

Samandrag

Gjennom intervju i fenomenologisk tradisjon har eg undersøkt tre unge menn si oppleving av *meaning* i deira eigne liv. Forskingsdeltakarane vurderar sjølv kva hendingar som er relevante. På bakgrunn av intervjuar har eg prøvd å finne ein essens i opplevingane. Inspirert av kodingsprosessane i Grounded Theory har eg komme fram til fem kategoriar som representerar ulike måtar forskingsdeltakarane opplever *meaning* på. Eg prøvar vidare å seie noko om kva samanheng det ser ut til å vere mellom kategoriane. Resultata frå analysen munnar ut i ein kontekstuellet forankra lokal teori. Den lokale teorien blir i drøfta i lys av generelle teoriar og tidligare empirisk forskning. I drøftinga ser eg at forskjellige teoretiske utgangspunkt bidreg til ei rik forståing av *meaning* som omgrep. Til slutt ser eg på kva mine funn og drøftingar betyr for forskning og praksis innanfor rådgivingspedagogikk. Eg konkluderar med at *meaning* som omgrep er relevant for menneske generelt og rådgivarar spesielt.

Summary

In this research paper I will present the results of analysis based on the interviews of three young men and their experiences with *meaning* in their own lives. The interviews are placed within a phenomenological tradition, and the participants themselves decide what experiences are deemed relevant. Inspired by the coding processes of Grounded Theory I have searched for an essence of the experiences the participants share. Through categorical analysis I have reached five categories, which intend to describe the different ways in which the participants experience meaning. By looking at the interaction between the categories I reach a contextual local theory. This local theory is discussed in light of general theory and previous empiric research. In the discussion I will point out how the different theoretical views contribute to a rich understanding of *meaning* as a concept. Based on my general discussion I look at what impact my findings may have on future counselling research and practice. I will conclude that the concept of meaning should be relevant to human beings in general and counsellors in particular.

Til Pappa

Føreord

Arbeidet med å skrive denne teksten har tatt veker, men arbeid med temaet har tatt meg mange år. Eg vil med dette takke dei som i størst grad har vore med å gjere dette arbeidet mogeleg. Takk til mamma og pappa, som har gitt meg ei tru på verdien av kunnskap, refleksjon og å gjere sitt beste. Takk til Eleanor og Jonathan, for deira enorme empati og deira tru på det gode i mennesket. Takk til Lektorstudentane i rådgiving for eit godt sosialt miljø. Ei stor takk til Solveig og Åslaug, for alt eg har lært av dykk og med dykk. Takk til Ragnvald for god tilbakemelding. Ei stor takk til Harald, for korrekturlesing og motivasjon i innspurten.

Hans V. Sunde
Trondheim, 05.06.2011

Disposisjon for oppgåva

Teksten er delt i tre delar, markert med ulik sidenummerering. Innleiing og vedlegg er nummererte med romartal og bokstavar. Hovudteksten er nummerert med vanlige tal.

Innleiinga inneheld norsk og engelsk samandrag, føreord, dedikasjon, oversikt over disposisjonen til oppgåva og innhaldsoversikt

Hovudteksten er delt i fem kapittel, pluss presentasjon av forskingsspørsmålet.

Kapittel 1 - Eg presenterar teoriar frå psykologi og rådgivingspedagogikk som er relevante for forskingsfeltet. Forskaren si forforståing blir òg presentert her.

Kapittel 2 - Eg gir eit oversyn over forskingsmetoden eg har nytta. Eg viser korleis eg plasserar mine forskingsintervju i ein fenomenologisk tradisjon og analyserar datamaterialet med utgangspunkt i kodingsprosessar frå Grounded Theory. I dette kapittelet diskuterar eg òg nokre nødvendige omsyn til kvalitet og forskningsetikk.

Kapittel 3 - Her gir eg lesaren eit innblikk i utvalet og resultata frå analysen. Dei fem kategoriane *felleskap*, *nærleik*, *påverkingsevne*, *verdi* og *eksistensiell kognisjon* blir presenterte enkeltvis.

Kapittel 4 - Det fjerde kapittelet er todelt. Fyrst konstruerar eg ein lokal teori på bakgrunn av resultatkategoriene frå analysen. Deretter ser eg den lokale teorien i lys av generelle teoriar og tidligare forskning.

Kapittel 5 - I det siste kapittelet vurderar eg drøftinga og analyseresultata i lys av omsyn til kvalitet i forskning. Eg seier vidare noko om forskning og praksis i rådgivingsfaget i lys av den tidlige drøfting. Til slutt presenterar eg mine eigne konkluderande tankar rundt forskinga.

Hovudteksten er på 49 tekstsider inkludert presentasjonen av forskingsspørsmålet i innleiinga.

Etter hovudteksten har eg ni vedlegg. Vedlegga er nummererte med romartal, og sidenummereringa er gitt med bokstavar.

Innhald

SAMANDRAG	I
SUMMARY	I
FØREORD	V
DISPOSISJON FOR OPPGÅVA	VII

FORSKINGSSPØRSMÅL

KAPITTEL 1 - MEINING I EIT TEORETISK PERSPEKTIV

JORDISK OG KOSMISK MEINING:	4
EKSISTENSIELL LIKEGYLDIGHEIT	5
ULIKE NIVÅ AV MEINING	7
MEINING OG MOTIVASJON	7
FORSKAREN SI FORFORSTÅING	8
DEMOGRAFISKE SKILJE	9
ULIKE INNDELINGAR	9
RELASJONAR	10
SJØLVBILETE	11
MEINING I EIT RÅDGIVINGSPERSPEKTIV	11
OPPSUMMERING	12

KAPITTEL 2 - METODE

FENOMENOLOGI	13
EIN FENOMENOLOGISK INTERVJUSTUDIE	13
FORSKARROLLA	14
INNSAMLING	15
VAL AV INFORMANTAR	15
INTERVJU	16
DATAINNSAMLING	18
TRANSKRIBERING OG STRUKTURERING	19
ANALYSE OG KODING	20
KVALITET	21
ETISKE OMSYN	23
OPPSUMMERING	24

KAPITTEL 3 - ANALYSE OG RESULTAT

PRESENTASJON AV FORSKINGSDELTAKEARANE	25
FRÅ KODAR TIL KATEGORiar	26
KATEGORIANE	26
FELLESSKAP	27
NÆRLEIK	28
PÅVERKINGSEVNE	30
VERDI	31
EKSISTENSIELL KOGNISJON	32
OPPSUMMERING	35

KAPITTEL 4 - DRØFTINGAR	37
LOKAL TEORI	37
RELASJONAR TIL ANDRE	37
VERDI I RELASJONAR	38
PÅVERKINGSEVNE OG VERDI	38
EKSISTENSIELL KOGNISJON	39
EI SAMANFATTING AV LOKAL TEORI	39
OPPSUMMERING	40
LOKAL TEORI I LYS AV GENERELLE TEORiar OG TIDLIGARE FORSKING	41
LOGOTERAPI OG YTRE MEINING	41
VOCATION	42
BEHOVSSTYRING	42
JORDISK OG KOSMISK MEINING	43
MIKRONIVÅ OG MAKRONIVÅ	44
MEINING OG MOTIVASJON	45
OPPSUMMERING	45
KAPITTEL 5 - AVSLUTNING OG OPPSUMMERING	47
KVALITET	47
UTVAL	47
INNSAMLING	48
ANALYSE	48
FORSKING OG PRAKSIS INNAN RÅDGIVINGSFAGET	48
VIDARE FORSKING	49
KONKLUDERANDE TANKAR	50
OPPSUMMERING	52
LITTERATURLISTE	53
VEDLEGG I - GODKJENNING FRÅ NORSK SAMFUNNSVITENSKAPELEG DATATENESTE	A
VEDLEGG II - INFORMASJON OM DELTAKING I MASTERSTUDIE	C
VEDLEGG III - SAMTYKKEERKLÆRING	E
VEDLEGG IV - INTERVJUGUIDE	G
VEDLEGG V - TEMALISTE/INNLEIANDE SPØRSMÅL:	I
VEDLEGG VI - UTVIKLINGA AV FORSKAREN SI FORFORSTÅING	K
VEDLEGG VII - TRANSKRIBERING OG KODING	M
VEDLEGG VIII - EKSEMPELUTSEGNER FRÅ KODINGA	Q
VEDLEGG IX - OMSETJE SITAT	U

Forskingsspørsmål

“How does a being who requires meaning find meaning in a universe that has no meaning?” (May & Yalom, 2000, s. 286)

Spørsmålet om kva meining er og kan vere har oppteke meg over lang tid, både fagleg og privat. Mi eiga største utfordring er at eg dei siste åra i aukande grad har opplevd ei relativisering av mine eigne verdiar. I den same prosessen har eg fått vekka eit behov for eit svar på spørsmålet "er livet mitt meningsfullt?" Om svaret er nei, kva er det då som gjer at eg står opp om morgonen?

Utifrå eit fagleg perspektiv var det fyrste gong gjennom Viktor Frankl (1964, 1971) sin logoterapi at eg opplevde at spørsmålet vart teke på alvor. Mi opphavlege interesse for logoterapien var stor, men etter kvart byrja eg òg å stille nye spørsmål. Eg opplevde at teoretikarar som Abraham Maslow (1967) og Roy Baumeister (1991) hadde heilt andre inntrykk av kva som låg i omgrepet meining. I tillegg opplevde eg at andre kritiserte Frankl på mange område, fyrst og fremst Timothy Pytell (2000, 2001, 2006). Både fagleg og personleg følte eg ei viss grad av usikkerheit, samt eit ynskje om å undersøke kva andre menneske legg i det å finne meining.

På bakgrunn av dette har eg formulert følgjande forskingsspørsmål:

- Korleis opplever menneske å ha *eit meningsfullt tilvære*, og korleis er meining som omgrep nyttig i eit rådgivingsperspektiv?

For å undersøke forskingsspørsmålet tek eg utgangspunkt i substantive teoriar og tidlegare forskning innanfor meining og motivasjon. Fyrst vil eg gje ein kort presentasjon av ulike synspunkt på kva meining er. Vidare beskriv eg ei empirisk undersøking av tre unge menn si oppleving av meining. Metodar for innsamling og analyse blir presenterte, med forankring i forskingsmetodiske teoriar. På bakgrunn av empiriske data frå den gjennomførte undersøkinga konstruerar eg ein lokal teori, der eg seier noko om essensen i forskingsdeltakarane si oppleving. Denne lokale teorien blir til slutt drøfta i lys av generell substantiv teori og tidlegare forskning, med mål om å seie noko om omgrepet meining i eit rådgivingsperspektiv

Kapittel 1 - Meaning i eit teoretisk perspektiv

"...det eksisterer ikkje noko situasjon som ikkje held ein kime til *meaning*" (Frankl, 1997, s. 46, mi omsetjing).

I dette kapitlet vil eg gje nokre teoretiske perspektiv på omgrepet *meaning*. Eg vil, på bakgrunn av desse teoretiske perspektiva, argumentere for at spørsmål om *meaning* har ein naturleg plass innanfor rådgivingspedagogikken. Vidare vil eg seie noko om forskaren si forståing, som har vore eit viktig bidrag i utforminga av dette forskingsopplegget. Til slutt i dette kapitlet presenterer eg nokre element som vil vere særleg relevant for analyse og drøfting i påfølgjande kapittel.

"Å vere menneske betyr å vere gjennomgåande open til verda. Ei verd som er full av andre vesen å møte og *meaning*(ar) å oppfylle" (Frankl, 1966, s.97, mi omsetjing). Gjennom logoterapien definerer Viktor Frankl det han meiner er mennesket si høgaste oppgåve; å spørje 'kva ventar verda av meg?' (1964). Berre gjennom å oppfylle den oppgåva verda har til ein kan mennesket oppleve *meaning*. Frankl presenterer tre måtar ein kan finne *meaning* på. 1. Ved å gjere ei gjerning. 2. Ved å erfare eller oppleve ein verdi. 3. Gjennom liding (1964, s. 113). Det som motiverer mennesket gir han namnet *vilje til meaning* (1964). Eit viktig fokus for Frankl er at *meaning*fulle handlingar alltid er retta mot noko ytre. Mennesket blir kalla, og det er noko eller nokon som kallar.

Det eksisterer mange modellar for korleis mennesket motiverast og lagar *meaning* av sine opplevingar. Få modellar er like kjente som behovshierarkiet til Abraham Maslow (1970). Timothy Pytell, som har studert fleire teoretikarar sine forhold til *meaning*, ser Maslow sine karakteristikkar av sjølvaktualiserande menneske og *peak experiences* som "forsøk på å artikulere og legge ibuande *meaning* i menneskeleg erfaring" (2006, s. 498, mi omsetjing). Med *peak experience* meiner Maslow stunder med intense opplevingar av lukke eller innsikt. "*Peak experiences* er skjellsettande, men forbigåande augneblink av sjølvaktualisering" (Maslow, 1971, s. 46, mi omsetjing). Å vere sjølvaktualiserande er ifølge behovshierarkiet mennesket sitt høgaste og endelege mål. Eit sjølvaktualisert menneske er eit meta-motivert menneske (1970). I dette ligg det at ein blir den ein er, og realiserer det potensialet ein har. Av natur fordrar eit hierarki av behov at dei lågare

behova er tilfredsstilte før dei høgare behova melder seg. Behova er, frå lågast til høgast: *Fysiologiske behov, sikkerheit, kjærleik/tilhøyr, verdi og sjølvaktualisering* (Maslow, 1967). Til forskjell frå Frankl sitt syn på kva som driv mennesket, ser ikkje Maslow noko ytre som kallar. Motivasjonen, eller behovet for motivasjonen, ligg i mennesket sjølv.

Leonard Geller peikar på at teoretikarar som Martin Heidegger, Rollo May, Carl Rogers og Abraham Maslow, alle med tru på ei form for sjølvaktualisering, deler eit felles syn på menneskenaturen. "Å vere menneske er å ha ein natur eller ein essens som er 'god' eller 'til å stole på', der ei oppfyljing eller aktualisering av denne naturen er eit endeleg og høgare mål i livet" (1982, s. 57, mi omsetjing). Denne trua på mennesket ligg implisitt i humanistisk psykologi, og derfor òg til grunn for forståing av meining.

Jordisk og kosmisk meining:

Timothy Pytell har fleire gonger kritisert både Viktor Frankl og logoterapien (2000, 2001, 2006). Frankl (1971) legg vekt på at meining må ha ei retning. Ei retning mot noko utanfor sjølv. Dette tolkar Pytell som eit resultat av at Frankl sjølv ikkje var i stand til å finne jordisk meining utan kosmisk meining (2006). Omgrepa *jordisk meining* og *kosmisk meining* kan førast tilbake til Paul Edwards (1981). Å finne kosmisk meining kan ein relatere til eksistensen av objektive mål med livet. Tradisjonelt har dei organiserte religionane vore den viktigaste kjelda til slike objektive storleikar. John Morgan hevdar at Frankl henta mykje inspirasjon til sin logoterapi frå jødisk tradisjon, utan at Frankl sjølv erkjenner dette (1983). Pytell meiner vidare at ein kan omsetje alle tilfelle av ordet *transcendence* hjå Frankl til å bety kontakt med Gud (2006). På bakgrunn av dette kan ein kanskje tenkje at logoterapien sitt syn på kva meining er, er nært knytt til ei oppleving av kosmisk meining.

Forholdet mellom *kosmisk* og *jordisk* meining er ikkje heilt enkelt. På den eine sida kan ein sjå det som Martin Buber: "Spørsmålet om meining med livet er ikkje lenger der når Gud er til stades. Dersom spørsmålet var der ville det uansett ikkje måtte svarast på" (1958, s. 110, mi omsetjing). Om ein skal vere samd i dette, kunne det kanskje gjere spørsmålet om jordisk meining irrelevant i nærvær av ein Gud. Eit slikt nærvær ville utgjere ei kjelde til kosmisk meining. Ei vidareføring av denne tanken kunne vere at kosmisk meining gjer jordisk meining irrelevant.

Adams og Bezner (2000) har gjort kvantitative undersøkingar av samanhengen mellom spiritualitet og opplevd meining. Dei finn at det ser ut til å vere ein positiv samanheng mellom høg grad av rapportert spiritualitet og høg grad av rapportert meining, . Baumeister og Vohs seier at "essensen i meining er samanheng" (Baumeister & Vohs, 2002, s. 608, mi omsetjing). Om ein i staden tek dette perspektivet på meining, blir det lettare å sjå at opplevinga av jordisk samanheng ikkje nødvendigvis må vere skilt frå opplevinga av kosmisk meining. Dersom ei oppleving av jordisk meining er å oppleve samanheng, kan kanskje det å oppleve kosmisk meining vere ei kjelde til å konstruere ein slik samanheng. Høg grad av spiritualitet, som Adams og Bezner har tatt utgangspunkt i, burde då kunne vere ei kjelde til å oppleve samanheng. Dersom ein som Edwards påpeikar (Edwards, 1981), kan oppleve jordisk meining uavhengig av om ein opplever kosmisk meining, blir interessant å stille spørsmål om både kosmisk meining og jordisk meining er likestilte kjelder til samanheng.

Eksistensiell likegyldigheit

Diskusjon rundt opplevinga av meining innanfor humanistisk psykologi ser i alle fall ut til å nå *ein* konsensus. Å oppleve meining er nødvendig for å leve eit fullverdig liv og for å realisere potensialet ibuande i mennesket. Dette finn ein i logoterapien si retning mot meining (Frankl, 1964), i Rogers sin ide om det meiningssøkande mennesket (1967), og i Maslow sitt meta-motiverte menneske (1970). I dette verkar det ligge implisitt at menneske som ikkje opplever spørsmål om meining som relevant ikkje er fullverdige menneske. Tatjana Schnell har gjort empiriske undersøkingar i den tyske befolkninga, der ho ynskjer å kvantifisere kor stor del av tyskarar som rapporterar at dei opplever meining. I tillegg har ho undersøkt eventuelle samanhengar mellom graden av opplevd meining og graden av tilfredsheit og lukke. I den samanheng finn ho at så mange som 35% av respondentane ender i kategorien *eksistensielt likegyldige*, medan storleikane på gruppene som opplever meining og dei som opplever meiningstomheit er på høvesvis 61% og 4% (Schnell, 2010, s. 358). "Eksistensiell likegyldigheit er karaktisert ved liten grad av opplevd meining utan at dette opplevast som meiningstomheit" (Ibid, s. 351, mi omsetjing).

Schnell ser opplevd meining og opplevd problematisk mangel på meining som uavhengige, og finn at ein i praksis kan oppleve tre tilstandar:

1. Ei høg grad av opplevd meining og lav grad av opplevd mangel på meining (meningsfull).
2. Ei høg grad av opplevd mangel på meining og lav grad av opplevd meining (meiningstom).
3. Ei lav grad av opplevd meining og ei lav grad av opplevd mangel på meining (eksistensielt likegyldig).

(Schnell, 2010, s. 354)

Om den prosentvise fordelinga i den tyske populasjonen er samanliknbar med fordelinga i den norske populasjonen er vanskeleg å avgjere. Både Tyskland og Noreg er land med svært høg levestandard, i 2010 låg dei på høvevis tiande og fyrste plass på FN sin Human Development Index (UNDP, 2010). Likskap i levestandard er eit teikn på utviklinga av eit samfunn, noko som igjen kan vere ein indikasjon på at ein som individ møter mange av dei same utfordringane. Dette talar for at kategoriane er relevante for norske forhold, uavhengig av om fordelinga kategoriane imellom er lik.

Schnell finn at det er signifikant positiv korrelasjon mellom graden av opplevd meining på den eine sida, og mental helse og velvere på den andre. Forskjellen mellom dei eksistensielt likegyldige og dei som opplever eit meningsfullt tilvære er likevel liten, sett i forhold til forskjellen mellom dei som opplever meiningstomheit og resten av befolkninga (Schnell, 2010, ss. 361-364, 367-368). Mental helse har tradisjonelt vore definert som fråvær av angst, depresjon eller andre patologiar. I dei seinare åra har omgrepet mental helse i aukande grad inkludert mental velvere (Ryff & Singer, 1998). Frankl meinte at ein ofte kunne knytte dårlig mental helse til eksistensiell angst (Frankl, 1971), noko han beskriv som opplevd meiningstomheit. Dei signifikante forskjellane i rapportert velvere mellom gruppa som opplever meining og gruppa som opplever meiningstomheit kan vere eit argument for Frankl sine synspunkt.

Eg vil vere forsiktig med å konkludere at eksistensiell likegyldigheit er ein hierarkisk underordna tilstand i forhold til å oppleve meining, noko det kan vere freistande å gjere. Viktigare er det å anerkjenne eksistensiell likegyldigheit, og at denne kategorien utgjer ein vesentleg del av befolkninga. Nokon oppfattar meining som viktig, medan andre ikkje oppfattar meining som viktig. Av dei som oppfattar meining som viktig er det samanheng mellom graden av opplevd meining og graden av tilfredsheit og velvere.

Ulike nivå av mening

Det engelske språket, som er langt rikare i ordtilfang enn det norske, har langt fleire ord til å beskrive nyansar innanfor spørsmål om mening. Eitt av orda som er vanskeleg å oversette er *vocation*. Greg Bogart beskriv opplevinga av *vocation* som "the initiation into a sense of calling or a central life task" (1994, s. 6). *Vocation* er éin måte å definere kva det vil seie å oppleve mening. Om ein vil tenkje seg opplevinga av mening i ulike nivå, må det å oppleve ei sentral livsrolle vere mening sett i eit stort perspektiv.

Maslow gjer eit tydeleg skilje mellom personar som er sjølv-aktualiserande og personar som er motiverte av meir grunnleggjande behov (Maslow, 1967). Han meiner vidare at sjølv-aktualiserande menneske er så klart dedikerte til ei ytre oppgåve at ein naturleg kan nytte omgrep som *vocation*, *calling* eller *mission* (Ibid). Om ein skal tenkje seg eit slikt skilje ville meta-motivasjon kanskje kun gjelde det Bogart kalla 'sense of calling or a central life task.' Charles Chen seier at "essensen i å leve er det å gi mening til eiga oppleving av det å vere" (2001, s. 322, mi omsetjing). Vidare hevdar han at prosessen å gi mening skjer både i eit mikroperspektiv og i eit makroperspektiv (Ibid). Dette kan òg sjåast i samanheng med empiriske undersøkingar gjort av Sommer og Baumeister (1998). Dei finn at faktorane som styrer vår søken etter ei endeleg mening i livet, det å ha eit meningsfullt liv forstått som *vocation*, er dei same som let oss forstå og sjå samanheng i våre daglege erfaringar (Ibid).

"Det er sannsynleg at dette er gradsforskjellar. Kanskje er alle menneske (potensielt) metamotiverte i ein eller annan grad" (Maslow, 1967, s. 104, mi omsetjing). Spennet er stort i tolkingane av kva det vil seie å oppleve eller skape mening. På den eine sida har me den overordna forståinga av mening som *vocation*. I den andre enden av skalaen har me forståinga av mening som den pågåande prosessen av å skape samanheng i kvardagslege erfaringar.

Mening og motivasjon

At noko opplevast som meningsfullt ligg tett opptil ideen om indre motivasjon (Deci & Ryan, 1985). "Å vere motivert er å bli bevega til å gjere noko" (Ibid, 2000a, s. 54, mi omsetjing). Deci og Ryan sin Self-determination theory postulerar tre universelle ibuande psykologiske behov; *competence*, *autonomy* og *relatedness* "som, når dei blir tilfredsstilte fører til ei auke i motivasjon og betring av mental helse. Og som, når dei

ikkje blir tilfredsstilte, fører til ein nedgang i motivasjon og velvere" (Ibid, 2000b, s. 68, mi omsetjing). Autonomi er her definert som opplevinga av sjølvkontroll - å ta sine eigne avgjerder. Competence er opplevinga av å utrette og å kunne påverke verda rundt seg. Relatedness er i stor grad samanfallande med det Baumeister og Leary (1995) kallar 'a need to belong' - behovet for å opprette tette og varige sosiale relasjonar (Deci & Ryan, 1985). Det som kjenneteiknar indre motivasjon, til motsetning frå ytre motivasjon, er at "belønninga opplevast inherent i aktiviteten. Tross eventuelle sekundære belønningar er den primære drivkrafta den spontane opplevinga som følgjer aktiviteten" (Deci & Ryan, 1985, s. 11, mi omsetjing).

Deci og Ryan (1985) hevdar at dei tre psykologiske behova som utgjer grunnlaget for intern motivasjon er kvalitativt forskjellige frå primære behov som svolt og tørste. Forskjellen ligg i at dei tre psykologiske behova ikkje er sykliske, men alltid tilstades. Svolt og tørste dukkar opp i bevisstheita og "pressar på for å oppnå tilfredsstilling" (Ibid, s. 33, mi omsetjing), før dei glir tilbake i ubevisstheita. Behova for *competence*, *autonomy* og *relatedness* er alltid tilstades. Self-determination theory seier følgjande om korleis menneske opplever verda som meningsfull: "Menneske søker inkongruensar for å kunne redusere dei, og for å inkorporere motsettande element i sine eksisterande strukturar" (Deci & Ryan, 1985, ss. 33-34, mi omsetjing). Frå dette les eg to ting. Det eine er at mennesket søker meaning gjennom samanheng. Det andre er at det ikkje nødvendigvis er tilstanden av kongruens som er meningsfull, men opplevinga av overgangen frå inkongruens til kongruens.

Forskaren si forforståing

Mi forståing av emnet har utvikla seg i løpet av arbeidet. Ei oversikt over mi utvikling i forhold til temaet ligg vedlagt (Vedlegg VI). Mi noverande haldning til meaning er prega av ei større grad av optimisme enn før. Eg trur ikkje at *kosmisk meaning* kan eksistere for meg, men at skiljet mellom jordisk og kosmisk meaning uansett er kunstig. Livet inneheld ikkje noko endeleg meaning, men det betyr ikkje at ein ikkje kan oppleve livet som meningsfullt. I den grad ei ytre verd eksisterar er det gjennom opplevinga. Det er berre opplevinga ein kan vere sikker på at faktisk eksisterar. På den måten blir opplevinga òg det nærmaste ein kjem sanning. Om ein opplever meaning vil det òg bety at meaning eksisterar. Ein ting er eg usikker på: Er me alle i stand til å oppleve meaning? Om det eksisterar ein essens av meaning, kva er så den?

Demografiske skilje

Graham og Balloun har gjort empiriske testar av Maslow sin hierarkiske behovspyramide. Dei klarar ikkje å bekrefte det hierarkiske oppsettet i forhold til aktivering av behov, men finn at aktivering av dei høgare behova korrollerar positivt med alder (1973). Tendensen er at eldre menneske viser større behov for det Maslow refererer til som sjølvaktualisering. Dei empiriske undersøkingane til Schnell (2010) finn at dei som rapporterar eksistensiell likegyldigheit er signifikant yngre enn dei som rapporterar at dei opplever meining. Alder ser altså ut til å vere ein statistisk viktig faktor som kan seie noko om graden av opplevd meining.

Kernes og Kinnier (2008) undersøker gjennom fleire ulike testar korleis psykologar opplever meining. Dei kontrollerar for fire demografiske variablar: *alder*, *kjønn*, *arbeidssituasjon* og *religiøs preferanse*. I ein av testane finn dei signifikant korrelasjon mellom opplevinga av meining og variablane *kjønn* og *religiøs preferanse*, medan dei gjennom ei anna undersøking berre finn signifikant korrelasjon med variabelen *religiøs preferanse*. Det at dei her ikkje finn forskjellar i arbeidssituasjon kan vanskeleg overførast til andre grupper, då det her er snakk om eit utval utelukkande av psykologar. Om me godtek Edwards sitt tidlegare presenterte skilje mellom jordisk og kosmisk meining, skulle det ikkje komme som noko overrasking at religiøs preferanse er signifikant i forhold til korleis ein opplever meining.

Schnell finn at sivilstatus har ein klar samanheng med opplevd meining. I eit representativt utval av tyskarar finn ho at halvparten av gifte er i kategorien *eksistensielt likegyldige*, medan knapt ein fjerdedel av dei ugifte er i same kategori. Blant dei ugifte ser det ikkje ut til å vere skilje mellom dei einslege og dei som sambuarar (2010, s. 365).

Ulike inndelingar

Frankl, gjennom sin logoterapi, seier at å finne meining er eit menneskeleg behov. Ifølge logoterapien kan ein finne meining på ein av tre måtar. 1. Ved å gjere ei gjerning. 2. Ved å erfare eller oppleve ein verdi. 3. Gjennom liding. Desse områda representerar moglegheiter. Baumeister finn at *purpose*, *efficacy*, *value* og *self-worth* utgjer fire grunnleggande *behov* for meining (1991), men at grensene mellom desse kategoriane er uklare (Sommer & Baumeister, 1998). Å oppleve *purpose* er å oppleve at ein har eit mål. *Efficacy* representerar ei oppleving av makt til å påverke omverda. *Value*, eller verdjar, er det som let menneske skilje mellom kva som er godt og kva som ikkje er godt. *Self-*

worth representerar eit behov for å oppleve at ein sjølv har verdi. Det er fleire skilnadar mellom Frankl og Baumeister sitt syn på kva som motiverer menneske. Frankl presenterer tre område der ein kan finne meining. Baumeister presenterer fire kategoriar av *behov*, som alle eksisterer meir eller mindre uavhengige av kvarandre.

Schnell definerer, på bakgrunn av faktoranalyse av sine empiriske data, fire kategoriar av meining: *Sjølvt transcending, sjølvaktualisering, orden og velvære/relasjon* (Schnell, 2010, s. 356). Sjølvt transcending handlar om å oppleve ansvar for noko utover eigne umiddelbare utfordringar og behov. Sjølvaktualisering oppsummerast som utvikling og bruk av eigne evner. Orden referer til fasthald av dei verdiane som ordnar tilværet. Den siste kategorien referer til kultivering av gleder privat og sosialt (Ibid). Ei slik forståing er langt på veg i tråd med Baumeister sine tankar om behov.

Reis et al. (2000) finn variasjonar i velvere frå dag til dag som korrollerar med grada av tilfredsstilling av det Deci og Ryan beskriv som behov for *autonomy, competence* og *relatedness*. Reis et al. finn at det innanfor kvar enkelt dag er signifikant positiv korrelasjon mellom velvere og oppfyljing av dei tre nemnte behova (2000). Dette dag-til-dag-forholdet burde underbygge Baumeister sin tidlegare presenterte påstand, om at mekanismane som let oss forstå meining i livet på overordna nivå er dei same som motiverar oss og let oss lage meining av våre daglege opplevingar.

Relasjonar

Maslow listar "love and belongingness" midt i sin hierarkiske pyramide av motivasjon (Maslow, 1968). Baumeister og Leary seier at mennesket er naturleg drive mot etablering og oppretthalding av *belongingness* (1995, s 499). Dette inneber eit behov for "hyppige, affektivt positive interaksjonar med nokre få andre menneske [...] i kontekst av eit stabilt og varig rammeverk av affektiv omsorg for kvarandre (Ibid, s. 497, mi omsetjing). Denne beskrivinga er lik beskrivinga av det grunnleggjande psykologiske behovet for *relatedness* i Self-determination theory (Deci & Ryan, 1985). For å tilfredsstille behovet for *belongingness* må ein oppleve at den andre bryr seg om eins eige velvære og likar ein, eller elsker ein. Gjensidigheit i denne relasjonen er positivt, men ikkje avgjerande (Baumeister & Leary, 1995).

Sjølvbilete

Leary et al. (1995) finn at det er ein sterk korrelasjon mellom eit positivt sjølvbilete og *relatedness*. Crocker Og Park (2004) finn på si side ein negativ korrelasjon mellom velvere og aktiv søken etter betre sjølvbilete gjennom sjølvhevdning. Dei konklusjonane Crocker og Park vel å trekke utifrå dette er at ein gjennom å søke forsterking av sjølvbiletet i seg sjølv ofte ender opp i ein sårbar forsvarsposisjon. Heine et al. (1999) har undersøkt om behovet for eit positivt sjølvbilete er universelt gyldig på tvers av kulturar. Basert på undersøkingar av nordamerikanske og japanske utval konkluderar dei med at behovet for eit positivt sjølvbilete er eit kulturelt fenomen, eit fenomen som er godt representert i Nord-Amerika. Positivt sjølvbilete ser ikkje ut til å vere relevant for det japanske utvalet i same grad. Norsk kultur er verken identisk med nordamerikansk eller japansk kultur. Det er vanskeleg å seie kva som i den samanheng er overførbart til norske forhold.

Meining i eit rådgivingsperspektiv

Kernes og Kinnier meiner at det er ei grunnleggande utfordring for terapeutar å møte klientar med ei nihilistisk innstilling til livet (2008). Sjølv om dette er sagt i forhold til psykologar, er det ikkje vanskeleg å tenkje seg at det same vil gjelde innanfor rådgivingspedagogikken. Richard Leider seier: "*purpose clarifies our calling*. Den gir mening til arbeidet vårt. Me veit kvifor me står opp om morgonen." (Leider, 1997, s. 40, mi omsetjing). Uavhengig av korleis ein sjølv forstår mening, er eksistensielle spørsmål noko som vil oppta mange av dei menneska ein rådgivar vil møte. For å kunne møte desse menneska på ein tilfredsstillande måte er det positivt både å ha reflektert over eigne synspunkt og å ha innsikt i kva som kan vere relevant for andre.

Eit interessant perspektiv er at Kernes og Kinnier, på bakgrunn av si undersøking, hevdar at mange av psykologane som deltok i studiet ga uttrykk for ein slags antireligiøsitet. Dei ga uoppmoda tilbakemeldingar om at dei tykte spørsmåla om spiritualitet var irrelevante, unødvendige eller upassande (2008). Dette kan vere teikn på ei vurdering av korleis det er passande å finne mening. Ei slik vurdering kan få uheldige konsekvensar for korleis ein møter andre i rådgivingssituasjonen. Det å opent søke forståing for korleis ulike menneske finn mening i sitt tilvære kan vere med på å gjere rådgivaren betre i stand til å møte andre i eksistensielle spørsmål.

Charles Chen ser spørsmålet om mening i lys av karriererådgiving. "Ein konstruerar og tolkar meiningar medan ein lever livet. Dette prinsippet er viktig for *karrierepsykologien*. Erfaringar frå arbeid og karriere er alltid ein integrert del av livet" (2001, s. 322, mi omsetjing). Lips-Wiersma og Mcmorland (2006) har undersøkt nyare karriererådgiving, og argumenterar for at *vocation* er eit element som fortener større fokus, både kva angår forskning og praksis. Innanfor karriererådgiving arbeider ein ofte med det å ta val, men "korleis kan me tru at me vel, dersom me ikkje veit kor valet kjem ifrå?" (Hollis, 2001, ss. 61-62, mi omsetjing). Det kan vere at den ein møter i rådgivingssituasjonen uttrykker eit frustrert forhold til mening. Då er det viktig at rådgivaren har eit bevisst forhold både til mening som fenomen, og til sitt eige forhold til mening.

Oppsummering

I dette kapitlet har eg presentert nokre ulike teoretiske perspektiv på omgrepet mening. Mening blir her kopla til mental helse og til generell velvere. Avhengig av kva perspektiv ein har kan ein tale om *kosmisk* eller *jordisk* mening. Ein kan òg sjå mening i mirko- eller makroperspektiv. Eg har sett at det er nær samanheng mellom mening og motivasjon. Det har kort blitt gjort greie for forskaren si forforståing. Forforståing blir rekna som ein viktig påverkingsfaktor gjennom heile forskingsprosessen. I samband med demografiske skilje har eg vist til signifikante forskjellar mellom ulike grupper, noko som har påverka utvalet og vil påverke overførbarheit til andre grupper. Til slutt har eg argumentert kort for at mening er eit relevant omgrep i eit rådgivingsperspektiv.

Kapittel 2 - Metode

Eg vil i dette kapitlet presentere dei metodiske vala eg har gjort. Eg presenterar kort fenomenologien og det fenomenologiske intervjustudiet. Deretter vil eg gjere greie for dei vurderingane eg har gjort undervegs. Lesaren skal kunne følgje vala eg har gjort i prosessen frå intervju, gjennom transkribering og til analyse. Til slutt i kapitlet presenterar eg viktige omsyn til kvalitet og forskningsetikk.

Fenomenologi

Forskingsspørsmålet eg har teke utgangspunkt i er av induktiv karakter. Eg etterspør opplevinga av fenomenet meining. Eit forskingsspørsmål av induktiv karakter passar naturleg inn i ein kvalitativ forskingstradisjon (Postholm, 2010; Thagaard, 2009). At det samstundes er snakk om *opplevinga* av eit fenomen, gjer at eg har funne det naturleg å nytte ei fenomenologisk intervjuundersøking. Metodevalet fell òg saman med at eg som forskar har eit sosialkonstruktivistisk vitskapssyn.

Ifølge Michael Quinn Patton skil fenomenologien ikkje mellom ein objektiv og ein subjektiv realitet. Det einaste ein kan vite noko om er eigne erfaringar, kva dei er og kva dei betyr (2002). Til tross for at fenomenologien ikkje skil mellom subjektiv og objektiv realitet, antek ein at opplevingane til ulike menneske har likskapar. Det som er likt i ulike menneske si oppleving av eit fenomen kan ein kalle *essensen* av fenomenet. "Å anta at det eksisterar ein essens, som når etnografen antek at kultur eksisterar og er viktig, blir den definerande karakteristikken av ein rein fenomenologisk studie" (Patton, 2002, s. 70, mi omsetjing). Det som er mest relevant for mitt arbeid er å fokusere på kva folk erfarer og korleis dei tolkar desse erfaringane. Eit slik fokus gjer intervju til den mest relevante forma for datainnsamling (Patton, 2002).

Ein fenomenologisk intervjustudie

May Britt Postholm viser til at intervju ofte er den einaste moglege kjelda til informasjon om opplevingane til forskingsdeltakarane (2010, s. 73). Dette er samstundes problematisk, sett i lys av følgjande ord frå Michael Patton: "Den einaste måten for oss å verkeleg vite kva ein anna person erfarer er å erfare det sjølv." (Patton, 2002, s. 70). Det som kjem fram gjennom ein intervjustudie er forskaren si oppleving av forskingsdeltakarane sine narrativ, basert på tolkingar dei har gjort av sine opplevingar.

Det er ikkje vanskeleg å sjå at ein gjennom ei intervjuundersøking i utgangspunktet ligg langt unna sjølve opplevinga. I ei intervjuundersøking, som i all kvalitativ forskning, blir røynda skapt av personane som deltek i forskinga (Postholm, 2010, s. 34). Forteljinga eg skaper på bakgrunn av forskingsstudien kan beskrivast som eit vindaug inn til hendingane (Postholm, 2010, s. 129). Både det avgrensa omfanget av forskinga og den kvalitative forskinga sin natur gjer at eg i beste fall kan presentere eit lite utsnitt av røynda. Det eg som forskar er i stand til å belyse er situasjonsspesifikt, på den måten at eg kan gi innblikk i den kunnskapen som konstruerast mellom meg og forskingsdeltakarane. For at lesaren sjølv skal kunne vurdere kva den produserte kunnskapen representerar må eg i størst mogeleg detalj skildre korleis eg har gått fram.

Forskarrolla

I alle delar av forskingsprosessen er forskaren si forforståing viktig. Forforståing påverkar dei vala forskaren gjer, og dei samanhengane forskaren ser (Kvale & Brinkmann, 2009; Thagaard, 2009). For å kunne avgjere kva påverknad mi forforståing har og har hatt, er det nødvendig å så godt det let seg gjere bli ho medviten (Patton, 2002; Postholm, 2010). Mitt nære forhold til forskningstemaet er presentert i førre kapittel. Eg har mange og dels klare tankar om korleis eg sjølv stiller meg til spørsmålet om eit meningsfullt tilvære. At eg har valt å fokusere på ei gruppe som er lik meg sjølv spring òg ut ifrå bevisst ynskje om å kunne dra samanlikningar med mi eiga utvikling. Dette ser eg kan vere potensielt problematisk. Mi forståing har endra seg i møte med forskingsfeltet. For at lesaren sjølv lettare skal kunne vurdere korleis forskaren si forforståing har påverka forskinga har eg lagt ved ei oversikt over forskaren si opplevde utvikling (Vedlegg VI).

I arbeidet med intervjuing tek eg som intervjuar med meg mykje ballast frå rådgivingsfaget. Det siste halvanna året har eg vore frivillig engasjert både i eit coaching-prosjekt og i ei studentgruppe som har drive praktisk rådgivingstrening med tilbakemelding frå observerande studentar. Intervjusamtalen verkar derfor kjent, og eg føler meg trygg i rollen som intervjuar. Ein fare er at mine erfaringar er frå situasjonar som ikkje har datainnsamling som fokus. Særleg då eg i denne forskinga har nytta intervju med lite struktur, har det tidvis vore naturleg å følgje opp nokre emne med eit terapeutisk fokus. Dalen minner om at "det [er] viktig å huske at forskeren ikke har en terapeutrolle. Men du kan likevel være en medhjelper" (Dalen, 2004, s. 41). Når eg les

transkripsjonane opplever eg at eg greier å halde hovudfokus på å få tak i forskingsdeltakarane sine opplevingar, men eg ynskjer heile vegen at forskingsdeltakarane sjølv skal føle at dei har utbytte av samtalen. I både innsamling, analyse og drøfting er eg som forskar det viktigaste verktøyet (Postholm, 2010). For at lesaren skal kunne vurdere kva påverknad eg har hatt må eg derfor både presentere min subjektivitet og dokumentere prosessen så godt det let seg gjere.

Innsamling

Når det kjem til innsamling av data gjennom ei intervjuundersøking er det særleg tre ting som er utslagsgivande for kva data ein får. Utvalet eg vel å intervjuje avgrensar kven sine opplevingar som utgjer grunnlaget (Postholm, 2010; Thagaard, 2009). Kva type intervju eg vel og korleis eg legg opp gjennomføringa av eit slikt intervju vil avgjere kva type data eg kan få og kva opplevingar eg får tak i (Dalen, 2004; Kvale & Brinkmann, 2009). Min kompetanse som intervjuar vil i stor grad avgjere kva eg får ut av sjølve intervjuet (Dalen, 2004).

Val av informantar

"Kvalitative studier baserer seg på strategiske utvalg, det vil si at vi velger informanter som har egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til problemstillingen og undersøkelsens teoretiske perspektiver" (Thagaard, 2009, s. 55). For å sikre at informantane har dei eigenskapane og kvalifikasjonane eg er ute etter har eg valt informantane med utgangspunkt i det Dalen kallar *kriterieutveljing* (2004, s. 52). Kriterieutveljing baserar seg på at ein sett opp kriterium for forskingsdeltakarar. Evna til å lage gode kriterium baserar seg på ei god forståing av forskingsfeltet. Dalen peikar på at det er viktig å "maksimere og minimalisere forskjeller" (2004, s. 47). Med dette meinast det å minimere forskjellane innanfor dei kategoriane ein ikkje er interessert i å undersøke, og samstundes maksimere forskjellane innanfor dei kategoriane ein er interessert i å undersøke. I oppsettet av kriterium har eg særleg teke utgangspunkt i dei demografiske skilnadane eg kan anta at vil vere relevante. Med omsyn til omfanget på forskingsprosjektet ynskjer eg ikkje å sjå på forskjellar i alder, kjønn eller religiøs preferanse. Thagaard peikar på at den viktigaste avveginga når det gjeld talet på informantar er at ein ikkje har fleire enn at ein kan utføre djuptpløyande analyser (2009, s. 60). Av den grunn åleine blir det vanskeleg å utføre noko form for komparativ analyse.

Ved avgrensing med omsyn til alder, kjønn og religiøs preferanse var det nærliggande å velje ei gruppe eg sjølv kunne kjenne meg att i. Eg sette derfor opp som kriterium at eg ville ha menn i aldersgruppa 25-30 år som sjølv rekna seg som ateistar/agnostikarar. Dette valet gjorde eg fyrst og fremst fordi denne gruppa interesserte meg mest, og at eg såg for meg størst personleg utbytte på den måten. Samstundes er det for denne gruppa eg har den mest omfattande forforståinga.

Maslow, då han etablerte sin motivasjonsteori, studerte spesielle utval av dei sunnaste studentane, samt kjente personar han opplevde som sterkt motiverte (Maslow, 1970). Eg har gjort same avveging i forhold til å sjå på dei som opplever meining i staden for dei som ikkje gjer det. Dette valet fell òg saman med den tidlege vurderinga om at eg ikkje vil ha kapasitet til å utføre eit komparativt studie. På bakgrunn av dei tre gruppene identifisert gjennom dei empiriske undersøkingane til Tatjana Schnell, ynskja eg informantar som opplever høg grad av meining og liten grad av meiningslause. Thagaard skil mellom *typiske utval* og *spesielle utval* (Thagaard, 2009, ss. 58-59). Sett i forhold til heile populasjonen av unge menn ville mitt utval kunne karakteriserast som spesielt utval. Ser ein i staden utvalet i forhold til unge menn som opplever meining blir det ei vurderingssak i kva grad forskingsdeltakarane utgjer eit typisk utval.

Dalen trekk fram balanse som det viktigaste omsynet når det kjem til talet på forskingsdeltakarar ein ynskjer å involvere i prosjektet. Ein må balansere den tidkrevjande prosessen det er å samle data med at kvalitet og kvantitet på materialet må vere tilstrekkeleg (Dalen, 2004, s. 51). På bakgrunn av Dukes (1984) si anbefaling om at forskaren i ei fenomenologisk intervjustudie intervjuar mellom tre og ti personar, anbefalar Postholm å intervju tre forskingsdeltakarar (Postholm, 2010s. 43) Denne anbefalinga har eg følgd. I søknaden til Norsk Samfunnsvitskapeleg Datateneste søkte eg om å intervju 3-5 forskingsdeltakarar. På den måten kunne eg supplere med fleire intervju dersom eg undervegs opplevde at tre vart for lite, noko eg ikkje gjorde. Godkjenninga av søknaden er vedlagt (Vedlegg I)

Intervju

Forskingsintervju kan plasserast på ein kontinuerlig skala frå strukturerte til ustrukturerte intervju. Ulike type intervju eignar seg til å få tak i ulik type informasjon og til å behandle ulike typar forskingsproblemstillingar. Strukturerte intervju eignar seg

til å "forklare atferd innenfor forhånds etablerte kategorier" (Postholm, 2010, s. 73), medan ustrukturerte intervju eignar seg til "å forstå den komplekse atferden til de som studeres, uten noen form for forhåndskategorisering som kan begrense forskningsstudien" (Ibid). Ei undersøkende forskingsproblemstilling skulle borge for eit opent intervju.

"I et åpent intervju er målsettingen at informantene skal fortelle mest mulig fritt om sine livserfaringer" (Dalen, 2004, s. 29). Ei open tilnærming er slik sårbar på den måten at ho er avhengig av informantar som er villige til å dele. Dette, meiner Dalen, er ein viktig grunn til at mange vegrar seg for å velje ei open tilnærming. Kvale og Brinkmann (2009) understrekar at det er viktig å lage ein god intervjuguide, eller ei god temaliste.

Intervjuguiden har fleire formål, mellom anna å sikre at viktige tema blir behandla i alle intervju og at intervju skjer på mest mogeleg likt grunnlag. "Det er viktig å arbeide grundig med utarbeidingen av de spørsmålene som skal inngå i guiden i et kvalitativt intervju prosjekt" (Dalen, 2004, s. 30). Kva data ein får tak i er sterkt avhengig av dei avgrensingane ein gjer i planlegginga og utforminga av intervjuet. Arbeidet med å setje meg godt inn i teorien som skulle danne grunnlag for val av tema starta i november 2011. Ei grovskissa temaliste var utarbeida i januar 2011, og denne vart sendt inn for godkjenning til Norsk Samfunnsvitenskapeleg Datateneste (Vedlegg IV; Vedlegg V). Arbeidet med å setje meg vidare inn i tema for intervju heldt på fram til gjennomføringa av intervju i april 2011.

"Det er viktig å stille spørsmålene på en måte som inviterer informanten til å reflektere over temaene det blir spurt om" (Thagaard, 2009, s. 91). Til tross for at eg hadde arbeida omfattande med å setje meg inn i teoriar om meining og motivasjon ynskja eg å ha ei så open tilnærming som mogeleg. Idealet var å ikkje nytte intervjuguiden i det heile teke, men å la forskingsdeltakarane snakke så fritt som mogeleg. Eg planla mogelege introduksjonsspørsmål til dei ulike tema dersom forskingsdeltakarane ikkje sjølv kom inn på dei.

"I en kvalitativ intervjustudie må det alltid foretas et eller flere prøveintervju både for å teste ut intervjuguiden, men også for å teste seg selv som intervjuer" (Dalen, 2004, s. 34). Eg gjennomførte to prøveintervju, i tillegg til fleire uhøgtidlege samtalar der eg utan å ha med intervjuguiden forsøkte å setje meg inn i rolla som intervjuar. Det fyrste

prøveintervjuet hadde eg saman med ein medstudent, for slik å kunne få fagleg grunn tilbakemeldingar både på intervjuguiden og på mi rolle. Det andre prøveintervjuet gjennomførte eg seinare saman med ein som verken hadde erfaring frå fagområdet eller frå forskning. Den siste settinga oppfatta eg som mest realistisk. Etter desse rundane gjorde eg få endringar på sjølve intervjuguiden, men vart bevisst at eg stilte spørsmål på noko ulike måtar til dei to prøveinformantane. Denne oppdaginga var noko eg prøvde å ta med meg i gjennomføringa av dei endelege intervju. Eg forsøkte då å formulere spørsmåla mine like korte og enkelt til alle forskingsdeltakarane. Delar av begge prøveintervjua vart teke opp på lydband og gjennomgått, men ikkje transkribert.

Datainnsamling

Gjennom mi personlege interesse i temaet meining har eg i lang tid diskutert eksistensielle spørsmål med andre. Dette har vore både rådgivingsstudentar med fagleg interesse og andre med personleg interesse. Fleire som har fått vite at eg er i gang med forskning på opplevd meining har sett meg i kontakt med aktuelle informantar. Når tida kom for å gjere det endelege valet av informantar hadde eg eit stort nettverk å velje i. Å rekruttere informantar på bakgrunn av kva som er tilgjengeleg for forskaren kallar Thagaard for *tilgjengelegheitsutval* (2009, s. 56). Ei av utfordringane med slike utval er at mogelege forskingsdeltakarar er svært avgrensa.

Dei fleste kriteria mine var veldefinerte, kanskje med unntak av den viktigaste - at forskingsdeltakarane opplevde meining. Eg var avhengig av nokre kjenneteikn å sjå etter. Eg gjekk her utifrå at personar som viste ei interesse i spørsmål om meining i eige liv, utan å rapportere meiningstomheit, i ein eller annan grad måtte oppleve meining. Eg tok derfor innleiande munnleg kontakt med dei eg trudde ville vere aktuelle. På bakgrunn av uhøgtidlege samtalar valte eg ut tre mogelege informantar. Eg kunne likevel ikkje vere sikker på om eg hadde gjort eit godt val før intervjuet var gjennomført. Etter kvart intervju gjorde eg ei ad hoc strukturell analyse, for å betre kunne avgjere om mi fyrste vurdering var riktig. Ingen intervju vart forkasta.

Intervjua vart gjennomført over ein periode på to veker i april 2011. Eg tok opp intervjuet med ein digital opptakar. Kvart enkelt intervju vart transkribert ferdig før gjennomføringa av neste intervju. Dette gjorde at eg fortløpande kunne vurdere kvaliteten på arbeidet og om eg ynskja å gjere forandringar. Den einaste eigentlege

forandringa eg gjorde var at eg under det fyrste intervjuet sa "mhm" unødvendig ofte. Denne forma for oppmuntring er av den typen både Thagaard og Postholm kallar *prober* (Postholm, 2010, s. 80; Thagaard, 2009, s. 91). Det forskaren ynskjer å oppnå ved å bruke *prober* er å oppmuntre informanten til å seie meir. Andre type *prober* kan vere å gjenta nøkkelord, parafrasere utsegner frå informanten eller å nytte eit lyttande kroppsspråk. "Det viktigste er å ha evnen til å lytte og til å kunne vise en genuin interesse for det informanten forteller" (Dalen, 2004, s. 37). I dei to siste intervjuva var eg medviten å i større grad å bruke kroppsspråk i staden for å lage lydar. I etterkant måtte eg vurdere utviklinga av intervjuaren sin kompetanse i forhold til korleis dette påverka intervjuva. Her oppfatta eg at utviklinga i større grad gjorde ei nøyaktig transkribering lettare, enn ho påverka innhaldet i intervjuva. Den faktiske påverknaden er vanskeleg å vurdere. Det kan òg nemnast at denne læringa kanskje kunne ha vore gjort tidlegare om eg hadde arbeida meir med opptaka av prøveintervjuva.

"Det er viktig å stille spørsmålene på en måte som inviterer informanten til å reflektere over temaene det blir spurt om" (Thagaard, 2009, s. 91). Gjennom heile intervjuprosessen prøvde eg å ha eit medvite forhold til graden av openheit i spørsmåla mine. I nokre tilfelle ser eg i etterkant at eg stiller leiande spørsmål. I samband med den seinare analysen vart det viktig å sjå utsegnene i lys av den samanhengen dei kom i. Av same grunn ynskte eg å stille opne spørsmål. Til ein viss grad er all form for parafrasering og gjentaking av nøkkelord ein måte å leie informantane på, men så godt det let seg gjere forsøkte eg å halde meg til Kvale (2009) si anbefaling om korte spørsmål og lange svar. Når eg opplevde at informantane måtte stoppe opp og tenkje undervegs i svara sine, tolka eg det som at eg var på riktig veg. Dei viktigaste fokusområda under sjølve intervjuet var likevel noko som understreka både i samband med forskingsintervju (Dalen, 2004) og elles i rådgivingsfaget (Rogers, 1951): Å vise empati og å vere ein god og tålmodig lyttar.

Transkribering og strukturering

Patton (2002) seier at retningslinjer i forskingsmetode er for forslag å rekne. Ein må passe seg for å sjå på forskingsmetode som oppskrifter. I denne samanheng legg Postholm til at "forskeren må vise selvstendighet og kreativitet i bruken av [metodene]" (Postholm, 2010, s. 90). Eg har prøvd å vurdere ulike framgangsmåtar med kvaliteten på forskinga som premissleverandør. I nokre tilfelle fann eg mellom anna at etiske omsyn

var i konflikt med dei avgjerdene eg helst ville ha fatta med omsyn til kvalitet åleine. Då var det nødvendig å vere kreativ for å kunne inkludere begge perspektiv. Meir om dette blir nemnd under delkapittelet om etiske omsyn.

Dalen tilrår at "forskeren selv utfører [denne] transkriberingen, da denne prosessen gir ham eller henne en helt unik sjanse for å bli kjent med sine data" (Dalen, 2004, s. 61). Kvale og Brinkmann (2009) understrekar at transkriberinga i seg sjølv utgjer ein viktig reduksjon i meiningsinnhald frå intervjuet på lydband. I arbeidet med transkriberinga vurderte eg fleire system for strukturering, men valte til slutt å skrive intervjuet i sin heilskap inn i eit reint tekstbehandlingsprogram med kommentarar i tekst. Totalt hadde eg tre timar og tjue minutt med opptak frå tre intervju. Råtranskripsjonen vart på totalt 81 sider og 21500 ord. Etter ei rekke gjennomgangar av råtranskripsjonen medan eg lytta til lydbandet gjekk eg igjennom kvar enkelt transkripsjon og komprimerte enkeltutsegner. Dette arbeidet var både utfordrande og tidkrevjande. Utfordrande var det fyrst og fremst fordi eg i råtranskripsjonen hadde vore svært nøye med å få med detaljar. I ei omskriving til meir fullstendige setningar vart materialet mykje lettare tilgjengeleg, men samstundes var eg redd for å miste mykje meiningsinnhald. Utsegnene måtte så langt som mogeleg få behalde informantane sine formuleringar. Eg har lagt ved eit eksempel på råtranskripsjon, samt overgangen til ein komprimert versjon (Vedlegg VII).

Analyse og koding

I analysen av materialet har eg teke utgangspunkt i den konstant komparative metoden, slik den blir forstått i Juliet Corbin og Anselm Strauss si vidareutvikling av Grounded Theory (2008). Fyrste steg har vore å gå igjennom intervjuet enkeltvis og sjå på kvar enkelt setning. Eg har prøvd å bruke beskrivande ord på kva dei enkelte setningane representerar. Etter kvart byrja eg å sjå likskapar, noko som gjorde at eg til slutt kunne liste opp kategoriar på lavt nivå. Etter å ha kategorisert datamaterialet starta eg å sjå setter samanhengar mellom kategoriane. Kategoriar som verka høyre saman vart grupperte i kategoriar på høgt nivå (Vedlegg VII). Patton understrekar at den konstant komparative metoden fordrar både kreativitet og systematikk (2002); kreativitet fordi forskaren må skape kategoriar utifrå datamaterialet, og systematikk fordi framgangsmåten krev at kvar enkelt setning blir møtt med den same graden av openheit og undring.

Det Corbin og Strauss kallar *kategoriar på lavt nivå*, vil eg heretter kalle *kodar*. Der ikkje anna er spesifisert vil eg med *kategoriar* meine dei overordna hovudkategoriane som Corbin og Strauss kallar *themes* eller *kategoriar på høgt nivå* (2008). Utifrå kategoriane med tilhøyrande kodar vil eg presentere ein lokal teori eg nyttar til å forklare mine informantar si oppleving av at livet er meningsfullt.

Ein lokal teori vil alltid måtte oppstå i dialog med forskaren si forforståing, som igjen er basert på teori og tidlegare erfaringar. Den vil vere forankra i den konteksten han oppstår. I dette tilfellet vil det seie at den lokale teorien vil representere den kunnskapen som har oppstått i møtet mellom forskaren og forskingsdeltakarane. Det ein etter fenomenologiske prisnipp kan kalle *essensen* i dei kartlagde opplevingane, kan sjåast i samanheng med generelle teoriar. I drøftinga vil eg sjå min lokale teori i lys av generelle teoriar og tidlegare forskning.

Kvalitet

Spørsmålet om kvalitet i kvalitativ forskning blir vanskeleggjort av mangelen på etablerte omgrep (Dalen, 2004). Innanfor kvantitativ forskning har ein veldefinerte storleikar i validitet og reliabilitet (Postholm, 2010; Ringdal, 2007). "Kvalitativ forskning bør behandle spørsmål knyttet til både validitet og reliabilitet, men det må benyttes en annen terminologi enn den som anvendes i kvantitative studier" (Dalen, 2004, s. 103). Når ein etterspør validitet og reliabilitet, spør ein eigentleg etter to ting: Er forskinga gjennomført på ein slik måte at resultatata følgjer av datagrunnlaget? Representerar resultatata reelle forhold?

Dalen deler validitetsdrøftinga opp i fire kategoriar; *forskarrolla, metode og utval, datamaterialet og tolkingane* (Dalen, 2004, s. 105). Gjennom presentasjonen av forskinga ynskjer eg heile tida å sannsynleggjere at dei vala eg gjer er gode. Vedrørande forskarrolla har eg valt å la subjektiviteten komme fram i presentasjonen. Når det kjem til metode, utval, datamateriale og tolking har eg hatt eit mål om å gje fyldige beskrivingar av prosessen. Som i all kvalitativ forskning blir det til slutt opp til lesaren å vurdere kva det endelege resultatet representerar.

Den kvalitative forskinga sin ekvivalent til reliabiliteten, blir spørsmålet om overføringsverdi (Thagaard, 2009). For å kunne danne seg eit godt bilete av kva som er

overførbart må lesaren kunne oppnå ei inngående forståing både av metodikken og av utvalet. Dette fordrar det Clifford Geertz kallar *thick descriptions* - *tjukke skildringar* (Geertz, 1993) . Dette omgrepet har han lånt frå den britiske filosofen Gilbert Ryle. I denne samanhengen er skilnaden mellom *tjukke* og *tynne* beskrivingar kva type informasjon beskrivingane inneheld. Geertz illustrerar med eit eksempel frå Ryle; to gutar senker og hevar høgre augelokk. Den eine blunkar eit hemmeleg teikn med meining bak, medan den andre har ei nervøs rykking. Den tjukke beskrivinga inneheld relevante tolkingar av det forskaren har observert. Lesaren, som ikkje vil vere i stand til å observere alt forskaren har observert, skal gjennom den tjukke beskrivinga kunne oppnå ei god forståing av dei observasjonane forskaren har gjort. Forskaren må kunne "dokumentere forskningsprosessen slik at den kan gjennomgås og godkjennes" (Postholm, 2010, s. 131). Gjennom gode beskrivingar ynskjer eg å gje lesaren eit så godt bilete som mogeleg av forskingsdeltakarane og prosessen frå datainnsamling, til analyseresultat og vidare til drøfting.

Ein god forskingsrapport må ha gode narrative kvalitetar. Sigrun Gudmundsdottir argumenterar for at ein i forskning kan snakke om narrativ sanning og historisk sanning (1997, s. 6). Narrativ sanning sikrar ein gjennom å skape eit truverdig narrativ i presentasjonen av forskinga. Sett på spissen vil det som opplevast sant vere sant. Historisk sanning stiller krav til at forskinga ikkje misrepresenterar den historiske røynda, men representerar ei sanning som er gyldig utover forskinga sjølv. Postholm beskriv fire prosedyrar som kan bidra til å sikre historisk sanning. Desse er *lange opphald i forskningsfeltet*, *triangulering*, *member checking* og *nøyaktig beskriving av endringa i forskaren si forståing i møtet med forskningsfeltet* (Postholm, 2010, ss. 132-133). Triangulering og lange opphald i forskningsfeltet er vanskeleg i eit avgrensa studie som dette. Member checking, å sjekke ut tolkingar med forskingsdeltakarane undervegs i arbeidet, er gjort saman med to av informantane. Saman med den eine la eg undervegs fram dei foreløpige kategoriane, og fekk tilbakemeldingar om stor grad av gjenkjenning. Dette styrka oppfatninga om at eg var på riktig veg. Saman med den andre har eg gjennomgått den ferdige analysen, med same grad av bekreftande tilbakemeldingar.

Etiske omsyn

Dei etiske omsyna i samband med forskning er av to hovudtypar. Det eine er omsyn til forskingsdeltakarane i gjennomføringa av forskinga. Det andre er konsekvensar av presentasjonen og dokumentasjonen av forskinga.

"Ideelt sett burde det være en gjensidighet mellom hva informantene gir av informasjon, og hva de får igjen for å være med på undersøkelsen" (Thagaard, 2009, s. 29).

Forskingsdeltakarane set av tid til å delta og deler ting som gjerne er av privat karakter. For dette bør dei sitje igjen med utbyte utover vissheita om at dei har gitt eit positivt bidrag til forskinga. Tidleg i planleggingsfasen forsøkte eg å inkludere dette perspektivet. Eg vurderte det slik at opne intervju legg opp til stor grad av refleksjon. Slik eg definerte utvalet mitt ville eg sannsynlegvis ende opp med forskingsdeltakarar som hadde eiga interesse i refleksjon rundt det som skulle vere temaet for intervjuet. Før intervjuet førebudde eg meg mentalt på at det, i lys av temaet sin personlege karakter, kunne oppstå vanskelege situasjonar. Eg var budd på at eg i ein slik situasjon måtte vurdere å tre ut av rollen som intervjuar og inn i rollen som rådgivar. Dette vart ikkje nødvendig. Mange av kvalitetane til den gode intervjuaren, som empati og evne til å lytte, er òg viktig for at forskingsdeltakaren skal oppfatte vår relasjon som positiv. Eg inkluderte ein eigen del mot slutten av kvart intervju, der me snakka litt om opplevinga av intervjuet.

I presentasjonen av forskinga seier Thagaard at det viktigaste omsynet ein må ta er i forhold til prinsippet om konfidensialitet (2009). Når forskinga er publisert er det ingen veg tilbake. Eventuelle negative konsekvensar for forskingsdeltakarane i samband med dette kan bli store. Her har ein to parallelle problemstillingar. Det eine er eventuelle negative vurderingar som informantane ikkje kjenner seg igjen i. Det andre er om det gjennom framstillinga er mogeleg å kjenne att enkeltpersonar. Det fyrste opplever eg ikkje som eit problem i resultata, både av di resultata har eit positivt fokus og at dei tilbakemeldingane eg fekk gjennom member checking støttar resultata. I kva grad forskingsdeltakarane kan kjenne seg igjen har derimot påverka både analyse, resultat og drøfting. Eg har heile vegen vore medviten at summen av opplysningar om forskingsdeltakarane potensielt vil la lesaren kjenne dei att. Eg har konsekvent fjerna opplysningar frå framstillinga som eg har oppfatta som lett identifiserande, til tross for at desse ville styrka lesaren sine mogelegheiter til å vurdere forskingsprosessen.

I tillegg til skjønnsmessige omsyn har ein jamvel juridiske omsyn. Forskinga er innmeldt til Norsk Samfunnsvitenskapelig Datateneste, som på vegne av Datatilsynet har godkjent innsamlinga av personopplysningar (Vedlegg I). Etter gjeldande reglar har forskingsdeltakarane motteke god munnleg og skriftleg informasjon (Vedlegg II), samt skrive under på samtykkeerklæringar (Vedlegg III). Når det gjeld samtykke er det alltid vanskeleg å gje forskingsdeltakarane tilstrekkeleg informasjon. Ein av informantane var usikker på kva tema som ville dukke opp. I det tilfellet avtalte me at han etter intervjuet skulle vurdere om han hadde lyst til å delta. Alle informantane kunne når som helst trekke seg frå intervjuet, men ved å lage ein avtale om å vurdere deltakinga opplevde eg at lista var lågare for å kunne trekke seg. Han valde å delta. Eg oppfattar alt i alt at informantane har hatt eit positivt utbytte av å delta i forskninga, men som Thagaard påpeikar: "Mulige skadevirkningar av samfunnsvitenskapelig forskning kan være vanskelig å påvise" (Thagaard, 2009, s. 25).

Oppsummering

I dette kapitlet har eg presentert fenomenologien og den fenomenologiske intervjustudien. Vidare har eg sagt noko om dei vurderingane eg har gjort i samband med forskaren si rolle, planlegginga av datainnsamlinga og utveljinga av forskingsdeltakarar. Eg har deretter presentert viktige element i gjennomføringa og transkribering av intervjuet. Med utgangspunkt i Grounded Theory greiar eg kort ut om analyseprosessen frå data til kategoriar. Til slutt ser eg på relevante omsyn til kvalitet og forskningsetikk. Metodekapitlet har hatt som hovudmål å gi lesaren eit god forståing av forskingsprosessen. Ei god forståing av forskingsprosessen er viktig for at lesaren skal kunne vurdere kvaliteten på studien.

Kapittel 3 - Analyse og resultat

I dette kapitlet vil eg presentere resultat frå analysen. Eg har komme fram til fem kategoriar som kan vere med på å beskrive essensen i forskingsdeltakarane si oppleving av mening. Fyrst gir eg eit oversyn over forskingsdeltakarane. På bakgrunn av dette vil lesaren sjølv kunne vurdere samansetjinga av utvalet. Deretter presenterar eg kategoriane frå analysen. Desse er *felleskap, nærleik, påverkingsevne, verdi* og *eksistensiell kognisjon*. Kvar enkelt kategori blir forklart med utgangspunkt i utsegner frå forskingsdeltakarane. Saman er kategoriane grunnlaget for ein lokal teori.

Presentasjon av forskingsdeltakarane

D1 er 29 år gamal, einsleg og busett i Trondheim. Han har høgare utdanning, arbeider dels som turnémusikar og dels som taxisjåfør. På fritida er han ein ivrig innebandyspelar, noko som tek mykje av tida hans. Han har vekse opp utanfor Trondheim, med foreldre som definerer seg som agnostikarar/ateistar. Sjølv tek han eit klart standpunkt som ateist. Han har god kontakt med familien sin i Trondheim. Han eig ein leilegheit der han sjølv bur og leiger ut eit rom til ein annan.

D2 er 27 år gamal, einsleg og busett i Oslo. Han har høgare utdanning og arbeider med ungdom. På fritida er han frivillig engasjert, og har i samband med mellom anna vore utanlands gjennom ein frivillig organisasjon. I tillegg til dette brukar han mykje tid på reising og musikk. Han har vekse opp på ein mindre stad utanfor Trondheim, med foreldre som definerer seg som protestantisk kristne. Sjølv har han teke standpunkt som agnostikar. Han har god kontakt med familien heime. I Oslo leier han leilegheit der han bur åleine.

D3 er 26 år gamal, einsleg og busett i Oslo. Han har høgare utdanning og arbeider fulltid som lærar samstundes som han utdannar seg vidare. På fritida er han frivillig engasjert, skriv skjønnlitteratur og malar. Han har vekse opp utanfor Oslo, med foreldre som definerer seg som protestantisk kristne. Sjølv har han teke standpunkt som agnostikar eller ateist. Han har god kontakt med familien sin. Han eig leilegheit, der han bur åleine. Han beskriv seg sjølv som travel, men at han føretrekk å vere det.

Forskingdeltakarane har høgare utdanning. Dei bur i større byar og har alle byrja i arbeid. Alle tre har erfaringar frå partnerforhold, men kvar av dei har på dette tidspunktet vore einslege i ein periode på meir enn eit år. Ingen av dei ser for seg å vere i same jobben om fem år, og gir uttrykk for eit ynskje om utvikling eller avansement i samband med sin eigen arbeidssituasjon. Alle tre er uttalt interessert i refleksjon og eigenutvikling. Dei rapporterar sjølve at dei har eit meningsfullt tilvære, utan at dei nødvendigvis definerer omgrepet meining på same måten.

Frå kodar til kategoriar

I analysen har eg fyrst koda enkeltutsegner etter kva eg oppfatta som kjernen i utsegnene. Eg har deretter sett på konteksten kodane blir presenterte i, og funne samanhengar mellom ulike kodar. På bakgrunn av dette har eg konstruert fem kategoriar, som kvar består av tre kodar. Kategoriane blir presenterte kvar for seg. I tillegg til eit lengre sitat frå kvar av forskingsdeltakarane nyttar eg kortare sitat undervegs for å underbygge vurderingane mine. Når eg snakkar om kodar og kategoriar eg sjølv har gitt namn til brukar eg vidare kursiv tekst når eg viser til koden eller kategorien. Ei liste med eksempelutsegner frå alle kodane ligg vedlagt (Vedlegg VIII).

Mange av hendingane informantane fortel om er av personleg art. Deskriptive framstillingar er av den grunn ofte erstatta av mine parafraseringar. Der det ikkje er noko konflikt med kravet om konfidensialitet prøvar eg å nytte direkte sitat. For at lesaren sjølv skal kunne vurdere i kva grad resultata er overførbare utover enkeltpersonane i utvalet gir eg fyrst ein presentasjon av forskingsdeltakarane. Eg har kalla informantane D1, D2 og D3. Når eg siterer utsegner refererer eg samstundes til datoen intervjuet var gjort. Sitat som er henta frå transkripsjonen blir markerte med dobbel apostrof, medan sitat som viser tilbake til ei allereie sitert utsegn blir markerte med enkel apostrof. Dette er gjort for at det skal vere lettare for lesaren å orientere seg i teksten.

Kategoriane

I denne delen vil eg presentere dei fem kategoriane som utgjer resultatet av analysen. Kvar kategori er bygd opp av tre kodar. Under kvar kategori vil eg fyrst gi ein kort presentasjon av kva kategorien inneheld. Deretter følgjer ei lengre utsegn frå kvar av

forskingdeltakarane. Til slutt gir eg ei grundigare forklaring av kvar enkelt av kodane og samanhengen mellom dei.

Fellesskap

Kategorien fellesskap beskriv ein kvalitet ved relasjonar forskingdeltakarane har til andre menneske. *Fellesskap* er bygd opp av utsegner om å *treffe andre*, å oppnå *kontakt* og å *vere ein del* av eit fellesskap. Det å *treffe andre* verkar ha ein deskriptiv kvalitet. Dette er noko informantane nemner at dei gjer ofte. Det ser ut til å vere ein kvalitetsforskjell mellom å oppnå ein *kontakt* med andre og å berre treffe andre.

Det kan også være at jeg har fått gjort mye, sett på tv-serier jeg følger med på eller andre enkle ting, men da kan det være en dårlig dag fordi jeg har savna kontakt med andre. Jeg merker at en av de tingene som er viktig er å treffe andre. En fullkommen dag da må jeg ha kontakt med noen. (D3, 20.04.11)

Det er jo ein del selskap, eg veit ikkje heilt... det høyrer litt sånn... kva eg skal seie... tidsfordrivaktig ut, om eg byrjar snakke om selskap... Det å sjå på fotball saman med nokon, sjølv om du ikkje gjer det akkurat på den måten eg beskrev no nettopp om relasjonar, men berre det å ha det fellesskapet da. Det sosiale aspektet, det å gjere noko saman med vener. Å ha ein god samtale eller ein sånn type ting. (D2, 16.04.11)

Då satt eg for meg sjølv åleine på rommet og spela. Eg satt jo der på ein måte med døra open og eg høyrte folka dreiv på og laga mat, satt på stua og prata eller gikk forbi. Så eg satt jo aldri heime åleine. Eg tykte den kombinasjonen var utruleg fin, altså å kunne sitte for seg sjølv åleine på rommet men samstundes kunne ha kontakt med andre folk. Eg er ikkje den som er i sentrum av der det skjer, men trives veldig godt i nærleiken. (D1, 05.04.11)

Desse tre sitata representerar kategorien *Fellesskap*. I analysen sto det siste sitatet fram, om å sitje åleine og framleis føle kontakt med andre. Etter å ha lest gjennom dette fleire gonger satt eg igjen med eit spørsmål om kva denne opplevinga består i, å sitje i forskjellige rom og framleis oppleve eit fellesskap. Dette spørsmålet førte til at eg las datamaterialet med nye auge, og såg utsegner som 'å sjå fotball saman' i eit nytt lys. Eg byrja å undersøke kva type kommunikasjon informantane skildra i samanheng med opplevingar av fellesskap. Det eg fann var at dette varierte frå situasjon til situasjon, men at ein godt kunne oppleve fellesskap i situasjonar utan intensjonell kommunikasjon.

Grensa mellom kodane *vere ein del* og *kontakt* er noko uklare, men *vere ein del* inneheld mindre grad av kopling til enkeltpersonar. I begge tilfeller er det snakk om koplingar med dei ein føler kontakt overfor. Gjennom *vere ein del* opplever eg at informantane

uttrykker ei kopling til ein heilskap. Informantane snakkar om å 'sjå på fotball' eller om å 'sitje for seg sjølv'. Her opplever dei kontakt, men med liten grad av kommunikasjon. I andre samanhengar talar dei om å oppleve god kontakt gjennom samtale med vener. Her verkar det som om kommunikasjon er ein større del av opplevinga.

Opplevinga av fellesskapet ser ikkje ut til å vere forankra i intensjonell kommunikasjon. Dette betyr ikkje at opplevinga av fellesskap er uavhengig av kommunikasjon. Det er sannsynleg at kommunikasjon er nødvendig både for å opprette og oppretthalde kontakt, men det verkar likevel ikkje som om det er sjølv kommunikasjonen informantane opplever som positiv. Opplevinga av fellesskap blir beskriven i samband med arbeid, frivillige organisasjonar og andre sosiale aktivitetar. Dette er både arenaer der dei treff enkeltpersonar, og grupper som kan utgjere ulike fellesskap. (D2, 16.04.11) seier til eksempel om frivillig organisasjonsarbeid at det er givande "å vere saman om å utrette det målet, uavhengig av om ein når det eller ikkje."

Nærleik

Kategorien *nærleik* representerar òg ein kvalitet ved relasjonar til andre menneske. *Nærleik* er bygd opp av kodane *tillit*, *tryggleik* og *intimitet*. Eg opplever at informantane skildrar nærleik som eit behov dei er medvitne, og knytt det særleg til det å vere i eit partnerforhold. Der *fellesskap* er eit uttrykk for gruppetilhøyr er *nærleik* eit uttrykk for relasjonar til personar.

"Du har kjente på ulike nivåer. Jeg har erfaring med at det er fint å ha noen innerst, hvis du skjønner. Ikke så mange, men noen. Det bygger på erfaringer fra egen familie. Det er ofte tilbakevendende dette med nærhet, at det er noe jeg savner, men det er kanskje mest fordi det er det jeg bruker minst tid på per i dag. På en måte så tenker jeg at det med nærhet er vanskeligst å ta bort." (D3, 20.04.11)

"Det er to typar intimitet. Fysisk og mentalt. Fysisk nærleik er jo ein openbar ting. Kanskje det som i størst grad skil ein kjærast frå venar. Det å fordjupe seg i eit anna menneske. Om eg skulle ha forandra noko i livet, så er det kanskje den enkelttingen eg helst ville ha forandra. Eg kunne tenkje meg om ein månad å treffe nokon som eg har lyst til å dele livet mitt med. Bli skikkeleg kjent og nær ein person. Det er noko fint, spanande og lærerikt." (D2, 16.04.11)

"Å kunne prate med ein person, inngåande og meir intimt enn med resten av verda. Ein person som du deler alt med. Alle løyndommar, i alle fall sånn litt etter kvart. Det er ei spenning. Samstundes er det ein tryggleik. Ein person som er der." (D1, 05.04.11)

Tillit byggjer på opplevingar av å kunne stole på andre. I datamaterialet finn eg stor grad av gjensidigheit i tillit. Det er vanskeleg å avgjere bestemt om det å kunne stole på andre

og opplevinga av at andre kan stole på deg burde grupperast saman i samband med opplevinga av *nærleik*. Til tross for at desse ofte nemnast saman, verkar dei vere to ulike ting. I koden *tillit* har eg ikkje inkludert opplevinga av at ein sjølv er til å stole på. *Tryggleik* representerar at det er noko fast ved kontakten. "Noen som *er* der, hvis du skjønner, uansett..." (D3, 20.04.11). "Nei, det er ein fridom, der eg kan vere meg sjølv fullt og heilt" (D1, 05.04.11). Eg arbeida lenge med datamaterialet før eg forsto at *tillit* og *tryggleik* var to forskjellige ting. I *tillit* ligg det at ein veit kva ein kan forvente, noko som kan opplevast som trygt. I koden *tryggleik* ligg det derimot ei oppleving av at ein kan stole på at kontakten består, at koplinga til den andre er sikker og varig. Informantane uttrykker mellom anna at dei opplever fridom til å handle utan å bekymre seg for korleis det påverkar relasjonen.

Intimitet representerar skiljet informantane gjer mellom innanfor-relasjonar og utanfor-relasjonar. Noko er eksklusivt for visse relasjonar, og det ser ut til at informantane opplever at dette *noko* gir innanfor-relasjonane verdi. *Intimitet* ser ut til å henge saman både med *tillit* og *tryggleik*. I alle situasjonane informantane beskriv intimitet beskriv dei òg stor grad av både *tillit* og *tryggleik*. I relasjonane informantane beskriv *tryggleik* beskriv dei òg *tillit*. Om ein skulle kunne tale om noko kjerne i kategorien *nærleik* på bakgrunn av denne undersøkinga ville *tillit* framstå som mest sannsynleg.

Eit *behov* for nærleik kjem fram gjennom ei rekke negative utsegner i same stil som 'noe jeg savner' (D3, 20.04.11). Opplevinga av nærleik kjem fram gjennom positive utsegner som 'det er fint å ha noen innerst' (D3, 20.04.11), 'å fordjupe seg i eit anna menneske' (D2, 16.04.11) og 'inngåande, og meir intimt enn med resten av verda' (D1, 05.04.11). Eg har i datainnsamlinga vore på jakt etter dei positive utsegnene, ved å ta utgangspunkt i informantar som opplever meining. Målet har vore å sjå på opplevinga av meining, og ikkje opplevinga av mangel på meining. Når informantane snakkar om nærleik ser det ut til at positive utsegner om det å oppleve *tillit*, *tryggleik* og *intimitet* gjerne følgjast opp med beskrivingar av manglande tilfredsstilling av desse behova. Eg må derfor inkludere at kategorien nærleik er der eg finn størst forskjell mellom behovet informantane beskriv og i kva grad informantane opplever at behovet blir dekt.

Sjølv om opplevinga av nærleik ser ut til å vere sterkast i gjennom relasjonen til ein livspartner, verkar den ikkje vere avgrensa til dette. Kodane *tillit* og *tryggleik* dukkar òg opp i samanheng med familie og nært venskap. "Familien betyr mykje for meg. Dei har

vore der heile vegen... støtta meg." (D1, 05.04.11). "Ein du kan stole på... at er der." (D2, 16.04.11). Intimitet ser i datamaterialet ut til å vere mindre representert i forhold til vener, men informantane beskriv fleire stader eit innanfor-forhold i samband med sin eigen familie. (D2, 16.04.11) gjer òg i det innleiande sitatet den refleksjonen at fysisk intimitet er det viktigaste skiljet mellom partnerar og venar. Eg har ikkje markert noko skilje mellom fysisk og emosjonell intimitet. Dette er hovudsakleg fordi informantane i liten grad skildrar opplevinga av fysisk intimitet. Dette diskuterar eg seinare i samband med kvaliteten på undersøkinga.

Påverkingsevne

Kategorien *påverkingsevne* er eit uttrykk for ei oppleving av å ha ei påverking på verda rundt seg. *Påverkingsevne* består av kodane *evner*, *påverking* og *effekt*. *Evner* er bygd opp av utsegner som uttrykker at ein sjølv er kapabel, som "eg har det som skal til med talent" (D1, 05.04.11) og "eg har evner som gjer at eg oppnår mykje av det eg ynskjer i mitt liv" (D2, 16.04.11). *Påverking* er godt representert i utsegner som 'jeg har satt igang', 'utrette noko', 'bruke evnene' og 'gjere noko', alle henta frå dei lengre sitata som følgjer under. Denne koden uttrykker opplevinga av samanheng mellom eiga handling og hendingar i verda. Informantane opplever at ein del av handlingane deira er i stand til å påverke situasjonar og utfall. *Effekt* er uttrykt gjennom utsegner som 'på vei et sted', 'gjer ein forskjell' og 'bringe meg ein stad'. Når informantane både opplever at dei har evner, kan påverke utfall og ser at denne påverkinga har ein effekt opplever dei samstundes ei grad av kontroll.

Akkurat nå så føler jeg at jeg har en meningsfull tilværelse, fordi jeg har satt igang en del prosjekter som jeg har lyst til å gjøre. Jeg opplever at jeg er på vei et sted med det. At det ikke er noe jeg bare drømmer om å gjøre, men noe jeg har begynt med. Da ser du også at det går an. (D3, 20.04.11)

Eit ord som dukkar opp, sånn automatisk, er å utrette noko. Bruke evnene sine til noko konstruktivt. Eg tenkjer *av og til...* ikkje at eg går og tenkjer det heile tida, men eg tenkjer det av og til at ein meiningsfull dag er ein dag du gjer ein forskjell da. (D2, 16.04.11)

Ein god dag er ein dag eg har utretta noko. Det er vel det eg sit og seier. Det er slike handlingar som betyr noko. Og som vil bringe meg ein eller annan stad. Når eg er på vegen dit eg har tenkt meg. Gjer eg noko som er ein av dei tinga som eg har lyst til å gjere med livet så er eg jo på vegen. Dersom eg ikkje fyller dagen med ting som eg har lyst til å gjere eller som er noko som eg har lyst til å gjere her og no, så har eg spora av. (D1, 05.04.11)

Dei positive utsegnene om *effekt* har til felles at dei alle verkar ha ei retning eller innehalde ei endring. Det er rørsle frå ein tilstand til ein anna. Det er ikkje nødvendigvis opplevinga av å ha oppnådd, men opplevinga av å oppnå. Ein av informantane seier: "Jeg føler at jeg ønsker å gjøre noe i stedet for ønsker å ha gjort noe" (D3, 20.04.11). Dette sitatet samanfattar mi tolking av kva det betyr å oppleve *påverkingsevne*. Kategorien *påverkingsevne* handlar ikkje nødvendigvis om den endelege tilstanden ein når gjennom påverkinga, og som i utgangspunktet er motivasjonen for å yte påverking på verda. Kategorien er heller eit uttrykk for opplevinga av at ein påverkar. Med dette påstår eg ikkje at tilstanden som er eit resultat av påverkinga er utan verdi, men at opplevinga av å *skape endringa* i seg sjølv *har* verdi. Det eine utelukkar ikkje det andre.

Påverkingsevne og endring heng saman på den måten at informantane skildrar eigne handlingar knytt til positive utfall. Det å sjå samanhengen mellom *påverking* og *effekt* kan vere med å forsterke opplevinga av *evner*, som uttrykt i det fyrste av sitata: 'Da ser du også at det går an' (D3, 20.04.11).

Verdi

Kategorien *verdi* er eit uttrykk for forskingsdeltakarane si oppleving av eigen verdi. *Verdi* er bygd opp av kodane *vørde*, *bidrag* og *sjølvbilete*. *Vørde* definerer eg som den aktinga ein opplever at andre har for ein. *Sjølvbilete* representerar den aktinga ein har for seg sjølv. *Bidrag* er den påverknaden ein opplever at ein objektivt sett har på omverda.

"Å bli sett betyr nok ganske mye. De sterkeste opplevelsene jeg har av det er når jeg kommer inn i et nytt miljø eller et nytt sted hvor jeg starter på null. Og ingen vet så mye om meg. Da merker jeg at jeg blir veldig motivert for å vise hva jeg kan, eller å klatre." (D3, 20.04.11)

"Dersom du ikkje hadde eksistert i verda så hadde det, på ein måte... blitt eit slags tap for verda. At du er ein som bidreg til fellesskapet, eller til andre folk" (D2, 16.04.11)

"Eg har ein ganske brukbar sjølvtilitt da, på at eg har det som skal til med talent. Så leverar du sjølvsagt ditt eige produkt, som er musikaren i deg, altså det du har lært opp igjennom tida og ditt personlege bidrag til heilheita." (D1, 05.04.11)

"Fotball er for min del å slå pasningar, hjelpe folk ut av situasjonar, plassere seg, gå på løp for å opne opp. Lage moglegheiter for andre." (D1, 05.04.11)

Det kan kanskje verke merkeleg å kalle ein av kodane for *sjølvbilete*. Når ein talar om opplevinga av verdi, talar ein i røynda om det biletet ein har av sin eigen verdi. Med

koden *sjølvbilet* nyttar eg ein smalare definisjon. Med *sjølvbilet* meiner eg oppfatninga av kven ein *er*, medan *bidrag* er oppfatninga av kva ein *gjer*. *Vørde* er oppfatninga av kva andre meiner om ein. Desse heng openbert saman. Det er ikkje usannsynleg at *sjølvbilet* i stor grad er ein refleksjon av det eg her vel å kode som *vørde*. Med utgangspunkt i utsegnene har eg funne det naturleg å skilje mellom utsegner av typen 'eg har det som skal til av talent' (D1, 05.04.11) og utsegner av typen "dei tykkjer eg spelar bra" (D1, 05.04.11). Her kan ein merke seg at den fyrste utsegna både kan innehalde ein representasjon av *sjølvbilet* og av *evner*. Dette understrekar ein nær samanheng både mellom *evner* og *sjølvbilet* og mellom *påverkingsevne* og *verdi*. Forskjellen på koden *evner* og koden *sjølvbilet* er kontekstuell. Medan *evner* er eit uttrykk for noko som gjer deg i stand til å påverke omverda, er *sjølvbilet* eit uttrykk for noko som er med på å definere din plass i omverda. I nokre tilfelle opplever eg at begge deler blir uttrykt gjennom den same utsegna, medan begge kodane i andre tilfelle opptrer åleine.

Medan *sjølvbilet* representerar kven ein opplever å vere, er *bidrag* eit uttrykk for kva posisjon ein opptek og kva effekt ein har på omgivnadene sine. *Bidrag* er inspirert av den tidligare siterte utsegna frå D2 (16.04.11) om at å bety noko er det same som at ditt bortfall er 'eit tap for verda'. På bakgrunn av denne utsegna byrja eg å leite etter andre utsegner som kunne beskrive ei slik oppleving. Eg fann mellom anna D1 (05.04.11) si utsegn om sitt 'personlege bidrag til heilheita'. Eg har her skild mellom opplevinga av å bidra og opplevinga av å ha gitt eit bidrag. Koden *bidrag* inneheld her altså berre opplevinga av å ha bidrege, der bidraget du har gitt har verdi.

Eg tolkar det slik at forskingsdeltakarane gjennom ein kombinasjon av *vørde*, *bidrag* og *sjølvbilet* opplever at dei har betydning. Det å oppleve *verdi* vil vere det å kunne svare ja på spørsmålet 'Betyr eg noko?'. Kategorien *verdi* uttrykker samla sett den plassen dei opplever at dei opptek i verda.

Eksistensiell kognisjon

Eksistensiell kognisjon kan ein nesten kalle ein meta-kategori. Denne handlar ikkje nødvendigvis om korleis informantane opplever mening, men om korleis dei opplever å tenkje om mening. Det var fyrst då eg såg denne distinksjonen i nivå at *eksistensiell kognisjon* oppsto som kategori. Forskingsdeltakarane reflekterer undervegs over opplevingane dei skildrar. I analysen av datamaterialet har eg forsøkt å skilje mellom

kva som er opplevinga av hendingane og kva som er forskingsdeltakarane sine refleksjonar rundt desse opplevingane. Innanfor kategorien *eksistensiell kognisjon* ser eg i røynda på opplevinga av refleksjonar rundt opplevingar av meining.

Jeg tenker nok en del på om jeg har en meningsfull tilværelse. Du kan si jeg gjør opp status, av og til. Det har vært veldig mange ting jeg har lyst til å satse på. Jeg har vært flinkere til å sile ut. Så jeg tror det har vært viktig på den måten, å finne sitt fokusområde. Jeg tror egentlig jeg har et bevisst forhold til hva slags oppgaver jeg synes er verdt å bruke tid på. (D3, 20.04.11)

Merker eg vart litt i tvil no, kva som er skiljet mellom berre velbehag og, ja... Ting som er positive da, og ting som gir meining. Plutselig får eg lyst til å starte på scratch igjen. Kanskje eg byrjar å tenkje meir på det no. Å sjå fotball på tv, og spele spel er to ting som eg er usikker på kor mykje meining det er i, men ting som eg likar svært godt. Om eg skal prøve å sjå etter ei meining i det, og det merkar eg, eg prøvar gjerne å sjå ei meining i mykje av det eg gjer... prøvar å leite etter ei meining for å rettferdiggjere det kanskje... (D2, 16.04.11)

Nei, eg har tenkt mykje over det, meininga med livet. Når eg lurar på kva eg skal gjere og kva eg skal bli. Kva eg skal gjere med livet... Når eg tenkjer på... kva er det eigentleg eg gjer. Skal eg tenkje på framtida eller skal eg tenkje på notida? Når eg køyrer så tenkjer eg mykje over slike ting. Det er jo stort sett det eg gjer når eg køyrer, tenkjer over slike ting. Eg har blitt mykje flinkare til å tenkje positivt, og innsjå kor bra eg faktisk har det. (D1, 05.04.11)

Kategorien er bygd opp av *eksistensiell usikkerheit*, *eksistensiell ubalanse* og *eksistensielt behov*. Eksistensiell usikkerheit er knytt til utsegner der informantane stiller spørsmål eller uttrykker usikkerheit rundt kva som er meningsfullt for eigen del, som i sitatet ovanfor der D2 (16.04.11) seier 'Å sjå fotball på tv og spele spel er to ting som eg er usikker på kor mykje meining det er i', eller når D1 (05.04.11) spør: 'Kva skal eg gjere med livet?'. For å avgjere kva spørsmål som fell innanfor koden *eksistensiell usikkerheit* har eg sett på samanhengen spørsmåla kjem i. *Eksistensiell kognisjon* er berre relevant i dei tilfella informantane sjølv oppfattar at dei har med eksistensielle spørsmål å gjere

Sjølv om fokuset for undersøkinga heile vegen er opplevinga av det som er meningsfullt kjem alle forskingsdeltakarane inn på opplevingar av å få utfordra forståinga av sin eigen eksistens. Opplevinga av å ikkje finne meining har eg kalla *eksistensiell ubalanse*.

"Jeg gikk på en eksistensiell krise. Den opplevelsen, første gang du skjønner at livet ikke varer evig og ting kan forsvinne... Da måtte jeg tenke en del igjennom det." (D3, 20.04.11)

"Å sjå mogelegheita for at det eg hadde planlagt ikkje kom til å skje takla eg utruleg dårleg. Etter ei veke vart eg så deprimert som eg aldri har vore. Eg er jo flink da til å svartmale, men eg tenkte jo at livet... no var det... kva i all verden skal eg gjere no..." (D1, 05.04.11)

"Kanskje det var med delvis frå å vere litt ubevisst til å vere bevisst på at eg ikkje trengte den kristne Gud som forklaring på tilvera. Eg kunne like godt bruke Sokrates som Bibelen til å forklare verden. Det hugsar eg at var som ei frigjering. Ikkje at eg nødvendigvis følte meg fanga av det kristne, men at det var ei sterk oppleving. Eg forandra personlegheit etter det her. Alle rundt meg såg det. Eg fekk ein meir open... eg vart meir sosial." (D2, 16.04.11)

Det er overraskande store likskapar ved måten informantane framstiller desse punkta i si eiga historie. Opplevinga av meiningstomheit ligg bak i tid, og blir presenterte som starten på ein overgang til eit meir positivt utfall. Eg har ikkje undersøkt sjølve opplevinga av det informantane beskriv, men sett på korleis dei opplever å reflektere over hendingane i dag. Informantane vektlegg i stor grad det positive utbyttet ved å ha vore gjennom ein slik prosess. I deira narrativ blir hendingane beskrive som utfordringar som ligg bak dei. Eventuelle opplevingar av meiningstomheit blir tona ned, og prosessen blir definert som meningsfull.

Eksistensielt behov er ei samling av utsegner der informantane oppvurderar eller nedvurderar hendingar avhengig av om dei sjølv eksplisitt definerer opplevingane som meningsfulle. Dei uttrykker alle eit ynskje om at handlingar dei utfører og hendingar dei opplever skal vere meningsfulle. Utsegner som 'eg prøvar gjerne å sjå ei meining i mykje av det eg gjer' (D2, 16.04.11) uttrykker eit ynskje om at det ein opplever skal gi meining. Samstundes inneheld utsegnene ei vurdering av den kognitive evna til å definere noko som meningsfullt eller ikkje. Det å kunne seie at noko har meining verkar støttande, som at opplevinga i seg sjølv får større verdi på den måten. Når eksistensielle spørsmål dukkar opp, eller når viktige avgjerder skal fattast, ser dette ofte ut til å akkompagnerast av eit behov for meining. Det kan vere greitt å minne om at informantane mellom anna er velde på bakgrunn av sin vilje til å reflektere over temaet meining. Dette vil kunne påverke graden av overførbarheit til andre grupper.

Det direkte spørsmålet 'kva er ein meiningstom dag for deg' var stilt til alle informantane. To av informantane uttrykte at dette var dagar der dei visste kva dei ville gjere, men ikkje gjorde noko av det. Den tredje svarte at han ikkje konkret kunne tenkje seg ein meiningstom dag, då det var så mykje meningsfullt ein kunne fylle livet med. Kanskje er dette eit uttrykk for forskjellar mellom forskingsdeltakarane når det kjem til variasjonar i opplevd meining frå dag til dag.

Oppsummering

Gjennom analysen har eit omfattande datamateriale frå tre intervju blitt redusert til fem kategoriar. Denne reduksjonen er gjort i forsøk på å trekke ut noko av det som er felles i opplevingane til forskingsdeltakarane. Dei fem kategoriane blir eit vindaug til ein del av den kontekstuelle sanninga. I det neste kapittelet vil eg utbrodere samanhengane mellom kategoriane i form av ein lokal teori.

Kapittel 4 - Drøftingar

I dette kapitlet konstruerer eg ein lokal teori på bakgrunn av kategoriane frå analysen. Den lokale teorien har som mål å skildre den kunnskapen forskaren og forskingsdeltakarane saman har produsert. Denne kunnskapen representerar kontekstuelle sanningar forankra i møtet mellom forskar og forskingsdeltakarar. I andre del av kapitlet drøftar eg den kontekstuellt forankra lokale teorien i lys av generelle substantive teoriar og tidlegare forskning. Eg vil her sjå lokal teori i lys av ulike teoretiske perspektiv. Til slutt vil eg seie noko om overførbarheita og verdien av forskinga, både når det gjeld rådgivingspraksis og for vidare forskning.

Lokal teori

Den lokale teorien har som mål å lage ei heilskapleg framstilling av resultatata frå analysen. I mi lokale teorisering ynskjer eg å vere resultatnær. Eg ser fyrst på sambandet mellom enkeltkategoriar, før eg gjer ei generell oppsummering.

Relasjonar til andre

Det verkar vere ein klar samanheng mellom kategoriane *felleskap* og *nærleik*. Desse representerar ulike opplevde utbyte av relasjonar til andre menneske. Eit spørsmål ein kan stille seg er om det er mogeleg å oppleve *nærleik* utan *felleskap*. Det kan utifrå datamaterialet verke mogeleg å oppleve *felleskap* utan å oppleve *nærleik*, men sjølv å anta det siste vil byggje på ei anten-eller-oppfatning av omgrepet *nærleik*. I opplevinga av fellesskap er det gjerne både tillit og tryggleik. Ein kan kanskje argumentere for at det er intimitet i fellesskap, dersom ein samanliknar det å vere *innanfor* og *utanfor* fellesskapet. I ein samtale med ein av informantane mine, etter at alle intervjuar var gjennomført, snakka han om å oppleve *tosemd* i eit parforhold. Med dette meinte han at det varierar kor stort behov ein som par har for å vere berre to saman, og at i alle fall han hadde behov for eit større fellesskap enn ein person. Om ein ser bort ifrå partneraspektet kan ein meir generelt seie at resultatata i liten grad greier å seie noko om samanhengen mellom relasjonar ein-til-ein og relasjonar til ei gruppe, anna enn at begge deler verkar å vere kjelder til meningsfulle opplevingar. Det som verkar tydeleg etter analysen er at både fellesskap og nærleik utgjer deler av opplevinga av eit meningsfullt tilvære. Det som er mindre tydeleg er om desse i realiteten kan opptre avskild.

Verdi i relasjonar

Kategorien *verdi* inneheld eit element av akting frå andre. I tillegg er det vanskeleg å gjere eit klart skilje mellom akting frå andre og sjølvakting, då mykje av korleis me ser oss sjølv er speila i det andre tykkjer om oss. Det verkar naturleg å snakke om ein samanheng mellom *verdi* og relasjonar. Det å ha *verdi* er alltid i forhold til noko.

Kategorien *verdi* blir her kva verdi personen sjølv opplever at ein har. Dersom eg ser på datamaterialet, og prøvar å granske *igjennom kva* informantane opplever å ha verdi, blir det tydeleg at relasjonar til andre er eit viktig element. I kategorien fellesskap opplever eg at ein informant snakkar om å sitje åleine på rommet, men samstundes føle seg som ein del av fellesskapet. Dette og liknande utsegner tyder for meg på at ein kan oppleve fellesskap utan å knytte det til at ein har verdi for andre. Andre stader, som for eksempel i D1 (05.04.11) si beskriving av å 'gi ditt personlege bidrag til heilheita', opplever eg at det å ha verdi er knytt opp mot den rolla ein har i fellesskapet.

I samband med den andre relasjonskategorien, *nærleik*, verkar det vere ei enda tettare kopling til *verdi*. Når informantane skildrar dei næraste relasjonane beskriv dei både tilfredsstilling ved å gi og å ta. Gjennom å bli viktig i ein anna person sitt liv får informantane stor verdi for den andre personen. At nokon vel å vere saman med deg vil bidra til å styrke opplevinga av *sjølvbilete*. I eit nært forhold er det òg sannsynleg at ein opplever *vørde* frå den andre personen. Særleg i ein så eksklusiv posisjon som i eit parforhold vil det vere naturleg å tenkje seg at *bidraget* ein gir til den andre ikkje utan vidare kan erstattast. Frå konkluderar eg at ein kan oppleve *verdi* gjennom både *fellesskap* og *nærleik*.

Påverkingsevne og verdi

Kategorien *påverkingsevne* oppsummerar opplevinga av å ha makt til å påverke verda. Dei situasjonane der informantane opplever stor påverkingskraft fell ofte saman med opplevingar av verdi. Det å ha makt er kanskje òg ein måte å ha verdi. Når D2 (16.04.11) seier 'ein meiningsfull dag er ein dag du gjer ein forskjell', inneheld utsegna både eit uttrykk for *påverkingsevne* og eit uttrykk for *verdi*. Gjennom å vere i stand til å gjere ein forskjell vil ein samstundes styrke sin verdi.

Når både relasjonar og evner til å utrette noko kan vere kjelder til å oppleve verdi blir det naturleg å spørje om verdi er ein overordna kategori. Datamaterialet avslører at

kategorien *verdi* ofte dukkar opp anten i samband med *påverkingsevne* eller i samband med ein av dei to relasjonskategoriane. Det er vanskeleg å påvise noko form for kausalitet eller retning gjennom induktiv forskning. Lettare er det å seie at *verdi* kan opplevast både gjennom relasjonar til andre og gjennom generell makt til å påverke. Eg har ikkje funne nokon av kodane som utgjer *verdi* utan at dei var forankra anten i ein relasjon til nokon eller i den påverkinga ein har eller er i stand til å ha på omverda.

Eksistensiell kognisjon

Forskingdeltakarane ordnar opplevingane sine i narrativ. Det å vite at eigne opplevingar er meningsfulle verkar vere ei kjelde til mening i seg sjølv. D2 (16.04.11) seier 'å sjå fotball på tv og spele spel er to ting som eg er usikker på kor mykje mening det er i, men ting som eg likar svært godt'. Å sjå fotball på tv kan kanskje knytast til fellesskap, og å spele spel både til *fellesskap* gjennom dei ein gjer det saman med og til *påverkningsgrad* gjennom at ein får prøve evnene sine. Kva det er som gjer opplevingane positive er likevel ikkje så interessant som det at opplevingane er positive *på tross av* at den som opplever dei ikkje umiddelbart kan seie kvifor dei er meningsfulle.

Det verkar som om informantane *ynskjer* at det dei opplever skal vere meningsfylt. Eit interessant spørsmål er om eksistensiell kognisjon både kan vere ei kjelde og ei hindring til å oppleve eit meningsfullt tilvære. Om ein er i stand til å redefinere hendingar på ein måte som gjer at dei framstår som meningsfulle ville dette kanskje kunne vere ei kjelde til mening. Spørsmålet blir kva som skjer dersom ein opplever dei same hendingane, og opplever det som problematisk at ein er usikker på om dei er meningsfulle. Vil *eksistensiell kognisjon* i desse tilfella kunne stå i vegen for ei oppleving av mening?

Eksistensiell kognisjon er for forskingsdeltakarane tett knytt opp til alle dei andre kategoriane. Informantane uttrykker eit ynskje om at hendingar skal vere meningsfulle. Når dei både kan oppleve at ei hending er meningsfull og forstå kvifor ho er meningsfull så verkar det i seg sjølv vere tilfredsstillande.

Ei samanfatting av lokal teori

Det eg ser utifrå analysen er at det fins ulike kjelder til det å oppleve mening. Forholdet til andre mennesket verkar vere viktig. Både det å oppleve at ein er ein del av ei gruppe, og det å oppleve nære band til enkeltpersonar er for forskingsdeltakarane meningsfullt.

Dei søker fellesskap på ulike måtar, og det å oppleve ei kopling til fellesskapet ser ikkje ut til å vere forankra i sjølv kommunikasjonen med andre.

Behovet for intimitet og nærleik er ei kjelde til meining som forskingsdeltakarane har opplevd, men for augneblinken uttrykker at det er ein mangel på. At dei framleis hevdar å oppleve meining burde tale for at dei kan oppleve meining på forskjellige område uavhengig av kvarandre. Det er ikkje mogeleg å seie noko om graden av opplevd meining i forhold til graden av velvære, men det er heller ikkje interessant i denne samanhengen. Meir interessant er det at det verkar som om opplevd meining er ein relevant storleik for forskingsdeltakarane sitt velvære.

Av det som ikkje er knytt til relasjonar avdekkar analysen òg at forskingsdeltakarane finn meining gjennom å oppleve at dei har verdi eller gjennom å oppleve at dei påverkar noko utanfor seg sjølv. Begge desse opplevingane *kan* vere knytt til relasjonar til andre menneske, men dette ser ikkje ut til å vere ein føresetnad for opplevinga.

Forskinsdeltakarane har ei stor grad av bevisstheit rundt emnet, og møter aktivt spørsmål om meining. Refleksjonane rundt meining er med på å strukturere opplevingane deira. Eg tolkar dette som at forskingsdeltakarane har behov for at meining er både implisitt og eksplisitt i hendingar og opplevingar; implisitt på den måten at ting opplevast meningsfulle; eksplisitt på den måten at dei ynskjer å vite at ting er meningsfulle. Eg tolkar det som at det i dei mest tilfredsstillande opplevingane informantane har er kongruens mellom den implisitte og den eksplisitte opplevinga.

Oppsummering

Eg finn at det er nære samanhengar mellom kategoriane. Tidvis så nære at det er vanskeleg å avgjere sikkert om dei kan opptre uavhengig av kvarandre. I samanfatinga av den lokale teorien tek eg høgde for at resultatata i beste fall representerar eit lite utsnitt av røynda. Til tross for dette oppfattar eg utsnittet som nyttig og relevant. Den lokale teorien ser ut til å kunne skildre den kontekstuelle kunnskapen på ein god måte. Eg vil i det vidare sjå denne i lys av generell teori og tidligare forskning.

Lokal teori i lys av generelle teoriar og tidligare forskning

I lys av empiri, kva kan me seie om meining som omgrep? I denne delen vil eg nytte generelle teoriar som ulike perspektiv på resultatkategoriene og lokal teori. Eg vil vise at ulike perspektiv på meining som omgrep gir ulik forståing av den lokale teorien. Vidare vil eg argumentere for at det som rådgivar er nyttig å forstå dei ulike perspektiva.

Logoterapi og ytre meining

Viktor Frankl legg stor vekt på at meining er ein ytre storleik. Ein kan ifølge logoterapien ikkje redusere mennesket til ei mengde behov. I den grad mennesket er behovsstyrt er det gjennom ei *vilje til meining*. Frankl definerer meining som behovet i seg sjølv. Eit *behov for meining* kan me finne att i kategorien *eksistensiell kognisjon*. Informantane uttrykker eit ynskje om at hendingar og opplevingar skal gi meining. Det verkar som om dei opplever det problematisk når det ikkje er kongruens mellom deira oppfatning av kva som gir meining og kva dei har lyst til å gjere. Frankl seier at mennesket er eit vesen som søker meining, og dette kan ein nok finne støtte for i analysen.

Det er i liten grad dekning for å seie at det er behovet for å identifisere eksplisitt meining som motiverar forskingsdeltakarane. Dei uttrykker fleire plassar at noko er givande å drive på med, utan at dei kan identifisere kva som er givande. Ein kan ta det som eit teikn på at dei handlar med mål om å oppleve meining, men ein kan òg tolke det som at meining er eit behov blant andre behov. Frankl hevdar at meining er overordna. Det er mogeleg å forstå analysen på den måten, men den tolkinga vil i så fall vere forankra i den generelle teorien i større grad enn i analysen.

Logoterapien vektlegg at meining er ei ytre kraft, eit gravitasjonspunkt ein blir dratt mot i staden for ei indre styrande kraft i mennesket. Dette er det vanskeleg å seie noko om på bakgrunn av analysen. Når Frankl seier at ein kan oppleve meining gjennom å gjere ei gjerning eller å erfare ein verdi så går han ut ifrå at den som opplever dette har ein større samanheng å plassere opplevingane i. Om forskingsdeltakarane føler at dei er ein del av ein større samanheng er vanskeleg å avgjere. Dei avkreftar alle noko form for verdsordning gjennom guddom eller liknande. Alle snakkar likevel utifrå eigne verdiset. Desse fungerer som mål på kva som er godt og bra. Verdisetta blir ikkje framstilte som relative for den enkelte. Den enkelte sitt verdisyn er kanskje noko som kan utgjere ei rettesnor på same måten som eit ytre gravitasjonspunkt. Ei slik tolking vil mellom anna

tale for at måtar å finne meining på er relativt til kultur og verdier. Ein slik konklusjon oppfattast ikkje usannsynleg.

Vocation

Når eg les Frankl opplever eg at han med å *finne meining* i stor grad snakkar om ein overordna storleik, ikkje ulikt det Greg Bogart (1994) kallar *ei sentral livsoppgåve* gjennom å oppleve *vocation*. Maslow seier at eit meta-motivert menneske ofte er så dedikert at det kan vere på sin plass å snakke om opplevinga av *vocation*. Om me prøvar å sjå analysen i eit slikt perspektiv er det vanskeleg å seie om forskingsdeltakarane opplever ei slik sentral livsoppgåve. Ei slik tolking spring i alle fall ikkje ut av datamaterialet ved fyrste gjennomlesing. For å prøve den kontekstuelle relevansen i ei forståing av meining som *vocation*, kan ein sjå på kva opplevinga av ei sentral livsoppgåve eigentleg betyr. Om ikkje anna er det ein måte å strukturere erfaringar på. Gjennom å gi seg sjølv ei oppgåve og definere denne som viktig har ein gitt seg sjølv *verdi*. Samstundes har ein kanskje skapt ein arena der ein har *påverkingsevne*. To av våre analysekategoriar vil i så fall vere representerte. Om *vocation* er ein måte å strukturere erfaringar på vil dette i seg sjølv gjere *vocation* til eit relevant omgrep. Igjen ser ein at verdien i å oppleve ei sentral livsoppgåve er forankra i generell teori i større grad enn den er forankra i analyseresultat.

Behovsstyring

Saman med Maslow representerar Baumeister med fleire eit anna perspektiv på kva meining er og kor den kjem ifrå. Dei vil seie at mennesket er styrt av indre behov, i motsetning til å bli trekt mot eit ytre gravitasjonspunkt. Maslow tek utgangspunkt i spørsmålet om kva som motiverar oss til handling, og konstruerar eit hierarki av behov på bakgrunn av dette. Han definerer òg ei form for endeleg meining, gjennom å kunne nå sitt yttarste potensiale. Kvar enkelt skal kunne bli den dei er.

Om me fyrst ser på den grunnleggjande behovsinndelinga finn me at dette absolutt gir meining i lys av vår analyse. Dei to nest øvste nivåa har eg oversett til *kjærleik/tilhøyr* og *verdi*. Behovet for *kjærleik/tilhøyr* inneheld mellom anna beskrivingar av det me i analysen har kalla *felleskap* og *nærleik*. Det nest øvste nivået, som Maslow kallar *Verdi* inneheld mellom anna uttrykk for det eg i analysen har kalla *verdi* og *påverkingsevne*.

Sjølve kategoriinndelingane er mindre relevante enn det faktum at analysen òg kan forståast ut ifrå eit teoretisk behovsperspektiv.

Baumeister presenterar ikkje noko hierarki av behov, men nøyer seg med å presentere område der meining kan finnast. Våre fem kategoriar beskriv mykje av det same som Baumeister (1991) si inndeling i *efficacy*, *value* og *self-worth*. Det siste behovet Baumeister presenterar, behovet for *purpose*, kjem ikkje direkte fram gjennom enkeltkategoriar i vår analyse. Vår lokale teori legg ikkje opp til å vere ei uttømmmande beskriving, og ideen om *purpose* som mål og funksjon passar godt inn i forhold til opplevinga av å kunne endre innanfor *påverkingsevne* eller opplevinga av å gjere ein forskjell innanfor *verdi*. Hjø Schnell (2010) og Reis et al. (2000) finn me andre inndelingar av behovskategoriane, men med ei grunnforståing som er svært lik Baumeister. Begge har relasjon som eigen kategori (til tross for at Schnell grupperar relasjon med generell velvære), noko Baumeister samlar i sitt 'need to belong' (Baumeister & Leary, 1995).

Utifrå behovsperspektivet ser det ut til å vere noko mindre relevans for kategorien *eksistensiell kognisjon* som kjelde til meining i seg sjølv. Det kan vere fleire forklaringar på dette. Kanskje er det slik at det me i analysen finn som *eksistensiell kognisjon* ikkje representerar essensen i eit reelt behov, men at denne opplevinga er sett saman av andre behov. Det kan òg vere at kategorien *eksistensiell kognisjon* er spesiell for dette utvalet, og ikkje er generaliserbar på same måten som dei andre kategoriane. Kanskje er det òg slik at det skiljet eg har valt å gjere, der eg ser på refleksjonen rundt meining som frittstående kategori, representerar eit lite relevant skilje for å forstå meining. Det er innlysande at resultata frå analysen er svært avhengige av mine vurderingar, gjort på bakgrunn av mi forståing. Til ein viss grad opplever eg at mine analysekategoriar stemmer overeins med behovskategoriane til alle dei presenterte teoretikarane. Å sjå meining som behov, med ein indre locus, er eit perspektiv som òg verkar relevant.

Jordisk og kosmisk meining

I forhold til Edwards (1981) si inndeling i kosmisk og jordisk meining stilte eg tidlegare spørsmål ved om ein kan oppleve kosmisk meining utan jordisk meining og vice versa. På bakgrunn av analysen er det vanskeleg å seie sikkert om ein slik distinksjon er relevant. Inndelinga kjem ikkje eksplisitt fram i analysen, med mindre ein vil definere

forskingdeltakarane sine opplevingar av meining som opplevingar av jordisk meining. I så fall kan ein kanskje seie at det er mogeleg å oppleve jordisk meining utan kosmisk meining. "For meg så blir det å sjå tilbake på eit liv, utan å ha noko vissheit, eller *tru* på at det skal skje noko etter livet da. Derfor er det kanskje ekstra viktig kva ein gjer i det livet her da." (D2, 16.04.11). Spørsmålet blir kva som faktisk er forskjellen på opplevinga av jordisk meining og kosmisk meining. Ein måte å forstå dette på er at kosmisk meining representerar noko fast og objektivt utanfor sjølv. Slik kan kosmisk meining bidra til å vere eit punkt ein ordnar si forståing rundt. Eg opplever at forskingsdeltakarane mellom anna opplever nokre av verdiane sine som faste punkt. Dei uttrykker både altruisme "Å gjere noko, berre for den andre sin del" (D1, 05.04.11) og empati "Når ein opplever at andre ikkje har det bra." (D2, 16.04.11) som viktige haldepunkt. Om ein er i stand til å oppfatte ein verdi som objektiv og reell, noko som transcenderar ein sjølv, kva er då forskjellen på jordisk og kosmisk meining? Dersom ein frå eit ontologisk perspektiv meiner at opplevinga er sann for den som opplever, handlar intern eller ekstern locus om oppfatning. I så fall er kanskje skiljet mellom jordisk og kosmisk meining kunstig.

Mikronivå og makronivå

Charles Chen (2001) viser til at ein kan sjå meining i mikroperspektiv eller i makroperspektiv. Sommer og Baumeister meiner at me i dei to tilfella finn meining gjennom dei same prosessane (1998). Eg innser i etterkant av analysen at eg deler ei slik forståing, og at dette nok har påverka meg i forskingsarbeidet. Eg har ikkje gjort noko klart skilje mellom kva som er meiningsskaping på mikronivå og kva som er meiningsskaping på makronivå. Gjennom analysen opplevde eg ikkje noko forskjell. At eg ikkje fann forskjellar kan både komme av at eg forventa å ikkje finne forskjellar og av at det ikkje *er* forskjellar. Eg ser det som innlysande at det er nivåforskjell på å gi meining til ei enkelt oppleving og å gi overordna retning til livet, men det verkar ikkje usannsynleg at me tenkjer på like måtar når me forstår desse.

Eg opplever at mi kategoriinndeling har størst likskapstrekk med måten Baumeister, Schnell og Reis sett opp sine kategoriar. Utan å seie noko om deira epistemologiske grunnlag, baserar eg mi koding på ei antaking om årsak og effekt. Om kategoriane er den effekten me kan sjå, er dei ein representasjon av sine årsaker. Dette seier oss i seg sjølv ikkje noko om årsaka til effekten me opplever. Eg meiner derfor at undersøkinga verken kan seie noko sikkert om kva meining er eller kva locus meininga har. Dei forskjellige

teoretiske perspektiva gir forskjellig forståing av resultatata. Ulike modellar kan vere nyttig i ulike kontekstar, utan at dei utelukkar andre forståingar. Kjemikaren og statistikaren George Box er ofte kreditert med sitatet 'All models are wrong. Some models are useful.' Å vere i stand til å ta ulike perspektiv og nytte ulike forståingsmodellar kan bidra til å auke forståinga av kva meining kan vere.

Meining og motivasjon

Når ein er inne på meininga sin locus er det naturleg å trekke parallelar til motivasjon. I samband med Self-Determination theory såg me tidligare at Deci og Ryan skil mellom indre og ytre motivasjon (Deci & Ryan, 1985). Dei tre grunnleggjande behova som korrollerar med auke i indre motivasjon stemmer òg godt overeins med kategoriane frå analysen. "Det å ha gode opplevingar sjølv. Det er jo sånn som gjer at ein blir motivert til alt mogeleg rart. Eg blir inspirert til ting" (D2, 16.04.11). Ein kan i så fall stille spørsmål ved om meining og motivasjon er åtskilde storleikar. Om ein ynskjer å sjå meining som premissleverandør kan ein hevde at å oppleve meining er motiverande. I så fall kan ein spørje seg om det å oppleve meining er ein føresetnad for å oppleve motivasjon. Ein slik tanke verkar noko forenkla. Særleg gjennom kategorien *eksistensiell kognisjon* opplever eg at det kan vere tilfelle der informantane let seg motivere til å gjere noko dei opplever at ikkje var meiningsfullt. Opplevinga av mangel på meining blir deretter potensielt problematisk. Om ein tenkjer seg eit omvendt kausalitetsforhold kan ein sjå indre motivasjon som ei kjelde til opplevd meining. Ser ein i staden at både meining og motivasjon fordrar ei oppfyljing av dei same behova, er kanskje kausalitetsforholdet mindre viktig. Å oppleve *autonomy*, *competence* og *relatedness* verkar vere kjelder til velvere. Om ein vel å sjå dette i lys av meining eller motivasjon, eller begge deler, blir for meg mindre viktig.

Oppsummering

Den lokale teorien får ulik tolking avhengig av teoretisk perspektiv. Frå dette konkluderar eg at meining som omgrep er fasettert, og at dei ulike fasettane bidreg til ei auka forståing. Til tross for store ulikskapar verkar det vere teoretisk einigheit om at meining er positivt for velvere og mental helse. Både teorien og empirien som har blitt presentert tek utgangspunkt i den positive opplevinga av at noko er meiningsfullt. Ei rik teoretisk forståing gir mange moglege måtar å skildre denne opplevinga på.

Kapittel 5 - Avslutning og oppsummering

I dette kapitlet vil eg vurdere resultat og drøfting i lys av kvaliteten på forskinga.

Vidare ser eg på nokre konsekvensar for forskning og praksis innanfor rådgivingspedagogikk. Til slutt presenterar eg egne tankar til oppsummering.

Kvalitet

Eg har allereie presentert ein gjennomgang av kvalitetsomsyn i metodekapitlet. I den følgjande delen vil eg kort sjå resultatata i lys av omsyn til kvalitet. Eg ser spesielt på vala eg har gjort i samband med utvalet, i innsamlinga og i analysen.

I samband med utvalet blir eit naturleg spørsmål kva som er overførbart til andre situasjonar. For at lesaren sjølv skal kunne gjere ei så riktig vurdering som mogeleg har eg forsøkt å presentere informantane og deira utsegner så nøyaktig og omfattande som krava til konfidensialitet tillet. Dersom kvalitet var premissleverandør utan omsyn til forskningsetikk kunne eg i mykje større utstrekking ha gitt lesaren eit godt bilete av dei hendingsbeskrivingane forskingsdeltakarane legg fram når dei beskriv opplevingane sine. I valet av analysemetode vurderte eg å nytte Moustakas (1994) sin *fenomenologiske reduksjon*. Ein del av denne er å gi ein omfattande presentasjon av ei strukturell analyse. Etter å ha arbeida litt med dette innsåg eg at den personlege karakteren i alle hendingane gjorde det svært vanskeleg å framstille ei god strukturell analyse utan å bryte krava til konfidensialitet. Dette var med på å bidra til at eg valte ein analyseform inspirert av Grounded Theory. Framleis har eg fleire stader late vere å presentere direkte sitat eg utan omsyn til etiske omsyn elles ville ha presentert. Alle slike utsegner har likevel vore med i analysearbeidet. Eg føler ikkje at kvaliteten på analysen har blitt dårlegare, men kvaliteten på framstillinga for lesaren som skal følgje alle steg i forskinga har blitt svekka ved at reliabiliteten i forskinga kan bli trekt i tvil.

Utval

I samband med utvalet er det særleg to ting eg vil trekke fram, som påverkar overførbarheita til andre utval. Me har sett at Schnell (2010) finn sivilstatus som ein viktig faktor til å forklare variasjonar i opplevd meining. At forskingsdeltakarane alle har vore einslege i meir enn eit år har sannsynlegvis innverknad på øverførbarheit i samband med *nærleik* og *felleskap*. Religiøs preferanse er òg eit viktig demografisk

skilje. To av informantane har vekse opp med foreldre som er protestantisk kristne, men har vald å ta eit standpunkt som agnostikarar eller ateistar. Den siste informanten har vekse opp med ateistiske eller agnostiske foreldre, og uttrykker sjølv eit tydeleg forhold til sin ståstad som ateist. Alle tre tek eit klart ikkje-religiøst standpunkt, noko som klart kan ha påverka eventuelle funn om jordisk og kosmisk mening.

Innsamling

Under analysen vart eg merksam på at eg i intervjuet ikkje følgde opp temaet fysisk intimitet når dette kom opp. Ein grunn kan vere at akkurat dette temaet verka privat på ein anna måte. Denne oppdaginga får meg til å stille spørsmål ved kva anna som eventuelt ikkje har blitt med. Det at eg er mann og at informantane er menn kan kanskje ha bidrege til at nokre tema er mindre naturlege å ta opp. At informantane i tillegg var rekrutterte gjennom eige utvida kontaktnett kan òg ha spela inn på den måten at nokre emne ikkje var naturleg å ta opp. Om eg ikkje veit kva tema som ikkje har blitt med kan eg ikkje vite kva det ville ha gjort med den endelege analysen. Dette blir viktig i vurderinga av kva resultata representerar.

Analyse

I kodingsprosessen opplevde eg at nokre potensielle kodar eigna seg godt til parvise skildringar av forskingsdeltakarane sine opplevingar. Hjå to av informantane fann eg mellom anna at koden *opplevingar* verka naturleg. Kultur og natur vart trekt fram som viktig, både i augneblinken og som minne ein kan hente fram i ettertid. Dette framgjekk ikkje tydeleg før mot slutten av analysearbeidet. Det vart på det tidspunktet vurdert om eg skulle gå i gang med ein ny runde intervjuing, for å finne ut om det var tilfeldig at dette ikkje hadde dukka opp i alle tre intervjuet. Det vart likevel vurdert slik at eg ikkje hadde tid til å gjere ein ny runde med transkribering og ny analyse. Særleg av den grunn er det viktig å understreke at det kan vere andre og likeverdige kjelder til mening som ikkje har komme med.

Forskning og praksis innan rådgivingsfaget

Etter å ha sett resultata i lys av substantiv teori blir eit naturleg neste spørsmål; kva betyr dette for rådgivingsfaget? Det er usikkert om spørsmål om mening er relevant for alle. Det er i enda større grad usikkert kor vidt forskingsdeltakarane si forståinga av

mening er relevant for alle. Det som er tydeleg er at spørsmål om kva som er meningsfullt verkar relevant i denne konteksten, for både forskar og forskingsdeltakarar. I så måte er det sannsynleg at dei same spørsmåla vil vere relevant for i alle fall *nokon* andre.

Utifrå dei teoriane ein baserar si forforståing på, vil ein møte resultata frå forskinga med ulike perspektiv. Dei ulike perspektiva tilfører ulik forståing både av opplevingane til informantane og av relevansen dei ulike opplevingane har. Dette understrekar vidare den vanskelege oppgåva ein gir seg i kast med i forskning innanfor så samansette område som det rådgivingsfeltet er. Å bruke teoriar og forforståing for å lage mening og samanheng er ein prosess som òg skjer hjå rådgivaren i møtet med andre. Ein rådgivar med eit lite reflektert forhold til mening som omgrep kan få problem med å møte ein hjelpesøkande på ein tilfredsstillande måte. Eit uheldig eksempel finn me i Kernes og Kinnier (2008) si undersøking av psykologar sitt forhold til mening. Fleire av psykologane nedvurderte det spirituelle som kjelde til mening. Eg trur det kan opplevast vanskeleg for nokon som ser mening i ein spirituell dimensjon å oppleve ei slik haldning frå ein rådgivar eller ein psykolog. Eg meiner at det er avgjerande at rådgivarar er opne for at menneske finn mening på ulike måtar. Ein måte å oppnå dette på er å gjere induktiv forskning på korleis ulike menneske finn mening.

Baumeister og Vohs (2002) understrekar at ein gjennom å skrive eller snakke får moglegheita til å strukturere opplevingane sine slik at dei gir mening. Både situasjonen som hjelpesøkande og som forskingsdeltakar i kvalitativ forskning burde vere situasjonar der ein kan få hjelp til å strukturere opplevingane sine.

Vidare forskning

Resultata frå denne forskinga reiser for meg fleire nye spørsmål, både når det gjeld andre demografiske grupper og i forhold til menneske frå same demografiske gruppe med andre syn på mening enn det forskingsdeltakarane i denne undersøkinga har hatt. Det kunne òg ha vore interessant å undersøke born eller ungdom. Er det fyrst ved ein viss alder at mening er relevant? Kva med gamle på slutten av livet, opplever dei fellesskap, nærleik og påverkingsevne på same måte?

Dei to tinga som for meg verkar mest interessant med tanke på vidare forskning er knytte til dei som i mindre grad opplever meining og til dei som opplever ei større grad av ytre eller kosmisk meining. Av dei tre gruppene Tatjana Schnell (2010) identifiserar hadde det vore høgst interessant å vite korleis dei eksistensielt likegyldige stilte seg til dei kategoriane eg har funne gjennom analysen. Kva så med dei som opplever meiningstomheit? Dersom dei eksistensielt likegyldige opplever *fellesskap* og *nærleik* på same måte som informantane i denne undersøkinga vil det vere ein indikasjon på at det ikkje er desse kategoriane som markerar forskjellen mellom desse gruppene, men noko heilt anna.

Har menneske som opplever stor grad av kosmisk meining, for eksempel dei djupt religiøse, framleis det same forholdet til kategoriane frå analysen? Og kva er eigentleg forskjellen i opplevinga av meining gjennom spirituelle dimensjonar og meining gjennom jordiske verdiar? Alt dette framstår for meg som interessante idear for vidare forskning.

Konkluderande tankar

Eg opna med følgjande forskingsspørsmål:

- Korleis opplever menneske å ha *eit meningsfullt tilvære*, og korleis er meining som omgrep nyttig i eit rådgivingsperspektiv?

Kva er meining? Eg er kanskje ikkje nærare eit endeleg svar på det spørsmålet, men eg har fått fleire perspektiv på kva det *kan* vere. Om ein vil skilje mellom kosmisk og jordisk meining, eller mellom meining på mikro- og makronivå, vil kanskje avhenge av samanhengen. Eg har undersøkt tre forskingsdeltakarar si oppfatning av kva meining er, og forsøkt å sjå dette i lys av ulike teoretiske perspektiv. Informantane meiner sjølv at dei har meningsfulle liv, men dei opplever ikkje noko som verkar naturleg å definere som vocation. Utifrå forskingsdeltakarane sitt perspektiv er det kanskje forskjell på den meininga dei opplever og den meininga Greg Bogart (1994) skildrar i *vocation*. Dei ulike teoretiske perspektiva gir ulik forståing av forskingsdeltakarane sine opplevingar. Den viktigaste lærdommen i samband med rådgivings situasjonen er nok nettopp dette. Som rådgivar blir det då nødvendig å kunne sjå alle dei ulike perspektiva.

Mi forskning er i liten grad i stand til å seie noko om forholdet mellom grunnleggjande menneskelege behov og den meining me opplever basert på vår vurdering av kva som er godt og ikkje godt. Ein forståingsmodell kunne vere som følgjer: Som menneske har me nokre felles føresetnader. Kanskje inkluderar dette eit behov for å oppleve eigenverdi, relasjonar, påverkingsevne eller anna. I tillegg til desse føresetnadane har me ulike grunnlag for å gjere kognitive vurderingar av kva som er godt og kva som ikkje er godt. Ei oppfatning av spirituelle koplingar eller opplevinga av ein "objektiv" verdi kan vere eksempel på slike grunnlag. Det som opplevast objektivt blir vår rettesnor for å kunne avgjere kva som er godt og kva som ikkje er godt.

Dette ville vere ein måte å skilje mellom behov og meining. Ei slik teoretisk oppdeling impliserar ikkje eit fråver av samspel. Det er naturleg å tenkje seg at vår oppleving av behov vil vere med å påverke oss i danninga av verdier. Om me har med ibuande behov å gjere vil dette medføre at påvergingsforholdet er einsidig. At det er forskjellar i korleis menneske oppfattar godt og mindre godt på bakgrunn av sine verdier er eg ikkje i tvil om. Spørsmålet eg stiller meg sjølv er om ein kan finne grunnleggjande behov som er uavhengige av kognitive prosessar, samt universelle for alle menneske. Å kunne vise fråver av påverking den eine vegen møter det same problemet som alle forsøk på å bevise ikkje-eksistens, det let seg ikkje gjere. Eit endelig svar på spørsmålet om ei slik deling ser eg derfor som vanskelig å oppnå. Det som hadde vore interessant var om ein kunne finne menneske med grunnleggjande forskjellige verdier og undersøke kva som var felles i deira oppleving av kva som er godt. Eksisterar det grupper av menneske som ikkje har behov for relasjonar til andre? For meg verkar det vanskeleg å tenkje seg.

Om ein skulle vurdere mi forskning i lys av ein forståingsmodell som dette ville ein komme til at eg har undersøkt forskingsdeltakarane si oppleving av kva som er godt. I så fall kan eg ikkje seie noko verken om påverkinga av forskingsdeltakarane si rettesnor i form av verdier eller om kva behov dei opplever å ha. Dersom ein trur at nokre behov eksisterar uavhengig av verdier vil ei undersøking av den typen eg har gjort måtte finne den samla opplevinga av meining i lys av eigne verdier.

Oppsummering

Eg argumenterar for at omgrepet *mening* er relevant for rådgivingspedagogikken. Gjennom ulike teoriar har eg sett at *mening* får forskjellig innhald. Eit mangfald av teoretiske innfallsvinklar gir ei brei forståing. Forskingsprosessen eg har vore igjennom reiser nye spørsmål som òg burde vere relevante. Personleg kunne eg vere interessert i sambandet mellom det ein opplever som meningsfullt og verdiane ein nyttar som rettesnor for å vurdere kva som er godt og kva som ikkje er godt. Det viktigaste utbyttet frå forskingsarbeidet har likevel vore mi kompetanseutvikling, både gjennom kjennskap til teori og direkte i forskingsfaget.

Korleis opplever menneske å ha *eit meningsfullt tilvære*?

Svaret vil avhenge av teoretisk perspektiv. Eit svar som er felles for alle kunne vere 'Dei opplever det som noko positivt'.

Korleis er *mening* som omgrep nyttig i eit rådgivingsperspektiv?

I aller høgaste grad.

Litteraturliste

- Adams, T. B. & Bezner, J. R. (2000). Conceptualization and measurement of the spiritual and psychological dimensions of wellness in a college population. I *Journal of American college health* (Vol. 48, s. 165-174). Washington, D.C.: Heldref Publications.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: Guilford Press.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. I *Psychological Bulletin* (Vol. 117, s. 497-529). Washington, D.C.: The Association.
- Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (2002). The pursuit of meaningfulness in life. I C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Red.), *The handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Bogart, G. (1994). Finding a life's calling. I *Journal of Humanistic Psychology* (Vol. 34, s. 6-37). London: SAGE Periodicals Press.
- Buber, M. (1958). *I and thou* (2d. utg.). New York: Scribner.
- Chen, C. (2001). On exploring meanings: Combining humanistic and career psychology theories in counseling. I *Counselling psychology quarterly*: Taylor & Francis Ltd.
- Corbin, J. M. & Strauss, A. L. (2008). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (3. utg.). Thousand Oaks, Calif.: Sage.
- Crocker, J. & Park, L. E. (2004). The Costly Pursuit of Self-Esteem. I *Psychological Bulletin* (Vol. 130, s. 392-414). USA: American Psychological Association.
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode: En kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior: Perspectives in social psychology*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000a). Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. I *Contemporary educational psychology* (Vol. 25, s. 54-67). Great Britain: ACADEMIC PRESS INC.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000b). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. I *American Psychologist* (Vol. 55, s. 68-78). USA: American Psychology Association.
- Dukes, S. (1984). Phenomenological methodology in the human sciences. I *Journal of Religion and Health* (Vol. 23, s. 197-203).
- Edwards, P. (1981). The meaning and value of life. I E. D. Klemke (Red.), *The meaning of life* (s. 111-117). New York: Oxford University Press.
- Frankl, V. E. (1964). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. London: Hodder and Stoughton.
- Frankl, V. E. (1966). Self-transcendence as a human phenomenon. I *Journal of humanistic psychology*. London: SAGE Periodicals Press.
- Frankl, V. E. (1971). *Vilje til mening*. Oslo: Gyldendal.
- Frankl, V. E. (1997). Meaning in my life: Autobiographical Reflections. I *Tikkun* (Vol. 12, s. 46+). Oakland, CA: Institute for Labor and Mental Health.
- Geertz, C. (1993). *The interpretation of cultures: Selected essays*. London: Fontana.
- Geller, L. (1982). The failure of self-actualization theory: A critique of Carl Rogers and Abraham Maslow. I *Journal of humanistic psychology* (s. 56-73). London: SAGE Periodicals Press.

- Graham, W. K. & Balloun, J. (1973). An empirical test of Maslow's need hierarchy theory. I *Journal of Humanistic Psychology* (Vol. 13). London: SAGE Periodicals Press.
- Gudmundsdottir, S. (1997). Forskningsintervjuets narrative karakter. I B. Karseth, S. Gudmundsdottir, & S. Hopmann (Red.), *Didaktikk: Tradisjon og fornyelse. Festskrift til Bjørg Brandtzæg Gundems 70-års dag*. (s. 202-216). Oslo: Universitetet i Oslo, Pedagogisk Forskningsinstitutt.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R. & Kitayama, S. (1999). Is There a Universal Need for Positive Self-Regard? I *Psychological Review* (Vol. 106, s. 766-794). New York: American Psychological Association.
- Hollis, J. (2001). Creating life: Finding your individual path. I *Counselling psychology quarterly*: Taylor & Francis Ltd.
- Kernes, J. L. & Kinnier, R. T. (2008). Meaning in Psychologists' personal and profession lives. I *Journal of Humnistic Psychology* (Vol. 48). London: SAGE Periodicals Press.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (T. M. Anderssen, & J. Rygge, overs. 2. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk forlag.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K. & Downs, D. L. (1995). Self-Esteem as an Interpersonal Monitor: The Sociometer Hypothesis. I *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 68, s. 518-530). USA: American Psychological Association.
- Leider, R. (1997). *The power of purpose. Creating meaning in your life and work*. San Francisco: Baret-Koehler Publishers Inc.
- Lips-Wiersma, M. & Mcomorland, J. (2006). Finding meaning and purpose in boundaryless careers: A framework for study and practice. I *Journal of humanistic psychology* (Vol. 46, s. 147-167). London: SAGE Periodicals Press.
- Maslow, A. H. (1967). A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life. I *Journal of humanistic psychology*. London: SAGE Periodicals Press.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd. utg.). New York: D. Van Nostrand.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper.
- Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking Press.
- May, R. & Yalom, I. (2000). Existential psychotherapy. I R. J. Corsini, & D. Wedding (Red.), *Current psychotherapies* (6. utg., s. 273-302). Itasca: F. E. Peacock.
- Morgan, J. H. (1983). Personal Mening as Therapy: The Roots and Branches of Frankl's Psychology. I *Pastoral psychology* (Vol. 31, s. 184-192). New York: Human Sciences Press.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks, Calif.: Sage.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative evaluation and research methods* (3. utg.). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode: En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Pytell, T. E. (2000). The missing pieces of the puzzle: A reflection on the odd career of Viktor Frankl. I *Journal of Contemporary History* (Vol. 35, s. 281-306). London: Sage.
- Pytell, T. E. (2001). Viktor Frankl and the genesis of the Third Viennese School of Psychotherapy. I *Psychoanalytic Review* (Vol. 88, s. 311-334). New York: Guilford Press.
- Pytell, T. E. (2006). Transcending the Angel Beast: Viktor Frankl and Humanistic Psychology. I *Psychoanalytic Psychology* (Vol. 23, s. 490-503). Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum.

- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J. A. G. & Ryan, R. M. (2000). Daily Well-Being: The Role of Autonomy, Competence, and Relatedness. I *Personality and Social Psychology Bulletin* (Vol. 26, s. 419-435). London: Sage Periodicals Press.
- Ringdal, K. (2007). *Enhet og mangfold: Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. London: Constable.
- Rogers, C. R. (1967). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. London: Constable.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (1998). The role of purpose in life and personal growth in positive human health. I P. S. Fry, & P. T. P. Wong (Red.), *The Human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (s. 213-235). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Schnell, T. (2010). Existential Indifference: Another quality of meaning in life. I *Journal of Humanistic Psychology* (Vol. 50, s. 351-373). London: Sage Periodicals Press.
- Sommer, K. L. & Baumeister, R. F. (1998). The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives. I P. S. Fry, & P. T. P. Wong (Red.), *The Human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (s. 143-161). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- UNDP. (2010). Human Development Report 2010: Sammendrag: En nasjons egentlige rikdom: Veier til menneskelig utvikling. Henta frå <http://hdr.undp.org/en/media/Norwegian%20HDR%202010%20Summary.pdf>

Vedlegg I - Godkjenning frå Norsk samfunnsvitenskapelig datateneste

Norsk samfunnsvitenskapelig datateneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



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

Vår dato: 22.02.2011

Vår ref: [REDACTED]

Deres dato:

Deres ref:

KVITTERING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 17.01.2011. All nødvendig informasjon om prosjektet forelå i sin helhet 10.02.2011. Meldingen gjelder prosjektet:

[REDACTED]
Behandlingsansvarlig
Daglig ansvarlig
Student

*Opplevinga av eit meningsfullt tilvære
NTNU, ved institusjonens øverste leder
Ragnvald Kvalsund
Hans V. Sunde*

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

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

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

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 15.06.2011, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen /

[REDACTED]

[REDACTED]

[REDACTED]

Vedlegg II - Informasjon om deltaking i masterstudie

Eg er masterstudent i rådgivingspedagogikk ved NTNU, og gjennomfører no den avsluttande masteroppgåva. Temaet for masteroppgåva er *Opplevinga av ei meningsfull tilvære*. Formålet med oppgåva er å løfte fram enkeltmenneske si oppleving av meining, og korleis deira forhold til meining påverkar dei.

I behandlinga av temaet ynskjer eg å intervjuje unge menn som i nokon grad er bevisste sitt forhold til meining. Som informant og forskingsdeltakar vil du bli intervjuja éin gong. Dette vil skje gjennom eit halvstrukturert intervju. Eit slikt intervju består av ei rekke tema og hovudspørsmål som innleiar til vidare samtale om det som måtte dukke opp. Spørsmåla vil omhandle hendingar som potensielt har eller har hatt relevans for ditt forhold til meining, samt korleis du har tenkt rundt eller opplevd desse hendingane.

Intervjuet vil ta om lag ein time. Tid og stad for gjennomføring blir me saman einige om. Under intervjuet vil eg bruke bandopptakar og ta notat. Det er frivillig å delta, og du kan når som helst i løpet av prosjektet trekke deg, utan å måtte grunngje dette. Dersom du ynskjer å trekke di deltaking vil all informasjon om deg slettast. Eventuelle opptak som er gjort vil òg slettast. Alt materiale blir anonymisert, slik at ingen enkeltpersonar vil kunne gjenkjennast utifrå det endelege materialet. Alle opplysningar vil bli behandla konfidensielt undervegs. Opptaka vil bli sletta når prosjektet er ferdigstilt i slutten av mai 2011.

Prosjektet er godkjent av pedagogisk institutt. Studien blir veileda av Ragnvald Kvalsund. Studien er godkjent av Norsk samfunnsvitskapeleg datateneste.

Med informasjonsskrivet følgjer ei samtykkeerklæring. Her bekreftar du som informant at du har motteke informasjon om studien.

Med helsing
Hans V. Sunde

Vedlegg III - Samtykkeerklæring

Eg har motteke informasjon om studien *Opplevinga av eit meningsfullt tilvære*. Eg ynskjer å delta som informant i studien. Som informant vil eg bli intervjuet. Eg har motteke informasjon om hensikta med studiet, og veit at eg når som helst kan trekke mi deltaking utan å gje nokon grunn til dette. Dersom eg trekker mi deltaking vil all informasjon om meg bli sletta. Eg er klar over at all informasjon om meg vil presenterast i anonymisert form.

Sign. _____

Tlf _____

Vedlegg IV - Intervjuguide

Tema:

Opplevinga av eit meningsfullt tilvære.

Problemstillingar for intervjuet:

- Kva framstår som viktig i eiga oppleving av eit meningsfullt tilvære?
- Korleis opplever ein å reflektere over mening?
- I kva grad blir spørsmålet om eit meningsfullt tilvære opplevd som relevant i kvardagen.
- Korleis opplever ein at relasjon til andre påverkar refleksjon over temaet?

Beskriving av framgangsmåte:

Eg vil gjennomføre åpne intervju basert på problemstillingane og ei rekke tema eg på førehand kan sjå som relevante. Temalista vil i fyrste omgang vere ei oversikt for intervjuaren for å slik kunne halde rede på tema ein ikkje har vore inne på. Intervjuaren vil i størst mogeleg grad frigjere seg frå planlagte spørsmål dersom informanten sjølv nærmar seg tema som verkar relevante. Målet med intervjuet er å få tak i det informanten opplever som viktigast, noko som føreset utstrakt bruk av *spegling*, *parafrasering*, *lyttande kroppsspråk*, *prober/nøkkelord* og både åpne og lukka *oppfølgingsspørsmål*.

Eksempel på *spegling*:

-Eg opplever at du blir glad/trist/stille/engasjert når... (Stemmer det? Kan du seie noko meir om det?)

Eksempel på *parafrasering*:

Informant: -Når eg...

Intervjuar: -Når du... (gir den same informasjonen tilbake med andre/eigne ord)
(Har eg forstått deg riktig? Vil du seie noko meir om dette?)

Eksempel på *lyttande kroppsspråk*:

Intervjuar sit lett framoverlent, viser med blick og augekontakt at informanten har fokus, nikker lett, smiler når det passar seg...

Eksempel på *prober/nøkkelord*:

Prober er oppmuntringar til å halde fram. Gjennom aktiv lytting nyttar ein gjerne enkle prober som "Ja" og "mhm" kombinert med nikking. Bruk av nøkkelord er meir spesifikt å gripe tak i enkeltord som kjem frå informanten og sende desse tilbake.

Informant: -...og då blir eg kanskje litt stressa.

Intervjuar (i eit halvt spørjande tonefall): -Stressa..(?)

Elles er det viktig å gje informanten nok tid til å snakke, og ikkje vere redd for stillheita. Når ein oppnår kontakt med informanten kan ein ofte ha ei kjensle av om den andre sit og tenkjer, eller om han/ho ser på deg og ventar.

Vedlegg V - Temaliste/Innleiande spørsmål:

Oppførte innleiingsspørsmål er kun veiledande, og vil bli nytta som hugseliste under intervjuet. Eg ynskjer å bruke nok tid på kvart tema til at det ikkje verkar som om meir tid vil gje eit meir nyansert bilete.

Innleiande samtale

Om intervjuet.

Hensikt og tema.

Avklaring av forventningar.

Bakgrunnsinformasjon

-Personalia og personinfo

-Kva er ditt forhold til temaet?

-Korleis opplever du å bli kontakta og vere med og samtale om "ei meningsfull tilvære"?

Kva framstår som meningsfullt?

-Kva betyr det å "ha mening i livet" for deg?

-Kva er ein meningsfull dag/meiningslaus dag? (God dag/dårlig dag?)

-Viktigaste hendingar i ditt liv?

-Kva kan fjernast før livet mistar verdi?

Relasjon til andre som påverknad

-Kven snakker du med om dette (om nokon)?

-Har du nokon gong blitt møtt med spørsmål? (Korleis opplevde du dette?)

-Følt behov for å snakke om?

-Korleis opplever du å snakke med andre?

Refleksjonens plass

-Korleis opplever du at ditt syn på mening har endra seg i løpet av livet?

(-Korleis opplevde du overgangen?)

-Korleis opplever du å reflektere over dette?

(-Korleis opplever du det akkurat no?)

Opent for tilføyningar:

-Korleis opplever du den samtalen me har hatt?

-Hadde du tenkt eg kom til å spørje om noko som eg ikkje har spurt om?

-Er det noko du ynskjer at eg skulle ha spurt om?

-Føler du at det er noko som ikkje har komme med?

-Dersom eg etter å ha intervjuet andre finn ut at det er meir eg lurar på, er det då greit at eg tek kontakt igjen?

Vedlegg VI - Utviklinga av forskaren si forforståing

Tre dagar før eg fylte seksten år døydde min far sitjande i ein stol heime i stua. På det tidspunktet hadde me nokre korte månader visst at han hadde kreft. Denne hendinga markerar for meg mi eiga bevisstgjerjing i samband med eksistensielle spørsmål.

Frå så langt tilbake eg kan hugse har eg vore av den oppfatning at det ein kan sjå er sant, og at det er alt ein vite noko om. Verda kan forklarast med logikk. Noko anna er verken naudsynt eller mogeleg. I ein periode på sju-åtte år, frå eg var femten til eg var nokre og tjue år gamal opplevde eg ei konsolidering av mi haldning til eksistensielle spørsmål; verda er grunnleggjande meningslaus.

Våren 2009, tjuetve år gamal, tok eg til med mine fyrste fag i rådgivingspedagogikk. Fleire av faga medførte stor grad av sjølvransaking. Etter kvart som eg i større grad stilte spørsmål ved mine eigne oppfatningar dukka særleg eitt spørsmål opp; om verda er grunnleggjande meningslaus, kvifor handlar eg som eg gjer? Om ingenting eigentleg har meining, kvifor står eg i det heile tatt opp om morgonen?

Etter kvart byrja eg møte teori frå rådgivingsfaga som tok direkte tak i spørsmål om meining. Særleg gjennom Viktor Frankl sine tekster oppdaga eg eit perspektiv på meining som var heilt ulikt mitt eige. Frankl såg ut til å meine at alle situasjonar kunne innehalde meining. Eg hadde over tid opplevd ei aukande grad av relativisering av mine verdiar. På dette tidspunktet var eg av den oppfatninga at *ingen* situasjonar kunne innehalde meining.

Etter kvart som eg vart meir kjent i teorien verka det som om dei fleste antok at meining var noko som kunne eksistere for alle. Samstundes opplevde eg at dei som var mest opptatte av spørsmål om meining rundt meg var dei som sjølv oppfatta minst grad av meining.

Hausten 2010 skulle eg velje tema for masteroppgåva mi. Eg følte det nærliggande å velje noko relatert til omgrepet meining. For å oppnå ei større forståing av kva det betyr for andre å oppleve meining bestemte eg meg for å undersøke nettopp dette. Eg valde å oppsøke personar som opplever meining for å sjå kva som er essensen i deira oppleving.

I møtet med informantane hadde eg nokre forventningar til kva opplevingane deira skulle bestå av. Eg forventa mellom anna å finne opplevinga av meistring og opplevinga av relasjonar til andre menneske. Utover dette var eg interessert i kva som ville skilje deira opplevingar frå mine opplevingar.

Gjennom arbeidet med analyse og drøfting følte eg at det var store likskapar mellom mine opplevingar av kva som var tilfredsstillande og forskingsdeltakarane sine opplevingar av det same. Om eg skulle leite etter ein forskjell kunne det verke som om dei i mindre grad stilte spørsmålsteikn ved grunnlaget for sine egne vurderinga; verdigrunnlaget dei nytta for å vurdere opplevingar og hendingar som gode.

Gjennom drøftinga vart eg i aukande grad medviten at eg sjølv stiller høge krav til kva som kan vere meiningsfulle opplevingar. Kategorien *eksistensiell kognisjon* frå analysen starta ein del tankeprosessar. Kanskje er det slik at eg gjennom refleksjonar rundt meining ender opp med å nedvurdere opplevingar eg elles ville sett som meiningsfulle. Desse orda er dei siste eg skriv i arbeidet med masteroppgåva. Kva eg meiner i morgon veit eg ikkje, men her og no trur eg at eg har komme fram til følgjande: Eg må berre godta og nyte dei opplevingane som tykkjest meg gode.

Vedlegg VII - Transkribering og koding

For at lesaren skal kunne få eit innblikk i prosessen med transkribering og analyse har eg her lagt ved eit utdrag av den fyrste transkripsjonen frå eitt av intervjuet. Eg viser deretter korleis eg har komprimert transkripsjonen til meir fullstendige setningar, medan eg prøvar å behalde så mykje av meiningsinnhaldet som mogeleg. Til slutt har eg gitt eit eksempel på oppdeling og koding. Mellom kvar del presenterar eg kort nokre av tankane eg har gjort meg i overgangen.

Råtranskripsjon

d2

Eh nei... *kort pause* ...det kan jo vere... det som eg kjem på sånn umiddelbart er jo naturopplevingar, og kulturopplevingar... *flyttar seg på stolen*

h

mhm

d2

...sånn som å gå på konsertar for eksempel. *rolig taletempo* Det er noko som skil seg ut, liksom... *lengre pause*

h

Ja... *oppmuntrande*

d2

raskare taletempo

Konsertar med band som eg tykkjer er gode da. Det er sånn som er skikkelige minner for livet, og noko som eg heile tida eigentleg søker da... *kort stopp*

roligare taletempo

...dersom det er visse artistar som eg har lyst til å... oppleve dei augneblinka igjen da.

raskare taletempo *lettare tone*

Det kan jo vere gode samtalar for den del...

stoppar opp

h

mhm

d2

rolig

...slik at det går inn på det med gode relasjonar liksom... sånn som no å vere heime i ferien og ha gode, lange frukostsamtalar med familien...

Komprimering

I overgangen mellom råtranskripsjon og komprimert versjon har eg forsøkt å behalde så mykje som mogeleg av meiningsinnhaldet. Eg har sett på råtranskripsjonen del for del, samt lytta til opptaket fleire gonger. Ved seinare gjennomlesingar av dei komprimerte transkripsjonane har eg bevisst prøvd å høyre informantane si stemme. Vidare har eg forsøkt å vurdere kvart enkelt utsegn i lys av både den tekstlige konteksten og den emosjonelle konteksten eg opplevde i intervjuet.

d2

Nei, det kan jo vere... det som eg kjem på sånn umiddelbart er jo naturopplevingar, og kulturopplevingar... sånn som å gå på konsertar for eksempel. Det er noko som skil seg ut, liksom... konsertar med band som eg tykkjer er gode da. Det er sånn som er skikkelige minner for livet, og noko som eg heile tida eigentleg søker da, dersom det er visse artistar som eg har lyst til å... oppleve dei augneblinka igjen da. Det kan jo vere gode samtalar for den del, slik at det går inn på det med gode relasjonar liksom... sånn som no å vere heime i ferien og ha gode, lange frukostsamtalar med familien.

Oppdeling og koding

Etter at eg har komprimert stoffet har eg forsøkt å dele utsegn opp i kodar. Kodane har oppstått i dialog med mi forforståing og den teorien eg har tatt utgangspunkt i. I takt med mi kjennskap til datamaterialet har òg mi forståing av utsegna endra seg. Eg starta med å kode kvart intervju for seg sjølv. Ikkje alle kodane som var relevante i kvart enkelt intervju viste seg å bli relevante for dei tre intervjuia som heilskap. Her følgjer eit eksempel på koding utifrå dei kodane som verka lovande basert på dette intervjuet åleine.

*det som eg kjem på sånn umiddelbart er jo naturopplevingar, og kulturopplevingar... sånn som å gå på konsertar for eksempel.
Det er noko som skil seg ut, liksom...
konsertar med band som eg tykkjer er gode da.
Det er sånn som er skikkelige minner for livet
noko som eg heile tida eigentleg søker da
dersom det er visse artistar som eg har lyst til å...
oppleve dei augneblinka igjen da.
Det kan jo vere gode samtalar for den del,
slik at det går inn på det med gode relasjonar liksom..
sånn som no å vere heime i ferien og ha gode, lange frukostsamtalar med familien.*

Av kodar som verka lovande basert på dette intervjuet, fann eg mellom anna kulturelle inntrykk, oppsamla opplevingar, relasjonar og spesielle opplevingar. Med raud skrift har eg markert informanten sine eigne vurderingar av opplevingane sine. Eg har forsøkt å

vere bevisst at ulike utsegn representerar ulik grad av nærleik til opplevingane og ulik grad av vurdering av opplevingane. Ingen av kodane slik dei her er representert overlevde som beskrivande for alle informantane. Alt som til saman med **raud skrift** vart koda som refleksjonar, utgjorde eit viktig grunnlag i identifiseringa av dei endelige kodane *eksistensiell usikkerheit, eksistensiell ubalanse og eksistensielt behov*.

Endelege kodar

Foreløpige kategoriar vart gode verkty som eg nytta for å gjere meg godt kjent i datamaterialet. Etter å ha arbeida meg igjennom intervjuar enkeltvis byrja eg å samanlikne kategoriar med ulike namn, men som verka henge saman. Til slutt satt eg att med femten kodar som eg opplevde at representerte ein essens som var felles for dei tre forskingsdeltakarane. Eksempelteksten vart då sjåande slik ut:

det som eg kjem på sånn umiddelbart er jo naturopplevingar, og kulturopplevingar... sånn som å gå på konsertar for eksempel.

Det er noko som skil seg ut, liksom...

konsertar med band som eg tykkjer er gode da.

Det er sånn som er skikkelige minner for livet

noko som eg heile tida eigentleg søker da

dersom det er visse artistar som eg har lyst til å...

oppleve dei augneblinka igjen da.

Det kan jo vere gode samtalar for den del,

slik at det går inn på det med gode relasjonar liksom..

sånn som no å vere heime i ferien og ha gode, lange frukostsamtalar med familien.

Her har eg markert kodane **treffe andre**, **kontakt** og **eksistensielt behov**. Eg vurderte om eg skulle tolke natur-, kultur- og konsertopplevingane som å innehalde det å *vere ein del* av noko større, men følte at det var mi vurdering og at det ikkje låg eksplisitt i utsegnene til forskingsdeltakaren. Dei femten kodane er presenterte med eksempelutsegner i eit eige vedlegg.

Kategorisering

Då eg opplevde at meir arbeid ikkje lenger førte til endringar i kodane byrja eg å sjå på konteksten kodane oppsto i og det tematiske innhaldet dei uttrykte. På bakgrunn av dette grupperte eg kodane i dei fem kategoriane *fellesskap, nærleik, påverkingsevne, verdi* og *eksistensiell kognisjon*. Kategoriane blir presenterte i resultatkapittelet.

Vedlegg VIII - Eksempelutsegner frå kodinga

I dette vedlegget presenterar eg eksemplutsegner frå kodinga.

Treffe andre

d1 - Det er jo den sosiale biten da. Det er jo ei form for sosialisering.

d2 - Eg sett stor pris på å gjere sosiale ting, mange gonger i veka.

d3 - En av de tingene som er viktig er å treffe andre.

Kontakt

d1 - ...å kunne sitte for seg sjølv åleine på rommet men samstundes kunne ha kontakt med andre folk.

d2 - Det er jo ein del *selskap*...

d3 - ...en fulkommen dag da må jeg ha kontakt med noen.

Vere ein del

d1 - Eg er ikkje den som er i sentrum av der det skjer, men trives veldig godt i nærleiken.

d2 - berre det å ha det fellesskapet da

d3 - ...å ha en familie rundt seg.

Tillit

d1 - ...alle løyndommar, i alle fall sånn litt etter kvart.

d2 - ...personar som ein kan stole på, som kan stole på deg

d3 - ..å vite hva jeg kan forvente.

Tryggleik

d1 - Ein person som er der, uansett...

d2 - ...som ein kan rekne med, både praktisk og kjenslemessig.

d3 - Noen du vet at er der.

Intimitet

d1 - ...gjere ting for som du ikkje gjer for andre menneske.

d2 - Det å fordjupe seg i eit anna menneske.

d3 - Det er fint å ha noen innerst.

Evner

d1 - ...eg har det som skal til med talent.

d2 - Eg har mykje å bidra med...

d3 - Jeg har ganske stor arbeidskapasitet.

Påverking

d1 - kunne vidareføre det i noko som eg gjer

d2 - Bruke evnene sine til noko konstruktivt.

d3 - ...når jeg føler at jeg har gjort noe.

Effekt

d1 - ...ei utruleg lukke, å score mål, servere ei god pasning, gjere eit godt mottak, eller lure av nokon.

d2 - ...eg tenkjer det av og til at ein meiningsfull dag er ein dag du gjer ein forskjell da.

d3 - ...jeg har satt igang en del prosjekter som jeg har lyst til å gjøre.

Vørde

d1 - Før var det jo slik at det var viktig for meg at alle som eg har noko med å gjere hadde eit veldig positivt bilde av meg.

d2 - Eg ynskjer å vere ein voksenperson som ungdom kan stole på,

d3 - Å bli sett betyr nok ganske mye.

Bidrag

d1 - Så leverar du sjølv sagt ditt eige produkt, som er musikaren i deg

d2 - ...å bidra noko i nokon andre sitt liv.

d3 - ...en jobb hvor jeg er synlig. En slags offentlig rolle.

Sjølvbilete

d1 - Då har eg vore tålmodig og ytt meg sjølv rettferd og respekt.

d2 - Eg oppnår mykje av det eg ynskjer i mitt liv.

d3 - Jeg ser på meg selv som en ganske sterk person.

Eksistensiell usikkerheit

d1 - Når eg lurar på kva eg skal gjere og kva eg skal bli. Kva eg skal gjere med livet...

d2 - Eg byrjar tenkje over 'kor står eg no i livet mitt'. For eksempel; 'kva brukar eg tida mi på?'

d3 - Du må rett og slett prioritere. Da gjelder det å finne ut hva du har lyst til å prioritere.

Eksistensiell ubalanse

d1 - Etter ei veke vart eg så deprimert som eg aldri har vore.

d2 - Eg oppdaga at eg ikkje lenger kunne eller trengte å forklare verda med den kristne Gud.

d3 - ...første gang du skjønner at livet ikke varer evig og ting kan forsvinne...

Eksistensielt behov

d1 - Eg har tenkt mykje over det; meininga med livet.

d2 - Det er jo nesten noko av det hovudsaklige som ein søker da.

d3 - Jeg tenker nok en del på om jeg har en meningsfull tilværelse.

Vedlegg IX - Omsetje sitat

I teksten har eg ei rekke stader nytta omsetje utgåver av engelske sitat inne i mi eiga tekst. Omsetjingane er alle markerte med 'mi omsetjing' i referansen. Det er ofte vanskeleg å behalde nøyaktig det same meiningsinnhaldet i ei omsetjing. Eg har derfor lagt ved denne lista med sitata i originalspråket.

s. 1

"Actually, being human profoundly means to be open to the world, a world, that is, which is replete with other being to encounter and with meanings to fulfill." (Frankl, 1966, s. 97).

s. 1

"A need for frequent, affectively pleasant interactions with a few other people, and, second, these interactions must take place in the context of a temporally stable and enduring framework of affective concern for each other's welfare" (Baumeister & Leary, 1995, s. 497).

s. 1

"The latter two ideas, which attempted to both articulate and invest human experience with imminent meaning" (Pytell, 2006, s. 498).

"Peak experiences are transient moments of self-actualization" (Maslow, 1971, s. 46).

s. 2

"To be human is to have a 'good' or 'trustworthy' nature or essence, the fulfillment or actualization of which is the supreme end of human life." (Geller, 1982, s. 57).

s. 2

"The question of the meaning of life is no longer there (when God is present). But were it there, it would not have to be answered" (Buber, 1958, s. 110).

s. 3

"The essence of meaning is connection" (Baumeister & Vohs, 2002, s. 608).

s. 3

"Existential indifference is characterized by a state of low meaningfulness that is not associated with a crisis of meaning" (Schnell, 2010, s. 351).

s.5

"The essence of living is to make sense of one's experience of being" (Chen, 2001, s. 322)

s. 5

"However, it is probable that these are differences of degree. Perhaps all human beings are (potentially) metamotivated to a degree." (Maslow, 1967, s. 104)

s. 5

"To be motivated means *to be moved* to do something" (Deci & Ryan, 2000a, s. 54).

s. 6

"which when satisfied yield enhanced self-motivation and mental health and when thwarted lead to diminished motivation and well-being" (Deci & Ryan, 2000b, s. 68).

s. 6

"The rewards are inherent in the activity, and even though there may be secondary gains, the primary motivators are the spontaneous, internal experiences that accompany the behavior" (Deci & Ryan, 1985, s. 11).

s. 6

"breaking into awareness, pushing to be satisfied, and then when satisfied, receding into quiescence" (Deci & Ryan, 1985, s. 33).

s. 8

"A need for frequent, affectively pleasant interactions with a few other people, and, second, these interactions must take place in the context of a temporally stable and enduring framework of affective concern for each other's welfare" (Baumeister & Leary, 1995, s. 497).

s. 9

"purpose clarifies our calling. It gives our work meaning. We know why we get up in the morning" (Leider, 1997, s. 40)

s. 10

"That is, people construct and interpret meaning while living a life. This principle applies to vocational psychology for one's worklife and career experience is always an inseparable part of one's whole life episode" (Chen, 2001, s. 322).

s. 11

"The assumption of essence, like the ethnographer's assumption that culture exists and is important, becomes the defining characteristic of a purely phenomenological study." (Patton, 2002, s. 70)