er kanskje derfor jeg synes det er utrolig fascinerende og selvfølgelig også vanskelig og vondt noen ganger (...) fordi det gir gjenklang i egen, ens egne savn eller, egen smerte (Rød, u.95-98, s.16-17).

Informantene forteller om hvordan det tydeliggjør ens egen relasjon, gir gjenklang og viser sider en kanskje savner.

[...] jeg har sett ting som jeg har tenkt at jeg har ønsket at jeg hadde en sånn partner (...) og at det har vært sårt (...) Og at sikkert litt liksom uten at jeg liksom har tenkt sånn på det, men det farget liksom, at det har blitt tydeligere for meg, noe som jeg har savnet da ...i forholdet (Rød, u.133-135, s.24).

Altså sammensetningen av de parene jeg treffer og det vi snakker om og det som skjer(...) det liksom det minner meg på ting da (...)det minner meg på ting i min egen relasjon (...) og det gjorde det jo da også på godt og vondt. (...) Og er det veldig sårt og vanskelig så er det jo veldig lett at det er altså du får en på en en sånn ikke, altså en

eh.. tilførsel en en liksom en ekstra dose da av sånn påminnelse om det som er vanskelig (Oransje, u.121-125, s. 26).

Det er jo både en gevinst, en bonus, men også selvfølgelig en type belastning for att det er hele tiden påminnelser da (...) om ditt eget parforhold, hver dag liksom, er det påminnelser (Oransje, u.134-135, s. 28).

[...] det er klart at det mobiliserer noe i meg av oppmerksomhet rundt det at (...) jeg da kunne kjenne på at jeg setter veldig pris på det at kjæresten min og jeg, vi liksom er fysisk nære hverandre (Rød, u. 105, s.18).

En informant viser frem spriket mellom hvordan man påvirkes som terapeut, og forventningene eller ønsket fra partner hjemme.

Og da tror jeg også det jeg (...) merker at jeg sitter og relaterer til mitt private liv i terapirommet (...) i den forstand at jeg gleder meg til å liksom (...) å dette gleder jeg meg til å ta med meg hjem som en type inspirasjon (...) også kommer jeg da hjem, også er da vedkommende, min kjæreste eller før ektefelle, ikke der [mentalt, på samme måte inspirert] (Lilla, u. 38-40, s. 4-5).

Hvordan er det for parterapeutene å sitte og ta del i andres parhistorier, hva gjør det med hvordan de tenker om eget par og partnere? Hva gjør det med forventningene de har til sine forhold? Det er skrevet lite om hvordan den indre dialog er rundt eget par kan relateres til det som skjer i terapirommet.

Dette funnet viser hvordan terapirommet kan ha direkte innflytelse på hvordan man tenker om egne relasjoner, og hvordan opplevelser i terapirommet er med å forsterke både savn og bekrefte gode følelser. Det er tydeliggjørende, og det skaper gjenklang. Dette antyder at det å jobbe tett på par, øker bevisstheten i egne parrelasjoner.

4.4 Sammen drag

Jeg har i dette kapitlet løftet frem de funnene jeg har sett som relevante i forhold til problemstillingen. Jeg har sett at mine informanter forteller om en utvidet skam i forhold til brudd på ideer om varig kjærlighet, og at et brudd i egen relasjon kan fungere som en trussel mot ens identitet som fagperson. Samtidig sier de av informantene, som har gått igjennom brudd, at dette bidrar til en bredere forståelse i møte med klienter. Parterapeutene forteller om en hevet forventning til hva de selv skal prestere i egne relasjoner, en slags utvidet selvjustis.

Alle mine informanter gir uttrykk for at deres yrkeserfaringer har bidratt til at de bringer noe annet inn i deres private relasjon. Noen forteller om et skifte av fokus fra egne tanker og meninger, til relasjon og partner. Alle var opptatt av hva de selv brakte inn i relasjonen, samtalene og eventuelle konflikter. En raushet og romslighet som de ønsker å gi partner, ble også noe de fikk behov for å bli møtt med. Informantene så ut til å ha et bevisst forhold til muligheten for at de ble ”terapeut” på hjemmebane, og hadde ulike tanker rundt dette. Noen var bekymret for at det var en fare for å miste noe ekte. Samtidig forteller informantene om at deres yrkesrelaterte erfaringer bidrar i ens utvikling også som privatperson, på samme måte som man påvirkes som yrkesutøver av hendelser i det private liv.

Ved brudd forteller terapeutene at de bringer med seg erfaringer fra terapirommet inn i måten de takler egne brudd. Dette har både vært en styrke og en utfordring, og har gitt en videre forståelse av hva et brudd innebærer.

Informantene forteller om hvordan de bringer med seg tanker om eget par inn i terapirommet, ved at de sammenligner og relaterer seg til klientenes historier. Det de er vitne til som terapeuter gir gjenklang i eget liv. Dette kan forsterke gode følelser, og samtidig tydeliggjøre eventuelle savn.

5 Drøfting

Intensjonen bak denne studien var å forske på hvordan parterapeuters yrke spiller inn i deres private parrelasjoner. For å få svar på dette valgte jeg å ha fokus på tre områder som ville belyse dette; opplevelsen av brudd med eksisterende ideer om samliv, egne forventninger til en selv som partner, og hvordan parterapeutene synes å merke sitt yrke i samlivet og omvendt. I drøftingskapittelet vil jeg ta for meg forskningsspørsmålene og se hvordan funnene fra analyse, teori og tidligere forskning kan belyse dem.

5.1 Hvilken opplevelse har parterapeutene av å bryte med ideer og forventninger knyttet til hvordan de skal leve sine parrelasjoner?

I analysekapittelet delte jeg opp temaene i: brudd med ideen om den varige kjærlighet og brudd med ideen om å måtte kunne feie for egen dør. Da dette er diskurser som på grunn av terapeutenes yrke har en tendens til å gli over i hverandre, har jeg valgt å drøfte det sammen.

Informantenes opplevelse av ideer om samliv, knyttet til deres yrke, blir tydelig idet de bryter med dem. Det er i bruddet med ideene, forventningene og diskursene at følelsene kommer frem. Det at ideene er der, og at de er med å forme våre opplevelser, kan underbygges i litteraturen.

Oppfatninger og meninger om kjærlighet former terapeuters og klienters tanke og handling i terapi, fordi de er samfunnets idealer om hvordan det er riktig å leve, føle og elske (Øfsti 2010:23).

I boken *Parterapi* skriver Øfsti (2010) om hvordan idealer er med å forme det som skjer i terapirommet. Disse idealene gjelder også i terapeutenes private liv. Forskjellen er at i det private rom har terapeuten noe mer personlig på spill. I tillegg til et mulig ønske om å leve opp til samfunnets idealer, kan det se ut til at det er forventninger til at de skal kunne gjøre det enda bedre, på bakgrunn av deres yrkeskompetanse og yrkesrelaterte erfaringer.

Given the fact that most psychotherapists have received training and experience in marital therapy, and spend much of their professional time attempting to improve the marriages of their patients, it seems reasonable to expect that they will be more successful than most in their own marriages (Guy 1987:106).

Begrepet compassion fatigue beskriver en empatisk tretthet. Mennesker som jobber i relasjonelt krevende jobber kan oppleve egne nære relasjoner utfordrende, og vise manglende engasjement (Rothschild 2006). Guy (1987) er opptatt av hvordan terapeuter som sitter i samtaler gjennom dagen på jobb, kan være lite motivert til å lytte støttende eller være empatiske på hjemmebane.

Informantene beskriver også en skam tilknyttet brudd og vanskeligheter i forholdet. Guy (1987) formidler at terapeuter som jobber med par kan ha urealistiske tanker og forventninger om at eget ekteskap skal være feilfritt og perfekt. Slike tanker eller forventninger er med på å legge ekstra press på forholdet, og kan forklare hvorfor mange terapeuter vegrer seg for å gå i parterapi selv (Guy 1987). Om det er egne høye forventninger eller den romantiske diskursen som bidrar til skam, er vanskelig å skille på. Skammen kan også ha sammenheng med ideen om at skal man hjelpe andre, må man kunne feie for sin egen dør.

Informantene er inne på sammenhengen mellom en opplevelse av å få til personlige parrelasjoner og seriøsitet som fagperson. En sammenheng som også poengteres av en partner i konflikt ifølge en av mine informanter: "[...]og du skal liksom være terapeut" [Lilla, u. 204, s. 28). Dette temaet blir det også henvist til når informantene snakker om hvordan det er ok å være skilt, men at det å forklare i detalj hvorfor det ble slik, eller å dele tabber og feilskjær man har gjort i private relasjoner, er vanskelig. Ved å vise frem sine tilkortkommenheter, kan man lett frykte at dette kan true ens seriøsitet som fagperson.

If you want to sell something, you'd better believe in it or, perhaps, you sell more effectively what you consume yourself. As applied to the therapeutic relationship, this suggests that advice-giving only works when therapists are genuine and consistent in that which they embrace as healthy for their own lives as well (Hatcher 2014).

Er feilskjær i eget parforhold et bevis på at en ikke følger sine egne råd og dermed ikke oppfattes troverdig som kompetent fagperson? Dette perspektivet passer kanskje best i en forståelse hvor terapeuter ser på seg selv som eksperter, og hvor terapeutene kan bli individuelt ansvarlig for at den private relasjonen skal fungere godt. I motsetning til dette, er den systemiske forståelsen opptatt av det relasjonelle, man er ikke alene om ansvaret for en relasjonens fungering. Når jeg finner lite litteratur som belyser den sirkulære prosessen inn i det private liv til terapeuter, kan jeg undre meg over om den systemiske forståelsen stopper

ved terskelen ut av terapirommet. Tenker vi ikke sirkulært og systemisk om de prosessene som skjer i vårt eget liv? Selvjustis er med å styrke denne mistanken.

For min del opplever jeg å få mer respekt for de terapeuter som kan sette ord på øyeblikk de ikke har opplevd å strekke til. Jeg synes dette viser en ydmykhet i møtet med medmennesket, en ydmykhet som ikke er underkuende, men viser styrke. Å vise usikkerhet betyr jo ikke at man mangler kunnskap, men heller at man evner å se at det finnes mange og ulike alternativer. At man velger ”feil” innimellom viser at man er et menneske med emosjoner, historier, livserfaring og mot.

Når informantene bryter med ideen om å fungere bedre i parrelasjoner, forteller de at de opplever reaksjoner fra partner. Beskyldninger fra partner om å ikke lytte tilstrekkelig, eller være engasjert eller forståelsesfull nok, kan være en konsekvens av at partner har ekstra høye forventinger til hva en skal bli møtt med, når en er sammen med en parterapeut. På en annen side er dette beskrivelser av mine informanternes opplevelser sett fra deres ståsted. Hadde jeg intervjuet informantens partnere ville de kanskje beskrevet det som om et manglende engasjement eller passivitet. Kan det være at parterapeuter opplever å stå i en skvis mellom egne, partners og samfunnets forventninger om hvordan man skal leve i en parrelasjon? Det virker derfor å være som en linedans i stor høyde, uten sikring, hvor fallet er dypt, og risikoen for mislykkethet og skam er enorm. Parterapeutene kan oppleve å svikte alle, også selve ideen om paret som en institusjon for å forvalte kjærligheten.

5.2 Hvilke forventninger opplever parterapeutene at de har til seg selv som partnere?

Alle mine informanter ga uttrykk for at de hadde forventninger til seg selv som partnere. Noen i retning av at de skulle være bedre enn de var før de ble parterapeuter og fikk de yrkesrelaterte erfaringene de har nå. Enkelte tenkte at de bare kunne være annerledes. Flere var inne på hvordan de forventet å handle annerledes i konfliktsituasjon, kunne se ting fra flere perspektiver, være lydhøre og ikke ”rote” det til. Forventingene knyttet til den kompetanse eller erfaring de har fra å jobbe med par i terapi over mange år.

Dette kan underbygges i artikkelen skrevet av Kottler og Parr (2000), hvor de hevder at ingen har bedre tilgang til kunnskap om hva som får forhold til å fungere eller ikke fungere. Dette

på bakgrunn av det de lærer som terapeuter. Familieterapeuter har større mulighet til å gjenkjenne problemer før de blir for store og har muligheten til å gjøre noe konstruktivt med utfordringene for å endre uheldige mønstre (Kottler og Parr 2000). Her viser Kottler og Parr (2000) til en tydelig forventning til terapeuten om å kunne bruke kompetanse, tillært gjennom sin profesjon, i det private liv.

En av mine informanter viser hvordan denne forventningen er med å gi en følelse av å ha feilet, eller ikke forstått noe, da relasjonen terapeuten var i, endte med brudd. Informantens opplevelse av å ikke ha forstått noe, ved brudd, viser til en implisitt ide om å kunne se og forstå problemer, og kanskje ha mulighet til å gjøre noe med det.

Guy (1987) hevder også at det er forventet at terapeuter som har trening i parterapi og som bruker mye av sin tid på å hjelpe andre par, har mer suksess i egne parrelasjoner/ekteskap (Guy 1987). Dette underbygger ideen om at man bruker sin kompetanse i eget ekteskap og i en slik grad at det vil kunne være forventet å ha større suksess i eget ekteskap.

Bang (2003) formidler hvordan det er stor forskjell mellom rollen som profesjonell og rollen som familiemedlem. Dette er skrevet med fokus på hvordan den profesjonelle skal ivaretas og forhindres i ”å ta jobben med seg hjem” (Bang 2003). Når Bang (2003) snakker om å ta med seg jobben hjem, velger jeg å se det som at man tar med seg bekymringer og stress fra jobben til den private arena. Bang (2003) viser likevel til et skille mellom de ulike rollene man har som profesjonell, som familiemedlem, og dermed også som partner.

En av mine informanter sier at det ikke er noen forskjell mellom klient og terapeut, ikke i den forstand at de får til livene sine bedre eller lykkes på noen annen måte. Boken *What psychotherapists learn from their clients* (Hatcher 2014) er gjennomsyret av en holdning som likestiller klienter og deres terapeuter. Her er ikke fokuset hvordan en som terapeut lærer sine klienter noe, men heller motsatt. Et av sitatene derfra underbygger min informants tanke om at vi som terapeuter ikke er noe bedre enn andre i relasjoner (Ibid).

I don't view myself as different from anyone I work with and I certainly have patterns in my own life... I look at those and how they were established. I look at "Do I have balance in the relationship?" ... I'm pretty much analyzing my own relationships all the time now to keep a check on them (Hatcher 2014:64).

Til tross for at mine informanter ikke ser seg selv som bedre partnere enn sine klienter, viser de en forventning til å få til noe annet i relasjoner. Som jeg formidlet i analysekapittelet, får jeg inntrykk av at de har en sterkere selvjustis på bakgrunn av sitt yrke. Jeg har ikke funnet litteratur som belyser temaet selvjustis i forhold til yrke. Samtidig er det skrevet om at terapeuter har større mulighet til å identifisere problemer, mulighet til å gjøre noe med dem på et tidligere stadium, og større kompetanse i forhold til å vite hva som skal til for å kunne lykkes i parrelasjoner (Guy 1987; Kottler og Parr 2000). Mine informanter viser økte forventninger til seg selv som partnere, på grunn av de erfaringene og den kunnskapen de har tilegnet seg. I litteraturen kommer det frem en forventning om mestring av private relasjoner. Dette står i kontrast til mine erfaringer rundt hva fagpersoner snakker om seg imellom. I systemisk ånd har jeg erfart en raushet med hverandres opp og nedturer i private relasjoner, uten noen økte forventninger til profesjonalitet i det private. Dette er kanskje lettere å vise overfor andre enn å gi seg selv, og da var vi tilbake til selvjustis.

5.3 Når yrkesrelaterte erfaringer kommer til syne i paret og opplevelsen av eget parforhold i terapirommet

Mine informanter gir til kjenne at de opplever å ta med seg lærdom, erfaringer og ferdigheter fra terapirommet inn i relasjon med partner. Deres yrke viser seg positivt igjennom at de evner å metasnakke om konflikter, se egne bidrag i utfordrende situasjoner og ha fokus på relasjonen. Dette er i tråd med forskning gjort i forhold til psykoterapeuter i 1987:

A recent survey of practicing psychotherapists found that over 75% indicated that they believed that therapeutic practice had a positive impact on their marriage (Guy, Stak og Poelstra gjengitt etter Guy 1987:107).

I følge artikkelen til Rhodes m. fl. (2011) kommer disse endringene også som en følge av å gjennomgå en systemisk utdanning i familieterapi. Studentene som intervjues her trekker nettopp frem bevissthet rundt relasjon og eget bidrag. Kanskje er dette noe som starter allerede her, men som oppleves å videreutvikles gjennom erfaringer i yrkeslivet. I Hatchers (2014) bok refereres det også til de positive endringene hos terapeutene og hvordan dette oppleves hjelpsomt inn i private relasjoner. Som utvidet toleranse og tålmodighet.

Informantene mine snakker også om hvordan de endrer seg personlig. Noen blir mer nysgjerrig, mer intens. Noen forteller at i møte med klientenes historier, og innblikk i hvordan

liv kan leves på så mange ulike vis, gir en raushet og romslighet i eget liv. Endringene medfører et ønske om å bli møtt med noe av det samme hos partner, samme nysgjerrighet eller samme raushet, noe som ikke nødvendigvis er tilfellet eller uproblematisk. Litteraturen bekrefter endringer hos terapeuter:

They report that psychotherapeutic practice causes the therapist to become more tolerant, accepting, understanding, and patient in relationship to his or her spouse (Guy 1987:107).

Mine informanter trekker frem en problemstilling i forhold til det å bli terapeut i eget parforhold. Å bruke de terapeutiske ferdighetene i de private samtalene vil kunne gi en emosjonell distanse. De var i noen grad bekymret for å være ekte i møte med sin partner. Guy (1987) er opptatt av at det kan være utfordrende for terapeuter å legge igjen det analyserende og fortolkende blikket på kontoret. De kan bli så drillet i å distansere seg, og holde seg usårbar, at det forhindrer nærhet i private parrelasjoner.

Mine informanter forteller om en glidende overgang mellom deres private og profesjonelle jeg. Det er en utvikling hvor det terapeutiske språket internaliseres og hvor det å ta ulike perspektiver kommer automatisk. Mine kolleger forteller om hvordan en slik måte å snakke på ikke nødvendigvis faller i god jord hjemme. Når jeg presenterer temaet for min oppgave for ulike kolleger, blir jeg ofte møtt med fortellinger om hvordan det terapeutiske språket har skapt en distanse på hjemmebane. Hvordan partner trekker seg unna når terapeutene bruker ord og uttrykk som bærer preg av terapi. Det er makt i terapirommet, er det derfor en maktesløshet partnerne kjenner på? Utgjør kompetansen som terapeutene får på snakke om emosjonelle tema, en maktforskjell?

På en annen side forteller terapeuter om hvordan deres bevissthet i forhold til hva de bringer inn i relasjonene kan være med å bremse deres eget uttrykk i møte med partner. Terapeuter inntar mange ulike perspektiv: Egen indre dialog, partners behov for bekreftelse, hvordan det man sier blir hørt, hva i partners historie blir aktualisert, hvordan utvikler samtalen seg, hvilke konsekvenser kan en eventuell eskalering av konflikt ha, og så videre. Hva gjør dette med terapeuten? Er det en fare for at en kan oppleve å miste tråden i sine egne argumenter, eller slippe tak i det som har vært viktig for en. Når egne emosjoner er aktivert kan det bli en uoverkommelig oppgave å ta alle perspektiver samtidig, og en kan oppleve å få en følelse av nederlag. I forhold til å ivareta den partner eller seg selv.

5.3.1 Ved brudd

En informant forteller om erfaringer fra sin skilsmisse. Hun ble mer tålmodig, som igjen førte til at bruddprosessen dro ut i tid. Hun hadde gjennom sine yrkeserfaringer vært vitne til hvor smertefullt og vanskelig brudd kunne være. Hvordan dette kunne ”ta folk helt ned til beinet” som hun sa (Oransje, u. 102, s. 22). Dette hadde forberedt henne på prosessen for sin egen del, samtidig medførte det at hun tok utvidet hensyn til ektefellens behov. Hun ble så opptatt av å unngå triggerpunkter, dempe negative følelser, og hindre konflikt, at man kan undre seg om hun gikk på akkord med seg selv. Hun viste ikke sterke følelser og sinne, og var svært tålmodig. Hun beskriver at hun kanskje var for ettergivende, og for opptatt av å ikke lage ”krig”, med den hensikt å skåne barna. Hun beskriver at ideen om at ”den sterkeste gir seg” var ganske sterk, og at hun i ettertid er usikker på om det var klokt. Kanskje opplevde hun å ikke ta nok hensyn til egne følelser og behov? Denne informantens utsagn gir gjenklang i både meg selv og i historier hørt fra andre terapeuter. Som terapeut er man vant til å ta inn over seg den andres perspektiv, man er bevisst på at man er med å samskape enhver situasjon, også den konfliktfylte. Kan dette, også ved brudd, medføre at man bremser sine egne spontane og føleleseladede uttrykk? Kan den i ytterste konsekvens medføre en selvsensur hvor man går på akkord på seg selv, og lar være å stå opp for egne behov og det en selv tror på? Hvilke konsekvenser kan dette ha i et samlivsbrudd, hvor livsviktige avgjørelser skal tas, og hvor eksistensielle spørsmål er aktualisert?

En av Jensens (2009) informanter forteller også om hvordan hun trakk lærdom fra å ha jobbet med par i brudd, da hun selv gikk igjennom egen skilsmisse. Hun beskriver hvordan hun ble så bevisst på hvordan egne erfaringer kunne påvirke terapeutrollen, at hun ble i overkant sensurerende i forhold til spørsmål hun stilte. På bakgrunn av disse erfaringene valgte hun å ikke jobbe som parterapeut i en periode. Jensen (2009) beskriver at det her oppstår en sirkularitet idet terapeutens praksis blir brakt inn i hennes personlige liv som forberedelse og kunnskap inn i egen skilsmisseprosess (Jensen 2009). To av mine informanter forteller også om hvordan de i forbindelse med skilsmisse valgte å ta en pause fra praksisen, da dette ble for nært. Gjenklangen i egne opplevelser ble for sterk og nærheten i opplevelsene for krevende. Jeg lurer på om det å bevitne andres sorg kan oppleves som en re-traumatisering for terapeuter som har opplevd traumer. Er det en form for følelsesmessig risikosport vi holder på med? Hva gjør det med oss å stadig bli påminnet sorg, konflikt, brudd og smerte? Veier de gode historiene opp, og evner vi å kjenne etter når de ikke gjør det?

En av mine informanter forteller om hvordan faget og yrket har gitt henne mulighet til å kjenne på tyngden i en følelse, som for eksempel sorg, krenkelse og ureflekterte følelser. Dette kan være med å gi rom til å respektere egne følelser gjennom prosessen av en skilsmisse. Hatcher (2014) formidler hvordan hennes informanter imponeres av klienters historier om resilliens, og hvordan dette inspirerer informantene i deres private liv. Dette viser hvordan man som terapeut gjennom å være vitne til andres prosesser står med flere forståelsesmuligheter og alternative handlingsmåter i møtet med personlige erfaringer. Kanskje blir en ikke bare raus med andre, men også gir seg selv mer rom og tålmodighet i eget parforhold.

[...]only the wounded healer can truly heal (Yalom 1996:97). De av mine informanter som har gått igjennom en skilsmisse forteller om en økt innsikt, som også har vært lærerikt faglig sett. Dette har ikke vært mitt fokus i denne forskningen, men det tillegger opplevelser en ekstra nyanse. De ubehagelige og utfordrende situasjonene kan bli tillagt annen verdi, en utvidet mening i tillegg. Kanskje er det en fattig trøst, men hvis Yalom sitt utsagn er sant, vil det å gå igjennom vanskelige faser i livet og i parrelasjoner, gjøre en til en bedre terapeut, erfaringen vil kunne få en utvidet dimensjon og kanskje bli lettere å bære. Min erfaring er at i mine ”feilskjær” eller vanskelige perioder, hvor jeg ikke nødvendigvis har handlet slik jeg ønsker i forhold til hvem jeg har lyst å være, har jeg lært mer enn ellers. Jeg har opplevd å møte klienter med en utvidet ydmykhet og et mer åpent sinn i forhold til å forsøke å forstå hvilke nyanser som finnes i deres historier. Min opplevelse er at mine livserfaringer har gjort meg til en roligere, mer lyttende og nysgjerrig terapeut.

5.3.2 Opplevelsen av eget parforhold i terapirommet

Mine informanter forteller videre om hvordan de stadig relaterer det som skjer i terapirommet til eget par. De snakker om hvordan det de ser kan bidra til at de legger mer merke til gode mønstre og opplevelser i egen parrelasjon. Samtidig kan det fremheve og tydeliggjøre savn. Det bekreftes i forskning på terapeuter at disse to sfærene berører hverandre i terapirommet. Hatcher (2014) fremhever hvordan terapeutene opplever likhet mellom seg selv og sine klienter, og hvordan klientenes historier skaper gjenklang i terapeutenes eget liv. Det beskrives hvordan terapeutene lærer av å se likhetstrekk mellom klientenes utfordringer i parrelasjon og egne parrelaterte utfordringer.

We don't realize that [our clients] are mirroring in a way some aspect of our own lives (Hatcher 2014:65).

[...]her learning about the push and pull of relationships for client couples caused her to reflect upon her own relationships in terms of "being able to see how couples withdraw and pursue each other. Just seeing those models helps me to look at my own relationships and when I may be pursuing or withdrawing (Hatcher 2014:65).

Lipsky (2009) skriver i sin bok om "trauma stewardship" at jo mer vi kan identifisere oss med det traumat vi er vitne til, dess større inntrykk gjør det på oss. Informantenes beskrivelser av hvordan de relaterer seg til det de bevitner i terapirommet gjør det mulig å tenke at det gjør inntrykk. Er historiene lik det en selv gjennomgår, har gått igjennom, eller kanskje tydeliggjør et savn bringer dette inn en felles erfaringsplattform. Lipsky (2009) skriver om hvordan en bevissthet som slike parallelle historier kan bidra til, kan være med å guide terapeuten i arbeidet sitt. Samtidig øker faren dramatisk for en sårbarhet for at terapeuten kan føle klientens smerte og rammes av denne (Ibid). Kanskje var det dette som ble aktualisert når mine informanter snakket om å ta en pause fra arbeidet, når de selv gikk igjennom en skilsmisse. Kanskje var historiene for parallelle og for nære? Kanskje ble smerten i egne prosesser forsterket og gjort uutholdelige i møtet med klientenes historier?

Jensen (2009) hadde i sin doktoravhandling hovedfokus på hvordan terapeuters historier og oppvekst påvirker dem i terapirommet. Gjennom sine intervjuer ble han bevisst på hvordan parallelle opplevelser eller erfaringer ble brakt på bane av informantene. Dette førte til en endring i spørsmål og revurdering av forskningsdesign. Informantene hans fortalte om liknende hendelser, som ikke var nøyaktig sammenfallende i verken innhold eller tid, men som liknet på en slik måte at det oppsto noe utvidet i terapirommet, og i terapeuten's private liv. Parallelle historier vil påvirke terapeuter ulikt, men det forventes at terapeuter vil gå igjennom de samme forventede og uventede overgangene og krisene i livet som sin klienter (Jensen 2009). Ved å fortelle om hvordan de bringer med seg sine par inn i terapirommet og hvordan de befinner seg i sitt eget liv hele tiden, aktualiserer også mine informantere ideer om parallelle prosesser, og hvordan dette kan bevisstgjøre, forsterke og utfordre.

5.4 Refleksjon og fremtidige forskningsspørsmål

I min søken etter teori og forskning på temaet, jeg har vært opptatt av; hvilken rolle spiller terapeuten's yrke inn terapeuten's egne parrelasjoner? Dette har gitt meg en opplevelse av å lete

etter nåla i høystakken. Det skrives og forskes stadig mer på hvordan terapeuter lærer, hva de lærer hvor, hvordan kontakt med klienter endrer en som terapeut og hva terapeuter bringer inn i terapirommet av eget levd liv (Rønnestad og Skovholt 2003; Jensen 2008; Kahn og Fromm 2001). Glimtvis kommer forfatterne inn på hvordan terapeutene kan ta med seg erfaringene inn i egne private relasjoner. Men dette er etter min vurdering svært lite utdypet, og det har vært få refleksjoner rundt hvilke konsekvenser dette kan innebære. Det kan virke som det sirkulære perspektivet gjelder mellom terapeut og klient i terapirommet, men at det stopper ved dørterskelen. Stopper de sirkulære prosessene på vei ut av terapirommet, eller fortsetter de hjem i det private liv? Jeg har fundert mye på hvorfor det er slik. Det er en mulighet for at dette temaet ikke er av interesse, at det omfatter en for liten yrkesgruppe (parterapeutene), eller at konsekvensene ikke er spennende eller dramatiske nok.

I forhold til utbrenthet, compassion fatigue og sekundærtraumatisering er det skrevet noe (Bang 2003; Lipsky 2009; Rothschild 2006). Det ser ut til at det i første omgang er rettet mot mennesker som jobber tett på individer som har gjennomlevd vold, tortur, omsorgssvikt. Som jeg skrev tidligere i oppgaven er dette temaer som til en viss grad også kommer inn i terapirommet hos parterapeutene, men hovedtyngden ligger på hvordan parene skal leve sine relasjoner eller eventuelt avslutte dem. Det bildet mine informanter gir, er at de blir endret av arbeidet. De tar med seg, eller fokuserer på, andre verdier, blir opptatt av andre ting, og utvikler andre behov. De opplever å ta med seg yrkene hjem i relasjonene sine, som en ressurs men også som en belastning.

I dagens samfunn er det et stadig økende fokus på effektivisering. Familievernkontorene har stadig lengre ventetid og i perioder inntaksstopp (Leth-Olsen 2013). Viktigheten av å ha friske, fungerende ansatte i et slikt bilde blir veldig viktig. For å kunne ivareta personalet må en vite noe om hva det er som kan medføre slitasje. Ved å ha fokus på terapeuten, og vite noe om mekanismene som settes i gang ved å jobbe med par, kan en kanskje forhindre utbrenthet, sykemeldinger og fravær. Dette vil kunne være viktig kunnskap for enkeltindividet, men også viktig i et samfunnsøkonomisk perspektiv.

5.4.1 Videre forskning

Med tanke på videre forskning kunne det vært spennende å forske på parterapeutenes partnere. På hvilken måte merker de sine partners yrke? Informantene viser tydelig at det er i

brudd med ideene at ideene blir tydelige, at sårbarheter og verdier blir aktuelt. Det kunne vært spennende å intervju flere terapeuter som har opplevd å bryte med gjeldende ideer. Dette var ikke mitt utgangspunkt, men ble tydelig underveis. Skulle jeg begynt på nytt i dag, ville jeg kanskje bedt om å få snakke med terapeuter som i utgangspunktet hadde en opplevelse av å ha brutt med ”normen”. Samtidig hadde det en verdi for meg som førstegangsforsker å se ulikhetene.

I forhold til opplevelsen av skam, kunne det vært spennende å se på hvordan parterapeuter opplever å oppsøke parterapi for egen del. Hvilke muligheter har de for det, hvordan er det lagt til rette for diskresjon og ivaretagelse, og hvilke erfaringer har de med å oppsøke parterapi selv? Jensen (2007) sier at det kunne vært spennende å se på hvordan ulike familievernkantor forholder seg til parallelle prosesser. Hvordan ivaretas terapeutene på sin arbeidsplass når de selv gjennomgår personlige utfordrende hendelser og kriser?

En annen tanke for videre forskning er å gå nærmere inn på hva det vil si å ta med seg sitt eget par inn i terapirommet. Terapeutene viser at de gjør det ved å relatere de historiene som de bevitner på jobb til sitt eget liv. Hva bringer dette med seg inn i det private, og hvordan er det med å prege samtalen i terapirommet?

Til slutt lurer jeg på hvordan problemstillingen, forskningen, kan være aktuell i forhold til utvikling av familierapistudiet. Diakonhjemmet har PPU (personlig profesjonell utvikling) - grupper som går gjennom hele studiet i familierapiutdanningen, og jeg har opplevd gruppene som utviklende og viktig. Samtidig er det lite fokus på eget par, hvordan livet kan påvirkes av yrke, og hvordan det kan oppleves å være i relasjon med en parterapeut. I følge Jensen (2007) finnes det ikke pensum i familierapiutdanningen som adresserer opplevelsen av å ha parallelle historier, eller som forbereder studentene på dette. Han mener studenter bør jobbe med, og reflektere rundt, dette, da gjenklang med egen historie vil oppstå på et eller annet tidspunkt gjennom klinisk arbeid (Jensen 2007).

5.5 Metodiske begrensinger ved oppgaven

Jeg vil nå kort se på hvilke metodiske begrensinger oppgaven har tilknyttet utvalg, forutsetninger og meg som forsker.

Dette er en kvalitativ studie med et begrenset utvalg. I tillegg har mine fem informanter ofte svært ulikt, fra ulike nyanser til helt motsatte utsagn. Mine informanter er fem ulike individer med unike historier og ulik forforståelse. På bakgrunn av dette er det umulige å komme frem til allmenngyldige eller generelle betraktninger. Samtidig var dette heller aldri målet med oppgaven. Det å få innblikk i noen få personers erfaringer, kan være med å belyse og aktualisere temaer som tidligere ikke har vært synlige. Sannsynligheten for at andre i tilnærmet samme situasjon har følt, erfart eller tenkt noe likt, er også stor.

Etter at jeg begynte å interessere meg for temaet i problemstillingen, har jeg søkt etter litteratur som kan hjelpe til å belyse temaet. Som jeg har skrevet tidligere i oppgaven, er det mange som blir stadig mer opptatt av hva terapeuten bringer inn i terapirommet av private erfaringer, flere er opptatt av hvordan terapeuter lærer, også av klienter, og hvordan terapeuter forandrer seg som terapeuter ved kontakten med klientene. Det er nært opp til mitt tema men likevel ikke helt det samme. Mitt inntrykk er at det finnes lite litteratur i forhold til hvordan terapeuten tar med seg sitt yrke inni det private. Dette begrenser muligheten til å heve gyldigheten, verifisere, belyse eller avkrefte mine funn.

Med IPA som forskningsmetode er forskers tolkning av data en viktig del av studiet (Smith m.fl. 2009). Samtidig er det viktig å være bevisst i hvilken grad en er med å påvirke studien som forsker. Min forforståelse, mine interesser og mitt fokus har vært med å prege denne oppgaven fra utvikling av problemstilling og forskningsspørsmål, via intervjuer og analyse, til avslutning. Jeg har tilstrebet å ha en transparent praksis, ved å hele tiden skrive hva jeg har gjort og hvordan jeg har tenkt. Det er likevel umulig å tenke at min tilstedeværelse i prosjektet ikke har preget det. Hvis en annen skulle skrevet samme oppgave, ville den sett annerledes ut. Jeg tenker ikke det ugyldiggjør funnene, men at en må være bevisst på at mine tolkninger er bare noen, blant flere mulige tolkninger.

6 Avslutning

Jeg har i denne masteroppgaven forsket på hvordan parterapeuter opplever å bryte med ideer om hvordan de skal leve sine samliv, forventninger de har til seg selv som partnere, og hvordan deres yrkeserfaringer kommer til syne i parrelasjonene deres.

Mine funn viser at informantene opplever det å bryte med ideer, forventninger og diskurser både som mer belastende på grunn av deres yrke, samtidig som det oppleves truende mot deres identitet som fagpersoner. Informantene forteller at de har andre forventninger til seg selv som partnere på grunn av deres kunnskap og erfaringer. De gir uttrykk for at forventningene ikke er tilknyttet bedre prestasjoner som partnere, samtidig som de gir uttrykk for en selvjustis i forhold til hva de kan tillate seg i relasjonen. Informantene merker at de er parterapeuter av yrke også i private relasjoner, gjennom en endret personlighet og endrede ønsker i relasjon. Ved brudd forteller informantene om at prosessen i bruddet kan påvirkes i en slik grad at informantene opplever å stille spørsmål ved hvorvidt dette er klokt i etterkant. Informantene forteller om hvordan historiene i terapirommet skaper gjenklang i eget liv, og at de på denne måten forholder seg til sitt eget liv kontinuerlig parallelt. Denne gjenklangen kan medføre at informantene setter ytterligere pris på hva de har i privat relasjon. Den kan også tydeliggjøre savn og udekkede behov.

Mine fem informanter har belyst dette for meg på fem ulike vis. Jeg merker at når oppgaven nå avsluttes er det noen temaer jeg sitter igjen med som mer betydningsfulle, mer bevisstgjørende og mer interessante for meg personlig. Jeg blir opptatt av hvor bevisst man blir i sine egne relasjoner, og hvilke konsekvenser dette kan ha. Terapeutene setter ord på en skam og en selvjustis som opptar og bekymrer meg. Jeg lurer på om vi driver emosjonell risikosport, og om vi blir så redde for eventuelle ”feilskjær” at vi lever mer forsiktig eller begrenset. Hvordan er det når en av partene i et forhold, her terapeuten, tar et meransvar for dialogen, mens den andre ikke gjør det. Hva gjør dette med dialogen og relasjonen?

Jeg velger å løfte frem tanken om at ”feilskjær” i livet beriker, nyanserer, utfordrer og utvider. Så tar jeg på meg mine blå plastsokker, putter ungen under armen og feier videre i livet, som medmenneske, mor, ektefelle, datter, venninne og terapeut.

7 Litteraturliste

Aune, K. (2001-2015). *Siterte sitater*. Hentet 23. mai 2015 fra:
<http://www.ordtak.no/index.php>.

Bang, S. (2003). *Rørt, rammet og rystet*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of mind*. London: Fortuna.

Giddens, A. (1992). *Intimitetens forandring*, København: Hans Retzels forlag.

Gran, S. (2004). *Kjærlighet i hastighetens tid*. Oslo: Aschehoug & Co.

Guy, J. (1987). *The personal life of a Psychotherapist*. USA: John Wiley & Sons, Inc.

Hatcher, S. L., Kipper-Smith, A., Waddell, M., Uhe, M., West, J. S., Boothe, J. H., Frye, J. M. Tighe, K., Usselman, K. L., og Gingras, P. (2012). *What Therapists Learn From Psychotherapy Clients: Effects on Personal and Professional Lives*. *The Qualitative Report* (17): 1-21.

Hatcher, S. L. (2014). *What Psychotherapists Learn From Their Clients*. USA: Xlibris.

Haraldsen, L.A. (2011). *Slik takler dere samlivets fem største utfordringer*. ABCnyheter. Hentet 17. Februar 2015 fra: <http://www.abcnyheter.no/livet/2011/12/17/slik-takler-dere-samlivets-fem-stoerste-utfordringer>.

Island, T.K. og Karterud, S. (2008). Intersubjektivitetsteorien. I: Karterud, S. og Monsen, J.T. (red.) *Selvpsykologi*. Oslo: Gyldendal Akademiske.

Jensen, P. (2007). *The Narratives Which Connect*. Oslo: Diakonhjemmet University College.

Jørgensen, M. W. og Phillips, L. (1999). *Diskursanalyse*. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag/Samfundslitteratur.

Kahn, S. og Fromm, E. (2001). *Changes in the Therapist*. New Jersey: Lawrence Erlbaum associates, Publishers.

Kottler, J. A. og Parr, G. (2000). *The family Therapist's Own Family*. The Family Journal (8): 143-148.

Kvale, S. og Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

Leth-Olsen, L. (2013). Kan ikke hjelpe flere med samlivsproblemer. Intervju med Stig Winsnes. *Adressa*. Hentet 16. mai 2015 fra <http://www.adressa.no/nyheter/trondheim/article7634561.ece>.

Lipsky, L. D. (2009). *Trauma Stewardship*. San Francisco: Berrett-Koehler Publishers, Inc.

Lock, A. og Strong, T. (2010). *Social Constructionism*. New York: Cambridge University Press.

Postholm, M. B. (2010) *Kvalitativ metode*. 2.utg. Oslo: Universitetsforlaget.

Rhodes, P., Nge, C., Wallis, A. Og Hunt, C. (2011). *Learning and living systemic: Exploring the personal effect of family therapy training*. *Contemp Fam Ther* 2011(33): 335-347.

Rothschild, B., (2006). *Help for the Helper*. New York: W.W. Norton & Company.

Rønnestad, M. H. og Skovholt, T. M. (2003). *The Journey of the Counselor and Therapist: Research Findings and perspectives on professional Development*. *Journal of career Development* 2003 (30): 5-44.

Smith, J.A., Jarman, M. og Osborn, M. (1999). Doing Interpretative Phenomenological Analysis. I: M. Murray, og K. Chamberlain (red.). *Qualitative health psychology: Theories and methods*. London: Sage.

Smith, J. A., Flowers, P og Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. London: Sage publications Ltd.

Teigen, A. M. F. (2012) *Varig Kjærlighet*. Oslo: Samlaget

Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag*. Bergen: Fagbokforlaget.

Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse*. 3.utg. Bergen: Fagbokforlaget.

Vedeler, A. H. (2011). *Dialogical Practices: Diving in to the Poetic Movement, exploring supervision and therapy*. Professional Doctorate in Systemic Practice, University og Bedfordshire & Kensington Consultation Centre.

Yalom, I.D. (1996). *Lying on the couch*. New York: HarperCollins Publishers, Inc.

Yalom, I. D.(2002). *The gift of therapy*. London: Piatkus.

Øfsti, A. (2010). *Parterapi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Bilder: Bildet på forsiden er hentet fra nettet 24.05.15.;

http://www.google.no/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0CAcQjRw&url=http%3A%2F%2Fndla.no%2Fnb%2Fnode%2F58320&ei=U_RiVYCD COTnygP474LoDg&bvm=bv.93990622,d.bGg&psig=AFQjCNHTtMzWKf9Sddc9T4eYcLp QekB1DA&ust=1432634780060198

Vedlegg

- 1. Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt**
- 2. Samtykkeskjema**
- 3. Godkjenning NSD**
- 4. Intervjuguide**
- 5. Eksempel på transkripsjon**

Vedlegg 1

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

"Parterapeutens egne parrelasjoner"

Bakgrunn og formål

Formålet med studien er å se på hvorvidt parterapeuter påvirkes i egne parrelasjoner i egne parrelasjoner og i så tilfellet på hvilken måte. Jeg ønsker også å se på hvorvidt parterapeutene opplever at det eksisterer diskurser eller forventninger tilknyttet hvordan de lever i egne parrelasjoner. Prosjektet er en mastergradsstudiet gjennomført ved Diakonhjemmet høyskole i Oslo, veiledet av Anne Øfsti. Prosjektet gjennomføres ikke på oppdrag fra eksterne eller i samarbeid med andre institusjoner.

Utvalget til intervjuet er trukket ut fra at de har erfaring med å jobbe med par i form av samtaleterapi i minimum fem år, og som fortsatt jobber med dette i det daglige.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Studien innebærer semistrukturerte dybdeintervjuer på ca 1-1,5 time. Intervjuet vil bli tatt opp på lydbånd og transkribert og kodet av undertegnede. Lydbånd og transkribering vil bli oppbevart innelåst og sletter/destruert etter at prosjektet avsluttes.

Spørsmålene vil omhandle parterapeutens egne opplevelser av hvordan deres yrkesbakgrunn og hverdag har påvirket og påvirker private parrelasjoner. På hvilke områder merker de denne påvirkningen? Ved konflikter, ved mestring, på godt og vondt?

Spørsmålene vil også inneholde hvilke forventninger eller diskurser parterapeuten opplever at eksisterer om hvordan parterapeuter lever egne relasjoner. Hvordan får de kjennskap til disse diskursene, via media, omgangskrets, familie eller partner f-eks.? Og hvordan påvirkes de av disse diskursene?

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er kun student og veileder som vil ha tilgang til materialet, dvs lydbånd, transkribering og eventuelle notater. Koblingsnøkkel vil bli oppbevart i låsbart skap på studentens arbeidsplass, mens transkribering og lydbånd vil oppbevares innelåst i studentens private hjem

Studenten vil etterstrebe at deltakerne ikke skal kunne gjenkjennes i publikasjon.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 01.05.2015. Materialet brukt i studien vil bli slettet ved prosjektslutt.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Kristin Myrvaagnes Holst på 92287879 eller ansvarlig veileder Anne Øfsti på ofsti@diakonhjemmet.no. Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datateneste AS.

Vedlegg 2

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg samtykker til å delta i intervju

Vedlegg 3 NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Anne Øfsti
Diakonhjemmet Høgskole
Postboks 184 Vinderen
0319 OSLO

Vår dato: 13.05.2014

Vår ref: 38653 / 3 / LB

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 01.05.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

| | |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <i>38653</i> | <i>Familieterapi, intervju med parterapeuter om erfaringer i egne relasjoner</i> |
| <i>Behandlingsansvarlig</i> | <i>Diakonhjemmet Høgskole AS, ved institusjonens øverste leder</i> |
| <i>Daglig ansvarlig</i> | <i>Anne Øfsti</i> |
| <i>Student</i> | <i>Kristin Holst</i> |

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

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

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

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

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 30.09.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lene Christine M. Brandt

Kontaktperson: Lene Christine M. Brandt tlf: 55 58 89 26

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Kristin Holst krisetin@hotmail.com

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

Avdelingskontorer / District Offices:

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



Utvalget består av parterapeuter som rekrutteres gjennom leder ved familievernkontor og via eget (faglige) nettverk. Når det gjelder rekruttering gjennom familievernkontoret, anbefaler vi at lederne videreformidler kontakten/informasjonen om prosjektet på vegne av student, slik at det legges opp til at informantene rekrutterer seg selv.

Utvalget informeres skriftlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet, såfremt dato for prosjektslutt korrigeres til 30.09.2015, jf. telefonsamtale med Kristin Holst 12.05.2014.

Det er registrert i meldingen at det vil behandles sensitive personopplysninger om etnisk bakgrunn eller politisk/filosofisk/religiøs oppfatning, helseforhold og seksuelle forhold, jf. personopplysningsloven § 2 nr. 8 a), c) og d).

Det er oppgitt at eventuelle tredjepersoner som det registreres personopplysninger om (terapeuts partner) vil bli muntlig informert om prosjektet. Personvernombudet vurderer at opplysningene kan behandles med hjemmel i personopplysningsloven § 8 d).

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Diakonhjemmet Høgskole AS sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig. Koblingsnøkkelen oppbevares adskilt fra det øvrige datamaterialet.

Forventet prosjektslutt er 30.09.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved:

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

Vedlegg 4

Intervjuguide

1. Hva er din utdanning, yrke? Hvor lenge har du jobbet som parterapeut?
2. Har du i tiden som parterapeut vært i en eller flere parrelasjoner? Over hvor lang tid? Er du i et forhold nå?
3. Opplever du at det finnes diskurser, ideer gjeldene for hvordan parterapeuter skal leve sine private parrelasjoner? I så fall; hvilke?
4. Hvor kommer disse diskursene eller ideene fra? Hvem er med å opprettholde dem? Hvem formidler diskursene eller ideene til deg, hvor hører du om dem?
5. Påvirker kjennskapen til disse diskursene eller ideene deg, eller ditt parforhold? I så fall på hvilken måte?
6. Merker du at du er parterapeut i din private parrelasjon? Merker du ditt yrke, kunnskap, profesjonalitet? I så fall på hvilken måte? Kan du gi meg noen konkrete eksempler?
7. Har du erfaringer med at profesjonell relasjonskompetanse påvirker din parrelasjon? Positivt/negativt? Har du noen konkrete hendelser du kan dele med meg vedr. Dette tema?
8. Har du opplevd at tidligere eller nåværende partner har hatt forventninger eller ideer om hvordan du skal være som partner tilknyttet det at du er parterapeut?
9. Hvordan merker du disse forventningene?
10. Har jobbrelevante erfaringer bidratt til hvorledes du takler utfordringer i parforholdet?
11. Har du noen etiske betenkeligheter ved bevisst eller ubevisst bruk av profesjonell relasjonskompetanse inn i eget parforhold. I så fall hvilke og hvorfor?

Vedlegg 5

Eksempel på transkripsjon (Lilla)

K: ja kan det bli det?

L: helt sikker på, ja det er jeg helt sikker på det kan bli ja..

K: ja for da ville man jo kanskje møte noen som vil ha samme intensiteten da?

L: jaa

K: til livet

L: jeg tro noen av oss blir litt intense, kanskje de bare er det i utgangspunktet, kanskje det er derfor en bli terapeut for den saks skyld. Jeg tror andre blir tvert imot. Andre terapeuter blir sånn: åhh nå skal jeg i hvert fall skru av , hvert fall være stille resten av dagen hvert fall slippe å snakke resten av dagen eller.. Så der tror jeg nok vi er like ulike som alle andre er ulike kanskje men eh..ja nei jeg vet ikke, jeg snakker for meg selv så så så får jeg en type inspirasjon som eh.. som er livs livsglede, terapiglede, glede over å ha å oppleve sjelelig og mental intimitet.

K: mmm

L:Og jeg tenker at for meg har det blitt helt åpenbart at jeg ikke kan være sammen med en mann som ikke søker den sjelelige eller mentale intimiteten (kremt) og det som ikke søker den nerven som ligger i det. Og og han som jeg var gift med så lenge han søkte ikke det på den måte i hvert fall, ville ha mer distanse eller hva jeg skal kalle det for noe...jahh..

K: Hvis du tenker på, man forandrer seg jo også med alderen tenker jeg, uansett hold jeg på å si, du vil ha noe annet når du er 18 og når du er 40

L: ja

K: Men tror du at det at du har tatt den utdannelsen og at du jobber som parterapeut at det har satt noen andre krav til hva du søker nå da hos en eh.. fremtidig kjæreste? Eller tror du at det er bare det at du har blitt mer voksen eller har blitt mer kjent med deg sjøl eller

L: vanskelig å vite gitt

K:mmm

L:mmm det er vanskelig å vite hva som er hva og om det er noe hva som er hva eller... ..men eh,,,jeg er helt sikker på at vi blir påvirket av det vi jobber med

K: mmm

L:det er jeg helt sikker på at vi gjør men akkurat hvordan det spiller inn (kremt) jeg tror at noe av det viktige du gjør som terapeut det er jo å være desentrert, det er å være over i den andres verden

K:mmm

L: det å virkelig gå inn i en annens opplevelse og utforske dem

K: mmm

L: nysgjerrig og det tror jeg blir en type livsetikk som du haaaar med deg, så hvis du selv ikke blir møtt nysgjerrig

K: mmm

L: hvis du da er sammen med en som som ikke møter deg med den nysgjerrigheten så tror jeg kanskje det blir eh.. at man blir litt ehh..utålmodig eller nei dette gidder jeg ikke eller..

K: mmm emn er det en en skal en kalle det en egenskap? Den nysgjerrigheten er det en.. kan vi kalle det er egenskap?

L: ja det er jeg helt overbevist om Jeg tror det er både er en egenskap og jeg tror det er noe som øves opp

K: ja for det er det jeg lurer på er det noe som en får med seg og utvikler og øver opp og blir bedre og bedre på gjennom et studie og gjennom å jobbe med det? Og hvis du da treffer noen

L: jeg tror det (samtidig

...

K: ja

L: altså jeg har ikke så veldig mange krav til , nå har jeg ikke ehmm..tror jeg noen kjæreste men men hvis jeg skal på en måte si at det er noe jeg må bli møtt med

K: mmm

L: så er det nysgjerrighet

K: ja

L: og relasjoner uten nysgjerrighet synes jeg blir fort stillestående

K:mmm

L: mmmm så ehmm.. ja tror nok det altså og det tror jeg nok dels er noe du er født med eller ikke født en egenskap du har noe du på en måte har fått med deg gjennom livet ditt og litt så tror jeg jo helt klart at vi trener oss opp til det og oppdager verdien av det, hvor spennende det er

K:mmm

L: istedenfor å være bedømmende eller evaluerende til et annet menneskets verden, heller blir utforskende, du opplever at du beriker ditt eget liv og jeg tror at det trener vi nok litt opp.. og blir sånn sett kanskje mer, i hvert fall noen blir det, mer nysgjerrig. Jeg blir det

K: mmmm

L: Jeg merker at jeg blir det og noen ganger i overkant

K:ja

L: mye kanskje for eh for partner mmm

K:Ja for en sånn nysgjerrighet kan jo den kan jo når den oppdages blir den jo da mer utvida, at en kan jo være nysgjerrig i utgangspunktet, så får en noen svar også når en øver på det så blir det bare også mer spørsmål, også mer spørsmål

L: ja

K: sant så blir det mer og mer utvida

L: ja

K: dette vises jo ikke på tape(latter) jeg må slutte med fakter

L: ja ja ja du får fortelle til lydbåndet at nå viser du med armene

K: ja nå viser jeg med armene (latter) nei men jeg tenker at i møte med noen som ikke jobber i samme ehh ehh sjanger da kan du si så har du jo ikke oppøvd den her evnen. Du kan kanskje være medfødt noe nysgjerrig, men det der å gå inn i dybden

L: altså han som jeg var kjæreste med nå som på mange måter var et utrolig fint forhold, han er jurist

K:mmm

L: ogeeh har aldri værti nærheten av noe terapi

K:nei

L: Men fantastisk nysgjerrig!

K: ja

L: Hun kunne stille, vi kunne kjøre opp til fjellet så kunne han si; nå har jeg to spørsmål

K: ja

L: idet jeg setter meg inn i bilen, så spør han det ene også tar det kanskje to timer å svare på det.

K: åjah