

Terapeutens arbeid med foreldreveiledning over tid.

Hvordan bringer terapeuten med seg sin faglighet inn i egen foreldrerolle?

Kirsti Brekke

VID vitenskapelige høgskole

Masteroppgave

Master i familierterapi og systemisk praksis

Antall ord: 25983

Dato 27.10.2023

Opphavsrettigheter

Forfatteren har opphavsrettighetene til oppgaven.

Nedlastning for privat bruk er tillatt.

Sammendrag

Denne studien har undersøkt problemstillingen: Hvordan bringer familieterapeuten med seg sin faglighet inn i egen foreldrerolle? Forskningsspørsmålene har vært:

- 1) Hvordan opplever terapeuten at den profesjonelle kunnskap og erfaring hen innehar, griper inn i eget foreldreskap?
- 2) Hvilken resonans oppstår i spennet mellom rollene som forelder og familieterapeut.

Tema i studien: Terapeutens arbeid med foreldreveiledning over tid. Studien vil komme nærmere inn på hvordan det å jobbe som familieterapeut påvirker eget liv. Andre temaer som er aktuelle i studien er knyttet opp til systemisk tenkning og praksis, identitet som terapeut, identitet i foreldrerollen og den resonans som oppstår i spennet mellom jobb og privat. Studien vil gi implikasjoner for praksisfeltet, og til videre forskning.

Formål: Studiens hensikt er å bidra til økt kunnskap om hvordan erfarne familieterapeuter som jobber med foreldreveiledning utvikler seg, og hvordan det griper inn i eget liv og foreldreskap. Studien sier noe om hvordan terapeutens kunnskap og kompetanse gir en mulighet for endring, og hvordan det påvirker relasjonen til egne barn.

Metode: Denne studien benytter kvalitativ metode, og analysemodellen er tematisk analyse. Det er gjennomført kvalitative forskningsintervjuer av fem erfarne familieterapeuter som alle jobber med foreldreveiledning.

Funn fra undersøkelsen: 1) Fag og kompetanse hånd i hånd, 2) Forholdet mellom det personlige og profesjonelle, 3) Resonansklang og identitet.

Studien har en systemisk tilnærming. Problemstilling og forskningsspørsmål har blitt drøftet ut fra funnene som er analysert, relevant faglitteratur og relevant forskning. Funnene viser at informantene i denne studien har klare tanker om hvordan det å jobbe som familieterapeut påvirker eget foreldreskap. De beskriver alle at kunnskap og erfaring bidrar til å gi dem økt trygghet i egen foreldrerolle. Parallelt opplever de å kunne bli for opptatt av faget i møte med egne barn, og at dette noen ganger står i veien for den genuine foreldreutøvelsen.

Nøkkelord: Familieterapi, terapeut, foreldreveiledning og resonans

Veileder: Siv Merete Myra, førsteamanuensis, Fakultet for sosialfag; VID-vitenskapelige
Høgskole - Oslo

Abstract

This study has explored the issue: How does the family therapist bring their expertise into their own parenting role? The research questions have been:

1. How does the therapist feel that the professional knowledge and experience they possess intervenes in their own parenting?
2. What resonance occurs in the gap between the roles of parent and family therapist.

Theme in the study: The therapist's long-term work with parental guidance. The study will look at how working as a family therapist affects one's own life. Other themes that are relevant in the study are linked to systemic thinking and practice, identity as a therapist, identity in the parental role and the resonance that occurs in the gap between work and private life. The study will provide implications for the field of practice, and for further research.

Purpose: The purpose of the study is to contribute to increased knowledge about how experienced family therapists who work with parental guidance develop, and how it affects their own lives and parenting. The study says something about how the therapist's knowledge and competence provide an opportunity for change, and how it affects the relationship with one's own children.

Method: This study uses a qualitative method, and the analysis model is thematic analysis. Qualitative research interviews have been conducted by five experienced family therapists who all work with parental guidance.

Findings from the survey: 1) Subjects and competence go hand in hand, 2) The relationship between the personal and the professional, 3) Resonance and identity.

The study has a systemic approach. Problem setting and research questions have been discussed based on the findings that have been analysed, relevant specialist literature and relevant research. The findings show that the informants in this study have clear thoughts about how working as a family therapist affects their own parenting. They all describe that knowledge and experience help to give them increased security in their own parental role.

At the same time, they experience that they can become too preoccupied with the subject when meeting their own children, and that this sometimes stands in the way of genuine parenting.

Key Words: Family therapy, therapist , parental guidance and resonance.

Supervisor of the master thesis: Siv Merete Myra, associate professor, Faculty of Social Sciences, VID Specialized University - Oslo, Norway

Forord

Denne oppgaven har sitt utgangspunkt i min praksis og erfaring fra familierapifeltet, samtidig som mine egne erfaringer som forelder har filtrert seg inn i dette. Jeg har ofte stoppet opp og undret meg over hva denne utdanningen og denne arbeidserfaringen har gjort med meg, og hvordan har den påvirket min foreldrerolle og mitt familieliv. Med det som utgangspunkt ble dette til en masteroppgave. Jeg har vært så heldig å få intervjuer andre terapeuter om deres erfaringer, og fått fordype meg i faglitteratur knyttet opp mot temaene.

Tusen takk til mine gode og kloke informanter som sa ja til å bli intervjuet i dette forskningsprosjektet. Dere har lært meg mye, og gitt meg nye perspektiver jeg vil ta med meg videre. Jeg håper jeg har klart å ivareta deres stemme på en god måte gjennom denne studien. Uten deres bidrag ville ikke denne studien blitt noe av. Tusen takk!

Jeg vil gjerne takke alle dem som har støttet meg i prosessen med å fullføre masteroppgaven. Det har vært et slit å fullføre, men samtidig utrolig givende å fordype seg i faget, bli kjent med nye fagpersoner, oppdage nye bøker, gjenoppdage gamle bøker og være i prosessen. Mine medstudenter har vært viktige støttespillere, og det har vært et godt fellesskap å være student i.

Mine fine kollegaer og min arbeidsplass har støttet opp og lagt til rette slik at jeg skulle komme i mål, og det setter jeg stor pris på. Takk til min veileder Siv Merete Myra som har gitt meg gode, forståelige og kloke tilbakemeldinger. Du har også bidratt med en solid dose optimisme og tro på at dette skal gå bra!

Og til sist: Takk til min familie som har vært en uvurderlig støtte. Våre to barn har fulgt nysgjerrig med på min prosess, og heiet på meg. Tusen takk til min kjære Torgeir som alltid har troen på meg, og som har heiet på meg! Det å ha en slik omsorgsfull heilagjeng er ubeskrivelig fint.

Klokkarstua, oktober, 2023

Kirsti Brekke

Innholdsfortegnelse

Innholdsfortegnelse	VII
1 Innledning.....	4
1.2 Bakgrunn og begrunnelse for valg av tema	4
1.3 Presentasjon av problemstilling og forskningsspørsmål	5
1.4 Oppgavens struktur.....	6
2 Teori	8
2.1 Innledning.....	8
2.2 Systemteori.....	8
2.2.1 Systemteori.....	8
2.2.2 Kybernetikk.....	9
2.2.3 Sirkularitet	9
2.2.4 Punktuering	10
2.2.5 Kontekst og sosialkonstruksjonisme	10
2.2.6 Narrativ teori	11
2.2.7 Språkssystemisk tilnærming	12
2.3 Andre sentrale begreper.....	12
2.3.1 Terapeut	12
2.3.2 Terapeutens private og profesjonelle liv	13
2.3.3 Resonans	14
2.3.4 Selvivaretakelse og selvmedfølelse.....	15
2.3.5 Foreldreveiledning	16
2.3.6 Relevant forskning, litteratursøk og søkeord.....	17
3 Metode.....	19
3.1 Innledning.....	19
3.2 Epistemologi og vitenskapsteoretisk ståsted	19
3.3 Fenomenologi og hermeneutikk	20
3.3.1 Fenomenologi.....	20
3.3.2 Hermeneutikk.....	20
3.4 Valg av metode.....	21
3.4.1 Kvalitativ metode	21

3.4.2	Tematisk analyse; beskrivelse og begrunnelse for valg av metode.....	22
3.5	Datainnsamling.....	22
3.5.1	Kvalitativt forskningsintervju	23
3.5.2	Søknader til eksterne organer	23
3.5.3	Utvalg, rekruttering og planlegging	24
3.5.4	Intervjuguide	25
3.5.5	Individuelle intervju som datainnsamlingsmetode, og gjennomføring av intervjuene	26
3.5.6	Transkribering	27
3.6	Analysedel	29
3.6.1	Fase 1 - Bli kjent med datamaterialet	29
3.6.2	Fase 2 - Innledende koding	29
3.6.3	Fase 3 - Søke etter tema.....	29
3.6.4	Fase 4 - Evaluering av tema.....	30
3.6.5	Fase 5 - Definere og navngi tema.....	30
3.6.6	Fase 6 - Produsere rapport.....	31
3.7	Reliabilitet, validitet og overførbarhet.....	31
3.7.1	Reliabilitet	31
3.7.2	Validitet	32
3.7.3	Overførbarhet	32
3.8	Forskningsetiske betraktninger.....	33
4	Resultater.....	34
4.1	Innledning.....	34
4.2	Fag og kompetanse hånd i hånd	35
4.2.1	Profesjon og foreldreskap	36
4.2.2	Relasjoner og tykkere bånd.....	38
4.2.3	Familieterapi som mulighet og begrensning.....	40
4.2.4	En forskjell som gjør en forskjell	42
4.3	Forholdet mellom det personlige og profesjonelle	43
4.3.1	Kompetanse som en mulighet for endring	44
4.3.2	Skomakerens barn, og eget skotøy	45
4.3.3	Kunnskap og selvjustis, -når kritikeren banker på	46

4.4	Resonansklav og identitet	47
4.4.1	Haimusikk	47
4.4.2	Den narrative reisen som terapeut, menneske og forelder	48
4.4.3	Diskurs og resonansklav	50
5	Drøfting	52
5.1	Innledning	52
5.2	Fag og kompetanse hånd i hånd	52
5.2.1	Profesjon og foreldreskap	53
5.2.2	En forskjell som skaper en forskjell	55
5.3	Forholdet mellom det personlige og profesjonelle	58
5.3.1	Kompetanse som mulighet for endring	58
5.3.2	Kunnskap og selvjustis, - når kritikeren banker på	60
5.3.3	Opplevelsen av å være fagperson i familien	62
5.4	Resonansklav og identitet	64
5.4.1	Terapeuten som ekspert i den rådende diskurs om hva en god forelder er	64
5.4.2	Resonans i rollen som terapeut og privatperson	66
5.4.3	Den narrative reisen som terapeut, menneske og forelder	69
5.4.4	Haimusikk, refleksjon og mentalisering som en sirkulær prosess	71
6	Avslutning	74
6.1	Oppsummering	74
6.1.1	Fag og kompetanse hånd i hånd	74
6.1.2	Forholdet mellom det personlige og profesjonelle	75
6.1.3	Resonansklav og identitet	76
6.2	Kritisk søkelys på resultatene	77
6.3	Implikasjoner av studien	78
7	Litteraturliste	80
	Vedlegg	83
	Vedlegg 1: Infoskriv og samtykkeskjema	84
	Vedlegg 2: Intervjuguide	89
	Vedlegg 3: Eksempel transkribering	90
	Vedlegg 4: Eksempel på koder	91
	Vedlegg 5: Kvittering på godkjent prosjektsøknad NSD	92

Vedlegg 6: Eksempel på arbeidet med koder og kategorier..... 97

1 Innledning

Det å engasjere seg faglig og utvikle seg som kliniker har alltid vært spennende og nødvendig for meg for å trives i jobben. Det å utvikle meg som akademiker og skrive selve masteroppgaven er noe jeg har sett på som en krevende utfordring. Samtidig henger dette nøye sammen, og jeg kjente at det var på tide å utvikle min faglighet som akademiker, og ta et dypdykk inn i fagfeltet.

Jeg er utdannet sosionom (2000) og familieterapeut (2006). Jeg jobber i et kommunalt familieteam som er et lavterskeltilbud for barn, ungdom og foreldre. Her er oppgavene å gi et psykisk helsetilbud til barn og unge, samt å tilby foreldreveiledning og familiesamtaler. Ut fra min erfaring er det mange spennende temaer å velge i. Jeg har i ulike stillinger gjennom hele min karriere jobbet med veiledning av foreldre som ønsker å styrke sine foreldreferdigheter, og foreldre som har ønsket å forstå barna sine enda bedre, og ikke minst å forstå sine egne reaksjoner i møtene med barna. Dette temaet har jeg et stort engasjement for. Jeg har selv erfart at jobb og privatliv kan krysse over i hverandre, og det å jobbe med mennesker og relasjoner kan bidra til kunnskap og erfaringer som også påvirker oss som privatpersoner. Det er i disse krysningspunktene mellom jobb og privatliv det kan oppstå en dynamikk hvor våre profesjonelle erfaringer og vår kunnskap møter det private, og vi kjenner på utvikling, resonans og eventuelt utfordringer.

Jeg håper jeg har klart å beskrive hvorfor jeg interesserer meg for dette temaet, samt å tydeliggjøre noe av den førforståelsen jeg har med meg inn i undersøkelsen av forskningsspørsmålene. Oppgaven vil også si noe om hvordan min førforståelse måles opp mot sluttresultatet og de funnene som gjøres (Dalland, s 196). Funnene vil igjen bli drøftet ut fra annen faglitteratur og tidligere forskning, og knyttes opp mot teori- og metodedelen.

1.2 Bakgrunn og begrunnelse for valg av tema

Hvorfor interesserer dette temaet meg?

Jeg har jobbet med oppfølging og veiledning av familier store deler av min yrkeskarriere. Da jeg selv fikk mitt første barn for 15 år siden, ble jeg nysgjerrig på min egen foreldrerolle. Det

at jeg gjennom årene bærer med meg mye kunnskap om hvordan være en god forelder, tror jeg har preget mitt eget foreldreskap. Dette med hva som er en god forelder er selvfølgelig en diskurs, og noe jeg vil komme mer inn på. Jeg har til tider kjent på mye innsikt og mestring i foreldrerollen, men også tilkortkommenhet som har endt opp i mer selvkritiske betraktninger. Kan det være slik at mye kunnskap om foreldreveiledning tar bort mye av det naturlige og autentiske som ligger i oss, og kompliserer hvordan vi tolker og responderer på barnas signaler? Kan det være slik at det ikke utelukkende er bare positivt å inneha all denne kunnskapen? Hvordan er det å være en mottaker av andres strev i foreldrerollen over tid? Ofte møter terapeuter familier som står i store belastninger over tid, og som har bekymringer for barna sine. Mange terapeuter opplever det å hjelpe familier som strever som svært givende, samtidig er det også slik at det kan være belastende å ta imot disse vanskelige historiene og kjenne på en resonans som utfordrer. Disse spørsmålene og betraktningene er ikke selve problemstillingen, men den sier noe om mine egne refleksjoner og førforståelse, som til slutt ender ut i forskningsspørsmålene og denne masteroppgaven. Gjennom å snakke med kollegaer og fagfolk om dette temaet over tid, så hører jeg at mange opplever problemstillingen som relevant i hvordan arbeidshverdagen er med på å prege eget familieliv, foreldreskap og egen utvikling, og for mange gir det en resonans i eget liv som er av betydning.

Jeg har ønsket å gjøre det til en oppgave som bidrar til å sette spørsmål ved hvordan vi som terapeuter ivaretar oss selv i overgangen mellom det private og det jobbmessige.

1.3 Presentasjon av problemstilling og forskningsspørsmål

I denne studien undersøker jeg hvordan familieterapeuter opplever at det å jobbe med foreldreveiledning over tid, griper inn i eget liv og foreldreskap. Det sentrale forskningsspørsmålet er:

Hvordan bringer familieterapeuten med seg sin faglighet inn i egen foreldrerolle?

Videre har jeg utformet to forskningsspørsmål til det sentrale spørsmålet over. Disse er følgende:

- 1. Hvordan opplever terapeuten at den profesjonelle kunnskap og erfaring hen innehar, griper inn i eget foreldreskap?*
- 2. Hvilken resonans oppstår i spennet mellom rollene som forelder og familierapeut?*

Tema i min masteroppgave er derfor knyttet opp til terapeutrollen, egen foreldrerolle og foreldreveiledning. I en forlengelse av dette vil temaet om terapeutens mulighet og evne til å ivareta seg selv i disse krysningspunktene også være relevant.

Jeg har valgt å formulere forskningsspørsmålet på en åpen måte, slik at det gir grobunn for ulike betraktninger og at det ikke finnes noe rett eller feil svar. Utgangspunktet var at terapeutene som blir intervjuet kjenner seg frie til å svare og reflektere ut fra egne erfaringer og eget ståsted.

I arbeidet som familierapeut vil det være mange problemstillinger som kan være aktuelle med tanke på hvordan jobben, erfaringene og kunnskapen griper inn i eget liv. Per Jensen (2007) skriver i sin doktoravhandling at skillet mellom privat, personlig og profesjonelt liv ikke er så avgrenset som det ofte fremstilles som. Foreldreskapet er et område i livet hvor mange beskriver at de føler seg ekstra sårbare. Dette var noe av grunnen til at jeg valgte å trekke frem nettopp dette temaet.

1.4 Oppgavens struktur

Etter innledningen presenteres teoridelen. Teoridelen gir grunnlag for å sette datamaterialet inn i en kontekst. Teoridelen er todelt på den måten at det er begreper fra den systemiske tradisjonen som gjøres rede for først, og den resterende teoridelen tar for seg aktuelle begreper som er viktig for de konkrete forskningsspørsmålene i denne oppgaven. Et eksempel på dette er at begrepet terapeut blir definert og forklart. I metodedelene gjør jeg rede for de kvalitative metodene som er valgt i denne oppgaven. Videre gjøres det rede for hvordan dataene er samlet inn og håndtert. Metodevalget for analysemodellen av dataene forklares, samt andre betraktninger som tar opp det etiske rundt valg og bruk av metode.

I kapitlene hvor resultatene av dataanalysen presenteres og drøftes, vil aktuell og relevant teori bli knyttet opp til forskningsspørsmålene. Analysen blir skrevet ut, og ikke alle funnene vil være like relevante for å besvare drøftingsdelen. Her vil derfor de mest relevante funnene bli trukket frem og drøftet.

I avslutningen vil de viktigste funnene oppsummeres.

2 Teori

2.1 Innledning

Jeg vil starte med å definere og kontekstualisere sentrale begreper som har betydning for problemstillingen og denne studien. Jeg vil knytte problemstilling og forskningsspørsmålene til de teoretiske retninger som er sentrale innenfor systemteorien. Begreper og perspektiver som blir viktige å definere er: Systemteori og sosialkonstruksjonisme, kybernetikk, sirkularitet, punktuering, kontekst, narrativ terapi, språkssystemisk terapi, terapeut, resonans, selvaretakelse, selvmedfølelse, terapeutens private og profesjonelle erfaringer og foreldreveiledning. Jeg har valgt å ta med alle disse begrepene da disse danner et godt grunnlag for denne studien. Til sist i denne delen har jeg beskrevet annen relevant forskning, litteratursøk og listet opp relevante søkeord som er benyttet.

2.2 Systemteori

Studien har et systemisk utgangspunkt, og det er derfor viktig å redegjøre for systemisk teori. Systemisk tenkning er opptatt av å forstå adferd relasjonelt, og baserer seg på en helhetlig tilnærming (Eide og Eide, 2017).

2.2.1 Systemteori

Systemteori ble utviklet på 40-tallet av Ludwig von Bertalanffy, og bidro til forståelse av problemer som relasjonelle og familien som mulig skaper og opprettholder av problemer. Sentralt i familieterapi på 40-tallet var endringen av fokus fra individ til relasjonell tenkning (*VID Rapport, 2019/4*). Denne endringen har vært et viktig bidrag og blitt et utgangspunkt for de ulike familieterapeutiske og systemiske retningene. Gregory Bateson regnes som en av grunnleggerne av systemisk tenkning. Han arbeidet på 1950-tallet med kommunikasjonsteorier, og var opptatt av samhandlingsmønstre mer enn fokuset på enkeltindividet. «Systemet er mer enn summen av delene», er en kjent setning i systemisk familieterapi som stammer fra Bateson (Jensen og Uleberg, 2019). Systemteorien er utgangspunktet for denne studien. På samme måte som familiemedlemmer utgjør et

system, så vil terapeuten være en del av systemet i sin egen familie i kraft av rollen som mor/far/partner/omsorgsgiver. Samtidig blir terapeuten en del av de systemene som er i kollegagruppen og inn i de familiene han eller hun jobber. Denne gjensidige påvirkningen og dynamikken i de ulike systemene og rollene er utviklende for den enkelte, men også for systemene. I denne studien vil derfor systemteorien gjøre seg gjeldene og være en forståelsesramme for problemstillingen og forskningsspørsmålene.

2.2.2 Kybernetikk

Kybernetikken har hatt en sentral rolle i familierapien og i det systemiske fagfeltet. Kybernetikk stammer fra det greske ordet «styrmann», og det har hatt stor betydning innenfor kommunikasjonsteorien. Kybernetikken tar tradisjonelt for seg styringen og reguleringen av maskiner og levende systemer (Jensen og Ulleberg, 2019, s 410,). I det kybernetiske perspektivet blir responsen i systemet (feedback) sett på som en faktor som ivaretar både stabiliteten og forandringen i systemet. Familierapeuten blir her opptatt av familieprosesser og samhandling, og legger de mer lineære prinsippene til side. (Lorås og Ness, 2019, s 21). Gjennom feedbackbegrepet ble det mulig å beskrive samspillet i en familie sirkulært (Jensen og Ulleberg, 2019, s. 411). Det å ikke være opptatt av årsak-virkning prinsippene, men mer at det foregår mye mellom medlemmene i en familie som påvirker systemet, blir det sentrale. I 1980-årene ble annen ordens kybernetikk introdusert. Terapeuten ble også en del av systemet, og var ikke lenger en nøytral part som sto på utsiden av det hele (ibid).

2.2.3 Sirkularitet

Baeteson hevder at fenomener henger sammen og er knyttet sammen. Videre mener han at vi må forlate den lineære årsak – virkning forklaringen siden de i for stor grad forenkler komplekse sosiale relasjoner (Jensen og Ulleberg, 2019). Ved å gå bort fra å se etter årsaken for å løse et problem, så vil man i stedet være opptatt av hvordan fenomener og begivenheter er knyttet sammen, og at det er det som blir det interessante. I det lineære så vil årsaken kunne virke begrensende for å forstå situasjonen og hvordan vi snakker om et problem. Det klassiske eksempelet som ofte bli brukt for å forklare det sirkulære er i et

parforhold: Når kona maser, så trekker mannen seg unna. Når mannen trekker seg unna, så vil kona mase mer. På s. 114 i Jensen og Ulleberg (2019) finnes det en enkel modell som visualiserer det sirkulære i kommunikasjonen og samhandlingen. Sirkulariteten brukes innenfor familierterapien og kybernetikken som en forståelsesramme. Systemisk tenkning er opptatt av at mennesker er en del av ulike systemer hvor man har ulike roller og oppgaver, og kommunikasjonsteorien benyttes til å forstå samspillet i familier og i andre sosiale systemer (Jensen og Ulleberg, 2019).

2.2.4 Punktuering

Å punktuere vil si at vi gir fenomener og hendelser navn og betegnelser. Punktueringer er relasjonelle betegnelser som gir mening til bestemte situasjoner og hendelser. Jensen og Ulleberg, 2019, s. 115)

Vi mennesker har behov for å organisere vår forståelse av sammenhenger, og dette gjør vi gjennom å punktuere. Vi konstruerer en sammenheng ved å tolke og forstå virkeligheten. Hvordan, og hvor vi punktuere, kan ha stor betydning for hva som skjer videre i en prosess, og dette er noe terapeuter forsøker å være bevisste på. Et eksempel på hvordan en terapeut punktuere når et par kommer til samtale, kan være på hvordan paret tolker det å være både kjærester og foreldre. En annen måte å punktuere på kan være gjennom å snakke om rusavhengigheten som var aktuell for en av partene tidligere i forholdet. Det å punktuere innebærer å ta noen valg, og noen ganger er kanskje disse valgene mer eller mindre ubeviste. I denne oppgaven punktuere jeg på tema og problemstilling, noe som igjen er med på å konkretisere hva jeg skriver om og hva jeg så finner ut av i denne studien. Det å være bevisst på at vår punktuering setter noen rammer og legger noen føringer for helheten i studien, og videre hvilken retning funnene og drøftingen tar.

2.2.5 Kontekst og sosialkonstruksjonisme

Kontekst er den psykologiske eller mentale rammen vi forstår et fenomen eller en situasjon innenfor. Konteksten gir fenomenene mening, og uten kontekst så mister ord og handlinger sin mening (Jensen og Ulleberg, 2019, s. 96). Det at vi aldri kan forstå noe løsrevet fra sin

kontekst er grunnleggende i systemteorien. Mennesket har behov for å tolke og skape mening i fenomener og i sammenhenger.

Sosialkonstruksjonisme kan beskrives som at mening skapes og konstrueres av mennesker som lever, handler og snakker sammen, eller på andre måter har med hverandre å gjøre (Johannessen et al 2018, s. 42). Denne samhandlingen påvirker våre handlinger og former diskurser som igjen skaper vårt sosiale samfunn (Johannessen et al, s.66). En diskurs kan defineres som en kollektiv forståelsesramme (Johannessen et al, s. 58). Diskurser påvirker hvordan vi tenker om ulike fenomener, og de påvirker også hvordan vi snakker og skriver om fenomenene. En diskurs kan være en felles forståelsesramme av det å være forelder, og hva som forventes av en forelder.

2.2.6 Narrativ teori

Narrativ terapi er en sentral retning innenfor det systemiske fagfeltet. Inspirert av Bateson, utviklet Michael White og David Epston narrativ terapi på 1980-tallet (Lundby, 2022). White og Epston er opptatt av at vi mennesker opplever og erfarer våre liv gjennom de historiene vi og andre forteller om oss selv (ibid). En grunntanke i narrativ terapi er at menneskers liv og erfaringer er rikere enn de historiene som fortelles. Ved å sette søkelys på andre deler av historien, kan livshistorien endres, og nye historier skaper en annen mening. Her ligger også muligheten til at «tykkere» historier, og historier som ikke bygger opp under gamle negative erfaringer springer frem (Holmgren, 2010). I narrativ terapi vil samtalen være et verktøy for å bringe frem andre deler av en historie om menneskers liv. Gjennom narrativ terapi kan det skapes en mulighet for å redefinere en livshistorie, veivalg som er gjort, eller den generelle oppfatningen vi har av oss selv (White, 2007).

Som et eksempel kan et narrativt perspektiv bidra til å påvirke hvordan vi ser på oss selv som foreldre. En forelder som opplever mye dårlig samvittighet på grunn av reising i jobben, vil kanskje få mulighet til å sette søkelys på de mer positive sidene ved egen foreldrerolle i en samtale med et narrativt perspektiv. Denne bevegelsen fra å se på seg selv som en forelder som er mye fraværende, til å se sider ved seg selv som en engasjert forelder som både er kjærlig og til stede, vil utvide historien og eventuelt påvirke relasjonene i familien positivt.

White (2007) beskriver hvordan de alternative og mer positive historiene gir et fundament for å takle problemer og dilemmaer på.

2.2.7 Språkssystemisk tilnærming

Den språkssystemiske retningen ble utviklet av Harlene Anderson og Harold Golishian. Den er en terapeutisk retning som bygger på sosialkonstruksjonistiske prinsipper. Den terapeutiske samtalen blir en setting der terapeut og familien danner et språkssystem hvor de skaper mening sammen, utvikler nye historier og danner en ny virkelighet (Anderson og Goolishian, 1992). I det språkssystemiske finnes problemet i språket, og det oppløses også gjennom språket. Virkeligheten er en sosial konstruksjon, og vi kan ikke finne sannheten eller «virkeligheten». Den språkssystemiske retningen hevder også at vi må gi opp tanken om at terapeuten er en endringsagent, og at terapi er en måte å forandre mennesker på (ibid, s 46).

2.3 Andre sentrale begreper

2.3.1 Terapeut

Terapeut er et sentralt begrep i denne studien. Mine informanter er terapeuter, og det er i denne rollen de yter profesjonell hjelp til andre. I terapeutrollen ligger det en forventning om å skulle bidra til å hjelpe andre med et dilemma, en type endringsarbeid eller som et bidrag til å bearbeide noe. Det å være terapeut innebærer å være i tett kontakt med mennesker. Dette gjør terapeuten gjennom å lytte, være oppmerksom og leve seg inn i hva klienten går gjennom. Terapeuten tilbyr sin tilstedeværelse både faglig, følelsesmessig og relasjonelt (Bang, 2003). Terapeuten skal være oppmerksom på klienten sine behov, men også på egne behov, egen væremåte og andre aspekter som påvirker klienten. Et eksempel kan være det å møte et foreldrepar som har en konflikt seg imellom. Som oftest vil terapeuten sin holdning og fremgangsmåte være å holde egne følelser som sinne og bebreidelse tilbake (Ibid, 2003). Susanne Bang (2003) beskriver mange av de krysningpunktene og utfordringene en terapeut møter i overgangen mellom jobb og det private liv. Terapeuter blir invitert inn i klientenes liv, og alt hva de står i og har med seg.

Gjennom andre menneskers ekstreme livssituasjoner og kriser, vil terapeuten stadig ha en sjanse til å utvikle seg og bli klokere på livet, på andre mennesker og på seg selv, samt bli mer tolerant. Parallelt med denne økte kunnskapen og bevisstheten vil terapeuter også kunne kjenne på å bli «mette» av andres lidelse, og på å bli påvirket av deres traumer (Isdal, 2017).

Det å være en terapeut og hjelper vil også inneholde et maktperspektiv. Michael Foucault (1926-1984) omtalte forholdet mellom makt og kunnskap som noe som kan være problematisk (Jensen og Ulleberg, 2019). Han bragte fram et perspektiv på at makten viser seg i relasjoner, og den kan ha mange ansikter. Profesjonsutøveren, som jeg i min oppgave omtaler som terapeuten, innehar en spesifikk fagkunnskap og et rikt utviklet fagspråk (Jensen og Ulleberg, 2019). Det at de profesjonelle innehar en definisjonsmakt gjennom fagspråket, kan føre til en asymmetri i relasjonen. Definisjonsmakten kan bevisst eller ubevisst brukes til å beskrive en virkelighet, for så å tolke et problem og sette inn tiltak. Dette kan igjen føre til at den som søker hjelp fra en terapeut kan føle seg underlegen, hjelpeløs og oppleve at deres erfaringer ikke blir lyttet til. En del av profesjonaliteten i terapeutrollen vil være å utvikle tillit og ansvar når det gjelder den rollen de innehar, og være bevisst på dette maktperspektivet som er til stede (Jensen og Ulleberg, 2019).

2.3.2 Terapeutens private og profesjonelle liv

Det er forsket mye på hvilken terapi som virker, og hva som skal til for å oppnå gode resultater i terapi (Valla, 2022). Det kan virke som om det er lite forskning og litteratur på hvordan terapeuten tar med seg sin kompetanse og erfaring inn i de private relasjonene, og eget liv (Lorås og Ness, 2019, s.71). Jensen (2007) skriver i sin doktorgradsavhandling om hvordan erfaringer fra terapeutens eget liv påvirker hvilken terapeut man blir, og hva man tar med seg inn i terapien og møtet med klientene. I familieterapistudiet på VID vitenskapelige høyskole, er en av de obligatoriske aktivitetene å delta på PPU, som står for personlig og profesjonell utvikling. PPU-arbeidet består gjerne av en individuell del som det så jobbes mer med i gruppe, og temaene som tas opp har gjerne fokus på å utvikle studentene som terapeuter, og med fokus på hva terapeutene har med seg av egne erfaringer i møte med klientene. PPU-gruppene er et eksempel på at krysningspunktet

mellom jobb og privatliv er et aktuelt tema når det gjelder å utvikle seg som terapeut, og at det kan gripe inn i privatlivet.

Hilde Teisbo tar i sin masteroppgave (2011) opp hvordan terapeutrollen påvirker privatlivet, ved at terapeutens bestemte holdning og ansvar også er en del av terapeuten i private relasjoner. Hennes funn viser at terapeutene handler profesjonelt også som privatpersoner. Hun tar også opp hvordan de historiene terapeuten får høre om klienters liv er med å påvirke inn i eget liv. Det kommer videre frem at dette kan føre til en endret væremåte og fremtoning i de private relasjonene. Hun tar også opp hvordan terapeuten sitt profesjonelle og private liv veves sammen og bringer frem det sirkulære perspektivet (Teisbo, 2011).

Erna Henriette Dahl Tyskø har dette som tema i sin masteroppgave (2016):

Familieterapeutisk kunnskap på den private arena. Hun oppsummerer sine funn blant annet ved å trekke frem at terapeutene i hennes studie opplever mye positivt ved det å ha en familieterapeutisk tilnærming i egen familie. Det kommer også frem at denne tilnærmingen bringer frem mye indre dialog og at dette kan oppleves som krevende. Det sirkulære perspektivet som handler om Batesons grunntanker og kommunikasjon, er med terapeutene på både den private og profesjonelle arenaen (Tyskø, 2016).

Irvin D. Yalom er en anerkjent terapeut og forfatter. Han har formidlet sin interesse for temaet om hvordan det å arbeide som terapeut kan påvirke terapeutens private relasjoner (Lorås og Ness, 2019, s 71). I et systemisk perspektiv er terapeuten både observatør og deltaker i terapiforløpet, en som både berører og blir berørt (ibid, s. 71). Denne parallelle prosessen kan medvirke til at terapeuten blir forandret (Yalom, 1997).

2.3.3 Resonans

Resonans er et begrep som er hentet fra musikken, og det handler om gjenklang og en tones etterklang (Jensen og Uleberg, 2019, s. 379). Resonans i denne sammenhengen handler om hvordan familieterapeutens møte med klienter minner om noe av terapeutens egen erfaring og historie (Ibid, s. 379). Her handler det om hvilken gjenklang som oppstår i møtet med klienten. Den resonansen som kan oppstå, vil i neste omgang ha betydning for det

terapeuten opplever i møtet med klienten, men kan også bli ledende for den terapeutiske prosessen videre.

I det systemiske fagfeltet står sirkularitet sentralt. De historiene terapeuter blir fortalt i sin praksis og erfaringene de har med seg fra eget liv, utspiller seg på flere nivåer (Jensen og Uleberg, 2019, s 382). Den kan utspille seg både på det følelsesmessige planet, men og det mer erkjennelsesmessige planet. Resonans er et begrep som anvendes for å gi mening til gjenkjennelsen mellom den profesjonelles personlige og private erfaringer og de utfordringene klientene står midt i, eller de historiene de forteller (ibid, 379).

Resonansbegrepet tar også opp de parallelle sammenhengene som finner sted. Dersom en terapeut befinner seg i en lignende situasjon som de som har søkt hjelp, så vil terapeuten gjenkjenne livssituasjonen og historiene i eget liv. En slik situasjon kan være krevende da terapeuten kan kjenne at det kommer nært inn på eget liv og erfaringer, og en mulighet er å få hjelp og veiledning for å opprettholde en profesjonell rolle. Samtidig som det kan by på noen utfordringer når de parallelle sammenhengene oppstår, så vil det også være mange gode muligheter som åpner seg. Et eksempel kan være at terapeuten har en god forståelse for klienten sin situasjon og de utfordringer som finner sted (ibid, s 381-382).

Gjensidig resonans er når den profesjonelle og en klient har et pågående samarbeid hvor de utvikler en felles forståelse. Den profesjonelle deler private og personlige livserfaringer som skaper en felles forståelse (ibid, s 383)

Resonansbegrepet er av betydning når jeg i min studie snakker med informantene om hvordan de opplever at jobb og privatliv eventuelt griper inn i hverandre.

2.3.4 Selvivaretakelse og selvmedfølelse

Terapeuten bruker seg selv i arbeidet i møte med klienter. Den kunnskapen, kompetansen og de erfaringene de bringer med seg inn i arbeidet vil sørge for kvalitet og ivaretakelse av klientene. Når det gjelder ens egen ivaretagelse, så vet terapeuten ofte dette på et logisk plan, men det kan være vanskelig å sørge for dette i praksis. Per Isdal skriver om selvivaretakelse i sin bok "Smittet av vold" (2017), om hvordan terapeuter er gode til å

ivareta andre, men han spør om vi er like gode til å ivareta oss selv som terapeuter? De fleste fagfolkene på området som handler om belastninger på jobb, mener nei (Isdal, 2017, s. 238). Denne studien vil omhandle terapeutrollen, og terapeutens opplevelser og erfaringer i egen foreldrerolle. Det blir derfor naturlig å ta med temaet om selvivaretagelse i denne studien. Andre begreper som faller inn under dette temaet er selvmedfølelse. Isdal skriver videre i sin bok (2017) om hvordan det ikke bare er å følge en liste over hvordan vi best mulig kan ivareta oss selv. Grunnen til dette omtaler han som at dersom vi ikke klarer å ivareta oss selv, så har vi ikke vært "flinke nok". Dette kan igjen føre til en mer selvkritisk holdning til oss selv. Det er her Isdal bringer inn begrepet selvmedfølelse. Det vi terapeuter trenger når noe er vanskelig er det samme som alle andre, å bli sett, hørt og forstått. Disse to begrepene er et tema i intervjuene, siden det er relevant hvordan terapeuten trives i rollen som terapeut, men også privat.

2.3.5 Foreldreveiledning

Foreldreveiledning handler om relasjoner, om forholdet mellom foreldre/foresatte og deres barn/unge, men også forholdet mellom de ansatte som er satt til å ivareta velferdsstatlige ambisjoner og den enkelte forelder. Derfor handler virkninger av foreldrestøtte også om makt og om forholdet mellom hva som skal være offentlig og hva som skal være privat i et samfunn. (Bråten og Sønsterudbråten, 2016, s. 7)

Foreldreveiledning og styrking av foreldrerollen er i dag sett på som en viktig faktor for å bidra til å styrke barns oppvekstvilkår, og som en investering i det å unngå psykisk uhelse. Det jobbes mye med dette feltet på helsestasjonen, i skolehelsetjenesten, på familievernkontorene, i barneverntjenesten, i lavterskeltjenestene i kommunens familieteam og i spesialisttjenesten. Regjeringen lanserte i juni 2018 Norges første foreldrestøttestrategi: Trygge foreldre – trygge barn Regjeringens strategi for foreldrestøtte (2018–2021). Det overordnede målet med strategien er å bidra til at foreldre blir gode omsorgspersoner for sine barn. Denne strategien viser et samordnet og økt fokus på dette fagområdet.

Mye av foreldreveiledningsprogrammene har sin forankring i tilknytningsteori, i emosjonsfokuset tilnærming og i det systemiske. Jeg har ikke prioritert å definere de ulike

retningene som ligger til grunn i foreldreveiledningsprogrammene, men nevner dem her for å vise at det er et mangfold i den grunnleggende teorien. Foreldreveiledningsprogrammene *COS-P (Circle of security)*, *ICDP*, *MST*, *PMTO*, *De utrolige årene*, *Tuning into teens*, *Tuning into kids* er alle manualbaserte programmer som har som formål å styrke relasjonene mellom barn og forelder, samt har fokus på hvordan en kan jobbe for å bli en mer trygg, stabil og robust forelder som følger opp barnet sitt gjennom god ledelse og en ivaretagende holdning og fremtoning (Bråten og Sønsterudbråten, 2016).

2.3.6 Relevant forskning, litteratursøk og søkeord

Jeg har gjennom dette forskningsprosjektet benyttet meg av pensumlitteratur og tilhørende litteratur knyttet til VID sin studieretning familierapi og systemisk praksis: 2019-2023. Jeg har også tatt imot råd fra veileder og andre fagpersoner som jeg har drøftet dette prosjektet med. Jeg har benyttet meg av søk i VID sine databaser, og videre brukt *Google Scholar*, *Oria* og *Idunn*. Jeg har ikke satt noen spesifikk begrensning på at forskningen måtte være fra og med ett gitt årstall, men forsøkt å finne frem til det som er relevant, som sammenfaller bra når det gjelder egne forskningsspørsmål og som er bidrag til å belyse denne oppgaven.

Søkeord som er benyttet er: Familierapi, terapeut, foreldreveiledning og resonans

Det er forsket en del på effekten av det å motta foreldreveiledning, og hvordan det preger foreldrene i deres foreldreskap og foreldrestil (Trygge foreldre – trygge barn, Regjeringens strategi for foreldrestøtte 2018-2021).

Tyskø og Lorås sin artikkel: *How do the professional lives of family therapists affect their private relationships: A qualitative study (2017)*, tar opp hvordan de profesjonelle livet til familierapeuter påvirker de private relasjonene. Da jeg søkte på VID:open etter relevant forskning om hvordan terapeutrollen og profesjonaliteten griper inn i det private og nære, fant jeg en masteroppgave fra 2021; *Hvordan beskriver familierapistudenter endringer i nære relasjoner i løpet av studietiden?* av Johnatan Martinez Montantes, VID vitenskapelige høyskole. Han oppsummerer i sin forskning hvordan kunnskapen de tilegnet seg under studiet kom til nytte i private relasjoner. De opplevde en endring i egen kommunikasjon, og at de håndterte utfordrende situasjoner på hjemmebane annerledes på grunn av ny

kunnskap. Hans informanter beskrev også at de ble mer bevisst den gjensidige påvirkningen som skjer i relasjonene.

Den anerkjente professor emeritus i familierapi ved VID vitenskapelige høyskole, Per Jensen, har skrevet en doktoravhandling (2007) som omhandler forholdet mellom familierapeuters private og personlige erfaringer fra deres terapeutiske praksis.

Bråten og Sønsterudbråten (2016) har i sin rapport sammenfattet mye av det arbeidet som gjøres innenfor foreldrestøttende arbeid. Der har de oppsummert de evidensbaserte foreldreveiledningsprogrammene og beskrevet fagfeltet sin utvikling og retning videre. Det har vært mye å hente på å søke opp relevant forskning, da denne kan bidra til å klargjøre, inspirere og gi viktig kunnskap og perspektiver til denne studien.

3 Metode

3.1 Innledning

I dette kapitlet gjøres det rede for oppgavens metodiske tilnærming. Jeg vil her belyse mitt eget epistemologiske ståsted, hvordan studiens vitenskapsteoretiske ståsted er forankret, og videre forklare begrepene fenomenologi, hermeneutikk og refleksivitet. Analysemodellen tematisk analyse, vil bli forklart, og det begrunnes hvorfor det er denne modellen som er valgt til å analysere og tolke dataene. Jeg vil definere og redegjøre for begrepet kvalitativ metode. Deretter vil prosessen rundt datainnsamlingen bli beskrevet. Det vil si hvordan utvalget ble gjort, og hvordan rekrutteringen, gjennomføringen av intervjuene samt arbeidet med forberedelsen av intervjuene foregikk. Prosessen med å transkribere intervjuene vil også bli beskrevet.

De etiske betraktningene i studien vil belyses mot slutten av dette kapitlet. Her vil viktige begreper bli omtalt, og knyttet opp mot prosessen i denne oppgaven. Temaene her vil være reliabilitet, validitet og generalisering.

3.2 Epistemologi og vitenskapsteoretisk ståsted

Mitt epistemologiske ståsted har sitt fundament i sosialkonstruksjonismen. Epistemologi er læren om bekjennelsen og kunnskapens natur (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 354).

Epistemologi handler om utviklingen av kunnskap om verden og virkeligheten, og ontologi handler om hvordan vi oppfatter verden og virkeligheten (Malterud 2017, s. 27).

Sosialkonstruksjonismen er sentral i familieterapifeltet (Hårtveit og Jensen, 2007), og den tar utgangspunkt i at virkeligheten skapes relasjonelt. Mennesker samhandler med andre mennesker, og mening og forståelse skapes mellom mennesker og i de møtene som finner sted. Mye av grunnlaget for valgene som er gjort underveis i oppgaven, og for hvordan oppgaven blir løst og besvart, har sosialkonstruksjonismen som utgangspunkt.

Sosialkonstruksjonismen er opptatt av at vi konstruerer vår virkelighet gjennom hvordan vi fortolker og forstår relasjoner og sammenhenger. Sosialkonstruksjonismen bygger på en ide

om at virkeligheten er samfunnsskapt, basert på ulike sosiale faktorer, og her gjøres det ingen krav på sannhet. Det vil si at mange ideer finnes samtidig, og det er ingen objektiv sannhet (Gergen, 2009). Den språklige samhandlingen foregår i en relasjonell kontekst og er med på å forme vår forståelse av verden og oss selv. Mye av vår selvforståelse og vår virkelighetsforståelse skapes i den språklige og relasjonelle samhandlingskonteksten (Thomassen, 2006). I arbeidet med datainnsamling og gjennomføring av intervju, gir sosialkonstruksjonismen derfor forskeren mulighet til å få frem hvordan hver enkelt av informantene i studien omtaler de aktuelle fenomenene, og hvordan historiene deres og forståelsen de har av seg selv knyttes opp mot forskningsspørsmålene. Jeg vil sammen med intervjupersonene erverve en felles konstruksjon (Anderson, 1997).

3.3 Fenomenologi og hermeneutikk

Masteroppgaven er forankret i fenomenologisk og hermeneutisk vitenskapsteori.

3.3.1 Fenomenologi

Fenomenologi tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen, og søker å oppnå en forståelse av en dypere mening i den enkeltes erfaring (Thaagard, 2018). Fokuset rettes mot det som tas for gitt i en kultur. I fenomenologien studeres perspektivene til de personene vi studerer slik det fremstår for dem, og den beskriver omverden ut fra deres erfaringer. De felles erfaringene deltakerne i studien har, gjør at vi kan utforme en felles forståelse av det vi studerer (Thaagard, 2018).

3.3.2 Hermeneutikk

Hermeneutikk-begrepet henger sammen med fenomenologi. Hermeneutikken legger vekt på at det ikke finnes en klar og tydelig sannhet, men at fenomener kan tolkes på flere nivåer (Thaagard, 2018). Hermeneutikken var opprinnelig knyttet til tolkningen av tekster (ibid). I denne studien blir tolkningen av intervjuetekster en dialog mellom forsker og tekst, og målet blir å finne det som er meningsbærende i teksten. Dalland (2020), bruker begrepet

“forståelsestolkning” om hermeneutikk. Hermeneutikken tar for seg delene og helheten vekselvis, noe som også er viktig i dette arbeidet.

Fenomenologi og hermeneutikk hører inn under sosialkonstruksjonismen. Mine forskningsspørsmål kan forstås som et sosialt fenomen mellom meg som forsker og terapeutene som ble intervjuet. Intervjupersonene beskriver sin virkelighet, og jeg tar for meg deres beskrivelser og narrativer knyttet opp mot forskningsspørsmålene. Ved å intervju terapeuter om deres egen foreldrerolle, vil det åpnes for at de deler sine erfaringer og at jeg kan få et innblikk i deres livsverden.

3.4 Valg av metode

Oppgaven benytter kvalitativ metode, og analysemetoden er tematisk analyse. Denne delen av oppgaven omhandler hvilke valg som ligger til grunn for gjennomføringen av denne studien, og gir en forklaring på hva metodene innebærer. Med metodene menes kvalitativ metode og tematisk analyse.

«Metoden er redskapet vårt i møte med noe vi vil undersøke. Metoden hjelper oss til å samle inn data, det vil si den informasjonen vi trenger til undersøkelsen vår» (Dalland, 2020, s. 54).

3.4.1 Kvalitativ metode

«De kvalitative metodene tar sikte på å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle» (Dalland 2020, s. 54). For å undersøke forskningsspørsmålene i denne studien vurderte jeg det som nyttig å kunne gå i dybden og få fylldige beskrivelser, og da er kvalitativ metode godt egnet. Terapeutene som ble intervjuet fikk mulighet til å reflektere og å gi utfyllende beskrivelser av sin erfaring og kunnskap om temaet, noe som henger godt sammen med en hermeneutisk og fenomenologisk tilnærming som ble beskrevet i forrige punkt. Den kvalitative metoden har en nærhet til feltet på den måten at innhenting av data skjer i direkte kontakt med feltet (Dalland, 2020, s. 54). Dataene som samles inn vil bidra til å få frem en helhet, en dybde og en forståelse. Forskeren ser fenomenet innenfra, og forskeren erkjenner sin påvirkning og sin delaktighet. Til forskjell fra

en kvantitativ studie vil det oppstå et jeg - du forhold mellom forsker og undersøkelsesperson/informant (Dalland, 2020, s. 54).

3.4.2 Tematisk analyse; beskrivelse og begrunnelse for valg av metode

Analysemodellene innenfor kvalitativ metode handler om å bearbeide tekst. Dette til forskjell fra analyse av kvantitative data som vil skje ved hjelp av opptelling og statistiske metoder (Johannessen et al, 2021). I denne studien benytter jeg tematisk analyse, som er en kvalitativ analysemodell. Den tematiske analysen brukes for å undersøke problemstillingen og forskningsspørsmålene. Tematisk analyse er en metode for å identifisere, analysere og rapportere tematiske mønstre i kvalitativ metode (Braun og Clarke, 2006). Metoden inneholder seks trinn som blir en fremgangsmåte for å analysere datamaterialet. Disse trinnene vil jeg beskrive litt senere i oppgaven. Metoden beskrives som fleksibel på den måten av den kan håndtere både detaljer og det komplekse i datamaterialet samtidig. Tematisk analyse ser etter temaer i dataene. I denne sammenhengen brukes begrepet tema noe annerledes enn i dagligtalen. Her brukes tema om en gruppering av data med viktige fellestrekk (Johannesen, et al., 2018). Hvert tema er en kategori, og data med viktige fellestrekk er satt i grupper.

I boken *Hvordan brukes teori?* (Johannesen et al, 2018) fremgår det at en analyse er å lete i data etter svar på spørsmål. Tematisk analyse er en type oppskrift på hvordan letingen i data kan foregå. Følges oppskriften vil analyseprosessen bli grundig og systematisk. Det å følge trinnene sikrer en grundig og god prosess i studien, og gir samtidig mulighet for forskeren til å bevege seg frem og tilbake i den analytiske fasen.

3.5 Datainnsamling

I kvalitativ forskning er det viktig å være åpen og transparent gjennom hele prosessen. Dette innebærer å være konkret og tydelig på gjennomføringen av alle trinnene i forskningsprosessen (Malterud, 2017). I de følgende avsnittene viser jeg hvordan jeg har gjennomført studien. Dersom forskningen er fremstilt systematisk, refleksivt og transparent, så vil studiens troverdighet og overførbarhet styrkes.

3.5.1 Kvalitativt forskningsintervju

Formålet med det kvalitative forskningsintervjuet er å forstå sider ved intervjupersonen sitt dagligliv ut ifra hen sitt perspektiv (Kvale og Brinkmann, 2015). Forskningsintervjuet kan være nokså likt den daglige talen, men dette profesjonelle intervjuet involverer en bestemt metode og spørreteknikk (ibid). Et kvalitativt intervju ønsker å innhente intervjupersonens rike beskrivelser av sin livsverden når det gjelder et bestemt fenomen. Det kvalitative intervjuet passer godt i denne studien, da jeg ønsker få frem terapeutenes egen forståelse av hvordan det å jobbe med foreldreveiledning påvirker egen foreldrerolle, og hvordan disse erfaringene og opplevelsene griper inn i eget liv og eget foreldreskap. Intervjupersonene blir også spurt om hvordan de ivaretar seg selv i den jobben de gjør, og hvordan jobb og privatliv eventuelt griper inn i hverandre.

Kvale og Brinkmann (2015, s 52) beskriver hvordan det kvalitative intervjuet også er en asymmetrisk maktrelasjon. Selv om intervjuet legger til rette for å få frem intervjupersonene sine beskrivelser og refleksjoner gjennom dialog, så er det ikke en gjensidig dialog. Forskeren med sin vitenskapelige kompetanse, vil være den som har definert spørsmålene og den som beslutter hvilke svar som skal følges opp videre. Denne enveisdialogen innebærer at intervjueren skal spørre, og den som intervjues skal svare. Det er en type instrumentell samtale siden alle temaer og spørsmål er rettet inn mot det som er neste skritt i forskningen, nemlig fortolkning og rapportering i overensstemmelse med forskningsinteressene. Forskeren vil være den som oppsummerer og fortolker hva den intervjuede virkelig mener. For min egen del som forsker, var det fint å være oppmerksom på at denne asymmetrien er til stede, og at det kvalitative intervjuet ikke er en samtale mellom to terapeuter som har likestilte roller.

3.5.2 Søknader til eksterne organer

Jeg har fått godkjent min søknad av norsk senter for forskningsdata (NSD).

3.5.3 Utvalg, rekruttering og planlegging

Intervjupersonene ble valgt ut ifra et strategisk utvalg. Det som kjennetegner et strategisk utvalg er at forskeren systematisk velger personer som har egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske for forskningsspørsmålene (Thagaard, 2018, s 54). Dette systematiseres gjerne ved at vi har inklusjonskriterier som sikrer at informantene best kan reflektere og beskrive sine tanker og erfaringer om det aktuelle forskningsspørsmålet.

Inklusjonskriteriene i min studie var at informantene skulle ha egne barn, fordi de skulle kunne knytte terapeutrollen og eget arbeid opp mot foreldrerollen. Her kunne jeg også ha valgt terapeuter som var bonusforeldre eller fosterforeldre, men dette stod ikke i kriteriene. Andre kriterier var alder, at de var utdannet familierapeuter og hadde minimum to års erfaring med denne type arbeid (foreldreveiledning).

Utvalget besto av to menn og tre kvinner. Fire av dem jobbet i kommunale, lavterskel familieteam, og en jobbet som fosterhjemsveileder i en kommune. Av de fire som jobbet i familieteam, var tre av dem ansatt på samme kontor, mens en jobbet i en annen kommune i en tilsvarende tjeneste. Jeg kjente ingen av informantene privat, og de var heller ikke kollegaer som jeg hadde jobbet sammen med tidligere. Jeg rekrutterte informantene via kollegaer som kjente til noen som kunne være aktuelle. En av de tre som jobbet på samme kontor, ble rekruttert via en av de andre informantene. Alle fem informanter samtykket i å delta, og intervjuene gikk som planlagt. Samtlige fikk oversendt infoskriv og samtykke før de avgjorde om dette var noe de ønsket å være med på. Jeg tok kontakt via e-post, samt at jeg forespurte en terapeut på et kurs jeg deltok på, da hun ble anbefalt av en tidligere kollega. Selv om denne informanten fikk en muntlig forespørsel, så var jeg tydelig på at jeg ville sende informasjon på e-post, slik at vedkommende kunne vurdere sin deltakelse ut fra dette. Jeg opplevde rekrutteringen som en positiv prosess på den måten at informantene ga uttrykk for at temaet var relevant for dem, og at de gjerne ville bidra.

Jeg intervjuet fem familierapeuter, og de hadde ulik grunnutdanning. Jeg valgte å gi dem fiktive navn. Alder er noe justert, og det samme gjelder kjønn og alder på barna. Dette ble gjort for å anonymisere og ivareta informantene mine i størst mulig grad.

Jeg valgte å bruke betegnelsene A, B, C, D, E og F for å skille kandidatene og intervjueren. De fiktive navnene ble laget ut fra disse bokstavene, slik at det skulle være enkelt å skille informantene fra hverandre, og ha god oversikt over datamaterialet underveis i forskningsprosjektet. Her følger en enkel oversikt:

- A: Refererer til meg, som er forsker og intervjuer, 46 år. Har arbeidet som familieterapeut i 16 år. Jobber nå i en lavterskeltjeneste i et kommunalt familieteam.
- B: Bente, 50 år. Har arbeidet som familieterapeut i 11 år, og har mye erfaring fra barnevernfeltet og veiledning av foreldre. Jobber nå i en lavterskeltjeneste i et kommunalt familieteam.
- C: Carl: 56 år. Har arbeidet som familieterapeut i 5 år, med mye erfaring fra å jobbe med ungdommer med psykiske vansker, og har nå jobbet flere år i en lavterskeltjeneste i et kommunalt familieteam.
- D: Dina: 43 år. Har arbeidet som familieterapeut i ca. 9 år. Har mye erfaring fra å jobbe i barnehage, barne- og ungdomspsykiatri, barnevern, og jobber nå i et kommunalt familieteam.
- E: Espen: 34 år. Har arbeidet som familieterapeut i ca. 3 år. Har mye erfaring fra å jobbe i barnevern, og jobber nå i et kommunalt familieteam.
- F: Frida: 34 år: Har arbeidet som familieterapeut i ca. 3 år, og har erfaring fra barnevernfeltet. Jobber nå i barneverntjenesten som familieveileder.

3.5.4 Intervjuguide

Utformingen av intervjuguiden ble gjort ved å aktivt bruke prosjektbeskrivelsen, egne refleksjoner og veiledning fra min veileder. Jeg snakket også med noen kollegaer om hva de ble opptatt av når de hørte om tema og problemstilling for studiet mitt. På denne måten fikk jeg mange gode innspill i prosessen. I utformingen av spørsmålene i intervjuguiden var det særlig viktig å sikre at spørsmålene var forankret i forskningsspørsmålene. Jeg utformet en semistrukturert intervjuguide som i hovedsak inneholdt åpne spørsmål. Åpne spørsmål

innebærer at det ikke er formulert svaralternativer på forhånd, og den intervjuede formulerer svarene med egne ord (Johannessen et al, 2021). En semistrukturert intervjuguide er halvstrukturert, og legger grunnlag for en samtale mellom forskeren og den som blir intervjuet. Samtalen blir styrt av forskeren. Intervjuguiden gjør at forskeren kan være godt forberedt, og informantenes svar kan enkelt sammenliknes fordi de stort sett vil ha blitt stilt de samme spørsmålene (ibid).

3.5.5 Individuelle intervju som datainnsamlingsmetode, og gjennomføring av intervjuene

Intervjuene gir grunnlaget for datamaterialet i oppgaven. For at kvaliteten på oppgaven skulle bli god, så måtte intervjuene gjennomføres på best mulig måte. I alle intervjuene var jeg opptatt av å skape en åpen og tillitsfull ramme. Forskningsintervjuet bygger på dagliglivets samtaler, men er en profesjonell samtale (Kvale og Brinkmann, 2015). Intervjuet er i denne konteksten et forskningsintervju. Det er en samtale mellom to parter som har et emne som er av felles interesse i skjæringspunktet mellom intervjuerens og den intervjuedes synspunkter (Kvale og Brinkmann, 2015).

Jeg gjennomførte et pilotintervju med en kollega for å teste ut intervjuguiden, og for å trene meg litt på de kommende intervjuene. Dette gjorde at jeg følte meg litt tryggere i min nye rolle som forsker og intervjuer. Jeg merket samtidig at det ikke var så selvsagt at det jeg var interessert i kom så klart frem i intervjuet. I pilotintervjuet fikk jeg øvet meg litt på å stille oppfølgings spørsmål. Intervjuene av de fem familieterapeutene ble gjennomført i perioden januar – februar 2023. Jeg hadde på forhånd spurt hver informant om hvor de ønsket å gjennomføre intervjuet og når det passet best; i arbeidstiden eller etter arbeidstid. Alle valgte å bli intervjuet i arbeidstiden, og fire av fem ønsket at intervjuet skulle foregå på eget arbeidssted. Det var en som ønsket å gjennomføre intervjuet på mitt kontor.

Intervjuet startet med å innhente signert samtykkeskjema, eller sørge for at de fikk signert en kopi, om de ikke hadde skjemaet med seg. Alle informantene hadde lest informasjonsskrivet de hadde fått oversendt, og jeg benyttet starten på intervjuet til å gjenta noen av hovedpunktene, spesielt med tanke på personvernet og taushetsplikten. Det ble

presisert at intervjuet ville bli tatt opp på en diktafon, og at denne ikke var tilknyttet noen form for nettverk eller lagring i sky. Det ble også gjentatt muntlig at persongjenkjennende informasjon fra intervjuet ville være anonymisert i oppgaven. Informantene fikk informasjon om tidsrammen for forskningsarbeidet, og at de selvfølgelig kunne få lese oppgaven om de ønsket dette. Dette var noen eksempler på hva som ble sagt innledningsvis med tanke på å ivareta informantene, samt skape trygghet og tillit.

Jeg opplevde at intervjuene var vellykkede fordi samtlige informanter hadde mye de ønsket å formidle, og de virket engasjerte i temaene. Enkelte var noe nølende og tenkende, mens andre var mer klare og direkte. Samtidig hadde alle behov for noen tenkepauser underveis, hvor de reflekterte og noen ganger reformulerte seg.

Intervjuene ble rundet av innenfor tidsrammen på en time. Avslutningsvis ble informantene spurt om de hadde noe å tilføye til det de hadde sagt, eller om de ønsket å si noe mer om temaene vi hadde vært gjennom. Det viste seg at alle hadde behov for å tilføye noe, eller å oppsummere det de mente hadde hatt stor betydning for dem. Ved å avrunde intervjuet på denne måten ble de ivaretatt, og de kunne få en slags debriefing ved behov. For meg var det viktig at de ikke skulle gå ut av intervjuet før de kjente at de hadde fått sagt det de ønsket, men også at de kunne kommentere om de følte de hadde sagt for mye (Kvale og Brinkmann, 2015). Alle informantene fikk til slutt en blomsterbukett med et lite kort som en takk for hjelpen. Dette visste de ikke om på forhånd, og det ble satt pris på den lille påskjønnelsen.

3.5.6 Transkribering

Jeg bearbeidet intervjuene gjennom å transkribere dem. Dette ble gjort kort tid etter gjennomføringen av intervjuene. I kvalitativ forskning er transkripsjon et nyttig verktøy for å kunne skrive ut datamaterialet (Kvale og Brinkmann, 2015). Transkripsjonen er en skriftliggjøring av det som blir sagt. Jeg noterte litt underveis i intervjuene, men valgte å bruke oppmerksomheten min mest på å aktiv lytting. Det var også viktig for meg å holde rede på intervjuguiden slik at alle spørsmålene ble ivaretatt.

Bauman og Clarke (2006) sier noe om at det er opp til forskeren å vurdere hvor nøyaktig det er nyttig å være i transkriberingen. Jeg valgte å legge inn noen uttrykk som for eksempel

latter, ved å skrive latter i en parentes. Dette for at innholdet skulle bli enklere å tolke og analysere presist under analysen. Et annet valg jeg gjorde var å legge inn noen punktum etter hverandre der informanten hadde en liten tenkepause. Dette ble også gjort for å forsterke det nonverbale, og markere hvordan det gir uttrykk for en refleksjon informanten har. Pausen kan også bety usikkerhet, eller at noe blir vanskelig å forstå. Jeg opplevde det som en utfordring å avgjøre hvor ordrett transkripsjonen skulle være. I det første intervjuet skrev jeg ned ordrett det som ble sagt. Etter hvert så jeg behovet for å tilpasse noen setninger slik at de ble forståelige. Dette gjaldt spesielt ufullstendige setninger. I hovedsak har jeg gjengitt intervjuene mest mulig nøyaktig, men tilpasset noe der hvor setningene ble vanskelige å forstå. Min oppfatning er at det nonverbale uansett forsvinner litt når det blir skrevet ned. For meg var det en god hjelp å gjøre transkripsjonen selv, og å lytte til intervjuene på nytt etter jeg hadde transkribert dem. Dette for å bevare noe av helheten i intervjuet. I boken til Dalland (2020, s 95) blir det å transkribere beskrevet som å kaste sand opp i luften, for så å snu hendene og prøve å fange den igjen når den faller ned. For hver omgang mister vi noe. Dette en metafor som jeg synes beskriver forskningsarbeidet mitt på en god måte. Metaforen tydeliggjør at selv om forskeren er ydmyk og søker å være mest mulig presis gjennom hele prosessen, vil det likevel ikke være mulig å gjengi all data som er samlet inn.

Jeg forsøkte også å bruke dikteringsfunksjonen på dataprogrammet mitt. Dette fungerte ikke så godt som jeg hadde håpet, og spesielt ikke der hvor intervjuobjektene hadde dialekt eller aksent. Det jeg fant ut i intervju nummer tre, var at denne funksjonen fungerte godt dersom jeg gjentok opptaket som ble spilt av på diktafonen, setning for setning. Da fungerte dikteringsfunksjonen veldig godt. Dette gjorde at det ble litt færre stopp, og litt mere flyt i arbeidet med å transkribere. Dette var også tidsbesparende.

Datamaterialet ble oppbevart i en låsbar safe. Dette var i samsvar med søknaden til NSD om oppbevaring av datamateriale og transkribert materiale.

Etter at transkripsjonen var gjort, skrev jeg ferdig teoridelen og metodedelen før jeg tok fatt på analysearbeidet. Før oppstart med analysen så jeg for meg denne delen av oppgaven som noe utfordrende, da det er mye tekst som skal behandles på samme tid, og det hele skal systematiseres og bearbeides. En hjelp her var å bruke tid på å sette seg godt inn i

teorigrunnlaget for hva tematisk analyse innebærer, samt å gjøre seg godt kjent med de ulike stegene.

3.6 Analysedel

Som beskrevet i del 3.4.2 i oppgaven, så benytter denne studien tematisk analyse.

3.6.1 Fase 1 - Bli kjent med datamaterialet

I første fase av analysen er det viktig å bli kjent med materialet (Braun og Clarke 2006, s 87). Det innebærer å lytte gjennom intervjuene, lese notater gjort under intervjuprosessen samt lese gjennom de transkriberte lydopptakene. Dette kan gjerne gjøres flere ganger slik at det bidrar til at man får god bredde og dybde i materialet (ibid).

Jeg ble kjent med datamaterialet først ved deltagelse i hvert intervju, videre ved å skrive refleksjonsnotater fra hvert intervju i etterkant, samt å lytte gjennom lydopptakene flere ganger. Det å transkribere ferdig, for så å lytte på ny, gjorde at jeg fikk veldig god oversikt og kjennskap til datamaterialet.

3.6.2 Fase 2 - Innledende koding

Fase to handler om å starte arbeidet med å kode materialet (Braun og Clarke, 2006, s 88). Her gjelder det å dra nytte av all den jobben som er gjort i fase en, og ta for seg deler fra de skriftlige dataene og finne relevante biter i disse delene, kalt koder. Kodene må så organiseres i et system.

Jeg valgte å bruke markeringstusj på aktuelle koder, slik at det senere var enkelt å lese over kodene for å kunne behandle dem videre.

3.6.3 Fase 3 - Søke etter tema

Fase tre forutsetter at alle data har blitt kodet. Kodene vil være omfattende i antall og vil være hentet ut fra hele datamaterialet (Braun og Clarke, 2006, s. 89). Her vil et viktig arbeid

være å samle koder som sammenfaller og kan kobles sammen til større og mer overordnede temaer. I denne fasen er det anbefalt å bruke visuelle hjelpemidler som skjemaer, lapper som samles i bunker etter temaer som passer sammen, stor tavle med tankekart, eller lapper som kan flyttes på tavla. Det er også mulig å gjøre dette digitalt. Ut ifra hovedtemaet vil det også komme frem tema som ikke passer inn. Disse kan samles inn under en diversemappe eller -bunke. Disse vil kanskje bli forkastet midlertidig eller permanent.

Jeg fant 195 koder. Disse ble lagt inn i et eget dokument hvor alle kodene ble nummerert, forbokstav på kandidat ble skrevet inn, samt sidetall i det aktuelle intervjuet. Dette systematiske arbeidet gjorde at jeg enkelt kunne finne igjen sitatet og koden i teksten ved behov.

3.6.4 Fase 4 - Evaluering av tema

I den fjerde fasen skal forskeren trekke ut de mest relevante temaene som ble identifisert i fase tre (Braun og Clarke, 2006, s. 91). Her er det viktig å sjekke og evaluere om temaene gir mening og har sterk relasjon til hverandre, samtidig som de skiller seg fra andre tema.

I en god arbeidsøkt sammen med veileder ble jeg mer sikker på temaene og underkategoriene. For min egen del var det noe overveldende og ubehagelig over å lage kategorier og undertemaer alene. Veileder var til stor hjelp her. Etter denne felles arbeidsøkten, hvor hovedkategorier og undertemaer var på plass, så ble kodene sortert. Kodene ble deretter klippet ut og systematisert under hovedkategori og undertemaer på store flipover-ark. Dette var en metode som fungerte for meg. Når jeg litt senere i prosessen justerte på noen av kategoriene og temaene, så var det nokså enkelt å flytte på kodene.

3.6.5 Fase 5 - Definere og navngi tema

Fase fem kan starte når forskeren har et godt kart fra fase fire (Braun og Clarke, 2006, s. 92). I denne fasen ser man over temaene nok en gang, og forsøker å lete etter svakheter ved de temaene man har kommet frem til. Dersom man opplever å finne svakheter, går forskeren tilbake til tidligere faser for å endre temaene. Når dette er gjennomført, vil temaene få sitt endelige navn.

Kodene var sortert i hver sine bunker, og tapet opp på store flipover-ark. Det jeg så gjorde, var på ny å lese over innledningen jeg hadde skrevet tidligere, og da særlig punktet om bakgrunn og begrunnelse for valg av tema. Dette ble gjort som en type sikkerhetsjekk for å se at temaene er relevante, og for å knytte analysen opp mot utgangspunktet. Noen justeringer ble gjort også her, som f.eks. å slå sammen to undertemaer.

3.6.6 Fase 6 - Produsere rapport

Den sjettede og siste fasen i analysemodellen til Braun og Clark, er å skrive ut selve rapporten (2006, s. 93). Dette bør gjøres på en måte som er logisk og som ikke repeterer for mye. Rapporten har som mål å vise at funnene har validitet i teori.

Før denne fasen var temaer bestemt, kodene sortert, og prosessen med å skrive ut funnene kunne derfor begynne. Med utgangspunkt i prosessen som har vært med å behandle og systematisere dataene, opplevde jeg selve skriftliggjøringen av funnene som en nokså oversiktlig oppgave.

3.7 Reliabilitet, validitet og overførbarhet

Forskningens kvalitet er knyttet opp til begrepene reliabilitet, validitet og generalisering/overførbarhet (Thagaard, 2018). Opprinnelig var disse begrepene nyttet mest i kvantitativ forskning. De tre begrepene er grundig drøftet og tematisert i faglitteraturen, nettopp fordi de er et viktig utgangspunkt for forskningens kvalitet og nytteverdi, og kan si noe om hvorvidt forskningen er pålitelig og gyldig, og om vurderingene og tolkningene i forskningen også kan gjelde i andre sammenhenger (ibid, s. 19).

3.7.1 Reliabilitet

Reliabilitet og troverdighet handler om forskningens pålitelighet (Thagaard, 2018, s. 19). I kvalitativ forskning handler dette om hvordan vi beskriver den kontakten vi har til felten. Reliabilitet sier noe om de beskrivelsene forskeren har av hvordan dataene utvikles. De erfaringene som gjøres i felten blir beskrevet, og sier noe om hvordan dataene er utviklet (ibid, s. 181). Vi kan styrke reliabiliteten ved å gjøre forskningen gjennomsiktig. Det vil si at

den er transparent, og at forskningsstrategi og analysemetoder er beskrevet trinn for trinn, slik at et utenforstående lett kan vurdere prosessen trinn for trinn (ibid, s. 188). Troverdighet i kvalitativ forskning handler også om forskningsmetoden undersøker det den har til hensikt å undersøke. Vi styrker troverdigheten ved å gå kritisk gjennom analyseprosessen. Det skal finnes dokumentasjon for alle de tolkninger forskeren frembringer (ibid, 2018).

3.7.2 Validitet

I vanlige ordbøker blir begrepet validitet definert og beskrevet ut ifra om noe er sant og riktig. Validitet handler om styrken og gyldigheten i et utsagn. I samfunnsvitenskapene viser validitet til om en metode faktisk kan brukes til å undersøke det den beskriver at den skal undersøke (Kvale og Brinkman, 2015, s 357). Validitet er også basert på om tolkningene forskeren kommer frem til kan bekreftes i andre studier.

I kvalitativ forskning handler validitet om gyldighet av de tolkninger forskeren kommer frem til (Thagaard, 2018). Validiteten styrkes ved at det er mulig å gå kritisk gjennom analyseprosessen. Analysen må derfor være gjort på en transparent og oversiktlig måte. Dette kan for eksempel gjøres ved at en kollega eller medstudent går kritisk gjennom de analyser som er gjort i studien. Validiteten er god når tolkningene er godt begrunnet, og at det finnes dokumentasjon for enhver tolkning av dataene (ibid, s. 193). Validiteten styrkes altså når arbeidet som er gjort er transparent, og de som ønsker å utforske troverdigheten ved arbeidet lett finner frem til prosjektets teoretiske ståsted.

3.7.3 Overførbarhet

Overførbarhet handler om det en forskning kommer frem til i et prosjekt, kan overføres til andre relevante situasjoner. Overførbarhet vil si at den kvalitative studiens resultater vil kunne være relevante i andre sammenhenger og andre problemstillinger. Dersom funnene i studien kan være til hjelp for å forstå andre fenomener, så vil studien være relevant (Johannessen et al, 2021).) Et annet aspekt når det gjelder overførbarhet er om de tolkningene som er gjort vekker gjenklang hos leseren (Thagaard, 2018, s. 182).

3.8 Forskningsetiske betraktninger

Med forskningsetiske aspekter menes det her hvordan det kan oppstå etiske dilemmaer i forskningen og hvordan dette må tas på alvor. Det er ulike etiske dilemmaer å være oppmerksom på. Det er viktig at personene som skal intervjues har gitt samtykke på en formelt riktig måte. Forskeren vil alltid ha et etisk ansvar for å utføre intervjuet på en forsvarlig måte, samt ansvar for hvordan dataene blir brukt og analysert (Thagaard, 2018). Et annet viktig prinsipp er at intervjuer må være spesielt oppmerksom på å være ydmyk og ha respekt for deltakernes privatliv. Deltakeren må også ivaretas slik at hen ikke gir mer private opplysninger enn det som personen er komfortabel med. Det er et viktig premiss at deltakelse i forskning ikke på noen måte kan innebære skade deltakerne. Forskeren skal ikke være konfronterende i intervjuet, men stille spørsmål som deltakeren kan være komfortabel med. Her igjen er prinsippet at deltakeren ikke skal kjenne på ubehag ved å delta (Thagaard, 2018). I boken til Kvale og Brinkmann (2015, s 97) beskrives syv forskningsstadier som handler om etiske problemstillinger. Dette er en god oversikt som kan benyttes for å sikre en etisk forsvarlig intervjuundersøkelse. En viktig kilde til å drive god og etisk forsvarlig forskning er å bruke *Generelle forskningsetiske retningslinjer* (2014) og *Forskningsetikkloven* (2017).

4 Resultater

4.1 Innledning

I dette kapittelet vil jeg presentere analysen, og funnene som er gjort. Ved hjelp av stegene i tematisk analyse (Braun og Clarke, 2006) har jeg identifisert tre hovedfunn, som videre beskrives som hovedtemaer. De tre hovedtemaene har til sammen ti undertemaer.

Undertemaene bidrar til å kategorisere kodene. Hvordan jeg velger å gjengi mine resultater, og hvordan jeg har skrevet ut analysedelen og funnene er på mange måter en subjektiv prosess. I Kvale og Brinkmann (2015) beskrives det at analysedelen vil avhenge av hvordan jeg som forsker ser deltakerne sine beskrivelser. Det er ulike måter å skrive ut funnene på. Det er mulig å bruke sitater for å komme med eksempler som visualiserer funnene, eller ved å sammenfatte svarene i større grad og gjengi funnene med en mer subjektiv fortellerstemme (ibid). For å bevare kontekst vil jeg videre beskrive og oppsummere dataene, samtidig som jeg benytter sitater med koder fra datamaterialet. Ved å gjøre dette arbeidet i tett samarbeid med min veileder unngår jeg at analysedelen blir *for* subjektiv, minsker risikoen for at jeg «går meg vill» i eget datamateriale, eller mister blikk for helheten når jeg kjenner detaljene så godt og dermed blir *for* snever.

Braun og Clarke (2006) poengterer viktigheten av å legge frem resultatene på en konsis, logisk og ikke-repetitiv måte, samtidig som fortellingene i datamaterialet kommer godt frem. Sitatene vil også gjøre at temaene inneholder nok evidens fra data, slik at det framgår at dataene hører til det valgte temaet (ibid). Jeg har valgt å ta med en god del sitater fra informantene, da mange av sitatene poengterer funnene på en levende og konsis måte.

Pseudonymene Bente, Carl, Dina, Espen og Frida brukes når sitater gjengis, se oversikt i kapittel 3.5.3.

Jeg har valgt å gjengi problemstillingen og mine forskningsspørsmål her:

Hvordan bringer familierapeutene med seg sin faglighet inn i egen foreldrerolle?

Videre har jeg utformet to forskningsspørsmål til det sentrale spørsmålet over. Disse er følgende:

- 1) *Hvordan opplever terapeuten at den profesjonelle kunnskap og erfaring hen innehar, griper inn i eget foreldreskap?*
- 2) *Hvilken resonans oppstår i spennet mellom rollene som forelder og familierapeut.*

De tre hovedtemaene i funnene er:

- Fag og kompetanse hånd i hånd
- Forholdet mellom det personlige og profesjonelle
- Resonansklang og identitet

Videre vil de tre hovedtemaene presenteres sammen med alle de aktuelle undertemaene.

4.2 Fag og kompetanse hånd i hånd

Det første hovedtemaet som trer fram i analysen er samhörigheten mellom det terapeuten har tilegnet seg gjennom faget, og den kompetansen hen innehar. Faget blir en integrert del av terapeuten, som helt naturlig kommer til uttrykk i eget liv. Dette skjer ikke uten at det oppstår både ubehag og tvil, men funnene viser at mange føler seg styrket i egen foreldrerolle gjennom å ha mye kunnskap og erfaring. I avsnittene under følger funnene av de data som er gjort.

Til hovedtemaet som har navnet: «Fag og kompetanse hånd i hånd», er det fire undertemaer. Dataene som står frem i dette temaet viser at det ene ikke finnes uten det andre, altså at fag og kompetanse skaper en type helhet. Undertemaene til dette hovedtemaet er følgende.

- Profesjon og foreldreskap.
- Relasjoner og tykkere bånd

- Familieterapi som mulighet og begrensning
- En forskjell som gjør en forskjell

Videre følger resultatene av det som står frem i datamaterialet under de aktuelle undertemaene.

4.2.1 Profesjon og foreldreskap

Informantene beskriver at det å ta med seg jobben hjem i denne sammenhengen stort sett er positivt. Det å få lov til å bruke kunnskapen og erfaringen på en god måte hjemme skaper økt trygghet i foreldrerollen sier informantene. Samtidig er det noen utfordringer her som mange av informantene også trekker frem. Det at «fagpersonen» i dem blir med hjem, og inn i egen foreldrerolle, er et tema alle informantene er opptatt av.

En av informantene sier dette: «Og da bare fikk jeg den dere liksom rett i ansiktet tilbake. Og jeg tenkte bare, ok. Her drar jeg med meg jobben hjem, og liksom jobbkunnskap inn i oppdragelsen av egne barn da» (Dina).

Flere av informantene setter ord på at de i mange sammenhenger blir for «terapeut-aktige» i møtet med barna sine og i foreldrerollen. Dette beskriver de som ubehagelig i en del sammenhenger. De gir eksempler på at det å stille åpne spørsmål jo er fint, men at det også kan bli veldig feil når ungdommen din sitter der og ikke har det noe greit. De beskriver at det kan bli litt kunstig, og skape en type avstand. En av informantene sier det slik om å ta med seg for mye av sin profesjon inn i foreldreskapet:

«Også blir jeg ikke den beste utgaven av en pappa, også blir jeg en sånn psykoterapeut pappa» (Carl). Informantene sine barn og ungdommer har også gitt tilbakemeldinger at de ikke vil ha sånne «terapeut spørsmål». Dette gjelder i hovedsak ungdommene, og ikke de minste barna.

En annen informant bringer frem dette perspektivet når det gjelder hans forhold til fag og profesjon, og forteller om hvordan han har reflektert over det å forsøke å gjøre det som er anbefalt, men samtidig være oppmerksom på at det er mye som er godt nok.

«I bestefall kan man håpe på at man gjør noe som etter teorien anbefales eller tenkes på å være sterkest mulig praksis, og så vil det hjelpe noe. Det er ikke sikkert det fører fram heller på en måte, så må man bare stå i det og håpe på det beste, krysser fingrene og håper på at det er noe som vokser seg til liksom. Og det er også er en litt sånn trøst på et eller annet vis. Det er ganske mye som er godt nok» (Espen).

Alle informantene sier dette er et tema de har vært opptatt helt fra de merket at profesjon, fag og foreldreskap ble knyttet tett sammen. Flere beskriver at det ikke alltid er så lett å skille seg selv og sin faglighet fra hverandre, siden det blir vevd sammen gjennom alle årene i foreldrerollen og yrkesrollen. De sier samtidig at de ofte kan merke når faget og profesjonaliteten griper inn i møtet med egne barn.

Det å ha med seg faget og kompetansen inn i foreldrerollen, er noe flere av informantene har mange tanker om. De snakker også om forventninger til egen foreldrerolle. Flere tar opp at det er vanskelig å ikke være bevisst eget foreldreskap, at man stiller seg selv spørsmål og kanskje mener mer om seg selv som foreldre en gjennomsnittet. Samtlige sier at det er mye bra med dette, samtidig som det også kan bli litt for komplisert og slitsomt i perioder. Flere av informantene tar opp at de kjenner seg enormt takknemlige. Eksempler de kommer med under takknemlighet er at barna er friske, at de har barn som vil gå på skolen, at de er to foreldre, at de har et nettverk og at de generelt kjenner en takknemlighet for at de har det fint sammen med barna sine.

En av informantene gir oss dette perspektivet:

«Så er det jo disse diskusjonene om hvordan skal det være da, altså foreldrerollen: Regler, arbeidsoppgaver og konsekvenser. Jeg har liksom aldri vært der. Og kanskje og kunne tenkt at det er feil da, å kunne sitte og veilede i barnevernet på forutsigbarhet og struktur og bla, bla, bla, også kjenner du at egentlig kjenner du at det ikke er meg da. Så det å få det rommet til å skjønne at foreldre er forskjellig, man må liksom utforske hva er din foreldrestil» (Bente).

Videre om dette, så sier den samme informanten at hun kunne kjenne fra andre foreldre at de nok syntes hun skjemte bort barna ved å ikke stille flere krav og konsekvenser. Hun

merker likevel at hun står stødig i dette valget, noe hun sier er fint å kjenne på, og som hun kanskje ikke ville ha klart uten sin fagbakgrunn.

Flere av informantene beskriver at de nok har høye forventninger til seg selv i egen foreldrerolle, og at de kan merke at partner og nettverk også forventer mye av dem siden de er fagpersoner på dette feltet. De sier samtidig at de forsøker å være raus med seg selv i egen foreldrerolle, da de vet at det de gjør er godt nok, og at de alt i alt synes de gjør en god jobb med barna. Det de tar opp i denne sammenhengen er at de ser veldig godt hva de gjerne skulle ha gjort annerledes i sitt foreldreskap, og særlig da barna var små. Noen av informantene trekker også frem at i de periodene når de selv er slitne eller har det litt dårlig i livet, så erfarer de at de ikke får det til så bra.

Noen av informantene hadde gjort seg tanker om det genuine i foreldreutøvelsen. De hadde en formening om at de i større grad ville ha tatt med seg mere av «ryggmargsrefleksene» om de ikke hadde vært fagpersoner. Dette hadde de gjort i mangel av andre alternativer, sier de. Dette har jo allerede kommet frem i tidligere beskrevne funn, men de var også opptatt av om det kanskje kunne vært verdifullt å ikke være så faglig i egen foreldrerolle. En av informantene sier det slik:

«... kanskje noen av følelsene blir borte på en eller annen måte. Jeg blir litt for opptatt av henne (ungdommen), og det tror jeg kan skje som terapeut også» (Carl).

Videre beskriver han at det kan bli litt for teknisk og terapeutisk når han skal hjelpe barna sine med noe. Selv om dette gjøres med bare gode intensjoner, så kjenner han på en misnøye over å bli så terapeutisk at han eventuelt går glipp av det genuine som han ellers ville har større tilgang til.

4.2.2 Relasjoner og tykkere bånd

Gjennomgående i datamaterialet nevner informantene hvordan kunnskapen og erfaringen fra å jobbe med foreldreveiledning, har en påvirkning på relasjonen til egne barn. Dette er hva en av informantene sier om betydningen det har hatt i forholdet til egne barn:

«Det gjorde definitivt noe med meg som forelder som er godt for ungene» (Carl).

Han beskriver her hvordan han aktivt bruker kunnskapen han har tilegnet seg gjennom fag og kompetanse til å følge opp sine egne barn. Flere av informantene påpeker at båndet til barna nok har blitt styrket som en positiv konsekvens av å jobbe med foreldreveiledning og det å være familieterapeut. En av informantene påpeker at hun nok uansett ville ha forsøkt å jobbe aktivt med egen foreldrerolle uavhengig av fag og yrke. Hun begrunner dette ut fra at hun har med seg en del negative erfaringer fra egen oppvekst. Hun beskriver at en del av de personlige erfaringene hun har med seg, ville hun nok uansett ikke ha ønsket å gi videre i sin omsorgsutøvelse med egne barn. Hun bringer inn perspektivet at mange nok ville ønske å legge ned arbeid på å styrke relasjonene til egne barn uansett, men likevel sier alle informantene at kunnskapen og profesjonell erfaring har hatt en stor betydning så langt i foreldreskapet.

En av informantene sier at fag og kompetanse har hatt en kjempeinnflytelse i relasjonen til egne barn. En annen sier følgende:

«Det er litt godt for meg den påminnelsen om at han gjør så godt han kan, som en grunnleggende tanke jeg har om barn. De vil hvis de kan, den setningen der er jeg glad i. Og litt sånn at jeg får anledning til å holde den så høyt oppe i møte med foreldre og med deres egne barn minner meg på den setningen ovenfor min sønn også, og det hjelper meg til å tenke at det er mitt ansvar å hjelpe den gutten med å innfri de forventningene som jeg stiller til han, at det ikke er noe jeg tenker at han bare skal fikse selv i kraft av å være 6 år. Det må bygges» (Espen).

Dette datamaterialet viser litt av dybden som faget bringer med seg inn i relasjonene, og at det igjen kan påvirke hvordan en terapeut tilstreber å møte barnet sitt. Flere av informantene tror at barna deres merker at de er gode på å møte dem på en sensitiv måte, og at de dermed har fått en bedre relasjon enn hva de ellers ville ha hatt.

4.2.3 Familieterapi som mulighet og begrensning

I dette avsnittet beskrives de funn som handler om de mulighetene familieterapien har gitt informantene i foreldreskapet, men også hvilke begrensninger de har merket seg.

I analysen av data kommer det frem at flere av informantene har reflektert over hvordan det ville være å ikke ha tatt familieterapi-utdanningen, og de har mange tanker om hva slags type forelder de ville ha vært uten denne kunnskapen. Flere av informantene sa at det var litt vanskelig å se for seg hva som var før, og hva som var etter utdanningen og jobberfaringen. Samtidig var de alle tydelige på at utdanningen og erfaringen gjennom jobb hadde gjort at de var mer sensitive og oppmerksomme som foreldre. De brukte aktivt de verktøyene og strategiene de hadde lært seg underveis, noe de mente var en fordel i egen foreldrerolle. Noen trodde de kanskje ville hatt færre bekymringer dersom de hadde valgt et annet yrke, fordi en gjennom jobb blir presentert for mange historier om alt som kan gå galt, og ser hvordan problemer kan vokse seg store. Flere informanter beskrev at de uten denne bakgrunnen, nok hadde handlet mer ut fra en type refleks, og kanskje hadde tatt med seg en del dårlige strategier, som de selv har blitt møtt med i egen oppvekst. En av informantene sier det slik:

“Det er en naturlig prosess, og det tror jeg er godt for meg. Det hadde jeg ikke visst, om jeg ikke hadde tatt familieterapi. Da hadde jeg følt meg avvist og lite respektert, og alle de her ting som hadde skapt konflikt” (Carl).

En annen informant sier det slik:

«... jeg tror jeg hadde vært mer usikker, jeg tror ikke jeg hadde vært så bevisst de strategiene som jeg har med meg fra egen oppvekst og fra barndommen. Jeg tror de hadde fått regjert mer da. Jeg tror kanskje det hadde vært mer sånn typ konsekvenstenkning som: hvis ikke du så... typ pedagogikk da. For det var jo kanskje det jeg kunne da» (Dina).

En annen sier at uten familieterapien så ville det nok vært slik:

“... så jeg hadde ikke vært en like stødig forelder» (Bente)

I dataene kommer det frem at flere av terapeutene synes de har en større bevissthet med seg inn i foreldrerollen, og at dette gir dem flere handlingsalternativer enn hva de ville hatt uten denne fagbakgrunnen. En av terapeutene poengterer at det har vært fint å dra med seg yrket inn i foreldrerollen, men at det også har noen omkostninger. Han poengterer også at man ikke trenger å være familierapeut for å være en god forelder.

Flere av informantene trekker frem at de bruker mye av sin kompetanse i de vanskelige situasjonene med barna. En av informantene kommer med denne uttalelsen på spørsmålet om hvordan det å jobbe med foreldreveiledning har vært et positivt bidrag i eget liv:

«Det tror jeg må bli den tryggheten og den fagkunnskapen. Jeg tenker du unngår en del ting da» Dina.

Flere trekker frem at den erfaringen de har med seg fra jobb og utdanning bidrar til at de kjenner seg mer trygge og stødige i foreldrerollen. De har flere handlingsalternativer, og kan teste ut de gode strategiene på hjemmebane. De gode strategiene omtales ikke kun som teknikker, men mer som en holdning til hvordan man kan skape en god dialog sammen med barna. En annen informant trekker frem dette poenget:

«... også betyr jo ikke det at man ikke står i ting som er vondt og vanskelig, men det blir jo ikke så skummelt. Det blir ikke så farlig» (Bente).

En av informantene omtaler det å ha kunnskapen og erfaringen som; en gave. Hun har kjent på at hun gjennom faget har fått en innsikt, en forståelse og en større ro på det å være forelder. Denne informanten nevner dette flere ganger under intervjuet.

En annen informant sier at: «Jeg har reformulert veldig mye av hva som er god omsorg, og kan «booste» de ut av hjemmet» (Bente; om det å skjemme bort barna med god samvittighet).

Samtlige beskrives det at kompetansen også kan være en byrde i noen sammenhenger. Det å være så bevisst, oppleves av noen som slitsomt og utmattende i perioder. En av informantene sier dette:

«Det har vært en utfordring for meg i mitt foreldreskap, kanskje å finne balansen mellom det. Ja, at man blir litt sånn overveldet selv, for man vil så gjerne romme og sånne ting, også kommer man til et punkt hvor det også kan bli litt mye for meg da» (Frida).

En av de andre informantene synes det kan være dårlig å dra med seg faget hjem, og sier det på denne måten:

«... men det har vært tidspunkter hvor de ikke har trengt meg og mitt jævelige psykologprat. Men hvor de har trengt bare meg som pappa. Og hvor jeg har hatt vanskeligheter med å balansere det» (Carl).

Dataene viser noen av problemene med å dra faget med seg hjem, og samtidig blir det en påminnelse om at foreldreskapet kan være vanskelig for alle av og til, fagperson eller ikke. Dataene tar opp at foreldre flest vil kjenne på feil og mangler uansett bakgrunn og kompetanse. Samtidig viser funnene i dataene at de som er fagpersoner med spisset bakgrunn i foreldreveiledning, lett vil tenke at «dette burde jeg jo klare bedre», for som de også sier, «vi vet faktisk hva vi burde gjøre». Samtlige informanter tok opp dette poenget på ulike måter. Det som veide opp denne negative betraktningen var vissheten om at alle gjør feil, det er godt nok og jeg vet at jeg kan reparere relasjonen når noe har skåret seg. I dette lå det mye håp for mange av informantene, og det viser også hvordan de ivaretar seg selv i den vanskelige balansegangen som de beskriver at foreldrerollen er.

4.2.4 En forskjell som gjør en forskjell

Det systemiske fagfeltet er opptatt av hvordan mønstre kan endres, hvordan de også opprettholdes, og hvordan skape en varig endring. I dette avsnittet sier dataene noe om hvordan informantene opplever det å ha med seg fag og kompetanse inn i foreldrerollen, og hvordan de opplever at det bidrar til å gjøre en forskjell i foreldreskapet som er av betydning for dem.

Samtlige informanter har gjort seg refleksjoner om at det å bli familieterapeut, og det å jobbe med foreldreveiledning har påvirket dem i stor grad, og at kunnskapen de har tilegnet seg har bidratt til å gjøre en betydelig forskjell. En av informantene sier det slik:

«... det er mange ting som jeg kan trigges av med mine barn, og som jeg må jobbe med, og jeg må nok mange ganger ha på litt sånn manuelt gir, fordi det automatiske hos meg er ikke alltid så bra. Hadde jeg ikke visst det jeg vet, så tror jeg ikke jeg hadde fått til det heller, og da tror jeg ikke jeg hadde vært så nær da som jeg er. Så for min del så tenker jeg at det har vært veldig bra da» (Frida).

En annen informant gir et eksempel på hvordan den tilegnede kunnskapen har gjort at han har lagt om kursen, og nå kan velge en annen fremtoning overfor barna:

«... også har jeg jo blitt sint over det, og det har ikke fungert i det hele tatt. Og der er familieterapi opptatt av å ikke gjøre mer av det som ikke fungerer. Og bare å begynne å tenke på at nå har jeg jo blitt sint så mange ganger, og det fungerer jo ikke» (Carl).

Informanten beskriver her hvordan systemisk holdning innvirker på hvordan han kan tenke annerledes om den utfordringen han står i, og på denne måten unngår han å kjenne på avmakt og tilkortkommenhet. Han sier med dette at han må gjøre noe annet som virker, og ikke mer av det som ikke fungerer.

En annen informant sier at det å ha med seg den indre dialogen når ting blir vanskelig i foreldrerollen, får henne til å justere seg og gjør at hun viser mer hensyn og har flere handlingsalternativer. Informanten sier at hun gjorde en oppdagelse når hun begynte på familieterapien som handlet om det å kunne reformulere, og at denne oppdagelsen var utrolig deilig, også med tanke på seg selv i møte med barna sine. En annen sier at den indre kritikeren nok ville tatt mye mer over og klønet det til i møtet med barna.

4.3 Forholdet mellom det personlige og profesjonelle

Det andre hovedtemaet som trer fram i analysen er forholdet mellom det personlige og profesjonelle, og da knyttet opp mot egen foreldrerolle og det relasjonelle i eget liv.

Flere av informantene sier at *alle* foreldre forsøker å gjøre sitt beste, og at det stort sett er godt nok. Videre sier de at uavhengig av om de er fagpersoner eller ikke, så er de likevel private i sin foreldrerolle på den måten at de tar hånd om sine egne barn, er omsorgsgivere og bringer hele seg selv med. Funnene viser videre at de tenker at alle foreldre møter seg

selv i døra noen ganger, og kjenner på egne begrensninger. I denne delen beskrives altså funnene som handler om forholdet mellom det personlige og profesjonelle, og da knyttet opp til egen foreldrerolle. Under dette hovedtemaet er det tre undertemaer. Disse er:

- Kompetanse som en mulighet for endring
- Skomakerens barn, og eget skotøy
- Kunnskap og selvjustis, -når kritikeren banker på

Videre følger resultatene av det som står frem i datamaterialet under de aktuelle undertemaene.

4.3.1 Kompetanse som en mulighet for endring

Det som trer fram i dataene er at samtlige informanter opplever at den kompetansen de har opparbeidet seg, gir mulighet for endring og justering av egen foreldrerolle. Funnene viser at de selv ser mulighetene for hvordan de kan justere seg i møte med barna sine, og dette bidrar med å ivareta en god relasjon til barna.

En av informantene sier dette om forventningene til egne barn:

«... man kan ikke forvente at barn oppfører seg som velregulerte voksne» (Espen).

Informanten utdyper videre at det ikke er barnet det er noe feil med, men at «barn er barn» og de kan ha utbrudd og reaksjoner som utfordrer omgivelsene. Informanten sier at det å ha med seg en slik holdning gjør at han som omsorgsgiver legger mer ansvar på seg selv når barnet får voldsomme følelsesuttrykk i stedet for å skylde på barnet. I dette ligger det mange muligheter for endring, mener han. Flere av informantene tar opp at de har endret seg som foreldre underveis som de har tilegnet seg mer kompetanse, og de ser en tydelig utvikling i en del av det de gjør, eller har sluttet å gjøre. De setter ord på at de tror noe av denne utviklingen mest sannsynlig ville ha skjedd uansett, men forskjellen blir at de helt bevisst har justert seg ut fra den kompetansen og teorigrunnlaget de innehar. En av informantene beskriver det slik:

«Jeg ønsker jo at barna mine skal kunne føle at jeg tåler følelsene deres, så det å ikke være like rask med å avlede eller å dysse ned deres opplevde kriser, det er et sånt eksempel på en ting jeg har som jeg har blitt mer bevisst på, og som jeg har klart å ta tak i, fordi det er noe jeg har et begrep om, som jeg forholder meg til i teorien på et vis» (Espen).

Flere trekker også frem at noe som er en hjelp for de når ting har blitt vanskelig i samspillet og kommunikasjonen, er muligheten de har til å reparere. Når de snakker om å reparere, så er dette et begrep de har tatt ut fra kurset om trygghetssirkelen (COS-P). Det betyr at brudd i kommunikasjon kan repareres, og at det er den voksne som har ansvaret i disse bruddene.

4.3.2 Skomakerens barn, og eget skotøy

I dette undertemaet så vises det til at «skomakeren» er en metafor på det å være forelder med terapeut-bakgrunn, og «eget skotøy» handler om eget liv og egne barn». Funnene som trer fram under dette temaet viser at flere av terapeutene som ble intervjuet har erfart at deres egne barn ikke bare nyter godt av at foreldrene er fagpersoner. Flere av informantene har fått kritiske tilbakemeldinger fra egne barn i en del situasjoner. Dette er eksempel hentet ut fra situasjoner foreldrene beskriver, så hva barna egentlig mener om dette, har ikke denne studien belegg for å si noe samlet om. Funnene sier imidlertid at det ikke bare er lett å være både fagperson og forelder, og at det noen ganger er vanskelig å håndtere egne barn, til tross for all kunnskap og erfaring. En av informantene har gjort seg denne refleksjonen:

«... man blir så opptatt av å snakke om problemer, slik at ungdommen blir litt borte. At det er angsten som er viktig, ikke ungdommen. Og sånn tror jeg det kan være litt for barna mine» (Carl)

Videre gir den samme informanten et eksempel fra en samtale med sin datter:

«... Har du det bra (far)? Å, herregud pappa, ja, ja jeg har det bra, du maser og maser(datter). Også tenker jeg (far); at min masing det er det som gjør det verre. Altså det er det som skaper problemet til slutt Jeg har gått fra å være pappa til en fagperson nærmest, uten at barna mine ville ha satt de ordene på meg» (Carl).

Samtidig så har flere av barna kommet med positive kommentarer til foreldrene i denne studien, noe som bekrefter en type positiv endring. Ett av barna har for eksempel kommentert at:

«Pappa, du har jo sluttet å rope til meg» (Carl).

En annen informant sier at det er mye lettere å jobbe med andres barn enn med egne barn, og at egen foreldrerolle er kompleks. Likevel sier hun at hun synes det går ganske bra, alt i alt.

En av informantene mener hun kanskje ville ha vært mer regulert med egne barn dersom hun hadde jobbet med noe helt annet. Hun har kjent på at hun er litt mett av å skulle være en type omsorgsperson både på jobb og hjemme, og i tillegg så er tematikken på jobb at hun jobber med å styrke andre foreldres ferdigheter. Hun tror det rett og slett kan bli litt for mye søkelys på dette, og at hodet aldri får helt fri fra å evaluere seg selv i møtet med egne barn (Frida).

4.3.3 Kunnskap og selvjustis, -når kritikeren banker på

Temaer som skyld, skam og bebreidelse trer frem under dette temaet. Ved at informantene har med seg fagkunnskap og kompetanse inn i foreldreskapet, innser de at de gjerne kunne gjort ting annerledes når de ser tilbake på tiden når barna var små. Dette gjelder spesielt informantene med de eldste barna. Den ene informanten kan se tilbake på noen av valgene han har gjort da barna var små, og sier dette:

«... sa jeg det, gjorde jeg det, var jeg der, og herlighet det der var ikke bra liksom. Nei, men det går jo bra likevel liksom. Men det å komme tilbake da, og gjøre de refleksjonene da. Jeg hadde kanskje ikke tatt de valgene i dag» (Carl).

En av informantene sier det slik:

«Jeg tror nok at det gjelder nok ikke bare i etterkant av familieterapiutdanningen, men også på en måte i det yrket man er i. Så tror jeg nok for min del at jeg stiller høye krav til det å være en god mamma, eller ta gode valg, eller passe på at de har det bra til enhver tid, så jeg

tror nok det kan ha påvirket meg litt sånn dårlig i forhold til at jeg blir veldig selvransakende, og kan få litt fort dårlig samvittighet» (Frida).

Funnene viser at informanten lett får dårlig samvittighet, og at selvkritikken kan bli sterk. Likevel viser analysen av dataene at ingen ville ha vært kompetansen foruten. Funnene viser imidlertid at dette er noe av det mer såre som kommer frem i intervjuene, at de kan føle på skyld, skam og bebreidelse for at de ikke er gode nok i foreldrerollen, eller at de ser tilbake på ting de ville gjort annerledes i dag. Temaet om at de «*burde vite bedre*» er også noe flere av dem tar opp, og som de kjenner kan være tyngende.

4.4 Resonansklang og identitet

Det tredje hovedfunnet som står frem er hvilken resonans det gir å jobbe med foreldreveiledning over tid, og hvordan dette griper inn i egen identitet. Under dette hovedfunnet er det tre undertemaer. Disse er:

- Haimusikk
- Den narrative reisen som terapeut, menneske og forelder
- Diskurs og resonansklang

Videre følger resultatene av det som står frem i datamaterialet under de aktuelle undertemaene.

4.4.1 Haimusikk

Haimusikk er et begrep som er hentet ut fra COS-P foreldreveiledningskurset. Det kalles for kurs i trygghetssirkelen på norsk. Begrepet haimusikk refererer til det som oppstår når egne følelser kommer i veien, og som gjerne hindrer foreldre i å møte barna på deres følelsesuttrykk. Omsorgspersoner kan selv bli fylt med ubehag og stress når barn har sterke følelsesuttrykk, eller de gjør ting som stresser omsorgsgiverne. Da kan den voksne ende opp med å ha mer enn nok med seg selv, og barnet blir da ikke møtt på en hensiktsmessig måte.

Funnene viser at flere av informantene tar opp at COS-P kurset har vært et vendepunkt for dem i egen foreldrerolle. Det å kunne se på seg selv i et metaperspektiv og merke at egne følelser står i veien for å møte barnet på en sensitiv og hensiktsmessig måte, har vært av stor betydning for flere av informantene. Dette er både fordi de kan forstå seg selv bedre i eget samspill med barna, og fordi de klarer å registrere ubehaget de kjenner på, altså haimusikken. Haimusikken er ikke en reell fare. Den er bare følelser. Flere av informantene beskriver at de klarer å velge en annen fremtoning overfor barnet sitt når de oppdager at egne følelser står i veien. Ved å registrere sitt eget stress og ubehag klarer de i større grad å justere seg etter barnets behov, og blir da en mer hjelpsom forelder. Her er et eksempel på de nevnte funn som er beskrevet:

«... det å ha litt vanskeligheter med å forholde meg til mitt eget ubehag i ulike situasjoner, at det innvirket på hvordan jeg evnet å trøste og romme følelsene til sønnen min, det ble tydelig for meg at det var noe jeg måtte jobbe med» (Frida).

En annen informant sier det slik:

«Men så klarte jeg liksom, nettopp for at jeg hadde fått med meg alle disse her, klarte jeg liksom å tenke; nei, nå må jeg roe meg, nå kommer haimusikken fra COS-P» (Carl).

Informanten snakker her om hvordan han registrerer sin egen prosess i det som skjer, og bruker begrepet haimusikk til å hente seg inn og roe seg ned, noe han videre beskriver har en positiv innvirkning på kommunikasjonen med barna. Her ser vi også hvordan et fagbegrep blir innlemmet i den indre dialogen, og hvordan det blir til hjelp i samspillet med barna.

4.4.2 Den narrative reisen som terapeut, menneske og forelder

Det å inneha erfaring og fagkunnskap om foreldrerollen og hva barn trenger, er noe alle informantene sier har blitt en del av dem. I det følgende avsnittet beskrives de data som er knyttet opp mot hvordan informantene opplever at profesjonskunnskapen preger dem som mennesker, i terapeutrollen og i foreldrerollen.

Funnene som trer frem viser at det er som en type reise og utviklingsprosess, hvor informantene parallelt har registrert de endringene som har funnet sted i dem selv. En av

informantene sier at man kan jo bli litt miljøskadet av all erfaringen, og i dette legger at han at fagkunnskapen kanskje kan bli litt for dominerende. En annen informant trekker frem viktigheten av å være oppmerksom på at terapeuter kan utsettes for en type sekundærtraumatisering, og at det kan tære på å stadig høre og være vitne til mange svært vanskelige historier og menneskemøter. En annen sier dette: Jeg sikkert hadde blitt en like bekymret forelder uansett, men jeg hadde kanskje hengt det på en annen knagg. Med dette mener han at han kanskje ville ha begrunnet det på en annen måte, og funnet andre forklaringer. En annen informant sier dette:

«... og fått litt annet blikk på meg selv, og forståelse for hvorfor jeg har hatt de tingene med meg inn i foreldreskapet som jeg har hatt da, systemisk tenkning ikke sant; det er jeg som blir sint, det er mitt sinne» (Carl).

Å kunne finne balansen mellom krav og forståelse, er det en annen av informantene som tar opp. Hun ser på seg selv som en som ivaretar barna sine følelsesuttrykk, men er usikker på om det kan bli litt for mye forståelse, og hun leter etter en balanse her som hun ikke helt har funnet enda. Hun sier også dette:

«... at man endrer jo nesten litt personlighet når man har vært gjennom denne utdanningen. For man begynner å tenke på ting på en litt annen måte» (Frida).

Hun beskriver her en type skifte i tenkesett, og hvordan hun går frem, noe som selvfølgelig kan ha innvirkning på henne selv og dem rundt henne.

En annen informant sier det slik:

«Det går en kule varmt hjemme hos oss også, og det er absolutt ikke terapeutisk hele tiden. Og det tenker jeg er litt viktig da. Det å kunne være mamma på hjemmebane og ikke skulle være hjelper liksom. Det blir en del av hvem du er. Så jeg tenker det henger godt sammen liksom» (Dina).

Informanten trekker frem hvordan hun famler litt i det å skulle være både fagperson og ikke være fagperson, på samme tid i eget hjem. Hun beskriver videre:

«Jeg skal ikke være en hjelper hjemme, samtidig som alt henger godt sammen og kompetansen har blitt en del av deg selv» (Dina).

4.4.3 Diskurs og resonansklang

Informantene påpeker at mange foreldre er opptatt av egen foreldrerolle, og ønsker å justere seg ut fra de generelle rådene og hva som er faglige retningsgivende. Hvis dette gjelder alle foreldre, kan vi da si at det er noe annet for terapeuter som jobber med foreldreveiledning? Ja, mener informantene. Grunnen til dette mener de er at de blir en type ekspert, og at de leder an i diskursen om hva en god forelder er. Flere av informantene føler seg som en representant for hva som er greit å si og gjøre i foreldrerollen. Samtidig er informantene opptatt av at de ikke skal ha, eller vil ha, en ekspertrolle på jobb eller hjemmebane. Samtidig med dette så er det et faktum at de har høy kompetanse på dette feltet, og de jobber med aktuell tematikk hver dag; å veilede foreldre til å bli stødigere i foreldrerollen.

En av informantene kommer med denne refleksjonen om foreldrerollen og resonans:

«... ja, også er jeg jo pappa selv da, så det er jo liksom det å forstå egen rolle som profesjonell når man jobber med familier og barn i endringsarbeid med familier og med foreldre. Plutselig får du noen nye perspektiver i det å være forelder midt i det hele. Det har også utvidet perspektivene vil jeg si. Det er et før og et etter opplever jeg» (Carl).

En annen informant sier dette:

«Jeg er oppmerksom på at jeg lett kan overidentifisere, og tro at man vet hvordan en klient har det. Dette jobber jeg aktivt med å registrere, og det oppstår gjerne når en av de jeg følger opp forteller om en situasjon som ligner noe jeg selv har opplevd» (Dina).

Hun beskriver det som om resonansen på et vis kan bli for sterk, og hun må ta grep for å klare å skille egne oppfatninger i fra hva klienten faktisk forteller.

Når det gjelder resonans så beskriver alle informantene at de kan sitte i samtaler med familier og kjenne seg igjen i historier som foreldre forteller. De sier de kan bli grepet av hva

et barn eller ungdom formidler. De beskriver at de går lett inn tankerekker hvor deres egne barn og historier dukker opp. Noen av informantene kan ta seg selv i å smile litt når foreldre bringer frem et eksempel, siden det er så gjenkjennbart. En av informantene, som har noen av de yngste barna i denne studien, sier at det egentlig er for krevende å jobbe med familier hvor barna er i tilsvarende alder som sine egne. Hun kan kjenne at det blir litt for nært når hun sitter i samtale, og hun kan kjenne det samme når hun så kommer hjem til barna sine. Hun sier det ikke er noe godt for henne siden hun sammenlikner, og kan kjenne seg litt for sårbar. Når hun møter et barn i samme alder som et av sine egne barn, føler hun at det kommer for tett på eget liv, og veilederoppgaven blir mer utfordrende.

En av informantene som holder foreldrekurs, sier dette om hvordan han kjenner på en resonans i denne arbeidsoppgaven:

«... men da merker jeg veldig godt at jeg kan bli sånn selvransakende og få litt dårlig samvittighet og føle meg litt sånn *fake*, for jeg har jo gjort veldig mye av de samme feilgrep som jeg står og forteller folk at de skal være oppmerksomme på, og slutte med på en måte» (Carl).

Dette funnet beskriver den resonansen som kan oppstå i en veiledingssituasjon med foreldre, og hvor egen person og foreldrerolle blir aktuell gjennom at det skapes resonans i den tematikken det veiledes på.

5 Drøfting

5.1 Innledning

I denne delen av oppgaven vil jeg drøfte funnene som er gjort i analysen opp mot forskningsspørsmålene og teorien som er redegjort for i teorikapittelet.

Overskriftene i drøftingen er de samme som hovedtemaene i analysen. Dette valget er tatt for å gjøre oppgaven mest mulig oversiktlig, og fordi temaene gjenspeiler problemstillingen og forskningsspørsmålet i oppgaven. Alle undertemaene fra analysen er ikke gjengitt ordrett, men innholdsmessig kommer det som er mest relevant frem i drøftingen. Mange av temaene og funnene handler om terapeutrollen og egen foreldrerolle. Derfor vil noen av temaene som drøftes kunne passet inn flere steder. Også i drøftingsdelen er det jeg som forsker som gjør subjektive vurderinger og valg.

Selv om funnene i oppgaven er hentet ut fra enkeltindivider så kan disse beskrivelsene og erfaringene kunne ses i større perspektiv og sammenheng. I et systemisk teoretisk perspektiv vil den enkeltes uttalelser si noe om et større perspektiv, da alt henger sammen og alt står i forhold til hverandre (Ølgaard, 2004, s. 51-52). Et eksempel på en individuell uttalelse som også er generell og står i forhold til en helhet, er en bekrivelse av å oppleve seg som en ettergivende forelder, da dette står i forhold til det andre ytterpunktet som er å oppfatte seg som en for streng og autoritær forelder.

5.2 Fag og kompetanse hånd i hånd

Denne delen vil ta utgangspunkt i de funnene som er gjort som er knyttet opp mot den samhörigheten terapeuten har tilegnet seg gjennom faget, og den kompetansen hen innehar. Drøftingen vil ta opp hvordan faget har blitt en integrert del av terapeuten, og hvor dette ikke skjer uten glede, ubehag og tvil.

5.2.1 Profesjon og foreldreskap

Det som står fram i funnene er at foreldrerollen er i stadig utvikling hos samtlige av de terapeuter som deltar studien. Informantene opplever det som en evig prosess, det med å være bevisst sine egne valg i hvordan de utøver foreldrerollen. De trekker også frem hvordan de kan se tilbake på sitt tidlige foreldreskap og ha mange refleksjoner rundt hvordan de har utviklet seg som forelder. Dette gjelder spesielt de informantene med de eldste barna i studien. Alle informantene beskriver at det å ta med seg jobben hjem stort sett positivt, men at det også har noen omkostninger. Det å bli for terapeutaktig i foreldrerollen er det flere som tar opp som mer negativt. Per Isdal (2017, s.31) forteller om hvordan han på psykologistudiet lærte at han ikke skulle ta med jobben hjem. Dette var et prinsipp og et råd som stod sterkt, men som han fort merket at var umulig å etterfølge. Han følte seg derfor mislykket siden han ikke klarte å følge dette rådet. Hans påstand (ibid) er at det er umulig å ikke ta med seg jobben hjem. Han mener at det folk i hjelperroller heller burde lære er: Du kommer til å ta med deg jobben hjem. Isdal (2017) er opptatt av hvordan hjelperrollen kan bli en belastning, men han er også nysgjerrig på hvordan det ville ha vært om han i sin utdanning hadde lært mer om hvordan han kunne ta med seg jobben hjem og hvordan jobben vil ha innvirkninger på hans private relasjoner.

Terapeutene beskriver at å ta med seg faget inn i foreldrerollen og privatlivet, bringer inn nye verktøy og muligheter, og flere av dem kommer inn på fenomenet håp. De håper og ønsker at kunnskapen og erfaringen de innehar kan bidra til at de får til å møte egne barn på en god måte. Med dette menes det at foreldrene klarer å ivareta barna sine emosjonelle behov, samt å ivareta barnets behov for å få støtte i sin utvikling og utforskning (Brandtzæg et al., 2013). Det er mange måter å forklare hva god ivaretagelse av barn er. I denne studien er det blant annet brukt elementer fra tilknytningsteorien som et utgangspunkt. Mange av informantene bringer opp elementene fra foreldreveiledningskurset, COS-P (Circle of Security). Dette kurset er basert på tilknytningsteori. Noen av informantene beskriver at denne helt spesifikke kompetansen og erfaringen har blitt en viktig del i deres eget foreldreskap. Noen av informantene opplever det som ubehagelig at de både kan tenke og handle ut fra faglige retningslinjer i sitt eget foreldreskap. Det å gjøre det som er anbefalt og samtidig huske på at det er mye som er godt nok, er også et aktuelt tema i det informantene

tar opp. Det at de kan så mye om hva som er godt nok, gjør det noen ganger litt lettere å feile, men de sier også at det å feile kan utløse mye tvil og selvkritikk. Dette punktet kommer vi tilbake til senere i drøftingen.

Foreldreveiledning og styrking av foreldrerollen er i dag sett på som en viktig faktor for å bidra til å styrke barns oppvekstvilkår, og som en investering i det å unngå psykisk uhelse (Bråten og Sønsterudbråten, 2016). Alle de evidensbaserte foreldreveiledningsprogrammene har som formål å styrke relasjonene mellom barn og foreldre (ibid). Dette fokuset, den erfaringen og kunnskapen, som terapeutene har med seg inn i jobben, sier de også kommer frem i hverdagen sammen med egne barn. En stor del av arbeidsoppgavene består i å jobbe for at foreldre skal bli mer trygge, stabile og robuste i rollen som forelder og omsorgsgiver. Dette innebærer å følge opp egne barn med god ledelse og en ivaretagende holdning.

Flere av informantene har kjent at de tar med seg dette hjem og inn i eget foreldreskap. En informant beskriver det er som en gave å kunne så mye, og at det er mye positivt i det. Samtidig beskriver de hvordan denne profesjonelle erfaringen blander seg inn i eget liv. De kan gjerne merke når faget og profesjonaliteten griper inn i møtet med egne barn. Informantene tar opp at foreldrerollen generelt byr på utfordringer, og det å ha mye kunnskap og tilgang til flere verktøy beskrives som en god hjelp. Samtidig kjenner flere av dem på at deres kunnskap og erfaring noen ganger skaper større avstand til egne barn. Dette kan oppstå dersom de får konkrete tilbakemeldinger fra sine barn, eller når de selv registrerer at de bruker fagkunnskapen. I faglitteraturen ser vi at James Guy (1987) beskriver ulike sider ved det å være terapeut. Et av de aspektene han tar opp er når terapeuten ikke legger bort sin tillærte fortolknerolle, og dette gjør at hen setter seg på utsiden av relasjonen og situasjonen. Den profesjonelle rollen med å fortolke, kan i denne sammenhengen innebære en søken etter skjulte meninger og motiver i det som blir fortalt. Dette kan igjen gjøre at terapeuten setter seg på utsiden av sine private relasjoner (ibid). Et eksempel på dette er når en av informantene beskriver at han benytter seg av åpne spørsmål når han merker at ungdommen hans ikke har det noe greit, og det kjennes for terapeutaktig ut.

5.2.2 En forskjell som skaper en forskjell

Funnene som trer frem her handler om hvordan terapeuten opplever at egen erfaring og kunnskap tilfører noe i egen foreldrerolle. Informantene opplever at det utgjør en forskjell som er av betydning i eget foreldreskap. De beskriver hvordan deres systemiske holdning ofte er tilstedeværende i eget liv og foreldreskap. Dette avsnittet vil handle om hvordan kunnskap og erfaring utgjør en «forskjell som skaper en forskjell», og det vil ta opp hvordan det å være familierapeut bringer med seg muligheter og begrensninger i eget liv.

En av de sentrale begrepene i Gregory Batesons teorier er kommunikasjon (Jensen og Ulleberg, 2019, s.93). Bateson kaller informasjon for «en forskjell som skaper en forskjell» (Bateson, 2005, s 445). Informasjon blir først relevant når den bygger på en sammenligning mellom to eller flere gjenstander, fenomener eller erfaringer (Jensen og Ulleberg, 2019, s 98). Konteksten vil bidra til hva som fremtrer som informasjon for oss. Hva vi oppfatter som informasjon vil avhenge av den som tolker situasjonen. Vår forforståelse og våre erfaringer utgjør vår kontekstforståelse. Dette vil fremme hva som er informasjon for en person, mens en annen vil oppfatte noe helt annet i den samme situasjonen (ibid, s. 99)

En av informantene i studien sier det slik:

«... det er mange ting som jeg kan trigges av med mine barn, og som jeg må jobbe med, og jeg må nok mange ganger ha på litt sånn manuelt gir, fordi det automatiske hos meg ikke alltid er så bra. Hadde jeg ikke visst det jeg vet, så tror jeg ikke jeg hadde fått til det heller, og da tror jeg ikke jeg hadde vært så nær da som jeg er. Så for min del så tenker jeg det har vært veldig bra da» (Frida).

Informanten viser her et eksempel på at det hun har tilegnet seg gjennom faget og erfaringen, utgjør en forskjell på hvordan hun velger å tolke en situasjon, og hvordan samhandlingen blir. Dersom hennes tolkning av informasjonen her hadde bunnet ut i at barnet var frekt, i stedet for å oppdage at det var redd, så ville det mest sannsynlig utløst en annen respons, og en annen forståelse for barnets tilstand.

I det systemiske fagfeltet er begrepene endring og forandring sentrale. En førsteordens forandring er en forandring som passer inn i den oppfattelsen en familie har om seg selv

(Jensen og Ulleberg, 2019, s. 188). En annen ordens forandring er når forandringen innebærer at vi må utvide eller forandre vår forståelsesramme (ibid, s. 189). En annenordens forandring vil gjerne inneholde nye ideer eller en ny forståelse. Det informantene i denne studien trekker frem er hvordan deres erfaring og kunnskap gjennom fag og praksis har gjort at de opplever en annenordens forandring når det gjelder deres egen foreldrerolle. En av informantene beskriver det slik:

«... også har jeg jo blitt sint over det, og det har jo ikke fungert i det hele tatt. Og der er familierapi opptatt av å ikke gjøre mer av det som ikke fungerer. Og bare å begynne å tenke på at nå har jeg jo blitt sint så mange ganger, og det fungerer jo ikke» (Carl).

Denne informanten beskriver en forandring som har sprunget ut av det han har lært og erfart gjennom faget, og som innebærer en annenordens forandring i han selv når det gjelder eget sinne. Dette vil igjen ha ringvirkninger i samspillet med barna, da vi vet noe om at sinne ikke er det som skal til for å få til en god kommunikasjon med barna.

Som nevnt beskriver en del faglitteratur det å bruke seg selv inn i hjelperrollen som noe positivt, men det er færre beskrivelser av hvordan denne fagligheten påvirker de private relasjonene til terapeuten, for eksempel i forholdet til egne barn. Det informantene trekker frem er hvordan den profesjonelle kunnskapen og erfaringen griper inn i det private livet, og at det bidrar til en endret forståelsesramme.

Det er også aktuelt i denne sammenhengen å se på begrepet paradigme.

«Hvis du bare ønsker mindre endringer, kan du arbeide med din adferd. Hvis du derimot ønsker gjennomgripende endringer, bør du arbeide med dine paradigmer» (Stephen R. Covey, i Valla, 2014).

Hvis vi klarer å endre våre paradigmer, så vil vi bevege oss fra en måte å se verden på til en annen. Endringene kan skje øyeblikkelig, eller gjennom en prosess. En type paradigmeskifte vil si at vi har skapt en gjennomgripende endring (Valla, 2014, s 153). Når en av informantene beskriver at det er et før og etter familierapien i måten å tenke og handle på, så kan dette beskrives som et paradigmeskifte i egen foreldrerolle. Et slikt paradigmeskifte i måten å utøve foreldrerollen på, kan derfor bidra til å skape en trygghet.

Alle informantene i denne studien har en oppfatning av at studiet har vært med på å bidra positivt i relasjonen de har til sine barn. Samtidig er de opptatt av at den endringen som har funnet sted ikke kan isoleres på noen måte, at det er vanskelig å vite noe helt sikkert om dette. De sier at de selv ikke helt vet hvordan de hadde vært uten denne kunnskapen og erfaringen. Det som likevel står klart frem i funnene, er at de mener profesjonskunnskapen har hatt stor betydning for dem i å styrke eget foreldreskap, og den har gitt rom for nye fortolkningsrammer og forståelse.

Det var ingen av terapeutene som beskrev at de hadde opplevd noen type kriser i egen foreldrerolle, men de beskrev at de var usikre på hvordan de ville håndtere en del situasjoner om de ikke hadde hatt med seg sin erfaring og kunnskap. De så her for seg at de ville ha vært mer rigide og hatt mer konsekvenstenkning med seg, noe de ser ville kunne vært til hinder for en god relasjon. Kanskje er det slik at det har virket kriseforebyggende å ha med seg en systemisk holdning, kunnskap og erfaring i egen foreldrerolle.

Disse funnene kan være av betydning for hvordan familierapeuter skal kunne forstå hva det kan innebære å ha et yrke som kontinuerlig tar turen innom eget liv. Vekslingen mellom jobb og privatliv blir en del av det som kan forventes. For fagfeltet kan det være viktig å tematisere og nyansere dette mer enn hva som er gjort til nå, for eksempel ved å løfte frem egen foreldrerolle.

Mye av det som har blitt omtalt og forsket på til nå er hvordan fagligheten påvirker de private relasjonene, og da gjerne par-relasjonen. I foreldrerollen er vi kanskje enda mer personlige enn i et parforhold, så derfor blir det viktig å løfte frem denne rollen i større grad. Relasjonen terapeuten har til partner kan ta slutt ved at det blir et brudd, noe som er forskjellig fra foreldrerollen. Det selvfølgelig ved å være forelder er at foreldre er man livet ut, selv om omsorgsbehovet avtar når barna vokser opp. Foreldrerollen bringer frem egen oppvekst, og det gjør at foreldre kan bli sårbare når de selv skal i gang med eget foreldreskap. Mange føler seg usikre og sårbare i egen foreldrerolle, og noe av det terapeutene i denne studien sier er at foreldrerollen fort blir en miks av mye forskjellig.

Kunnskapen og erfaringen som terapeutene har tilgang til, og som integreres i dem som mennesker, vil prege noen av de valgene de tar i egen foreldreutøvelse. Funnene i dette

studiet viser at terapeutene erkjenner at kunnskap og erfaring har hatt en stor betydning for dem, og at det vil fortsette å ha betydning i foreldreskapet deres fremover.

5.3 Forholdet mellom det personlige og profesjonelle

Et hovedtema som står frem i resultatene i studien, er forholdet mellom det personlige og profesjonelle knyttet opp mot egen foreldrerolle. I denne delen drøftes det hvordan kunnskap og erfaring terapeuten har opparbeidet seg, griper inn i foreldrerollen. Videre drøftes det hvilke muligheter som overføres til eget liv gjennom å ha med seg fagbakgrunnen.

Kunnskap og erfaring kan bidra til at terapeuten bedre forstår egne relasjonelle utfordringer (Lorås og Ness, 2019, s77).

5.3.1 Kompetanse som mulighet for endring

Det å være profesjonell brukes for å omtale at bestemte handlinger skjer som yrkesutøvelse, og sier noe om den kvaliteten handlingene har (Skau, s 45, 2017). I arbeidet med mennesker i en profesjonell hjelperrolle, vil det å være profesjonell ikke stå i motsetning til det å være personlig (ibid). Noen væremåter hører til i den private sfære, og andre i det offentlige. Med offentlig menes her en profesjonell hjelperrolle-kontekst. Mye av faglitteraturen innenfor det systemiske fagfeltet verdsetter det at terapeuten byr på seg selv og er personlig, men ikke at terapeuten private liv regjerer. Kvaliteten i den hjelpen som blir gitt er ofte avhengig av en god allianse og en god relasjon. For å få til dette må terapeuter gjerne by litt på seg selv, og være personlige (ibid). Den rådende profesjonelle etikken bygger på prinsippet om at klient og hjelper ikke har et likeverdig forhold fordi det er en rollefordeling som definerer en type ulikhet. Samtidig utfordres den profesjonelle på å tilstrebe å ha en mest mulig likeverds orientert relasjon med sine klienter (ibid, s. 49).

Det denne studien kommer inn på, og det funnene viser, er hvordan de mer profesjonelle prinsippene får ta plass inn i den private sfære, både bevisst og ubevisst. Når en av informantene bringer frem eksempler på tilgjengelige verktøy, så er denne betegnelsen knyttet opp mot at terapeuten er en type instrument. Ved at vi betegner oss selv som

instrumenter som bruker verktøy, så bruker vi språket fra den teknologiske kulturens begrepsapparat. Skau (2017) mener vi bør være forsiktig med å bruke termer som fjerner seg fra det relasjonelle. Noen av informantene bringer frem dette perspektivet i møtet med egne barn. De trekker frem at de selv er en type instrument, og at de bruker ulike verktøy når de skal hjelpe egne barn som står i noe vanskelig. Slik det fremstår av funnene er det også her noe av tvilen og usikkerheten kommer inn. Selv om flertallet av informantene trekker frem at de med all sin erfaring og kompetanse generelt sett føler seg tryggere i foreldrerollen enn hva de ville ha gjort uten sin fagbakgrunn, så kjenner de også på at det kan skape en avstand og et kunstig skille.

En av informantene sier det slik:

«... Kanskje noen av følelsene blir borte på en eller annen måte. Jeg blir litt for opptatt av henne (ungdommen), og det tror jeg kan skje som terapeut også» (Carl).

Informanten beskriver hvordan han kan bli for teknisk og terapeutisk når han skal hjelpe barna med noe, og at dette kan skape en avstand. Han kjenner da også på misnøye over seg selv, over at han blir så opptatt av det faglige perspektivet. Det informantene trekker frem som positivt, er totalbildet av hvordan de selv står i egen foreldrerolle etter å ha tilegnet seg kunnskap og erfaring.

Det funnene i studien viser er hvordan faget familieterapi og den systemiske tenkningen er et stort bidrag inn i den enkelte terapeut sitt liv, og noe som har innvirkning på terapeutens private relasjoner. De private relasjonene i denne studien handler mest om egne barn. Det å ha tilgang til kunnskap som kan styrke egen foreldrerolle, viser funnene at er positivt. Det vi videre kan forstå av dette er likevel at familieterapeuter kan kjenne på en tvil knyttet opp mot det å la profesjonelle prinsipper få ta for stor plass på hjemmebane. Det å hente frem den profesjonelle rollen hjemme i møte med egne barn, kan innebære at forelderen feiler på det de egentlig ønsker, å tone seg inn på barnets emosjonelle tilstand.

5.3.2 Kunnskap og selvjustis, - når kritikeren banker på

Det som står frem i funnene i studien, er at det dukker opp en tvil hos informantene fordi kunnskap og erfaring også kan være slitsomt å ha med seg inn i foreldreskapet. De stiller seg kritiske til hvordan det er for barna at de tar med seg faget hjem og inn i relasjonene. Flere av informantene trekker frem at de synes det er slitsomt med mye kunnskap og selvinnsikt, fordi dette fører til en negativ indre dialog til tider.

“Ethvert møte mennesker imellom foregår et sted i spennet mellom det betydningsløse og det betydningsfulle. Ingen kan avgjøre alene hvor i dette spennet et møte skal finne sted, eller hvilke øvrige kvaliteter en relasjon skal anta. Det gjelder både i private møter og i samspill som yrkesutøvelse. Men vi kan alltid velge hvor vi vil sikte oss inn – og så prøve å gjøre det som skal til for å komme dit» (Skau, 2017, s 32).

Skaug beskriver her spennet mellom det vi ønsker å få til, og hva utfallet kan bli i et menneskemøte. Ut fra funnene, og hva informantene i denne studien tar opp, så ser det ut som om de er svært opptatt av å sikte seg inn mot et godt samspill og gode møter med egne barn. Som informantene også poengterer, så gjelder nok dette generelt for de fleste foreldre. Informantene ønsker å være nære, varme foreldre, og å evne forstå barnas behov og signaler. Det å ønske seg dette, og det å nå målet, er to ulike sider av samme sak.

Informantene sier i denne studien at det å bruke sin yrkeserfaring og kompetanse, kan resultere i både suksess og fiasko. Dette er nokså kraftige uttrykk, men slik de uttrykker seg så kjenner de på gode følelser og mestring når de får til å møte barna sine på en god måte, og i den andre enden, så kjenner de på utilstrekkelighet, skam og emosjonell uro når de ikke får det til. En av informantene sier det slik:

«... man blir så opptatt av å snakke om problemer, slik at ungdommen blir litt borte. At det er angsten som er viktig, ikke ungdommen. Og sånn tror jeg det kan være litt for barna mine (Carl).

Den samme informanten beskriver et ubehag i det å ta en faglig rolle i møtet med egne barn, og at dette ikke har vært positivt i en del situasjoner da han heller opplever at det har skapt en avstand. En av de andre informantene nevner at hun kanskje ville ha vært mer regulert i

forholdet til sine egne barn, om hun hadde jobbet med noe helt annet. Hun beskriver at det i oppgavene på jobb blir mye søkelys på hvordan være omsorgsfull forelder, og hun tror for sin egen del at det kan bli litt for mye. Hun kjenner at hun aldri får helt fri fra å evaluere seg selv i møte med egne barn. Susanne Bang (2003), skriver om hvordan terapeuter kan bli rørt, rammet og rystet i jobben som hjelper. Dersom vi ser på hva den siste informanten trekker frem, så ville hun muligens kategorisert dette under begrepet «rammet». Hun kjenner eventuelt på en subjektiv motoverføring i sitt arbeid (ibid). Dette påvirker igjen hva hun kjenner i egen mammarolle.

Alt vi møter i jobben, tar vi imot. Fysisk, emosjonelt, tankemessig, eller sansemessig (...) Et menneske kan ikke unngå å bli påvirket på et eller annet nivå av det han eller hun møter. (Isdal 2017, s. 54)

Isdal (2017) skriver videre om hvordan mye av det vi tar imot passerer, men at det vil være noen ting som fester seg i oss. Dette blir som et varig spor, et minne eller i verste fall en uro. En informant føler hun aldri får helt fri fra å evaluere seg selv i mammarollen, og det har gjort noe med henne som kan tolkes som utmattende. Isdal (2017, s. 277) mener vi må ta hjelperen i oss på alvor. Det å kjenne på belastningene jobben medfører, gir også en mulighet til å kjenne på berikelsene.

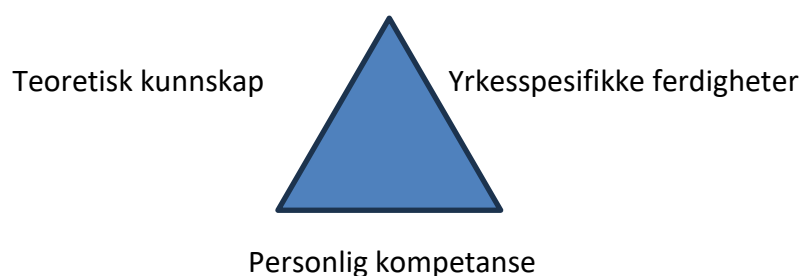
Funnene i denne studien viser at familieterapeuter som jobber med foreldreveiledning kan kjenne på mye tvil. Tvilen i denne sammenhengen representerer en kritikk som kommer til syne ved at det hos den enkelte kan dukke opp usikkerhet, uro og negativ selvevaluering. Terapeuter vil ta med seg møtene fra jobb hjem. Dette betyr ikke at de vil bruke dette direkte i spillet med egne barn, men de fysiske, emosjonelle, tankemessige og sansemessige inntrykkene kan prege terapeuten. Dette kan bli liggende i terapeutens hode som en slags dårlig bakgrunnsmusikk. Funnene kan tyde på at det som handler om selvivaretagelse og selvmedfølelse i denne sammenhengen, ikke blir ivaretatt og håndtert som et fenomen. Det å bringe dette opp i den veiledningen terapeuten har på jobb, eller å sette av tid til samtale med en god kollega eller leder, kan være av betydning for trivsel, og motvirke slitasje og utbrenthet. Dette innebærer også at disse funnene må anerkjennes og tematiseres hos den enkelte familieterapeut og i fagmiljøene de befinner seg i. Det vil også være gunstig å øke bevisstheten om den berikelsen faget kan gi i eget liv, og på den måten

hente frem ressursperspektivet. Dette kan igjen bidra til at terapeuten føler på positive sider ved det jobben bringer inn i det private, noe som også kan sette fokus på takknemlighet, og den berikelsen det noen ganger er å være en fagperson.

5.3.3 Opplevelsen av å være fagperson i familien

Som omtalt i avsnittet over, er tvil noe som kommer frem av funnene i denne studien. Tvilen handler også om en undring over hvordan det er for barna at terapeutene som foreldre tyr til faglige verktøy, erfaring og kunnskap i sin foreldreutøvelse. I denne sammenhengen kan det være nyttig å se på konteksten. Kontekst handler om den psykologiske eller mentale rammen vi forstår et fenomen eller en situasjon innenfor. Det er konteksten som gir fenomenene mening eller betydning, og uten kontekst har ord og handling ingen mening (Jensen og Ulleberg, 2019).

Konteksten i denne sammenhengen er hvordan hver enkelt familie forstår og beskriver seg selv. Familien består av flere enkeltindivider, samtidig som individene sammen utgjør en helhet. Dette vil bety at familien vil omtale seg selv noe ulikt, men samtidig representerer de en helhetlig kontekst. Et parallelt nivå her blir hvordan fagpersonen, som også er forelder, ser på denne konteksten. Det å være fagperson i eget familiesystem blir derfor en kontekst. Informantene i denne studien beskriver at de ser på familien både med sine profesjonelle og private referanser. Det å bruke sin profesjonelle erfaring inn i eget familieliv er ikke noe de kan velge helt bort, slik de beskriver det. Dette fordi det har blitt en integrert del av dem. Modellen som Greta Marie Skau (2017, s. 58) viser til i sin bok handler om hvordan fagkompetanse og personlig kompetanse utgjør en helhet.



I et klassisk terapeutisk forløp er rollene avklart. Det er en hjelper/terapeut og en som søker hjelp/mottar hjelp. I en foreldre - barn relasjon er også rollene avklart. Det funnene i denne studien belyser, er situasjoner der barnet ikke har søkt en profesjonell hjelper, men forelderen likevel tilbyr en faglig eller terapeutisk respons og oppfølging. Flere av informantene registrerer at dette kan virke utfordrende da det bryter med prinsippene i en del av den systemiske tradisjonen. Det som bryter med den faglige holdningen, er det å definere at noen har et problem som personen forsøker å løse, men uten å være åpen om dette. Samtidig så er dette noe alle foreldre står i, men det som blir ulikt her er hvordan faget ligger til grunn for en del av de valgene terapeutene tar i eget foreldreskap. Det er hos informantene med de eldste barna at dette blir mest aktuelt. Informantene beskriver en tvil rundt denne indre dialogen som foregår. Tvilen handler om hva deres barn trenger, og at barnets behov ikke nødvendigvis er en faglig tilnærming, og de kjenner derfor på selv bebreidelse og skam.

Det de likevel tar opp er at de i en del enkelt situasjoner kan legge bort faget, og handle mer på impuls og i affekt. Flere av informantene opplever dette som befriende.

Funnene viser at familieterapeuter kan ha nytte av å anerkjenne at de faktisk tar med seg mye av sin faglige- og yrkesspesifikke kompetanse inn i eget liv og i private relasjoner. De er på ett nivå klar over at de gjør dette, men samtidig er det litt utydelig hvordan det preger dem. Kanskje er dette et resultat av at familieterapeuter er lært opp til å tenke helhetlig, og vet at summen er mer enn delene. Denne tankegangen er som oftest til hjelp, men kan også medvirke til å tåkelegge hva som egentlig oppstår hos terapeuten. Også her vil de lene seg på den faglige systemiske tankegangen og forklare det med at alt henger sammen. De har sortert fordelene og ulempene for hva dette gjør med dem i noen grad, men mangler likevel et tydeligere kart. Kartet familieterapeutene har skissert, passer ikke alltid med terrenget de beveger seg ut i. Kanskje må kartet endres ved å inkludere og anerkjenne den ubalansen som oppstår i rollene som terapeut og forelder.

Informantene kjenner noen ganger på mestring og takknemlighet over å ha med seg kunnskap og erfaring, mens andre ganger er det mer til bry, og blir et hinder i relasjonen til

egne barn. Det å anerkjenne dette og bli mer bevisst, kan være til hjelp for dem som jobber innenfor fagfeltet.

5.4 Resonansklang og identitet

Hovedfunnet fra studien i dette kapitlet, handler om hvilken resonans informantene kan kjenne på i sin jobb som terapeuter i foreldreveiledningsfeltet, og hvordan egen foreldrerolle og identitet blir berørt. Informantene trekker også frem hvilken diskurs de befinner seg innenfor i sitt fagfelt, og hvordan dette kjennes ut. Drøftingen belyser hvordan informantenes oppfatning av seg selv i foreldrerollen preges av fagdiskursene, av resonansen i møtet med dem de skal hjelpe, og hvordan terapeutens identitet som forelder formes over tid. Disse funnene bringer frem det narrative perspektivet, ved at informantene opplever at de kontinuerlig jobber med sin egen fortelling om hvilken type forelder de er, har vært og ønsker å være. Videre drøftes disse funnene.

5.4.1 Terapeuten som ekspert i den rådende diskurs om hva en god forelder er

Det vi vet ut ifra et historisk perspektiv er at diskursen om hva som er en god forelder er i stadig endring. I jobben med å veilede foreldre i å styrke deres foreldreferdigheter, blir terapeutene representanten og verktøyet for denne diskursen. Informantene i denne studien sier de innehar en stor grad av kompetanse og faglighet når det gjelder å veilede på foreldreferdigheter, men at de har et noe ambivalent forhold til det å være en type ekspert. Noe av det som vekker ubehaget her er tanken om at de innenfor en systemisk ramme ikke skal ha en ekspertrolle, men mer være den nysgjerrige terapeuten som sammen med familien finner ut av hvor de føler at skoen trykker (Bang, 2003). Ut fra et systemisk perspektiv skal terapeuten la foreldrene definere problemet, og ut fra dette hjelpe dem videre i deres egen problemdefinisjon, og for å nå det målet de ønsker. For å tydeliggjøre dette dilemmaet vil jeg derfor komme med et eksempel. La oss si at en av diskursene som råder er at du som forelder i dag skal være vennlig, men bestemt når du setter rammer og grenser for barnet ditt (Brandtzæg og Torsteinson, 2016). Du skal være god, men likevel fast.

For å tydeliggjøre dette noe mer, så våger jeg meg på et aktuelt eksempel, som handler om bekymringsfullt skolefravær.

I et familiesystem hvor ett av barna har et bekymringsfullt høyt fravær, vil den rådende diskursen si at foreldrene sin oppgave er å støtte barnet passe mye slik at det kommer seg tilbake på skolen. Diskursen vil også innebære at du ikke skal skremme barnet tilbake med type trusler eller aggressive verbale utbrudd. Å gjøre dette vil stride mot det som er anbefalt i den rådende diskursen om hvordan foreldre best støtter barn. Det er heller ikke greit om foreldrene inntar en mer ettergivende rolle og formidler en holdning til barnet hvor det er helt greit å ikke gå på skolen hvis det vekker for mye ubehag for barnet. Terapeuten som arbeider med denne familien vil derfor bli en representant for den gjeldende diskursen, og blir en som «vet best» hvordan en forelder kan hjelpe barnet sitt. Dette arbeidet vil innebære konkret rådgivning, og ikke bare utforskning. Her vil derfor terapeuten bli representanten for de gjeldende diskursene; at det beste for barn er å gå på skole, at foreldre skal ikke bli for ettergivende og for snille, men heller ikke skal de true eller sette ned foten på en slik måte at barnet føler seg krenket. Ser vi dette i et systemisk perspektiv hvor rollen til terapeuten er å være nysgjerrig, og ikke den som definerer hverken problemet eller løsningen, så kan vi her se en konflikt. Dette med tanke på de gjeldende diskurser, men det er også et dilemma med hensyn til å innta en systemisk forankret terapeutrolle.

Om vi hadde hatt mulighet til å spørre det aktuelle barnet ti år etter at dette problemet var tilbakelagt, så ville kanskje personen svare at det å gå på skolen hver dag gjorde meg dårligere siden hen følte seg mobbet av en lærer, for eksempel. Men personen kunne også svart at foreldrene mine burde ha presset meg mer, for *min* måte å takle ubehag på var å unngå alt som jeg kunne trengt å øve på, og dette var ikke hensiktsmessig.

Informantene i denne studien, som alle jobber mye med foreldreveiledning, sier noe om at det å være en type ekspert kjennes litt anstrengt ut, og at det systemiske perspektivet trekker frem at terapeutene ikke skal være ekspert og endringsagent (Anderson og Golishian, 1992). Innenfor de ulike systemiske retningene så er nok dette nyansert, men innenfor den språkssystemiske retningen så sier Anderson og Golishian (1992), at vi må gi opp tanken om at vi er endringsagenter, og at terapi er en måte å forandre mennesker på.

Kanskje gjør dette at vi kan skille mer mellom terapi og veiledning, samtidig er det ikke opp til terapeuten å definere hva som faktisk er terapeutisk.

Funnene viser hvordan familieterapeuten, som også er forelder, gjennomgående har med seg et systemisk perspektiv både på jobb og hjemme. Videre kan vi se at når familieterapeuten inntar terapeutrollen hjemme, så kan dette bli utfordrende da det bryter med det systemiske prinsippet om å tilby hjelp til en som ikke nødvendigvis har spurt om veiledning eller terapi. Informantene tror ikke det er bra å innta en terapeutrolle overfor egne barn, men samtidig er den systemiske rammen blitt så integrert i dem, og valget om hvordan de vil møte barnet sitt er ikke lenger like fritt.

5.4.2 Resonans i rollen som terapeut og privatperson

Det som trer frem i funnene er at informantene opplever resonans i arbeidet. Resonansen er en type gjenklang som oppstår når en historie treffer oss på en slik måte at vi merker en gjenkjennelse (Jensen, 2007). Den sirkulære prosessen som her finner sted er at terapeuten blir berørt av en parallell historie, som igjen kan åpne opp for ulike fornemmelser og perspektiver. Dette kan for eksempel være empati, at det vekker noe nytt, eller bekrefter noe i oss. I studien til Tyskø og Lorås (2017) viser funnene at terapeutene nesten daglig opplevde parallelle historier. Disse handlet om oppdragelse av barn, eller utfordringer i parforholdet. Når erfaringene var sammenfallende med klienten, så beskrev de dette som en viktig kunnskap. Terapeutene i studien til Tyskø og Lorås (2017) opplevde også at dersom klienten sine utfordringer lignet veldig på terapeutens egne private utfordringer, så unngikk de som oftest å tilby sine eksempler på løsninger. Dersom familiene beskrev problemer terapeuten ikke hadde løst så godt selv, så kjente terapeutene på at dette var temaer som var krevende å snakke om. Samtidig kunne terapeutene kjenne på en økt respekt og forståelse for hvorfor klientene hadde valgt en lite hensiktsmessig løsning på sitt problem (Lorås og Ness, 2019).

I min studie kommer det frem at informantene erfarer at de historiene de hører på jobb, og de menneskene de møter, også preger dem privat. Informantene beskriver resonansen som kan oppstå i en veiledingssituasjon med foreldre. Da blir deres private liv og deres foreldreutøvelse aktuell gjennom at det skapes resonans i den tematikken det veiledes på.

Det skapes også resonans gjennom historiene som fortelles. Alle informantene har erfaringer hvor de opplever stor grad av gjenkjennelse i det familiene forteller og deler. Det kan virke som om flere av informantene kjenner på en ydmykhet når denne resonansen oppstår. Det å kjenne på mye av det samme som foreldrene tar opp, berører flere av informantene. Tar vi utgangspunkt i Susanne Bang (2003) sin inndeling i å være rørt, rammet eller rystet, så vil resonansen hos de ulike informantene være ulik og varierende. Det å bli rørt, rammet eller rystet er noe alle terapeuter i sitt arbeid kan relatere seg til. Tar vi med disse tilstandene inn i begrepet resonans så ser vi at det kan ha både en positiv og en mer negativ klang. Det vil også være ulikt i hvilke familier og historier de kjenner på en resonans.

Den resonansen som familieterapeuter opplever i sitt yrke kan ha betydning for hvordan de trives i jobben, og for hvordan de håndterer ulike påkjenninger de opplever i menneskemøtene på jobb. Resonansen vil ha en innvirkning på terapeutens liv ved at det berører og setter spor. Disse sporene kan dukke opp i de private relasjonene, som i relasjonen til, og i samspillet med egne barn. Dette funnet tydeliggjør behovet terapeuten har for å sortere ytterligere når det gjelder hvilken type resonans som oppstår, og hvordan det eventuelt griper inn i eget liv.

En av informantene beskriver at hun har tendens til å overidentifisere seg med klientenes fortellinger, og hun jobber aktivt med å registrere dette. Hun beskriver dette som en resonans som hun føler kan bli for sterk og helle mot det negative. Når hun kjenner seg igjen i det som blir fortalt, så er hun opptatt av å tenke at hun uansett ikke kan vite hvordan den andre har det. Det er et poeng for henne at hun ikke vil være en terapeut som forstår for fort, eller som blir for rask med å trekke slutninger. Hun refererer til at hun vil opprettholde sin nysgjerrighet på hvordan den andre har det, og ikke trekke slutninger. Ved å være oppmerksom på at hun lett overidentifiserer seg selv i klientene sine fortellinger, så viser hun hvor aktivt hun jobber med sin resonans, samt at hun er bevisst på de sirkulære prosessene som oppstår i henne både som privatperson, og som profesjonell.

En av informantene beskriver at når han holder foreldreveiledningskurs kan han av og til føle seg litt «fake». Dette utdyper han med at han kjenner at han selv har gjort mange av de samme feilene som han ber kursdeltakerne om å være oppmerksomme på. Han beskriver her en resonans som er preget av litt motstridende følelser. Den samme informanten sier

også at når han forteller om noen av de feilene han har gjort i egen foreldrerolle, så virker dette til å gi god gjenklang hos kursdeltakerne, og han beskriver at det ofte skaper en god stemning. Denne informanten beskriver her hvordan fagstoffet i foreldreveiledningsprogrammene får han til å kjenne på sine egne «feil» i sin foreldreutøvelse. Han kan derfor kjenne at han inntar en slags ekspertrolle og skal være en fagperson som kommer med kloke råd og gode eksempler på hvordan møte barn best mulig. Samtidig gjør denne resonansen at han gjerne kan dele noen av sine feil med kursdeltakerne, noe som han opplever som et godt bidrag inn i foreldreveiledningsgruppa, og bidrar til at de får et godt utbytte av kurset. Dette eksempelet viser godt hvordan resonans og sirkularitet er aktuelt i terapeuten sitt liv, men også i kursdeltakernes liv.

En annen informant trekker frem at det å veilede familier som har barn i samme alder som henne selv, kan være belastende. Hun kjenner på at det kan bli for nært. Hun beskriver at det blir «litt for mye», og for tett på eget liv. Hun trekker frem at det ikke er noe godt for henne å jobbe med barn i tilsvarende alder som sine egne, og at resonansen kjennes belastende. Denne informanten beskriver her en type sirkulær prosess der hun merker at resonansen gjør henne oppmerksom på en type utfordring som gjør at jobben kommer for nært på hennes eget liv. Denne prosessen bidrar til at hun er oppmerksom på hvordan dette virker inn på henne, og det gir henne igjen muligheten til å ta hensyn til seg selv. Gjennom å ha erfart hvordan dette virker inn, så kan hun lettere sette rammer for seg selv på jobben, noe som igjen får gode ringvirkninger privat. Denne type oppmerksomhet og selvivaretagelse kan igjen gi positive ringvirkninger i eget foreldreskap.

Funnene her viser hvordan det å jobbe med familier kan være en utfordring som påvirker terapeutens trivsel. Når jobben tar turen innom terapeutens private liv, på en utfordrende og negativ måte, så kan vi lett si at det blir en negativ belastning. Funnet viser også hvorfor det er lurt for et team og arbeidsfellesskap å vurdere hvem som får de ulike sakene. I dette tilfellet, hvor informanten har oppdaget at det ikke er greit å følge opp familier med barn i samme alder som sine egne, så vil dette være en hjelp for henne og arbeidsplassen. Det ubehaget og den begynnende slitasjen hun beskriver, vil neppe føre til vekst og trivsel. Det skal også sies at noen fagmiljøer er så små at det kanskje ikke er så mange kollegaer å velge mellom, og da kan det lett oppstå en situasjon hvor flere må starte opp i nye saker hvor de

kjenner på en del belastninger allerede fra start. Dette kan selvfølgelig gå bra, men poenget her er at det mulig vil føre til en for stor belastning for terapeuten. Dette kan igjen påvirke de private relasjonene gjennom at kapasiteten er brukt opp på jobb, og de hjemme møter på en forelder som er sliten og føler lite mestring.

Den resonans som oppstår i møtene mellom terapeut, og de familiene som søker hjelp, kan utfordre terapeutrollen på ulikt vis. Det å registrere gjenkjennelse i de ulike historiene, og merke en gjenklang, kan også gjøre at jobben som terapeut blir mer givende og lettere. Dette kan gjøre at terapeuten blir mer oppmerksom på familiens behov.

5.4.3 Den narrative reisen som terapeut, menneske og forelder

Funnene viser at alle informantene innehar mye kunnskap om hva det vil si å være en omsorgsfull og god forelder. De kjenner at denne kunnskapen har blitt en del av dem, og at mye av det de har lært preger dem som mennesker i terapeutrollen og foreldrerollen. Funnene viser en type prosess og reise hvor den enkelte også har registrert en del av endringene som har foregått i dem selv.

Wics (2012) hevder at terapeuter sjelden oppdager og legger merke til de personlige endringene. I min studie viser funnene noe annet. Flere av informantene i denne studien beskriver hvordan de faktisk merker en stor endring, og de kan også beskrive hva som er forskjellig. De beskriver at de har større evne til å tolke barnas følelser og signaler, og at de i dette klarer å stoppe opp og ta bedre valg enn hva de mener de ville gjort uten denne erfaringen og kunnskapen. Dette funnet viser at familieterapeuter er observante på de endringene som har funnet sted i dem, og hva det har bidratt til. Det som er behovet utover dette, er å hente det frem, og å kunne ha et sted å gjøre av det. I denne sammenhengen er det naturlig å se for seg at et slikt sted kan være veiledning i trygge omgivelser.

Det en av terapeutene beskriver er at fagkunnskapen nok har blitt litt for dominerende, og han beskriver dette med sitatet:

...at man kan jo bli litt miljøskadet av all erfaringen.

Et annet funn som handler noe om det samme er hvordan en av informantene ikke ønsker å være terapeutisk på hjemmebane hele tiden. Det å være mamma på hjemmebane og ikke være hjelper setter hun ord på. Samtidig så sier hun at det henger godt sammen, og terapeutrollen blir en del av hvem du er. Det hun likevel bringer frem er en bevissthet om sin kunnskap og at hun innehar flere roller overfor barna, og her er hun inne på en narrativ beskrivelse. Hun snakker også om at det «går en kule varmt hjemme hos oss av og til». Dette sier hun med letthet i stemmen, og det virker som om hun setter pris på at det er spontane utbrudd i familiedynamikken som ikke blir regulert av terapeuten i henne.

Et funn som bekrefter den narrative reisen som blir omtalt i overskriften, er når en av informantene ser tilbake på egen prosess og utvikling:

«... og fått litt annet blikk på meg selv, og forståelse for hvorfor jeg har hatt de tingene med meg inn i foreldreskapet som jeg har hatt da, systemisk tenkning ikke sant; det er jeg som er sint, det er mitt sinne» (Carl).

Det som denne informanten er opptatt av er hvordan hans erfaringer fra egen oppvekst blir brakt inn i eget foreldreskap. Han er videre opptatt av det systemiske perspektivet ved å se på hva som skjer i samspillet med egne barn, og hvordan hans sinne er det som står i veien for å møte barnet sitt behov. Han viser her til en type selvinnsikt hvor han ikke er opptatt av hvem som har skylden i det som er vanskelig, men ser på fenomenet egen oppvekst, og sine egne tillærte mønstre som står i veien for god kommunikasjon med barnet sitt. Han beskriver også hvordan han har kommet et steg videre. Han ser at hans implisitte relasjonelle hukommelse er i utvikling. Begrepet implisitt relasjonell hukommelse er den viten vi har om oss selv i relasjon til andre mennesker (Lyons-Ruth mfl., 1998; Stern 2004). Det handler om det vi bare gjør, og er en kunnskap som sitter i kroppen, altså de vanene som styrer oss uten at vi tenker over det eller registrerer det. Dette gjør at den omsorgen vi blir gitt som barn, lagres som spor og mønstre i nervesystemet (ibid). Dette får oss til å føle, tenke og handle på en bestemt måte. Det kan også kalles en type autopilot (Brandtzæg, et.al, 2016, 123). Autopiloten kan være en god hjelp, men samtidig kan autopiloten være feilprogrammert. Feilprogrammeringen kan også kalles «haimusikk», som blir drøftet i det neste avsnittet.

Funnene viser at familieterapeuten også *bare* er et menneske med styrker, feil og mangler, og er et individ som har med seg en historie fra egen oppvekst. Det å jobbe med mennesker innebærer å trene på de relasjonelle ferdighetene, ved å være lyttende og ivaretakende. Terapeuten skal jo gjerne være «passe mye av alt». Funnene viser at dette ikke er så enkelt, og terapeutens historie og oppfatning av seg selv er stadig i utvikling. Selv om terapeutens egen familie ikke har noen spesielle forventninger til at hen skal benytte fag og kompetanse i relasjonene hjemme, så vil terapeuten kunne kjenne på eget forventningspress. Den feilprogrammerte autopiloten innebærer noen fallgruver i samspillet, og kunnskap og erfaring bidrar til å ha muligheten til å justere seg. Hvordan denne justeringen kjennes ut, og hva det innebærer for den enkelte terapeut, er noe som kan være nyttig å holde oppe når terapeutrollen skal utvikles, og forskes videre på.

5.4.4 Haimusikk, refleksjon og mentalisering som en sirkulær prosess

Noen av de funnene som står frem er hvordan flere av informantene kjenner på en sirkulær prosess i det arbeidet de gjør, og hvordan det griper inn i familielivet og egen identitet. Samtlige informanter opplever at de gjennom den kunnskap og erfaring de over tid har tilegnet seg, har blitt oppmerksomme på egne mønstre i kommunikasjonen med sine nærmeste. Denne studien tar i hovedsak opp hvordan denne kunnskapen og erfaringen griper inn i egen foreldrerolle, og funnene sier mye om hvordan de oppfatter seg selv som foreldre. Flere beskriver at de har blitt gode på å se seg selv litt utenfra, og barnet sitt innenfra. Med dette menes det hvordan de klarer å sette både seg selv og samspillet som finner sted i et metaperspektiv (Brandtzæg et.al., 2013). Begrepet mentalisering sier noe mer om disse funnene.

Mentalisering er aktivt å søke informasjon om ens eget og andres liv, slik som erfaringer, ønsker, aspirasjoner, tanker, opplevelser, preferanser, emosjoner, motiver osv. (Kvello, 2010, s. 48). Det handler derfor mye om evnen til å bli kjent med seg selv og andre, og klare å se seg selv med et blikk utenfra, og andre med et innenfra blikk (ibid). Et av kjerneelementene i mentalisering er å undre seg over hva som ligger bak det som uttrykkes verbalt eller gjennom atferd (ibid). Ut fra funnene i denne studien kan begrepet mentalisering knyttes opp mot hvordan terapeutens identitet og opplevelse av egen

foreldrerolle utvikler seg. Informantene trekker frem at de i mange sammenhenger klarer å registrere egen «haimusikk», og på den måten utvikler og justerer seg i foreldrerollen. Begrepet «haimusikk» er hentet fra foreldreveiledningsprogrammet COS-P (Circle of Security). Haimusikken er en metafor på hvordan en urolig og vanskelig bakgrunnsmusikk kan oppstå når barna har et behov eller et uttrykk foreldre opplever som vanskelig å møte. For mange foreldre er haimusikken noe som skjer ubevisst, men ved å bli bevisst hva som skjer når dette ubehaget dukker opp, så har omsorgspersoner mulighet til å justere seg. Et eksempel kan være når et barn sutrer, så kan reaksjonen til foreldrene være at de ber det slutte å sutre, eller ta seg sammen. Denne automatiserte reaksjonen kan gjøre at omsorgspersonen ikke møter barnet med emosjonell tilstedeværelse, og barnet kan føle seg avvist når behovet ikke dekkes. Det kan være at barnet sutrer fordi det gruer seg til noe som er skamfullt å fortelle. Andre misforståtte tolkninger omsorgsgivere kan gjøre, er å tolke sinne som patetisk, frykt som svakhet, tristhet som manipulasjon og glede som overstadighet (Brandtzæg, 2016). Det er ikke vanskelig å forestille seg at slike feilslåtte tolkninger kan få store konsekvenser for samspillet, kommunikasjon og selvfølelse hos barnet. Samtidig bygger disse feiltolkningene og det feilslåtte samspillet ned selvfølelsen for omsorgspersonen også, siden strategiene og forståelsesrammene ikke er hensiktsmessige. Dette kan igjen føre til at relasjonen til barna kan oppleves vanskelig. Å bli bevisst haimusikken, og at egne følelser kommer i veien for å møte barnets behov, kan være en lettelse for barnet og foreldrene, og en ny dynamikk kan oppstå. Haimusikken kan derfor prege hvordan vi opplever barnets følelser. Handler vi ut ifra haimusikken, så er vi ikke så mye til hjelp for barna, og vi risikerer å gjøre vanskelige følelser enda mer vanskelig (Brandtzæg, et.al, 2016). En av informantene kommer med et sitat som underbygger dette poenget:

«Men så klarte jeg liksom, (...) å tenke; Nei, nå må jeg roe meg ned, nå kommer haimusikken fra COS-P.»

En annen informant setter ord på at hun oppdaget at hun hadde vanskeligheter med å forholde seg til sitt eget ubehag i ulike situasjoner, og dette innvirket på hvordan hun evnet å trøste og romme følelsene til sønnen sin. Hun sier videre at det ble tydelig at dette var noe hun måtte jobbe med.

I det første eksempelet ser vi også hvordan et fagbegrep (haimusikk) bli innlemmet i den indre dialogen, og hvordan det er til hjelp i samspillet med egne barn. Dette blir også et bidrag og en hjelp til bedre å forstå seg selv. Funnene bidrar til å se hvordan terapeutens indre dialog kan gi fagfeltet mer kunnskap om hvordan det *er* å være terapeut på jobb, og forelder på hjemmebane. Dette kan igjen bidra til ny kunnskap og nye perspektiver som kan være nyttig for terapeuter og veiledere å være oppmerksomme på, med tanke på trivsel, veiledningsbehov, samt å forebygge slitasje.

6 Avslutning

I dette avsluttende kapittelet i min masteroppgave vil jeg oppsummere funnene fra analysen. Jeg vil så komme med noen kritiske betraktninger på studien før jeg til slutt vil ta opp hvilken nytteverdi denne studien kan ha.

Problemstillingen i denne studien er: Hvordan bringer familieterapeuten med seg sin faglighet inn i egen foreldrerolle?

Forskningsspørsmålene er:

1. Hvordan opplever terapeuten at den profesjonelle kunnskap og erfaring hen innehar, griper inn i eget foreldreskap?
2. Hvilken resonans oppstår i spennet mellom rollene som forelder og familieterapeut.

6.1 Oppsummering

Det ble gjennomført fem intervjuer med familieterapeuter. De jobbet alle med foreldreveiledning, og de hadde selv egne barn. Intervjuene fulgte en intervju mal, og alle intervjuene ble transkribert. Den tematiske analysen førte frem til tre hovedfunn, og disse ble kalt hovedtemaer. De tre hovedtemaene hadde totalt ni undertemaer. Jeg vil her oppsummere noen av de viktigste funnene i denne studien.

6.1.1 Fag og kompetanse hånd i hånd

Funnene viser at faget og kompetansen vever seg inn i hverandre, og blir en integrert del av terapeuten. Dette gjør at faget også kommer til uttrykk privat. Det er ikke et naturlig skille mellom fagpersonen og privatpersonen i en del sammenhenger, men terapeuten er i sin foreldrerolle likevel nokså oppmerksom på denne sammenblandingen. Informantene var positive til hvordan kunnskapen og erfaringen ga de muligheter, også på hjemmebane, som bidro til å gjøre de mer trygge i foreldrerollen. De beskrev også noe ubehag knyttet opp mot det å benytte seg av fag og kompetanse på hjemmebane. De har også merket seg at fokuset

på verktøy og fag, i møte med egne barn, har gjort at de blir stående litt på utsiden av relasjonen.

Flere av informantene forteller hvordan fagkunnskap og erfaring har vært med på å skape en varig endring i holdningene deres, som de mener er positivt i foreldreutøvelsen, og i relasjon til egne barn. De refererer her til en systemisk holdning og et systemisk perspektiv. De bruker ord som takknemlighet, og en av de sier også at det har vært en gave å kunne innlemme faget og erfaringen inn i egen foreldrerolle.

6.1.2 Forholdet mellom det personlige og profesjonelle

Et hovedtema som står frem i resultatene er forholdet mellom det personlige og profesjonelle, knyttet opp mot egen foreldrerolle. Den kunnskap og erfaring terapeuten har opparbeidet seg, griper inn i foreldrerollen. Funnene viser hvordan de mer profesjonelle prinsippene får ta plass inn i den private sfære, både bevist og ubevist.

Det blir tydelig i studien hvordan familieterapi og den systemiske tenkningen er et stort bidrag inn i den enkelte terapeut sitt liv, og som igjen har innvirkning på de private relasjonene. De private relasjonene i denne studien handler mest om egne barn.

Informantene verdsetter det å ha tilegnet seg kunnskap som kan styrke egen foreldrerolle. Samtidig kjenner de på noe tvil og ubehag knyttet opp mot det å la profesjonelle prinsipper ta for stor plass på hjemmebane. Det å hente frem den profesjonelle rollen hjemme i møte med egne barn kan innebære at forelderen feiler på det de egentlig ønsker, -å tone seg inn på barnet sin emosjonelle tilstand.

Studien viser at familieterapeuter som jobber med foreldreveiledning kan kjenne på mye tvil når det gjelder egen foreldreutøvelse. Tvilen i denne sammenhengen representerer en kritikk som kommer til syne ved at det kan dukke opp usikkerhet, uro og negativ selvevaluering. Familieterapeuter kan ha nytte av å anerkjenne at de faktisk tar med seg mye av sin faglige- og yrkesspesifikke kompetanse inn i eget liv, og inn i private relasjoner. De er på et nivå klar over hvordan kunnskap og erfaring gjør seg gjeldene hjemme, men samtidig er det litt utydelig hvordan det preger de.

6.1.3 Resonansklang og identitet

Funnene belyser hvordan informantenes oppfatning av seg selv i foreldrerollen, preges av fag diskursene, av resonansen i møtet med de de skal hjelpe, og hvordan terapeutens identitet som forelder formes over tid. Disse funnene bringer frem det narrative perspektivet, ved at informantene opplever at de kontinuerlig jobber med sin egen fortelling om hvilken type forelder de er, har vært og ønsker å være.

Informantene i denne studien, som alle jobber mye med foreldreveiledning, sier noe om at det å være en type ekspert kjennes litt anstrengt ut, og at det systemiske perspektivet trekker frem at terapeutene ikke skal være ekspert og endringsagent (Anderson og Golishian, 1992).

Informantene har alle erfaringer hvor de opplever stor grad av gjenkjennelse i det familiene forteller og deler. Det kan virke som om flere av informantene kjenner på en ydmykhet når denne resonansen oppstår. Det å kjenne på mye av det samme som foreldrene tar opp, berører flere av informantene. Den resonansen som familierapeuter opplever i sitt yrke kan ha betydning for hvordan de trives i jobben, og for hvordan de håndterer ulike påkjenninger de opplever i menneskemøtene på jobb. Det å jobbe aktivt med å registrere resonansen er viktig for flere av informantene.

Funnene viser hvordan det å jobbe med familier kan være en utfordring som påvirker terapeutens trivsel. Når jobben tar turen innom terapeutens private liv, på en utfordrende og negativ måte, så kan det bli en negativ belastning. Funnet viser også hvorfor det kan være hensiktsmessig for et team og arbeidsfellesskap, å holde dette høyt oppe med tanke på trivsel og en eventuell slitasje.

Informantene sier de har større evne til å tolke barna sine følelser og signaler, og at de i dette klarer å stoppe opp og ta bedre valg enn hva de mener de ville gjort uten denne erfaringen og kunnskapen. Dette funnet viser at familierapeuter er observante på de endringene som har funnet sted i dem, og hva det har bidratt til. Det som er behovet utover dette er å hente det frem, og ha et sted å gjøre av det. I denne sammenhengen er det naturlig å se for seg at veiledning i en trygg omgivelse kan være et slikt sted.

Funnene bidrar til å se hvordan terapeutens indre dialog kan gi fagfeltet mer kunnskap om hvordan det er å være terapeut på jobb, og forelder på hjemmebane. Dette kan igjen bidra til ny kunnskap og nye perspektiver som kan være nyttig for terapeuter og veiledere å være oppmerksomme på, med tanke på trivsel, veiledningsbehov, samt å forebygge slitasje.

6.2 Kritisk søkelys på resultatene

Jeg er selv terapeut og forelder. Dette kan ha innvirket på mine tolkninger av det informantene formidler. Jeg er tett på både faget og foreldrerollen selv, og det kan være utfordringer knyttet til det å forske på et tema hvor jeg som forsker kjenner på resonans og engasjement for egen del. Likevel er min erfaring i denne studien at dette har gått bra. Dette kan ha å gjøre med at spørsmålene til informantene har vært åpne, og deres utsagn er fyldige, ulike og nyanserte. Temaene er generelle og berører ikke meg som forsker på en spesielt negativ eller positiv måte med tanke på egne erfaringer eller historie, noe jeg mener er en fordel i denne forskningen.

Denne kvalitative studien har 5 informanter. En kritikk av denne oppgaven kan være at et større utvalg ville gitt rikere og fyldigere funn.

Et strukturert intervju som har en varighet på ca en time vil ikke gi rom for alt. Når studiens funn omtaler hva som er strevsomt og utfordrende, og tvilen hos terapeuten kommer til syne, så er det mulig at rammene i et slikt intervju ikke i stor nok grad får frem det som virkelig er strevsomt. Det å åpne seg om hva som er vanskelig kan kreve mer tid enn hva rammen for intervjuet har satt. Samtidig mener jeg det er flere rike funn som sier noe om dette.

Temaet om selvivaretagelse og trivsel i jobb ser jeg kunne vært et større tema. Her begrenser rammene hva som er mulig å få med i et masterstudium som dette.

Temaet som omhandler egen familie og egne barn er et privat tema for mange. Dette kan ha innvirkning på at terapeutene i en slik setting kan føle seg sårbar, og lite fri, noe som kan påvirke resultatene. Mitt inntrykk er at informantene i denne studien tok frem denne

sårbarheten og sa noe om det, men i hvor stor grad de gjorde det er likevel ikke så enkelt å si noe om. Alle sa de satte pris på å snakke om dette temaet, og fant det interessant.

Når det gjelder litteratur og forskning så er det litt lite å finne på temaet terapeutrollen og eget foreldreskap. Det har derfor vært en utfordring å drøfte forskningsspørsmålene opp mot funnene og teori. Dette kan igjen ha påvirket innholdet i drøftingen.

6.3 Implikasjoner av studien

Denne studiens nytteverdi kan være et bidrag til å utvikle terapeutrollen videre. Studien kan være til nytte når det gjelder å hjelpe fagfeltet med å utvikle mer kunnskap om hvordan det er å jobbe som terapeut, og hvordan det innvirker på terapeutens eget liv og private relasjoner. Studien har hatt et særskilt søkelys på terapeutens egen foreldrerolle og foreldreutøvelse, og hvordan kunnskap og erfaring griper inn i dette. Slik jeg ser det, har det til nå vært lite forskning på terapeutens foreldrerolle. Det vi allerede vet noe om er at foreldre flest vil rangere sin foreldrerolle høyt opp på listen over det som er viktig i et liv. Hvordan barna har det og hvordan de utvikler seg, avhenger gjerne av det foreldrene tilbyr og hvordan barnet blir møtt av foreldrene. Foreldrerollen er gjerne forbundet med betingelsesløs kjærlighet. Derfor er det også en livslang og viktig relasjon som selvfølgelig betyr mye. Dette kan bidra til å gjøre denne studien relevant og interessant for terapeuter.

Studien kan gi utdanningsinstitusjoner som utdanner terapeuter en tilbakemelding på temaets betydning, samt bidra til å løfte tematikken frem. Grunnen til at dette kan være bra, handler om terapeutens mulighet til en økt bevissthet om selvivaretagelse og selvmedfølelse, og det å akseptere og tåle seg selv som menneske i alle rollene i livet. Studien kan bidra til å bygge ned tabuer som handler om at fagfolk ikke skal bruke faget i private relasjoner. Bidraget til nyutdannede terapeuter, men også mer erfarne terapeuter, blir å anerkjenne hvordan faget griper inn i foreldrerollen både positivt og negativt.

En siste ting er at studien kan være overførbar til andre faggrupper som jobber med relasjoner og mennesker. Dette kan for eksempel gjelde lærere, miljøterapeuter og helsesykepleiere. Studien kan også ha relevans for alle som står i en nær relasjon til barn,

selv om de ikke er foreldre selv. Det kan være i rollen som tante, onkel, fosterforelder og lignende betydningsfulle voksenroller.

Det kunne vært spennende å forske videre på hva barn som har vokst opp med terapeuter ville ha sagt om dette temaet. Hvordan og i hvilken grad har barna til terapeutene merket at fagpersonen i foreldrene blandet seg inn i relasjonen, og i den oppfølgingen de fikk?

7 Litteraturliste

- Anderson, T., (1997) *Reflekterende prosesser*. Dansk psykologisk forlag
- Anderson, H. og Goolishian, H. *Från påverkan til Medverkan*, Bokforlaget Mareld, 1992
- Bang, S., (2003). *Rørt, rammet og Rystet*. Gyldendal Akademisk
- Barne- og likestillingsdirektoratet (2018-2021). *Trygge foreldre – trygge barn. Regjeringens strategi for foreldrestøtte*. <https://www.regjeringen.no>
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S., Øiestad, G. (2013). *Se barnet innenfra*. Kommuneforlaget.
- Brandtzæg, I., Torsteinson, S., Øiestad, G. (2016). *Se eleven innenfra*. Gyldendal Norsk Forlag
- Braun og Clarke (2006)., Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, s 77-101
- Bateson, G., (2005). *Mentale systemers økologi: skridt i en utvikling*. Akademisk forlag
- Bråten, B. og Sønsterudbråten, S. (2016). *Foreldreveiledning – virker det? en kunnskapsstatus*. Fafo-rapport 2016: 29
- Dalland, O., (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Gyldendal akademisk.
- De nasjonale forskningsetiske komiteene. Generelle forskningsetiske retningslinjer. <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/>. Published 2014
- Den historiske utviklingen av familierapien som fagfelt (VID Rapport 2019/4)* Vedlegg til NOU. <https://www.regjeringen.no>
- Eide, H og Eide T. (2017). *Kommunikasjoner i relasjoner – personorientering, samhandling, etikk* (5. utg.) Gyldendal Norsk Forlag
- Forskningsetikkloven. *Lov om organisering av forskningsetikk i arbeid (LOV-2017-04-28-23)*.; 2017. <https://lovdata.no//dokument/NL/lov/2017-04-28-23>
- Gergen, K., (2009). *An invitation to Social Construction*. Sage

- Guy, J. (1987). *The personal Life of a Psychoterapist*. New York: John Wiley & Sons.
- Holmgren, A., *Terapi fortellinger*, Tapir akademisk forlag, 2010.
- Hårvtveit, H., & Jensen, P. (2007). *Familien-pluss en*. Universitetsforlaget
- Isdal, P., (2017) *Smittet av vold*, Fagbokforlaget
- Jensen, P., (2007) *The Narratives, which Connect. Doctorate of Psychoterapy awarded by the University of East London in conjunction with the Tavistock Clinic*.
- Jensen, P. og Uleberg, I., (2019). *Mellom ordene. Kommunikasjon i profesjonell praksis* (2. utg.). Gyldendal norsk forlag
- Johannessen, A., Tufte, P.A., Christoffersen L., (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*, Abstrakt Forlag.
- Johannessen, L.E.F., Rafoss, T. W., Rasmussen, E. B., (2018) *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse* (4. Opplag 2021), Universitetsforlaget
- Kvale, S., og Brinkmann, S., (2015) *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk
- Kvello, Ø., (2010) *Barn i risiko* (1. utgave). Gyldendal Norsk Forlag
- Lorås, L. og Ness, O. (2019) *Håndbok i familieterapi*. Fagbokforlaget
- Lundby, G., (2022) *Historier og Terapi*. Skaff
- Lyons-Ruth., Bruchweiler-Stern, N., Harrison A.M., Nahum, J.P., Sander, L., & Stern, D.N. (1998). *Implicit relational knowing: Its role in development and psychoanalytic treatment*. *Infant Mental Health Journal*, 19, (s. 282-289)
- Malterud, K., (2017) *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg.) Universitetsforlaget
- Montantes, J.M. (2021) *Hvordan beskriver familieterapistudenter endringer i nære relasjoner i løpet av studietiden?* (VID vitenskapelige høyskole, Oslo)
- <https://hdl.handle.net/11250/2774612>

Skau, G. M., (2017) *Gode fagfolk vokser* (5. utg.) Cappelen Damm AS.

Teisbo, H., A være profesjonell – et relasjonelt fenomen. Det følelsesmessige, personlige og private aspektet ved terapeutrollen (Masteroppgave, VID vitenskapelige høyskole i Oslo <http://hdl.handle.net/11250/98254>)

Thagaard, T., (2018). *Systematikk og innlevelse, en innføring i kvalitative metoder* (5. utgave) Fabokforlaget.

Thomassen, M., (2006). *Vitenskap, kunnskap og praksis*. Gyldendal akademisk

Tyskø, E. H. G., (2016). Familieterapeutisk kunnskap på den private arena. (Masteroppgave, VID vitenskapelige høyskole i Oslo). <http://hdl.handle.net/11250/2411122>

Tyskø, E.H.G og Lorås, L. (2017). *How do the professional lives of family therapists affect their private relationships: A qualitative study* . Australian & New Zeland Journal og Familiy Therapi, 38(3), 468-481. doi:10.1002/anzf.1242

Valla, B., (2014). *Hjelp som hjelper*, Universitetsforlaget

White, M., (2007). *Maps of narrative practice*, W.W Norton & Company,

Wicks, R.J. (2012). *The inner Life of the Counsellor*. Ho-boken, NJ: John Wiely & Sons

Yalom, I.D., (1997). *Kjærlighetens Bøddel*. Oslo: Pax Forlag.

Ølgaard, Bent (2004). *Kommunikasjon og økomentale systemer, en introduksjon til Gregory Batesons forfatterskab* (3. Utg.). Akademisk forlag.

Vedlegg

Vedlegg 1: Infoskriv og samtykkeskjema

Vedlegg 2: Intervjuguide

Vedlegg 3: Eksempel på transkribering

Vedlegg 4: Eksempel på koder

Vedlegg 5: Kvittering på godkjent prosjektsøknad

Vedlegg 6: Eksempel på arbeidet med koder og kategorier

Vedlegg 1: Infoskriv og samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet

” Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeutens eget foreldreskap?”

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å forske på hvordan familieterapeuter opplever at deres jobb og fagkunnskap påvirker eget familieliv og foreldreskap. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Jeg heter Kirsti Brekke. Jeg jobber i Familieteamet i Drammen kommune. Jeg er utdannet sosionom (2000), og fullførte min videreutdanning i familieterapi ved VID i 2006. Jeg tar nå en master i Familieterapi og systemisk praksis på VID vitenskapelige høyskole i Oslo.

I denne masterstudien vil jeg intervju familieterapeuter som jobber med foreldreveiledning, og som selv har egne barn. Jeg lurer på hvordan du som terapeut opplever det å ha mye kunnskap om hvordan være en god forelder, preger ditt eget familieliv og din egen oppfatning av deg selv som forelder? Opplevs det som en styrke inn i privatlivet og din egen foreldrerolle? Eller kan det også vekke mye selvkritiske tanker og følelser om hvordan du kunne vært en enda bedre forelder? Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning din trivsel på jobb, og hvordan opplever du muligheten til å ivareta deg selv i terapeutrollen og som forelder med tanke på selvivaretagelse og selvmedfølelse?

I studien stiller jeg følgende spørsmål:

- 1) På hvilken måte kan arbeidet med foreldreveiledning gripe inn i terapeutens eget liv og foreldreskap?

- 2) På hvilken måte beskriver terapeuten mulighetene for selvivaretagelse, i rollene som både terapeut og forelder?

Tema i min masteroppgave vil derfor være knyttet opp til terapeutrollen og det å jobbe med foreldreveiledning.

Dersom du ønsker å høre litt mer om studien, eller har noen andre spørsmål, så ta gjerne kontakt med meg på telefon: 97 66 19 48, eller mail: kirsti.brekke@gmail.com

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

VID vitenskapelige høyskole er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Det vil være mellom 4 - 6 deltakere som intervjues. De som intervjues blir kontaktet fordi de jobber med foreldreveiledning i barneverntjenesten, i et kommunalt familieteam eller på et familievernkontor. Du får spørsmål om å delta fordi du har en relevant jobb ved at du selv jobber mye med foreldreveiledning, du har selv tatt en videreutdanning i familierapi for minimum 2 år siden, og du har egne barn. Jeg har fått ditt navn via kollegaer som jobber i samme fagfelt.

Hva innebærer det for deg å delta?

Jeg skal gjøre en kvalitativ undersøkelse med et semi-strukturert intervju, det vil si et intervju med delvis åpne spørsmål. Jeg vil bruke lydopptak og ta noen skriftlige notater ved siden av for å notere ned det nonverbale som skjer underveis. Hvis du velger å delta i prosjektet vil jeg gjennomføre et intervju med deg på et egnet sted, og som varer i ca en time. Etter dette vil jeg skrive ned og analysere intervjuet, for å bruke i min forskning.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Underveis i prosjektet vil veilederen min, Siv Merete Myra, tilknyttet VID - Vitenskapelige Høgskole, ha tilgang til materialet.
- Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Dette vil bli lagret på en enhet som er innelåst i et låsbart skap. Lydopptak vil gjøres med en diktafon, og opptakene vil lagres etter gjeldene regler og forskrifter.

Det er mulig jeg vil referere til et direkte sitat som er sagt i intervjuet, og dette gjør at du kan gjenkjenne enkelte sitater. Dette vil være anonymisert, og vil ikke være mulig for noen andre enn deg selv å gjenkjenne.

Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?

Prosjektet vil etter planen avsluttes 31.01.2023. Etter prosjektslutt vil datamaterialet med dine personopplysninger anonymiseres. Jeg vil anonymisere personopplysningene ved å bruke koder for den enkelte som har blitt intervjuet, og anonymisere enhver opplysning som kan lede til noen form for gjenkjennelse. Helt konkret innebærer dette at alle navn vil bli tatt bort når en skriver ut intervjuene. Opptak fra intervjuene vil bli oppbevart i et låsbart skap, og vil bli slettet når studien er avsluttet 26.05.2023, men senest 26.12.2023.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra VID -Vitenskapelig høgskole, har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- VID – Vitenskapelig høyskole: Siv Merete Myra, mail: siv.myra@vid.no, telefon: 992 76 6 18
- Vårt personvernombud: Nancy Yue Li, mail: personvernombud@vid.no, telefon 938 56 277

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Siv Merete Myra

Kirsti Brekke

Veileder

Student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet: ” Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeutens eget foreldreskap?" og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 2: Intervjuguide

Intervjuguide

Inngangsspørsmål:

Hvor lenge har du jobbet som familieterapeut?

Hva gjorde at du valgte å jobbe med foreldreveiledning?

Hvor mange barn har du?

Foreldrerollen og terapeutrollen

Hva er det du blir opptatt av når du hører problemstillingen? *“Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeutens eget foreldreskap?”*

Hvilke tanker har du om hvordan det å jobbe med foreldreveiledning, påvirker egen foreldrerolle?

På hvilken måte har det å jobbe med foreldreveiledning vært en styrke for deg i egen foreldrerolle? Har du noen eksempler?

Har det å jobbe med foreldreveiledning påvirket deg og egen foreldrerolle negativt på noen måter? Har du noen eksempler?

Hvordan vil du beskrive din indre dialog om det å selv være forelder og samtidig jobbe med foreldreveiledning?

I hvilken grad synes du kunnskapen du har tilegnet deg virker inn på relasjonen med egne barn?

Hvis du ikke hadde jobbet som terapeut og foreldreveileder, hvordan forelder tror du da at du ville ha vært?

Selvivaretagelse og selvmedfølelse:

Terapeuter er ofte gode til å ivareta andre, hvordan vil du si at du ivaretar deg selv i den jobben du gjør.

På hvilken måte vil du beskrive mulighetene for selvivaretagelse og selvmedfølelse, i rollene som terapeut og forelder?

I ditt arbeid med foreldreveiledning, hvordan vil du si at det å møte barn og foreldre som strever og har vanskeligheter i sin relasjon, preger ditt eget foreldreskap?

Er det noe du ønsker å tilføye, eller si før vi avslutter?

Vedlegg 3: Eksempel transkribering

Utdrag fra transkribert tekst:

A: ja, og ut ifra å ha jobbet med barnevern så er jo godt nok et begrep som virkelig har blitt brukt mye. Det ha med seg det inn i jobb og foreldreskap er fint.

Vi skal gå litt over på det med selvivaretagelse og selvmedfølelse så jeg lurere litt på temaet rundt det. Terapeuter er ofte gode til å ivareta andre, hvordan vil du si at du ivaretar deg selv i den jobben du gjør.

E: i jobben?

A: ja, jeg tenker litt sånn på at man tar imot mye vonde historier, og man står der og skal hjelpe til i saker som er komplekse, at det går jo inn på gjerne terapeutene også.

D: jo, jeg opplever at barnevern bakgrunnen min støtter meg veldig godt i selvivaretagelsen på en måte. Stor respekt for endringsarbeid ovenfor personer som ikke er motivert for endring. Det er grusomt vanskelig, om ikke umulig, er min erfaring så langt, og så er jo også min erfaring at selv med de som er motivert så er det heller ikke lett å få til endring. Så det beste man kan håpe på ja, hva er egentlig det da. Hva er det oppgaven min er, hva er mandatet og ansvaret mitt? Jeg vet jo ikke hva som vil føre til en endring. jeg vet noe om hva som er behovene til de fleste barn. Også ut ifra en teori om hva som er best praksis i den grad jeg skal kunne påberope meg å vite noe om det. Også er det jo å navigere det landskapet med foreldrene og den praksisen de står i, er det mulig å komme over det gapet mellom det man står i og erfarer og det man tenker ville være idealet på en måte. Og en ting er jo å kjenne til begge deler inn og ut, men det er jo ikke dermed sagt at man finner noe svar på hvordan man får til endring fra det ene til det andre heller.

Vedlegg 4: Eksempel på koder

Koder som er hentet ut fra de transkriberte intervjuene. Dette er før de er sortert i hovedtemaer og undertemaer.

40: C s1: Ja, jeg tenker det er ganske viktig ting å være oppmerksom på, og jeg hadde ikke tenkt så mye på det før. Eller jeg har tenkt på det av og til når jeg har støtt på utfordringer selv da. (om problemstillingen)

41: C s1: Jeg merker jo veldig godt at det gjør en forskjell

42: C s1: sønnen min sa det for en del år siden: «Herregud pappa, du merker hele tiden noe, eller føler ett eller annet»

43: C s1: Jeg merker jo veldig godt at det gjør en forskjell. (om hvordan det påvirker egen foreldrerolle)

44: C s1: Ja jeg merker at han merker en forskjell etter at jeg hadde blitt familieterapeut. At min måte å si tingene på hadde endret seg.

45: C s1: Så det gjør jo en helt praktisk forskjell, også gjør det også en forskjell, og det merker jeg veldig. Det er både godt og dårlig da på en måte.

Vedlegg 5: Kvittering på godkjent prosjektsøknad NSD

Det er vedlagt to brev med vurderinger på godkjent prosjektsøknad. Grunnen til at det er to vurderinger handler om behov for utvidet frist, da oppgaven ble levert høst 2023, og ikke vår 2023 som først planlagt.

25.10.2023, 18:57

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



[Meldeskjema / Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeut...](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer

Vurderingstype

Dato

239044

Standard

29.11.2022

Tittel

Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeutens eget foreldreskap

Behandlingsansvarlig institusjon

VID vitenskapelige høgskole / Fakultet for sosialfag / Fakultet for sosialfag Oslo

Prosjektansvarlig

Siv Merete Myra

Student

Kirsti Brekke

Prosjektperiode

30.10.2022 - 31.01.2023

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Lovlig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 31.01.2023.

[Meldeskjema](#) 

Kommentar

OM VURDERINGEN

Personverntjenester har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket.

Vi har nå vurdert den planlagte behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at behandlingen er lovlig, hvis den gjennomføres slik den er beskrevet i meldeskjemaet med dialog og vedlegg.

VIKTIG INFORMASJON TIL DEG

Du må lagre, sende og sikre dataene i tråd med retningslinjene til din institusjon. Dette betyr at du må bruke leverandører for spørreskjema, skylagring, videosamtale o.l. som institusjonen din har avtale med. Vi gir generelle råd rundt dette, men det er institusjonens egne retningslinjer for informasjonssikkerhet som gjelder.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger frem til datoen oppgitt i meldeskjemaet.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Lovlig grunnlag for behandlingen er den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a.

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

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

13.

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

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

<https://meldeskjema.sikt.no/634551d1-c4d8-4fdd-b293-2cdf6457cd00/vurdering/0>

1/2

25.10.2023, 18:57

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

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

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

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

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

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema->

[for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema](#) Du må

vente på svar fra oss før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Kontaktperson hos oss: Siri Tenden

[Meldeskjema / Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeu...](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer**Dato**

239044

21.03.2023

Vurderingstype

Standard

Tittel

Hvordan påvirker det å jobbe med foreldreveiledning over tid, terapeutens eget foreldreskap

Behandlingsansvarlig institusjon

VID vitenskapelige høgskole / Fakultet for sosialfag / Fakultet for sosialfag
Oslo

Prosjektansvarlig

Siv Merete Myra

Student

Kirsti Brekke

Prosjektperiode

30.10.2022 - 20.10.2023

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Lovlig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 20.10.2023.

[Meldeskjema](#) 

Kommentar

Det er oppgitt ny dato for prosjektslutt. Vi har ingen kommentarer til endringen. Lykke til videre med prosjektet.

Kontaktperson hos oss: Siri Tenden

Vedlegg 6: Eksempel på arbeidet med koder og kategorier

Kodene ble klippet og sortert inn under hovedtemaene. Så fikk hvert hovedtema sitt store ark, og kodene tapet opp innunder passende hovedtema.

