

Balansekunst?

Aspekter ved den terapeutiske
relasjon i parterapi

av

Kristine Skjælaaen

Mastergradsoppgave
i familieterapi og systemisk praksis
Diakonhjemmets Høgskole 2007

SAMMENDRAG

Oppgaven presenterer en kvalitativ intervjuundersøkelse der terapeuter ved ulike familievernkontor er intervjuet om den terapeutiske relasjon i parterapi. Terapeutene forteller om hvordan de kan bidra til en god terapeutisk relasjon, og om hvordan terapeutenes arbeid for å skape og vedlikeholde denne relasjonen kompliseres når klientene er to personer i en parrelasjon. Det fokuseres dessuten særlig på kjønnsaspektet, at terapeuten er av samme kjønn som en av partene i paret og på hvordan kjønn forstås og skapes i parterapi. Terapeutenes svar blir analysert og belyst ut fra aktuell teori.

INNHALDSFORTEGNELSE

KAPITTEL 1: INNLEDNING	s.5
1.1: Bakgrunn og tema for oppgaven	s.5
1.2: Kontekst	s.7
1.3: Oppgavens problemstilling og disposisjon	s.9
KAPITTEL 2: METODOLOGI OG UNDERSØKELSESOPPLEGG	s.11
2.1: Valg av kvalitativ metode	s.11
2.2: Den kvalitative undersøkelsen	s.12
2.3: Analyse	s.16
2.4: Etske betraktninger	s.17
KAPITTEL 3: TEORI	s.18
KAPITTEL 4: EN GOD TERAPEUTISK RELASJON	s.21
4.1: Åpen og nysgjerrig overfor klientens virkelighet	s.21
4.2: Åpen for ulike måter å snakke om seg og livene sine på	s.25
4.3: Åpen og ærlig i terapiprosessen	s.26
4.4: Personlig og ekte	s.28
4.5: Kommentar	s.30
KAPITTEL 5. TERAPEUTEN OG PARET	s.32
5.1: Terapeuten og parets to personer	s.32
5.2: Terapeuten og parforholdet	s.41
5.3: Makt og nøytralitet	s.44
5.4: Kommentar	s.47
KAPITTEL 6: KJØNNASPEKTET	s.49
6.1: Kommentar	s.58
KAPITTEL 7: AVSLUTNING	s.59
Vedlegg	

FORORD

Jeg kunne ikke skrevet denne oppgaven uten andres hjelp. Jeg vil først og fremst takke de seks terapeutene som velvillig stilte opp i intervjuundersøkelsen, og hvis bidrag utgjør materialet som jeg bygger denne oppgaven på.

Jeg er takknemlig for den gode veiledningen og støtten jeg fikk av avdøde Roar Flatebø i forbindelse med oppstarten av min mastergradsoppgave.

Turid Markussen ved UiO tok over som veileder, og jeg vil takke så mye for hennes engasjerte og nyttige veiledning.

Jeg er så heldig å ha gode kolleger, som har støttet og oppmuntret meg i studieprosessen, og de skal ha stor takk for det. Til slutt vil jeg takke Torbjørn, min mann og gode samtalepartner.

Bergen 30.04.07

Kristine Skjælaaen

Kapittel 1 INNLEDNING

1.1. Bakgrunn og tema for oppgaven

Jeg retter i denne studien søkelyset mot den terapeutiske relasjon i parterapi. Det er et tema som engasjerer meg i mitt arbeid som terapeut for par på et familievernkontor, og jeg er inspirert av funn i psykoterapiforskning som tillegger den terapeutiske relasjonen stor betydning med tanke på utbytte av terapi (Duncan & Miller 2000; Carr 2005).

Den parterapeutiske relasjon er kompleks, i det den består av to klienter som er i en på forhånd etablert relasjon, og vanligvis én terapeut. Oppmerksomheten rettes i min studie mot terapeuten og hvordan de opplever og erfarer denne situasjonen.

Par kommer til samtaler på et familievernkontor, fordi de har de problemer seg i mellom og med sitt parforhold, og det er i denne situasjonen terapeuten møter paret og skal etablere en god relasjon til dem. Det parene presenterer som problem, kan være mye forskjellig, men ofte presenteres det som kommunikasjonsproblemer, følelser som er blitt borte, det at ”vi har vokst fra hverandre”, uenighet eller misnøye når det gjelder arbeids- og ansvarsfordeling i hjemmet, utroskap, mistillit eller sjalusi. Selv om de kommer som par og ønsker hjelp for sitt eller sine parproblemer, er de to personer, med hver sine oppvekst- og bakgrunnshistorier. Deres opplevelse av parforholdet og det som bringer dem til familievernkontoret, kan være mer og mindre lik eller forskjellig. De kan ha både sammenfallende og ikke sammenfallende ønsker, behov, lengsler og smerte.

I parterapi er de to i paret vitne til det som skjer mellom terapeuten og partneren. Partene vil vanligvis gi ulike beskrivelser av forholdet og situasjonen de befinner seg i, og de vil gi uttrykk for mer eller mindre forskjellige følelser og opplevelser. Hver av dem er ikke bare involvert i sin egen kommunikasjon med terapeuten og den andre part, men han/hun vil følge med på både den verbale og non-verbale kommunikasjonen mellom partneren og terapeuten. De kan begynne lure på om terapeuten liker den andre bedre, forstår den andre bedre eller

``holder med`` den andre. Denne usikkerheten kan igjen føre til at det blir om å gjøre å overbevise terapeuten om sin beskrivelse eller sin opplevelse. Dette kan til tider i seg selv bli et dominerende prosjekt for begge parter, og dermed vanskeliggjøre selvrefleksjon og det å ta inn den andres eller øvrige perspektiv.

Den terapeutiske sammenhengen det er snakk om her, er en arena for ord og samtale. For en del mennesker er det uvant å skulle bruke så mye ord, og de kan føle at de kommer til kort i forhold til en partner som kanskje har sin styrke på dette området. ”Terapi formulert innenfor en idemessig tradisjon som setter (verbal) samtale i sentrum, skaper sine marginale grupper”, skriver Rolf Sundet (Sundet 2001, s.138) og sikter i den forbindelse til grupper av ungdom som ikke har verbalt språk som sin sterke side. Dette er imidlertid også et poeng i parterapisammenheng, og en part som føler seg lite flink med ord, kan føle at han eller hun i en slik sammenheng har et dårligere utgangspunkt enn partneren.

Ett aspekt ved den terapeutiske relasjonen, er kjønnsaspektet. Jeg har valgt å begrense meg til heterofile par i denne oppgaven, og da vil terapeuten være av samme kjønn som bare en av partene. Både terapeuten og hver av partene i paret, kan tillegge spørsmålet om kjønn ulik vekt og betydning. Selv om en som terapeut vektlegger å møte mennesker som unike, ikke tilhørende en gruppe eller kategori, vil kjønn alltid være et aspekt ved det enkelte menneskes egenart. I tillegg til at kjønnsrelaterte problemstillinger kan være et aspekt ved det folk sliter med, vil også terapeutens kjønn kunne ha betydning i det terapeutiske arbeidet. Kjønn er et relevant aspekt ved mennesker også når det bare er ett kjønn til stede. I parterapi med begge kjønn representert kan det imidlertid f.eks. være at en terapeut, av frykt for å favorisere eget kjønn, ender med å gjøre det motsatte. Eller det kan være at kommunikasjonsformen , uavhengig av terapeutens kjønn, favoriserer kvinnen.

Til tross for profesjonalitet og bevissthet omkring egen rolle, er det vanskelig å tenke seg at ikke også andre aspekter ved mennesker, som alder og nasjonalitet, og også mer ideosynkratiske aspekter, vil spille inn. Dette kan lede til sympatier og antipatier, som utfordrer terapeutens profesjonalitet og som terapeuten har ansvar for å håndtere. Dimensjoner ved denne kompleksiteten aksentueres ytterligere når terapeuten skal forholde seg til to personer samtidig.

1.2. Kontekst

Parterapi er i denne oppgaven avgrenset til parterapi ved familievernkontor.

Familieverntjenesten er definert som en spesialtjeneste med "...familierelaterte problemer som sitt fagfelt. Familievernkontorene skal gi tilbud om behandling og rådgivning der det foreligger vansker, konflikter eller kriser i familien" (Lov om familievernkontor, § 1). Det er en diagnosefri tjeneste, tilbudet er gratis og de som arbeider der er i hovedsak psykologer og kliniske sosionomer, eller personer med annen sosial- eller helsefaglig utdanning.

Statisikk for familievernet har i mange år vist at en hovedvekt av kapasiteten ved kontorene benyttes til det som går under betegnelsen parterapi.. Betegnelsen parterapi brukes om det samtaletilbudet som gis til par, og favner ulike typer terapeutiske tilnærminger, og det dreier seg om alt fra noen få samtaler til 12-20 samtaler eller mer for det enkelte par..

Familieterapeutisk tenkning og tilnærming preger arbeidet ved familievernkontorene, også arbeidet med par.

Utviklingen av det som kan kalles familieterapibevegelsen startet i USA og Europa på 1950-60 tallet. Familieterapitenkningen, som bygget på systemteori og kommunikasjonsteori, representerte på mange måter et opprør med den psykoanalytiske tradisjonen. Det utviklet seg flere familieterapeutiske retninger, og selv om disse representerte noe nytt, bygget de til og begynne med på det samme grunnlag, et naturvitenskapelig, positivistisk vitenskapssyn, som psykoanlaysen også var basert på. I familieterapeutisk sammenheng innbar det at terapeuten ble sett på som en objektiv observatør , ekspert og reparatør, og familien ble sett på som, eller sammenliknet med, fysiske, mekaniske system. Det som er blitt kalt andre ordens kybernetikk har utgangspunkt i en annen systemforståelse og tenkning, med store konsekvenser for familieterapeutisk tenkning. I tråd med denne tenkningen sees terapeuten som en del av systemet, og ikke som en utenforstående, objektiv observatør. Innenfor familieterapifeltet har betegnelsene familieterapi og systemisk terapi blitt bruk en del om hverandre. Fra rundt 1980 begynte også andre teoretiske perspektiv å gjøre seg gjeldende. De nye teoretiske perspektivene kom fra humanvitenskapene, og da spesielt med utgangspunkt i språkteori, hermeneutikk og postmoderne filosofi (Hårtveit og Jensen 1999).

Innenfor den psykoanalytiske tradisjon var oppmerksomheten rettet mot det intrapsyiske, og det terapeutiske arbeidet foregikk mellom terapeut og klient. Den terapeutiske relasjonen

med overføring, motoverføring og proaktiv identifikasjon var selve arenaen for dette arbeidet. Med systemisk familieterapi flyttet oppmerksomheten seg til systemet og klientenes relasjoner, og målet var å hjelpe folk til å endre eller bedre relasjoner seg imellom, i familier og i parforhold, og at den enkelte skulle få oppleve seg selv i forhold til viktige andre på bedre måter. Den terapeutiske relasjonen fikk med det en annen betydning. "Thus in systemic therapy the therapeutic relationship is "de-centered" in favour of the clients' current relationships with their significant others". (Flaskas 1996, s. 37). Dette ser Carla Flaskas som en mulig forklaring på en manglende teoretisering av den terapeutiske relasjon innenfor systemisk terapi. Samtidig hevder hun at den terapeutiske relasjonen i systemisk terapi utvilsomt har betydning og kan enten hemme eller fremme den terapeutiske prosess.

I boken "Therapeutic Relationship in Systemic Therapy" (Flaskas og Perlez 1996) rettes det søkelys mot det manglende fokus på den terapeutiske relasjon i systemisk terapi. I introduksjonskapitlet vises det til at det i begynnelsen av utviklingen av den systemiske terapien, det som kaltes for første ordens kybernetikken, skjedde en de-individualisering, fokus bort fra følelser og en devaluering av terapeutens selv i terapiprosessen. Slik jeg forstår forfatterne, hevder de at en heller ikke var opptatt av den terapeutiske relasjonens betydning for den terapeutiske prosessen. På den annen side sier forfatterne at praksis på mange måter tilsa at fokuset var der, men det ble ikke vektlagt eller begrepsliggjort. Skiftet til den såkalte andreordens kybernetikken medførte et annet syn på terapeutens rolle, mens teori om klient-terapeut relasjonen, fortsatt var mangelfull.

Sammen med Barry Mason gav Carmel Flaskas og Amaryl Perlesz ut en ny bok i 2005, "The Space between. Experience, Context, and Process in the Therapeutic Relationship". (Flaskas m. fl. 2005) Også denne gangen er tema den terapeutiske relasjon i systemisk terapi. Imidlertid, sier de, oppfatter de det slik at mye har skjedd i fagfeltet de siste 10 årene. Det er deres oppfatning at det i løpet av disse årene har vokst fram økt oppmerksomhet og interesse for dette temaet. De gir uttrykk for at de ikke lenger behøver å begrunne at fokus på den terapeutiske relasjon er viktig. Nå er det tid for å se nærmere på innhold og aspekter ved denne relasjonen, noe de med denne boken bidrar til.

Samtidig som det har blitt vist større interesse for den terapeutiske relasjon de senere årene, har også individene i denne relasjonen blitt viet økende oppmerksomhet. Det gjelder både klienter og terapeuter, og kan etter min oppfatning sees i sammenheng med terapeutiske

tilnærminger som, inspirert av sosialkonstruksjonisme, språk og reflekterende prosesser, har satt sitt preg på familierapifeltet i Norge de siste 10-15 årene.

1.3. Oppgavens problemstilling og disposisjon

Som jeg beskrev innledningsvis, er den parterapeutiske situasjon en kompleks situasjon. Når terapeuten skal etablere og ivareta en god relasjon til de to i paret samtidig, og forholde seg til deres parforhold, som er grunnen til at de kommer til parterapi, står han/hun overfor noen terapeutiske utfordringer og dilemma. På bakgrunn av dette og ved hjelp av en kvalitativ intervjuundersøkelse belyser jeg dette temaet ut fra følgende tre spørsmål:

1. Hvordan bidrar terapeuter til en god terapeutisk relasjon?
2. Hvordan etablerer og opprettholder terapeuter som driver parterapi en god relasjon til den enkelte i paret, samtidig som de sammen skal arbeide med deres parforhold?
3. Hvordan forstås og skapes kjønn i parterapi?

Som jeg skrev ovenfor, rettes det i familierapifeltet en økende oppmerksomhet mot den terapeutiske relasjon og mot individene i relasjonen. Min studie kan sies å være i tråd med dette, og kan betraktes som et bidrag som går tett på praksis for å belyse noen aspekter ved den terapeutiske relasjon i parterapi. Jeg ser for meg at oppgaven først og fremst vil være av interesse for folk som arbeider med terapeutisk virksomhet, og spesielt med parterapi.

Oppgaven er disponert som følger: i kapittel 2 skriver jeg om metodevalg og om gjennomføringen av den kvalitative intervjuundersøkelsen. I kapittel 3 gjør jeg rede for teori som jeg anvender i analysen av mitt materiale. Jeg har imidlertid valgt å la det teoretiske bidraget først og fremst komme gjennom analysen av materialet, og skriver derfor i kapittel 3 bare om det som utgjør det jeg vil kalle min teoretiske plattform i dette arbeidet. Kapitlene 4, 5 og 6 behandler analysen av mitt materiale; i det første av disse analysekapitlene er tema hva en god terapeutisk relasjon er, med utgangspunkt i det terapeutene i undersøkelsen sier. Det neste kapitlet omhandler terapeuter i møte med par, og hvordan terapeuter kan etablere og opprettholde en god terapeutisk relasjon til den enkelte og forholde seg til parforholdet. I dette kapitlet behandles også temaene makt og nøytralitet. Det siste av disse tre kapitlene tar for seg

kjønnsaspektet i parterapi. Dette sistnevnte temaet er tett forbundet med de foran, men er gitt et eget kapittel fordi det utgjør en sentral del av materialet og fordi det bidrar til bedre oversikt over stoffet. Jeg har valgt å ha en kort kommentar i slutten av de tre analysekapitlene. Jeg skriver ikke oppsummering av innholdet i kapitlene, fordi jeg med det vil redusere nyanser og det varierte tilfanget, som var formålet å få gjennom den kvalitative intervjuundersøkelsen. Til sist, i kapittel 7, skriver jeg en avsluttende kommentar.

Kapittel 2 METODOLOGI OG UNDERSØKELSE SOPPLEGG

2.1. Valg av kvalitativ tilnærming

”Den kvalitative forskningstradisjonen støtter seg til teorier fra postmodernisme og sosialkonstruksjonisme, der forskeren anses som en aktiv deltaker i en kunnskapsutvikling som aldri kan bli fullstendig, men som handler mer om nye spørsmål enn om universelle sannheter” (Malterud 2004, s.31).

I følge Tove Thagaard (Thagaard 2002) kjennetegnes kvalitativ tilnærming av prosess og mening, analyse av tekst, nærhet til informantene og små utvalg. Forskningsopplegget er fleksibelt i den forstand at man kan arbeide med de ulike delene av forskningsprosessen parallelt.

Det er sentralt i min studie å få fram terapeuters opplevelser og erfaringer. Jeg har derfor valgt å foreta en kvalitativ intervjuundersøkelse. I den teoretiske forankringen jeg plasserer meg innenfor, sees verden, fenomen, mennesker, relasjoner og prosesser i sammenheng, som deler av en helhet. Om det som det forskes på gis det ikke nødvendigvis bare én sannhet. Forskeren betraktes ikke som objektiv og nøytral, og med det sikter jeg til at det er et gjensidig påvirkningsforhold mellom forskeren og det som det forskes på. Det gjelder både i forhold til mennesker, relasjoner og prosesser, men også i forhold til tekst. Erik Fossåskaret (Fossåskaret 1997, s. 34) sier at ”Data blir ikke samlet inn – data skapes”. Relatert til mitt prosjekt, en kvalitativ intervjuundersøkelse, ser jeg det slik at det materialet jeg har hentet inn gjennom intervjuene, ikke var materiale som så å si lå ”ferdig ute i verden”, klar til å bli innhentet. Tvert i mot har jeg med mine valg av tema og spørsmål allerede i utgangspunktet vært medskapet av det materialet som foreligger. Samtidig er det også slik at materialet er en gjenspeiling av hvordan de jeg intervjuet forstod sine egne erfaringer og opplevelser, og hvordan de oppfattet meg som intervjuer (Thagaard 2002).

Det videre arbeid med analyse av tekstene forstår jeg også som et gjensidig påvirkningsforhold mellom teksten og meg.

I det hun viser til at moderne vitenskapsteori avviser den nøytrale forsker, hevder Malterud (Malterud 2003) at det derfor ikke er et spørsmål om forskeren påvirker, men hvordan. Med dette som utgangspunkt, ser jeg det som min utfordring og mitt ansvar å ha et reflektert forhold til min egen rolle og innflytelse på hele mitt arbeid med denne studien.

Jeg er i min studie inspirert av et fenomenologisk perspektiv, uten at jeg har gjennomført en mer systematisk fenomenologisk tilnærming. ”Et fenomenologisk perspektiv fokuserer på personens livsverden. Det er åpent for intervjupersonens erfaringer, fremhever presise beskrivelser, forsøker å se bort fra forhåndskunnskaper, og søker etter beskrivelsenes sentrale betydninger” (Kvale 2006, s.40).

Malterud (Malterud 2004) viser til at fenomenologi ”representerer en forståelsesform der menneskers ”subjektive” erfaringer regnes som gyldig kunnskap” (s.52). Anvendt i forhold til min studie, er jeg ute etter å få noen terapeuters beskrivelser av opplevelser og erfaringer fra deres terapeutiske praksis.

Samtidig søker jeg etter mening i og gjør noen tolkninger av det terapeutene i min undersøkelse sier. Uten å plassere meg innenfor en hermeneutisk tilnærming, har jeg også med meg noen perspektiv fra hermeneutikken. Jeg tenker da på det å tolke og søke etter mening i tekstmaterialet, og på ”prinsippet om at mening bare kan forstås i lys av den sammenheng det vi studerer, er en del av” (Thagaard 2002, s.37).

2.2. Den kvalitative intervjuundersøkelsen

Et generelt, felles kriterium for utvelgelse av mine informanter, var at de skulle arbeide på familievernkontor, hvor det å samtale med par er en sentral oppgave.

Terapeutene i undersøkelsen ble rekruttert fra fem forskjellige familievernkontor. Jeg startet med å kontakte lederne ved de respektive kontorene, for å orientere om prosjektet og be om tillatelse til å gjennomføre intervju med deres medarbeidere i arbeidstiden. Samtlige svarte umiddelbart positiv på denne forespørselen. Det neste jeg gjorde, var å henvende meg direkte til de terapeutene jeg ville invitere inn som informanter i mitt prosjekt, enten pr telefon eller ved at jeg møtte dem i yrkessammenheng. Jeg gav da en muntlig redegjørelse for mitt prosjekt, og alle svarte ja til å bli med etter hvert som de ble spurt. I neste omgang fikk de

tilsendt skriftlig informasjon om prosjektet (vedlegg nr.1), og et skriv for innhenting av skriftlig informert samtykke. (vedlegg nr.2)

En av terapeutene i undersøkelsen arbeider ved et familievernkontor et annet sted i landet, og vi hadde ikke truffet hverandre før intervjuet fant sted. De øvrige fem terapeutene er rekruttert fra eget og andre nærliggende familievernkontor. Jeg reflekterte omkring det å intervjuere terapeuter som jeg kjenner og som kjenner meg, før jeg bestemte meg for å gjøre det. Terapeuter på familievernkontor er vant med åpenhet om sin praksis, både ved i blant å arbeide sammen to eller flere terapeuter, og gjennom teamdrøftinger av konkrete saker og problemstillinger.

Studien er dermed å betrakte som en kvalitativ intervjuundersøkelse av terapeutisk praksis med hovedvekt på ett fagmiljø, i vid forstand. Etter som mitt utvalg ikke er representativt for hele fagmiljøet, kan jeg ikke gjøre generaliseringer. Jeg hadde heller ikke til hensikt å utforske eller få antydning eventuelle forskjeller med tanke på hvem eller hvor mange av terapeutene innen mitt utvalg som sier hva, og var heller ikke ute etter funn som skulle være representative. Det sentrale var å fange opp en variasjonsbredde, og hvis det skulle vise seg å komme fram antydning til noen tendenser, få fanget opp det.

Anne Ryen (Ryen 2002) sier at ... ``man må søke etter et utvalg som dekker den heterogeniteten som kan finnes i en populasjon som kjennetegnes av en viss homogenitet` (s.85).

For å oppnå dette, ønsket jeg å ha begge kjønn representert. Jeg ville også at det skulle være en viss aldersspredning på informantene, samt at det skulle være spredning når det gjaldt hvor lang erfaring de hadde som terapeut for par. På familievernkontor arbeider det terapeuter med ulik profesjonsbakgrunn, i hovedsak sosialfaglig utdannet personell med videreutdanning i familierapi, og psykologer. På bakgrunn av deres forskjellige grunnutdanning og faglige tradisjon, ønsket jeg å ha begge faggrupper representert i utvalget.

Med tanke på det som var formålet med intervjuene i mitt prosjekt, vurderte jeg på forhånd at 5-6 intervju antagelig ville gi et tilstrekkelig materiale.. Jeg ville la det stå åpent om det skulle bli færre eller flere, slik at jeg underveis i prosessen kunne vurdere behovet. Jeg ønsket å sikre meg et rikt materiale, men ville følge med på når jeg nærmet meg et slags metningspunkt, at

nye intervju ikke brakte inn noe vesentlig nytt av interesse for mitt tema og problemstilling (Ryen 2000; Thagaard 2002).

Med utgangspunkt i de temaene jeg ønsket å belyse, utarbeidet jeg en intervjuguide. (vedlegg nr.3) Før jeg begynte å intervju, hadde jeg behov både for å teste hvordan intervjuguiden min fungerte, og for å teste ut bruken av lydbåndopptaker. Jeg foretok to prøveintervju med kolleger fra egen arbeidsplass. Under det første av disse to intervjuene fikk jeg problemer med bruken av det tekniske utstyret, og det ble nyttig læring av dette intervjuet. I det neste intervjuet fungerte det tekniske, og jeg fikk gjennomført selve intervjuet og transkripsjon av dette. Etter at jeg hadde gjennomført fem intervju, kontaktet jeg terapeuten fra det andre prøveintervjuet og spurte om jeg kunne inkludere intervjuet med henne i min undersøkelse. Min begrunnelse for det var at deler av dette intervjuet ville utfylle og berike materialet mitt. Hun svarte ja til det, og undertegnet skriftlig informert samtykke, som de andre deltagerne også hadde gjort.

Jeg vurderte det da slik at jeg kunne nyttiggjøre meg den intervjuguiden jeg hadde utarbeidet og prøvd ut i disse to intervjuene, når jeg skulle ta fatt på det første intervjuet i prosjektet. Intervjuguiden ble noe justert i løpet av intervjuundersøkelsen. Jeg gjennomførte intervjuene i perioden april–oktober 2006. Etter å ha gjennomført fem intervju, og jeg i tillegg hadde fått inkludert det ene prøveintervjuet, vurderte jeg det slik at materialet var rikelig. Materialet består altså av tilsammen seks intervju. For fem av informantenes del ble intervjuene gjennomført på deres arbeidsplass, på deres eget kontor. En av informantene valgte å komme til mitt kontor for å bli intervjuet der. Alle intervjuene varte i ca. én time, ble tatt opp på tape og transkribert i løpet av noen dager. Etter avtale med de jeg intervjuet, sendte jeg utskriften til den enkelte pr e-post, slik at de kunne lese gjennom og få komme med eventuelle korrigeringer, justeringer eller kommentarer for øvrig. Samtlige tilbakemeldte at de kjente seg igjen i det de leste og at de ikke hadde behov for at det ble gjort noen endringer. Jeg valgte å transkribere hvert intervju før jeg foretok det neste. På den måten fikk jeg begynne analyseprosessen allerede etter første intervju. Det gav meg anledning til å justere og endre mine spørsmål underveis, samtidig som jeg holdt meg til de samme temaene i alle intervjuene. Jeg oppfatter at det er en del av dette Anne Ryen (Ryen 2002) sikter til når hun sier at innsamling av data, analysearbeid og tolkning kan sees på som en runddans.

I følge Kvale (Kvale 2006) er det et fenomenologisk ideal ” å lytte på en fordomsfri måte, og la de intervjuede fritt beskrive sine egne erfaringer uten å forstyrre med intervju spørsmål og de forutinntakelser disse måtte innebære” (s. 81). Dette var også noe av min intensjon i intervjusituasjonen, men jeg leser av de transkriberte intervjuene at jeg ikke alltid lyktes med det. Dette, og andre erfaringer jeg sitter jeg med etter intervjuene, kommer jeg nærmere inn på i neste avsnitt, som omhandler analysen av materialet.

Jeg ser både fordeler og ulemper ved det å studere tema innenfor mitt eget fagfelt. og eget fagmiljø. Det kan være en fordel med godt kjennskap til temaet en skal studere, slik at de problemstillinger som reises og de spørsmål som stilles oppleves relevant av informantene. Kvale (Kvale 2006) peker på fordelen med at en forsker har kunnskap om det han intervjuer om. Thagaard (Thagaard 2002) framhever også fordelen ved at forskeren befinner seg innenfor det miljøet han forsker i, fordi det gir særlig godt grunnlag for forståelse av de fenomen som studeres.

På den annen side viser hun til faren det kan være for at forskeren overser det som er forskjellig fra egne erfaringer, og at en dermed kan gå glipp av viktige nyanser. Jeg så det derfor som viktig å ha et refleksivt forhold til både begrensningene og mulighetene som kan spille seg ut. I forbindelse med min undersøkelse var det spesielt tre forhold jeg vurderte: det ene er at mine egne erfaringer og teoretisk referanseramme allerede i utgangspunktet er styrende for problemstilling og spørsmål, og i det hele hva jeg velger å fokusere på. Det andre gjelder selve intervjusituasjonen, hvor jeg opplevde at det er lett å forstå for fort, Ved å befinne seg i samme fagmiljø, med tilhørende fagterminologi, erfarte jeg også at jeg i intervjusituasjonen ved flere anledninger forholdt meg til noe implisitt i det som ble sagt. Særlig når noen fortalte om opplevelser og erfaringer som kan likne på de som jeg selv har gjort, er det fare for å gå glipp av viktige nyanser og forskjeller. Det tredje er knyttet opp til arbeidet med de transkriberte intervjuene. Jeg erfarte også her at det er lett å forstå for fort, og at jeg ved å lese gjennom på ny og på ny, gjorde nye oppdagelser, forstod noe bedre eller fanget opp det jeg oppfatter som viktige nyanser.

I og med at jeg intervjuet andre teapeuter innefor eget fagmiljø, kunne det være lett å blande intervjuerrollen med kollegarollen. De tattforgritthetene som spilte seg ut i den grad jeg inntok kollegarollen, bidro selve analysearbeidet til å synliggjøre, og ble da også gjenstand for analyse.

2.3. Analyse

Som nevnt tidligere, ser jeg det slik at analyseprosessen begynte allerede etter første intervju. I det legger jeg at jeg umiddelbart etter transkripsjonen leste gjennom hvert intervju flere ganger, både like etter hverandre og med dagers og ukers mellomrom. Min erfaring er at dette bidro til å holde levende i meg selv min opplevelse av intervjusituasjonen, møtet og samtalen med den jeg intervjuet. Heri kan en også se noe av min fenomenologiske tilnærming. Det gav meg også anledning til å justere litt på mine spørsmål, uten at jeg gikk bort fra de overordnede temaene i intervjuguiden. Jeg valgte først og fremst å fokusere på det som ble sagt av de jeg snakket med, ikke så mye på hvordan det ble snakket, selv om minnet om og følelsen av hvordan det ble snakket, var vesentlig i forhold til det de sa. Mitt utgangspunkt og formål var imidlertid først og fremst å høre hva de jeg snakket med kunne fortelle om opplevelser og erfaringer knyttet opp til min problemstilling, slik at det var innholdet i dette jeg i hovedsak var interessert i. Det gjaldt både i selve intervjusituasjonen og i forbindelse med transkripsjonen. Jeg har i den transkriberte teksten bare skrevet i parentes når de jeg snakket med, eller jeg selv, lo. Imidlertid bidro det intensive arbeidet med materialet til å holde følelsen fra intervjusituasjonen levende i meg. I tillegg inneholder tekstene mange eksempler på ord, og noen ganger kanskje mangel på ord, som handler om eller viser til følelser og opplevelsesaspekt, som jeg regner som vesentlig informasjon for analysen.

Når alle intervjuene var transkribert, leste jeg gjennom dem på ny, uten annet formål enn å ”ta inn” materialet, og se om noe eventuelt pekte seg ut på en eller annen måte. Deretter gikk jeg mer systematisk til verks. Først tok jeg for meg hvert intervju for å se om det var noen ord eller uttrykk som gikk igjen eller som på en måte ”reiste seg” fra teksten. Jeg skrev ned, gjorde meg noen første tanker, og lot så dette ligge. Det neste jeg gjorde, var å skrive ned på store ark i litt forkortet form det hver hadde sagt om de enkelte tema/spørsmål. Siden beveget jeg meg fram og tilbake mellom selve intervjutekstene og det jeg hadde systematisert, og det ble gradvis noen tema som pekte seg ut og som jeg begynte å skrive om. Underveis har jeg imidlertid stoppet opp og begynt på ny flere ganger. Da har jeg spesielt lest og jobbet med selve intervjutekstene, i forsøk på å ikke være for bundet av mine egne tidligere utvalg og systematiseringer av tekstene. I denne prosessen har jeg prøvd å være mest mulig

etterrettelig i forhold til alt det som de jeg har snakket med har bidratt med av opplevelser, erfaringer og refleksjoner, og samtidig har jeg prøvd å holde fokus på mitt eget utgangspunkt og min problemstilling.

I dette analytiske arbeidet har jeg som jeg viser til i beskrivelsene ovenfor, både jobbet fenomenologisk og hermeneutisk. Jeg har også holdt mitt materiale opp mot teori, som innebærer en ytterligere meningsdannelse. I analysen holder jeg intervjuetekstene opp mot teori, og da er det både min oppfatning av det de jeg har snakket med har sagt, og min forståelse av teorien det handler om. Jeg insisterer derfor ikke på sammenhenger i den forbindelse, men knytter heller sammen der jeg ser for meg mulige sammenhenger.

2.4. Ethiske betraktninger

Et overordnet mål er at de som bidrar i en intervjuundersøkelse ikke på noen måte skal ta skade av å delta eller oppleve noen uheldige konsekvenser av å delta i undersøkelsen. Terapeutene i min studie har gitt skriftlig informert samtykke til deltakelse i studien, hvor det fremgår hva det innebærer å delta og anledningen de har til å trekke seg på et hvilket som helst tidspunkt.

I min studie er det ikke privatpersoner som skal snakke om private erfaringer, men terapeuter som skal snakke om sitt arbeid som terapeuter. Samtidig er terapeuter mennesker som berøres i og av sitt arbeid, og det viser seg også når terapeuter snakker om sitt arbeid. Derfor har jeg et etisk ansvar i denne sammenheng, knyttet til "hva vi gjør med den tillit andre viser oss, og hvordan vi tar vare på og bruker det den andre utleverer av sitt eget" (Henriksen & Vetlesen 1997, s.214). En respektfull holdning, både i intervjusituasjonen og i analysearbeidet, ser jeg derfor som viktig. De terapeutene som har deltatt i undersøkelsen, har ikke kontroll over min bearbeiding og analyse av materialet. I denne situasjonen befinner jeg meg i en maktposisjon, og mitt mål er derfor at deltagerne skal oppleve seg forstått og at deres selvforståelse er ivarettatt med den måten jeg har behandlet deres bidrag på. I den grad jeg henter fram ulike perspektiv i forhold til noen tema eller fenomen, fra flere av deltagerne, meg selv eller fra teori, er min intensjon å få fram ulike perspektiv.

Kapittel 3 Teori

Som jeg skrev i innledningskapitlet, har jeg i denne oppgaven valgt å la det teoretiske bidraget først og fremst komme fram gjennom analysen av materialet, i kapitlene 4, 5 og 6. I dette kapitlet presenterer jeg imidlertid det som jeg vil kalle for min teoretiske plattform, knyttet opp til forfatterne Harlene Anderson (Anderson 1997) og Anne-Lise Løvlie Shibbye (Shibbye 2002). Etter å ha presentert dem, begrunner jeg hvorfor de og deres teoretiske perspektiv er valgt.

Harlene Anderson står for et sosialkonstruksjonistisk perspektiv på terapi, inspirert blant andre av teoretikerne Kenneth Gergen og John Shotter. Hun hevder: ...”everything is authored, or more precisely, multiauthored, in a community of persons and relationships. The meanings of language, that is, the meanings that we attribute to the things, the events, and the people in our lives, and to ourselves, are arrived at by the language people use – through social dialogue, interchange, and the interaction that we socially construct” (Anderson 1997, s.41). Mening konstrueres og dannes i språket, og derfor er det også gjennom språket det kan dannes ny mening. Terapi går i følge dette ut på å samtale med tanke på at problemer kan oppløses gjennom at ny mening, nye muligheter og nye historier oppstår. I tråd med denne tenkningen betraktes terapi som et samarbeid mellom klient og terapeut. I det terapeutiske møtet er klienten ekspert på seg selv, sine erfaringer og sitt liv, mens terapeuten er ekspert på den dialogiske prosess. Intensjonen er å legge tilrette for dialog; ” a therapist’s main interest and intention are to establish a dialogical occasion – and through dialogue to create the opportunity for self-agency, freedom, and possibilities that are unique to a client and his or her situation, and in which a client has participated in the invention and enhancement” (Anderson 1997, s 94). For de tilstedeværende består den dialogiske prosessen vekselvis av ytre og indre samtaler. Etter som den dialogiske prosessen skrider fram, åpner det seg nye muligheter og endring kan skje. Når terapeuten er i møte med flere klienter samtidig, snakker hun med en om gangen, slik at de(n) andre får anledning til å være i lytteposisjon.

Anderson betrakter den terapeutiske situasjonen som en samtale mellom likeverdige personer, preget av ekthet og av det unike med hver relasjon og med hver samtale. Dette fordrer at

terapeuten er minst mulig forutinntatt, og at han/hun møter klienten med en ikke-vitende holdning, preget av åpenhet, nysgjerrighet, ydmykhet og respekt. Det er snakk om en måte å være på, framfor måter å gjøre ting på.

Med utgangspunkt i psykodynamisk tenkning og med fokus på individet, har Schibbye (Schibbye 2002) et annet utgangspunkt enn det systemiske og sosialkonstruksjonistiske. Hun understreker imidlertid at individet ikke kan sees isolert, men må sees i sammenheng med andre, og da både i et lokalt og i et utvidet sosialt og kulturelt perspektiv. Hun er opptatt av farene for å gjøre klienter til objekter i terapi. Uten at hun vil avskrive muligheten for terapeuten til å observere klienter, undertreker hun terapeuten forpliktelse til å sjekke ut sine egne observasjoner og hypoteser med klienters egne opplevelser og forståelse av sin situasjon. Siden individer ikke kan forstås uavhengig av den kontekst de befinner seg i, må også terapeuten, når han/hun skal forstå klienter, ta hensyn til de forutsetningene terapisisituasjonen og terapeuten selv er med på å skape.

Schibbye er opptatt av at terapeuter har, og er seg bevisst, sitt eget metasyn på teori. Dette metasynet, eller metateorien, omtaler hun som et "utsiktstårn med lyskastere på teorien" (Schibbye 2002, s 19). Teorier har en oppmerksomhetsledende og utvelgende funksjon, og derfor også makt. Teorier har utgangspunkt i ulike vitenskapsteoretiske grunnforståelser, og terapeuter bør ha bevissthet omkring teoriens verdimeslige implikasjoner. Siden praksis kan sies å være umiddelbar, er hun også opptatt av at teori må være integrert og personliggjort hos terapeuten.

For Schibbye utgjør praksis, teori og metateori "tre aspekter som står i et gjensidig forhold til hverandre, påvirker hverandre, skaper hverandres forutsetninger og bør forstås i lys av hverandre. De er med andre ord dialektiske" (Schibbye 2002, s.22). Når det gjelder forståelse av selvet og relasjoner, oppsummer hun det slik: "Dialektikk fokuserer på det tosidige eller mangesidige i relasjoner, både ved at vi ikke kan tenke enten-eller, men både-og, og at sider i relasjoner (og i selvbevisstheten) er gjensidige, skaper hverandres forutsetninger og viser til hverandre. Vi er unike selv som samtidig står i gjensidig forhold til andre. Det er en dialektikk mellom indre prosesser i selvet og prosesser i selvets samspill med andre" (s.38). I tråd med dette fungerer individet både som subjekt og objekt i en gjensidig prosess. "Individet er et opplevende subjekt, men kan se seg som objekt og kan også se den andre som subjekt og objekt" (s.37).

Et annet sentralt anliggende hos Schibbye, er at terapeutene har bevissthet om og forståelse for eksistensielle vilkår, og at klienter og terapeuter befinner seg i et eksistensielt fellesskap som mennesker. Det gjør det mulig for terapeuter å ta del i klientenes opplevelser, noe som samtidig forutsetter at terapeuten har et reflektert forhold til egne opplevelser. Det henger igjen sammen med terapeutens evne og kapasitet til selvrefleksivitet og selvavgrensing, som jeg kommer nærmere inn på i analysekapitlene.

Schibbye er opptatt av undrende dialoger og en undrende holdning hos terapeutene. Hun sier: ”Undring setter i gang prosesser som ikke dreier seg om å konkludere, oppnå et ferdig resultat eller finne en ”sannhet” (s. 366).

Anderson og Schibbye begrunner sin tenkning på forskjellig vitenskapsfilosofisk grunnlag, og ut fra forskjellig faglig ståsted. Jeg oppfatter imidlertid at de i sin tenkning om terapi likevel har en del anliggender som ligger nær opp til hverandre og som til dels også er felles. Begge er opptatt av det som kommer fram i undersøkelsen med tanke på terapeutenes åpenhet og nysgjerrighet, og betydningen av at terapeutene er personlige og ekte. Jeg knytter teoretiske perspektiv fra dem opp til disse temaene, i det jeg veksler litt mellom dem, samt at jeg også benytter annet teoretisk tilfang innimellom. På samme måten gjelder det anliggender begge har; viktigheten av at terapeuten er seg bevisst eget utgangspunkt, ståsted og verdier i møte med klientene og deres parforhold.

Schibbye bidrar også med tenkning og noen begrep som viser til fenomen ved individer og individer i relasjon til andre, som etter min oppfatning er sentralt for terapeuten, både med tanke på forståelse av seg selv, av klienten(e) og av den terapeutiske relasjon. Jeg sikter da spesielt til selvrefleksivitet, selvavgrensing og overføring, som jeg kommer tilbake til i analysekapitlene.

Kapittel 4 EN GOD TERAPEUTISK RELASJON

Mitt hovedanliggende i denne studien er å se nærmere på den terapeutiske relasjon i parterapi. Jeg inviterte imidlertid terapeutene i undersøkelsen innledningsvis til å si noe om hva de mener kjennetegner og hva de vektlegger ved en god terapeutisk relasjon. Spørsmålet om dette var åpent og generelt, i det det ikke var knyttet til noen spesiell terapiform eller terapeutisk retning.

Det er forsket mye på den terapeutiske relasjon, dens betydning og hva som kjennetegner den. Fra ulike ståsted og med fokus på ulike aspekter ved denne relasjonen, ser det ut som betydningen av at klienter opplever seg sett, forstått og respektert med tanke på å ha utbytte av terapi, er gjennomgående (Bachelor & Hovarth 1999). Dette er også noe av det terapeutene i undersøkelsen holder fram som helt sentralt. Imidlertid fokuserer de i sine svar hovedsakelig på hva som kreves av dem som terapeuter med tanke på å etablere og opprettholde en slik god relasjon, og det er tema og gjenstand for drøfting i dette kapitlet.

4.1. Åpen og nysgjerrig overfor klientens virkelighet

Flere av terapeutene i undersøkelsen framhever det å møte klienter med åpenhet i betydningen å ikke være preget av forforståelse og forutinntatthet. En av dem sier det slik:

...at jeg er nysgjerrig, at jeg ikke vet hva klienten har å si eller hva slags problemer klienten har. At jeg er virkelig, virkelig åpen til hva de kommer med.

En annen sier:

Og så, det å stille med blanke ark, i og for seg. Det å på en måte ikke sette seg ned å skulle drive terapi, på en måte. Jeg setter meg ned og prøver å høre på hva de har å si. Og så, ta det litt derfra.

Jeg finner det nærliggende å knytte det som sies av dem begge opp til det som kalles den ikke-vitende posisjon. Harlene Anderson (Anderson 1997) omtaler denne posisjonen som

selve hjørnesteinen i samtaler og relasjoner. Om hva dette vil si og hva denne posisjonen innebærer, sier hun:

”Not-knowing refers to a therapist’s position – an attitude and belief – that a therapist does not have access to privileged information, can never fully understand another person, always needs to be in a state of being informed by the other, and always needs to learn more about what has been said or may not have been said. Interpretation is always a dialogue between therapist and client and not the result of predetermined theoretical narratives essential to a therapist’s meaning, expertise, experience, or therapy model” (Anderson 1997, s. 134).

Den ikke-vitende posisjon krever av terapeuten at “... our understandings, explanations, and interpretations in therapy not be limited by prior experiences or theoretically formed truths, and knowledge”(Anderson og Goolishian 1999, s.28).

Anderson (Anderson 1997) understreker at den ikke-vitende posisjon ikke betyr det samme som at en terapeut er ” a tabula rasa or blank screen” (s. 97). Hun utdyper det med å vise til at alle som er i samtale med hverandre har med seg sin kunnskap, tidligere erfaringer , verdier og forforståelse. Det terapeuten har med seg av sitt eget i møte med klientene, kan bidra til at terapeuten forstår for fort. Kunnskap og erfaring kan stå i veien for å se det unike med den enkelte og dennes situasjon. Terapeuten må derfor være åpen og nysgjerrig og legge vinn på å være minst mulig forutinntatt i møte med klientene. Hun legger vekt på at klienten og terapeuten samarbeider i en felles, utforskende dialog om det klientene bringer inn i terapien og som det ønskes hjelp i forhold til. Denne dialogen, samtalen, preges av at det er to som snakker med hverandre og ikke til hverandre. Klientene gis på denne måten muligheter til å bevege seg og skifte posisjoner i samtalen, fordi han/hun ikke behøver å forsvare seg overfor terapeuten eller overbevise terapeuten om sine synspunkter.

Slik jeg oppfatter de to utsagnene fra terapeutene jeg snakket med, så formidler de nettopp en slik holdning at de ønsker å la seg informere av klientene. De legger vinn på i utgangspunktet ikke å ha noen egen, annen agenda enn å høre hva klientene har å si og være nysgjerrig i forhold til det. Det de måtte ha med seg av teori, kunnskap og erfaring, må ikke stå i veien for å kunne se og forholde seg til det unike ved den enkelte og dennes situasjon eller problem. Når den ene terapeuten sier han vil ”stille med blanke ark”, så forstår jeg ham slik at disse ”blanke arkene” kan fylles med den eller de historiene som vokser fram i samtalene. Han sier ikke at han selv er ”blank”, på samme måte som den ikke-vitende posisjon ikke innebærer at terapeuten er ”blank”.

Konseptet den ikke-vitende posisjon har vært, og er, omstridt innen fagfeltet. Boscolo og Bertrando (Boscolo og Bertrando 1996) hevder at det er en illusjon å tro at en terapeut kan innta og handle ut fra en ikke-vitende posisjon. På samme måte som det er umulig ikke å kommunisere, så er det umulig å ikke lage seg hypoteser og å bruke bevisst, eller ubevisst, den kunnskap en tidligere har tilegnet seg. De hevder at mye av det terapeuter sier og gjør, er utenfor deres bevissthet i øyeblikket, men at en ved å reflektere etterpå, kan sette dette i forbindelse med ”medbrakt” kunnskap og erfaring (Boscolo og Bertrando 1996, s.28).

Denne uenigheten berører også synet på terapeuten som ekspert eller ikke ekspert. Harlene Anderson (Anderson 1997) er opptatt av likeverdigheten i den terapeutiske relasjonen. Hun ser på terapeuten som ekspert på å samtale, å fremme dialog og samarbeid, mens klienten er ekspert på sitt eget liv.

Mens Anderson, som nevnt ovenfor, betrakter terapeuten som ekspert på samtale, på å fremme dialog og samarbeid, ser Boscolo og Bertrando (Boscolo og Bertrando 1996) på terapeuten som ekspert i kraft av den kunnskap og erfaring han/hun besitter. De påpeker også at noen mennesker aksepterer at noen andre innehar en rolle som terapeut og at det i rollen som ekspert nettopp ligger muligheter for å drive terapi. Noen av terapeutene i undersøkelsen legger vekt på åpenhet om sin rolle og kompetanse som terapeut fra et tilsvarende ståsted som Boscolo og Bertrando. En av dem sier:

Jeg synes det er viktig å presentere meg som en som kan noe. Og da være tydelig på mine muligheter og begrensninger. Da tenker jeg på å være åpen på hva jeg tenker om det de sier og åpen for at jeg kan ta feil eller kanskje jeg har rett.

Jeg er profesjonell, ekspert, kan noen om relasjoner. Ekspert, men ikke på det livet de har. Har klare begrensninger. Tenker at jeg må ta det ansvaret.

Denne terapeuten legger vekt på at han er ekspert, og han presenterer seg som det overfor sine klienter. Samtidig holder han fram at han ikke er ekspert på det livet klientene har, noe som også er et sentralt anliggende når det gjelder den ”ikke-vitende” posisjon. Hans ekspertise har også andre begrensninger, sier han, som han er åpen og tydelig på overfor klientene.

En av de andre terapeutene uttrykker:

Må også huske at i gode relasjoner, at klientene tror eller opplever at de forholder seg til en person som har kunnskap. Det er tross alt derfor de kommer hit, for å få hjelp til noe de ikke helt har kunnskap om, så mye. De søker på en måte kunnskap om hjelp til endring, fordi de ikke har den evnen akkurat da til å hjelpe seg selv med den endringen.”

En kan spørre seg om det å ha kunnskap er ensbetydende med det å være ekspert. I ”Samspill og selvopplevelse”(Johnsen m. fl 2001) stiller forfatterne spørsmål ved det de kaller ”sammenkoblingen mellom å inspireres av og bruke kunnskap, og å være ekspert i betydningen av å være bedreviter.”(ibid s. 14). De viser til at det med postmodernismen har fulgt en forståelse av at der finnes utallige virkelighetsbeskrivelser, og at det er problematisk å velge én framfor andre. I familieterapeutisk sammenheng har man vært opptatt av å anerkjenne den enkelte klientes forståelse av seg og sin situasjon, og at ny mening konstrueres i en samarbeidspreget dialog mellom klient og terapeut. Forfatterne hevder at det de senere år innenfor familieterapifeltet har vært en økende etterspørsel etter psykologisk teori og det de omtaler som fenomennære begreper. De fokuserer særlig på verdien og nytten familieterapeuter kan ha av kunnskap om nyere utviklingspsykologi.

I denne boken skriver Vigdis Wie Torsteinsson et kapittel som er kalt ” Å vite eller ikke vite - eller hvordan vet vi at vi vet?” Hun viser til at det i vårt fagfelt er snakk om kunnskap knyttet opp til relasjoner. Like viktig som å kunne gi erkjennelsesteoretiske begrunnelser for sin kunnskap, er det etiske aspektet. Hun viser til filosofen Emanuel Levinas som hevder at relasjoner grunnleggende må forstås som etiske. ”Spissformulert kunne man si at å bruke eller skape kunnskap uten hensyn til kvaliteten av den relasjon den er virksom i, gjør kunnskapen ugyldig. Kunnskap skaper ikke gode relasjoner, men gode relasjoner gjør at man både kan frambringe og bruke kunnskap” (ibid s. 212).

Sist siterte terapeut knytter nettopp anvendelsen av kunnskap opp til en god terapeutisk relasjon. Slik jeg forstår henne, muliggjør den gode relasjonen og klientenes forventinger om terapeutens kunnskap, at terapeuten kan frambringe og bruke sin kunnskap og at klientene kan nyttiggjøre seg den.

I det følgende sitatet oppfatter jeg at terapeuten er tydelig på at hun både er vitende og ikke-vitende. Sett i sammenheng med diskusjonen ovenfor, kunne en tenke at terapeuten både

identifiserer seg med ekspertrollen som Boscolo og Bertrando (Boscolo og Bertrando 1996) taler for, og med den ikke-vitende posisjon.

Terapeuten sier:

...det er den balansegangen mellom å tune seg inn på, både at du har med deg erfaring og kunnskap og samtidig så vet du på en måte ingenting.

Balansegang forbinder jeg med en aktivitet som krever høy grad av bevissthet og full konsentrasjon. Når terapeuten bruker dette ordet og gjør denne sammenlikningen, tolker jeg henne dit hen at det i den terapeutiske sammenheng nettopp kreves en kontinuerlig bevissthet og konsentrasjon å balansere mellom det hun kan og vet, og det hun ikke vet.

Et annet aspekt ved det å ha med seg erfaring kommer også fram i intervjuundersøkelsen i det noen av terapeutene også understreker verdien av erfaring. Det siktes da til alminnelig, personlig livserfaring og til yrkeserfaring. En av terapeutene gir uttrykk for en opplevelse av at det med økende erfaring er lettere å ikke være forutinntatt. Erfaring gir, slik jeg ser det, en form for kunnskap, og det sies gjerne at jo mer kunnskap en får, jo mer vet du at du ikke vet.

4.2. Åpen for ulike måter å snakke om seg og livet på

En av terapeutene peker på enda et aspekt med åpenhet, som også handler om ”å stille med blanke ark”, som vi har vært inne på tidligere. Hun sier:

Synes jeg, for min del i alle fall, litt for automatisk tenker at folk kan uttrykke følelsene sine. At jeg for sent oppdager at de er dårlige til å snakke reflektert. At jeg har som utgangspunkt at folk kan snakke og uttrykke seg ok, og av og til er det unntak. I stedet for at jeg som utgangspunkt er nysgjerrig på det, åpen for det. Åpen for hva slags måter folk snakker om seg og livene sine på.

Det kan se ut som terapeuten, når hun her erfarer at samtalen ikke helt fungerer, tenker at det nødvendigvis ikke er noens feil, men at hun som terapeut ikke har vært tilstrekkelig nysgjerrig og åpen for hvordan det passer for klienten å snakke. En slik åpenhet og nysgjerrighet setter

terapeuten i en posisjon hvor hun sammen med klienten kan utforske både hvordan og hva det skal samtale om. Dette er i tråd med det Harlene Anderson (Anderson 1997) omtaler som dialogisk samtale og terapeutens og klientes felles utforskning.

”Joining” kaller Minuchin (Minuchin 1998) det å gjøre seg kjent med og tilpasse seg klienter og klientsystem. Han sammenlikner antropologens møte med en kultur, med terapeutens møte med en familie. For terapeuten handler det om å møte familien med respekt og aksept for det som er dens/deres egenart. I det ligger også, slik jeg forstår det, å bli kjent med hvordan familien og familiemedlemmene snakker, for så å legge vinn på selv å tilpasse seg deres måte å snakke på.

Åge Wifstad sier: ”Et grunnleggende spørsmål i all terapi er nemlig *hvilket* språk samtalen føres i. Er det et fagspråk behersket av den profesjonelle som ligger i bunnen, og som alt annet som blir sagt, relateres til, eller forsøker man på en mer reell måte å etablere en samtalekontakt fullt og helt på dagligspråkets premisser?” (Wifstad 1997, s. 140). Med fagspråk forbinder man en spesifikk fagterminologi, egne ord og uttrykk som er særegne for ulike fag. Kan hende gjelder det i terapeutisk sammenheng også hvordan det snakkes og hva det snakkes om og fokuseres på. Det å snakke om følelser og reflektere om livet, som en av terapeutene er inne på, er vanlig for terapeuter. Det kan derfor ligge nær for terapeuten å nærmest ta for gitt at det er vanlig og alminnelig også for den som oppsøker terapeuten. Det jeg oppfatter som et viktig poeng i det den sist siterte terapeuten sier, er derfor at terapeutens nysgjerrighet og åpenhet ikke bare må være rette mot innholdet i det klienten kommer med, men også mot hvordan snakke sammen om det som bringer klienten til terapi.

4.3. Åpen og ærlig i terapiprosessen

Jeg oppfatter at terapeutene jeg snakket med er inne på nok et aspekt ved åpenhet når de er opptatt av å være åpne og ærlige sammen med klientene. En av dem sier:

... men hvis en skal få til en åpen dialog, må terapeuten i utgangspunktet være åpen og ærlig.

Dette innebærer, sier hun:

Direkthet tenker jeg også bidrar. Det er litt det samme som å by på meg, være åpen og ærlig, ikke virke hemmelighetsfull. Altså hemmelighetsfull i forhold til metode, hemmelig i forhold til planlegging, hemmelig i forhold til framtid. At vi ikke driver noe hokus-pokus-kunst. Men at vi er god på å formidle, hvorfor vi spør om det, hva vi tenker om det, om situasjonen.

Slik jeg forstår terapeuten her, ønsker hun åpenhet også gjennom å forhindre en form for mystifisering av den terapeutiske situasjonen. Hun ønsker å legge til rette for en god dialog, og det forutsetter at hun selv er åpen. En eventuell skjult agenda eller hemmelige hensikter, ville skapt usikkerhet og utrygghet.

Anderson (Anderson 1997) er også opptatt av åpenhet i den betydningen det er snakk om her, at terapeuten er ”åpen om, deler og reflekterer omkring sin kunnskap, antagelser, tanker, spørsmål og meninger” (ibid s.4, min oversettelse). Hun gir også uttrykk for forståelse for at klienter kan være nysgjerrige på hvem terapeuten er som person. Hun spør derfor gjerne klienter ved slutten av en samtale om det er noe de har lyst til å spørre henne om, nå som hun selv har stilt dem så mange spørsmål.

En av de andre terapeutene sier:

... når jeg stiller spørsmål, er jeg opptatt av å si hvorfor jeg stiller de spørsmålene. Ikke alltid at jeg har en grunn til at jeg spør, men har jeg det, så sier jeg gjerne at jeg har en hypotese. Og da sier jeg gjerne at hvis det er sånn, altså forutsetningene for spørsmålene pleier jeg å være tydelig på. Altså, hvis det er sånn, lurer jeg på om det er sånn. Og da er jeg også åpen på at jeg kan ta feil.

Jeg oppfatter også her at terapeuten legger opp til en åpen dialog, til en felles utforskning av det som er tema i samtalene med klientene. Han gir uttrykk for åpenhet og ærlighet med tanke på egne begrensninger, og slik jeg ser det, formidler han på denne måten at han et ønske om å la seg informere av klientene og dermed gjensidighet i dialogen.

4.4. Personlig og ekte.

De jeg intervjuet, kom på forskjellige måter inn på at terapeuten også er tilstede som et menneske, som en person. En av dem sier det slik:

...men for å kunne være en terapeut som bidrar til en god relasjon, så tror jeg at vi må være de menneskene vi er. By på seg sjøl.

Terapeuten er her inne på det jeg oppfatter Schibbye (Schibbye 2002) betrakter som grunnleggende i det terapeutiske møte, nemlig at terapeut og klient befinner seg i et eksistensielt fellesskap.

Dette gjør det mulig for terapeuten å delta i klientenes erfaringer, noe som nettopp kan gi klienten en opplevelse av å møte et menneske. En forutsetning for det er at terapeuten har et reflektert forhold til eget liv, egen eksistens, og opptrer slik Schibbye uttrykker det: "autentisk og kongruent" (Schibbye 2002, s. 35).

Når terapeuten sier at ..."vi må være de menneskene vi er. By på seg sjøl.", oppfatter jeg det også som en åpenhet for at terapeuten er til stede med hele seg. Det innebærer en affektiv og kroppslig tilstedeværelse, og det rommer livserfaring, og den faglige kompetansen han/hun har tilegnet seg gjennom utdanning og erfaring. Elsa Jones (Jones 1998) skriver om og drøfter det hun omtaler som terapeutens mange "selv" og hvilken rolle terapeutens "selv" spiller, som jeg finner relevant i denne forbindelse. Hun skriver om nødvendigheten av at terapeuter gransker sine egne reaksjoner som de har i møte med klienter, og om at det er mye usagt som på ulike andre vis enn med ord kommuniseres mellom terapeut og klienter. Uten å gi noe svar, som hun sier vil avhenge av mange forhold, stiller hun spørsmål om terapeuter skal dele med sine klienter egne reaksjoner og følelser som vekkes i den terapeutiske situasjonen, om det vil hjelpe eller hindre klientene i det som er deres prosjekt. Når terapeuten betraktes som en del av systemet, finner hun det også interessant å tenke seg en terapeuts følelsesmessige reaksjon som en følge av å være en del av dette systemet, og ikke nødvendigvis en reaksjon knyttet til andre sider ved terapeutens liv. Ved å åpne for at det kan være en respons på/i systemet, spør Elsa Jones om terapeutens subjektive reaksjon faktisk kunne vært sett som og benyttet som en "trigger" for endring i systemet.

Det terapeuten sier om å være de menneskene vi er, ser jeg også som uttrykk for perspektiv som også kan knyttes opp til Harlene Anderson (Anderson 1997) sin vektlegging av likeverdighet, ekthet og spontanitet i møte mellom terapeut og klient. Dette sees som en forutsetning for den samarbeidsrelasjonen som den terapeutiske situasjon etter hennes oppfatning skal være.

En annen av de terapeutene jeg snakket med, er også inne på dette med terapeuten som person. Han forteller om en klient som kom med en tilbakemelding til ham om at hun i forrige samtale hadde følt seg lite forstått av ham. Om dette gjør terapeuten seg følgende refleksjoner:

... for det er jo ingen som er feilfri eller perfekte i dette her. Så de merker at den relasjonen, den er de med på å justere. Det tror jeg også er en veldig viktig ting.

En slik tilbakemelding kan ramme terapeutens prestisje og selvfølelse, og det kan være vanskelig å ta imot uten å gå i forsvar. Terapeuten kan også velge å se det som et uttrykk for tillit at klienten våger å si dette til ham. Jeg oppfatter at terapeuten, ved å si at ingen er feilfri eller perfekt, peker på terapeuten som menneske. For en terapeut er det nettopp viktig å være kjent med seg selv, egne følelser og egen smerte. I møte med klienter er det nødvendig å kjenne etter hva klientenes opplevelser og det som skjer i møte med klientene, gjør med egne indre prosesser (Schibbye 2002). Når terapeuten sier at klienten er med på å justere relasjonen, oppfatter jeg det slik at han viser til en gjensidighet i relasjonen mellom terapeut og klient.

En av terapeutene uttrykker det slik:

Føler at i relasjonen må du hele tiden være i dialog med hvem du er som person, de valg og fokus som du hele tiden gjør underveis, hva handler de om.

Hele tiden i dialog med deg selv, som du driver parallelt med dialogen med klienten. Så du holder passe avstand, sånn at du kan være personlig og ekte og nær, og samtidig ikke privat, miste distansen.

Jeg finner det nærliggende å knytte det som sies her opp til begrepene selvrefleksivitet og selvavgrensning (Schibbye 2002). Selvrefleksivitet, sier Schibbye, handler om å ”kunne forholde seg til seg selv, kunne være sitt eget objekt, å kunne `observere` seg selv, stille seg utenfor seg selv, det vil si avgrense og betrakte seg selv.” (ibid s. 77) . I et dialektisk perspektiv innebærer refleksivitet selvavgrensning. Selvavgrensning viser til ”individets evne til å sortere og skille mellom egne og andres opplevelser, synspunkter, oppfatninger eller representasjoner” (ibid s. 78). I følge Schibbye gjør selvrefleksivitet det mulig å forstå en annens indre opplevelsesverden, og er en forutsetning for empati, innlevelse og medfølelse.

Den samme, sist siterte terapeut peker også på et annet aspekt i denne sammenheng når hun sier:

... så tror jeg det er viktig at det er et samsvar, at terapeuten kjenner sitt eget menneskesyn, hva man tenker som fagperson og hva man tenker som person. At det henger lite granne sammen, slik at klienten føler at de møter noen. Jeg tror at hvis du fremstår litt integrert i det, at du på en måte klarer å skape en sammenheng mellom den personen du er og det du står for faglig, så vil møtet føles mer ekte, tror jeg.

Her vil jeg igjen vise til Schibbye (Schibbye 2002) , som understreker viktigheten av en integrasjon av terapeutens moral og etikk, teori og terapeutens eget selv. Jeg oppfatter det som et mål for Schibbye når hun sier at ” den terapeutiske, etiske og personlige refleksjon stikker så dypt at det er vanskelig å legge den igjen på kontoret”. (ibid s. 234).

4.5. Kommentar

Betydningen av terapeuters åpne og nysgjerrige holdning, og at terapeuter er personlig og ekte i møte med klienter, er tema i dette kapitlet. Den åpne og nysgjerrige holdningen er et nødvendig utgangspunkt med tanke på at egen forforståelse ikke skal komme i veien for forståelsen av klienter og deres situasjon. Terapeuter har med seg kunnskap og erfaring. Jeg forstår noen av terapeutene i undersøkelsen slik at de i en viss grad vil lene seg mot Boscolo og Bertrando (Boscolo og Bertrando 1996), idet de vektlegger den kunnskapen de som terapeuter har tillegnet seg og som de har med seg og anvender i den terapeutiske situasjon. Andre terapeuter i undersøkelsen er etter min vurdering mer i tråd med den ”ikke-vitende”

posisjon, slik jeg forstår denne. Ut fra min forståelse av den "ikke-vitende" posisjon, tas det på alvor at terapeuten har kunnskap, erfaring og er et menneske med holdninger og verdier. Posisjonen er et uttrykk for en holdning som handler om at på tross av alt det terapeuten vet og har med seg, så vet han/hun ikke hvem klienten er og hvordan klienten opplever og erfarer, før han/hun har latt seg informere av klienten. Vissheten om og forståelsen for at terapeuten bringer mye med seg inn i møte klientene, nødvendiggjør nettopp den åpenheten terapeutene i undersøkelsen er opptatt av. Jeg oppfatter dem slik at åpenheten også må rettes mot dem selv, idet deres egen rolle og bidrag i terapien også må være gjenstand for kontinuerlig refleksjon.

Kapittel 5 TERAPEUTEN OG PARET

Samtlige terapeuter i undersøkelsen viser til at det de vektlegger ved en god terapeutisk relasjon generelt, også gjelder når den terapeutiske relasjonen består av et par og en terapeut. Imidlertid, sier de, blir det mer komplisert og vanskeligere når de som terapeuter skal etablere og opprettholde en god terapeutisk relasjon til to personer samtidig.

Med utgangspunkt i hva terapeutene sier om dette, vil jeg i dette kapitlet gå nærmere inn på hva denne kompleksiteten består i. Det er snakk om noen dilemma og metodiske utfordringer knyttet opp til at terapeuten skal forholde seg til og ivareta to personer samtidig. I tillegg har disse to personene en etablert relasjon seg i mellom, og denne relasjonen, dette parforholdet, må terapeuten også forholde seg til. Parforholdets betydning for paret varierer fra par til par, og det kan også være av forskjellig betydning for partene innbyrdes i paret.

For oversiktens og tydeliggjøringens skyld, er kapitlet delt i tre. Først skriver jeg om når terapeuten skal møte og ivareta to personer samtidig. Deretter tar jeg for meg terapeutens forhold til parets parforhold. Til slutt skriver jeg om makt og nøytralitet. Imidlertid er temaene nær forbundet med hverandre, og hele kapitlet må derfor sees i sammenheng.

5.1. Terapeuten og parets to personer

Alle terapeutene i undersøkelsen gir uttrykk for at de er opptatt av at den enkelte i parforholdet skal føle seg sett og forstått av terapeuten, men at det kan være vanskelig å få dette til i hele terapiprosessen. En av dem beskriver den parterapeutiske situasjonen slik:

Det blir mer komplisert da, fordi det handler om å se enkeltpersonen som individ, som partner, som mor, ikke sant? Som det ene og som det andre, i en setting hvor partneren er til stede. Da blir det straks mer komplisert.

Her oppfatter jeg at terapeuten understreker nødvendigheten av først og fremst å se det enkelte mennesket som paret består av. Derfor må terapeuten dele sin oppmerksomhet mellom de to tilstedeværende, på en slik måte at begge skal føle seg sett. Terapeuten vet også at de to partnerne følger med og er vitne til den kontakten og relasjonen som etablerer seg mellom ham og hver av partnerne. I den ofte sårbare situasjon parene er i når de kommer til terapi,

kan de være våre for om terapeuten forstår partneren bedre eller har mer sans for ham/henne. Med partneren til stede kan den enkelte føle at de ikke får til å presentere seg og sitt slik de ønsker.

En annen av terapeutene sier:

Hvis vi tenker oss at mennesker uansett har like stort behov for å bli sett og hørt, så er det jo én ting. Men folk gir ulikt uttrykk for hva de har behov for. Da må du på en måte dele oppmerksomheten din i to, for å møte hvert enkelt individ.

Det å dele likt på oppmerksomhet og empati, behøver nødvendigvis ikke bety at terapeuten bruker like mye tid på hver av klientene. Flere av terapeutene i undersøkelsen sier noe om at de tidligere var opptatt av at hver av partene skulle gis like mye tid i samtalene. Imidlertid er de nå mer opptatt av at klientene får sagt det som er viktig for dem å få si, fordi de som terapeuter mener at det da er noe som også er viktig for den andre parten å høre. En av terapeutene sier også at han er mer opptatt av at begge partnerne kjenner seg igjen i den forståelsen som utvikler seg, enn at de får snakket like mye.

Flere av terapeutene i undersøkelsen kommer inn på at partene i et par ikke sjelden har ulik forhold eller utgangspunkt for det å gå i parterapi. En av terapeutene uttrykker det slik:

..., men det er ofte at et par kommer inn og én er nesten på vei ut og den andre vil klamre seg til forholdet. Eller i hvert fall at de har forskjellig utgangspunkt for hvor mye de ønsker parterapi.

Flere av terapeutene som er inne på dette, sier at dersom målet for terapi er for forskjellig, er det antagelig ikke tid for parterapi.. Da er det kanskje noe annet terapeuten kan hjelpe én eller begge parter med, men det kan innebære et dilemma for terapeuten at han/hun, ved ikke å prøve parterapi, risikerer at den ene part føler seg sviktet av terapeuten. Den som har sterkt ønske om fortsatt parforhold, kan ha sett parterapi og terapeuten som siste mulighet for sin sak.

Noen ganger er det slik at den ene parten i et par i utgangspunktet ikke ønsker å gå i parterapi, men at han/hun nærmest føler seg truet til å bli med. Den andre part har gjerne stilt et ultimatum om at den vil bryte forholdet dersom partneren ikke blir med.

Flere av terapeutene sier at de ønsker å vise respekt både for den som ønsker terapi og for den som er skeptisk og mindre interessert. De understreker også at de som terapeuter verken kan eller vil tvinge noen til å komme til terapi. Dersom det er slik at den ene parten er skeptisk til å komme til parterapi, sier flere av terapeutene at de prøver å jobbe ekstra mye med å få en god relasjon til den som minst ønsker å komme, slik at vedkommende skal føle at det gir mening å komme i terapi. En av dem gir uttrykk for at hun prøver å snakke med den som er skeptisk om hvilken betydning det har for partneren at de har problem som han/hun ønsker de skal få hjelp med. Som terapeut ønsker hun med dette å gjøre dette til noe relasjonelt, til noe som angår dem begge og som den skeptiske skal oppleve relevant. Flere terapeuter sier at de kan erfare at de i sin iver etter å få den skeptiske til å se mening i og selv ønske parterapi, står i fare for å overse den som er mest ivrig. Selv om terapeuten tenker at han/hun så å si jobber i dennes tjeneste, er ikke det sikkert at det er klart for denne at det er det som skjer, dersom ikke terapeuten er tydelig på det.

Terapeutene forteller også at partene i et par kan komme til terapi med ulike ”bestillinger” eller ønske om hva terapien skal være til hjelp for. Som en terapeut sier:

Hvis f. eks. den ene synes det er viktig å snakke om seksuelle problemer, og den andre ikke synes det er viktig.

Et annet eksempel kunne være at den ene kan mene at de har behov for hjelp til å kommunisere bedre, mens den andre mener at hvis partneren fikk hjelp til å sette grenser i forhold til arbeid og andre aktiviteter, ville problemene deres løse seg.

Når partene er uenige om hvilke tema eller hva det skal snakkes om i terapien, sier en av terapeutene, prøver hun å legge til rette for at de bruker tid på å snakke om det. Vanligvis er det da fra terapeutens side sett slik at de kan ta for seg både mannens og kvinnens tema, men terapeuten ønsker å bidra til at begge skal oppleve en gjensidighet og bli aktører også i forhold til den andres tema. Terapeuten sier at hun noen ganger føler det kan få karakter av å være som en form for salgs- eller forhandlingsrunde, og sier det hender hun i slike situasjoner kan oppleve det som et dilemma at hun nærmest kan få en overtalesefunksjon. Dersom hun får følelsen av at det er i ferd med å skje, tar hun det opp med paret og i noen tilfeller snakker

hun da med partene hver for seg. Da oppleves det lettere å gå inn i hver av partene sine forestillinger og motforestillinger.

Elsa Jones (Jones 1996) skriver om parterapi at det for terapeuter mer enn i andre klientsammenhenger blir en balansegang der han/hun må dele likt på oppmerksomhet og empati. En av terapeutene er inne på det samme når han sier:

Så er det jo alltid en balansegang. Man kan liksom aldri slippe noen av dem. Man kan sitte og være veldig opptatt av hvordan den ene har det, og plutselig merke at nå driver den andre og faller litt av.

Jeg ser for meg balansegang som en krevende øvelse, og hvis en mister konsentrasjonen, kan en fort falle til den ene eller andre siden. Slik jeg forstår terapeuten her, kan han oppleve at dersom han lener seg for mye over til den ene siden og blir for opptatt av den ene parten, kan slippe taket i den andre. Han må konsentrere seg om å prøve å holde begge parter hele tiden. Her handler det derfor ikke bare om å dele oppmerksomheten, men om å være oppmerksom på den andre samtidig som den ene er i fokus.

En av terapeutene beskriver hvordan hun gjør dette i praksis:

Jeg tror nok at jeg bruker blick – et tydelig blikkskifte som et virkemiddel for å håndtere to samtidig. Er tydeligere i kroppsspråket, tror jeg, for at de skal ha en reell opplevelse av at de blir sett og hørt begge to. Jeg flytter nok kroppen min mye mer i parjobbing enn når jeg jobber individuelt. Vender meg mot, rundt og mot, og er veldig mye mer bevisst på blick i den jobbingen.

På et felt som er dominert av ord, verbalt språk, ser vi her at kroppen og det kroppslige er til stede, og at terapeuten bruker kroppen sin aktivt i den terapeutiske samtalen. Jeg ser dette som et eksempel på at kommunikasjon består av mer enn ord, og at det kan kommuniseres bevisst og aktivt med mer enn ord. Her ser det ut som det kroppslige uttrykket brukes som en hjelp til å forsterke og understreke oppmerksomheten til den enkelte, for å gi det mer virkning enn det kan gi med å si bare med ord.

Flere av terapeutene sier de er opptatt av å trygge begge i paret med tanke på at de begge skal få komme til orde og bli sett og hørt. De gjør gjerne avtale om en form for struktur i samtalen, som går ut på at terapeuten vil snakke med en om gangen. Slik at når den ene får snakke, så vet den andre at det blir hans/hennes tur etterpå. En av terapeutene illustrerer dette ved å si:

Det er vanskelig med parterapi, fordi det lett kan bli, altså ett ytterpunkt, at du sitter som om du ser på en tenniskamp. Vanskelig å forholde seg til. En felle jeg føler er hvis jeg forholder meg som om jeg holder meg for ørene. Men hvis jeg klarer å lage og holde visse regler i kampen, altså kommunikasjonen, da føler jeg det fungerer.

En annen av terapeutene jeg snakket med, gav uttrykk for følgende tanker om det å møte og dele oppmerksomheten på partene i et par:

... har med meg disse tankene om at det er to mennesker som sitter der, som har behov for å forsvare seg selv, og at det blir nokså truende å være redd for at den andre skal overta, og alle disse tingene. Det er det det handler om. Det er en kamp om å få oppmerksomhet, bli forstått og sett.

Hun sier også:

... og når det er konflikt, så er det to subjekt som er truet, som må forsvare seg, som ikke har fått validert seg selv.

Jeg legger merke til at terapeutene her bruker kamp-metaforer, og i en kamp er det snakk om å vinne eller tape. Jeg oppfatter at det for terapeutene her er viktig å tilrettelegge slik at begge i paret, eller ingen av dem, skal få opplevelsen av å vinne, noe som i denne sammenheng betyr opplevelsen av å bli sett og hørt av terapeuten. Terapeuten ønsker å hjelpe dem til å bli to likeverdige aktører sammen med henne. Denne terapeuten sier også at det i parterapi etter hennes mening handler mye om å få fram og styrke partene som subjekt og at begges subjekt, eller begge som subjekt, skal komme fram.

Jeg oppfatter at terapeutene i min studie ønsker at partene i parterapi ikke skal få følelsen av at terapeutene tar parti for den ene. Samtidig formidler terapeutene både nyanser og unntak i forhold til det, som jeg kommer tilbake til senere i dette kapitlet.

Det å ta parti kan i parterapisammenheng handle om å gi støtte til visse standpunkt eller meninger. Det kan imidlertid også dreie seg om noe mer og annet enn det. Terapeutene kan oppleve at de har problemer med å like en part, at de har mer sympati for den ene, eller noe hos en part kan i særlig grad vekke gjenkjennelse hos terapeuten. Det er her snakk om aspekter ved og utfordringer knyttet opp til terapeuten i terapeutiske relasjoner generelt. I en parterapisituasjon kan imidlertid dette bli vanskelig fordi det er to personer i paret, og at de har sin egen, på forhånd etablerte relasjon seg i mellom. Ut fra mitt eget kjennskap til dette, oppfatter jeg det slik at partene i par vanligvis vil være våre for om terapeuten, om ikke tar parti for, så i alle fall på et vis lener seg mer mot den ene parten.

En av terapeutene i undersøkelsen sier:

Andre sammenhenger i parterapi hvor jeg føler at det med relasjonen kan bli vanskelig, og den ene sikkert opplever det, er når vedkommende legger for dagen en type holdninger og noen måter å forholde seg til både meg og verden på som jeg rett og slett kjenner byr meg litt i mot. Kjenner at denne personen har jeg kjempeproblemer med å like. Jeg har opplevd at jeg har tatt veldig feil, at jeg har likt vedkommende når jeg har fortsatt å jobbe.

Slik jeg forstår det terapeuten forteller her, har terapeuten ved å opprettholde en åpen og nysgjerrig holdning i forhold til personen hun strevde med å like, lyktes i å få et annet inntrykk av personen. Det kan også være slik at når terapeuten møtte personen med en slik holdning, endret det noe i den andres måte å være på, slik at de sammen skapte nye forutsetninger for hverandre og på den måten også en bedre relasjon.

Flere av de andre terapeutene forteller også at det noen ganger er utfordrende når de opplever at den ene parten, slik de ser det, viser seg urimelig overfor partneren. Det kan handle om noe som skjer her og nå i samtale med paret, eller det kan gjelde noe som kommer fram og blir referert til om dette paret situasjon, historie, episoder, holdninger etc. En av terapeutene uttrykker det slik:

Syns at den enen parten er litt mer urimelig enn rimelig er, får en skjev følelse inni meg.

På den annen side kan terapeutene oppleve gjenkjennelse hos en av partene og at det er lettere å forstå den ene. Om dette sier en av dem:

En ting hvis det rett og slett kjennes lettere å forstå den ene. I den forstand blir det en utfordring å ikke forstå for fort. Det er jo en generell utfordring. Kan kjenne igjen når du sitter med én også, at hvis du synes du kjenner igjen, kjenner deg selv igjen, identifiserer deg med én, så kan du tro at det er mer likt enn det er. Det er en utfordring. Og klart det er en utfordring når det er to i rommet, så kan det bli sånn forskjell på at du utforsker mindre den du tror du forstår, enn den du tror du ikke forstår. Så det er en ubalanse i det.

Dette med gjenkjennelse, å like eller ikke like, opplevelsen av at en person er eller opptrer urimelig, kan for terapeuten noen ganger ha åpenbare forklaringer. Andre ganger er det lite bevissthet omkring både at det skjer og hvordan terapeuten skal forstå det som skjer.

En av terapeutene bringer i denne sammenheng inn begrepet overføring og at noe av det som skjer i samtalen handler om det. Overføring og motoverføring er begrep fra psykoanalysen, som ble satt til side innenfor systemtenkningen og familierapifeltet.

Slik jeg ser det, viser det imidlertid til fenomen som det er vanskelig å se bort fra i noen former for terapi og som jeg derfor tenker det er nødvendig for terapeuter å ha et bevisst forhold til. Imidlertid oppfatter jeg det slik at begrepene vil ha en annen betydning og anvendelse når terapeuten skal ha et terapeutisk forhold til flere personer samtidig enn det som er tilfelle i individualterapi. Overføringer er ubevisste prosesser og bare noe av det som skjer mellom klient og terapeut (Schibbye, 2002). Schibbye peker på at ”vi skaper hverandres forutsetninger i relasjoner” (s.277). Overføring/motoverføring skjer når partene ikke evner å ta den andres perspektiv uten å blande inn egne ubevisste og bevisste behov. I terapisisituasjonen må derfor terapeuten foreta et kontinuerlig sorteringsarbeid med tanke på hva som er eget og hva som er klientens bidrag i den dialogiske prosessen og relasjonen med klienten(e). For en parterapeut er det, slik jeg ser det, viktig å ha med seg en forståelse av at overføring ikke er begrenset til terapiforholdet, men at det er noe som også kan gjøre seg gjeldende i selve parrelasjonen.

En av terapeutene gir et eksempel på hvordan hun kan forholde seg og håndtere situasjonen når hun får en uro for at en av partene føler at terapeuten velger side:

Noen ganger kan jeg si rett ut at ”nå kan det kanskje virke som at jeg holder med deg” eller ”det kan kanskje virke for deg som at jeg holder med ham”, og vise versa. ”Hva synes du, synes du jeg holder for mye med ham, eller?

Sånn at det kommer ut i rommet. på en måte blir det et tema, og, et åpent tema.

Hvis jeg går videre inn i meg selv for ikke å gå i forsvar, jeg jobber iherdig med det, så kan jeg kanskje si: ”hva kunne du ønske jeg hadde sagt til henne nå?” f. eks., eller ”hva tror du jeg kunne gjøre som kunne få deg til å tenke at jeg ikke holdt med ham?”, eller ”når begynte du å ha den følelsen, kan du huske hva jeg sa eller han sa?”. Noe sånt.

Her beskriver terapeuten både hvordan hun er oppmerksom på begge parter samtidig, og hvordan hun kan gjøre spørsmål om partiskhet til et åpent tema med i samtale med paret. Jeg forstår det også som et uttrykk for selvrefleksivitet hos terapeuten, og på at terapeuten åpner for og inviterer klientene med i refleksjon om det som skjer. Slike spørsmål som terapeuten stiller på slutten i sitatet ovenfor, forklarer jeg som en invitasjon til det som John Burnham (Flaskas, et al, 2005) kaller relasjonell refleksivitet. Burnham gir en rekke eksempler fra praksis på hvordan klientene kan inviteres med i utviklingen av terapiprosessen, ved å bli delaktig i utformingen av spørsmål og språk. Han hevder dette bidrar til å styrke samarbeidet i den terapeutiske relasjon, og dermed også få relasjonen til å fungere godt terapeutisk.

Elsa Jones (Jonres 1996) skriver om at terapeuten i en parterapi kan føle på press for å ta parti for den ene parten, og også om at terapeuten bare ved å lytte til den ene partneren, kan oppleves av den andre som at terapeuten tar parti. Jeg oppfatter at Elsa Jones påpeker den utfordringen det kan være for partnere i parterapi, å være vitne til at den andre blir lyttet til og tatt på alvor av terapeuten. Terapeuten som nedenfor gir sin beskrivelse her, kommer inn på at det i blant også kan handle om mennesker som har en tendens til å være våre og mistenksomme. Det hender hun på forsiktig vis prøver å finne ut noe mer om det:

Det er mulig, men jeg synes jeg må være veldig, veldig, veldig forsiktig med dette, men at jeg vil si etter hvert ”er dette en følelse du har hatt før, i andre sammenhenger?”. Men det kan være litt ”på kanten”, folk kan oppleve det som negativt. Men samtidig, hvis jeg kan formulere det, og hvis det var noe jeg synes det kunne være viktig å snakke om, kan jeg formulere det. Hvis jeg har en god nok allianse med den som sier ” jeg synes du er partisk med ham”, hvis jeg har god nok allianse, kan jeg kanskje finne ut etter hvert om det er noe som styrer henne i andre sammenhenger og.

Og så må jeg virkelig gå inn imeg selv, i stillhet, er jeg egentlig for partisk her? Hva er det som skjer? Så må jeg kanskje ta det opp i teamet, eller i hvert fall snakke med en annen her. Hvis det er virkelig ille, må jeg kanskje ta inn en co-terapeut.

Slik jeg oppfatter dette, legger terapeuten for dagen en åpen og refleksiv holdning. Med åpen tenker jeg både på det å ta temaet partiskhet åpent opp med paret, og at terapeuten er åpen for at hun kanskje er partisk. Hun er åpen for at noe av det som skjer, kanskje handler om henne selv. Det er en følsom situasjon, og terapeuten benytter seg om nødvendig av ressurser som finnes på kontoret for å forstå situasjonen bedre, eventuelt også ved å få hjelp inne i terapirommet.

Noen av terapeutene gir uttrykk for at de, når de kommer i en situasjon hvor de opplever en i paret som urimelig, eller at de har problemer med å like en person, kan komme til å vise en overdreven oppmerksomhet mot den de strever med å like. En terapeut sier at hun tror hun gjør det for å kompensere for dårlige samvittighet som hun får når hun ikke klarer å møte folk skikkelig. En annen forteller at han i slike situasjoner har en tendens til å forholde seg overforsiktig og tilbakeholden i forhold til den personen han kjenner lite sympati i forhold til. Det terapeutene sier må til, er å skille mellom det folk sier og det de er, og at de må være nysgjerrige og prøve å forstå denne personen bedre. Noen ganger er det aktuelt å prøve å arbeide med det for øye i parsamtalene, og andre ganger løser de det ved å inviterer til enesamtaler. Om bruk av enesamtaler sier en:

Fordi erfaringene mine tilsier at hvis jeg bare får dem på egen hånd, og slipper å dele oppmerksomheten, kan jeg få bedre tak på min egen empati. Fordi folk, i alle fall en del, blir annerledes når de får et rom alene. Tør si mer, vise mer av sårbarheten sin....

Jeg oppfatter det slik at det noen ganger kan virke forstyrrende for terapeuten å se den enkelte når han/hun bare ser den enkelte sammen med og i forhold til partneren. Det kan være vanskelig å virkelig se den enkelte slik terapeuten har ambisjon om, på en måte som gjør at den personen det gjelder føler at han/hun er sett. Jeg kan også her se sammenheng med det at ”vi skaper hverandres forutsetninger i relasjoner”, på godt og vondt, og at i enesamtaler ligger det muligheter for den ”urimelige” personen til å få vise fram andre sider ved seg selv enn når partneren er til stede og terapeuten i tillegg skal dele sin oppmerksomhet på to. En annen av terapeutene gir uttrykk for at enesamtale gir henne som terapeut mulighet til å se det

mennesket hun strever med å like, på en helt annen måte. Det åpner seg mulighet for å få et mer nyansert bilde av den personen enn det som er skapt i terapirommet.

Flere av terapeutene gir uttrykk for at de noen ganger kommer opp i situasjoner i møte med par hvor de går ut av en upartisk rolle og støtter den ene. En av terapeutene sier det slik:

Noen ganger blir det jo en skjevhet i rommet, som blir tydelig i rommet, som gjør at jeg faktisk må støtte den ene. Noen ganger tenker jeg at det må du faktisk bare gjøre. ... sånn voldsproblematikk utfordrer jo de skjevhetene på en helt spesiell måte... Hvis det er en som slår den andre, så kan jeg ikke late som jeg har et nøytralt forhold til den atferden.

Flere av terapeutene i undersøkelsen framholder og understreker at det er situasjoner hvor de som terapeuter velger side. Et eksempel på det er når det kommer fram at den ene i et parforhold blir utsatt for vold av partneren. De forteller at de er tydelige når det gjelder dette, og at det får konsekvenser for hvordan de som terapeuter forholder seg i forhold til paret. I slike situasjoner blir det overordnede mål at volden må opphøre, enten det skjer i parforholdet eller ved at en part må ut av forholdet.

5.1. Terapeuten og parforholdet

En av terapeutene forteller:

”Jeg kan huske en sak hvor jeg hadde jobbet så mye med å forstå ham i det forholdet, og han følte seg veldig forstått av meg. Så ble det plutselig veldig vanskelig for henne. Plutselig ble det veldig vanskelig. Til og begynne med var det godt for henne, men så plutselig ble det vanskelig, fordi hun fikk ikke til den dialogen som jeg fikk til med ham. Og den saken lærte jeg veldig mye av i forhold til det. Da ble det tatt opp og tematisert, og jeg hadde enkelt-timer med henne.

Dette er en sak jeg jobbet veldig mye med, og det er en stund siden. Ikke det at man ikke kan komme opp i slike saker, men jeg lærte veldig mye av det at jeg ble så opptatt av – akkurat den balansen vi snakket om i sted – ble så opptatt av å forstå ham, for han var nokså vanskelig å forstå. Jeg ble liksom forført av, .. altså; hennes problematikk i

dette forholdet var også at hun skammet seg litt over ham, syntes han var litt sosialt rar og sånn.

Jeg vet jeg jobbet veldig mye med å få en allianse med ham, og forståelse, og det syntes hun var all right. Men så gikk det litt for mye over den grensen på en eller annen måte. Og da er det et eller annet med at jeg mistet at det viktigste er deres, et eller annet med den balansen der. Jeg gikk for mye over den grensen, så ble det ubalanse i det.”

Denne fortellingen er etter min oppfatning et eksempel på terapeutens dilemma ved å forholde seg til to, når disse to har en egen innbyrdes relasjon. Terapeuten sier at hun ”mistet at det viktigste er deres. Når hun engasjerte seg sterkt i å prøve å forstå den ene parten, og etter hvert syntes å lykkes med det, ble det vanskelig for den andre. Da dette ble klart for terapeuten, opplevde hun det som om hun hadde trådt over en grense. Jeg forstår det som grensen rundt parets relasjon eller forhold. Terapeuten som forteller denne historien, understreker flere ganger i intervjuet jeg hadde med henne, at hun i parsamtaler prøver å holde fokus og oppmerksomhet på det hun kaller ”feltet” mellom de to i paret. Det er for henne viktigere at de to i paret forstår hverandre, enn at hun forstår.

Folk som kommer til parterapi, kommer ikke først og fremst fordi de er to enkelt-individ, men fordi de definerer seg som et par. Det er noe som knytter dem sammen, på en måte som skiller seg fra andre relasjoner eller forbindelser de inngår i. Dette ”noe”, forholdet som forbinder dem, utgjør en egen dimensjon, som ikke så lett lar seg definere. Imidlertid har det betydning og tillegges mening av de to i paret. Elsa Jones (Jones 1996) skriver at partene i paret kan legge mye av sin selvfølelse i forholdet. Jeg er av den oppfatning at dette kan variere mellom par, men også innbyrdes i par. Folk kan i ulik grad og på ulike måter knytte sin identitet til parforholdet, og de kan tillegge det uik mening og betydning.

Når Philippe Caillé (Caillé 1992) omtaler par, inkluderer han de to individene i paret, samt en tredje størrelse. Den tredje størrelsen er parets mentale bilde av parforholdet. Han sier om paret at det er ...” en levende substans, et system i skapende bevegelse” (ibid s.16). En av de som har latt seg inspirere av P Caillé sin forståelse av par, er Sissel Gran (Gran 2004). Hun har erfaring som terapeut for par , og er kjent som en for tiden mye brukt foredragsholder og for profilering i media. Hun sier: ”Jeg kaller denne tredje parten en *skikkelse* som er helt

spesiell for nettopp dette paret. Ingen andre par er representert ved en identisk skikkelse, den er unik og kan ikke gjenskapes med en annen person” (Gran 2004, s.25).

En av terapeutene i undersøkelsen peker på at terapeuten ikke bare må ha et forhold til hver av partene i paret, men også til parforholdet, som er grunnen til at de kommer i terapi:

Men det er klart at det er mye vanskeligere, for du må ha et individuelt forhold med de individene som er i paret. (...) Men jeg må også ha et forhold, nesten, med forholdet og.

Hun sier videre:

Jeg tenker at det er de to personene som er i rommet. Men så er det forholdet inn i rommet. For det er det de kommer for, det er snakk om parterapi. De kommer for å jobbe med forholdet. Jeg må huske det hele tiden, og kanskje minne paret på at det er det vi snakker om.

Hun utdyper det hun sier her ved å vise til at hun underveis i terapiprosessen minner seg selv og paret om at det er forholdet de er samlet om. Hun sier også, slik jeg oppfatter henne, at hun fra første møte med paret introduserer en åpenhet og lojalitet til både partnerne og parforholdet, som innebærer at hun ikke tar imot hemmeligheter fra noen av partene dersom hun har enesamtaler med dem.

Philippe Caillé (Caillé 1992) peker på at parterapi for en partner ikke skal være individualterapi i nærvær av den andre. Parterapi er, sier han: ...” et inngrep i parforholdet i nærvær av to personer som både skaper dette forholdet og blir skapt av det” (s.22) Med dette forstår jeg en oppfattelse av paret som bevegelig og at det er et gjensidig påvirkningsforhold mellom forholdet og partene i paret.

Stimulert av nyere forskning på terapeutisk allianse i parterapi, skriver Robert Garfield (Garfield 2004) om det han kaller en lojalitetsdimensjon i parforhold, og dennes betydning i forhold til terapeutisk allianse. Lojalitetsdimensjonen har mange både positive og negative sider, og er påvirket av mange forhold. Selv om partnerne kan være sinte på hverandre og er i konflikt, vil lojalitetsdimensjonen likevel kunne holde dem knyttet til hverandre og deres dysfunksjonelle mønstre. I følge Garfield er det viktig at terapeuten helt fra starten av en parterapi søker å få en forståelse av denne dimensjonen, og søker å etablere en allianse

omkring den, som han kaller en slags meta-allianse, samtidig som han søker å få et godt forhold til hver av partnerne. Denne meta-alliansen, hevder han, vil kunne hjelpe terapeuten til å holde fokus på parets problemer i parforholdet, uten å bli dradd inn i ødeleggende koalisjoner med noen av partene.

Vi ser at forholdet som de to i paret skaper og som knytter dem sammen, tenkes om og omtales på ulike måter. Det favner noe som er mer, eller som går ut over, de to individene i paret og som kan være vanskelig å definere. Når terapeuten som ble sitert ovenfor sier hun ”må også ha et forhold, nesten, med forholdet, og”, ser jeg det som et uttrykk for at denne tredje størrelsen eller dimensjonen tas på alvor. Jeg tolker det slik at det da også handler om å møte denne tredje størrelsen eller dimensjonen med en åpen, nysgjerrig og ikke-vitende holdning.

5.2. Makt og nøytralitet

I terapeutisk sammenheng aktualiseres spørsmål om makt, og en av terapeutene i undersøkelsen bringer inn et aspekt ved makt knyttet opp til den parterapeutiske sammenheng når han sier:

... jeg er opptatt av den makten jeg har til å bidra til fortellinger om den ene, gjennom å snakke med den andre.

Jeg ser det slik at en terapeut alltid kan bidra til en klients fortellinger, om seg selv og om andre. Terapeuten snakker ut fra det spesielle med parterapi, hvor terapeuten skal ha en god relasjon til begge parter i paret. Ved å lytte til den ene, hva denne sier om den andre, deres parforhold, episoder mv, og ved å vise forståelse for og bekrefte dennes opplevelse, er terapeuten med på å skape fortellinger om den andre eller som inkluderer den andre. Terapeuten bidrar med spørsmål og punktueringer og har derigjennom innflytelse med tanke på hva som blir fortalt og hvilke fortellinger som vokser fram. Slik jeg forstår terapeuten som tar opp dette temaet, er han opptatt av hvordan han bidrar og hva som er med på å drive fram hans bidrag i prosessen. Som terapeut befinner han seg i en maktposisjon, og han kan utøve sin makt på fordekt og lite synlig måte, både for seg selv og for klientene. Da blir kontinuerlig selvrefleksivitet og selvavgrensning for terapeutens del svært viktig (Schibbye 2002). Det

samme blir terapeutens åpne og nysgjerrige holdning som rettes mot klientene, og åpenheten terapeuten viser gjennom å dele sine tanker underveis i dialog med klientene.

Synet på makt og maktforhold er noe av det som skiller ulike terapeutiske tilnærminger fra hverandre. Foucaults forståelse av makt og maktforhold har hatt stor innflytelse på hvordan man nå tenker omkring dette på terapifeltet (Lundby, 1998). Slik jeg oppfatter det, ser Foucault på makt og maktforhold som noe som viser seg i sosial praksis og samhandling, og i rådende diskurser, og ikke noe som så å si eksisterer i seg selv. Han er opptatt av sammenhengen mellom makt og kunnskap, og språket som maktinstrument og ser det slik at ”Siden vi alle er fanget i makt/kunnskapens nett, er det ikke mulig å handle uavhengig av det. Vi er på samme tid ofre for maktens virkninger og utøvere av makt i forhold til andre” (Lundby 1998, s. 98).

Innenfor et sosialkonstruksjonistisk perspektiv, med vektlegging av språk og av at virkelighet konstrueres gjennom språket, betraktes terapi som et samarbeid, hvor det skal være et likeverdig forhold mellom terapeut og klient. En viktig beveggrunn for dette utgangspunktet, oppfatter jeg, er bevissthet om det maktpotensialet som ligger i terapeutrollen, og ut fra respekt for klientene søke å legge til rette for begrense negative virkninger av dette. Etter min vurdering kan en ikke se bort fra den asymmetri som er til stede i forholdet mellom klient og terapeut i all terapeutisk sammenheng. Jeg oppfatter at jeg er i tråd med Foucault når jeg føyer til at en må til klientene for å få vite noe om hvordan terapeutens makt virker, fordi makt alltid må analyseres nedenfra. Det er derfor viktig at terapeuten kontinuerlig reflekterer over den maktprosisjonen han/hun befinner seg i og hvordan den kan utspille seg i den terapeutiske situasjon (Hjort 2003). Elsa Jones (Jones 1996) skriver at ”de som er i en potensiell maktstilling i egenskap av sin sosiale, historiske og individuelt betingede situasjon, mindre tilbøyelige til å misbruke sin makt hvis de erkjenner at den finnes” (s.155).

En av terapeutene i undersøkelsen favner mye av kompleksiteten i den parterapeutiske situasjon når han sier:

... det handler om at du må se begge to, du må se dem hver for seg, og du må kunne være midt i mellom, og du må kunne ta parti med begge.

Det terapeuten her sier – om å se begge to og kunne ta parti for begge – introduserer begrepet nøytralitet.

Nøytralitet var et sentralt begrep i den tidlige systemiske familieterapitenkningen. Med nøytralitet siktet man til ”upartiskhet i forhold til de ulike systemmedlemmene, en ikke-dømmende, ikke-normativ holdning til systemet og det presenterte problem, og nøytralitet i forhold til endring. Valgene skal tas av familiemedlemmene – og disse valgene respekteres.” (Schødt & Egeland 1989, s. 166).

Begrepet har senere vært omstridt og kritisert, bl a fordi den ikke-normative holdningen kunne innebære at terapeuter så bort i fra eller støttet opp under former for maktmisbruk, overgrep, og vold.

Cecchin introduserte en alternativ forståelse ved å erstatte nøytralitet med nysgjerrighet; ”I propose that we describe neutrality as the creation of a state of curiosity in the mind of the therapist. Curiosity leads to exploration and invention of alternative views and moves, and different moves and views breed curiosity” (Boscolo & Bertrando 1996, s. 95).

Nysgjerrighet har blitt stående som et sentralt begrep innenfor systemisk tekning og familieterapeutiske tilnærminger.

Anderson (Anderson 1997) tar avstand fra nøytralitetsbegrepet og hevder at en terapeut aldri kan være nøytral. Hun er tvert i mot opptatt av at terapeuten bringer hele seg med inn i terapirommet, med de verdier, holdninger, kunnskap og den livserfaring han/hun måtte ha. I tillegg til at en terapeut ikke kan være nøytral, hevder hun også at dersom terapeuten bestreber seg på å være nøytral og ikke ta noens parti, kan det skape usikkerhet hos klientene. De kan komme til å lure på og kanskje mistenke terapeuten for å være på parti med den/de andre. Derfor hevder hun, at terapeuten må innta en posisjon eller holdning, som hun omtaler som ”multipartiality, on which a therapist takes all sides simutanously” (s. 95). Når terapeuten aktivt tar parti for hver enkelt, bidrar det til å skape trygghet for begge/alle parter, og unngå konkurransen om å få terapeuten på sin side. Jeg vurderer det imidlertid slik at det i noen sammenhenger og for noen mennesker også kan skape usikkerhet hvis det for klientene ser ut til at terapeuten mener at alt er like rett eller bra

Jeg oppfatter at det den sist siterte terapeuten sier, er i tråd med det Harlene Anderson sier om ”multipartiality”, når han sier han må ta parti for begge.

Etter min vurdering er det viktig med den samme bevissthet om det ikke-nøytrale utgangspunktet overfor selve parforholdet, det som tidligere har blitt omtalt som en tredje størrelse, skikkelse eller dimensjon. Terapeuten har med seg verdier og på en eller annen måte erfaringer knyttet til parforhold.

5.3. Kommentar

Terapeutene i undersøkelsen sier at det de mener kjennetegner en god terapeutisk relasjon og det de legger vekt på som terapeuter for å etablere og opprettholde det, for dem også gjelder i parterapi. Imidlertid gir de uttrykk for at det er vanskeligere og mer komplisert enn når det bare gjelder i forhold til én. De er opptatt av individet i paret, at den enkelte skal føle seg sett og forstått. De to i paret kan ha ulik grad av motivasjon for å søke hjelp, og de kan være i konflikt og ha ulike oppfatninger om hvilke problem de har. Flere av terapeutene i undersøkelsen beskriver det som en balansegang å skulle gi hver av partene den oppmerksomhet han/hun trenger. Bortset fra i situasjoner hvor terapeuten finner det riktig å ta stilling og velge side fordi de ser at en part lider overlast av et eller annet slag i forholdet, ønsker terapeutene å ikke ta den enes parti, lene seg mer mot den ene eller støtte den ene mot den andre. For å forhindre det, oppfatter jeg at terapeutene ser nødvendigheten av å opprettholde en kontinuerlig nysgjerrig holdning overfor den enkelte i paret.

De to klientene er et par og har et eget forhold seg imellom. Terapeuten kan komme til å utfordre det som i kapitlet har blitt omtalt som lojalitetsdimensjonen mellom partene. Det kan også hver av partene gjøre i terapisisuasjonen. Parforholdet kan ha både felles og forskjellig betydning for de to i paret, og den enkelte knytter i ulik grad noe av sin selvfølelse og identitet opp til forholdet. En åpen og nysgjerrig utforskning også av denne lojalitetsdimensjonen og parforholdets betydning, vil, slik jeg ser det, bidra til at den enkelte føler seg sett og forstått.

Terapeuters selvrefleksivitet og selvavgrensing er viktig i all terapeutisk virksomhet. Når terapeuter i parterapi inngår i relasjon med to mennesker samtidig, vil det som kreves av og aktiveres hos terapeuten være forskjellig i forhold til den enkelte. Terapeuten må derfor holde gående to slike egne prosesser samtidig. Bevissthet og selvrefleksjon omkring eget ståsted og det en som terapeut bringer med seg av kunnskap og erfaring, er også nødvendig i enhver

terapeutisk sammenheng. Det samme gjelder med tanke på det maktpotensialet som ligger i terapeutrollen. Med tanke på dette fordrer den parterapeutiske situasjonen etter min mening en ytterligere skjerpelse hos terapeuten. Da tenker jeg på muligheten for å lene seg mot den ene eller andre parten og for å øve en eller annen form for urett mot den ene.

Kapittel 6 KJØNNASPEKTET

Jeg ser kjønnsaspektet i parterapi tett knyttet til temaene som er behandlet i kapitlene 4 og 5. Kjønn er en dimensjon i den parterapeutiske situasjonen hvor terapeuten skal forholde seg til de to i paret samtidig, og det utgjør en dimensjon i det parforholdet som de to i paret skaper og som skaper dem. Kjønnsaspektet kan også sees i sammenheng med temaene makt og nøytralitet. Når det gjelder terapeutens åpenhet, nysgjerrighet og ikke-vitende holdning, som er tema i kapittel 4, er dette sentralt også i forhold til kjønnsaspektet. Terapeutens forforståelse når det gjelder kjønn og kjønnsperspektiv kan gjøre seg gjeldende i forhold til klienter av samme som så vel av det andre kjønn.

Når kjønnsaspektet, som er så tett forbundet med de foregående tema i oppgaven, behandles i et eget kapittel, er det fordi jeg anser det som sentralt i parterapi og derfor også i denne studien. Å behandle det som et eget tema, gir plass for å se nærmere på kjønnsaspektet ut fra spørsmålet hvordan kjønn forstås og skapes i parterapi.

Det er spesielt for parterapi med én terapeut, at i denne trekanten er terapeuten av samme kjønn som den ene i paret. I tillegg kan selve tematikken parene kommer til terapi for å få hjelp med, være knyttet til kjønn på ulike vis, enten det er artikulert eller ikke. Det kan handle om forventninger til kjønn og kjønnsroller, uenighet om betydning av kjønn og kjønnsroller, savn av forståelse, tema knyttet opp til seksualitet i deres forhold og for dem som enkeltpersoner, mm. Elsa Jones (Jones 1996) hevder om parterapi at ” fordi vi alle er menn eller kvinner, vil parterapi mer direkte enn mange andre terapeutiske anliggender måtte berøre en terapeuts private identitet (...) ..hun må sørge for at hun er klar over dette” (s 106).

Den enkelte i paret og terapeuten kan ha en mer eller mindre bevisst kjønnsforståelse. Samtidig er man, slik jeg ser det, som kjønn ikke nøytral, idet det er noe man italesetter og kroppsliggjør, enten det er reflektert eller ei. Innenfor kjønnsforskningsfeltet er det for tiden en tendens til å tenke at kjønn er noe man ”gjør”, ikke noe man er (Butler 2006). Kjønn er noe som skapes i sosiale relasjoner. Innenfor dette perspektivet regner man også med en materiell side, dvs kroppen, og at den også er bevegelig. Dette innebærer at kjønn i vid forstand sees på som fleksibelt og noe som kan ”gjøres” på ulikt vis. Jeg forstår det slik at Butler samtidig er opptatt av at samfunnet er organisert på måter, som når det gjelder kjønn i

liten grad muliggjør fleksibilitet og valgfrihet. Derfor er man prisgitt den formen for kjønnsforståelse som er institusjonalisert på en rekke områder i samfunnet.

Et annet perspektiv på kjønn er av mer essensialistisk karakter, knyttet til egenskaper ved de to respektive kjønn. Innenfor en slik forståelse kan man se kjønn som biologisk deteminert, og at man tillegges egenskaper ut fra den biologisk kjønnete kroppen man er født med. Man fødes inn i et ”kjønnet”samfunn og i en etablert praksis, som selv om den er i bevegelse, er tydelig preget av dualiteten mann – kvinne. Innenfor en slik egenskapsforståelse vil det variere hva en tillegger størst vekt; det biologiske utgangspunkt eller sosialiseringen.

De to grovt inndelte gruppene når det gjelder kjønnsforståelsene, som jeg har vist til her, hvor kjønn knyttes opp til egenskaper eller sees på som noe som skapes sosialt, ser jeg ikke som gjensidig utelukkende. At man er født som gutt eller jente, som senere blir mann og kvinne, har utvilsomt betydning med tanke på reproduksjon. Hvilke(n) betydning(er) de biologiske forskjellene har ut over det, råder det uenighet om. Det ser ut til å være store innbyrdes forskjeller med tanke på det som blir karakterisert som maskulint og feminint hos menn og kvinner. En kvinne kan f.eks. ha en mer velutviklet maskulinitet enn en gitt mann, men like fullt være kvinne. En egenskapsforståelse knyttet til kjønn, kan innebære en statisk forståelse. Slik jeg ser det, kan imidlertid en slik egenskapsforståelse også langt på vei være fulgt av en forståelse som ser kjønn som noe bevegelig, fleksibelt og som skapes sosialt.

Med utgangspunkt i disse kjønnsforståelsene ser jeg i mitt materiale etter hvilke kjønnsforståelser som, slik jeg tolker det, ser ut til å gjøre seg gjeldende og hvordan det spiller seg ut i terapisisituasjonen.

Flere av terapeutene i undersøkelsen gir på forskjellig vis uttrykk for usikkerhet eller ambivalens med tanke på om kjønn eller kjønnsperspektiv spiller noen rolle i parterapi, og i tilfelle hvilken rolle det spiller eller hvilken betydning det har. En av dem formulerer det slik:

Men tror også at man kan overvurdere det, og liksom lage et kunstig skille som ikke er der. Det er en sånn balansegang mellom å ikke problematisere for mye – og være vør for at det er et dilemma.

En mulig forklaring på ønske om å ikke problematisere eller fokusere for sterkt på kjønn, kan ligge i den faglige konteksten eller tradisjonen. Da tenker jeg på at det i familierapeutisk sammenheng, preget av systemisk tenkning og et sosialkonstruksjonistisk perspektiv, er et poeng å ikke kategorisere og tillegge mennesker egenskaper, verken ut fra kjønn eller noe annet. Kjønn blir sett på som ett av mange perspektiv, noe flere av terapeutene i min undersøkelse også sier.

Jeg oppfatter at flere av terapeutene gir uttrykk for usikkerhet og ambivalens i forhold til om, eller hvilken rolle, kjønn spiller i parterapi, fordi flere av dem gir uttrykk for både at det er viktig, og samtidig sier at det ikke spiller så stor rolle. Terapeuten som ble sitert ovenfor, og som i slutten av sitatet sier at en må være være for at det er et dilemma, utdyper dette; hun forteller at det er undersøkelser som viser at det er dimensjoner ved klienters liv som terapeuter ikke fanger opp eller tar for lite på alvor, som f. eks. religiøsitet og trosspørsmål. Hun trekker en sammenlikning, og spør seg om hun som terapeut noen ganger kan stå i fare for å overse aspekter knyttet opp til kjønn, som kan være viktige for klientene.

I det hun viser til det systemiske perspektiv, hvor en er opptatt av å se mennesker i kontekst, og hvor terapeutens genuine nysgjerrighet er sentral, etterlyser Elsa Jones (Jones 1995) større oppmerksomhet på kjønnsaspektet. Hun hevder at hvis terapeuten i første omgang selv reflekterer over sin egen kjønnsforståelse og forforståelser knyttet til kjønn, muliggjør det for terapeuten å bringe temaet inn i terapien. Det vil, i følge henne, bidra til refleksjon hos klientene om dette. Videre vil så terapeuter og klienter sammen kunne utforske hvilken betydning aspekter ved kjønn kan ha i forhold til de problemene de sliter med, og dermed kan det også åpne seg flere valgmulighetene med tanke på endring.

Robert Garfield (Garfield 2004) foreslår å spørre partene i paret innledningsvis i en parterapi om terapeutens kjønn er av betydning for dem med tanke på hva de ønsker å snakke om i terapien. På den måten skaper terapeuten en åpenhet for hva og hvordan terapiprosessen skal være, noe som kan bidra til en god terapeutisk relasjon. Og terapeuten tilkjenner det er åpent for å snakke om tema knyttet til kjønn og at det har relevans i terapien.

En av terapeutene sier:

Det er tema som gjelder, uansett kjønn. Kjønn er et premiss.

Og en annen uttrykker det slik:

Men jeg tror nok at det med kjønn, det at man er kvinne eller mann, ta det med som en del av hva slags person man er, hva slags erfaring man har, hva slags livssyn, hva slags styrke man har, svakhet man har. Tror de tingene er viktig å tenke på og at kjønn er en del av det, blir en del av den indre dialogen.

Det se ut som om terapeutene her snakker ut fra en forståelse av kjønn som noe essensielt, som en egenskap. Sist siterte terapeut gjør kjønn til gjenstand for sin egen refleksjon og setter det i sammenheng med andre tema det er viktig å tenke på.

En av de andre terapeutene formidler et annet perspektiv:

Jeg tenker at hvis jeg har en rimelig balansert maskulin og feminin del av meg, så kommer det tydelig fram over tid. Da får de anledning til å se at jeg er, at jeg så langt det lar seg gjøre, ikke er veldig kjønnnet i forhold til måten jeg forholder meg til folk på.

Jeg oppfatter at terapeuten her snakker ut fra en mer bevegelig og fleksibel forståelse av kjønn; at en person har både feminine og maskuline sider, som leves ut i varierende grad, på forskjellige måter, til ulike tider og i ulike situasjoner.

Noen ganger kan terapeuten oppleve det slik at det er lettere å forstå den partneren som er av samme kjønn som han/hun selv. En av informantene er inne på dette:

At jeg allikevel på en måte har en sånn forståelseskanal inn, da. For, når en snakker om det med kjønn, så er det jo sånn at en mann vil ha forutsetninger for å forstå hvordan det er å være mann, som en kvinne ikke har. Som tar vare på den kanalen som tross alt er der.

Men det er klart, det kan også være en trussel for den andre, ikke sant? Så det er ikke sånn at "vi gutta", liksom. Det kan ikke være sånn. Men det er klart, anerkjenne at det er noe med at jeg har forutsetninger for å forstå noen aspekter ved det å være deg som mann, som din kone ikke har.

Det terapeuten forteller om at han sier til mannen i terapisisuasjonen, ser jeg som et eksempel på at kjønn skapes og samskapes i terapisisuasjonen. Litt senere i intervjuet sier denne terapeuten at han har erfaring for at det ofte kan være lettere å forstå den kvinnelige partneren i et par, og at han derfor, sier han, tenker at kjønnsperspektivet bare er ett av mange perspektiv. Jeg oppfatter at det terapeuten samlet formidler, kan knyttes opp til begge de forståelsene av kjønn som ble berørt ovenfor; både kjønn som noe fastlagt, men også som noe fleksibelt, som innebærer at den mannlige terapeuten tar i bruk både maskuline og feminine sider av seg.

En av terapeutene forteller at hun er opptatt av å språklig tilpasse seg dem hun snakker med, og det innebærer også, sier hun:

At jeg kanskje snakker litt forskjellig til menn og damer... og litt sånn i forhold til de metaforene som måtte by seg i forhold til hver av dem.

Elsa Jones (Jones 1996) hevder at terapeuter må være oppmerksomme på hvordan språket og måter å snakke på kan være preget av kjønn. Hun viser til at de fleste samfunn har noen kjønnstypiske måter å snakke på, selv om det kan være store individuelle variasjoner. Disse språkvanene eller måter å snakke på er gjerne noe folk ikke er bevisste på, men hvis terapeuten måten å snakke på, stemmer dårlig overens med parets eller partnerne i paret sine måter, vil de, ifølge Elsa Jones, kunne føle at det er noe galt med dem.

Jeg oppfatter at terapeuten forteller at hun tar i bruk sitt kjønnete repertoar for å komme i dialog med både menn og kvinner, og at kjønn da kan oppleves som en ressurs. Slik jeg ser det, krever dette en refleksiv og sensitiv holdning hos terapeuten, fordi det skal passe for den andre part i dialogen. Det må passe for den mannen eller den kvinnen, og det er hele tiden snakk om gjensidig påvirkning og samhandling. Slik kan det, etter min oppfatning, også være snakk om at kjønn skapes sosialt.

En av terapeutene bringer inn et annet aspekt som har med terapeuten kjønnslige tilstedeværelse å gjøre:

Jeg tenker på hvordan jeg kler meg, selvfølgelig. Tenker på hvordan jeg kler meg, ter meg, nøytralt. Ikke for å være ” midt i mellom kjønn”, men ikke så pyntet.

Med dette forstår jeg en bevisst holdning hos terapeuten, som går ut på å ikke tiltrekke for mye oppmerksomhet mot terapeuten som kvinne. Terapeuten tilkjennegir, slik jeg oppfatter henne, at dette er noe hun selv til en viss grad kan være med på å styre eller regulere gjennom måten hun ” kler og ter” seg på. Dette kan forstås i tråd med et prosessuelt perspektiv på kjønn, og at det her er noe som skapes i den terapeutiske situasjonen.

Man kan tenke seg at kroppslig framheving av terapeuten som kvinne eller mann, kan være forstyrrende både for den mannlige og den kvinnelige part i parterapisammenheng, i forhold til dem som enkeltpersoner og i forhold til tema i deres samliv. Det er også mulig å tenke at det i større grad kan bygge opp under partners mulige forutinntattheter knyttet opp til kjønn og kjønnsroller, enn det som ville vært tilfelle om terapeutens kroppslige kjønn ikke var spesielt framhevet.

Den sist siterte terapeuten føyer til og knytter en annen dimensjon til kjønn:

Jeg synes jo det er greiere, enklere å være eldre. Tenker at det er større utfordringer å være ung kvinne i forhold til par.

... tenker at alder er en dimensjon som er på min side.

Jeg forstår terapeuten slik at hun tenker at kjønnets kroppslige uttrykk får mindre betydning eller blir gjenstand for mindre oppmerksomhet med økende alder, og at det oppleves enklere for henne som terapeut. Dette sier også noe om at kjønn er i bevegelse og i utvikling gjennom livsløpet. Hun sier også at det å bli eldre som terapeut innebærer at hun har lang erfaring i å snakke med mange kvinner og menn, og at det at hun på en måte kjenner begge sider.

Som jeg har vært inne på tidligere, i kapittel 5, ønsker terapeutene at partene i paret ikke skal oppleve at terapeuten tar parti for eller på en måte lener seg til den ene. Terapeutene utfordres i dette på forskjellige måter og av forskjellige grunner. I undersøkelsen kommer flere av terapeutene inn på at de av klienter kan bli tillagt synspunkter eller standpunkt ut fra hvilket kjønn de representerer, eller de kan bli anklaget for å ta parti for parten av samme kjønn. En av terapeutene sier:

Selv om jeg bestreber meg på å ikke ha noe typisk kvinnesyn eller å være fordomsfull på noe som helst sett og vis, så er det nok mange menn som opplever at kvinner er kvinner uansett, og at jeg representerer noe av det de sloss mot i ekteskapet.

Altså, spesielt når det er ”kjønnete” spørsmål. Altså, er det riktig at kvinner maser mye og menn gjør ingenting hjemme. Den type spørsmål som er ”kjønnet” i utgangspunktet er den største utfordringen. Der blir ditt eget kjønn en mulig bremse på hvordan de oppfatter deg og hvordan du fremstår. Altså, kjønn kan brukes, og du er en representant, uavhengig av hva du sier.

Klientene kan ha sin forståelse og mening om hva det innebærer å være mann eller kvinne, som kan være til dels veldig forskjellig fra hva terapeutene mener. Slik som det kan se ut i det terapeuten forteller her, møter hun en mer stereotyp forståelse av kjønn og kjønnsroller, som noen fastlagte egenskaper.

En annen av de kvinnelige terapeutene sier:

Hvis f. eks. mannen sier ”dere damer”, blir jeg veldig klar over at det er meg også. Kan hende han sier det om eller til henne og venner, men det får meg til å bli obs på.

Liknende erfaring forteller en av de mannlige terapeutene om, og han sier han av kvinner kan bli tillagt meninger som mann, som han faktisk ikke er enig i eller selv står for.

En mannlige terapeut gjør seg tanker om hvordan mannen i paret kan oppfatte ham:

Jeg sitter i den stolen der og kan jo fremstå som en mann som kan være flink til å snakke om ting. Og jeg kan jo på en måte bli en slags trussel på en måte, at liksom fokuset blir litt feil, at jeg framstår som en eller annen flink mann som forstår henne som bare det, som han aldri har gjort...

Hvis terapeuten fremstår som en trussel for den ene parten, blir det vanskelig eller umulig å etablere og opprettholde en god terapeutisk relasjon med denne personen. Den mannlige klienten i dette tilfelle, vil kunne oppleve terapeuten som en rival og få fiendtlige følelser imot ham. Han kan føle seg utenfor og bli sjalu.

Samtidig kan den kvinnelige parten få varme og gode følelser for og bli tiltrukket av denne mannlige terapeuten som forstår henne så godt. Slik kan terapeuten få problemer i forhold til begge parter.

Boscolo og Bertrando (Boscolo og Bertrando 1996) påpeker at det er viktig at terapeuter er bevisste på at både de selv og klientene kan ha fordommer knyttet til kjønn. Terapeuter må også være våkne for at det i en terapeutisk relasjon, begge veier, kan oppstå situasjoner hvor en blir betatt og fasinert av en annen, eller det kan oppstå former for avhengighet og rivalisering.

Parterapi på familievernkontorene går i hovedsak ut på å samtale. Et par av terapeutene gjør seg noen refleksjoner omkring denne situasjonen. En sier:

Men det er jo også, det er jo ting, hvis man skal liksom generalisere litt mellom mann og kvinne, så tenker jeg at det er ting ved dette rommet, som gjør at mange kvinner føler seg mer komfortable enn menn. Men det er jo på ingen måte alltid sånn. Men det å snakke om følelser, ikke sant, det kommer jo tradisjonelt sett i hvert fall, lettere for en del kvinner...

Terapeuten som sier dette er, slik jeg forstår ham, opptatt av å nyansere bildet. Han gir også uttrykk for at han tror dette er en del av et kjønnsmonster som er i ferd med å endre seg med den generasjonen som kommer nå. Han forteller også at hans erfaring er at mange menn er flinke til å snakke om følelser.

En annen terapeut har lignende erfaring når det gjelder å snakke med menn. Hun opplever ofte, sier hun, at folk snakker om seg selv i en klisjè: ”jeg er jo dame og derfor så vant med å snakke, og han er jo mann og derfor taus”.

Hennes erfaring er at situasjonen ofte kan være omvendt, og at mannen kan uttrykke seg bedre i samtalen og kvinne ikke fullt så godt, som de i utgangspunktet selv gir et bilde av. Jeg oppfatter at klientene her, ved å vise til at damer er så flinke til å snakke og menn er så tause, formidler en kjønnsforståelse basert på bestemte egenskaper. Det viser seg imidlertid i en ny kontekst og sammen med et annet menneske, at disse egenskapene kan være kontekstavhengige og likevel ikke er så fastlåste.

Flere av terapeutene er inne på at de opplever at de har tendens til i parterapi å gi mannen større plass, mer oppmerksomhet enn kvinnen. Noen av dem viser til noe de har hørt eller lest om for lenge siden, som underbygger deres egne erfaringer. En av dem gir uttrykk for følgende:

La oss si at mannen bare "har blitt med", og jeg må prøve å gjøre dette relevant for ham, og jeg gir ham masse oppmerksomhet, og jeg kan tenke: han er en mann, og jeg gir ham masse oppmerksomhet her, og der sitter hun – hun får ikke så mye oppmerksomhet. Redd da at det kan bli noe klassisk, at mannen får all oppmerksomhet...

Hun som sier dette, sier at hun ofte merker på seg selv at hun er oppmerksom på det å gi partnerne ulik oppmerksomhet, begge veier. Og at hun, når hun merker at noe blir ulikt, fortsetter det i forbindelse med kjønnsdimensjonen. For, sier hun:

Jeg kan merke kjønnsdimensjonen som en underliggende fare eller urettferdighet, enten det er den ene eller den andre veien.

Jeg forstår henne slik at hun ser muligheter for at ulikheter som måtte oppstå underveis i terapiprosessen, f.eks. når det gjelder oppmerksomhet eller partiskhet, kan knyttes opp til kjønnspektivet på en eller annen måte.

Om det å gi den mannlige partneren mest plass og oppmerksomhet sier en annen av informantene det slik:

...og at det ofte kanskje handler om det at det er kvinnen som har tatt kontakt, og så skal man liksom jobbe for at mannen skal bli værende (i terapien, min anmerkning). Og at det liker kvinnen også, og at man som terapeut overvurderer det der. Kan gi mannen veldig mye plass. Og at kvinnen er så opptatt av at mannen skal bli værende, at de dermed nedtoner sin posisjon. Det har jeg kjent på at man skal være oppmerksom på en del ganger.

Family Process, Vol. 43, No 4, 2004 har en artikkel, "Optimizing the Alliance in Couple Therapy", av Dianne Symonds og Adam O. Hovarth. De skriver om resultatene av en studie om forholdet mellom terapeutisk allianse og utbytte i parterapi, som jeg finner relevant i

forhold til min undersøkelse, selv om de skriver om terapeutisk allianse og jeg skriver om terapeutisk relasjon. De peker på at sammenhengen mellom allianse og utbytte av parterapi var signifikant større når partnerne var enige om styrken på alliansen (uavhengig om den var sterk eller svak), når den mannlige partners allianse var sterkere enn den kvinnelige sin, og når styrken på begge partners allianse økte underveis i terapiprosessen. Derimot viste det seg at når den kvinnelige partnerens allianse var sterkest, var det i mindre grad sammenheng mellom allianse og utbytte. Forfatteren viser til at et unikt trekk når det gjelder parterapi, er at partnerne har en allerede eksisterende relasjon seg i mellom, en lojalitet som de skal få til å balansere med en allianse med terapeuten. Dette er også omtalt i denne oppgavens kapittel 5. Forfatterne hevder derfor at det er av avgjørende betydning for utviklingen av den terapeutiske alliansen hvordan terapeuten klarer å respondere og delta i prosessen med å forene disse komponentene. De framholder også at å utvikle og opprettholde en allianse med den mannlige parten synes å være spesielt viktig. Forfatterne drøfter mulige forklaringer på dette siste, og ser at en mulig forklaring kunne være at de mannlige klientene i undersøkelsen hadde vært mer motvillige til å gå i terapi, kanskje fordi de ikke følte seg flinke nok til å snakke om sine tanker og følelser.

I min undersøkelse kommer det fram bekymring for at menn skal føle seg ubekvem i den parterapeutiske situasjon, og bekymring for at de som terapeuter skal gi mannen for stor plass og for mye oppmerksomhet på bekostning av kvinnen. Noen er også opptatt av at det å gi lik oppmerksomhet nødvendigvis ikke er det samme som å gi like mye tid. Uten å tillegge konklusjonene i artikkelen til Symonds og Hovarth for stor eller avgjørende betydning, så oppfatter jeg det slik at terapeutene kanskje har en slags forståelse for dette når de er opptatt av å gi mannen nok oppmerksomhet. Hvis man tenker seg at det bidrar til å bygge en sterk allianse med mannen, så kan det føre til at begge i paret får godt utbytte av parterapi.

6.1. KOMMENTAR

Kjønn er en dimensjon ved parforholdet og i den enkeltes liv, og kan derfor også spille en mer eller mindre vesentlig rolle i forhold til de problemene par søker hjelp for. Kjønn er også en dimensjon i det terapeutiske møtet, og i den terapeutiske relasjon, slik det er det i møte mellom mennesker.. Terapeuten og de to i paret kan ha ulike kjønnsforståelser, ulike kjønnsrolleforventninger og kan tillegge kjønn ulik betydning. Ut fra sin egen forståelse kan

hver enkelt tillegge den/de andre holdninger og synspunkter knyttet til kjønn, uten at dette nødvendigvis kommer til uttrykk. Dette kan utgjøre noen underliggende premisser i samtalene, som forforståelse gjerne gjør, og kan få betydning med tanke på selve relasjonsbyggingen. Det kan samtidig ha innvirkning på hvilke tema som bringes inn og på hvordan det snakkes.

Elsa Jones (Jones 1995), som hevder at det er viktig å ta kjønnsaspektet på alvor i parterapi, foreslår at terapeuten reflekterer over egen kjønnsforståelse og hvilke betydninger han/hun legger i kjønn. Spørsmål om hvordan kjønn skapes, kommer til uttrykk og formidles, kan slik jeg ser det, være utgangspunkt for en slik selvrefleksjon. Ved å kjenne egen kjønnsforståelse, vil terapeuten være i bedre posisjon til å invitere paret til utforskning av tema knyttet til kjønn, som måtte være aktuelt for det enkelte par. Dette vil også være i tråd med den åpne og nysgjerrige holdningen terapeutene i undersøkelsen er opptatt av.

Kapittel 7 AVSLUTNING

Jeg har i intervjuundersøkelsen fått del i noen terapeuters opplevelser, erfaringer og refleksjoner omkring den terapeutiske relasjon i parterapi, som presenteres i denne oppgaven. Det er et tema det er sparsomt med teori om og forskning på. Når terapeutene i intervjusituasjonen snakket om det som er viktig i en terapeutisk relasjon, var det flere som sa noe om at det kunne være vanskelig å snakke om det, fordi det er så selvsagt. Det kan stemme med ” De aspektene ved tingene som er viktigst for oss, skjuler seg på grunn av sin enkelhet og hverdagslighet” (Wittgenstein 1997, s.82). Ved lesningen av intervjutekstene oppdaget jeg at terapeutene noen ganger både har lett etter måter å si noe på og at de har sagt ting som synes å stå i motsetning til hverandre. Dette ser jeg i overensstemmelse med noe Rolf Sundet (Sundet 2006, s. 21) sier: ” Det å bevege seg inn i relasjoner med andre mennesker er å tre inn i fenomener som, når de skal beskrives, framtrer som kompliserte og ofte tvetydige og til dels paradoksale”.

Med tanke på sitt eget bidrag til en god terapeutisk relasjon, legger terapeutene i undersøkelsen vekt på en åpen og nysgjerrig holdning og det å være personlig og ekte i møte med klientene. I parterapi står imidlertid terapeutene overfor noen særlige utfordringer i det de skal ha en relasjon til den enkelte i paret, samtidig som de skal samarbeide om å forbedre parets parforhold. I oppgaven gis det beskrivelser som synliggjør noe av kompleksiteten i dette.

Når jeg nå avslutter arbeidet med denne oppgaven, gjør jeg meg noen refleksjoner om praksis i parterapi: Det var lenge en innvending mot systemisk terapi og familierapi at individet ”ble borte” i terapi. Når familierapifeltet de senere årene har vært preget av postmoderne og sosialkonstruksjonistiske perspektiv, har det i tråd med dette blitt et større fokus på det enkelte individ. I parterapi kan det skje, at forholdet som partnerne har skapt og som også skaper dem i en gjensidig prosess, ikke får den oppmerksomhet det i parterapi kanskje skulle hatt? Relasjonen mellom terapeuten og den enkelte partner og terapeuten kan komme til å true den lojalitetsdimensjonen mellom partene i paret, som er omtalt tidligere i oppgaven. En nysgjerrig utforskning av parforholdets betydning for partene og av lojalitetsdimensjonen

mellom dem, vil etter min vurdering kunne hjelpe terapeuten til fra sin side å regulere relasjonen ut fra hva som ville tjene det enkelte par best. En av terapeutene i undersøkelsen fortalte at hun ved et tilfelle hadde trådt over den grensen og glemt at det viktigste var ”feltet mellom dem” og at individene i paret forstod hverandre. Jeg ser ikke for meg at det finnes svar på det som gjelder alle, men at det er noe som kunne blitt gjenstand for utforskning og refleksjon i fagfeltet og sammen med det enkelte par.

Oppgaven tar for seg spørsmål om hvordan kjønn forstås og skapes i parterapi. Det er mitt inntrykk fra intervjuundersøkelsen og ut fra kjennskap til deler av familivernets fagmiljø, at det råder en viss usikkerhet med hensyn til hvilken plass kjønnsaspektet skal gis i parterapi. Elsa Jones (Jones 1995) sitt forslag om at terapeuter reflekterer over sin egen kjønnsforståelse, ser jeg som en begynnelse til å åpne mer opp for temaet og gi mer språk og begreper til de terapeutiske samtalene om dette.

Jeg har gitt oppgaven tittelen ”Balansekunst?”. Spørsmålsteget er viktig, for det hefter noe ved denne metaforen, som det ofte gjør ved metaforer. Flere terapeuter i undersøkelsen har beskrevet at de i parterapi opplever at de driver balansegang på flere områder: Det gjelder når terapeuten skal fordele sin oppmerksomhet mellom de to individene i paret og ikke havne på noens side. Balansegangen er her mellom terapeuten og de to i paret. Når terapeuten forstår paret som noe mer enn de to, skal terapeuten forholde seg til lojalitetsdimensjonen mellom dem. Balansegangen blir da mellom de to og denne dimensjonen. Og det handler om at terapeuten på den ene siden har med seg kunnskap og erfaring, og på den andre siden ikke vet hvordan og hva klienten opplever og erfarer før han/hun har latt seg informere av klienten. Balanseanger her er mellom å vite og ikke vite.

Balansegang er vanskelig, og hvis man er flink til det, kan det være snakk om balansekunst. Balansekunstneren er smidig og bevegelig, med evne til å lene seg et stykke mot hver side uten å miste balansen. Av balansekunstneren kreves det sensitivitet for å kjenne når det holder på å tippe over på den ene siden. Og balansekunstneren har kompetanse til å ta de riktige grep for å rette opp igjen dersom han skulle være i ferd med å få overbalanse.

Kanskje er parterapeuten tidvis en balansekunstner?

LITTERATUR

- Anderson, Harlene (1997): *Conversation, Language and Possibilities*. Basic Books, New York
- Anderson, Harlene og Harold Goolishian (1999): "The Client is the Expert: a Not-Knowing Approach to Therapy" I: *Therapy as social construction*. Sheila McNamee and Kenneth J Gergen, Sage Publications London
- Asay, Ted P og Michael J Lambert (1999): "The empirical Case for the Common Factors in Therapy: Quantitative Findings" I: *The Heart & Soul of Change. What works in Therapy*. I Hubble, Mark A , Barry Duncan, Scott D. Miller (red). American Psychological Association, Washington DC
- Bachelor, Alexandra og Adam Horvath (1999): "The Therapeutic Relationship": *The Heart & Soul of Change. What works in Therapy*. Hubble, Mark A , Barry Duncan, Scott D. Miller (red). American Psychological Association, Washington DC
- Burnham, John (2005): "Relational reflexivity: a tool for socially constructing therapeutic relationships" I: *The space between. Experience, Context, and Process in the Therapeutic Relationship*. Carmel Flaskas, Barry Mason and Amaryll Perlesz (ed)
- Butler, Judith (2006): *Gender trouble*, Routledge, New York og London
- Boscolo Luigi og Paolo Bertrando (1996): *Systemic Therapy with Individuals*" Karnac Books, London
- Caillé, Phillipe (1992): *Èn og èn er tre. Oppdagelser i et parlandskap*. Universitetsforlaget, Oslo
- Carr, Alan (2005): "Research on the therapeutic alliance in family therapy" I: *The space*

- between. Experience, Context and Process in the Therapeutic Relationship.* Carmel Flaskas, Barry Mason and Amaryll Perlesz
- Everett, Euris Larry og Inger Furuseth (2004): *Masteroppgaven. Hvordan begynne- og fullføre.* Universitetsforlaget, Oslo.
- Flaskas, Camel (1996): "Understanding the therapeutic relationship:using psychoanalytic ideas in the systemic context", I: *The Therapeutic Relationship in Systemic Therapy.* Carmel Flaskas and Amaryll Perlesz, Karnac books, London
- Flaskas, Carmel and Amaryll Perlesz (1996) *The Therapeutic Relationship in Systemic Therapy.* Karnac Books, London
- Flaskas Carmel og Barry Mason ;Amaryll Perlesz (2005):*The space between. Experience , Context, and Process in the Therapeutic Relationship.* Karnac, London
- Fossåskaret, E.(1997):"Ustrukturerte intervjuer med få informanter gir i seg selv ikke noen kvalitativ undersøkelse" I *Metodisk feltarbeid: Produksjon og tolkning av kvalitative data, s. 11-45.* E. Fossåskaret, O.L.Fuglstad og T H Aase (red). Universitetsforlaget, Oslo.
- Garfield, Robert(2004): "The Therapeutic Alliance in Couples Therapy: Clinical Considerations". I: *Family Process, Vol 43, No 4, s. 457-465.*
- Gran, Sissel (2005): *Kjærlighet i hastighetens tid.* Aschehoug, Oslo.
- Henriksen, Jan-Olav (1997): "Moralsk ansvar – for andre og seg selv" I: *Nærhet og distanse* Jan Olav Henriksen og Arne Johan Vetlesen, Ad Notam, Gyldendal, Oslo.
- Hjort, Haldis (2003): *Idèer i norsk psykoterapi. Utvilingslinjer og brytninger 1970 – 2000* Unipub forlag, Oslo
- Hårtveit, Håkon og P. Jensen (1999): *Familien – pluss en. Innføring i familierapi.* Tano – Aschehoug, Oslo.

Jensen, Per (2006): "Veiskiller. Tom Andersen i samtale med Per Jensen." I: *Fokus på Familien 2006, nr. 3.*

Johnsen, Astrid, Rolf Sundet og Vigdis Wie Torsteinsson (2001): *Samspill og selvopplevelse – nye veier i relasjonsorienterte terapier.* Universitetsforlaget, Oslo.

Jones, Elsa (1996): *Familieterapi i systemperspektiv. Utviklingstendenser innen systemisk terapi etter Milanomodellen.* Dansk psykologisk Forlag, København

Jones, Elsa (1998): "Working with the self of the therapist" I *Context, vol 40 ,s. 1-3*

Jones, Elsa (1995): "The construction of gender in family therapy", I: *Gender, power and relationships.* Charlotte Burck and Bebe Speed (ed), Routleg, London

Kvale, Steinar (2006): *Det kvalitative forskningsintervju,* Gyldendal,Oslo.

Lundby, Geir (1998): *Historier og terapi. Om narrativer, konstrukturisme og nyskrivning av historier.* Tano Achehoug, Oslo

Lov om familievernkontor (1997)

Malterud, Kirsti (2004): *Kvalitative metoder i medisinsk forskning – en innføring*
.Universitetsforlaget, Oslo

McNamee, Sheila and Kenneth J Gergen (ed) (1997): *Therapy as Social Construction.* Sage Publications, London

Minuchin, Salcador (1988): *Familier i terapi. Strukturell familjeterapi i teori og praktik.*
Wahlstrøm &Widstrand, Stockholm.

Ryen, Anne (2002): *Det kvalitative intervjuet.* Fagbokforlaget, Bergen

- Schibbye, Anne- Lise Løvlie (2002): *En dialektisk relasjonsforståelse i psykoterapi med individ, par og familie*. Universitetsforlaget, Oslo.
- Schøtt, Borrik og Thor Åge Egeland (1989): *Fra systemteori til familieterapi*. Tano, Oslo
- Sundet, Rolf (2001): ”Selvopplevelse og samspill som metafor for terapi med ungdom”
I: *Samspill og selvopplevelse*. (Astri Johnsen, Rolf Sundet, Vigdis Wie Torsteinsson (red), Tano Aschehoug, Oslo.
- Rolf Sundet (2006): ”Reflekterende prosesser – noe mer enn refleksjon?” I: *Reflekterende prosesser i praksis. Klientsamtaler, veiledning, konsultasjon og forskning*. Eliassen, Helge og Seikkula, Jaacho (red), Universitetsforlaget, Oslo
- Symonds, Dianne og Adam O Horvath: ”Optimizing the Alliance in Couple Therapy” I: *Family Process, Vol 43, No 4, 2004, s. 443-455*.
- Thagaard, Tove (2003): *Systematikk og innlevelse*. Fagbokforlaget, Bergen
- Torsteinsson, Vigdis Wie (2001): ” Å vite eller ikke vite- eller hvordan vet vi at vi vet” I: *Samspill og selvopplevelse*. (Astri Johnsen, Rolf Sundet, Vigdis Wie Torsteinsson (red), Tano Aschehoug, Oslo
- Wifstad, Åge (1997): *Vilkår for begrepsdannelse og praksis i psykiatri*. Tano Aschehoug, Oslo
- Wittgenstein, Ludwig (1997): *Filosofiske undersøkelser*. Pax Forlag A/S Oslo
- .

INFORMASJON TIL INFORMANTER

Prosjekt: Utforskning av den terapeutiske relasjon i parterapi.

Ansvarlig: Kristine Skjælaaen.

Hovedansvarlig veileder: Turid Markussen, UiO

Institusjon: Diakonhjemmet Høgskole, Oslo

Jeg er for tiden student ved mastergradsstudiet i familieterapi ved Diakonhjemmet høgskole. I den forbindelse skal jeg skrive en mastergradsoppgave. Jeg har valgt å fokusere på den terapeutiske relasjon i parterapi, og problemstillingen lyder: ”Hvilke utfordringer og dilemma gir terapeuter uttrykk for at de opplever når det gjelder å etablere og opprettholde en terapeutisk allianse til to parter samtidig?”

Prosjektet mitt legges opp som en kvalitativ studie, og jeg ønsker å foreta et semistrukturert intervju med 5-6 terapeuter som arbeider med parterapi ved familievernkontor. Problemstillingen min er ikke fastlåst, i den forstand at jeg er åpen for at den kan endres underveis, som resultat av kommunikasjonen med de jeg intervjuer. Poenget med intervjuene er å få et stort tilfang og mangfold når det gjelder tanker og refleksjoner rundt temaet jeg har valgt.

Når jeg nå henvender meg til deg er det for spørre om du kan tenke deg å la deg intervjuet av meg om dette temaet.

Henvendelsen er på forhånd klarert med din leder, og intervjuet kan i tilfelle gjennomføres i din arbeidstid.

Intervjuet er beregnet til å ta ca en time. Det vil bli tatt opp på lydbånd, og jeg vil derfor be om ditt skriftlige samtykke til det, samt til at intervjuet blir transkribert. Jeg vil også be om ditt samtykke til at uttalelser fra intervjuet eventuelt kan bli referert eller sitert i min mastergradsoppgave. Det vil i tilfelle skje i anonymisert form.

I tillegg til meg selv er det kun min hovedveileder oppnevnt av Diakonhjemmet Høgskole og eventuelle biveiledere som vil ha tilgang til å lese transkripsjonene i sin helhet. Jeg ber deg derfor også eksplisitt gi ditt samtykke til at min hovedveileder og eventuelt biveileder får tilgang til å lese transkripsjonene av intervjuene.

Dataene (lydbånd og transkripsjoner) vil bli behandlet i henhold til Datatilsynets regler for oppbevaring og sletting av forskningsdata.

Hvis du svarer ja på min forespørsel, ber jeg deg om å skrive under vedlagte samtykkeerklæring og sende den til meg i den vedlagte, frankerte konvolutten. Hvis jeg mottar denne fra deg, vil jeg ringe deg for å gjøre avtale om tidspunkt for intervjuet. Jeg gjør oppmerksom på at du har anledning til å trekke deg fra deltakelse i prosjektet på ethvert tidspunkt av studien og at jeg i tilfelle ikke har anledning til å bruke intervjuene med deg i min oppgave. Dersom du ønsker det, vil jeg sende deg en kopi av transkripsjonen av

intervjuet med deg. Om du ønsker det kan jeg også sende deg det første rå-utkastet til mastergradsoppgave og gi deg anledning til å kommentere dette utkastet innen en frist vi blir enige om på forhånd.

Dersom du har noen spørsmål eller ønsker å drøfte min forespørsel før du svarer, er du velkommen til å ringe meg på telefon 55918680.

På forhånd takk for hjelpen!

Nesttun 00.00.06

Vennlig hilsen

Kristine Skjælaaen

SAMTYKKEERKLÆRING FRA INFORMANTER

Prosjekt: Utforskning av den terapeutiske relasjon i parterapi.

Ansvarlig: Kristine Skjælaaen

Hovedansvarlig veileder: Turid Markussen, UiO

Institusjon: Diakonhjemmet Høgskole, Oslo

Jeg bekrefter hermed å ha lest Informasjon til informanter fra Kristine Skjælaaen vedrørende ovennevnte forskningsprosjekt og gir med dette mitt samtykke til følgende i forbindelse med hennes prosjekt og mastergradsoppgave:

- deltakelse i intervju med Kristine Skjælaaen i henhold til prosjektbeskrivelse
- til at intervjuet blir tatt opp på lydbånd
- til at intervjuet blir transkribert
- til at det kan bli sitert i anonymisert form fra intervjuet i mastergradsoppgave
- til at hennes hovedveileder og eventuelt biveiledere har adgang til å lese det transkriberte intervjuet.

Jeg bekrefter at min deltakelse er frivillig, og jeg er informert om at jeg har adgang til å trekke meg fra deltakelse i prosjektet på et hvilket som helst tidspunkt.

Sted og dato:

Navn:

INTERVJUGUIDE - Den terapeutiske relasjon i parterapi

1. Hva mener du kjennetegner en god terapeutisk relasjon? (generelt)
2. Hva mener du kjennetegner en god terapeutisk relasjon i parterapi?
3. Kan du gi noen eksempler på situasjoner der du opplevde at en god terapeutisk relasjon ble etablert i parterapisammenheng?
4. Og har du eksempler på at det ikke fungerte?
5. Kan du fortelle om noen utfordringer og dilemmaer du som terapeut opplever når du skal etablere og opprettholde en god terapeutisk relasjon til begge parter i parterapi?
6. Har du i parterapisituasjoner opplevd at du får mer sympati for den ene eller likt den ene bedre enn den andre? I tilfelle, hvordan har du håndtert det i praksis?
7. Har du erfaringer fra parterapi der kjønn har spilt noen rolle?
8. Hvordan har du lært å bli terapeut for par? evt. hva har vært til spesiell nytte?

